वर्ष - 21 फरवरी, 2025 अंक - 221
Regd. Postal No. Dehradun-328/2022-24
Registered News Paper RNI No. UTTBIL/2006/19407
सहायकारी शक्तियों के सूक्ष्म संरक्षण में

सत्य देव संवाद

प्रत्येक देश, प्रत्येक जाति, प्रत्येक वर्ग और प्रत्येक सम्प्रदाय के ऐसे अधिकारी जनों को समर्पित है, जो ऐसी जीवन शिक्षा की खोज में हैं, जो धर्म और विज्ञान में सामंजस्य स्थापित कर पूरी मानवता को एक सूत्र में पिरो सके और उनका सर्वोच्च आत्मिक हित कर उन्हें प्रकृति के विकासक्रम का साथी बनाकर मनुष्य जीवन को सफल व ख़ुशहाल कर सके।

सम्पादक
नवनीत अरोड़ा

सहसम्पादक मण्डल
अनिता, चन्द्र गुप्त, वीरेन्द्र अग्रवाल

(सभी पद अवैतनिक हैं।)

ग्राफ़िक डिज़ाईनर : आरती

YouTube Channels

Sadhan Sabhas : Shubhho Roorkee
Motivational : Shubhho Better Life
Workshops : Jeevan Vigyan
Bhajan : Shubhho Bhajan
www.shubhho.com

लेखक के सभी विचारों से सम्पादक का सहमत होना अनिवार्य नहीं है।

मूल्य (प्रति अंक): रु. 9

सम्पर्क सूत्र : **पत्रिका सम्बन्धी किसी भी जानकारी हेतु**
दूरभाष संख्या: 01332-272000, 80778-73846, 99271-46962 (संजय जी)
समय : प्रतिदिन सायं 5:00 से सायं 9:00 तक (रविवार को छोड़कर)
e-mail: Shubhho.rke@gmail.com or navneetroorkee@gmail.com

इस अंक में

देववाणी	03
क्या मैं एक अच्छा इन्सान हूँ	04
प्यारी बेटी	05
असली पूँजी	06
ये बातें माँ कभी नहीं कहती	07
हे जननी, आपको शत-शत..	08
आओ चलें 2025 की ओर...	09
यह दुनिया पागलखाना है	10
आत्मबल विकास महाशिविर.....	11
भाव प्रकाश	24
थकावट कैसे दूर करें	27
एक शोक सभा में सम्बोधन	29
प्रेरणास्पद उद्बोधन सेवा	30
शोक समाचार	32

पत्रिका सहयोग राशि

पत्रिका हेतु सहयोग राशि आप सामने दिये QR CODE या Mission Website - https://shubhho.com/donation./ पर भेज सकते हैं। सहयोग राशि भेज कर Screenshot 81260 - 40312 पर भेजें।

Scan & Pay through any Bharat QR/UPI App

SATYA DHARAM BODH MISSION

Our Bank Details

Satya Dharam Bodh Mission A/c No. 4044000100148307
(PNB) IIT, Roorkee, RTGS/IFSC Code : PUNB0404400

पत्रिका की सॉफ्ट कॉपी (फ्री) मंगवाने हेतु 81260 - 40312 इस नम्बर पर सूचित करें।

पत्रिका चन्दा

1. रजिस्टर्ड पोस्ट द्वारा (दो माह की पत्रिका एक साथ) - वार्षिक सहयोग - 250/-
2. साधारण डाक द्वारा (प्रति माह) - वार्षिक सहयोग - 100/-
   सात वर्षीय रु. 500, पन्द्रह वर्षीय रु.1000

अधिक जानकारी हेतु सहयोगकर्त्ता

Call/Whatsapp - 81260 - 40312

इन्सान का परिचय की शुरूआत भले ही चेहरे से होती हो, लेकिन उसकी सम्पूर्ण पहचान तो उसकी वाणी, विचार एवं कार्यो से ही होती है।

देववाणी

लोग हमारे पास आए। हमारे पास फण्ड नहीं थे, तो भी हम उनको जवाब नहीं दे सकते थे। अपने घर में ही उनको खाना खिलाते थे। जिसमें आत्माओं के हित का अनुराग है, वह कहता है कि मैंने इन आत्माओं में तबदीली ले आनी है, चाहे मुझे नेकनामी मिले चाहे बदनामी और चाहे मेरा बाहर के लिहाज़ से कुछ बने, चाहे बिगड़े।

तुम्हारे बाल सफेद हो चुके हैं, अब तक क्या कमाया? रुपया तो एक कंजरी के पास भी बहुत-सा है। अगर तुम्हारे पास भी रुपया है, मगर वह किसी भलाई के काम नहीं आ सकता, तो उसका क्या फायदा? जो कुछ है, वह भलाई के काम के लिए लगाना चाहिए। इन्सान डूब क्यों रहा है? क्योंकि सब अपने लिये जीते हैं। न सोसायटी के लिए, न कौम के लिए और न मुल्क के लिए। इसलिए वे सब तबाह हो जाते हैं।

– देवात्मा

☺ ☺ ☺ गुदगुदी ☺ ☺ ☺

1. पप्पू – विवाह क्या है?
   गप्पू – विवाह एक ऐसा गठबन्धन है, जिसमें दो व्यक्ति मिलकर उन समस्याओं को सुलझाने का जीवनभर प्रयास करते हैं, जो कभी थी ही नहीं!
2. यमदूत – मैं तेरी जान लेने आया हूँ।
   आदमी – ले जाइए, पड़ोस में ही तीन घर छोड़कर रहती है।
3. आप बताइए, पति की जोरदार कुटाई क्यों न होती
   पत्नी से कहने लगा- ला, तेरे हाथों की उंगलियाँ दबा दूँ, थक गई होंगी, दुखती होंगी.....मुझे नचाते-नचाते!
4. साली – बताओ, आई लव यू शब्द का आविष्कार किस देश में हुआ?
   जीजा – चीन में। साली – वो कैसे?
   जीजा – इसमें सारे चाइनीज गुण हैं न कोई गारण्टी, न कोई वॉरण्टी, चले तो चाँद तक, न चले तो शाम तक।

सुबह का मतलब केवल सूर्योदय नहीं होता। यह सृष्टि की ख़ूबसूरत घटना है, जहाँ अन्धकार को मिटाकर सूरज नई उम्मीदों का उजाला फैलाता है।

सम्पादकीय क्या मैं एक अच्छा इन्सान हूँ?.....

मनुष्य के दिमाग़ में विचारों का सिलसिला अनवरत यानि निरन्तर चलता रहता है। इस प्रक्रिया में वह दूसरों से प्रश्न पूछता रहता है, वहीं स्वयं से भी प्रश्न करता रहता है। प्रश्नों की कड़ी में यदि कभी यह प्रश्न किसी के मन में उपजता हो, तो वह एक विशेष इन्सान है – क्या मैं एक अच्छा इन्सान हूँ?

जी हाँ, बड़े सौभाग्य से यह प्रश्न किसी के मन में आ सकता है। उसका उत्तर भी सरल है। निम्न इक्कीस बातों पर विचार करके पता चल जायेगा कि मैं कितना अच्छा इन्सान हूँ।

1. क्या मैं हँसमुख हूँ? Do I have a smiling face?
2. क्या मैं प्रकृति प्रेमी हूँ? Am I a nature lover?
3. क्या मैं दूसरों की मदद के लिए हमेशा तैयार रहता हूँ? Am I ever ready to help others?
4. क्या मैं सीखने में यकीन रखता हूँ? Am I a learner?
5. क्या मैं दूसरों का दुःख महसूस करता हूँ? Do I feel others pain?
6. क्या मैं आशावादी हूँ? Am I optimistic?
7. क्या मैं एक अच्छा श्रोता हूँ और लोग मेरे पास अपना दिल हल्का करने आते हैं? Am I a good listener and people come to me to lighten their hearts?
8. क्या मैं कृतज्ञ हूँ और स्वयं पर हुई मेहरबानियाँ गिनता हूँ? Am I greatful and count blessings Showered upon me?
9. क्या मैं विनम्र हूँ? Am I polite?
10. क्या मैं प्रशंसा करता हूँ? Do I appreciate?
11. क्या मुझमें आत्मविश्वास है? Do I have self confidence?
12. क्या मैं अपने दिल की सुनता हूँ? Do I listen to my heart?
13. क्या मैं सच्चाई के साथ खड़ा रहता हूँ? Do I stand for the truth?
14. क्या साहित्य, कला, कविता आदि में मेरी रुचि है? Do I like literature, art and poetry etc.?
15. क्या मैं माफ़ी माँग सकता हूँ? Can I apologise?
16. क्या मैं आसानी से माफ़ कर सकता हूँ? Can I forgive easily?
17. क्या मैं ईर्ष्या से मुक्त हूँ? Am I free from jealous & envy?

दूसरों के लिए जीया गया जीवन ही असली जीवन है, निज स्वार्थ में जीना तो जीवन को व्यर्थ खोना है।

18. क्या मैं मदद के लिए हमेशा तैयार रहता हूँ? Am I ever ready to help?
19. क्या मैं पीठ पीछे बुराई करने से डरता हूँ? Do I resist back biting?
20. क्या मैं मदद करता हूँ और अहसान नहीं? Do I help and do not's do favours?
21. क्या मैं दूसरे की भावनाओं को समझता हूँ?
Do I understand feelings of others?

उपरोक्त प्रश्नों में से जितने ज़्यादा प्रश्नों का मेरा उत्तर हाँ में होगा, उतना ही मैं ज़्यादा अच्छा इन्सान हूँ।

काश, हम सब इन सब प्रश्नों पर बार-बार विचार कर सके, ताकि ज़्यादातर प्रश्नों का उत्तर समय के साथ-साथ हाँ में आ सके, ऐशी है शुभकामना।

– प्रो. नवनीत अरोड़ा

आपकी इज़ाज़त के बिना कोई आपका समय बर्बाद नहीं कर सकता।
अपने लक्ष्य पर केन्द्रित रहें।

प्यारी बेटी

प्यारी बेटी, तुम उस मोड़ पर हो, जहाँ ज़िन्दगी शुरू होती है। मैं तुमसे वो सबक साझा करना चाहता हूँ, जो ज़िन्दगी ने मुझे सिखाए हैं। मेरे बचपन और कच्ची उम्र की सबसे अहम बात ये थी कि मैंने ज़िन्दगी में कभी किसी कमी की शिकायत नहीं की। तमाम अभावों के बावजूद मैं बैडमिंटन खेलता था। मैं इसी बात से ख़ुश रहा कि हमें हफ्ते में कुछ दिन खेलने की सुविधा मिल जाती थी। मेरा करियर और ज़िन्दगी दोनों में मैंने कभी कोई शिकवा नहीं किया और यही मैं तुम बच्चों को बताना चाहता हूँ। अगर आप अपने मन का काम कर रहे हैं, तो और कुछ मायने नहीं रखता, अवॉर्ड्स भी नहीं। अपने दिल की सुनिए और अपने सपनों का पीछा कीजिए। जुनून, जी तोड़ मेहनत, जिद और जज्बे का कोई विकल्प नहीं। याद रखो कि मैंने तुम्हें हमेशा यही बताया है कि दुनिया में अपना रास्ता कैसे बनाना है? बिना इस बात का इन्तजार किए कि तुम्हारे माता-पिता तुम्हें उंगली पकड़कर वहाँ पहुँचाएंगे। मेरा मानना है कि बच्चों को अपने सपनों के लिए ख़ुद मेहनत करना चाहिए न कि इस बात का इन्तजार कि कोई कामयाबी उन्हें प्लेट में सजाकर देगा।

खेत में बोए हुए सभी बीज अंकुरित नहीं होते, परन्तु जीवन में किए गए सत्कर्म का एक भी बीज व्यर्थ नहीं जाता।

असली पूँजी

चलो, आज बात करते हैं मेहनत की। मुहावरा है कि कुछ लोग मुँह में चाँदी का चम्मच लेकर पैदा होते हैं अर्थात् धनवान परिवार में जन्म लेते हैं। परन्तु, अधिकतर लोग जीवित रहने के लिए लगातार कड़ी मेहनत तथा संघर्ष करने के लिए बाध्य होते हैं। इसके लिए हमें मेहनत की, परिश्रम की ज़रूरत होती है। अब चाहे यह मेहनत शारीरिक हो, जैसे की कारीगर या मजदूर लोग करते हैं या फिर मानसिक हो, जैसे कि ऑफिस में काम करने वाले लोग करते हैं या कम्प्यूटर पर काम करने वाले करते हो। तो, इस मेहनत का फल तुम्हें मिलता है धन-दौलत, सुख-आराम में। अपनी गाढ़ी कमाई से जो दाल-रोटी भी मिले, वह विरासत में मिले राजसि व्यंजनों से कहीं ज़्यादा स्वादिष्ट लगती है। इन्सान समझता है कि अपनी मेहनत का फल उसे सिर्फ़ पैसों के रूप में ही मिलता है। लेकिन, उससे भी बढ़कर जो सन्तुष्टि उसे मिलती है, वह बहुमूल्य है। दिन भर ईमानदारी से किए गए काम से जो प्रसन्नता मिलती है, वह उस मुफ्त के धन से - जिससे आप बहुत-सी वस्तुएँ खरीद सकते हैं - कहीं अधिक मूल्यवान् होती है। कुछ लोग समझते हैं कि सिर्फ़ वही काम असली काम है, जिसके बदले में पैसा मिले। अफ़सोस कि ऐसे लोगों का दृष्टिकोण बहुत संकीर्ण, भौतिकवादी तथा तंगदिल होता है। गृहणियाँ जो काम अपना घर सँवारने के लिए करती हैं, वह भी एक बहुत अहम और सुकून देने वाला काम है। आने वाली पीढ़ियों का अच्छा पालन-पोषण करना, उन्हें अच्छे जीवन-मूल्य देना एक नितान्त ज़रूरी काम है। समाज सेवा करना, कोई स्वैच्छिक कार्य करना बहुत ही आत्मसन्तोष देने वाला तथा फलदाई कार्य है। ऐसे कामों के बदले बेशक पैसे नहीं मिलते, पर आत्मिक पूँजी बढ़ती है, चरित्र का निर्माण होता है, जो सिर्फ़ सोना-चाँदी से कहीं बढ़कर है। अतः हर इन्सान के लिए यह बेहद आवश्यक है कि वह इस अति आवश्यक तथ्य को भली-भाँति समझे कि इस क्षणभंगुर ज़िन्दगी में पैसा तो हाथों से फिसलने वाली एक सहूलियत मात्र है। असली धन तो हमारी आन्तरिक आत्मिक-पूँजी ही है। चरित्र के आन्तरिक धन को इस छोटे से जीवनकाल में ही हमें अर्जित करना होता है। यहाँ का भौतिक धन अर्थात् रुपया-पैसा केवल एक ही तरह से परलोक में स्थानान्तरित हो सकता है - और, वो है दान देकर, भला करके, उस धन से किसी अच्छे कार्य हेतु कोई न्यास स्थापित करके या कोई और समाज सेवा का काम शुरू करके। है न मज़े की बात - कि आत्मिक-पूँजी पाने के लिए भौतिक पूँजी का दान किया जाए। एक बार तुम इस दुनिया को छोड़ दो, तो तमाम कमाई हुई दौलत की कीमत उतनी भी नहीं रह जाती, जितनी कि उस कागज़ की हो, जिस पर वह छपा हुआ

खुश रहने के लिए यह ज़रूरी नहीं कि हमारे साथ सब अच्छा-अच्छा ही हो। किन्तु, यह बहुत ज़रूरी है कि हम हर परिस्थिति में उसका अच्छा पक्ष ही देखें।

है। तो इसलिए बेटा, इन्सान को अपना दृष्टिकोण सुधारने की ज़रूरत है। छोटे-मोटे नफ़े-नुक़सान के पीछे अपने परिवार की उपेक्षा करना या अत्यधिक मानसिक तनाव लेना शरीर के लिए ही नहीं, अपितु आतमा के लिए भी हानिकारक है। तो, असली पूँजी को पहचानो और उसके पाने के लिए भी प्रयत्न करते चलो। धरती के चाँदी-सोने के पीछे सिर्फ़ उतना ही समय खपाओ, जितना कि तुम्हारी मूल ज़रूरतों और तुम्हारी निकटतम भविष्य की ज़रूरतों को पूरा करने के लिए आवश्यक हो।

– परलोक सन्देश

ये बातें माँ कभी नहीं कहती

माँ और बच्चे का रिश्ता दुनिया में सबसे खूबसूरत और अनमोल है। यदि बच्चे को कोई परेशानी भी होती है, वह बिना कहे जान जाती है। अपने बच्चे की ख़ुशी के लिए यदि उसे कोई समस्या हो, तो वह उसकी परवाह नहीं करती, वरन् हँसकर छुपा लेती है। आज हम ऐसी ही कुछ बातें करते हैं, जो माँ कभी नहीं कहती।

खाना कम है

कई बार परिवार में ऐसी स्थिति भी होती है कि पर्याप्त खाना तो बनता है, लेकिन स्वाद-स्वाद में बच्चे ज़रूरत से ज़्यादा खाने की माँग करते हैं, तो माँ प्यार और लाड़ में अपने हिस्से का खाना भी सबको परोस देती है। सबको मनभर और पेटभर के खिलाने में माँ का पेट जादुई रूप से भर जाता है। वह यह नहीं कहती कि खाना कम है।

मैं थक गई हूँ

माँ के लिए किसी भी दिन अवकाश नहीं होता, प्रतिदिन सुबह जल्दी उठने से देर रात तक उसका काम चलता रहता है। यदि माँ कामकाजी हैं, तो वह दोहरी ज़िम्मेवारियों को पूरा करने हेतु जुटी रहती है। ऑफिस से थककर जब वो घर पहुँचती है और बच्चा कुछ बनाने की फरमाइश करता है, तो माँ सारी थकान भूलकर रसोई में जुट जाती है। वह यह नहीं कहती कि मैं थक गई हूँ।

अभी पैसों की कमी है

यदि बच्चे को अपनी हॉबी को पूरा करने के लिए पैसों की ज़रूरत है, तो माँ उसकी ख़ुशी के लिए अपनी ज़रूरत के लिए मुश्किल से जमा हुए पैसों को तुरन्त निकाल देती है। वह यह नहीं कहती कि अभी पैसों की कमी है। वाह, यह होती है माँ।

चिन्ता हालात की नहीं, कमज़ोर मन की देन है। आओ, जिन्दगी में बदलाव की उम्मीद करें, उसे स्वीकार करें और उसका आनन्द लेना सीखें।

हे जननी, आपको शत शत नमन!

सृष्टि में माँ का स्थान सबसे ऊँचा है। सन्तान की सुरक्षा, अनुकूलता, प्रकृति तथा व्यावहारिक सन्तुलन के लिए माँ अपनी सभी संकल्पनाओं को परिवर्तित कर देती है। ऐसे सुसंस्कृत विचारों को अपने साथ संयोजित करती है, जिसका प्रभाव शिशु के विकास बौद्धिकता और उसके मन पर विशिष्ट प्रभाव छोड़ने वाला हो। माँ ही बच्चे के लिए प्रथम पाठशाला है और वही उसे जीवन के आधारभूत सिद्धान्तों को समझाती है।

बच्चे का मनोबल टूटने नहीं देती

जब बच्चे पर तनाव या चिन्ता हावी होती है, तो माँ कहती है चिन्ता मत कर। सब ठीक हो जाएगा और मैं हूँ न तेरे साथ! माँ के इन शब्दों में जैसे कोई जादुई शक्ति-सी होती है। वह बच्चे में जोश भर देती है यह कहकर कि निरन्तर प्रयास करते रहो और लक्ष्य की ओर बढ़ते जाओ, निश्चय सफलता मिलेगी।

हमेशा चैतन्य रहती है

माँ से अधिक सन्तान की सुरक्षा को लेकर चिन्ता कोई और नहीं कर सकता। वह अपनी सन्तान को समय-समय पर सुरक्षा के लिए चैतन्य करती रहती है। इतना ही नहीं, जीवन के सभी सम्बन्धों को गम्भीरता से बताने वाली माँ ही होती है। सम्बन्धों का किस प्रकार से निर्वहन किया जाता है, इसकी शिक्षा देती है।

समझ जाती है बच्चा सुखी है या दुःखी

वास्तव में एक माँ के पास ही ऐसी शक्ति होती है कि जिससे वह अपने बच्चों के जीवन में आनेवाली समस्याओं को भाँप लेती है और उन्हें सुरक्षा व भविष्य के सुन्दर स्वप्न के लिए उचित रूप से निर्देशित करती है। बच्चा लाख मना करे कि कोई समस्या नहीं है, फिर भी माँ समझ जाती है। अतः माँ, माँ होती है।

जीवन में आगे बढ़ने के लिए दूसरों को दोष देना बन्द करना होगा। हमारी फ़ितरत है भी बड़ी अजीब है, डूबते हैं, तो पानी को दोष देते हैं। गिरते हैं, तो पत्थर को दोष देते है। कुछ कर नहीं पाते, तो नसीब को दोष देते है। जब तक स्वयं के दोष देखकर उन्हें सुधारेंगे नहीं, आगे कैसे बढ़ेंगे?

स्वयं को माचिस की तीली न बनाएं, जो थोड़ा-सा घर्षण करते ही सुलग उठे।
स्वयं को वह शान्त सरोवर बनाएं, जिसमें कोई अंगारा भी
फैंके, तो वह खुद ही बुझ जाए।

आओ चलें 2025 में समाधान की ओर..

बिखरे ज़िन्दगी के टुकड़े हैं,
'जीवन एक पहेली' उलझी है।
सुलझाएं इसको कैसे हम,
रिश्तों की डोर उलझी है।
कोई छोटी हो या कोई बड़ी,
हर मोड़ पर समस्या एक खड़ी।
धन, पद और मान हो कितना भी,
हर ओर निरन्तर सुख की कमी।
कब कैसे निरन्तर सुख यह मिले,
हर पल है जिसकी तलाश हमें।
आओ मिलकर नई समझ बढ़ाएं हम,
नई उम्मीद और नया विश्वास जगाएं हम,
ख़ुद को जाने, ख़ुद को समझें,
हर क़दम ख़ुद के साथ चलें।
आओ जीवन की शुरूआत करें,
समस्याओं का समाधान करें।

– शुभकामनाएं
राजेश रामानी जी

अमृत बिन्दु

1. क्रोध एक प्रकार का क्षणिक पागलपन है। क्रोध से मनुष्य का विनाश होता है। इसलिए क्रोध को यमराज भी कहा जाता है। जो मनुष्य क्रोधी पर क्रोध नहीं बल्कि क्षमा करता है, वह अपनी और क्रोध करने वाले की महासंकट से रक्षा करता है।
2. गलतियाँ तो केवल उसी से नहीं होगी, जो कभी काम करते ही नहीं। ग़लती तो मानवीय चिन्तन की साथी है। ग़लती करना मनुष्य का काम है, परन्तु जान-बुझकर ग़लती करना और उस पर जमे रहना शैतान का काम है।
3. गुरु किसे कहते है? जो अन्धेरे में चाँदना करे, जो बन्धन से छुटकारा दिलाए, जो आत्मिक भावनाओं को उभार कर आदर्श या इष्ट पद तक पहुँचाने की शक्ति और योग्यता रखता हो, उसी का नाम गुरु है।

अच्छे इन्सान के अन्दर एक बुरी आदत होती है,
वह सभी को अच्छा समझता है।

यह दुनिया पागलखाना है

यह दुनिया पागलखाना है, पागलों का आना-जाना है,
सबकी मस्ती अलग-अलग हो जाना है।
कोई पागल राम भजन में कोई कोठी-कार में।
कोई बिक जाता मेरे भाई दौलत के बाजार में,
बच्चे पागल, बूढ़े पागल जवानों का क्या बतलाना है।
यह दुनिया पागलखाना है, पागलों का आना-जाना है।
सब जानते हैं इस जीवन का पलभर का नहीं भरोसा है,
सोना-चाँदी, महल-अटारी नज़रों का ही धोखा है।
भूषण हो पागल बन जाओ, दीन-दुःखी की सेवा में आ जाओ,
मिटट्ी से तू जन्मे भाई, मिट्टी में मिल जाना है।
यह दुनिया पागलखाना है, पागलों का आना-जाना है।
एक बच्चे को देखा मैंने तन में वस्त्र नहीं न खाना था,
जनवरी की वो एक रात एक पेड़ ही उसका ठिकाना था,
आँखें उसकी पूछ रही थी क्या मेरा है दोष कहो,
किसी के कुत्ते मखमल पहने क्या मेरे तन पर सूत न हो।
मैं भी हूँ इन्सान, ऐ भाई मुझको अपना खून कहो।
उनके कुत्ते खाते दूध मलाई, नहीं किसी को दाना है।
यह दुनिया पागलखाना है, पागलों का आना-जाना है।
हम पागल, पागलखाने में एक दुनिया नई बनाएंगे,
जातिपात और पंथ भेद से ऊपर हम उठ जायेंगे।
दीन-हीन शोषित-पीड़ित को अपने गले लगाएंगे।
सबके शिक्षा स्वास्थ्य की खातिर पागल हम बन जाएंगे।
पश्चिमी पागलपन छोड़करके हम देशी पागल कहलाएंगे।
गाँधी, सुभाष आजाद थे - पागल, पागल आज जमाना है।
चाहे जितना उड़ो गगन में, धरती पर तुझे आना है।
यह दुनिया पागलखाना है, पागलों का आना-जाना है।

(-चन्द्रभूषण तिवारी)

विनम्रता से हमारा मूल्य बढ़ता है, अहं से घटता है। कमाल यह है कि मूल्य घटाने के लिए बहुत कुछ करना पड़ता है, मूल्य बढ़ाने के लिए सहज होना ही काफ़ी है।

आत्मबल विकास महाशिविर - 2024

(एक संक्षिप्त रिपोर्ट)

परम पूजनीय भगवान् देवात्मा का 174 वाँ शुभ जन्म-महोत्सव उन्हीं के सूक्ष्म संरक्षण में 17 से 20 दिसम्बर, 2024 'आत्मबल विकास महाशिविर' के रूप में हरमिलाप धर्मशाला, सॉकेत, रुड़की में बड़े हर्षोल्लास के साथ मनाया गया। शिविर के दौरान जो स्वर्गीय वातावरण बना, आत्माओं का जो हित साधन हुआ, उसका वर्णन करना तो एक बहुत ही कठिन कार्य है, फिर भी शिविर की एक संक्षिप्त झांकी इस प्रकार है -

तैयारियाँ - आगामी महाशिविर की तैयारी तो पिछले महाशिविर के बाद से ही शुरु हो जाती हैं। पिछले महाशिविर में जो कठिनाइयाँ आईं व जो कमियाँ रहीं, उनकी लिस्ट बनाकर आगामी महाशिविर में दूर करने का पूर्ण प्रयास किया जाता है। इस बार भी ऐसा ही किया गया। इसके लिए पूरा वर्ष ही विचार विमर्श व तैयारियों का सिलसिला चलता रहता है। सिविल लाइन्स स्थित देवाश्रम में बाथरूम व पानी के पाइपों की रिपेयर कराई गई। महाशिविर की सूचना देने के लिए धर्मसम्बन्धियों व श्रद्धालुओं को फ़ोन किए गए। व्हाट्सऐप द्वारा कार्ड भेजे गए। स्थानीय जनों को व्यक्तिगत रूप से कार्ड बाँटे गए। नववर्ष का बहुत सुन्दर कैलेण्डर छपवाया गया। दिसम्बर के पहले सप्ताह में एक मीटिंग की गई, जिसमें महाशिविर का ड्यूटी चार्ट तैयार करके सबको सूचित किया गया। आगन्तुकों की सूची तैयार करके उनके ठहरने की व्यवस्था की गई। इसके लिए धर्मशालाओं व गेस्ट हाऊसों की बुकिंग की गई। कुछ धर्मसाथी स्थानीय धर्मसाथियों के घरों में भी रुके। इस प्रकार दिसम्बर, 2024 के दूसरे सप्ताह तक पूर्ण व्यवस्था कर ली गई। भोजन की पूरी व्यवस्था हरमिलाप धर्मशाला में ही रखी गई। इन सब कामों में सहयोग देने हेतु कई धर्म सम्बन्धी अपनी ड्यूटी के अनुसार कई दिन पहले से ही पधारने लगे थे।

धर्मसम्बन्धियों का शुभ आगमन

रुड़की महाशिविर के इस अवसर पर पधारे शिविरार्थियों के स्थानों की सूची व संख्या इस प्रकार है -

आगमन- पंजाब - कपूरथला (03), लुधियाना (03), मोगा (02), संगरूर (06), चौंदा (01), बठिण्डा (02), बंगा (04), चण्डीगढ़ (01), **हरियाणा** - अम्बाला

अपनी ग़लती स्वीकार कर लेने में लज्जा की कोई बात नहीं है। इससे यही प्रमाणित होता है कि बीते हुए कल की अपेक्षा आज हम अधिक बुद्धिमान् हैं।

(13), फरीदाबाद (03), पंचकूला (04), सिरसा (05), नारायणगढ़ (04), हिसार - (01), कुरुक्षेत्र (01), बराड़ा (03), **दिल्ली** (08), **असम**- गुवाहटी (02), **हिमाचल प्रदेश** - कांगडा (04), योलकैंट (01), **मध्यप्रदेश** - भोपाल (05), **गुजरात** - सूरत (01), **राजस्थान** - पदमपुर (06), गंगानगर (02) **उत्तर प्रदेश** - श्री अकबरपुर (02), मवाना (02), नोयडा (01), सहारनपुर (17), बिजनौर (02), भायला (01), बेहट (11), जाटोवाला (02), फतेहपुर (02), मेरठ (02), तिसंग क्षेत्र (90), मुजफ्फरनगर (05), साहिबाबाद (02), गाज़ियाबाद (03), लखनऊ (02), **उत्तराखण्ड** - देहरादून (03), विकासनगर (05), हरिद्वार (06), करौन्दी (02), खजूरी (01)। इसके भिन्न स्थानीय प्रायः 80 जन विभिन्न साधनों से लाभान्वित हुए।

महाशिविर का पहला दिन (17 दिसम्बर, 2024)

सायं 5:30 बजे - प्रार्थना, शारीरिक एवं आध्यात्मिक हीलिंग। इस सत्र का प्रारम्भ श्रीमान् चन्द्रगुप्त जी द्वारा 'हमारे पूजनीय सतगुरु जी तुम हो धन्य, तुम हो धन्य' पद वाले भजन को गाकर किया गया। इसके बाद श्रीमती शशी अग्रवाल जी ने परम पूजनीय भगवान् देवात्मा के सम्बन्ध में प्रार्थना गीत 'मेरे भगवन् मेरे दाता, हर पल मैं तुमको याद रखूँ' गाया।

इसके बाद सुश्री अनिता जी ने भाव-विभोर होकर परम पूजनीय भगवन् से उनके देवबल के लिए प्रार्थना की। उन्होंने कहा- भगवान् देवात्मा हमारी आत्मा के रक्षाकर्ता और शिक्षादाता हैं। भगवन् हमारे नीच भावों को, नीच कर्मों को दूर करते हैं। इसलिए हम उनसे उनकी ज्योति और बल के लिए प्रार्थना करते हैं। हे दाता हम सबका शुभ हो! यह तभी सम्भव है जब हम भगवन् को अपने हृदय पर अधिकार दें।

इसके बाद पहले शारीरिक हीलिंग के लिए रिकार्डिड ऑडियो से ध्यान करवाया गया और उसके बाद आत्मिक हीलिंग के लिए ध्यान करवाया गया।

भजन रात्रि 8:30 बजे - रात्रि में प्रार्थना विषयक भजनों का गान धर्मसम्बन्धियों ने मिलजुलकर किया। इसमें मुख्यतः श्री सुशील कुमार जी, श्री राजकुमार जी, श्रीमती शशी गोयल जी, प्रो. सीमा शर्मा जी व श्रीमान् चन्द्रगुप्त जी ने भजन गाए।

हमें किसी भी खास समय का इन्तज़ार नहीं करना चाहिएं, बल्कि अपने हर समय को ख़ास बनाने की पूरी कोशिश करनी चाहिए।

महाशिविर का दूसरा दिन (18 दिसम्बर, 2024)

प्रातः 10:00 बजे – इस सत्र में 'मानवता की ओर' विषय पर एक संगोष्ठी का आयोजन किया गया, जिसमें वानप्रस्थी जन जागरण अभियान समिति, रुड़की' के अध्यक्ष कर्नल (सेवानिवृत्त) श्री एम.पी. शर्मा जी, शहजार होमस (शीतल छाया), हरिद्वार के डायरेक्टर श्री सुरेश पालगे जी तथा 'पेड़ लगाओ अभियान, लखनऊ' के आचार्य चन्द्रभूषण तिवारी जी सम्मिलित हुए। सभी ने अपने विचार रखे तथा अपनी-अपनी संस्थाओं के कार्यक्रमों व उद्देश्यों के बारे में जानकारी दी। सभी महानुभावों का माल्यार्पण व मोमैन्टो देकर सम्मान किया गया।

'हरप्रभ आसरा, पदमपुर (राजस्थान)' के स. हरिसिंह जी खालसा के बारे में एक डोक्यूमेन्ट्री दिखाकर उनके कार्यक्रमों व सेवाकार्यो के बारे में प्रकाश डाला गया।

'भोजन समिति, रुड़की' के अध्यक्ष श्री एस.सी. श्रीवास्तव जी का भी माल्यार्पण व मोमैन्टो से सम्मान किया गया जो कि पिछले 25 वर्षो से रेलवे स्टेशन पर अभावग्रस्त लोगों को मुफ्त भोजन उपलब्ध करवा रहे हैं।

संगोष्ठी का समापन करते हुए आई.आई.टी, रुड़की के प्रो. नवनीत अरोड़ा जी ने फरमाया कि सेवा एक गति है, जिसके पीछे कोई न कोई उच्च भाव होता है। मुख्य रूप से अभाव निवारण व कृतज्ञता का भाव ही सेवा की गति करवाता है। उन्होंने सभी प्रतिभागियों को व श्रोताओं को धन्यवाद भी दिया। इस संगोष्ठी का संचालन श्री अंकित सिंघल जी व श्रीमती रेणु वधवा जी ने किया।

सायं 4:00 बजे - इस सत्र में 'शिक्षा, शिक्षार्थी व शिक्षक' विषय पर एक संगोष्ठी का आयोजन किया गया। इस संगोष्ठी में श्री एस.के. दहिया, प्रधानाचार्य, स्नोवाइट पब्लिक स्कूल, गाँव गुरुकुल नारसन, डॉ॰ नीलम जैन, प्रधानाचार्या, गुरुकुल बराड़ा; अध्यापिका पुष्पा पाण्डेय जी; अध्यापिका मीनू कत्याल जी, दिल्ली तथा एक छात्रा कु0 नन्दिनी ने प्रतिभाग किया। सभी ने अध्यापक और छात्रों के सम्बन्धों के बारे में चर्चा की और बताया कि कैसे विद्यार्थी और अध्यापक के सम्बन्ध को सकारात्मक बनाकर शिक्षा को सुगम और सरल बनाया जा सकता है।

माता-पिता की तरफ से बोलते हुए संगोष्ठी के संयोजक श्री अंकित सिंघल जी ने बताया कि हमें अपने बच्चों को डॉक्टर, इंजीनियर आदि बनाने के साथ-साथ एक अच्छा इन्सान भी बनाना चाहिए।

संगोष्ठी का समापन करते हुए डॉ. नवनीत अरोड़ा जी ने सभी को धन्यवाद

अपने स्वभाव को जानना, उच्च भावों की खेती करना, हर हाल में पॉजिटिव रहना व गुनगुनाना जिसने सीख लिया, उसने जीने की कला सीख ली।

दिया। अपने विचार रखते हुए बताया कि बच्चा स्वभाव से जिज्ञासु होता है। वह सीखना चाहता है। हमें बच्चों को अच्छा ही नहीं वरन् बहुत अच्छा बनाना है। इसके लिए शिक्षक और माता-पिता दोनों को भी अच्छा बनना पड़ेगा। Better Life Training Institute रुड़की किस प्रकार माता-पिता, शिक्षक व शिक्षार्थी को वर्कशॉप के माध्यम से मार्गदर्शन दे रहा है, इस पर विस्तार से प्रकाश डाला। सत्र संचालक अंकित सिंघल व रेणु वधवा जी ने सभी का आभार व्यक्त किया।

सायं 6:00 बजे - दीप प्रज्वलन, भगवन् की छवि के अर्चन व माल्यार्पण के बाद साधना के विषय 'देवात्मा की देन - नेचर तत्व' पर बोलते हुए देवात्मा जी की शिक्षा के मर्मज्ञ विद्वान वक्ता, अम्बाला से पधारे श्रीमान् चन्द्रगुप्त जी ने फ़रमाया कि भगवान् देवात्मा ने हमारे आत्मिक जीवन को सुधारने का बीड़ा उठाया है। यह सुधार वह नेचर की सत्य घटनाओं व विज्ञान को आधार बनाकर करना चाहते हैं। देवात्मा ने पहली बार बताया कि नेचर ही सत्य है और सभी अस्तित्व नेचर के अन्तर्गत ही हैं। इस नेचर में प्रत्येक अस्तित्व दो ही प्रकार के पदार्थो से मिलकर बना है, जिनमें से एक का नाम जड़ है और दूसरे का शक्ति। छोटे-बड़े, जीवित-अजीवित सभी अस्तित्वों के जोड़ का नाम नेचर है।

उन्होंने आगे बताया कि नेचर परिवर्तनशील है। यह परिवर्तन दो प्रकार का होता है - उच्च परिवर्तन और दूसरा नीच परिवर्तन। जो अस्तित्व उच्च परिवर्तन के साथी बनते हैं, वे निरन्तर विकास करते-करते श्रेष्ठ अवस्था को प्राप्त होते हैं और जो अस्तित्व नीच परिवर्तन के साभी बनते हैं वे धीरे-धीरे पूर्ण रूप से नष्ट हो जाते हैं। हम सबको अपने शरीर व आत्मा के नेचर सम्मत नियमों को जानकर अपने अस्तित्व की रक्षा व विकास करना है।

रात्रि 8:30 बजे - इस सत्र में धर्मसाथियों ने मिलजुलकर उपकार विषयक भजनों का गान किया। इसमें मुख्यतः श्रीमान् सोतम कुमार जी गुप्ता, प्रो. सीमा शर्मा जी, श्रीमती सुदेश खुराना जी, श्री विनोद गर्ग जी व श्रीमान् चन्द्रगुप्त जी ने भजन गाए।

महाशिविर का तीसरा दिन (19 दिसम्बर, 2024)

प्रातः 9:00 बजे - दीप प्रज्वलन तथा भगवन् की छवि के माल्यार्पण के पश्चात श्री विनोद गर्ग जी ने 'जीवन ज्योति के तुम सूर्य अन्धेरा दूर करते हो' पद वाले

प्रायः यह सोच है इन्सान की कि एक अकेला क्या कर सकता है? पर, देख ज़रा उस सूरज को। वह अकेला ही चमकता है।

लोग हमारे साथ कैसा बर्ताव करते हैं, यह हमारे हाथ में नहीं है। हम किस प्रकार उत्तर दें व हम लोगों के साथ कैसे बर्ताव करें, यह हमारे हाथ में है।

ज़िन्दगी छोटी नहीं होती, हम कई बार जीना ही देर से शुरू करते हैं। आओ, जीना शुरू करें, कहीं देर न हो जाए।

दृढ़ निश्चय और सकारात्मकता ऐसी ऊर्जा है, जिनसे ज़िन्दगी का कोई भी अन्धेरा रोशन किया जा सकता है।

अपनी पीड़ा के लिए संसार को दोष मत दें, अपने मन को समझाएं।
आपके मन का परिवर्तन ही आपके दु:खों का अन्त है।

भजन का गान किया। तत्पश्चात साधना के विषय 'देवात्मा की देन – 'सत्य व मिथ्या तत्व' पर बोलते हुए देवात्मा के शिष्य श्री वी.के. अग्रवाल जी ने देवात्मा द्वारा रचित 'देवशास्त्र – खण्ड – 2 के आधार पर बताया कि हम प्राय: मात्र सच बोलने को ही सत्य समझते हैं, जबकि परम पूजनीय भगवान् ने सत्य के निम्न आठ अंग बताए हैं–

1. सत्य भाषण अनुराग, 2. सत्य स्पष्ट कथन अनुराग,
3. सत्यज्ञान उपार्जन अनुराग, 4. सत्य ग्रहण अनुराग,
5. सत्य प्रतिज्ञा पालन अनुराग, 6. सत्य प्रचार अनुराग,
7. सत्य समर्थन अनुराग, 8. धर्म विषयक सत्य अन्वेषण अनुराग।

इसी प्रकार उन्होंने आठ प्रकार की मिथ्या वैराग्य शक्तियों के बारे में भी बताया है –

1. मिथ्या कथन विषयक पूर्ण वैराग्य शक्ति,
2. मिथ्या प्रतिज्ञा विषयक पूर्ण वैराग्य शक्ति,
3. मिथ्या ग्रहण विषयक पूर्ण वैराग्य शक्ति,
4. मिथ्या समर्थन विषयक पूर्ण वैराग्य शक्ति,
5. असरलता विषयक पूर्ण वैराग्य शक्ति,
6. असत्य जनित अन्धताविषयक पूर्ण वैराग्य शक्ति,
7. असत्य जनित प्रत्येक सुख विषयक पूर्ण वैराग्य शक्ति,
8. असत्य जनित प्रत्येक लाभ विषयक पूर्ण वैराग्य शक्ति।

इससे आगे उन्होंने यह भी बताया कि मनुष्य को सत्य ज्ञान की क्यों आवश्यकता है तथा वे कौन से विषय हैं जिनके बारे में मनुष्य को सत्यज्ञान प्राप्त हो सकता है। उन्होंने उन आठ प्रकार की बोध शक्तियों का वर्णन भी किया, जिनके द्वारा मनुष्य को इन विषयों के बारे में सत्यज्ञान मिल सकता हैं। उन्होंने यह भी बताया कि निम्न चार प्रकार की ज्योतियों में ही मनुष्य को विविध प्रकार के सत्य दिखाई देते हैं –

1. भौतिक ज्योति, 2. मानसिक ज्योति,
3. सात्विक ज्योति, 4. देव ज्योति।

इनमें सबसे महत्त्वपूर्ण ज्योति 'देव ज्योति' है। इस देव ज्योति के प्राप्त होने पर अधिकारी मनुष्यात्मा अपने आत्मा के रूप में, उसके रोगों, उन रोगों से पतन और इस पतन से सच्ची मोक्ष के बारे में सच्चा ज्ञान प्राप्त कर सकता है। वह इस सत्य को भी देख सकता है कि किसी भी प्रकार का सुख लाभ करना मनुष्यात्मा का परम लक्ष्य नहीं

माफ़ करना और शान्त रहना सीखिए, आप ऐसी ताकत बन जायेंगे कि आपको पहाड़ भी रास्ता देंगे।

है। आपका बयान बहुत सारगर्भित व प्रभावशाली था।

प्रातः 10:15 बजे – इस सत्र में 'देवशास्त्र-खण्ड – 3' के आधार पर साधना के विषय 'मनुष्यात्मा की गठन Anatomy of Soul' विषय पर बोलते हुए प्रो. नवनीत जी ने फ़रमाया कि हमारे अस्तित्व में दो चीज़ें है – एक हमारा 'स्थूल शरीर' जो दिखाई देता है और दूसरी हमारी 'जीवनी शक्ति', जो सूक्ष्म होने के कारण दिखाई नहीं देती। इसी सूक्ष्म जीवनी शक्ति को मनुष्य का 'आत्मा' भी कहते हैं। इन दोनों की अपनी-अपनी ज़रूरतें हैं, जो एक-दूसरे से भिन्न हैं। दोनों की ज़रूरतें एक-दूसरे की पूरक भी नहीं हैं। शरीर की ज़रूरतों की सीमा होती है, जबकि आत्मा की ज़रूरतों की कोई सीमा नहीं होती।

रोटी, कपड़ा, और मकान शरीर की ज़रूरते हैं। आत्मा की ज़रूरतें – सही समझ व सकारात्मक सोच हैं। उन्होंने आगे बताया कि मनुष्यात्मा की गठन में विभिन्न प्रकार के सुख अनुराग होते हैं। ये दो प्रकार के होते हैं – उच्च सुख अनुराग और नीच सुख अनुराग। उच्च सुख अनुराग आत्मा के लिए विकासकारी प्रमाणित होते हैं और नीच सुख अनुराग ही मनुष्य जीवन में समस्याओं का मुख्य कारण हैं। सुख के पीछे शुभ और अशुभ छिपा रहता है। शुभ का बोध निरन्तर सुख की अवस्था है और अशुभ की अबोधता दु:ख का कारण बनती है। आपका ब्यान बहुत ओजपूर्ण था।

दोपहर 12:00 बजे धर्मसाथी देवाश्रम फेज़ – I एवं फेज़ – II में गए तथा निर्माण कार्यों की समीक्षा की तथा प्रसन्नता लाभ की।

सायं 4:00 बजे – बाल सभा। इस सत्र को अनिता सैनी जी और आकांक्षी जी ने संचालित किया। सबसे पहले तिसंग आश्रम के बच्चों ने स्वागत गीत गाया। फिर एक कव्वाली 'लगाते लेट पी-पी करके गन्दी नालियों में।' की प्रस्तुति दी गई। इसी आश्रम की कु. वन्दना ने एक भजन 'देवात्मा के दर पर श्रद्धा से आने वालों' गाया।

डिवाइन स्कूल, रुड़की के बच्चों ने 'हे चारों जगत पुकार रहे, जय देव गुरु-जय देवगुरु' भजन का गाान किया। गाँधी पब्लिक स्कूल के बच्चों ने एक प्ले 'उच्च जीवन की ओर' प्रस्तुत किया। गोपालपुर स्कूल के बच्चों ने एक कहानी लघु नाटिका 'बागबां' दिखाकर सभी का मन मोह लिया। यह एक भावुक नाटक था। भंगेड़ी स्कूल के बच्चों ने एक भजन 'मुबारिक है जन्म उनका जो आएं काम औरों के' गाया। श्री गाँधी शिल्प विद्यालय, रुड़की की एक छात्रा कु. समा परवीन ने गुरु की

शान्ति से विचार करें, विवेक से व्यवहार करें, दिल से प्यार करें,
ग़लतियों को माफ़ करें। इस प्रकार जीवन ख़ुशहाल करें।

महिमा पर एक कविता सुनाई। कु. श्वस्ति (सहारनपुर) ने एक भजन 'परम लक्ष्य गुरु पूर्ण होवें' गाया। कु. ओजस्वी ने 'मैं फूल हूँ तेरे बाग का, तू मेरा बागवां है' एक गीत गाया।

कु. दीया ने एक भजन 'हमारे पूजनीय सतगुरु जी तुम हो धन्य, जी तुम हो धन्य' गाया। कु. लावण्या, कु. सृष्टि व कु. नीधि ने एक प्रार्थना 'हे प्रभु आनन्ददाता ज्ञान हमको दीजिए' गाई। कु. आराध्या चुग (बेहट) ने एक कहानी 'संगत का असर' सुनाई। इसके बाद बच्चों को पुरस्कार भी दिए गए।

सायं 5:30 बजे - इस सत्र में कु. नैनी टहिलरामानी ने साधना के विषय 'सम्बन्ध तत्व के शिक्षक - देवात्मा' पर बोलते हुए बताया कि भगवान् देवात्मा ने सम्पूर्ण सृष्टि को चार जगतों - भौतिक, वनस्पति, पशु और मनुष्य में बाँटा है। इससे आगे उन्होंने इन चारों जगतों को 16 सम्बन्धों में विभाजित किया है। यह शिक्षा उन्होंने 'देवशास्त्र-खण्ड-4' में प्रदान की है।

उन्होंने आगे बताया कि हम प्राय: परायों को तो अपना बना ही लेते हैं परन्तु बात तो तब है जब हम अपनों को अपना बनाएं। जीवन मूल्यों से अगली पीढ़ी को भी जोड़ना बहुत ज़रूरी है, तभी यह कड़ी आगे बढ़ेगी और समाज में सम्बन्धों के प्रति जुड़ाव बढ़ेगा। परलोकवासियों के साथ भी हमें अपने सम्बन्धों को प्रगाढ़ करना है, तभी उनकी शुभकामनाएं व आशीर्वाद हमें प्राप्त होगा।

इसके बाद हीलर्स ग्रुप ने परलोक के सम्बन्ध में अपने अनुभवों को सांझा किया। सभी हीलर्स यथा श्रीमती तनवी जी, श्रीमती पूजा सहगल जी, श्री कंवरपाल सिंह जी, डॉ. नवनीत अरोड़ा जी व सीमा जी, अनीता जी ने शिविरार्थियों को सामूहिक हीलिंग भी दी।

रात्रि 8:30 बजे - इस में निवर्तमान वर्ष 2024 में किए गए क्रियाकलापों व मिशन की उपलब्धियों पर विचार विमर्श किया गया व आगामी वर्ष 2025 के लिए नए संकल्पों की रूपरेखा तैयार की गई। देव प्रभावों से आए उच्च्य परिवर्तनों के कुछ जीवनों की साक्षात झांकी प्रस्तुत की गई।

महोत्सव का विशेष दिन (20 दिसम्बर, 2024)
(परम पूजनीय भगवान् देवात्मा का शुभ जन्म दिवस)

प्रात: 6:00 बजे - भजन, जन्मवेला की महिमा। आख़िर वह दिन आ ही

व्यक्ति का सम्मान उन शब्दों से नहीं है, जो उसकी उपस्थिति में कहे जाएं,
अपितु उन शब्दों से है, जो उसकी अनुपस्थिति में कहे जाएं।

गया, जिसका हम सबको वर्षभर इन्तजार रहता है, हमारे जीवनदाता, ज्योतिदाता, शक्तिदाता परम पूजनीय भगवन् का शुभ जन्म दिवस। सभी धर्मसाथी हाथों में फूलमालाएं लेकर, कतारबद्ध होकर हॉल के बाहर प्रागंण में विशेष रूप से बनाए गए मंच के सामने खड़े होने लगे। मंच से भजनों का गान प्रारम्भ हो गया। कुछ धर्मसाथी ख़ुशी के मारे नृत्य करने लगे, बधाई हो बधाई हो, भगवान् देवात्मा की जय के नारों से आसमान गूँजने लगा। सभी एक-दूसरे को गले मिलकर भगवान् के जन्म दिन की बधाई दे रहे थे। ठीक सूर्योदय के समय भगवान् के जन्मदिन की सूचना घण्टा व शंख बजाकर दी गई। 'प्रगटे देवगुरु भगवान् जीवन ज्योति देने वाले' पद वाले भजन का गान किया गया। इसके बाद श्रीमान् अशोक रोचलानी जी का सन्देश सुनाया गया। फिर डॉ. नवनीत जी ने इस पावन शुभ घड़ी की महिमा पर संक्षिप्त ब्यान दिया। इसके बाद सबसे पहले भगवान् के जन्म स्थान श्री अकबरपुर से पधारी साध्वी मीनाक्षी शास्त्री जी ने भगवन् की छवि को पुष्पांजलि अर्पित की। इसके बाद अन्य धर्मसम्बन्धियों ने कतारबद्ध होकर बारी-बारी से भगवन् की छवि को पुष्पांजलि अर्पित की। इस बीच कितने ही धर्मसाथी भगवन् की छवि के सम्मुख साष्टांग लेटकर अपनी कृतज्ञता प्रगट कर रहे थे, कितने ही सूक्ष्म सत्ता के चरणों में सिर रखकर आशीर्वाद कामना कर रहे थे। कितने ही धर्मसाथी कतार के दोनों तरफ खड़े होकर 'शुभ हो! शुभ हो!' बोल रहे थे और सभी को भगवन के जन्मदिन की शुभकामनाएं दे रहे थे। यह सारा दृश्य किसी देवलोक का दृश्य था, जिसकी महिमा लिखी नहीं जा सकती।

इस अवसर पर श्री पूनम जैन और उनका परिवार प्रत्येक वर्ष की भाँति सभी को पंचमेवा का प्रसाद वितरित कर रहा था। बुक स्टॉल से नववर्ष-2025 का कैलेण्डर भी सभी को दिया जा रहा था।

प्रात: 9:00 बजे - दिल्ली से पधारी श्रीमती पूजा सहगल जी ने पूजनीय भगवान् के जन्म दिवस की सभी को बधाई दी तथा भगवन् के दर से जुड़ने के बाद अपने अन्दर आए परिवर्तनों के बारे में बताया कि मेरा जीवन भगवन् का दिया हुआ है। उनसे जुड़ने के बाद जीवन पूरी तरह बदल गया है। परिवार व समाज में सम्बन्ध बेहतर हुए हैं। चारों तरफ से प्यार ही प्यार मिल रहा है। ऐसा लगता है कि पूरा संसार ही हमारा परिवार है। अभी तक समाज से पाया ही पाया है, अब उसे लौटा रहे हैं।

इसके बाद साधना के विषय 'विकासक्रम की देन देवात्मा, देवात्मा की देन सत्यधर्म' पर बोलते हुए डॉ. नवनीत अरोड़ा जी ने बताया कि कोई भी चीज़ बनती

एक सुन्दर हृदय हज़ार सुन्दर चेहरों से ज़्यादा महत्त्वपूर्ण है। आओ, अपना ध्यान अपने हृदय की सुन्दरता पर केन्द्रित करें।

नहीं है, वह विकासक्रम में आती है। 'देवात्मा' भी विकासक्रम की देन हैं। देवात्मा की सबसे महत्त्वपूर्ण देन 'सत्यधर्म' है। सत्यधर्म आत्मा का विज्ञान है। भगवन् ने पहली बार बताया कि आत्मा का जन्म होता है, यह आत्मा ही शरीर बनाता है। आत्मा की गठन होती है। यह आत्मा प्रकृति के नियमों से परिचालित होता है और क्योंकि प्रकृति परिवर्तनशील है, इसलिए आत्मा भी प्रतिक्षण बदलता रहता है। यह बदलाव दो प्रकार का होता है – उच्च व नीच।

उन्होंने आगे बताया कि जो देवात्मा के दर से जुड़ता है, वह आत्मा के पतित होने से डरता है और इसलिए पाप करने से भी डरता है। भगवन् ने अपनी शिक्षाओं के प्रचार-प्रसार के लिए सूक्ष्म से प्रेरणा करके सन् 2002 में 'सत्यधर्म बोध मिशन' की स्थापना करवाई है। आपने इस मिशन से जुड़ने व लाभ उठाने की ज़ोरदार अपील की।

शिष्य/शिष्याओं व श्रद्धालुओं का मिशन में ग्रहण

मिशन की ओर से श्रद्धालुओं व शिष्य-शिष्याओं के ग्रहण का साधन श्रीमती शशि गोयल जी ने करवाया। निम्न जनों को शिष्य-शिष्या के रूप में ग्रहण किया गया –

1. नैनी टहिलरामानी – सुपुत्री जवाहर टहिलरामानी – भोपाल (मध्य प्रदेश)
2. अंकित कुमार सिंघल – सुपुत्र – श्री अनिल कुमार – (रुड़की)
3. अक्षित रोहिला – सुपुत्र- ऊषा रोहिला एवं लक्ष्मी कुमार – देवाश्रम (रुड़की)
4. अनिता शर्मा – धर्मपत्नी अश्विनी कुमार – (रुड़की)
5. अंजली – धर्मपत्नी रविन्द्र कुमार (रुड़की)
6. आशा गुप्ता धर्मपत्नी श्री सुरेन्द्र कुमार गुप्ता – मवाना (मेरठ)
7. दिव्या गुप्ता – सुपुत्री सुरेन्द्र कुमार गुप्ता – मवाना (मेरठ)
8. देवकुश शर्मा – सुपुत्र श्री प्रदीप शर्मा – (सहारनपुर)
9. अखिलेश वर्मा – सुपुत्र श्री कृपाशंकर वर्मा – (रुड़की)
10. भारतवीर सिंह – सुपुत्र श्री मोहर सिंह – तिमारपुर (दिल्ली)
11. अरुण गुबरेले सुपुत्र श्री राम सेवक गुबरेले – भोपाल (मध्य प्रदेश)

तत्पश्चात निम्न जनों को श्रद्धालु के रूप में ग्रहण किया गया –

1. प्रशान्त कुमार – पिता- देवेन्द्र कुमार (रुड़की)
2. आचार्य चन्द्रभूषण तिवारी – शारदा नगर (लखनऊ)

मेरा मुक़ाबला किसी से नहीं, बल्कि स्वयं से है। मुझे स्वयं को किसी से बेहतर सिद्ध नहीं करना। मुझे तो स्वयं को गुज़रे कल से आज बेहतर इन्सान बनाना है।

3. आकाँक्षा ग्रोवर - पोत्री सुबोध चन्द्र ग्रोवर (अम्बाला शहर)
4. ऋचा ग्रोवर - पुत्रवधू विजय ग्रोवर (अम्बाला शहर)

उपरोक्त जनों का भावपूर्ण परिचय प्रो. नवनीत जी ने करवाया।

महाशिविर का खर्च दान से पूरा हुआ। अन्त में सहायकारी शक्तियों व पूजनीय भगवन् को धन्यवाद देते हुए देवारती का गान करके यह प्रभावशाली महाशिविर सम्पन्न हुआ।

भाव प्रकाश

महाशिविर के सभी कार्यक्रमों को मैंने ऑनलाइन ग्रहण किया। किसी समस्या के कारण मैं नहीं आ पाया, जिसका दु:ख व अफसोस है। न आ पाने से जो-जो हानि हुई, वह कभी पूरा नहीं कर पाऊँगा।

आज के मनुष्य का जीवन स्वार्थरूपी तृष्णा में फंसा हुआ है। ऐसे में जिसने भी इस महाशिविर में शामिल होकर या ऑनलाइन सत्य मन से देखा है, उसका मन ज़रूर इस मिशन का सदस्य बनने के लिए विवश हुआ होगा। उनमें से एक सदस्य मैं भी हूँ। मेरा मन तड़पता रहा कि काश मैं देवात्मा जी के जन्म महोत्सव में शामिल होकर अपनी भावनाएं, अपने मन के विचार साँझा कर सकता। मिशन में शामिल होकर मैं हमेशा सहयोग देने के लिए तत्पर रहूँगा, अभी यह शब्द ही कह सकता हूँ। अपने जीवन में जब भी मुझे किसी भी प्रकार से किसी के लिए सहयोग करने और उसके मन को सही ज्ञान देने का अवसर मिलेगा, तो मैं हमेशा सहयोग देने के लिए तत्पर रहूँगा, अभी यह शब्द ही कह सकता हूँ। मिशन द्वारा बताए गए मार्ग को ही अपना मार्ग मानकर उस पर चलना ही मेरे जीवन का लक्ष्य होगा।

शुभ हो! शुभ हो! सभी का शुभ हो!

- पुरुषोत्तम कुमार अधोई, गुरुकुल बराड़ा (अम्बाला)

महाशिविर से बहुत लाभ मिला। भगवान् देवात्मा जी का शिष्य बनने का सौभाग्य मिला। उनका मूल साहित्य व अन्य सामग्री का अध्ययन, चिन्तन व मनन गहराई से करूँगा। आशा है कि शेष शुभ सब अपने आप हो जाएगा। बहुत सेवा पाई है। सबका शुभ हो। मैं कृतज्ञ हूँ। सधन्यवाद आभारी हूँ।

- अरुण गुबरेले (भोपाल)

जहाँ स्वार्थ समाप्त होता है, वहीं से इन्सानियत प्रारम्भ होती है।

मैंने सभी साधन ऑनलाइन या ऑफलाइन सुने हैं। पहले भी कई सभाओं में भाग लिया है। इन सबसे सम्बन्धों, सकारात्मक सोच और आत्मविश्वास में वृद्धि हुई है। जहाँ भी सेवा कार्यों में जुड़ी हुई हूँ, वहाँ भगवान् की शिक्षाएँ काफ़ी प्रभावशाली सिद्ध होती है। मैं संकल्प लेती हूँ कि जब तक जीवन है, भगवन की शिक्षा को धारण करते हुए किसी न किसी सेवा कार्य में जुड़ी रहूँगी।

– उषा मेहता (रुड़की)

शुभ हो! शुभ हो! भगवन् के जन्मदिन की पावन वेला में उत्सव में, शामिल होकर जो अनुभूति हुई है उसके लिए कोटि-कोटि धन्यवाद देती हूँ भगवन् को। उस औरा को, सहायकारी शक्तियों को! सचमुच ऐसा अहसास होता है यदि न आ पाती, तो एक सुनहरी, सुन्दर अमूल्य मौक़ा खो देती, धन्यवाद देती हूँ उन सबका जिन-जिन ने मुझे सूक्ष्म या स्थूल रूप में वहाँ तक पहुँचने में मदद की, वहाँ पर भी बहुत सहायता मिलती रही, तन से स्वयं कोई सेवा नहीं की, पाया बहुत है। यह बात गहराई से समझ आई, भगवन् से प्रगाढ़ सम्बन्ध और परसेवा के बिना गुरु का सपना पूरा नहीं कर सकते। यह सकारात्मक सोच से ही हो पायेगा। भगवन् को धन नहीं भाव चाहियें, भगवन् के देवरूप में तीनों चीज़ें सत्य, शिव, सुन्दर मिलती हैं। भगवान् की यूनिक कॉन्ट्रिब्यूशन सत्य धर्म अर्थात् जब आत्मा का विज्ञान का समझ आ गया, तो जीवन बदल जायेगा। सर्मपण भाव आ जाए, तो 'मैं' ख़त्म हो जायेगी, जो इतनी दुविधाओं की जड़ है।

प्रेरणा ली है इन सब पर काम करूँगी। महायज्ञ के दिनों से कुछ पर काम चालू हो गया था। धन्यवाद करती हूँ सारे महाशिविर को सुन्दर रूप पूर्ण होने व करने वाली शक्तियों का। सबका शुभ हो!

– अशोक कुमारी सिंघला (चण्डीगढ़)

जब से भगवन् की शिक्षा से जुड़ी हूँ, मैंने पाया ही पाया है। जिसे शब्दों में बयान करना मुश्किल है। हर पक्ष में विकास पाया है। महाशिविर में देवअमृत की गंगा बहती दिखाई दी। जो अपने आँसुओं के रूप में साक्षात से मैं महसूस करती रही। भगवन् से पाए गए उपकारों का धन्यवाद खाली शब्दों में न देकर जीवन से कुछ करना चाहती हूँ। ऐसा बल मिले, ताकि मेरे जीवन से कुछ परसेवा/परोपकार का कार्य निकल पाए। सबका शुभ हो!

– रेणु वधवा (रुड़की)

एक पल का धैर्य जीवनभर का सुकून दे सकता है, जबकि एक पल की अधीरता जीवनभर की मुसीबत का कारण बन सकती है। इसलिए
आओ, धैर्यवान् बनें।

मैं भारतवीर डी.आर.डी.ओ दिल्ली में अपनी सेवायें दे रहा हूँ। मैं भगवान् देवात्मा की शिक्षाओं से वर्ष 2007 मसूरी शिविर से जुड़ा हुआ हूँ। मुझे पहले ही दिन से भगवान् की शिक्षा में 'आत्मा का विज्ञान' ने मुझे बहुत ही प्रभावित किया था। समय गुजरता गया। वर्ष 2021 मार्च में 'कोरोना' हालत के कारण मुझे टाईप 1 डाईबिटिक हुई और शुगर लेवल 700 तक पहुँच गया था। उसके बाद मुझे साइटिका पेन (सिलिप डिस्क) के साथ बहुत-सी बीमारियों ने घेर लिया था। और लगभग मेरा जीवन कुछ ही दिनों का था। इसी दौरान श्रीमती सीमा जी व श्रीमान् नवनीत अरोड़ा जी मेरे निवास गाजियाबाद में आये। उनके द्वारा मुझे पॉजिटिव हीलिंग दी गई। मेरे आत्मा को बहुत बल मिला। फिर समय गुज़रता गया। अचानक मुझे क्लियरिटी आई। मैं मुख्य रूप से आत्मा हूँ। शरीर तो मेरे आत्मा के लिए उच्च जीवन का माध्यम है। अचानक ही मेरे आत्मिक बल का विकास बहुत तेजी शुरू हो गया। और मैं स्वस्थ होता चला गया यही आत्मिक बल मुझे महाशिविर 2024 में ले आया। और जब मैं हमेशा के लिये देवात्मा का 'सेवक' बन गया।

मैं भगवान् देवात्मा, श्रीमान् नवनीत अरोड़ा जी एवं समस्त सहायकारी शक्तियों का आभारी हूँ। जिनके कारण मैंने अपना यह दूसरा जीवन पाया।

– भगवान् देवात्मा का सेवक
द रॉयल भारत 2.0 – भारतवीर सिंह

बहुत कुछ सीखा श्रीमान् जी। बहुत सेवा पाई और प्रेरणा मिली अपने आपको जानने की। हीलिंग करने वाले धर्मसाथी बहुत अच्छे हैं। बहुत हैल्प करते हैं। इस बार ऐसा लगा जैसे भगवान् बोल रहे हैं कि 'मैं तेरे साथ हूँ तू आगे तो बढ़।' बहुत कुछ अभी भी सीखना बाकी है। ज़िन्दगी वो नहीं है जो मैं जी रही हूँ। ज़िन्दगी तो भगवान् देवात्मा ने सिखा रहे हैं। रास्ता दे दिया। भगवान् हमारे लिए तड़प रहे हैं और हम कहाँ फँसे हुए हैं। धन्य हैं भगवान् जो इतना कुछ सह गये और फिर भी चलते रहे और चल रहे हैं सिर्फ़ हमारे लिए। मोटिवेशन मिली है सभी को देखकर। अपना जीवन ख़ुद ही बचाना है। बाहर की गन्दगी अन्दर नहीं आने देनी है। इसके लिये भगवान् से जुड़े रहना बहुत-बहुत ज़रूरी है। भगवान् के बिना मैं कुछ भी नहीं। जो पाया भगवान् से उसे लौटाना भी मेरा ही फर्ज़ है।

– राजविन्दर कौर, बंगा (पंजाब)

क्षमा माँगने का सबसे सही तरीक़ा है कि हम अपने व्यवहार में बदलाव ले आएं।

थकावट कैसे दूर करें?

आम लोगों की यह धारणा ग़लत है कि आदमी सक्रिय होने पर ही थकता है और निष्क्रिय रहने पर नहीं थकता। आपने देखा होगा कि जो लोग दिन में कई प्रकार के कार्य करते हैं, वे लगातार एक ही प्रकार का कार्य करने वालों की तुलना में काफ़ी चुस्त-फुर्तीले होते हैं। मतलब यह कि कार्य में विविधता लोगों के अनथक कार्य करते रहने का राज होता है।

इसमें सन्देह नहीं कि थकान बढ़ने के साथ-साथ काम घटता चला जाता है। आखिर थकान क्या है? मनोवैज्ञानिक के अनुसार थकान रुचि और इच्छा कम होने की अवस्था है। थकान का सामान्य अर्थ मन अथवा शरीर की सामर्थ्य घट जाने से लिया जाता है। ऐसी हालत में आदमी से काम नहीं होता या बहुत कम होता है। हमारे मन और शरीर दोनों पर थकान का प्रभाव पड़ता है। मानसिक रूप से उत्पन्न थकान की दिशा में आदमी की सोचने समझने की शक्ति कम हो जाती है। वह अपने काम पर भी ठीक से ध्यान नहीं दे पाता है, जबकि शारीरिक रूप से उत्पन्न थकान में शारीरिक सामंजस्य नहीं रह पाता। ऐसी दशा में हमारी मांसपेशियों और स्नायु तन्त्र में दुग्धाम्ल (लैक्टिक एसिड) नामक विषपूर्ण तत्व अधिक बनता है। इसके अत्यधिक बढ़ जाने से शरीर में लकवे की तकलीफ भी पैदा हो सकती है। पूरे शरीर का शिथिल पड़ना इस बात का द्योतक है कि यह अम्ल शरीर में फैल चुका है। अंग विशेष में बढ़े इस अम्ल से विशेष स्थान पर ही थकान मालूम पड़ती है।

वैसे हमारे शरीर में स्थित अधिवृक्क ग्रंथियों (एड्रीनल ग्लैंड) से जो स्त्राव निकलता है, वह अधिकांश लैक्टिक अम्ल को दूर कर देता है। कुछ लोगों को जल्दी थकावट आने का कारण शरीर में रक्त की मात्रा आवश्यकता से भी कम होना, थाइराइड ग्रन्थि का ठीक से काम न करना या फिर मधुमेह आदि से रोगग्रस्त होना, होता है। मनोवैज्ञानिकों के मतानुसार थकान की दशा में किसी वस्तु के अनुभव के ज्ञानेंद्रिय से मस्तिष्क तक पहुँचने और स्नायुओं की प्रतिक्रिया होने में सामान्य दशा से अधिक समय लगता है। जब हमें कार्य में बहुत आनन्द आता है तो हम लगातार काम करते रहने पर भी थकावट महसूस नहीं करते, जबकि एक ही प्रकार के कार्य करते रहने से लम्बी अवधि के बाद रुचि कम न होकर मन में ऊब पैदा हो जाती है। इसी कारण थकावट महसूस होने लगती है। थकान चार प्रकार की होती है। जिसे शारीरिक, मानसिक, स्नायु सम्बन्धी बोरियत के नामों से जाना जाता है। शारीरिक थकान शरीर से काम करने पर मांसपेशियों की सामर्थ्य कम हो जाने से अनुभव होती है। मस्तिष्क

यदि हमारे पास जीवन में जीने का कोई स्पष्ट उददेश्य होगा, तो किसी को हमें धकेलना न पड़ेगा। आगे ले जाने के लिए हमारा जुनून ही काफ़ी हैं।

और शरीर का पारस्परिक सम्बन्ध होने से शारीरिक थकान का मस्तिष्क पर और मानसिक थकान का शरीर पर प्रभाव पड़ना स्वाभाविक है। वैसे मानसिक थकान मस्तिष्क पर जोर पड़ने से उत्पन्न होती है। स्नायु सम्बन्धी थकान मानसिक संघर्ष की अवस्था में अचेतन मन के अत्यधिक थक जाने से उत्पन्न होती है, जबकि बोरियत या ऊब एक ही प्रकार के कार्य को काफ़ी समय तक करते रहने के कारण उत्पन्न होती है।

थकावट कैसे दूर की जा सकती है, इसे समझने के लिए हमें नीचे दिए मनोवैज्ञानिक उपायों को अपनाना चाहिए –

विश्राम – कुछ मिनट से लेकर कुछ घण्टों का विश्राम बैठकर या लेटकर सुविधानुसार करने से थकान दूर हो जाती है।

नींद – नींद लेने से मस्तिष्क के तन्तु और शरीर के स्नायु दोनों को आराम मिलता है। इस कारण थकावट दूर करने के साधनों में इसे सर्वश्रेष्ठ माना गया है।

कार्य में परिवर्तन – शारीरिक, मानसिक तथा स्नायुविक थकावट को दूर करने के लिए और बिना थके अधिक काम किया जा सके, इसके लिए शरीर के विशेष अंगों पर जोर पड़ने वाले काम में परिवर्तन करते रहना चाहिए।

काम और आराम का सन्तुलन – काम की कमी और आराम की अधिकता से ऊब पैदा होती है। इससे भी थकान का अनुभव होता है। उसी प्रकार काम की अधिकता से शारीरिक थकान आती है। अतः आराम और काम के बीच सन्तुलन बनाए रखें।

कार्य में रुचि और प्रेरणा उत्पन्न करें – आराम के अलावा थकान दूर करने में रुचि और प्रेरणा का कम महत्त्व नहीं होता। रुचि का खेल खेलना, पुस्तकें पढ़ना, पेय आदि का लेना प्रेरणा का कारण बनते हैं।

मनोरंजन – शारीरिक और मानसिक तनाव को कम करने के लिए विभिन्न प्रकार से मनोरंजन करना बहुत लाभदायक पाया गया है। देखते ही देखते थकान इस उपाय से तुरन्त दूर हो जाती है।

शारीरिक व्यायाम – खेलकूद से लेकर घूमने तक का कोई भी नियमित व्यायाम करने से आदमी की कार्यक्षमता बीस प्रतिशत तक बढ़ाई जा सकती है। जो व्यक्ति मानसिक कार्य करते हैं, वे कार्य के मध्य में यदि थोड़ा-सा हल्का व्यायाम या खेलकूद कर लें, तो अपना कार्य अच्छी तरह से प्रसन्नतापूर्वक कर सकेंगे।

आओ, किसी के सुख का कारण बनें भागीदार नहीं। किसी के दु:ख में भागीदार बनें, कारण नहीं।

इस प्रकार थकावट का कारण चाहे जो भी हो, किन्तु यदि आप उपरोक्त उपायों में रुचि लें और उन्हें अपनाएं तो आप थकावट की गिरफ्त में आने से बचे रहेंगे।

साभार 'घर परिवार' – डॉ0 प्रकाश चन्द्र गंगराड़े

एक शोक सभा में सम्बोधन

रुड़की में श्रीमती कुसुमलता गुप्ता जी भूतपूर्व प्राचार्य के 78 वर्ष की आयु में देहान्त के उपरान्त उनके सम्बन्ध में श्रद्धाजंलि सभा 07 जनवरी, 2025 को स्थानीय माही पैलेस में रखी गई। परिवार से कोई पूर्ण परिचय न होने के बावजूद प्रो. नवनीत जी इस अवसर पर उद्बोधन हेतु आमन्त्रित किया गया।

आपने इस अवसर पर सारगर्भित व हृदयों को जगाने वाला उद्बोधन दिया। आपने कहा –

1. माननीया माता जी व परिवार से पूर्व परिचय के बिना भी मैं आज यहाँ इसलिए आ गया, क्योंकि एक दिन परलोक मुझे भी जाना है और जितने लोगों से सम्बन्ध बन जाये, उतना अच्छा। देखो आज एक माता जी से नया सम्बन्ध बन गया। परलोक जाकर काम आयेगा। उनकी मंगलकामना भी मिलेगी।
2. श्रद्धाजंलि सभा में एकत्र होना और बात है, किन्तु इस सभा का सफल होना कुछ और बात है। श्रद्धाजंलि सभा की सफलता दो बातों पर निर्भर है। प्रथम, परलोकगत व्यक्ति में ऐसे सद्गुण वर्तमान हों, जिन पर प्रकाश डाला जा सके तथा जिनका वर्णन सभा में हो सके। यानि उसका जीवन श्रद्धा करने व सम्मान देने के योग्य हो। दूसरा जो लोग एकत्र हुए हैं उनमें उन गुणों को देखने, सराहने व अपनाने की योग्यता हो। जितना वे उन गुणों को ग्रहण करते हैं, उतनी वह सभा सफल प्रमाणित होगी।
3. हमें अपने लिए जीना चाहिये। स्वार्थी होना चाहिये। अपनी सेहत, घर, पढ़ाई, अपने लिए सुविधाएं एकत्र करनी चाहियें, पता नहीं कितना लम्बा जीना पड़े। लेकिन साथ ही साथ थोड़ा निःस्वार्थ भाव होना भी ज़रूरी है। दिन में दस लोगों को मिले या फोन पर बात की, सबसे अपने लिए, अपने भले व काम के लिए बात की, क्या यह सम्भव नहीं कि एक ऐसे व्यक्ति को भी एक दिन में मिला जाए या बात कर ली जाए, जिससे हमारा कोई स्वार्थ न हो, बल्कि हम निःस्वार्थ रूप से उसके काम आ जायें। ऐसा करना इसलिए ज़रूरी है कि सम्भावना यह भी है मैं कल सुबह उठूँ ही न। ऐसे में सारे प्रयास जो स्वार्थ के लिए किए उनका मूल्य शून्य रह जायेगा और

स्वास्थ्य सिर्फ़ भोजन व दवा से नहीं मिलता। इसमें अच्छे विचारों, शान्त मन व सुन्दर आत्मा की भूमिका भी अहम है। क्यों न थोड़ा हम इन पर भी ध्यान दें।

जीवनभर जो नि:स्वार्थ कर्म किए वही काम आयेंगे, साथ जायेंगे। इसलिए शुरू से नि:स्वार्थ सेवा का खाता संचित करते चलें।

4. परलोक अटल सत्य है। जीवन की कैसेट में पार्ट A यह लोक है और पार्ट B परलोक है। दोनों के प्रति ज़िम्मेवारी हमारी ही है। हीरे जवाहारत से कहीं ज़्यादा असंख्य गुणा बढ़कर कीमती हैं हमारे भाव। यह उच्च भाव हमारी असली दौलत हैं। इन्हें ही कमाना है, एकत्र करना है, इसी में जीवन की सफलता है।

आपका उपरोक्त सारा ब्यान हृदयों को छू रहा था।

प्रेरणास्पद उद्‌बोधन सेवा

रुड़की – 07 दिसम्बर, 2024 को स्थानीय महावीर इन्टरनेशनल स्कूल के वार्षिक उत्सव के अवसर पर विशिष्ट अतिथि के रूप में प्रो. नवनीत अरोड़ा जी को आमन्त्रित किया गया। अपने उद्‌बोधन में आपने विद्यार्थियों व उनके अभिभावकों तथा शिक्षकों को नैतिक मूल्यों व उच्च भावों के महत्त्व के प्रति जागरूक किया तथा Better Life Training Institute की ओर से इस पक्ष में की जा रही सेवाओं से अवगत कराया। स्कूल के प्रबन्धकों ने मिलकर इस दिशा में कार्य करने का आश्वासन दिया।

फतेहपुर, जाटोवाला व बेहट – 30 दिसम्बर, 2024 को रुड़की से प्रो. नवनीत जी, श्रीमती रेणु वधवा जी, चिराग जी व अक्षित जी के टीम के रूप में इन स्थानों पर गए।

सबसे पहले 9:00 बजे फतेहपुर (छुटमलपुर के निकट) गाँव में श्रीमान् मेघराज उषा सैनी जी के निवास पर एक संक्षिप्त साधन रखा गया। श्रीमती रेणु जी ने साधन करवाया तथा अपने जीवन में आए शुभ परिवर्तन का सरलता से बयान किया। प्राय: 15 जन लाभान्वित हुए।

तत्पश्चात जाटोंवाला स्थित सिद्धार्थ मार्डन स्कूल में सुबह 10:30 बजे पूरी टीम पहुँची। यहाँ वार्षिक उत्सव में प्रो. नवनीत अरोड़ा जी को मुख्य अतिथि के रूप में आमन्त्रित किया गया था। दोपहर तीन बजे तक सांस्कृतिक कार्यक्रम का आनन्द लिया। अपने प्रेरणास्पद उद्‌बोधन में अभिभावकों को नशामुक्त जीवन शैली एवं चरित्रवान् बनने अपनाने पर जोर दिया, ताकि भावी पीढ़ी श्रेष्ठ व सभ्य नागरिक बन सके।

एक साँस सबके हिस्से से, हर पल घट जाती है। कोई जी लेता है ज़िन्दगी,
किसी की कट जाती है।

उसके बाद सभी धर्मसाथी बेहट में चुग परिवार के यहाँ माता-पिता सन्तान दिवस मनाने पहुँचे। दोपहर बाद 3:30 बजे से 5:30 बजे तक साधन चला। हृदयस्पर्शीय वातावरण बना। प्राय: 60 जन लाभान्वित हुए।

रुड़की - आई.आई.टी. रुड़की में MBA Department में Executive MBA के छात्रों को 'कृतज्ञता' विषय पर 23 दिसम्बर, 2024 को प्रातः 9:30 बजे से 11:30 बजे तक प्रो. नवनीत जी ने उद्बोधन दिया। डॉ. मीनाक्षी शास्त्री व कु. आकांश्री भी साथ गए व लाभान्वित हुए। प्रो. अमित उपाध्याय ने यह सत्र रखवाया तथा प्रतिभागियों को पुस्तकें भी वितरित करवायीं।

जालन्धर - स्थानीय Dr. B.R. Ambedkar National Institute of Technology नामक संस्थान में प्रो. नवनीत जी 15 जनवरी, 2025 को एक पीएचडी वॉवा एग्जाम हेतु गए । एग्जाम के बाद एक व्याख्यान सत्र Achieving Excellence through self Expoloration विषय पर खा गया। जिससे प्राय: 50 शिक्षक, रिसर्च स्कॉलर एव पोस्ट ग्रेजूएट विद्यार्थी लाभान्वित हुए। 1670/- पुस्तकें प्रतिभागियों ने खरीद की।

पुस्तक का प्रचार-प्रसार

पिछले वर्ष प्रकाशित हुई 'जीवन का सुनहरा दौर' (Graceful Ageing) पुस्तक को पाठकों ने बहुत सराहा है। आप सभी से आग्रह है कि इसे अवश्य पढ़ें तथा वितरित भी करें।

हर्ष का विषय है कि शहज़ार होम्स (शीतल छाया) हरिद्वार संस्था ने इसी माह इस पुस्तक की 1100 प्रतियाँ मँगवाई हैं। सीनियर सिटीजनस पर उदयपुर (राजस्थान) में फरवरी 2025 में आयोजित कान्फ्रेंस में इसे इस संस्था कि ओर से वितरित किया जाएगा। ज्ञातव्य है कि इस संस्था ने पिछले वर्ष भी इस पुस्तक की 630 प्रतियाँ खरीद की थीं। इस संस्था का भी शुभ हो!

हर्ष का विषय है कि प्रो. डी बी गोयल जी (Retd. IIT Roorkee) ने इस पुस्तक की 100 प्रतियाँ खरीदकर पेन्शनर्स एसोशियन की मीटिंग में बँटवायी हैं।

इस सत्य को धारण करें, कि भगवान् न पराए हैं,
न आपसे दूर हैं और न ही दुलर्भ है।

जीवन में जिस दिन हम अपने अन्दर की बुराइयों को समाप्त करके और अपनी आत्मा को शुद्ध करके दिन की शुरुआत करते हैं, वही शुभ प्रभात होती है।

नई पुस्तक

उच्च जीवन प्रशिक्षण संस्थान रुड़की की ओर से कर्नल (से.नि.) एम पी शर्मा जी द्वारा लिखित व प्रो. नवनीत अरोड़ा जी द्वारा सम्पादित एक लघु पुस्तिका 'धूम्रपान/तम्बाकू सेवन - उचित व अनुचित?' प्रकाशित की गई है। इसका विमोचन महाशिविर के अवसर पर 'मानवता की ओर' नामक संगोष्ठी के समापन के मौके पर किया गया। निःशुल्क वितरण हेतु यह पुस्तक उपलब्ध है।

शोक समाचार

शोक का विषय है कि हमारे वयोवृद्ध साथी सेवक श्री अनूप सिंह जी (जालन्धर) का प्रायः 90 वर्ष की आयु में 28 नवम्बर, 2024 को देहान्त हो गया। आप बहुत विनम्र, कर्मठ व ईमानदार आत्मा थे। जालन्धर में श्रीमान् जवाहर लाल जी इन्हीं के यहाँ साधन करवाते व रुकते थे। 7 दिसम्बर को उनके सम्बन्ध में श्रद्धांजलि सभा में मिशन की ओर से श्री श्रेष्ठ अरोड़ा जी सपत्नीक शामिल हुए।

ज्ञातव्य है कि आपकी पुत्रवधु श्रीमती सुरेन्द्र कौर जी युवा अवस्था में विधवा हो गई थीं। तदुपरान्त आपने पुनःविवाह का प्रस्ताव इसलिये ठुकरा दिया था कि मेरे कोई जेठ व देवर नहीं है, ऐसे में मेरे इन सास-ससुर का बुढ़ापे में सहारा कौन बनेगा? और आपने एक उदाहरण प्रस्तुत किया व सास-ससुर की सेवा कमाई। आपका भी शुभ हो! आपका परलोक में हर प्रकार से शुभ हो!

शोक का विषय है कि हमारे वयोवृद्ध साथी सेवक श्री रणजीत राय जी मल्होत्रा (रुड़की) का प्रायः 90 वर्ष की आयु में 28 दिसम्बर, 2024 को देहान्त हो गया। आपमें देव प्रभावों से अच्छा परिवर्तन आया व आप 1987 में सेवक बने। आप स्कूलों में विद्यार्थियों को सुलेख सिखाते रहे तथा बवासीर की बीमारी में उपयोगी एक विशेष दवा बनाकर मुफ़्त बाँटने की सेवा करते रहे। आप बहुत सरल, स्नेही व उत्साही आत्मा थे। पिछले काफ़ी समय से आप बहुत बीमार थे, आपके पारिवारिक जनों ने बहुत धैर्य से सेवा की। आपका परलोक में हर प्रकार से शुभ हो!

For mission details, Visit us : www.shubhho.com

सम्पर्क सूत्र :

सत्य धर्म बोध मिशन

रुड़की (99271-46962), दिल्ली (98992-15080), भोपाल (97700-12311), सहारनपुर (92585-15124), गुवाहटी (94351-06136), ग़ाज़ियाबाद (93138-08722), कपूरथला (98145-02583), चण्डीगढ़(94665-10491), पदमपुर (93093-03537), अम्बाला (94679-48965), मुम्बई(98707-05771), पानीपत (94162-22258), लुधियाना (80542-66464)

स्वामी डॉ. नवनीत अरोड़ा के लिए प्रकाशक व मुद्रक श्री ब्रिजेश गुप्ता ने कुश ऑफसैट प्रैस, ग्रेटर कैलाश कॉलोनी, जनता रोड, सहारनपुर में मुद्रित करवा कर 711/40, मथुरा विहार, मकतूलपुरी, रुड़की से प्रकाशित किया
सम्पादक - डॉ0 नवनीत अरोड़ा, डी - 05, हिल व्यू अपार्टमेण्ट्स, आई.आई.टी. परिसर, रुड़की
ज़िला हरिद्वार - 247667 (उत्तराखण्ड) 01332-285667, 94123-07242