वर्ष - 21 जुलाई, 2025 अंक - 226

Regd. Postal No. Dehradun-328/2025-27
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	काल यात्रा	18
जैसी दृष्टि वैसी सृष्टि	04	मृत्युलोक में जन्म	20
काम बड़ा-छोटा नहीं होता	07	24 वां बाल व्यक्तित्व विकास....	21
वायरलेस विपदा	10	सम्पूर्ण जीवन विज्ञान एवं आत्म...	24
कविता	12	भाव प्रकाश	26
Goodness is Everyday..	13	देवाश्रम में वाटर कूलर व....	31
देव जीवन की झलक	16	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

0514400A0124165

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

ज़िन्दगी में आई अड़चनें आपको अपनी नई शक्तियों को खोजने का मौक़ा देती हैं और यही शक्तियाँ आपकी हिम्मत बनती हैं।

देववाणी

पिशाचत्व के नाश और देवत्व के विकास में मैं इस प्रकार का दृश्य देखता हूँ कि जिसमें मनुष्यात्मा एक-दूसरे के लिए आकर्षणीय, हितकर, वफ़ादार और भरोसे के योग्य प्रमाणित हों। ऐसे दिन का लाना और ऐसे आत्माओं का पैदा करना और ऐसे आत्माओं के ख़मीर के द्वारा इस देश को उभारना और उसकी बेबहा बरकतों को दुनिया के और विभागों में पहुँचाना मैं अपने विशेष जीवन का विशेष लक्ष्य समझता हूँ। मैं इस पृथ्वी में वह दीन व धर्म लाना चाहता हूँ कि जो इसी दुनिया में सब प्रकार के पापों और बुराइयों का नाश करता हो, जो इसी दुनिया में ऐसे सच्च और भरोसे के योग्य सम्बन्धी उत्पन्न करता हो कि जितने उत्पन्न होने से मनुष्य जीवन सब प्रकार से मीठा और सुखद बन सकता हो। जो इसी जगत् में मनुष्य आत्माओं को सत्य मोक्ष देता हो और उच्च चरित्र के ऐसे दर्जे में ढालता हो कि जिससे मनुष्य न केवल किसी अन्य मनुष्य के लिये, किन्तु प्रत्येक ऐसे जीवनधारी के लिए कि जिससे उसका शुभ सम्बन्ध हो, पूर्णतः हितकर सम्बन्धी प्रमाणित हो, यदि इस प्रकार के उच्च जीवनधारी आत्मा विकसित हों और उनके उच्च जीवन के द्वारा इस प्रकार का खमीर उत्पन्न हो, तो उससे जहाँ मेरा मिशन पूरा होगा, वहाँ मेरा यह मिशन दुनिया में अपनी विशेषता भी प्रमाणित करेगा।

– देवात्मा

गुदगुदी

पति – मेरे लिए दूर-दूर से रिश्ते आते थे।
पत्नी – नज़दीक रहने वाले तुम्हारे लक्षण जानते होंगे।

एक होनहार छात्र से किसी ने पूछा – तुम कितने बजे सोते हो?
छात्र बोले – किताब उठा लूँ तो 9:00 बजे और मोबाइल उठा लूँ तो 2:00 बजे।

जो अपने जीवन में स्वास्थ्यपूर्ण, प्रेमपूर्ण, सन्तोषपूर्ण है वही अपने जीवन में आनन्दपूर्ण, शान्तिपूर्ण, सम्पूर्ण है।

सम्पादकीय

जैसी दृष्टि वैसी सृष्टि.....

कई बार एक-एक विचारशील बहुत संक्षेप में जीवन का सार कह जाता है। ऐसी ही एक सच्चाई से भरपूर पंक्ति है - जैसी दृष्टि वैसी सृष्टि। इस छोटे से वाक्य में तुकबन्दी भी है और जीवन का सार भी छिपा है।

निस्सन्देह दुनिया वैसी ही है, जिस चश्में से हम इसे देखते हैं। हमारी ज़िन्दगी वैसी ही होती चली जाती है, जिस नज़रिए से हम उसे देखते हैं। प्राय: हमारा दृष्टिकोण भिन्न-भिन्न रहता है, इसलिए हमारी ज़िन्दगी भी तद्नुसार अलग-अलग दिशाओं में बढ़ती जाती है।

इस तथ्य को एक छोटे से उदाहरण से स्पष्ट रूप से समझा जा सकता है। उदाहरण है - गुलाब के पौधे व झाड़ी का। हम यह शिकायत कर सकते हैं कि गुलाब के झाड़ में काँटे होते हैं और हम इस बात से खुश भी हो सकते हैं कि देखो, काँटों में भी गुलाब का फूल खिल रहा है। असल में खेल तो सारा दृष्टिकोण का है।

जीवन में कठिन समय सभी की ज़िन्दगी में आता है। ऐसी परिस्थिति में नकारात्मक दृष्टिकोण से देखने पर दुनिया अन्यायपूर्ण लगती है, अकेलेपन का एहसास मानो हमारा दम घोटता है और दुनिया जीने लायक नहीं लगती। उसी परिस्थिति में दुनिया एक रंगमंच भी लग सकती है, जहाँ हर कोई अपना किरदार निभा रहा है तथा हमें कठिन से कठिन परिस्थितियों से गुज़रकर मजबूत, बेहतर और खुशहाल होकर निकलना है। ज़िन्दगी एक परीक्षा है और मुझे इसमें हर हाल में उत्तीर्ण होना है। अब हममें से प्रत्येक के सामने उपरोक्त दोनों विकल्प खुले हैं, कौन-सा विकल्प चुनना है, यह फैसला हमें ही करना है और उसके अनुसार परिणाम के लिए तैयार रहना है।

एक स्मरणीय तथ्य यह है कि दुनिया कभी न बदली है और न बदलेगी। दुनिया के बदलने का इन्तज़ार करना समय की बर्बादी है। दुनिया तो अपने हिसाब से चलती आ रही है और चलती रहेगी। मात्र एक चीज़ बदली जा सकती है और वह बदलाव मेरे अपने हाथ में ही है - वह मेरा दृष्टिकोण। जीवन में दर्द व कष्ट तो समान रहते हैं, किन्तु बदले हुए दृष्टिकोण से हम उनके बारे में अलग तरीके से सोचना व महसूस करना शुरू करते हैं। दृष्टिकोण में बदलाव के लिए हमें अपने विचारों व भावों पर ध्यान देना होगा। सकारात्मक पुस्तकों, सकारात्मक लोगों का संग करना होगा। ताकि उन्हीं परिस्थितियों को हम नई व सकारात्मक दृष्टि से देख सकें। जीवन में सकारात्मक देखने, सोचने, कहने व महसूस करने का धीरे-धीरे अभ्यास डालना होगा।

सबका अपना-अपना सफ़र है पर मंज़िल तो एक है, भीड़ है फिर भी चलना है धैर्य का थामकर हाथ।

दृष्टिकोण में बदलाव लाने में निम्न दो सूत्र अत्यन्त सहायक प्रमाणित होते हैं, हम भी आजमाकर देखें –

पहला सूत्र – गुणचिन्तन। किसी दूसरे के गुणों/योग्यताओं/जीवन के अच्छे पक्षों पर विचार करना, उसे वाणी व लेखनी से प्रकट करना गुणचिन्तन कहलाता है। गुणचिन्तन से दृष्टिकोण सकारात्मक होता है, यह आत्मा के लिए अमृत समान है, इससे स्वभावतः हम प्रेम से भर जाते हैं। गुणचिन्तन से हमारा अहं घटता है तथा ख़ुशी व सन्तोष बढ़ता है।

इस पक्ष में कइयों का स्वाभाविक यह प्रश्न रहता है कि क्या हम सामने वाले की कमी व अवगुण उसे न बतायें, ऐसे में उसमें सुधार कैसे होगा? इस बात का भी हल है। किसी को उसकी कमी बताने से पूर्व उसके पहले दो गुण व अच्छी बातें बतायें और फिर उसकी कमी बतायें। यही नियम किसी के बारे में किसी से बात करते हुए अपना सकते हैं। बातचीत के दौरान जिसके बारे में बात कर रहे हैं, उसके पहले गुणों का जिक्र करे, फिर उसकी कमी बतायें। इससे हमारे भीतर उसके प्रति घृणा व नकारात्मकता न बढ़ेगी। हमारी दृष्टि सकारात्मक होती जाएगी।

दूसरा सूत्र – उपकार स्मरण/किसी से पाई सेवाओं/मेहरबानियों/उपकारों को कर्ज़ की न्याईं महसूस करना, उसके बदले में उपकारी के काम आकर सन्तुष्टि का अनुभव करना कृतज्ञ हृदय के लक्षण हैं। हमारा पूरा अस्तित्व दूसरों की सेवाओं का प्रतिफल है। हवा, पानी, सूर्य, धरती की अनवरत सेवाएं हमारे जीवन का आधार हैं। वनस्पति जगत् के फल, सब्जी, फूल, औषधि आदि के बिना हमारा जीवन असंभव है। पशु जगत् विभिन्न रूपों में हमारा सेवाकारी है। मनुष्य जगत् के विभिन्न अस्तित्वों यथा माता-पिता, भाई-बहन, जीवनसाथी, गुरु जन, मजदूर, किसान, डॉक्टर, वैज्ञानिक, माली, धोबी, मोची, खाना बनाने वाले, व्यापारी आदि विभिन्न सेवाकारियों के कारण हमारा जीवन सम्भव है। संक्षेप में – I am due to others मैं दूसरों की बदौलत हूँ। ऐसा विचार, वाणी व लेखनी से इन उपकारों/सेवाओं को व्यक्त करना उपकार स्मरण है। यह कृतज्ञता/शुक्रगुजारी/Gratitude की प्रथम सीढ़ी है। उपकार स्मरण हृदय को विनम्र, सरस व सहज बनाता है। उपकार स्मरण जीवन में सन्तुष्टि लाता है, आशावादी बनाता है, अपनी बारी में सभी उपकारियों के लिए प्रत्युपकार करने हेतु प्रेरित करता है। हमारे दृष्टिकोण को सकारात्मक बनाने में उपकार स्मरण अहं भूमिका अदा करता है।

दुनिया का सबसे कीमती वाक्य है – 'मुझे तुम पर भरोसा है', इसलिए जब कोई आपसे यह कहे तो यह आपकी ज़िम्मेदारी है कि वो भरोसा बना रहे।

सार यह है कि अपने दृष्टिकोण/नज़रिए को बदलना एक प्रक्रिया है, जिसमें समय और प्रयास लगता है। यदि आप नियमित रूप से उपरोक्त सूत्रों को अपनाते हुए जीवन में आगे बढ़ने का प्रयास करते रहेंगे, तो अपने दृष्टिकोण को बदल सकते हैं। इससे सृष्टि भी बदली हुई महसूस होने लगेगी तथा जीवन में उत्साह, ख़ुशी व सार्थकता का एहसास बढ़ता चलेगा।

काश, हम सब इस यात्रा में सफलकाम हो सकें, ऐसी है शुभकामना!

– प्रो. नवनीत अरोड़ा

आत्मनिर्भरता ज़रूरी

हमें बाहरी दुनिया से नहीं, बल्कि अपने भीतर से भी शक्ति प्राप्त करनी होती है। अकेले रहकर भी हम ख़ुश रह सकते हैं अगर हम अपनी इच्छाओं को समझें और जीवन में सन्तुलन बनाएं रखें। आत्मनिर्भरता का मतलब केवल आर्थिक स्वतन्त्रता नहीं; बल्कि मानसिक और भावनात्मक स्वतन्त्रता भी है। यह स्वतन्त्रता हमें अपनी सोच और कार्यों में स्पष्टता और दिशा देती है। आज सोशल मीडिया का जमाना है। जहाँ हम हर दिन नए लोगों से जुड़ते हैं। इसमें शामिल होता है हमारा परिवार, दोस्त, मित्रों के साथ कई अनजाने चेहरे। सोशल मीडिया एक ऐसा प्लेटफॉर्म जहाँ हम आए दिन कुछ न कुछ पोस्ट करते हैं, जिसमें होती है हमारे हँसते-मुस्कुराते फोटोग्राफ्स, पॉजिटिव थॉट्स लेकिन जो आपने वहाँ पोस्ट किया है क्या वह वाकई में सच है। क्या आपने कभी ख़ुद से ये सवाल पूछा है। पोस्ट में आप जितना ख़ुश दिख रहे हैं, क्या वाकई आपकी ज़िन्दगी वैसी ही है। तो जवाब होगा 'नहीं।' फॉलोअर्स की संख्या देखकर हम गर्व महसूस करते हैं, कहते हैं कि हमारे पास इतने फॉलोअर्स हैं, लेकिन क्या उनके साथ अपना सुख-दुःख बाँट सकते हैं? क्या वे हमारे साथ सच्चे मित्र की तरह खड़े हैं? अकसर यह सब आभासी दुनिया तक ही सीमित रहता है। इस स्थिति में सवाल उठता है – क्या हम अकेले ख़ुश रह सकते हैं? दरअसल बाहरी दुनिया की चमक-दमक और समाज के मानदण्डों का अनुसरण करते हुए हम अकसर अपनी असली इच्छाओं और ख़ुशियों को नज़रअन्दाज कर देते हैं। यही कारण है कि कभी न कभी हमारे जीवन में क्या सवाल आता है कि – क्या मैं सच में ख़ुश हूँ? अगर आपके साथ भी कुछ ऐसा ही है तो ख़ुद से पूछें चन्द सवाल।

साभार 'परिवार पत्रिका'

सुदामा ने कृष्ण से पूछा – दोस्ती का असली मतलब क्या है?
कृष्ण ने हँसकर कहा – जहाँ मतलब होता है, वहाँ दोस्ती कहाँ होती है।

काम छोटा-बड़ा नहीं होता

विश्व में सारे प्राणी श्रम करते हैं। चींटियाँ निरन्तर काम करती हैं। बैया कितना सुन्दर घर बनाते हैं। चिड़ियाँ प्रातः उठते ही चुग्गे की तलाश में चल देती हैं। मधुमक्खियाँ कितना स्वादिष्ट शहद बनाती हैं। केवल मनुष्य आराम करता है। और कहा है – 'आराम हराम है'। निरन्तर चलते रहो, काम करते रहो – यही स्वस्थ जीवन का राज है। मनुष्य ने शारीरिक श्रम को बौद्धिक आयाम भी दिया। इससे विकास की यात्रा के चरण आगे बढ़े हैं। आज का सारा विकास श्रम का परिणाम है।

काम केवल काम होता है। काम अच्छा-बुरा व छोटा-बड़ा नहीं होता। श्रमिक की भावना काम को छोटा-बड़ा बनाती है अथवा व्यक्ति की भावना अच्छी-बुरी होती है। एक झाड़ू देने का काम, शौचालय साफ़ करने का काम, काम तो सिर्फ़ काम है। किन्तु वह झाड़ू अगर मन्दिर में दी जाती है, तो पूजा कहलाती है। अगर 'मल' अपने बच्चे का साफ़ किया जाता है, तो ममता कहलाती है। वहीं झाड़ू सड़क पर दी जाती है तथा दूसरों के शौचालय साफ़ करना भी वही कर्म है और आवश्यक कर्म है – किन्तु इसे सम्भ्रान्त परिवार का व्यक्ति हीन भाव से देखता है, इसलिए यह छोटा काम बन जाता है। किन्तु झाड़ू लेकर फोटो खिंचवाने में एक नेता गौरव समझता है।

एक खाना भूखों के लिए बनवाते हैं, तो उसे खाना बनाना कहते हैं। एक अन्न अपने लिए पकवाते हैं, उसे भोजन कहते हैं। भावना के अनुसार एक ही काम के भिन्न-भिन्न नाम बदल जाते हैं।

पूजा के भाव से सड़क को बुहारना भी इष्ट की अर्चना बन जाती है। इसलिए कोई भी काम करो, उसे प्रसन्नता से और पूजा के भाव से करो। कबीर कपड़ा बुनते थे, उसे प्रार्थना के भाव से तल्लीनता पूर्वक बुनते थे। धागों से एक-एक बिनौला बीनते थे और कहते थे कि कोई जीवित इष्ट पहनेगा, उसे यह चुभेगा तो मुझे कष्ट होगा। कबीर का कपड़े बुनने का कार्य भी पूजा था।

एक बार एक स्थान पर कुछ निर्माण कार्य होने वाला था। वहाँ अलग-अलग समूह में पत्थर तोड़ रहे थे। सभी अपने कार्य में व्यस्त थे। वहाँ एक निरीक्षक आया। उसने उन मजदूरों को पत्थर तोड़ते हुए देखा। निरीक्षक ने पहली टोली से पूछा-मित्रो! तुम क्या कर रहे हो? मजदूरों का जवाब था कि हम पत्थर तोड़ रहे हैं। कुछ आगे चलकर उसने दूसरे ग्रुप से पूछा कि – भाइयो! आप लोग क्या कर रहे हो। उन्होंने उत्तर दिया कि हम रोज़ी-रोटी कमा रहे हैं। निरीक्षक कुछ विचार कर आगे बढ़ा और तीसरे

हाथों की लकीरें क्या भाग्य बतायेंगी,
किए जो कर्म उन्हीं की तस्वीरें उभरकर आएंगी।

समूह से पूछा कि - बन्धुओ! आप लोग क्या कर रहे हो? उन्होंने जवाब दिया कि हम मन्दिर बना रहे हैं। निरीक्षक ने उन लोगों की बात सुनकर विचार किया कि ये सब लोग वास्तव में एक ही काम कर रहे हैं, पर इनके उत्तर अलग-अलग हैं, क्योंकि इनकी मानसिकता अलग-अलग है। जो लोग पत्थर तोड़ रहे हैं, वे वास्तव में रो रहे हैं, वे ज़िन्दगी को ही तोड़ रहे हैं। निराशा के कारण वे स्वास्थ्य खराब कर रहे हैं। वे जीवन के वर्तमान और भविष्य दोनों को बिगाड़ रहे हैं। जो लोग रोटी कमा रहे हैं, वे केवल पैसा कमा रहे हैं, वे स्वास्थ्य और पुण्य नहीं पा रहे हैं। किन्तु जो लोग मन्दिर बना रहे हैं, वे प्रसन्नता से जीने का आनन्द ले रहे हैं। संगीत गा रहे हैं। साथ-साथ स्वास्थ्य प्राप्त कर रहे हैं। इसलिए जो भी कार्य करो, प्रसन्नता से करो।

भावनाओं की उज्ज्वलता से व्यापार करने का कार्य इष्ट की अर्चना हो सकता है और पूजा का कार्य भी अगर डयूटी समझकर दु:खी मन से किया गया हो, तो बोझ बन सकता है। इसका अर्थ यह कदापि नहीं हो सकता कि मच्छीमार व कसाई का हिंसक कार्य भी प्रसन्नचित्त से किया गया है, तो वह अर्चना बन जाएगा। कम से कम कार्य का चुनाव करते हुए इतना विवेक तो होना ही चाहिए कि करणीय कार्य पर-पीड़ा कारक न हो। हिंसक कर्म भावों में निर्मलता होने पर नहीं हो सकता। अत: वह श्रम पूजा है, जो कर्म स्व-परहितकारक हो। यहाँ तो यह तात्पर्य है कि अहिंसक व्यापार व गृहकार्य, भोजन बनाने का कार्य भी प्रार्थना के भाव से करो। वह भोजन स्वादिष्ट-सुपाच्य व पुष्टिकारक होगा। नित्य भोजन नहीं, आहार दान की भावना से चौका लगायें। स्वस्थ चित्त से किया गया कार्य सुष्ठु तथा दु:खित मन से किया गया कार्य विकृत होता है।

एक बार एक दरबारी राजदरबार में पगड़ी लगाकर आया। उसकी पगड़ी का रंग राजा के मन को भा गया। राजा ने दरबारी से कहा कि ऐसी पगड़ी मेरे लिए भी रंगवा दो। राजा के कहने पर दरबारी ने रंगरेज को बुलाया और पगड़ी रंगने के लिए कहा। रंगरेज ने पगड़ी रंगकर दी, किन्तु राजा को पसन्द नहीं आई। तत्पश्चात् रंगरेज ने अनेक बार पगड़ी रंगकर दी, परन्तु राजा को पसन्द न आई। राजा ने कहा रंगरेज! इस पर ऐसा रंग नहीं चढ़ा है, जैसा रंग इस दरबारी की पगड़ी पर चढ़ा है। मुझे दरबारी की पगड़ी जैसा अपनी पगड़ी का रंग चाहिए। तब रंगरेज ने कहा, 'माफ़ करें महाराज! उस पगड़ी पर तो मेरी मित्रता का रंग चढ़ा है, मैं वैसा रंग आपकी पगड़ी पर नहीं चढ़ा सकता।' अर्थात् खुशी से किया गया कार्य अलग ही तरह की आभा देता है।

अकबर के दरबार के नवरत्नों में संगीत सम्राट तानसेन भी एक थे। बादशाह

समय, सेहत और रिश्तों पर क़ीमत का कोई लेबल नहीं होता, लेकिन
जब हम उन्हें खो देते हैं तब हमें उनकी कीमत का अहसास होता है।

उसके संगीत से अत्यन्त प्रभावित थे। एक दिन बादशाह ने कहा कि - तानसेन! तुम इतना अच्छा संगीत करते हो तुम्हारे गुरु कितना अच्छा संगीत करते होंगे। मैं उनका संगीत सुनना चाहता हूँ। तानसेन ने कहा - उनका संगीत सुनने के लिए आपको गुरु जी की कुटिया पर जाना पड़ेगा और बादशाह अकबर हरिदेव गुरु का संगीत सुनने गए। उस संगीत को सुनकर भाव-विभोर होकर तानसेन से बोले - "तानसेन! तुम्हारे संगीत में वे प्राण कहाँ, जो गुरु जी के संगीत में हैं।" तब तानसेन ने उत्तर दिया - "बादशाह सलामत! गुनाह माफ़ करना। मेरे संगीत में वह जादू कैसे हो सकता है। क्योंकि गुरु जी तो तीन लोक के बादशाह के लिए गाते हैं, मैं तो केवल इस जहान के बादशाह के लिए गाता हूँ।" इस उत्तर को सुनकर बादशाह अकबर चुप हो गए।

प्रत्येक कार्य की सुघड़ता-सुन्दरता व्यक्ति के भावों का परिणाम ही होता है। क्रोध-तनाव व उदासी में किया गया कार्य या तो सफल नहीं होता अथवा सुघड़ नहीं होता। अत: प्रत्येक कर्म को प्रसन्नता-एकाग्रता पूर्वक करें। हाथ में माला लेकर जपने का नाम जाप नहीं है। आँख मूँद कर गर्दन उठाकर बैठने का नाम ध्यान नहीं है। प्रत्येक कार्य को एकाग्रता से तन्मयता से - प्रसन्नता से करने से भी ध्यान आराधना होती है। सारांश 'अध्यात्म गंगा' से

कविता

पृथ्वी दिवस है आया, हम सबने ख़ुशियों से है मनाया
पर जब बात आयी कुछ करने की फिर से बहाना बनाया
समय नहीं है, पैसे नहीं हैं और भी जाने क्या-क्या
मनुष्य (सर्वश्रेष्ठ) होकर भी हम जताते निराशा
क्या मुस्कान और दुआएं भी नहीं हैं हमारे पास
कहते हैं देने की नीयत रखो प्रकृति देती है फिर साथ
इस प्रकृति ने हवा, पानी, भोजन इतना सब दिया
क्या मनुष्य इतना कृतघ्न है सब इसी को चाहिये सदा
जो बीत गया उसे छोड़ें आज से कुछ नया अपनाएँ
जो भी अच्छा मिला है उसके लिए दें धन्यवाद व
इस छोटे से ही क़दम से देखो हो जायेगा परिवर्तन
मनुष्य प्रकृति का होगा साथ, तो होगा प्रकृति का संरक्षण।

बिना स्वार्थ और बिना ज़रूरत के प्रतिदिन याद करने
वाले भी सौभाग्य से मिलते हैं।

वायरलेस विपदा

एक ज़माना था जब फ़ोन तारों से बन्धे होते थे। दीवार पर लगे टेलीफ़ोन की घंटी बजी, तो पूरे घर को पता चलता था कि किसी का फ़ोन आया है। बातचीत सीमित थी, समय, स्थान और प्रसंग के हिसाब से। लेकिन उस समय इन्सान कहीं ज़्यादा आज़ाद था। बातचीत ख़त्म होते ही व्यक्ति फिर अपनी दुनिया में लौट आता था-परिवार, किताबें, सैर और संवाद।

अब समय बदल चुका है। फ़ोन अब जेब में हैं, हाथ में हैं, तकिये के नीचे हैं। तार तो गायब हो गए, लेकिन इन्सान एक अदृश्य डोर से बन्ध गया – नोटिफिकेशन की डोर, सोशल मीडिया की डोर और अनगिनत ऐप्स की डोर। अब इन्सान 24 घण्टे ऑनलाइन है, लेकिन असल जीवन से ऑफलाइन होता जा रहा है

तकनीक ने जहाँ सुविधाएं दी हैं, उससे कहीं ज़्यादा चैन भी छीनी है। पहले 'बिजी टोन' होती थी, अब 'डिस्टर्बेंस' स्थायी हो गया है। पुराने जमाने में फ़ोन करना एक नियोजित क्रिया थी। अब यह एक बाध्यता बन चुकी है – हर समय उपलब्ध रहना, जवाब देना और प्रतिक्रिया देना।

डायनिंग टेबल या ड्राइंग रूम में एकसाथ बैठा परिवार अपने हाथों में मोबाइल थामे नजदीक बैठकर भी बहुत दूर है। ट्रेन, मेट्रो और जहाँ कहीं भी नज़र जाएं जिन्दा लोग स्क्रीन में दफ़न हो चुके हैं। बड़े-बूढ़ों से लेकर जवान और छोटे बच्चे तक कहीं खो चुके हैं। आदमी है भी और नहीं भी। फूलों की घाटी हो या पर्वतों का सौन्दर्य या फिर समन्दर का वैभव कोई भी देखने वाला नहीं....तस्वीरें कैद करने में असली सौन्दर्य रह जा रहा....! हाँ यह एक मानसिक विकार है, एक अदृश्य रोग जो भीतर से लोगों को खोखला करता जा रहा है।

इस प्रकार का परिदृश्य हमें सोचने को मजबूर करता है। क्या वास्तव में हम उन्नति कर रहे हैं या ख़ुद को एक नये प्रकार की गुलामी में बाँध रहे हैं? अब ज़रूरत है कि हम ख़ुद से पूछें- क्या हमारी डिजिटल स्वतन्त्रता ने हमें मानसिक कैदी बना दिया है?

सवाल केवल तकनीक का नहीं, बल्कि उसके उपयोग की दिशा का है। जब तक इन्सान तकनीक का उपयोग करता है, वह आज़ाद है, लेकिन जब तकनीक इन्सान को उपयोग करने लगे, तब वह बन्धन में है और जो बन्धन अदृश्य है, दिखता नहीं वह तो और भी घातक है और कितना घातक है इसे तभी जाना जा सकता है जब हम इस पर स्क्रीन से अलग होकर मंथन करें और जीवन में हुए निरर्थक बदलावों पर नज़र

कामयाब होने के लिए कई बार हमें जो है उसी में शुरूआत कर लेनी चाहिए
भले ही तैयारी पूरी न हो क्योंकि यह इन्तज़ार करने से काफ़ी बेहतर है।

डालें, वैसे बदलाव जो न होने थे, वैसे बदलाव जो हमारे होने पर ही लगातार प्रहार करें और वैसे बदलाव जो हमें मानसिक तौर पर बहुत बीमार और दिवालिया कर दें!

क्या मैं ग़लत हूँ? अगर ग़लत हूँ तो आपका स्क्रीन टाइम क्या है? इस प्रश्न का उत्तर ही पर्याप्त है इस विपदा की गम्भीरता को समझने के लिए। हाँ.....विपदा .. बहुत बड़ी विपदा....!

– राजू दत्ता

सिर्फ़ वही रानी बनने के योग्य है

राजकुमार ब्रसुसेन राजा बनने वाले थे। परम्परा के अनुसार राजा बनने से पहले उनका विवाह आवश्यक था। मन्त्री ने सलाह दी कि वह राज्य की सभी विवाह योग्य युवतियों को बुलाकर उनमें से सुयोग्य वधु चुनें। महल में काम करने वाली एक स्त्री की पुत्री वसुसेन से बहुत प्रेम करती थी। स्वयंवर की खबर सुनकर वह भी राजमहल जाने की जिद करने लगी। माँ ने बेटी को समझाया कि वसुसेन का विचार ही मन से निकाल दे। मगर उसने कहा – माँ, मुझे पता है कि वसुसेन मुझे नहीं चुनेंगे, पर इसी बहाने मुझे कुछ समय उनके पास रहने का मौका मिलेगा। स्वयंवर के दौरान महल में सुन्दर और धनी युवतियों का जमघट लगा। वसुसेन ने कहा – मैं प्रत्येक युवति को एक बीज दूँगा। इस बीज से पौधा निकलने के छह महीने बाद जो मुझे सबसे सुन्दर फूल लाकर देगी, मैं उसी से विवाह करूँगा। सभी युवतियों को गमले में बीज रोपकर दे दिया गया। महल की दासी की पुत्री ने भी बहुत लगन से गमले की देखभाल की। उसने दिन-रात एक कर दिया, लेकिन गमले में कोई पौधा नहीं उगा। छह महीने बाद वह अपने खाली गमले को लेकर राजमहल पहुँची। उसने देखा कि बाकी युवतियों के गमलों में बहुत अच्छे, सुन्दर फूल खिले थे। जब परिणाम के घोषणा की बारी आई, तो वसुसेन ने दासी की पुत्री को ही चुना। उपस्थित लोगों ने ऐतराज किया कि सुन्दर फूल लेकर आई युवतियों की उपेक्षा हुई है, तो वसुसेन ने शान्तिपूर्वक कहा, केवल यही युवती रानी बनने की योग्यता रखती है, क्योंकि इसने सच्चाई और ईमानदारी का फूल खिलाया है। जो बीज मैंने छह महीने पहले सभी युवतियों को दिए थे, वे निर्जीव थे। उनसे पौधा उगकर फूल खिलना असम्भव था।

थोड़ी फ़िक्र थोड़ी कद्र
कभी-कभी लें अपनों की खैर-ख़बर,
इन छोटी-छोटी बातों का होता है बड़ा असर।

कविता

(भूषण चन्द्र तिवारी के सम्बन्ध में)

जन-जन में रम जाये जो घर-घर में बस जाये जो
भूषण चन्द्र तिवारी हैं लखनऊ ए बलिहारी हैं।
पेड़ लगाने यह निकले, पेड़ बचाने यह निकले
पेड़ों से इनका रिश्ता, पेड़ों से ही यारी है।
भूषण चन्द्र तिवारी हैं लखनऊ ए बलिहारी हैं।
हैं वृक्षों के मानव यह, हैं वृक्षों के मानक यह
वृक्ष बने जीवन इनका, वृक्ष प्राण संचारी है
भूषण चन्द्र तिवारी हैं लखनऊ ए बलिहारी हैं।
बच्चों को शिक्षा देते, संस्कृति की दीक्षा देते
निर्धन बच्चों की इनसे महक रही फुलवारी है
भूषण चन्द्र तिवारी हैं लखनऊ ए बलिहारी हैं।
भूखों को खाना दो तुम, पशुओं को दाना दो तुम
चिड़ियों को चुग्गा-पानी, पुण्य मिले तब भारी है
भूषण चन्द्र तिवारी हैं लखनऊ ए बलिहारी हैं।
दीन-दलित गर पाओ तुम, उसको गले लगाओ तुम
दर्द नष्ट कर दो उसके, वह तुमरा उपकारी है
भूषण चन्द्र तिवारी हैं लखनऊ ए बलिहारी हैं।

– अमर नाथ (लखनऊ)

अभी वो लोग वाकिफ़ ही कहाँ है मेरी उड़ान से,
वो कुछ और थे जो उड़ गए मामूली से तूफ़ान से।

Goodness in Everyday Life

- Prof. S.P. Kanal

He stood by his principal

He was a young graduate who was entrusted with the task of getting electric connection for a set of quarters, one of which he occupied. He approached the Engineer concerned who told him that the electric connection could be sanctioned gratis if the quarters in the application were shown to be school staff quarters instead of being the society's quarters, otherwise the cost would be above Rs. 6000. The young man said that the quarters were not school staff quarters and therefore he could not state them to be so. The Engineer suggested that the school and the quarters both belonged to the Dev Samaj society and so there should be no objection if in the application the quarters were shown as school staff quarters. The young man politely told the Engineer, that his moral training in Dev Samaj did make it possible for him to do so. The Engineer asked the young man to come the next day. Next day, when the young man went to the Engineer, he complimented the young man on his integrity and said how rare this integrity was even in the case of some of the leaders in our country. And using his special powers, he sanctioned the connection gratis.

Overheard

A young graduate in science was to appear for an interview for a job. One of the members of the Interview Board was known to the father of the boy. The father suggested to his son to go and see that member of the Interview Board which may help his selection. He was a retired Government servant and explained to the boy about the need of such a call. The son pleaded with his father that he would not do this, for such exercise of familial influence on the member of the Interview Board may deny another young man more deserving than him the

बुद्धि सबके पास है चालाकी करनी है या ईमानदारी वो संस्कारों पर निर्भर करता है।

chance of selection.The young heart of this science graduate would not tolerate this injustice to another which such influence may cause.

HTDO

My grandma always used to tell me "You catch more flies with sugar than with vinegar” and this is advice I always kept close to my heart. Being nice costs us nothing, it’s a simply a choice, and what does it say about us if we choose the alternative.

Let me illustrate with a story: Sameer, a hotshot sales manager, on a Sunday evening, was in the packed parking lot of a shopping mall. Cars were crawling with anxious drivers looking for that one vacant slot. Sameer, sharp and aggressive as he was, spotted a vacant space ahead & quickly zoomed in.

He could see another car trying to reverse into the same slot, but Sameer was determined to beat the other man to it. And he did and felt jubilant, as we all sometimes do with life's little victories.

The old man driving the car was disappointed. He looked Sameer in the eye and continued his search for another parking slot. Two days later, Sameer was preparing for one of the biggest moments of his career. He was close to winning a big contract for his company. And all that was left now was the formal handshake meeting with the client's CEO.

As Sameer walked into the client's office and saw the CEO, he felt a sudden sense of discomfort.Yes, it was the same man from whom he had snatched the parking slot on Sunday. And you can guess what happened thereafter. “Alas! If only Sameer had grown up with the HTDO habit! It has probably happened to you. As you walk towards the door of an office, or a hotel, the person walking in front holds the door open for you. Remember how good it made you feel - if only for that moment. Isn't it surprising that although we all feel good

पूरी ज़िन्दगी किसी काम को ट्राई न करके पछताने से रिस्क लेकर फेल हो जाना अच्छा है।

when someone holds the door open for us, we seldom do the same for other? How come?

It's probably because we are all preoccupied with ourselves and obsessed with getting ahead. Here, then, is a life-changing lesson they don't teach you in any school – 'Hold The Door Open' (HTDO). The world can be divided into two types of people. Those who push open a door, walk through and let it slam behind them. That's the 99% of the population. And there's the 1% who hold it open to allow the next person to walk through. Learn to do that, and you too could join the select 1% club.

HTDO doesn't merely make other people feel good. It makes you feel good too. HTDO translates into a behaviour of helping and caring.Winning in life is less about naked ambition and more about helping other people win. It’s not only about being a leader but also about creating more leaders.

Someone once said, "It's nice to be important. But it's more important to be nice" Make a beginning, Hold The Door Open & Stay Blessed forever!

Handling of past

Do not be unnecessarily burdened by the past. Go on closing the chapters, that you have read. There is no need to go back again and again. Even you do wish to recall past, selectively recall positive memories only with a mode of thanks and gratitude.

Life

Life is the hardest school, as you never know what level of class you are in, what exam you will have next and you cannot cheat, because nobody else will have the same question paper.

जब हौंसला बना लिया ऊँची उड़ान का,
फिर देखना फिजूल है कद आसमान का।

बेतरतीबी से घृणा

26 सितम्बर 1908 : हम चारपाई पर लेटे हुए भी हों, हमारी कोई चीज़ बेतरतीब (विश्रृंखला की अवस्था में) पड़ी हुई हो, वह हमें ऐसी हालत में दिखाई दे तो चाहे साधारणत: देखने में उसे कोई हानि न भी होती हो, लेकिन जब तक हम उठकर उसे तरतीब (श्रृंखला) की हालत में न रख दें, तब तक हमें चैन नहीं आता। उसे टेढ़ी पड़ी हुई देखकर हम अपने आपको उसके साथ मेल की हालत में महसूस नहीं करते और उसके साथ मेल की हालत में आने के लिए बाध्य हो जाते हैं।

नेचर के प्रत्येक जगत् के साथ उच्च मेल स्थापक भगवान् देवात्मा की देवज्योति को पाकर हम देखें कि कहाँ-कहाँ अपने निर्जीव और जीवित सम्बन्धियों के सम्बन्ध में हम अनमेल की हालत में हैं। उनके सम्बन्ध में उच्च मेल की हालत में आने के लिए भगवान् के देव बल को पाकर अपने स्वभाव को मोड़ें और तोड़ें और उसके उच्च बनाने के लिए हितकर साधनों में लग सकें।

ठेकेदार ने कहा - मेरे साथ धोखा हुआ है

27 सितम्बर, 1908 : घास के एक ठेकेदार ने पर्वत आश्रम के टीले का घास खरीदा। जिस सेवक ने उस टीले की हद दिखाई, उसने वह हद ग़लती से कुछ ज़्यादा बता दी। ठेकेदार द्वारा रुपये देने के बाद दूसरे या तीसरे दिन इसका पता लगा तो उसने कहा कि मुझे धोखा दिया गया है और इस तरह मुझे एक रुपए का नुक़सान हुआ है। यह बात भगवान् तक पहुँच गई। उन्हें यह सुनकर बहुत तकलीफ हुई कि हमारे सेवक को धोखा देने वाला बताया गया है। भगवान् ने उस सेवक को एक रुपया दिया और कहा कि उस ठेकेदार के पास जाकर यह रुपया दे आओ और उसे कह आओ कि वह फिर तुम को धोखा देने वाला न कहे। ग़लती का हो जाना और बात है और धोखा देना कुछ और। भगवान् की इस जीवन कथा से कुछ पता लग सकता है कि वह अपने सेवकों की मानहानि के सम्बन्ध में किस क़दर दु:ख महसूस करते हैं। वह किसी तरह गवारा (सहन) नहीं कर सकते थे कि उनके सेवक को कोई धोखा देने वाला कहने का साहस करे। हमारे जीवनों से कोई ऐसी क्रिया होती न हो कि जिससे हमें कोई धोखा देने वाला करने का साहस कर सके। हमारे भगवान् जीवन की जिस ऊँची मंज़िल पर हमें देखना चाहते हैं, हम हमेशा के लिए वहाँ तक पहुँचने के लिए कोशिश में रहें।

> यदि व्यक्ति शिक्षा से पहले संस्कार, व्यापार से पहले व्यवहार और अपने से पहले परिवार का ख़्याल रखे, तो जीवन में कभी कोई कठिनाई नहीं आएगी।

अपने कर्मचारी की इज़्ज़त का भाव

27 सितम्बर, 1908 : सोलन पर्वत आश्रम में पूजनीय भगवान् रहते थे। दोपहर के खाने का समय था। भगवान् खाना खाकर ज़रा बाहर आए। आपने लगभग 30 गज़ के फासले पर देखा कि कर्मचारियों के रसोई घर में एक कर्मचारी ज़मीन पर बिछी हुई एक चटाई पर बैठा खाना खा रहा है, उसके बिलकुल साथ लगती हुई चारपाई पर खाना पकाने वाला नौकर बैठा है। भगवान् के दिल पर इससे सख्त चोट लगी। उन्होंने दूर से ही बड़े ज़ोर से पुकारा-चारपाई से नीचे बैठो और फ़रमाया कि हम सहन नहीं कर सकते कि हमारा कर्मचारी नीचे बैठा हो और हट्टा-कट्टा तन्दुरुस्त नौकर चारपाई पर बैठा हो। हम अपने कर्मचारी का अपमान कैसे सह सकते हैं। जब वह नौकर चारपाई से नीचे हुआ, तब भगवान् ने चैन पाया। इस दृश्य को स्वयं उस कर्मचारी ने भी देखा और कई और जनों ने भी, लेकिन जो बात भगवान् देवात्मा को खटकी, वह किसी और को नहीं खटकी। इससे पता लगता है कि भगवान् के अन्दर अपने सेवकों और कर्मचारियों की इज़्ज़त का किस क़दर ख्याल था। वह किसी तरह से उनकी हेठी होती सहन नहीं कर सकते थे। काश कि हम अपनी इज़्ज़त आप करना सीख सकें। भगवान् ने सेवक और कर्मचारी बनने का हमें इस दुनिया में जो बड़ा अधिकार प्रदान किया है, उसे हम उच्च जीवन द्वारा बढ़ाते रहकर कायम रख सकें।

पर्वत आश्रय सोलन आने वालों के आराम की चिन्ता

पर्वत आश्रम में चन्द दिनों के लिए आए हुए जनों की आवश्यकताओं को पूरा करने का भगवान् बहुत ज़्यादा ख्याल रखते थे। उनके आने का पता लगने पर ही उनके लिए सोचने लगते थे। उनके खाने-पीने और सोने आदि की आवश्यकताओं को पूरा करके आराम पाते थे। इसके भिन्न उनके शरीर, दिमाग़ और दिल की बेहतरी के लिए और जो कुछ करते थे, उसका दृश्य तो और भी निराला होता था। सब ही उनके अनगिनत अमूल्य उपकारों से लद जाते थे। पर्वत आश्रम में आना और रहना बरकतों से मालामाल होना था। पर्वत आश्रम में रहकर आत्मा धन्य-धन्य हो जाते थे। किसी किस्म की बाहर की शिकायत का तो चिन्हमात्र नहीं था।

भगवान् ने अपने एक सेवक को सम्बोधित करके फ़रमाया कि फलां (उक्त) सेवक यहाँ पर्वत आश्रम सोलन में आएगें। उनके लिए चारपाई का प्रबन्ध करना है। बुन डालो। वाह! किस क़दर सुन्दर नज़ारा। वह भगवान् जो राजाओं और महाराजाओं

समस्या देखकर कभी-भी जीवन में हार नहीं माननी चाहिए क्योंकि
हो सकता है कि इस समस्या में ही आपकी एक बड़ी शुरुआत छुपी हो।

की जो उच्च जीवन के अभिलाषी नहीं है, ज़रा परवाह तक नहीं करते, वह अपने एक तुच्छ उपकृत सेवक के आराम और ज़रूरत का इस क़दर ख्याल रखते हैं और उसके सब प्रकार के भले का प्रबल भाव रखते हैं। जब भगवान् को किसी सेवक या श्रद्धालु के अपने चरणों में पहुँचने की खबर मिलती थी तो पहले से उसके रहने, खाने-पीने और उसके आत्मा के हित के लिए सोचने लगते हैं। सच है, भगवान् अपने शिष्यों के आराम का जिस क़दर ख्याल रखते थे, उस क़दर उनके शिष्य अपने देवात्मा निराले सत्गुरु को आराम और शुभ इच्छाओं का ख्याल नहीं रखते। भगवान् अपनी शरण में आए हुए आत्माओं के हित का जिस क़दर अथाह और प्रबल भाव रखते हैं और उससे प्रेरित होकर उनके आत्मा की रक्षा और उन्नति के लिए जो कुछ करते रहते थे, वह बयान से बाहर है।

काल-यात्रा (Time-Travel)

(19 फरवरी, 2002)

प्रश्न - क्या आत्मा समय में आगे-पीछे यात्रा कर सकती है?

उपदेश - काल-यात्रा की धारणा इन्सान को बहुत पहले से रही है। उसकी काल्पनिक विचारशीलता ने इसे कई रूपों में प्रकट किया है, पर मूल बात वही है - समय में पीछे जाकर इन्सान का इतिहास देखना या फिर भविष्य में जाकर उसका कल देखना। आत्मा के सन्दर्भ में देखे, तो परलोक का भूतकाल और भविष्यकाल देख पाना हमारे लिए काल-यात्रा जैसा होगा।

कुछ बातें ऐसी हैं, जो हमारे लिए बताना वर्जित हैं। इसलिए साफ़ हाँ या न में जवाब हम नहीं दे पाएंगे। परन्तु, यह सत्य है कि इन्सान की मुख्य सीमा 'समय' ही है। इन्सान की कल्पनाशीलता पर कोई बन्धन नहीं है, पर उसे किसी भी ईजाद के लिए विचारों के आधार पर बहुत लम्बे समय तक काम करना पड़ता है और जब तक उसका उचित समय न आए, कोई भी आविष्कार या खोज फलदायक नहीं हो पाती। अब, तुम कहोगे कि यह तो भाग्य वाली बात हुई, परन्तु ऐसा भी नहीं है। विकास की गति निरन्तरता तथा धीमापन लिए हुए होती है। अभी तो इन्सान के सीधी लम्बी दूरी के आवागमन के साधन ही इतनी पिछड़ी अवस्था में हैं, तो दूसरे आयामों अर्थात् 'समय में प्रवेश' आदि के बारे में सोचना बहुत दूर की बात है। तो, जितनी जल्दी इन्सान प्रगति करता जाएगा, उतनी ही जल्दी ऐसी बहुत सी बातें, जो आज के विज्ञान के

असफलता एक अच्छा सबक होती है, ऐसे में हमें और मेहनत करनी चाहिए।

अनुसार असम्भव लगती हैं, वह मुमकिन तथा सर्वसाधारण के लिए आम बात भी हो जाएंगी। आज से पाँच सौ साल पहले इन्सान के संचार-संसाधन क्या थे, वह देख लो और पिछले सौ वर्षों में जो तीव्र गति से विकास हुआ है, वह देख लो। अतः प्रगति ही इन्सान को उस दौर में ले जाएगी, जो आज अकल्पनीय लगती है।

अब, आत्माएँ काल-यात्रा कर सकती हैं या नहीं, इसका सीधा जवाब हम नहीं दे सकते। परन्तु, इतना भी समझ लो कि आत्मिक जीवन इन्सानी जीवन से कहीं अधिक लम्बा है। परलोक तो एक ही है। इसका अर्थ यह है कि आज से सैकड़ों वर्ष पूर्व परलोक में आई हुई आत्माओं से भी हम मिल सकते हैं। और, क्योंकि आत्मा का बातचीत का माध्यम भाव एवं विचार हैं, जो कि संचार का एक बहुत ही जीवन्त, अभिव्यक्ति पूर्ण एवं सुचित्रित तथ प्रभावी रूप है। अतः यह उन बातों या घटनाओं को समक्ष देखने के सदृश ही होता है। हमारे पास टेलीविजन की भी अत्यन्त विकसित संकल्पना (Concept) है। जैसे टी.वी. पर तुम लोग इतिहास के चैनल में या डॉक्यूमेण्टरी फिल्मों में भूतकाल को देख सकते हो, उसे कहीं अधिक टी.वी. का विकसित रूप परलोक में हमारे पास मौजूद हैं।

रही बात भविष्य की, तो भाई, इन्सान अपनी मस्ती में परलोक को भी नकार देता है। लोग नहीं मानते कि परलोक जैसी भी कोई चीज़ है और इन्सानी जीवन में अच्छी आत्मिक पूँजी जुटाना उसके लिए बेहद आवश्यक है। तो फिर, परलोक के आगे क्या है, आत्मा के भविष्य में क्या है, यह जानना इन्सान के किस काम का? अभी तो यह समझ लो कि यहाँ बहुत सारे मुकामों की श्रृंखलाएँ हैं, जिनमें से आत्मा गुज़रती है। यह आत्मिक जीवन तथा उसके भविष्य के जीवन के लिए मन्ज़िलों के विभिन्न स्तरों जैसी हैं। इस विषय में पूर्णतः सही संकल्पना समझाना बहुत कठिन भी है तथा निरर्थक भी। इसलिए, इन्सान को अभी तो अपने निकटतम भविष्य की ही चिन्ता होनी चाहिए। अतः अपना जीवन सादा और न्यायसंगत रखो। ज़्यादा से ज़्यादा परोपकार करो, ताकि तुम्हारा भविष्य अच्छा बन सके। बाक़ी इन्सान की सबसे बड़ी सीमा या मजबूरी भी 'समय' है और सबसे बड़ा साथी भी समय ही है। वक़्त गुज़रता जाता है और दुनिया परिवर्तित होती चलती है - कभी अच्छे के लिए तो कभी बुरे के लिए। तुम्हें जितना इन्सानी वक़्त मिला है, उसका प्रयोग न्यायसंगत तरीक़े से करो। तभी इस ज्ञान का कोई लाभ है।

- परलोक सन्देश

हृदय और मन में एकता और प्रेम रखें, एक-दूसरे से कभी द्वेष मत करें।

मृत्युलोक में जन्म

प्रिय मित्रो! फेसबुक के माध्यम से एक प्रश्न आया है कि 'इस मृत्युलोक में जन्म लेना, क्या हमारा भाग्य है या दुर्भाग्य?'

मित्रो! विज्ञानमूलक सत्यधर्म प्रवर्तक एवं संस्थापक भगवान् देवात्मा की अद्वितीय देवज्योति के उजाले में मुझ तुच्छ को जो उत्तर सूझ रहा है, उसे आप सबकी सेवा में नीचे उद्धृत कर रहा हूँ। यथा...

इस मृत्युलोक अर्थात् स्थूल जगत में हमारा जन्म होना हमारे लिए बहुत बड़ा सौभाग्य है। हमें सदा स्मरण रखना चाहिए कि विश्व में यह हमारा पहला तथा यही हमारा अन्तिम जन्म है। एक बार मृत्यु होने के पश्चात फिर कभी हमारा इस पृथ्वी परपुन: जन्म नहीं हो सकता।

हर बार जन्म लेने वाला नया जीव होता है; जो जन 'जीव विज्ञान' की शिक्षा को अच्छी तरह से समझते हैं, वह इस सत्य पर शीघ्र विश्वास कर सकते हैं कि प्रत्येक जीव के जन्म लेने की नेचर में एक विशेष विधि है।

प्रत्येक जीव के जन्म के पीछे जीवनयात्रा का करोड़ों वर्षों का एक लम्बा इतिहास है तथा नेचर का करोड़ों वर्षों का ही किसी जीव को जन्म देने का अद्वितीय संग्राम भी है। सरल शब्दों में – प्रत्येक जीव सृष्टि के उच्च्व परिवर्तन विषयक विकासक्रम के अन्तर्गत नेचर के करोड़ों वर्षों के संघर्ष के पश्चात जन्म लेता है।

हमें आत्मिक दृष्टि से जन्म पाने के साथ-साथ पूर्ण गठन प्राप्त स्थूल शरीर भी नेचर के विकास विषयक संग्राम के फलस्वरूप ही प्राप्त हुआ है। यह भी सत्य है कि हमारा स्थूल शरीर हमारे आत्मकल्याण का सबसे बड़ा सहारा तथा सहायक है।

अत: हम सबके लिए नितान्त आवश्यक है कि हम अपने जीवन विशेषत: अपनी आत्मा का सच्चा ज्ञान एवं बोध प्राप्त करें तथा जिस जीवन की रक्षा एवं विकास विषयक प्राकृतिक नियमों के अनुसार जीवन व्यतीत करते रहने से हमारा हमारा वास्तविक आत्मकल्याण हो सकता है, उनके अनुसार जीवन व्यतीत करने हेतु सच्चा आध्यात्मिक बल प्राप्त करके आत्मकल्याण लाभ प्राप्त करें और अपने जन्म लेने को सफल करें।

सबका शुभ हो! मंगल हो! कल्याण हो!

– देवधर्मी

जीवन उच्चतम व्यक्तित्व का निर्माण करने का एक अद्वितीय अवसर है।

24 वां बाल व्यक्तित्व विकास शिविर, रुड़की
(01-04 जून, 2025)

1 से 4 जून, 2025 तक देवाश्रम, रुड़की में बाल व्यक्तित्व विकास शिविर का आयोजन बहुत ही सफल प्रमाणित हुआ। शिविर से बच्चों ने अच्छे प्रभाव ग्रहण किए और उनका आत्मिक हित साधन हुआ, जिसका पता उनके माता-पिता द्वारा दी गई फीडबैक से मिलता है।

शिविर के कार्यों की एक संक्षिप्त दिनचर्या निम्न प्रकार रही -

प्रातः 6:30 बजे से 7:00 बजे तक - श्री अवधेश जी योगाचार्य द्वारा बहुत ही सुन्दर ढंग व मधुरता से हल्के योग अभ्यासों व प्राणायाम को करवाया गया, जिसे बच्चों ने आनन्द व उत्साह से किया।

प्रातः 7:00 बजे से 7:30 बजे तक श्रीमती विनीता भण्डारी जी ने ध्यान को एकाग्र करने के उपयोगी टिप्स सिखाए।

प्रातः 7:30 बजे से 8:00 बजे तक बच्चों को अपने शारीरिक स्वास्थ्य के बारे में जागरुक करने के लिए शहर के प्रसिद्ध चिकित्सकों द्वारा मार्गदर्शन प्रदान किया गया, इसमें डॉ. नवीन अग्रोही - हड्डी रोग विशेषज्ञ, डॉ. प्रदीप रस्तोगी - दन्त रोग विशेषज्ञ, डॉ. संजीव गर्ग - ENT Specialist, डॉ. चन्द्रशेखर ग्रोवर - EYE Specialist द्वारा बच्चों को बहुत सरल ढंग से अपने स्वास्थ्य की देखभाल के लिए गुर सिखाकर मानो बच्चों को स्वयं का छोटा डॉक्टर बनाया गया।

प्रातः 8:00 बजे से 8:30 बजे तक प्रतिदिन बदल-बदलकर पौष्टिक नाश्ता दिया गया। साथ ही चारों जगतों के महत्त्व को समझाकर धन्यवाद स्वरूप उनके लिए शुभकामना करने को प्रेरित किया गया। नाश्ते की व्यवस्था की संयोजिका श्रीमती पूनम जैन व शारदा बत्तरा जी रहीं, जिन्होंने स्नेह भाव से बच्चों को नाश्ता करवाया।

प्रातः 8:30 बजे से 9:15 बजे तक बच्चों को नीति शिक्षा संस्कार व शिष्टाचार के बारे में वर्कशॉप के माध्यम से बताया गया। इस कार्यक्रम में श्री राजेश रामानी जी सेवाकारी हुए।

प्रातः 9:15 बजे से 9:45 बजे तक डॉ. नवनीत जी ने बच्चों को गुदगुदाते हुए सुलेख के टिप्स दिए, जिससे बच्चे आनन्दित हुए।

प्रातः 9:45 बजे से 10:15 बजे तक श्रीमती शिल्पी जैन जी द्वारा महाराष्ट्र की प्रसिद्ध चित्रकारी वर्ली आर्ट बच्चों को सिखायी। बच्चों ने वेस्ट मैटिरियल पर

ज़िन्दगी के रंगमंच पर अपना किरदार इतनी शिद्दत से निभाएं कि पर्दा गिरने के बाद भी तालियाँ बजती रहें।

वर्ली आर्ट करके उसे उपयोगी बनाना सीखा।

प्रातः 10:15 बजे से 10:35 बजे तक श्रीमती ऊषा महत्ता जी ने बच्चों को व्यक्तित्व विकास के गुर सिखाए।

प्रातः 10:35 बजे से 11:00 बजे तक श्रीमती निशी गुप्ता जी ने बच्चों को गणित की जादूई ट्रिक्स बताकर उसे आसान बनाया।

प्रातः 11:00 बजे से 11:30 बजे तक श्रीमती प्राची बत्तरा व श्वेता सहगल द्वारा बच्चों को निर्दोष खेल-खिलाकर मनोरंजन किया गया।

समय की उपलब्धता होन पर बीच-बीच में सुश्री अनिता जी द्वारा प्रार्थना का महत्त्व व अपने उपकारियों के महत्त्व को बताते हुए उनके प्रति धन्यवादी होने की प्रेरणा भी दी गई।

समापन दिवस - शिविर के समापन दिवस पर 04 जून, 2025 को प्रातः 10:00 बजे - बच्चों व अभिभावकों के बीच ताल-मेल बनाने पर डॉ. नवनीत जी द्वारा उद्बोधन दिया गया, जिसमें लगभग 40 अभिभावक शामिल हुए। सभी अभिभावकों ने कार्यक्रम की खूब प्रशंसा की व इसे लम्बी अवधि का करने के लिए आग्रह भी किया। बच्चों व अभिभावकों ने अपने भावों का भी प्रकाश करते हुए मिशन को धन्यवाद दिया।

शिविर से 64 बच्चों ने लाभ उठाया। अन्त में बच्चों को प्रमाण-पत्र वितरित किए गए। इस बाल व्यक्तित्व विकास शिविर की संयोजिका सुश्री अनिता सैनी जी रहीं तथा श्रीमान् आदेश जी, श्री रामनाथ बत्तरा जी, श्री वी. के अग्रवाल जी, श्रीमती रेणु वाधवा जी, श्रीमती इन्दु अग्रवाल जी सहयोगी रहीं।

शिविर की सफलता हेतु हम सहायकारी शक्तियों को धन्यवाद देते हैं।

भाव प्रकाश

अपनी गर्मियों की छुट्टियों में, विकास की सच्ची चाह व लगन से, बाल व्यक्तित्व विकास शिविर में मैं आई, जहाँ अनमोल व प्रेरणादायक शिक्षा मैंने पाई, पहले दिन हमने अपने प्रिय दोस्त विवेक से मुलाकात की तथा अपनी जीवन लक्ष्य की रेल में सवारी ली, दूसरे दिन पाप-पुण्य की गति को जाना, और चारों जगतों का शुभ चाहकर सीखा मुस्कुराना, तीसरे दिन फिर इन्सानियत को सबने अपने हृदय से लगाया तथा विकासशील ज्ञान को अपनाकर आलस्य को भगाया, अन्त में हमने लिया बहुत

वक़्त सबको मिलता है ज़िन्दगी बदलने के लिए,
पर ज़िन्दगी दोबारा नहीं मिलती वक्त बदलने के लिए।

अच्छा बनने का वचन, जब सुने हमने बहुत से मनमोहक कथन, इसलिए सदा करती हूँ मैं भगवन को नमन, जिससे हम छू सके सफलता का ऊँचा गगन।

– काव्या सहगल (हरिद्वार)

मेरे दोनों बच्चों (तेजस व स्नेहा) के आचरण में शुभ परिवर्तन महसूस हुआ है। मैं हृदय से चाहती हूँ कि ऐसे शिविर/प्रोग्राम और ज़्यादा आयोजित हों।

– नीतू धीमान, नेहरु नगर (रुड़की)

हम बेवजह अपने बच्चों को दोष देते रहते हैं कि वे गुस्सा करते है, कहना नहीं मानते, वे ग़लत हैं। यहाँ शिविर में समझ आया कि बच्चे नहीं हम ग़लत होते हैं क्योंकि सिखाने वाले हम हैं। बच्चे हमसे सीखते हैं। शिविर का बच्चों पर अच्छा प्रभाव पड़ा है। वे चीज़े संभाल रहे हैं, हमें सम्मान दे रहे हैं। इस परिवर्तन हेतु धन्यवाद!

– अनिल कुमार, मोहनपुरा (रुड़की)

बच्चों ने बहुत कुछ यहाँ सीखा है। उन्होंने अपनी कमियाँ ख़ुद ढूँढ़ी हैं। बच्चों को चारों जगतों की, उनकी सेवाओं की बात समझ आई है।

– गीत सेठी, सिविल लाइन्स (रुड़की)

यहाँ बच्चों के समग्र विकास पर ध्यान दिया गया है। पोष्टिक आहार ग्रहण करना सीखा। इन दिनों में उसने बाहर कुछ नहीं खाया, फास्टफूड नहीं खाया। घर आकर उसने हमें वो सब सिखाया जो सीखकर आया था। यहाँ आने हेतु प्रातः 5:30 बजे उठकर आने को लालयित था।

– पूजा सैनी, मथुरा विहार (रुड़की)

मेरे बच्चे में बहुत सुधार इन दिनों में आया है। उसने अपना काम ख़ुद करना सीखा है। माह में दो बार बच्चों की नीति कक्षा होनी चाहिये।

– हर्षा आहूजा, सिविल लाइन्स (रुड़की)

बच्चों में यहाँ आकर सकारात्मकता बढ़ी है। आत्मविश्वास बढ़ा है। व्यवहार में सुधार आया है। ऐसा मार्गदर्शन निरन्तर देने की कृपा करें।

– दिपाली गुप्ता, सिविल लाइन्स (रुड़की)

मेरी बेटी यहाँ आकर बहुत ख़ुश है। अपने घर आकर बड़ी बहन को योग सिखाया व अच्छी बातें बताई।

– काव्या आहूजा, सिविल लाइन्स (रुड़की)

क्रोध अकेला आता है पर हमारी अच्छाइयाँ ले जाता है सब्र भी
अकेला आता है मगर हमें बहुत-सी अच्छाइयाँ दे जाता है।

सम्पूर्ण जीवन विज्ञान एवं आत्मबल विकास शिविर, रुड़की (04 से 08 जून 2025)

परम पूजनीय भगवान् देवात्मा के सूक्ष्म संरक्षण में दिनांक 04 जून, 2025 की सायं से दिनांक 08 जून, 2025 की दोपहर तक सम्पूर्ण जीवन विज्ञान व आत्मबल विकास शिविर का आयोजन संयुक्त रूप में, देवाश्रम, रुड़की में किया गया। इस आयोजन के दौरान जो उच्च वातावरण बना और उससे प्रतियोगियों का जो आत्मिक हित साधन हुआ उसका वर्णन करना तो बहुत ही कठिन कार्य है, हाँ फिर भी इस शिविर की संक्षिप्त रूपरेखा निम्न प्रकार है –

तैयारिया एवं आगमन – इस शिविर की तैयारी अप्रैल माह से ही शुरू कर दी गई थी। सम्पूर्ण जीवन विज्ञान में प्रतिभाग करने के लिए डॉ. नवनीत अरोड़ा जी शिक्षण संस्थाओं में अपने Motivational Lecture के दौरान शिक्षकों व प्रशासनिक अधिकारियों को प्रोत्साहित करते रहे, जिसके फलस्वरूप विभिन्न शिक्षण संस्थाओं से 12 जन इस वर्कशॉप में शामिल हुए। दूर के स्थान पर लोगों को फ़ोन द्वारा प्रेरित किया गया जिसके फलस्वरूप भी लगभग 50 जन इस शिविर में शामिल हुए। लगभग 35 स्थानीय जन भी इस शिविर में शामिल हुए। कुल मिलाकर 100 के लगभग जनों ने इस आयोजन से लाभ उठाया।

बाहर के निम्न स्थानों से प्रतिभागियों ने लाभ उठाया –

ग्वालियर (06), बिजनौर (02), लखनऊ (02), भोपाल (01), चण्डीगढ़ (01), पंचकूला (03), अम्बाला (02), लुधियाना (04), सहारनपुर (04), बेहट (04), हिसार (02), फतेहपुर (02), नारायणगढ़ (03), पदमपुर (03), कांगड़ा (02)।

वर्कशॉप एवं साधनों की रूपरेखा

दिनांक	समय	विषय
04.06.25	सायं 3:00 बजे	वर्कशॉप सत्र 1 व 2
04.06.25	सायं 5:45 बजे	स्वदेश प्रेम का स्तर
05.06.25	प्रात: 9:00 बजे	वर्कशॉप सत्र 3, 4 व 5
05.06.25	सायं 5:45 बजे	अपनों से अपनापन

अगर आप किसी की मदद करने लायक हैं तो ज़रूर कीजिए,
क्योंकि हम दुनिया में धन से ज़्यादा कर्म कमाने आए हैं।

06.06.25	प्रातः 9:00 बजे	वर्कशॉप सत्र 6, 7 व 8
06.06.25	सायं 5:45 बजे	स्वयं की पहचान
07.06.25	प्रातः 9:00 बजे	वर्कशॉप सत्र 9,10 व 11
07.06.25	सायं 5:45 बजे	उच्च लक्ष्य में सहभागी
08.06.25	प्रातः 9:00 बजे	वर्कशॉप सत्र 12
08.06.25	प्रातः 11:00 बजे	मार्गदर्शक की ज़रूरत

03 जून 2025, की सायं श्रीमती सुदेश खुराना जी का 66 वां जन्मदिन देवाश्रम में केक काटकर व समोसे खिलाकर शुभकामनाओं के बीच मनाया गया।

वर्कशॉप का संचालन डॉ. नवनीत जी व श्री राजेश रामानी जी ने किया। तथा शिविर की सभाएं भी डॉ. नवनीत जी ने करवायी। साधनों में भजनों का गान श्रीमान् चन्द्रगुप्त जी ने किया। प्रतिदिन रात्रि कीर्तन में धर्मसाथियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया।

05 जून, 2025 को सायंकाल के समय श्रीमान् चन्द्रगुप्त जीका 76 वां जन्मदिन केक काटकर व गुलाबजामुन बाटकर मनाया गया। प्रातःकालीन निज का साधन, प्राणायाम व ऑनलाइन साधन के कार्यक्रम भी समयानुसार चलते रहे। भोजन व्यवस्था श्रीमती पूनम जैन व श्री मैकूराम जी की टीम ने कुशलतापूर्वक सम्भाली।

बाज़ार से सामान लाने का कार्य श्रीमान् रामनाथ बत्रा जी, व श्री आदेश सैनी जी सहर्ष करते रहे। ऑफिस का काम श्रीमान् संजय धीमान् जी कुशलतापूर्वक संभालते रहे। वीडियोग्राफी की ज़िम्मेदारी श्री राजकुमार जी ने बखूबी निभाई। बुकस्टॉल को श्री आदेश सैनी जी ने बड़ी मुस्तैदी से संभाला।

शिविर व वर्कशॉप का पूरा खर्चा प्रतिभागियों के सहयोग से पूरा हुआ। वर्कशॉप में शामिल प्रतिभागियों को प्रमाणपत्र भी दिए गए। प्रतिभागियों ने वर्कशॉप से पाए लाभों पर अपने विचार व्यक्त किए।

आठ जून को साधन के उपरान्त देवारती के गान के साथ इस अतिहितकर आयोजन का समापन हुआ।

कर गुज़र तू कि एक नई मिसाल बन,
कुछ बने या न बने इन्सान बेमिसाल बन।

भाव प्रकाश

मैं बहुत भाग्यशाली हूँ कि मुझे भगवन् का दर मिला है। कुछ तो मुझमें ज़रूर है जो मुझे इस तरह का सकारात्मक ऊर्जा वाला मण्डल मिला है। हम हर बार अगले दो महीने के लिए यहाँ से आत्मा के लिए ख़ुराक लेकर जाते हैं। यहाँ आकर विनम्रता, सामन्जस्य, सहयोग की भावना बढ़ी है।

– बबीता गुप्ता (लुधियाना)

मुझे यहाँ पर आकर बहुत अच्छा लगा। मेरे जो धर्मसम्बन्धी हैं, मैं उन्हें धन्यवाद देना चाहती हूँ। वो हमारी बहुत मदद करते हैं। हमें ऊपर उठाने में नवनीत जी, रामानी जी और मेरे अन्य धर्मसम्बधियों का बहुत बड़ा हाथ है। हमारे भगवान् को हमसे बहुत उम्मीदे हैं लेकिन हमारे अन्दर अभी भी बहुत कमियाँ हैं। भगवान् बस आप हमें अपना बल देते रहिये और हमें नीचता से दूर रखने का प्रयास कीजिए। दूसरी ओर हमें भी तो अपने ऊपर काम करना पड़ेगा। मैं कभी यह न भूलूँ कि मैं नहीं मेरा नहीं यह तन किसी का है। दिया जो भी मेरे पास है वो धन किसी का है दिया।

– पूर्वा चुग (बेहट, सहारनपुर)

मेरा और मेरे परिवार का यहाँ आकर बहुत भला हुआ है। यहाँ आकर इतनी सेवाए पाते हैं। उनके लिए दिल से धन्यवाद। चारों जगतों के लिए धन्यवाद। मैं यहाँ जब भी आती हूँ कुछ नया ज़रूर सीख कर जाती हूँ और यह चाहती हूँ मैं भी कुछ सेवाकारी बन सकूँ। भगवन् के लिए धन्यवाद क्योंकि यहाँ आकर में बहुत हल्की होती हूँ। जितनी नकारात्मकता होती है, वह दूर हो जाती है। यहाँ का वातावरण हमारा सारा दृष्टिकोण ही बदल देता है। शरण तुम्हारी न आती मैं, तो क्या होती, कहाँ होती, तुम्हारी ज्योति शक्ति बिन, मैं क्या होती कहाँ होती!

– सीमा चुग (बेहट, सहारनपुर)

जीवन विज्ञान का हिस्सा बनकर अच्छा लगा। बहुत समझ भी साफ़ हुई है। यहाँ की सेवाओं के लिए बहुत-बहुत धन्यवाद!

– पावनी चुग (बेहट, सहारनपुर)

ज़िन्दगी में कभी भी यह सोचने मत बैठें कि कौन, कब, कैसे और कहाँ बदल गया।

शिविर में आकर ये बदलाव आये हैं – गुस्सा कम हुआ है। दूसरों के प्रति प्यार व सम्मान का भाव उत्पन्न हुआ है। ग़लत भावों में बदलाव आया है। शिविर में आकर हँसना सीखा है, धैर्य रखना सीखा है, उच्च विचारों को विकसित करना सीखा है। नशीली चीज़ों से दूर रहना सीखा है। यहाँ के लोगों में इतना प्यार है, इन्हें देखकर लगता है कि मैं भी इनके जैसा बन सकूँ।

– विशाल बालीयान (हरिद्वार यूनिवर्सिटी)

इस वर्कशॉप से जो लाभ हुआ, उसका शब्दों में वर्णन करना असम्भव है। हमारा निरन्तर सुख पाने की इच्छा आत्मिक स्तर उच्च रखने से ही प्राप्त होगी। हमें सदैव ही अपने आत्मिक स्तर को बढ़ाने के लिए प्रयासरत रहना चाहिए।

– मधु सैनी (हिसार, हरियाणा)

मेरा भगवान् देवात्मा को कोटि-कोटि प्रणाम! यहाँ उनके सभी सेवकों को भी प्रणाम! इस सम्पूर्ण जीवन की वर्कशॉप ने हमें अबोध से बोध की तरफ ले जाने का कार्य किया है। मुझे एक स्पष्ट सोच व समझ मिली है, जो उच्च जीवन जीने में बहुत सहायक होगी। इस पथ की तलाश पूरी हुई इसके लिए आप सभी का शुभ हो! जो मुझे यहाँ तक लाने में सहायक रहे। मैं आपके बताए जीवन पथ पर चलती रहूँगी, ऐसा आश्वासन देती हूँ।

– अनिता शर्मा (हिसार, हरियाणा)

बहुत अच्छी और ज्ञानवर्द्धक वर्कशॉप थी। कुछ चीज़ें आज तक नहीं सुनी, जीवन को एक नया रास्ता मिला है। नवनीत सर को धन्यवाद!

– गौरव कुमार यादव (हरिद्वार यूविर्सिटी)

मुझे यहाँ आकर काफ़ी अच्छा लगा। यह सीखने को मिला कि परिस्थिति के अनुसार हमें कैसी प्रतिक्रिया देनी है। गुस्से को अनदेखा करके दूसरे की परिस्थिति में अपने आपको रखकर चुप रहना है या जवाब देना है, यह भी सीखा।

– रोहित शर्मा (हरिद्वार यूनिवर्सिटी)

सम्पूर्ण जीवन विज्ञान दोबारा करके बहुत कुछ नया सीखने का भी मौक़ा

ताकत बढ़ती है जब हम हिम्मत करते हैं। प्यार बढ़ता है जब हम साझा करते हैं और रिश्ते बढ़ते हैं जब हम परवाह करते हैं।

मिला और नया जीवन जीने की प्रेरणा पैदा हुई। बहुत बदलाव महसूस कर रहा हूँ।

– अशोक खुराना (लुधियाना)

शिविर में आकर मैंने अपने आपको समझा और अपने आपको पहचाना। चारों जगतों के बारे में जाना। अपनी जीवनशैली में बोध की तरफ जाना है। उच्च जीवन का आभास हुआ। विचारों के भिन्न-भिन्न प्रकारों से पता चला है। अपनी आत्मा को भी जानने में मदद मिली।

– विकास कुमार (हरिद्वार यूनिवर्सिटी)

शिविर में आकर सही क्या है ग़लत क्या है उसके बारे में जानकारी मिली। सभी प्रकार के भौतिक वनस्पति पशु तीनों जगतों से मिलकर कार्य करना है – यह समझ मिली है। अपने जीवन की कमियों को दूर करने की प्रेरणा मिली है। उच्च जीवन जीने का लक्ष्य मिला है। सेवा में लगने की शिक्षा मिली।

– विक्रम सिंह (हरिद्वार यूनिवर्सिटी)

सम्पूर्ण जीवन विज्ञान वर्कशॉप को पूरा करना एक अलग ही अहसास है। शुभ का जीवन में एक अलग ही स्थान है। बीते काल में मेरे जीवन में बहुत उथल-पुथल हुई। लेकिन जब यह उथल-पुथल चल रही थी तब शुभकामनाओं, श्रद्धा भाव, सकारात्मक सोच का जो प्रभाव मेरे जीवन में पड़ा वो एक स्पेशल स्पर्श था। जो मेरे यह सहकारी शक्तियों की ही देन थी।

– राघव कुश (सहारनपुर)

शिविर में आकर जीवन के प्रति होश पहले से ज़्यादा बढ़ी है और जीवन का सत्य लक्ष्य साफ़ हुआ है। पहले से भी ज़्यादा मुझे बहुत कुछ सीखने को मिला है। जागरूकता ही जीवन है।

– मनोज चुग (बेहट, सहारनपुर)

पूरे जीवन में इससे अच्छा ज्ञान नहीं है क्योंकि यह सत्य और विज्ञान पर आधारित है। इससे व्यक्ति, परिवार, समाज और देश में निश्चित रूप से सकारात्मक बदलाव आयेगा। मैं यहाँ से अपना दोस्त विवेक लेकर जा रहा हूँ। आपका दृष्टिकोण

हर समस्या के तीन समाधान होते हैं स्वीकार करना, बदल देना
या फिर छोड़ देना।

बहुत ही कल्याणकारी, आत्मविकासक और उच्च भावों से परिपूर्ण है। आपका यह महान् मिशन बहुत ही ऊँचाइयों पर जाये, ऐसी शुभकामना देता हूँ। यहाँ की शिक्षा का बहुत ज़्यादा प्रचार-प्रसार हो। भगवान् देवात्मा को कोटि-कोटि नमन!

– अरविन्द कुमार शर्मा (रुड़की)

शरण तुमरी न आता, मैं तो क्या होता कहाँ होता? मैं सत्यधर्म बोध मिशन से 2008 में जुड़ा। उसके पहले मेरा जो जीवन था, वह नरक जैसा जीवन था। शराब पीना, मांस सेवन करना, जुआ आदि जीवन में चल रहा था। सभाओं में आने से मेरा बहुत भला हुआ है। आठ पाप छोड़कर सेवक बना। पहले मैं परिवार में सबको दुःख देता था। अब घर परिवार में सन्तुष्ट जीवन जी रहा हूँ और सेवा आदि के कार्यो में ख़ुशी (शान्ति) मिलती है।

– गुरुचरण सिंह पाहवा (पदमपुर)

शिविर में आकर मुझे पता चला कि जो बातें मैं सोचता था कि मैं उनमें ठीक हूँ और ठीक सोचता हूँ, वो सब ठीक नहीं है। मैं उनमें ज़्यादातर बातों में ग़लत हूँ। अब मैं उनको ठीक कर पाऊँगा। यहाँ आकर मेरा दृष्टिकोण बदल गया है।

– डॉ. रविन्द्र कुमार आर्य (हरिद्वार यूनिवर्सिटी)

इस कार्यशाला के माध्यम से हमारे अन्दर ज्ञान से बोध के सफ़र की शुरुआत हुई। एक सोई हुई आत्मा के अन्दर चेतना का संचार हुआ है। मैं हृदय से आभार व्यक्त करता हूँ, जिनके शब्दों के माध्यम से उच्च भावों को समझने की प्रेरणा एवं उनको वास्तविक जीवन में अपनाने की प्रेरणा मिली है। धन्यवाद!

– नारायण जी (हरिद्वार यूनिवर्सिटी)

शिविर में आकर यह समझ आया कि दूसरों के वजह से हम सब हैं, मुझे सबके शुभ के लिए कार्य, विचार, व्यवहार के लिए अति उत्साह प्राप्त हुआ है। देवाश्रम के सभी सहयोगी लोगों से जो सहयोग, ज्ञान प्राप्त करते हुए उच्च भाव जगा है जिसका विस्तार होने में अपनी भागीदारी ज़िम्मेदारी का संकल्प जगा है, उन सबके प्रति कृतज्ञता। देवात्मा के चरणों में बार-बार प्रणाम! सबका शुभ हो! सुरक्षा कवच प्रदान किया है, मैं सामने वालों के वजह से ही हूँ, यह दिशा मिली है कि दृष्टि मिली है अपनो से

कभी-कभी ऐसा भी होता है कि सुकून के लिए किसी दवा की नहीं,
बस किसी के लफ्ज़ों की ज़रूरत होती है।

अपनापन बनाकर रखना, संवाद बनाकर रखना है।

–चन्द्रभूषण तिवारी (लखनऊ)

शुभ हो! अभी तक की जीवन यात्रा में मुझे कई अच्छे संस्थानों में अध्ययन का अवसर मिला है उनके प्रति कृतज्ञता है मुझे केवल उन्हीं अध्ययनों के प्रति श्रद्धा हुई जिनके आचरण और उनकी वाणी में समानता थी। इस स्थान पर श्री नवनीत अरोड़ा की वाणी वही है जो उनका आचरण है। भगवान् देवात्मा का संदेश आपके माध्यम से मुझ तक जो भी उतरा है उसे मैं अपने आचरण से भविष्य में प्रमाणित करने की चेष्टा करूँगा।

– ज्योति प्रताप सिंह भदौरिया (हरिद्वार यूनिवर्सिटी)

सम्पूर्ण जीवन विज्ञान वर्कशॉप में मुझे बोध हुआ कि मैं मुख्यतः आत्मा हूँ आत्मा हमेशा उच्च भावों के साथ प्रकृति (चारों जगतो) के विकासक्रम का हिस्सा बनती है। सभी से मिली सेवाओं के लिये बहुत-बहुत आभार। सबका शुभ हो!

– भरतवीर (दिल्ली)

रोचलानी परिवार से जुड़ना मेरे लिये एक बहुत बड़ा वरदान है। गत 38 वर्षो से मैं भगवान् देवात्मा की शिक्षाओं से जुड़ी हुई हूँ व अनेक सभाओं में भाग ले चुकी हूँ। मुझे बहुत अच्छा लग रहा है कि हमारी सभाएं दिनोदिन बहुत रूचिकर व ज़्यादा असरकारक लग रही हैं। सभाओं में वर्कशॉप व स्क्रीन के माध्यम से भगवन् की शिक्षा मिलना बहुत ही अच्छा व असरकारक है। श्रीमान् नवनीत जी, रामानी जी, अनिता जी व सभी जन जिनसे सेवायें पाई हैं, उनका बहुत-बहुत धन्यवाद व सबका शुभ हो। दिनोदिन हम उच्च से उच्चतर बनें, बस यही कामना है मेरी!

– अनिता रोचलानी (ग्वालियर)

मैं धन्य हूँ कि मुझे यहाँ आकर सम्पूर्ण जीवन विज्ञान में आने का महान् अवसर प्राप्त हुआ, जहाँ मेरी स्वयं से पहचान हुई कि मैं क्या हूँ। अब मैं अपने आप में बदलाव देख सकती हूँ। मैंने अपने गुस्से पर काबू करने की बहुत कोशिश की है। इससे मेरे आने वाले जीवन को एक मार्गदर्शन मिलेगा। देवात्मा जी का शुभ हो! श्री नवनीत

दरवाज़ा छोटा ही रहने दे अपने मकान का,
जो झुक के आ गया समझे वही अपना है।

सर जी का भी शुभ हो! मैं दिल से धन्यवाद देना चाहती हूँ और प्रार्थना करती हूँ कि यहाँ आने का दोबारा अवसर प्राप्त हो। यहाँ अकेली आई थी और आज अपने साथ अपने दोस्त, अपनी परछाई विवेक को लेकर यहाँ से जाऊँगी।

– धारणा पंवार (हरिद्वार यूनिवर्सिटी)

पूरे विश्व में हर तरह का आत्मिक ज्ञान, जीवन जीने की राह और कहीं लाखों रुपये लेकर भी नहीं सिखायी जाती। हर तरह के आत्मिक ज्ञान को सिखाने वाले शिक्षक भगवान् देवात्मा का हृदय से शुभ चाहता हूँ। उनकी शिक्षा का प्रचार-प्रसार श्री नवनीत अरोड़ा जी बहुत अच्छे से कर रहे हैं। उनके बेहतर स्वास्थ्य और ज्ञान बना रहे। हृदय से धन्यवाद!

– बी.पी. सिंह (पदमपुर)

देवाश्रम में वाटर कूलर व आरओ का सहयोग

हर्ष का विषय है कि श्री नितिन किशोर मित्तल व श्री कमल किशोर मित्तल ने अपने नाना प्रोफ़ेसर पी.सी गुप्ता जी व नानी श्रीमती सरला गुप्ता जी तथा पिता श्री जुगल किशोर मित्तल जी व माता श्रीमती मंजू मित्तल जी की स्मृति रक्षा के निमित्त देवाश्रम रुड़की में एक वाटर कूलर व आरओ लगवाया। इस पर 53,500/- खर्च आया है। 08 जून, 2025 को शिविर के दौरान आप दोनों अपने परिवारों के साथ देवाश्रम में आए तथा इसका उद्घाटन किया। शुभकामनाओं के बीच इयकस रिबिन खोला गया। ज्ञातव्य है कि ये दोनों भाई पहली बार मिशन में आए। इससे सात वर्ष पूर्व अपने नाना जी के प्रति श्रद्धांजलि सभा में आपने डॉ. नवनीत जी का संक्षिप्त उद्बोधन सुना था और तब से उनके सम्पर्क में थे।

जो अन्दर वही बाहर प्रकट करें। जो बाहर कहते हैं वही भीतर रखें। जिसके भीतर-बाहर एक ही बात है, वही सच्चा और निष्कपट व्यक्ति है।

ज़िन्दगी पल-पल में बदलती रहती है, छोटी-सी ज़िन्दगी है,
किसी से बैर क्या रखना, सबसे प्यार करें।

शोक समाचार

शोक का विषय है कि हमारी साथी सेविका श्रीमती आशा गुप्ता जी (मवाना, मेरठ) का 14 जून, 2025 को प्रायः 65 वर्ष की आयु में देहान्त हो गया। महाशिविर 2024 के अवसर पर सेविका बनी थीं। आपका परलोक में शुभ हो!

शोक का विषय है कि हमारी पत्रिका के सुहृदय पाठक, लेखक व दानी श्री राम लुभाया जी भारद्वाज का मोहाली (पंजाब) में प्रायः 91 वर्ष की आयु में 01 मई, 2025 को देहान्त हो गया। आपका परलोक में शुभ हो!

आगामी शिविर सूचना

भावी आत्मबल विकास शिविर 17-21 सितम्बर, 2025 को रुड़की में आयोजित होगा। इसमें आने वाले शिविरार्थी अपना आने का प्रोग्राम बना लें।

शिविर - स्थल

Devashram 32, A Civil Lines, Roorkee
For Details Contact - 81260-40312

जीवन में चुनौतियाँ

हम सभी के जीवन में चुनौतियाँ आती हैं। कोई उन्हें देखकर आत्मविश्वास खो देते हैं और कोई आत्मविश्वास बढ़ा लेते हैं। सब हमारे दृष्टिकोण पर निर्भर करता है। वस्तुतः, चुनौतियाँ ही तो मौक़ा हैं, जीवन में आगे बढ़ने का।

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