Regd. Postal No. UA/DO/DDN/328/2022-24
Regd. News Paper RNI No. UTTBIL/2006/19407

सबका शुभ हो! सबका भला हो!

सत्य देव संवाद

मार्च 2023

मानवीय मूल्यों से ओतप्रोत, सकारात्मक दृष्टिकोण एवं
आत्मबलवर्द्धक तथा सत्यधर्म बोध का संवाहक
एक लोकप्रिय एवं मासिक समाचार पत्र

www.shubhho.com

मूल्य ₹: 9.00

वर्ष -19 मार्च, 2023 अंक - 198

Regd. Postal No. Dehradun-328/2022-24
Registered News Paper RNI No. UTTBIL/2006/19407

सहायकारी शक्तियों के सूक्ष्म संरक्षण में

सत्य देव संवाद

इस अंक में

क्या हम डस्टबीन हैं?	02
देववाणी	03
दुःख का कारण	04
देवात्मा का मार्मिक....	06
क्या आत्मा में भी.....	08
Our Milkman	13
Better Life	15
एक कहानी	17
आपने कहा था	19
देव जीवन की झलक	22
भाव प्रकाश	27
प्रचार दौरा	28

जीवन व्रत

'सत्य शिव सुन्दर ही मेरा परम लक्ष्य होवे,
जग के उपकार ही में जीवन यह जावे।'
- देवात्मा

सम्पादक
नवनीत अरोड़ा

सहसम्पादक मण्डल
अनिता, चन्द्र गुप्त, वीरेन्द्र अग्रवाल

(सभी पद अवैतनिक हैं।)

ग्राफ़िक डिज़ाईनर : सुशान्त सुनील

For Motivational TalksèLecturesèSabhas :
Visit our YouTube channel : Shubhho Roorkee
www.shubhho.com

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

वार्षिक सदस्यता ₹ 100, सात वर्षीय ₹ 500, पन्द्रह वर्षीय ₹ 1000
मूल्य (प्रति अंक): ₹ 9

सम्पर्क सूत्र : पत्रिका सम्बन्धी किसी भी जानकारी हेतु
दूरभाष संख्या: 01332-272000, 94672-47438, 99271-46962 (संजय धीमान)
समय : प्रतिदिन सायं 5:00 से सायं 9:00 तक (रविवार को छोड़कर)
e-mail: Shubhho.rke@gmail.com or navneetroorkee@gmail.com

क्या हम डस्टबीन हैं?

निन्दा में बड़ा रस है। यदि कोई हमारे घर के सामने कचरा डाल जाए तो हम उससे झगड़ा करने को तैयार हो जाते हैं लेकिन जब कोई व्यक्ति हमारे कानों में किसी अन्य व्यक्ति की निन्दा स्वरूप निन्दा का कचरा भरता है तो हम बड़े खुश होकर उनकी बातों को सुनते हैं। अगर निन्दा ही सुननी है तो फिर यों करें - अपने कान पर ऊपर लिखे 'डस्टबीन' और नीचे 'प्लीज यूज मी'। निन्दा करना सुनना दोनों पाप हैं। निन्दा और निद्रा से जितना दूर रहें, उतना ही अच्छा है।

- मुनि तरुण सागर

लाभ व भला

अमीर होने के बाद भी यदि लालच और पैसों का मोह है, तो उससे बड़ा और गरीब कोई नहीं हो सकता। प्रत्येक व्यक्ति लाभ की कामना करता है, लेकिन उसका विपरीत शब्द अर्थात भला करने से दूर भागता है!

तुम उस व्यक्ति को भूल सकते हो, जिसके साथ तुम परिहास करते रहे हो पर उसको भुलाना असम्भव है, जिसके दुःख में तुमने भी आँसू गिराये हैं।

दुनिया सुन्दर कैसे बने?

जो मालिक हैं, वे मजदूरों के सेवक बनें। जो शासक हैं वे प्रजा के सेवक बनें। शिक्षक विद्यार्थी के सेवक बनें। जिस किसी को जिम्मेदारी का काम मिला है, वे सब सेवक बनकर काम करेंगे, तो दुनिया के सारे झगड़े मिट जाएंगे। इस प्रकार दुनिया सुन्दर बन सकती है।

एक सकारात्मक व्यक्ति सदैव ही नकारात्मक परिस्थिति में भी सकारात्मकता खोज लेता है।

देववाणी

इन्सान की रग-रग में खुदगर्जी का खून भरा हुआ है। वह बड़ा बेइमान है। धोखेबाज़ है। लूटने के लिए तैयार खड़ा हुआ है। किसी को मुलाज़िम रखो, तो उसका भी यही हाल है। धोखेबाज़ी उसका मज़हब है। धन ही उनका लक्ष्य है। सम्पत्ति ही उनका लक्ष्य है। अगर उनमें धर्म आता, तो उनमें रुपये का लालच न रहता। जो ऋण परिशोध नहीं करते वे पतित होते रहते हैं। कितने शोक की बात है कि मनुष्य नेचर के सारे जगतों से सुरक्षा पाता है, मगर किसी के काम नहीं आना चाहता। जिन के जरिए काम हुआ, (जैसे श्रीमान् देवत्व सिंह जी) उनकी जीवनी अध्ययन करनी चाहिये कि उनमें क्या चीज़ थी, जो काम कराती थी, उनके अन्दर श्रद्धा का भाव था। अपने अन्दर देवात्मा के लिए आकर्षण के अभाव को देखकर वह रोते थे। श्रीमान् देवत्व सिंह जी में विशुद्ध परोपकार का भाव था। उनका देवात्मा के साथ आत्मिक सम्बन्ध था। सत्य को छोड़कर जो कुछ चिन्ता या क्रिया है, वह सब निष्फल है। केवल निष्फल ही नहीं बल्कि, तुम्हारे लिए और औरों के लिए हानिकारक भी है। धर्म का जो काम होगा, उसमें नीच अनुराग का कुछ ताल्लुक़ न होगा। वह उसके मुख़ालिफ़ है। अन्धेरे और रोशनी में मेल नहीं है। वैसे ही धर्म के काम में और नीच अनुरागों में मेल नहीं। नीच अनुरागों से धर्म का काम नहीं होगा। अगर धर्म को लाना है, तो अधर्म को मिटाना होगा। अगर तुम्हारे नीच अनुराग दूर न होंगे, तो तुम्हारे द्वारा धर्म का काम न होगा। साधन किसी सिद्धि के लिए होता है। कौन सा नीच अनुराग जा रहा है, क्या नीच घृणा घट रही है? नीच अनुराग और नीच घृणाएं कह देने से नहीं चली जावेंगी। अगर ऐसा हो सकता, तो हम हुक्म दे देते कि ऐ नीच अनुरागों और घृणाओं, तुम चले जाओ।

– देवात्मा

ज़िन्दगी का झूला अगर पीछे हो जाए तो डरे
नहीं वो पीछे भी आएगा।

अभ्यास द्वारा हर चीज़ पर नियन्त्रण किया जा सकता है।

सम्पादकीय

दुःख का कारण.....

शायद ही ऐसा कोई इन्सान हो, जिसके जीवन में मात्र सुख ही सुख हो और कोई दुःख न हो। प्रत्येक के जीवन में दुःखों का स्तर भी अलग-अलग है। कइयों के लिए दुःखों के चलते जीना ही दूर्भर हो चला है। क्या ऐसे लोग कभी ईमानदारी से विचार कर पाते हैं कि उनके दुःख का मूल कारण क्या है? इस पक्ष में वास्तविकता के रु-ब-रु होने में निम्न कहानी सहायक हो सकती है-

बहुत समय पुरानी बात है। एक ज्ञानवान् पण्डित जी थे। वह उनकी महत्त्वाकाँक्षा थी कि वह कम से कम अपने गाँव के सबसे बड़े ज्ञानी पुरुष कहलायें। इसी महत्त्वकांक्षा को पूरा करने के लिये वह काशी नगरी में जाकर वेदों व शास्त्रों का अध्ययन करने लगे। जब उनकी शिक्षा पूरी हो गई तो उनमें ज्ञान के साथ-साथ अपने ज्ञान का अहंकार भी आ गया। कुछ ही समय में वह अपने गाँव लौट आये। गाँव के लोगों को भी इस बात का पता चल गया था कि पंडित जी बहुत ज्ञानी-ध्यानी हो गये हैं। सो वे भी अपनी-अपनी समस्या का समाधान लेकर पण्डित जी के पास पहुँचे। गाँव के एक किसान ने उनसे पूछा कि पंडित जी क्या कारण है कि हमारे समाज में लोग दुःखी हैं? आख़िर ख़ुश क्यों नहीं हैं?

पंडित जी ने जवाब दिया कि अच्छा जीवन जीने के लिये लोगों के पास पर्याप्त मात्रा में जीवन-साधन नहीं हैं। जितना चाहिये उतना धन नहीं है। पंडित जी ने कहा यदि उनके पास पर्याप्त साधन और धन हो तो समाज सुखी होगा ही। किसान ने कहा, "किन्तु पंडित जी मैं ऐसे बहुत से लोगों को जानता हूँ जिनके पास प्रचुर मात्रा में धन सम्पत्ति है, परन्तु फिर भी वे खुश नहीं हैं। मेरे स्वयं के पास भण्डार भरे हुए हैं लेकिन मैं फिर भी खुश नहीं हूँ। दुःखी हूँ। कारण क्या है?" अब पंडित जी को कोई जवाब नहीं सूझ रहा था। किसान बोला, "पंडित जी यदि आप मुझे मेरे दुःख का कारण बता देंगे, तो वह अपना सारा धन उनको दान कर देगा।"

अब पंडित जी को उसके धन का लालच आ गया। उन्होंने उससे कहा 'वह शीघ्र ही उसके दुःख का कारण खोज लायेंगे।' लाखों रुपयों के लालच में उन्होंने फिर से काशी आकर वेदों और शास्त्रों का गहन अध्ययन किया, लेकिन इस प्रश्न का कोई उत्तर नहीं मिला। इसी बीच उन्हें अपना शरीर बेचकर जीवन-निर्वाह करने वाली एक स्त्री मिली।

उसने पंडित जी से पूछा- वो इतना दुःखी क्यों हैं। पंडित जी ने सारा

प्रार्थना ऐसे करो, जैसे सब कुछ भगवान् पर निर्भर करता है।
और प्रयास ऐसे करो, जैसे सब कुछ आप पर निर्भर करता है।

किस्सा उसे बताया। तो उस स्त्री ने कहा - उनको उनके प्रश्न का उत्तर मालूम है, लेकिन उसकी शर्त है कि पंडित जी कुछ दिन उसके साथ रहें।

अब पण्डित जी सोच में पड़ गये। जाति से ब्राह्मण होते हुए वह ऐसी नारी के साथ रहते हैं, तो उनका धर्म भ्रष्ट होना तय था। लेकिन किसान के धन के लालच में उन्होंने उसके साथ रहना स्वीकार कर लिया। कुछ दिन बीतने पर उस वैश्या ने कहा कि अगर आपको अपने प्रश्न का उत्तर जानना है, तो आपको मेरे हाथ से बना भोजन करना होगा। पंडित जी लाचार थे। फौरन तैयार हो गये। लेकिन वह स्त्री एक के बाद एक शर्त रखे जा रही थी।

अगली शर्त थी कि पंडित जी को उसके साथ खरीदारी करने बाज़ार जाना पड़ेगा। अपने प्रश्न का उत्तर जानना है तो सब करना ही पड़ेगा। यह सोचकर पंडित जी बाज़ार भी चल दिये। लेकिन उनके प्रश्न का उत्तर आज भी नहीं मिला। एक दिन तो हद हो गयी। उस वैश्या ने पंडित जी को अपना झूठा खाना खाने के लिए कहा। अब पंडित जी के सब्र का बाँध टूट गया और बौखलाकर कहा कि तुम्हारे पास मेरे प्रश्न का उत्तर है भी या नहीं।

तब वह वैश्या बोली कि यही है आपके प्रश्न का उत्तर। जब से आपको किसान के धन को प्राप्त करने का लालच हुआ है, तबसे आप वह हर काम करने को तैयार हो गये जो आपने कभी सोचा भी नहीं था। मुझ जैसी स्त्री को अछूत समझने वाले आप मेरे साथ रहने तक को तैयार हो गये। उसके कुछ दिन बाद पण्डित जी गाँव वापिस गये और किसान को बताया कि इंसान में दिनोदिन बढ़ती इच्छाऐं और लालच उसके दुःख का विशेष कारण है। जो उसे कुछ भी करने को मजबूर कर देता है।

निष्कर्षतः, हमारी बढ़ती इच्छाएं ही हमारे दुःखों का मूल हैं और इन बढ़ती इच्छाओं का मूल कारण है, जीवन में सांसारिकता व आध्यात्मिकता में सन्तुलन का अभाव। स्मरण रहे कि आत्मिक विकास के बिना मात्र सांसारिकता का जीवन खोखला ही नहीं बल्कि जीवनरूपी तोहफे का अपमान भी है।

काश, हम सभी इस सच्चाई से रु-ब-रु हो सकें तथा तदनुसार अपनी प्राथमिकताएं निर्धारित कर सकें, ऐसी है शुभकामना!

- डॉ. नवनीत अरोड़ा

न किस्सों में है, न किस्तों में है ज़िन्दगी की
खूबसूरती चन्द सच्चे रिश्तों में है।

देवात्मा का मार्मिक उद्‌बोद्धन

श्रीमान् ईश्वर सिंह जी को सैर पर साथ ले जाते समय एक बार भगवान् देवात्मा ने फ़रमाया कि मनुष्य को अपने जीवन के विषय में कभी उदासीन नहीं रहना चाहिए। अपने जीवन को कभी किसी तरह की हानि पहुँचते देखकर उसे साधारण बात नहीं समझना चाहिए। 'जीवन' एक बहुत ही असाधारण वरदान है, जो हर पल ध्यान और सावधानी चाहता है।

प्रत्येक मनुष्य के जीवन में कई ऐसी घटनाएं आती हैं, जो जीवन के बनने व बिगाड़ने का निर्णय कर देती हैं। जो जन अपने जीवन के प्रति असावधान रहता है, उसके जीवन की बिगड़ते-बिगड़ते ऐसी भयानक दशा हो जाती है कि फिर उसमें बेहतरी लाना प्रायः असम्भव हो जाता है। अतः जीवन में ऐसी दयनीय अवस्था न आ जाये, इसके लिए प्रत्येक 'उच्च जीवन अभिलाषी' जन को बहुत सावधान रहना चाहिए।

देवात्मा पुनः फ़रमाते हैं कि जिन जनों को अपने आत्माओं में अच्छे अंग अर्थात् अच्छी ज्ञानदायक एवं उच्च बोधदायक शक्तियाँ मिली हों, उन्हें कोई अधिकार नहीं है कि वे उन्हें इस दुनिया का कूड़ा-करकट इकट्ठा करने में व्यर्थ गवा दें।

ऐसे जनों को चाहिए कि वे अपनी सारी शक्तियों एवं योग्यताओं को बढ़ाने में तथा धर्म कार्यों में लगाकर सफल करने में अपना जीवन व्यतीत करें। अपने ईष्ट के विश्वासपात्र बनने को अपना धर्म समझना चाहिए। आपके गुरु आपके साथ सम्बन्ध अनुभव करते हैं, आपको भी उनके साथ अपना सम्बन्ध बोध करना चाहिए।

प्रिय मित्रो! अभी कुछ ही समय पूर्व टी0वी0 पर रामायण सीरियल चल रहा था। एक दृश्य में हनुमान जी के द्वारा सुग्रीव के साथ रामचन्द्र जी की भेंट होती है। सुग्रीव रामचन्द्र जी को अपने कष्ट बताते हैं। राम कहते हैं, किष्किन्धा नरेश सुग्रीव जी आपको मैं अपना मित्र बनने का निमन्त्रण देता हूँ।

सुग्रीव आश्चर्यचकित होकर पूछते हैं, भगवन! मुझे किष्किन्धा नरेश कहकर आप मेरा परिहास कर रहे हैं? राम कहते हैं- नहीं, मैं वास्तव में चाहता हूँ कि आप ही किष्किन्धा नरेश बनें। राम की बाते सुनकर सुग्रीव भावविभोर होकर राम के चरणों में नतमस्तक होते हैं तथा कहते हैं कि हे राम! यदि आप मुझ तुच्छ वानर के हाथों को अपने हाथों में उसी तरह थाम लें, जैसे एक पिता अपने पुत्र के हाथों को

उस पछतावें के साथ मत जागिए जिसे आप पूरा नहीं कर सकते हैं,
उस संकल्प के साथ जागिए, जिसे आज आपको पूरा करना है।

थाम लेता है, तो मेरा परम सौभाग्य होगा!

मित्रो! श्रीरामचन्द्र जी सुग्रीव जी के हाथों को अपने हाथों में नहीं थाम लेते, अपितु भव्य शब्दों में उसे सम्बोधित करते हुए कहते हैं, मित्र! आज से हम आपके हुए!! कितना हृदयाकर्षक एवं अलौकिक सम्बोधन!

भगवान् देवात्मा जो हर अस्तित्व के शुभ के पूर्णांग अनुरागी हैं, वह भी हमें फ़रमाते हैं- कि मैं आपका हूँ, आप भी मेरे हो जाओ।

दोस्तो, किसी को अपना बना लेना अर्थात किसी का हो जाना इतना सहज नहीं है, जितना हमें लगता है। भगवान् देवात्मा ने एक अति अद्भुत पुस्तक लिखी है 'राम और श्याम की कथा' यह पुस्तक श्रद्धा भाव का एक सजीव एवं जीवन्त चित्रण है।

इसकी अद्वितीयता की शब्दों में व्याख्या नहीं हो सकती। मुझे अनेकों बार इस पुस्तक को पढ़ने का सौभाग्य प्राप्त हुआ है तथा इसका अध्ययन करके वास्तव में ही यह प्रतीत होता रहा है कि मुझे तथा सारी मानवता को जो कुछ अपने अमूल्य जीवन के लिए संचित करना चाहिए था, हम सब उसके ठीक उल्टी दिशा में जा रहे हैं। इसलिए अपने आत्मिक जीवन की रक्षा एवं विकास लाभ करने में पूरी तरह असफल हो रहे हैं। अन्त में एक शेर लिखकर अपनी बात को समाप्त करता हूँ कि- "मंज़िल करीब आये तो ऐ दोस्त किस तरह राही कहीं है, राह कहीं, राहबर कहीं।"

अर्थात् हमारे जीवन का सत्य लक्ष्य सिद्ध कैसे होगा, जबकि राहगीर कहीं दूसरी जगह खड़ा है, मार्ग कहीं दूसरी जगह है तथा मार्गदर्शक कहीं किसी अन्य स्थान पर है। अर्थात् जब तक तीनों पक्षों का सही अर्थों में मेल नहीं होगा, तब तक जीवन सत्य उद्देश्यपूर्ण होने की ओर अग्रसर ही नहीं हो सकता।

काश! हम सब भगवान् देवात्मा को अपने हृदयों पर अधिकार देकर उनके सच्चे अनुयायी बन सकें, तभी हमारी रक्षा एवं विकास सम्भव है।

- देवधर्मी

मौका मिले तो सारथी बनने का प्रयत्न करें,
स्वार्थी नहीं।

क्या आत्मा में भी लिंग भेद होता है?

प्रश्न - क्या आत्मा में भी लिंग भेद होता है? समाज की पुस्तकों में आत्मा के लिए पुल्लिंग का इस्तेमाल हुआ है और इन उपदेशों में कई बार स्त्रीलिंग के रूप में भी सम्बोधित किया गया है।

नोट- यहाँ पर आत्मा से तात्पर्य, सूक्ष्म शरीर के साथ आत्मा से है।

उपदेश - आओ देखें कि आत्मा में लिंग भेद होता है या नहीं। सूक्ष्म शरीर के साथ आत्मा, मानव शरीर के बाद अगली सीढ़ी है। नेचर में मनुष्यमात्र के क्रमागत विकास के अन्तर्गत मानव शरीर का अनुपम योगदान है। यही वह क़दम है, जिसमें दो मानव शरीर सन्तान की उत्पत्ति के लिए आपस में प्रेम करते हैं। इस तरह ही एक नए आत्मा का जन्म होता है। नया शरीर लेकर एक बच्चा पैदा होता है, जो आगे चलकर स्वयं भी सन्तान की उत्पत्ति कर सकता है और इस तरह के जीवन चक्र जारी रहता है। मानव शरीर नर या मादा के रूप में जन्म लेता है। उसका अपना अलग लिंग होता है। आत्मिक शरीर में इस तरह का स्पष्ट भेद नहीं होता।

आत्मा सन्तान की उत्पत्ति नहीं करती। वह अन्य आत्मा पैदा करने का कार्य नहीं करती। हालांकि 'नर' एवं 'मादा' स्वभाव के कुछ विशिष्ट लक्षण आत्मा के साथ अवश्य रहते हैं, परन्तु कोई भौतिक अन्तर नहीं रहता।

अब चूँकि आत्मा कोई लिंग नहीं रहता, इसलिए उसके लिए दोनों - पुल्लिंग या स्त्रीलिंग - में से कुछ भी प्रयोग किया जा सकता है। अंग्रेज़ी भाषा में अजीवित वस्तु, जिनमें लिंग भेद न हो, के लिए '**It**' लफ्ज़ का प्रयोग किया जाता है। किन्तु, आत्मा तो अजीवित नहीं है। बोल-चाल की भाषा में आत्मा हेतु सम्बोधन के लिए अपनी पसन्द के अनुसार दोनों में किसी भी लिंगवाची अक्षर का प्रयोग किया जा सकता है, जब तक उस हेतु प्रयुक्त अक्षर के अर्थ में कोई अन्तर नहीं आता और विषय या मज़मून एवं कही गई बात स्पष्ट रहती है तथा सामने वाले को समझ में आ जाती है।

यह बात आश्चर्यजनक लगती है कि परलोक में, मानव जगत् का यह स्पष्ट लिंगभेद धुँधला सा हो जाता है। पृथ्वी पर अधिकांशतः पुरुषप्रधान समाज हैं। कई लोगों के लिए यह तथ्य बहुत हतोत्साहित करने वाला होता है कि परलोक में आने के बाद वे केवल 'पुरुष' नहीं रह जाते। जिन्हें अपने पुरुषत्व का बहुत घमण्ड रहता था, उनके लिए यह स्थिति बहुत परेशानी और भ्रमजाल सदृश हो जाती है, परन्तु सही बात यही है कि प्रथमतः अपने को इन्सान ही समझो। नेचर को

आज रास्ता बना लिया है तो कल मंज़िल भी मिल जाएगी,
हौंसलों से भरी यह कोशिश एक दिन ज़रूर रंग लाएगी।

मनुष्यमात्र के लिए यह भिन्नता रखनी पड़ी, ताकि उनमें प्रजनन कार्य एवं प्रजाति आगे बढ़ाने का सूत्र जारी रह सके। अन्यथा, इसके अतिरिक्त दोनों लिंगों में क्या विशेष अन्तर है? दोनों में खाना, पीना, हँसना, रोना, साँस लेना, बातचीत करना, सब कुछ तो एक समान ही है। दोनों में जो मुख्य अन्तर दिखता है, वह भावनात्मक स्वभाव (Emotional behaviour) का है और वह कोई आनुवंशिक अर्थात् जेनेटिक बात नहीं है। यह परिणाम है उनके पालन-पोषण का, संस्कृति का, जिसमें युगों से स्त्रियों और पुरुषों के लिए एक नियत प्रकार के कार्य एवं रीति-रिवाज बना दिए गए हैं।

प्रकृति में कुछ बहुत छोटे जीवधारियों में प्रजनन हेतु अवश्य यौनविहीन (Asextual) व्यवस्था है। किन्तु, ऐसे कुछ अपवादों को छोड़कर, शेष सभी बड़े एवं जटिल जीवप्रणाली की प्रजातियों में प्रजनन कार्य हेतु लिंगभेद ही वर्तमान है। और यह बात भी सदैव सही नहीं है कि सभी प्रजातियों में नर प्राणी ही बलशाली एवं 'कमाऊ' (Bread winner) हो, यहाँ तक की शेर जैसी अभिमानी प्रजाति में भी अधिकतर शेरनी ही शिकार करती है और शेर उस शिकार को खाता है। और, सदैव ऐसा भी नहीं होता कि मादा शारीरिक रूप से अधिक सुन्दर हो। कई पक्षियों, जैसे कि मोर में, नर कहीं अधिक सुन्दर होता है, ताकि वह मादा को रिझा सके। अतः, यह सिद्धान्त कि नर सदैव बलशाली एवं नियन्त्रक और मादा कमज़ोर और सुन्दर होती है, प्रकृति का कोई 'पत्थर में गढ़ा' (Set in stone) नियम नहीं है। अधिक से अधिक इसे नेचर की एक दुर्घटना कह सकते हैं या नेचर का चुनाव जिसमें मानव जाति का विकास इस प्रकार से हो गया।

अतः, स्त्री जाति को सताते समय यह सत्य अवश्य याद रखो। यह कोई भगवान् प्रदत्त, न छीना जा सकने वाला हक़ नहीं है। यह पूरी तरह सम्भव हो सकता है कि परलोक में तुम्हारी पत्नी के पास अधिक आत्मिक शक्ति हो। अतः, कभी भी अपने मानव शरीर की ताक़त के नशे में मदान्ध होकर स्त्रियों के प्रति अनुचित व्यवहार मत करो। मानव के लिए परलोक अभी भी अनजाना सा ही है और यह स्थिति बहुत निराशाजनक होगी कि तुम वहाँ अपने साथ 'मर्दानगी' की मानसिकता और व्यवहार के तरीक़े तो ले जा सको, किन्तु उनके परिचालन हेतु तुम्हारे पास 'मर्द' से सम्बन्धित वह शारीरिक बल ही न हो।

अतः, इस सत्य ज्ञान का सही उपयोग करो। बिना किसी लिंगभेद के सभी

स्वीकार करने की हिम्मत और सुधार करने की नियत है,
तो आप कुछ भी सीख सकते हो।

से उचित व्यवहार रखो। ज़िन्दगी छोटी सी है और यह सही है कि पुरुषप्रधान समाज ने कई ऐसे रीति-रिवाज बना रखे हैं, जो स्त्री जाति हेतु बहुत तकलीफ़देह हैं। किन्तु, तुम उन्हें हटाने में अपने हिस्से का प्रयास तो करो। सदैव स्मरण रखो कि एक बार परलोक में आ जाने के बाद यह सब अन्तर मिट जाएगा, तुम्हारी सब ताक़त समाप्त हो जाएगी। किन्तु तुम्हारा स्वभाव तब भी सम्भवतः तुम्हारे साथ ही रहेगा। अतः, अभी से अपने स्वभाव को सुधारो, ताकि आगे की निराशा से बच सको।

- परलोक सन्देश

जीने की कला

एक शाम माँ ने दिनभर की लम्बी थकान एवं काम के बाद जब डिनर बनाया तो उन्होंने पापा के सामने एक प्लेट सब्जी और एक जली हुई रोटी परोसी।

मुझे लग रहा था कि इस जली हुई रोटी पर कोई कुछ कहेगा। परन्तु पापा ने उस रोटी को आराम से खा लिया। मैंने माँ को पापा से जली रोटी के लिए सॉरी बोलते हुए जरूर सुना था और मैं यह कभी नहीं भूल सकता जो पापा ने कहा, प्रिय, मुझे जली हुई कड़क रोटी बहुत पसन्द है।

देर रात को मैंने पापा से पूछा- क्या उन्हें सचमुच जली रोटी पसन्द है? उन्होंने मुझे अपनी बाहों में लेते हुए कहा - तुम्हारी माँ ने आज दिनभर बहुत सारा काम किया है और वो सचमुच बहुत थकी हुई थी और वैसे भी एक जली रोटी किसी को ठेस नहीं पहुँचाती, परन्तु कठोर-कटु शब्द जरूर पहुँचाते हैं।

तुम्हें पता है बेटा- ज़िन्दगी भरी पड़ी है अपूर्ण चीज़ों से...अपूर्ण लोगों से कमियों से दोषों से। मैं स्वयं सर्वश्रेष्ठ नहीं, साधारण हूँ और शायद ही किसी काम में ठीक हूँ। मैंने इतने सालों में सीखा है कि एक दूसरे की ग़लतियों को स्वीकार करो....अनदेखी करो..और चुनो...पसन्द करो..आपसी सम्बन्धों को सेलिब्रेट करो।

मित्रो! ज़िन्दगी बहुत छोटी है उसे हर सुबह दुःख पछतावे..खेद के साथ जताते हुए बर्बाद न करें। जो लोग तुमसे अच्छा व्यवहार करते हैं, उन्हें प्यार करो और जो नहीं करते, उनके लिए व दया सहानुभूति रखो।

किसी ने क्या खूब कहा है- मेरे पास वक्त नहीं उन लोगों से नफ़रत करने का जो मुझे पसन्द नहीं करते, क्योंकि में व्यस्त हूँ उन लोगों को प्यार करने में जो मुझे पसन्द करते हैं।

भरोसा और आशीर्वाद कभी दिखाई नहीं देते,
लेकिन असम्भव को सम्भव बना देते हैं।

मंज़िलें और भी हैं

जिस जगह कभी भीख माँगी आज वहाँ की जज हूँ

एक ट्रांसजेंडर (किन्नर) होने के नाते जैसे-जैसे मेरी मुश्किलें बढ़ रही थीं, ठीक उसी अनुपात में मेरा निश्चय और प्रबल होता जा रहा था कि मुझे पीछे नहीं हटना है। कोलकाता के एक उपनगर में जन्म लेने के बाद घर वालों ने मेरा नाम जयंत मंडल रखा था, पर बाद में मेरा नाम जोयिता हो गया।

यों तो ट्रांसजेंडर होने के कारण मुझे किसी ने यौन या शारीरिक रूप से परेशान नहीं किया था, लेकिन समाज में लोग स्वाभाविक तरीके से मेरे बारे में बातें करते मुझे घूरते, मेरा मजाक उड़ाते थे अपने सहपाठियों की इन्हीं फब्तियों के कारण मुझे स्नातक के दूसरे साल में ही अपनी पढ़ाई छोड़नी पड़ी।

पढ़ाई छोड़ने के बाद मैंने अपने समुदाय के लोगों का समूह बनाकर उनके हितों के लिए सामाजिक कार्य शुरू कर दिया। 'मंशा बांग्ला' नाम की अपनी संस्था के माध्यम से पहले सिलीगुडी फिर दिनाजपुर में काम करने के बाद मैंने कई कानूनी संस्थाओं के साथ मिलकर अपना काम जारी रखा। मेरे लिए मुश्किल तब हुई, जब मेरे कई प्रोजेक्ट वित्तीय मदद के अभाव में बन्द हो गए।

उस वक्त मेरी आर्थिक हालत इस कदर बिगड़ गई कि मुझे अपने जैसे दूसरे किन्नरों के साथ अपने पारम्परिक काम, मसलन भीख माँगना और शादी ब्याह में बधाई गाने जैसे काम करना पड़ा। इन कामों को करने के पहले मैंने एक बीपीओ में भी काम किया, पर वहाँ पर भी मुझे अपना मजाक उड़ाए जाने के कारण दो महीने में ही नौकरी छोड़नी पड़ी।

इतना सब होने के बावजूद मेरा इरादा अटल था। किसी कुदरती गलती के कारण मैं अपनी पूरी ज़िन्दगी ट्रेन और बस अड्डों पर भीख माँगकर नहीं काट सकती थी और यही सोचकर मैंने खुद को समाज के सामने साबित करने के लिए विषम परिस्थितियों में भी अपने समुदाय के साथ सामान्य समाज सेवा के काम करती रही। मेरे काम से कई लोगों का नजरिया व्यक्तिगत तौर पर मेरे प्रति बदला।

इसी बीच सरकारी स्तर पर भी कई स्तरों पर ट्रांसजेंडरों को तमाम तरह के अवसर दिए गए हैं। इन्हीं अवसरों में से एक लोक अदालत की जज की कुर्सी मैंने अपनी मेहनत और मजबूत इरादों से हासिल कर ली। यह वाकई शानदार अवसर था, जब पहली बार किसी ट्रांसजेंडर को जज बनाया गया। मेरी नियुक्ति के लिए सरकार के साथ इस्लामपुर की सब डिविजन कानूनी सेवा कमेटी भी

एक ताज़गी एक एहसास, एक खूबसूरती एक पहचान, एक आस्था एक विश्वास यही है एक अच्छे दिन की शुरूआत।

प्रशंसा के योग्य है, जिसने मुझे इस लायक समझा। मुझे लगता है कि मेरे सामाजिक कामों के चलते ही मुझे यह पद मिला है। मेरे जानने वालों के साथ आसपास के लोग मेरी सफलता से वाकई ख़ुश हैं। मेरी सफलता मेरे समुदाय के लोगों के साथ उन लोगों को भी प्रेरणा देने का काम कर रही है, जो किसी तुच्छ परम्परा को नियति मानकर हार मान लेते हैं। मैंने जहाँ कभी भीख माँगी थी, आज मैं वहाँ सफेद कार से जज के रूप में उतरकर राष्ट्रीय लोक अदालत में अपनी कुर्सी तक पहुँचती हूँ, तो लोग फब्ती नहीं कसते, बल्कि शाबाशी देते हैं।

मैं मानती हूँ कि हम किसी से कम नहीं हैं। हम किसी भी काम को करने में सक्षम हैं। बस हमें खुद को साबित करने के लिए मौका चाहिये। मैं खुश हूँ कि मुझे मौका दिया गया। मैं लोगों की अपेक्षाओं पर खरा उतरने की कोशिश करूँगी और चाहूँगी कि कुछ अलग करके दिखा पाऊँ। साथ ही अब जज बनने के बाद मैं अपनी पढ़ाई पूरी करना चाहती हूँ।

– जोयिता मंडल

(विभिन्न साक्षात्कारों पर आधारित)

'अमर उजाला'

Goodness is Everyday Life
Tarmarind

He is a young boy of seven. He gets pocket money per day like other children of the house. He is the youngest in the family. Pocket money is the best loved thing for children and they are jealous about it. They want to spend it on themselves. But goodness triumphed over self in the case of this child. One day he brought tamarind (Imli) for his sister. When he returned home he confided to his mother,"Mummy,"he said, "You know sister likes tamarind very much. So I have brought this (showing his packet) for her."

उस शिक्षा का कोई मतलब नहीं है, जो इन्सानियत न सिखाती हो।

Our milkman

He was our milk-man. We were not satisfied with his milk. So we told him to charge us 14 annas per seer instead of 12 annas and give us unadulterated milk. We paid him for a month at this enhanced rate. But the milk did not improve.

We offered to raise the rate to one rupee per seer, hoping that this would be enough of gain for him to give unadulterated milk. For a month or so we paid him at one rupee a seer.

One day we were surprised when he returned all the extra money we had paid him. He said, "I have charged you more without giving you unadulterated milk. So I don't deserve this extra money. Please accept it back."

He is a bus-conuctor

I was surprised to meet this bus-conductor. When I got into his bus, he proved himself to be out of the common. He was so courteous to every passenger.

As he stood at the bus gate he helped an old man into the bus and got him a seat. A baby was crying in the bus. He gave him one or two used tickets, and humoured him a little.

The mother felt so relieved for the baby was uncontrollable. The conductor had a smile for all and was so helpful to every passenger.

I felt so touched by his conduct. How little is needed to touch perfection! How God could have done better in this situation than what this man was doing! In his humble life he expressed divinity in these little acts of kindness.

तरक्की में सिर्फ़ ज्ञान का नहीं, संगति का भी योगदान होता है।

Beyond his duty

He was an officer on duty in a riot-affected area. He took his clerk with him on an inspection tour. On the way his car was attacked. Shots were fired at him.

Instead of hitting him, they hit the clerk. The dying clerk shouted in all bitterness, “Why did you bring me here to get me killed in a foreign land? My wife and children will curse you for rendering them helpless in this cruel world.” The officer took no offence at this bitter expression of his clerk. His thought went straight to the wife and children of his clerk. He fought with the Government for substantial pension for his clerk’s family.

He personally saw higher authorities for this purpose. But for his persistent effort running into a year, nothing would have been done for the clerk’s family. He had done his duty to the clerk.

Afterwards, when the officer was transferred back to the station where the family of the clerk lived, one day he was sitting at home, when an old man knocked at his door. “I am the father of the young clerk who died on duty.

He was my only son and the only support of the family. You have helped his wife and children. That is hardly sufficient for them. I am without a penny; I crave for your help.”

The officer was moved. No Government help was permissible for this old father. “All right,” he said, “You come to me in the beginning of every month and take money from me.” It is now several years that this officer is regularly paying the old man.

मेहनत करे तो धन बने, सब्र करे तो काम, मीठा बोले तो पहचान
बने और इज़्ज़त करे तो नाम।

Better Life

बच्चों के व्यक्तित्व विकास के लिए

मुस्कुराहट

1. बाप-बेटे ने मिलकर बड़ी मुश्किल से
   सास-बहू का झगड़ा शान्त करवाया।
   तभी बच्चे ने नानी को आते देखा और
   चिल्लाया तीसरी लहर आ गई,
   तीसरी लहर आ गई।

2. डिम्पी - पहले मेरे पति भाग-भाग कर मेरी फ़रमाइशें पूरी करते थे।
   सिम्पी - और अब?
   डिम्पी - अब मेरी फ़रमाइश सुनते ही भाग जाते हैं।

3. टीचर - संजू, मैं दो वाक्य दूँगा। उनकी व्याख्या करो।
   1. उसने बर्तन धोए।
   2. उसे बर्तन धोने पड़े।

   संजू - पहले वाक्य में कर्ता अविवाहित है और दूसरे वाक्य में कर्ता विवाहित है। टीचर अभी तक बेहोश है।

दिमाग़ की कसरत

1. ऐसी कौन-सी चीज़ है, जिसे हम पानी के अन्दर खाते हैं?
   बताओ मैं कौन हूँ?
2. वह कौन-सा फूल है, जिसके पास कोई रंग और महक नहीं है?
   बताओ कौन हूँ मैं?
3. वह क्या है, जिसे आप एक बार खाकर दोबारा नहीं खाना चाहते हैं मगर फिर भी खाते हैं?
   बताओ कौन हूँ मैं?

- इन पहेलियों के उत्तर इस पत्रिका के किसी पृष्ठ पर उपलब्ध हैं।

बस हिम्मत रखो जीवन की शुरूआत कहीं से भी की जा सकती है।

कविता

उम्र की ऐसी तैसी

घर चाहे कैसा भी हो....
उसके एक कोने में,
खुलकर हँसने की जगह रखना..
सूरज कितना भी दूर हो...
उसको घर आने का रास्ता देना...

कभी-कभी छत पर चढ़कर,
तारे अवश्य गिनना....
हो सके तो हाथ बढ़ाकर....
चाँद को छूने की कोशिश करना.....
अगर हो लोगों से मिलना-जुलना,
तो घर के पासपड़ोस जरूर रखना....

भीगने देना बारिश में, उछल कूद भी करने देना.....
हो सके तो बच्चों को...
एक काग़ज की किश्ती चलाने देना...
कभी हो फ़ुर्सत आसमान भी साफ़ हो,
तो एक पतंग आसमान में चढ़ाना...
हो सके तो एक छोटा सा पेंच भी लड़ाना...

घर के सामने रखना एक पेड़,
उस पर बैठे पक्षियों की बातें अवश्य सुनना...
घर चाहे कैसा भी हो, घर के एक कोने में...
खुलकर हँसने की एक जगह रखना....
चाहे जिधर से गुज़रिये,
मीठी सी हलचल मचा दीजिए...
उम्र का हर एक दौर मजेदार है,
अपनी उम्र का मजा लीजिये..
ज़िन्दा दिल रहिए जनाब, यह चेहरे पे उदासी कैसी....
वक्त तो बीत ही रहा है, उम्र की ऐसी की तैसी...

– अटल बिहारी वाजपेयी

कुछ करना है तो उठकर हिम्मत करो, मखमल के गद्दे पर बैठकर सपने पूरे नहीं होते।

एक कहानी (एक रास्ता)

बात लगभग 20 साल पुरानी है। राम नारायण जी नागपुर में एक दुकान पर सेल्समैन का कार्य करते थे। उनका छोटा सा परिवार था - एक बेटी रिद्धि और उनकी पत्नी यशोदा साथ रहते थे। जो भी उनको तनख्वाह मिलती थी, उससे गुज़ारा चल जाता था। फिर भी वह कुछ बचत करते रहते थे।

हमेशा वह जिस रास्ते से गुज़र कर घर जाते थे एक दिन वहाँ एक बच्चा पुरानी किताबें बेच रहा था। राम नारायण को वह बच्चा पहली बार दिखा। तो उसने सोचा कि वह किताबें अपनी बेटी रिद्धि के लिए ले ले, तो पूछ लिया कि वह किताबें कितने की हैं। बच्चे ने बोला - 2000 की। '2000 की! राम नारायण ने बोला यह तो पुरानी हैं। 400 तक होनी चाहिए' 2000 कैसे माँग रहे हो?

अंकल मेरे स्कूल की फीस 2000 देनी है, इसलिए इन किताबों को बेच रहा हूँ। इनको मैंने लिखकर रख लिया है। मेरे पिता अब नहीं रहे और मेरे को पढ़-लिखकर डॉक्टर बनना है।

यह सुनकर राम भावुक हो गया और घर जाकर अपने बचत वाले रुपयों को ले आया, जो 2000 ही थे। उसने बच्चे को दे दिए, तो बच्चा किताबें देने लगा। उसने कहा - नहीं, इसे अपने पास ही रहने दो।

राम ने उस लड़के से पूछा - क्या नाम है तुम्हारा?

अगर वक्त बुरा है तो मेहनत करो और अगर अच्छा है तो किसी की मदद करो।

लड़का ने उत्तर दिया - निर्मल किशोर। 'बढ़िया'

राम ने उस लड़के से कहा - निर्मल मन लगाकर पढ़ना। मैं मार्केट में रेडीमेड कपड़ों की दुकान में काम करता हूँ। जब जरूरत पड़े तो बताना मुझसे जो मदद हो सकेगी मैं जरूर करूँगा। राम ने यह मदद घर से छुपाकर की, पर न जाने क्यों उसे दया आ गई। पर वह अन्दर ही अन्दर बहुत ख़ुश था जैसे कि जीवन को जी लिया आज उसने।

वक़्त गुजरता रहा। वह निर्मल की मदद करता रहा। निर्मल ने भी उसकी मदद का सम्मान रखा और डॉक्टर बन गया और विदेश चला गया। पत्र और फ़ोन पर रिश्ते गहरे होते गए।

राम की पारिवारिक स्थिति ठीक ही थी, पर एक दिन उसकी बेटी रिद्धि की शादी का वक्त नज़दीक आ गया। राम को चिन्ता सताने लगी की सब इंतज़ाम कैसे होंगे? कर्जा भी लेना पड़ सकता है।

अचानक एक दिन उसे गिफ्ट मिला, जो कि 5 लाख रुपये का था। जिस पर भेजने वाले का नाम डॉक्टर निर्मल किशोर लिखा हुआ था। राम की आँखों में कृतज्ञ भावों से पानी आ गया। शादी के पहले निर्मल परिवार के साथ राम के यहाँ आया और एक परिवार की सदस्य की तरह पूरा सहयोग दिया और रिद्धि की शादी धूमधाम से हुई।

राम उसी पुराने रास्ते पर जाकर खड़ा हो गया, जहाँ उस होनहार बालक निर्मल से मुलाकात हुई थी। जहाँ उसने निःस्वार्थ भाव से सेवा की थी। एक अनमोल रास्ता निःस्वार्थ सेवा का।

इस कहानी के माध्यम से यह स्पष्ट होता है कि हमें निःस्वार्थ भाव से सेवा करनी चाहिए। जिस प्रकार राम ने निःस्वार्थ भाव से निर्मल की मदद की उसे डाक्टर बनने में उसकी आर्थिक रूप से मदद की। और समय आने पर निर्मल ने भी राम की मदद की। ऐसे ही हमें भी निःस्वार्थ भाव से एक-दूसरे की मदद करनी चाहिए।

अगले माह पुनः मिलते हैं.....

Team Better life

हीरे को परखना है तो अन्धेरे का इन्तजार करो, धूप में तो काँच भी चमकता है।

आपने कहा था

.....गतांक से आगे

दिनांक : 30-05-1924

भगवान् ने फ़रमाया-"जब कोई चीज़ हानिकारक मालूम हो, तो फौरन उसको छोड़ दो। तुम उस पर जय लाभ करो। वह तुम पर जय लाभ न करे। फिर नेचर कुनियमितता से सुनियमितता की तरफ़ आ रही है। सोने, जागने, खाने-पीने, पढ़ने-लिखने आदि में सुनियमितता से काम लो। जहाँ तक मुमकिन हो खुश रहो। यूँ ही फिजूल फिक्र में न पड़ो। तुम्हारी नौजवानी की उम्र है। अगर इन बातों का ख्याल रखो, तो जैसे हालात में तुम हो उनमें तुम्हें राजी हो जाना चाहिए। फिर तुम्हारे सामने यह भी रहे कि तुमने जो अपना आप किसी भले काम के लिए दिया हुआ है अगर बीमार हो तो भलाई कैसे निकलेगी? इसलिए भी तुम्हें अपने आपको तन्दुरूस्त रखने और जो चीज़ें सेहत के बिगाड़ने वाली हैं, उनसे बचने की जरूरत है।"

जीवनदाता भगवान् जिस तरह मेरी शारीरिक और आत्मिक भलाई के लिए व्याकुल थे और चन्द मिन्टों में उन्होंने जो दान दिया, उसकी महिमा का बखान नहीं हो सकता। मेरा दिल भरा हुआ था। आँखों से आँसुओं की धारा बह रही थी और मैं भगवान् को धन्यवाद देता हुआ तृप्त नहीं होता था और अपनी बहुत बड़ी खुशकिस्मती महसूस कर रहा था कि मैं अपने सर्वहित सम्पादक भगवान् के श्री चरणों में निवास करता हूँ। बार-बार यह जबरदस्त आकांक्षा पैदा होती है कि मैं अपने ऊपर उनके अथाह संग्रामों और मेरे जीवन और काम के सम्बन्ध में उनकी आकांक्षाओं को सफल और पूरा कर सकूँ।

- एक सेवक (जीवन पथ जुलाई 1959)

श्रीमान् निर्मल सिंह जी अपने एक साथी काम करने वाले जन की सेवा में लिखते हैं-

विशेष सम्मान के योग्य श्रीमान् जी! सत्य देव की जय।

पूजनीय भगवान् की सेवा में आज श्री बख्शी जी ने आपके प्रोग्राम के बारे में अर्ज किया था। उसी समय और उसके बाद जो कई बातें पूजनीय भगवान् ने कृपा करके फ़रमाई, वह अपने शब्दों में आप तक पहुँचाने की कोशिश करता हूँ।

(1) 'जड़ां वाला' साधन मन्दिर के खोलने की रस्म के लिए पूजनीय भगवान् ने फ़रमाया कि एक बार धूमधाम के साथ मन्दिर खोलने की रस्म अदा करके जब फिर ऐसा ही हाल रहना है, तो फिर ऐसे हालात में मन्दिर खोलने की कोई खास रस्म

हर सूर्योदय आपके लिए एक नई उम्मीद और नया अवसर लेकर आए।

अदा करने की कोई जरूरत नहीं। आप जब वहाँ जावें, तो मन्दिर में दाखिल होते वक्त अपने तौर पर शुभकामना करके उसमें दाखिल हो सकते हैं। ज़रूरत वहाँ पर काम शुरू करने की है, अगर वह हो सकता हो।

(2)

भगवान् ने आज फिर देवसमाज की शाखाओं के मुत्तल्लिक अपनी तकलीफ का इज़हार फ़रमाया कि काम नीचे को जा रहा है। हमारे परिचालन से काम की उन्नति होनी चाहिए न, कि अवनति।

(3)

विकासालय के विकासार्थियों के मुत्तल्लिक भगवान् ने फ़रमाया है कि उनका उन्हें कोई पता नहीं मिला। ख़ासकर निर्वाहवृति लेने वाले विकासार्थियों के सम्बन्ध में पता मिलते रहना ज़रूरी है कि वह क्या काम करते हैं और कहाँ हैं। विकासालय के सम्बन्ध में भगवान् बहुत फिक्रमन्द हैं। इस विषय में उन्होंने फ़रमाया कि अगर विकासार्थियों में कोई घृणाकारी हैं और उनका कुछ बन नहीं सकता तो वह क्या विकासार्थी गिने जाने के लायक हैं? और फिर अगर कोई यूँ ही भर्ती कर लिए हैं और उनका कुछ क्रम चलता-चलाता नहीं हैं, तो भी क्या कोई ऐसी तजवीज हो सकती है कि काम के विकासार्थी मिले? इस तरफ हम लोगों कि तवज्जो जानी चाहिए। इस बारे में भगवान् खासतौर से जानना चाहते हैं कि हम लोग क्या कोई फिक्र और सोच-विचार करते हैं?

इसी तरह स्टाफ के बारे में भगवान् ने फ़रमाया कि इतना भी नहीं है कि विकासालय का स्टाफ ही सारा कर्मचारियों का हो कि जो कोई तसल्लीबख्श काम कर सकें।

भगवान् इस विषय में बहुत फिक्रमन्द रहते हैं। काश! हम लोग जैसे कुछ हैं टूट-फूटकर उनकी आकांक्षाओं को पूरा कर सकें।

दिनांक : 07-06-1924

अपनी सेहत के बारे में आज मैंने भगवान् की सेवा में लिखकर दिया। उसके पढ़ने के बाद पूजनीय भगवान् देवात्मा ने फ़रमाया- तुम्हारी सेहत के लिए हमने बहुत **Interest** के साथ पढ़ा है। जलन की जो तुम्हें शिकायत है, वह हमें भी रहती है। यह बेहतर होता कि तुम हमारी तकलीफ़ का ज़िक्र करके अफसोस का इज़हार भी करते। केवल अपने विषय में लिखना और हमारी तरफ से बहुत

समय की धारा में उम्र बह जानी है, जिस घड़ी को जी लेंगे, वही यादगार बन जानी है।

बेताल्लुकी जाहिर करना अच्छा नहीं है।

जलन में यहाँ की आबोहवा का भी दखल हो सकता है और कब्ज़ का भी। कब्ज़ के लिए यह देखने की ज़रूरत है कि कोई ऐसी चीज़ तो नहीं खाते कि जो कब्ज़ पैदा करती हो? फिर क्या कोई ऐसी चीज़ खाते हो जो कब्ज़ के लिए फायदेमन्द हो। सुबह के वक्त जब चार बजे उठते हो, उस वक्त ठण्डा या गर्म जैसा तजरबे से पता लगे, पानी पीना फायदेमन्द हो सकता था।

भूख के बारे में फ़रमाया कि जिस किस्म का काम होता है उसी के अनुसार भूख लगती है। तुम्हें अगर थोड़ी भूख लगे तो स्वाभाविक है तुम्हें बहुत ज़्यादा खुराक की ज़रूरत नहीं कि जो हज़म ही न हो। बहुत कम की भी ज़रूरत नहीं, सन्तुलित रहने की ज़रूरत है।

नाक और गले की खराश और छींकों के बारे में भगवान् ने फ़रमाया कि यहाँ के मौसम का भी असर हो सकता है, वर्ना साधारणतः जुकाम यहाँ पर बहुत कम होता है।

नींद के बारे में भगवान् ने फ़रमाया कि अगर दिन को ज़्यादा सोया जावे, तो रात को कई सूरतों में नींद अच्छी नहीं आती। नौजवान आमतौर पर अगर दिन को न सोयें, तो अच्छा रहता है।

अपने सम्बन्ध में भगवान् ने फ़रमाया कि हमारे जिस्म पर आबोहवा का बहुत असर होता है। मच्छर और खटमल अगर एक भी हो तो नींद ख़राब कर देने के लिए काफ़ी है। हमारा सिस्टम बहुत ज़्यादा सैन्सीटिव है, आज ही जब हम तुम्हारा पत्र पढ़ रहे थे तो हमें छींक आई। तुमने पत्र में छींकों के बारे में लिखा हुआ था, तब हमें ख़्याल आया कि मुमकिन है तुम्हें पत्र लिखते वक्त तुम्हें छींक आई हो और उसका असर हम तक पहुँचा हो। हमारे दिल में आया कि कह देंगे कि यदि कुछ लिखकर देना हो तो बख़्शी जी को लिखकर दे दिया करें, वह हमें सुना दिया करेंगे।

आख़िर में भगवान् ने फ़रमाया कि ख़ुश रहना चाहिये। ख़ुश रहने का सेहत पर बहुत असर पड़ता है। हम नेचर के हैं, नेचर में रहते हैं और एक दिन नेचर में ही विलय हो जावेंगे। फिर फिक्र की क्या बात है?

क्रमशः

मनुष्य के जीवन में गुरु का होना ज़रूरी है, गुरुर का नहीं।

देव जीवन की झलक

...गतांक से आगे

शारीरिक रोग से न केवल निवृत न होने किन्तु उल्टा बढ़ जाने से उनकी यह हार्दिक बैचेनी और दु:ख और भी बढ़ जाते हैं और वह उसके लिए और अधिक प्रतीक्षा करना सहन नहीं कर सकते। उनका यह हार्दिक दु:ख अन्त में इतना बढ़ जाता है कि वह परिणाम की कुछ परवाह न करके 2 मई, 1926 को पूजनीय देवशास्त्र के लेखों के संसोधन के अति हितकर और अत्यन्त महत्त्वपूर्ण कार्य में लग जाते हैं, जिसका अनिवार्य परिणाम यह होता है कि उनके मस्तिष्क पर बहुत अधिक बोझ पड़ने से उनकी स्नायु दुर्बलता बहुत अधिक बढ़ जाती है और वह अत्यन्त निढाल हो जाते हैं और उन पर उनके पुराने रोगों का फिर बहुत प्रबल आक्रमण होता है। किन्तु इस अवस्था में पहुँचकर भी वह अपने विशिष्ट कार्य को बन्द नहीं करते और जब उनकी सेवा में यह प्रार्थना की जाती है कि इस प्रकार उनका शरीर कब तक जीवित रह सकेगा, तो वह फ़रमाते हैं-

"ऐसी सख्त बीमारी और संकट की अवस्था में भी मुझे अपने अनुपम और परम हितकर कार्य में जुटे रहकर मरना बहुत सुन्दर प्रतीत होता है।"

(4)

4 मई, सन् 1926 को अकस्मात् उनके बहुत सुयोग्य और उनके मिशन में बहुत उच्चकोटि के कार्यकर्ता, ज्येष्ठ पुत्र श्रीमान् पण्डित हरनारायण जी अग्निहोत्री की सख्त बीमारी का तार मिला। फिर भी वह शुभकामनाएँ आदि करने के साथ-साथ देवशास्त्र की रचना में प्रवृत हो गए। आखिर श्रीमान् हरनारायण जी के देहान्त का समाचार मिला। वह भगवान् देवात्मा के मिशन के एक असाधारण अंग थे, जिन पर उनकी बहुत बड़ी आशाएं थी। भगवान् के लिए यह बहुत बड़ा आघात था। किन्तु भगवान् पूरी शान्ति और धैर्य की अवस्था में बैठे थे। वह श्री पण्डित जी की धर्मपत्नी श्रीमती महादेवी जी अग्निहोत्री के नाम सहानुभूति का तार स्वयं लिखने लग गए और फिर पण्डित जी की अर्थी पर लगाने के लिए अपने भावों को संक्षिप्त शब्दों में लिखने लगे। इस संकट के समय भी वह विविध सम्बन्धों में अपने सब कर्त्तव्य पूरे करते रहे। दो दिन के पश्चात् फिर देवशास्त्र सम्बन्धी अति गूढ़ लेखों की रचना और संशोधन में लग गए। ऐसे कठिन हार्दिक और मानसिक परिश्रम से जब वह चूर-चूर हो जाते तथा उनके शारीरिक कष्ट बहुत बढ़ जाते और पर्वताश्रम निवासी उनसे निवेदन करते कि शरीर की ऐसी अत्यन्त रोगी और दुर्बल अवस्था में

उपलब्धि एक ऐसी चीज़ है, जो हृदय में आत्मसम्मान की भावना और आत्मविश्वास पैदा करती है।

वह उस कार्य को स्थगित कर दें, तो भगवान् इस प्रकार फ़रमाते-

"चाहे शरीर का अन्त हो जाए, हम अपना यह विशिष्ट लेखन कार्य किए बिना नहीं रह सकते। इसके सिवाय अब और कुछ नहीं हो सकता। हम अपने आन्तरिक भावों से विवश हैं।"

एक जन से भगवान् ने फ़रमाया-

"क्योंकि तुम्हारा उस लोक में प्रवेश नहीं है इसलिए तुम हमारी अवस्था का ठीक अनुमान नहीं कर सकते। कल्पना करो कि यदि कोई जन ऐसी परिस्थितियों में घिर जाए कि उसके चारों ओर आक्रमणकारी बन्दूकें लिए खड़े हो और जिस मकान के भीतर वह वर्तमान हो उसमें आग लग गई हो, तो उसकी क्या अवस्था हो सकती है? ठीक उसी प्रकार हम अपनी, 'न राहे रफतन न जाए मानदन' (न रहना ही सम्भव और न जाना ही) की अवस्था अनुभव करते हैं। यह विशिष्ट कार्य करते है तो शरीर साथ नहीं देता और उसके कष्ट बढ़ जाते हैं और नहीं करते तो भीतर के उच्च भाव चैन नहीं लेने देते और भीतर से बड़ी बिलबिलाहट होती है कि हाय! हमारा यह परम आवश्यक काम अपूर्ण पड़ा है। इसलिए फिर परिणाम की परवाह न करके हम शरीर को अर्पण करने के लिए विवश हो जाते हैं।"

(5)

भगवान् देवात्मा सन् 1924 के महोत्सव से बहुत समय पहले से उसकी सफलता के लिए बहुत गहरा संग्राम और परिश्रम कर रहे थे। इस संग्राम और परिश्रम को करते-करते वह महोत्सव के निकट आकर बहुत सख्त बीमार हो गए। महोत्सव के दिनों में भी उन्होंने उसकी सफलता के लिए जिस कदर संग्राम और परिश्रम किया, उसका शब्दों में बयान नहीं हो सकता। महोत्सव की विशेष महासभा में जो बीमारी के बिस्तर से आकर भी उन्होंने अपना कल्याणकारी उपदेश दिया और उसके द्वारा अपने सैकड़ों सेवकों और सेविकाओं आदि का परम हित साधन किया, वह उनके भीतर के प्रबल हित भाव का एक और जीवन्त दृष्टान्त है। उस उपदेश के आरम्भ करते समय उन्होंने इस प्रकार के शब्द कहे थे कि "जब तक मेरे लिए असम्भव न हो जाए और मेरे शरीर में औरों के भले के लिए काम करने की सामर्थ्य बाकी हो, तब तक मैं औरों के हित के लिए काम करने के लिए मजबूर हूँ। मैं उसे किसी तरह भी छोड़ नहीं सकता। इसलिए इस समय अपनी सख्त बीमारी के बिस्तर से उठकर तुम लोगों की सेवा के लिए पहुँच गया हूँ।"

माफ़ बार-बार करो, मगर भरोसा सिर्फ़ एक बार करो।

उनके इन शब्दों ने कई अधिकारी आत्माओं पर विशेष असर किया और वह उससे पिघल गए और उनकी महिमा के आगे झुक गए।

फिर सभा में बहुत वर्षों पहले की एक घसियारे की घटना का जब यह ज़िक्र किया कि वह उनके सामने से घास का एक बड़ा गट्ठा उठाए लिए जा रहा था, तब उन्होंने उसे देखकर फ़रमाया कि यह तो सारे दिन का परिश्रम करके इतनी घास लिये जा रहा है और उसे तसल्ली है कि उसने इतना काम किया है, परन्तु हम जो अपने शरीर के बहुत बीमार होने से जितना चाहिए था उतना काम नहीं कर सके, इससे हमें क्योंकर तसल्ली हो सकती है। उनके इस बयान ने भी बहुत से आत्माओं को हिला दिया।

भगवान् देवात्मा ने महासभा के उपदेश में यह भी फ़रमाया कि प्रत्येक भली गति का भला फल होता है। और हम भी जो शुभ भाव से भरकर औरों के शुभ के लिए संग्राम करेंगे, उसका अवश्य शुभकर फल होगा।

(6)

एक सेवक लिखते हैं-

मैं इन दिनों भगवान् देवात्मा के अद्वितीय देवजीवन की देवलीला को देखकर चकित हो रहा हूँ। मेरे भगवान् अपनी लम्बी बीमारी की सख्त शारीरिक तकलीफ़ों के लगातार चले चलने से बहुत निढाल हो चुके हैं, दिन के अतिरिक्त रात को भी अकसर उन्हें बहुत तकलीफ़ और बैचेनी में से गुज़रना पड़ता है। पिछले दिनों वह विशेषकर वह बहुत तकलीफ में से गुज़रते रहे हैं। उन्हें काम के लिए न ही हुकुम दिया जाता है न ही प्रार्थना की जाती है। हाँ, उल्टा यह विनती की जाती है कि आप आराम फरमाएँ। परन्तु इस सबके बावजूद वह अपनी जीवनव्रत सम्बन्धी कार्यों में फिर भी अपने बहुत दुर्बल शरीर को घसीटकर लगा रहे हैं। प्रतिदिन की आवश्यक डाक का संक्षिप्त सारांश बराबर पढ़ते हैं और उसके सम्बन्ध में आवश्यक हिदायत देते हैं। लाहौर से मन्त्री देवसमाज की ओर से समाज के काम और हालात आदि की जो रिपोर्ट प्रतिदिन आती है, उसे देखते हैं और क्या उसके सम्बन्ध में और क्या देवसमाज के विविध विभागों के और नाना विषयों के सम्बन्ध में सोच विचार करते हैं और विविध हिदायतें देते और लिखवाते हैं।

- क्रमशः

उनके प्यार की हमेशा कदर करो जो आपकी ग़लतियाँ भूलकर भी आपको प्यार से बुलाते हैं।

फल खाएं या जूस पिएं

आप दिन की शुरूआत फलों की बजाय फलों के जूस से करते हैं? यदि हाँ, तो यह आपके स्वास्थ्य के लिए उतना फायदेमन्द साबित नहीं होगा। डाइटिशियन रितिका समाद्दार कहती हैं कि फल खाना जूस पीने से ज़्यादा लाभदायक होता है।

साबुत फल खाने से इसमें मौजूद फाइबर, माइक्रोन्यूट्रिएंट्स जैसे विटामिन्स एवं मिनरल्स स्वस्थ रहने के लिए बहुत ज़रूरी हैं। इसके अलावा फलों में मौजूद एंटीऑक्सीडेंट्स जीवनशैली से सम्बन्धित डिसऑर्डर जैसे हृदय रोग, मधुमेंह, कैंसर, आर्थराइटिस से भी बचाता है। फलों से तैयार जूस में फाइबर नहीं बचता। इसमें सिर्फ़ शुगर होता है, जिससे शरीर में ब्लड शुगर की मात्रा बढ़ सकती है।

जूस अधिक पीना यानि अधिक मात्रा में कार्बोहाइड्रेट लेना है। सिंपल कार्बोहाइड्रेट मोटापा, मधुमेह होने की सम्भावना को बढ़ाता है । यदि आपके सामने कोई विकल्प नहीं, तो उस स्थिति में डिब्बाबन्द जूस पीने की बजाय फलों का जूस ही पिएं। खासकर बच्चों, युवाओं और वयस्कों को फलों का सेवन करना चाहिए।

जहाँ तक बुजुर्गों की बात है, तो उनके लिए जूस पीना बेहतर रहेगा। ऐसा इसलिए, क्योंकि एक खास उम्र के बाद चबाने में समस्या आती है। ऐसे में वे जूस को आसानी से पचा सकते हैं। कई अध्ययनों मे भी फल खाने पर अधिक जोर देने की बात सामने आई है।

कैंब्रिज यूनिवर्सिटी में 'मेकल रिसर्च काउंसिल हयूमन न्यूट्रिशियन' रिसर्च यूनिट के अनुसार फलों का जूस जल्दी पचता तो है, लेकिन जल्दी ही उससे मिलने वाली ऊर्जा समाप्त भी हो जाती है। जूस पीने से वजन घटाने की योजना भी बेकार हो सकती है।

आप वजन घटाने के बारे सोच रहे हैं, लेकिन चार संतरों का जूस पीने के बाद भी भूख शान्त नहीं होती है। ऐसी स्थिति में आप कुछ और खा लेते हैं। विशेषज्ञ मानते हैं कि अगर आप डाइट पर हैं, तो जूस से बेहतर फल खाना होगा। ऐसा भी नहीं कि आप जूस बिल्कुल ही नहीं पी सकते। कभी-कभी आप नाश्ते में जूस भी पी सकते हैं।

यदि आप पूरी तरह से स्वस्थ हैं, आप कुछ भी आसानी से खा सकते हैं, तो फल ज़रूर खायें, इससे शरीर को फाइबर प्राप्त होता है। फल खाने से पाचन क्रिया और मेटाबॉल्जिम भी दुरूस्त रहता है। बुजुर्गों को डिब्बाबन्द जूस की बजाय

जो अपने मन की स्थिति बदल लेता है, वह जीवन की परिस्थिति भी बदल लेता है।

फलों से तैयार ताज़ा जूस दें। डिब्बाबन्द जूस में मौजूद आर्टिफिशियल शुगर एवं प्रिजर्वेटिव्स तत्व उन्हें नुकसान पहुँचा सकते हैं।

– अश्विनी परिहार

धन्यवाद ज्ञापन

मेरे श्रद्धा व सम्मान के योग्य श्रीमान् जी,

आपका हर प्रकार से शुभ हो!

मैं आपके प्रयासों द्वारा प्रकाशित पुस्तक 'अति विशिष्ट महिलाएं' का अध्ययन कर रही थी। वैसे तो पुस्तक के आरम्भ से ही आपकी मेहनत और आपके प्रयासों को अनुभव कर रही हूँ परन्तु 32 पेज तक आते-आते हृदय आपके प्रति श्रद्धा से सम्मान से झुक रहा है।

अगर आप धर्मसाथी इस पुस्तक का हिन्दी अनुवाद छपवाने की सोच न रखते व उस दिशा में इतने प्रयास बार-बार, उसकी प्रूफ रीडिंग करना, ये सब संग्राम करते तो मैं इस अनमोल खजाने से वंचित ही रह जाती। अभी तो पूरी पुस्तक पढ़ना बाकी है।

मैं दिल के गहरे भावों से आपका, श्रीमती अन्जु सचदेवा जी का और श्रीमान् यशपाल जी सिंघल का धन्यवाद करती हूँ और आप सभी के शुभ की गहरी कामना करती हूँ।

और ऐसी आशा करती हूँ कि भगवान् देवात्मा की शिक्षा के अनमोल खजाने (जो कि इंगलिश में होने के कारण से उससे मैं वंचित ही रह जाऊँगी) का हिन्दी अनुवाद आगे भी पढ़ने के लिए मिलता रहेगा। जिससे अन्य पाठकगण भी अपना आत्मिक भला कर सकेंगें।

आप सभी का बहुत-बहुत धन्यवाद!

आप सबका शुभ हो!

अनिता (रुड़की।

कोशिश आख़िरी सांस तक करनी चाहिए, मंजिल मिले या तर्जुबा दोनों ही कीमती है।

श्रद्धा सुमन

(श्रीमती नैना रोचलानी जी के परलोकगमन पर)

श्रीमती नैना जी रोचलानी जी के साथ मेरा भावों से जो रिश्ता बना, उसका एहसास हमेशा मिठास देता रहेगा। आपके प्यार की मिठास ने मम्मी जी के इस लोक से जाने के बाद मेरा यहाँ इस लोक में रहना सहज बना दिया था।

आपने माँ बनकर प्यार ही नहीं दिया बल्कि दिल से बेटी माना। हम माँ की बेटी की तरह ही एक कोने में बैठकर अपनी बातें आपस में बाँटा करते थे। अब मुझे भी कच्चे हरे मटर खाना अच्छा लगता है।

आपके सच्चे प्यार, सादगी, सरलता, दीनता, अपनेपन ने मुझे बरबस ही अपनी ओर खिंच लिया। आपका प्यार आत्मिक घावों पर मरहम की तरह काम करता है।

आप अपने से छोटों की, बड़ों की, सभी की बातों को बड़े ध्यान से सुना करती थीं और उन्हें सहलाया करती थीं। आपका सूक्ष्म से वो सब बातें करना तथा आपका प्यार बहुत याद आएगा।

भगवान् की कृपा से तसल्ली है कि आप स्थूल से न सही, परन्तु सूक्ष्म से अपना प्यार और मार्गदर्शन मुझे देती रहेगी। परलोक में आपका बहुत-बहुत शुभ हो! ऐसी मैं आपका बहुत-बहुत शुभ हो!

ऐसी मैं हृदयगत भावों से कामना करती हूँ। आपका हर प्रकार से शुभ हो! आपको भी बल मिले और हमें भी बल मिले, आपका शुभ हो!

I Love you very much. I miss you very much.

- श्रीमती अनिता (रुड़की)

मेरी श्रद्धेया, बहुत सम्मानीय, बहुत प्यारी दीदी सत्यदेव की जय, आपको शुभ हो!

प्यारी दीदी आप अचानक यूँ चली जाओगी, मुझे मालूम नहीं चला। आप सबका हित करने वाली, अपने से ऊपर दूसरों का हित सोचने वाली व करने वाली रही हैं मैं तो उसका साक्षात उदाहरण हूँ।

एक बार जब मैं बड़ी बीमारी से निकलकर आई थी तो जून शिविर में दो बार आपसे हीलिंग लेने लगी तो आपने मेरा ऑपरेशन ही कर दिया। जिसके बाद आप खुद भी बीमार हो गईं, आप अपने से बढ़कर परहित करती रही है।

झूट बोलकर कुछ पाने से अच्छा है, सच बोलकर उसे खो दो।

न जाने क्यों आप इतनी जल्दी परलोक में चली गई, अभी तो आपकी स्थूल रूप में मुझे, आपके परिवार को, पूरे मिशन को आपकी बड़ी जरूरत थी।

मुझे तो विश्वास ही नहीं हो रहा था - दो दिन तक यही कहती रही, यह झूठ है ऐसा नहीं हो सकता, हे सतगुरु किसी तरह यह बात झूठ निकल जाए।

क्या कहूँ, कैसे बताऊँ मैं आपके अन्दर श्रद्धेया दीदी डॉक्टर प्रेम दीदी को अकसर पाती थी, इतना परहित, गुरु मिशन की दीवानगी कि बच्चों में ऐसे गुण जीनस में मिल गए कि परलोक सन्देश सात खण्ड ही लिख दिए, जो सूक्ष्म सत्ता से मिशन के लिए, पूरी मानव जाति के लिए व्यावहारिक ज्ञान है।

कहीं से पढ़ लो कोई भी खण्ड उठा लो, मुझे तो हर समस्या का जवाब ही मिल जाता है। नालायकी तो अपनी है यदि उसे पूर्णतया पालन न करो। महाशिविर पर अनुराग जी ने दो बार साधन करवाया, बीसियों बार तो मैंने सुना, कितने ही लोगों को सुनाया। क्या जबरदस्त विरासत है।

मुझे तो दीदी आपसे प्यार लेकर एक अलग अनुभूति होती थी, जिसका वर्णन मुश्किल है। बहुत याद आओगी दीदी, आप मुझे परलोक से भी ऐसे ही प्यार देती रहना। प्यारी दीदी, यही आपसे प्रार्थना है।

मेरे सारे परिवार वाले, मेरे मित्र सभी आपके कार्यों से वाकिफ हैं। आप हर मन प्यारी, सच्ची हमदर्द, सच्ची सलाहकार रही हैं। आपने माननीया श्रद्धेया दीदी की एम0बी0बी0एस0 डॉक्टरी सेवाओं का हीलर के रूप में मूर्तरूप बनकर कार्य किया है।

मैं व हम सभी आपके आशीर्वाद पाने के लायक बन सकें। आपका शुभ हो, मंगल हो, शुभ हो!, शुभ हो!, शुभ हो!, शुभ हो!

- अशोक कुमारी (चण्डीगढ़)

प्यारी मुस्कुराहट

सुन्दर आभूषण एवं वस्त्र हमें उतना खूबसूरत नहीं बनाते,
जितना कि एक प्यारी सी मुस्कुराहट बनाती है।

जीवन में समस्याएं तो हर दिन नई खड़ी हैं जीत जाते हैं बस वही
जिनकी सोच बड़ी है।

प्रचार दौरा (विकास यात्रा)

जनवरी 2023 राजेश रामानी जी द्वारा अपने शहर भोपाल में जवाहर टहिलरामानी जी के सहयोग से एक स्कूल सरस्वती विद्या मन्दिर स्कूल में 100 बच्चों के बीच 'एक तोहफ़ा आज का' वर्कशॉप आयोजित की। जिसमें अंशु टहिलरामानी, महक तहिलरामानी, वर्षा चंदवानी तथा सुपुत्र जीतू चंदवानी और मित्रगण उपस्थित रहे। इसके भिन्न Champion School (मिशनरी स्कूल) के फादर से मिलकर अप्रैल में वर्कशॉप की परमिशन ली गई। तहिलरामानी परिवार में दो बार, बंगरसिया गाँव में एक बार, पिपलानी सिन्धु भवन में एक बार साधन कराया गया। कुल 100 जनों ने विषय से लाभान्वित हुए। आप जनवरी अन्त में 28 तारीख़ को कुरुक्षेत्र, कैथल, सिरसा, तलवाडा, तलवार ख़ुर्द होते हुए श्री गंगानगर रवाना हुए।

28 जनवरी कुरूक्षेत्र में श्रीमान् आर. पी. गुप्ता जी के सहयोग से धर्मसम्बन्धियों और श्रद्धालु जनों के निवास में गए।

श्री राम भगत कालायन (रिटायर्ड IAS) जी के सहयोग से (अम्बेडकर छात्रावास एवं पुस्तकालय) में छोटी-सी वर्कशॉप आयोजित की गई। लगभग 40 (30 छात्र व 10 साथी जन) जन लाभान्वित हुए। पुस्तक 'एक तोहफ़ा आज का' भी वितरित की गई। आगे मिशन की गतिविधियों के लिए रहने और वर्कशॉप व साधन करने की भी अनुमति मिली। स्कूलों के अगले सत्र में कुरुक्षेत्र व कैथल के 80 स्कूलों में वर्कशॉप और 4000 पुस्तकें एक तोहफ़ा निःशुल्क वितरित होगी। (10,50,100,500, पुस्तकों के सहयोग के लिए 10 रुपये प्रति किताब आप भी अपना सहयोग दे सकते हैं। 8126040312 इस सहयोग के लिए सम्पर्क करें।) 28 जनवरी शाम श्रीमान् वीरेन्द्र पाल लुखी जी के 10 पारिवारिक जनों के बीच साधन करवाया गया।

29 जनवरी को सुबह आर0पी0 गुप्ता जी के साथ सुरजीत जी के निवास पर साधन करवाया गया, जहाँ 10 जन लाभान्वित हुए। उसी दिन NIT डॉ. राजेश अग्रवाल और कैथल में श्रीमान् इन्द्रपाल जी और बहन रजनी गुप्ता जी के साथ भी हितकर वार्तालाप होती रही। 30 तारीख oxferd स्कूल उकलाना और विश्वास पब्लिक स्कूल भूना के स्कूलों के संचालक अधिकारी जनों से आगामी सत्र

सफल इन्सान वही है जिसे टूटे को बनाना और रूठे को मनाना आता है।

(23-24) के लिए बातचीत हुई।

31 जनवरी सिरसा दो स्कूलों में बच्चों में दूसरी वर्कशॉप आयोजित की गई। साथ श्रीमान् पुरुषोत्तम कंसल जी के परिवार और सेठ सुमेर चन्द्र गर्ग जी के ऑफिस में साधन हुआ और कुछ नए जनों से परिचय भी हुआ।

विकास यात्रा तलवाड़ा खुर्द पहुँची। तलरेजा परिवार ने खुशी के साथ स्वागत् किया और साधन भी किया गया। पूरे परिवार ने लाभ लिया। तलवाड़ा के नवयुवक सहयोगी विशाल जी के सहयोग से दो स्कूलों में जाना हुआ। बच्चों ने जीवनोपयोगी बातों को समझा।

विकास यात्रा आगे श्री गंगानगर पहुँची। जहाँ आगामी आत्मबल विकास शिविर की तैयारी की गई। जिसमें श्री गंगानगर और पदमपुर टीम का पूरा सहयोग मिला। दोनों ही स्थानों में स्कूलों में नीति शिक्षा की वर्कशॉप आयोजित की गई।

पदमपुर शुभ धाम में साधन और सभा रखी गई। इसमें श्री गंगानगर से श्रीमान् शंकर लाल सलूजा जी और पदमपुर से श्रीमान् गुरुचरण पाहवा जी का मुख्य सहयोग रहा। सभी धर्मसम्बन्धियों में गंगानगर शिविर के उत्साह बना हुआ था।

तुम उस व्यक्ति को भूल सकते हो, जिसके साथ तुम परिहास करते रहे हो पर उसको भुलाना असम्भव है, जिसके दुःख में तुमने भी आँसू गिराये हैं।

नोट - अभिभावक बच्चों के व्यक्तित्व विकास के लिए हमारे यूट्यूब चैनल ***Shubhho Betterlife*** *को* ***Subscribe*** *करें और उसमें उपलब्ध* ***Motivational vedios*** *का लाभ लें।*

पृष्ट संख्या 15 दिये गये दिमाग़ की कसरत के जवाब - (गोता, अप्रैल फूल, धोखा)

हृदय की विशालता ही उन्नत्ति की नींव है।

उच्च जीवन प्रशिक्षण संस्थान (Better Life) के तत्वाधान में आ गया अनूठा मौक़ा 'रिश्तों में नई रोशनी' पाने का उत्सव

(30 मार्च सायं से 02 अप्रैल प्रातः 2023 तक)

इसमें हम जानेंगे -

- मिशन की जरूरत व अपनी भूमिका,
- वनस्पति जगत् के अनगनित उपकार व हमारे कर्त्तव्य,
- नौकर व मालिक की भूमिका में हमारी उपयोगिता कैसे बढ़े,
- भाई-बहनों में परस्पर समझ व स्नेह कैसे विकसित हो,
- जीवनसाथी के साथ सम्बन्ध का आधार क्या हो?
- माँ-बाप को किस आँख से देखें?
- बच्चों को संस्कार कैसे दें व उनका भविष्य कैसे संवारें।

यह मौक़ा है इन साधनों में रिश्तों की नई रोशनी पाने का, खुद पर काम करने का तथा आने वाले जीवन को अर्थपूर्ण बनाने का।

आज ही इस उत्सव से सपरिवार लाभ उठाने का संकल्प लें।

दिनांक	समय	साधन का विषय
30.03.2023	सायं 5:30 से 7:00	मिशन में मैं कहाँ?
31.03.2023	प्रातः 9:00 से 10:30	वनस्पति जगत् व हम
31.03.2023	सायं 5:30 से 7:00	भृत्य व स्वामी का रिश्ता
01.04.2023	प्रातः 9:00 से 10:30	भाई व बहन का रिश्ता
01.04.2023	सायं 5:30 से 7:00	विवाहित जीवन की सार्थकता
02.04.2023	प्रातः 10:00 से 12:00	मेरे माता-पिता व बच्चे

स्थान- उच्च जीवन प्रशिक्षण संस्थान
देवाश्रम, 32 ए सिविल लाइन्स, रुड़की
रजिस्ट्रेशन व सम्पर्क सूत्र- 80778-73846

स्वीकार करने की हिम्मत और सुधार करने की नियत है,
तो आप कुछ भी सीख सकते हो।

अखबारों के रजिस्ट्रेशन एक्ट के नियम 8 के अनुसार 'सत्य देव संवाद' के विषय में आवश्यक ब्यौरा

1. स्थान जहाँ से अखबार प्रकाशित होता है - रुड़की (उत्तराखण्ड)
2. प्रकाशन की अवधि - मासिक

3. प्रिंटर का नाम - ब्रिजेश गुप्ता
   राष्ट्रीयता - भारतीय
   पता - 711/40, मथुरा विहार, मकतूलपुरी, रुड़की

4. पब्लिशर का नाम - ब्रिजेश गुप्ता
   रास्ट्रीयता - भारतीय
   पता - 711/40, मथुरा विहार, मकतूलपुरी, रुड़की

5. सम्पादक का नाम - डॉ0 नवनीत अरोड़ा
   राष्ट्रीयता - भारतीय
   पता डी-05, हिल व्यू अपार्टमेन्ट्स, आई.आई.टी., परिसर, रुड़की

6. अखबार के मालिक का नाम और पता - डॉ0 नवनीत अरोड़ा
   डी-05, हिल व्यू अपार्टमेन्ट्स, आई.आई.टी., परिसर, रुड़की

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

सम्पर्क सूत्र :

सत्य धर्म बोध मिशन

रुड़की (99271-46962), दिल्ली (98992-15080), भोपाल (97700-12311), सहारनपुर (98976-22120), गुवाहटी (94351-06136), ग़ाज़ियाबाद (93138-08722), कपूरथला (98145-02583), चण्डीगढ़ (0172-2646464), पदमपुर (09309-303537), अम्बाला (94679-48965), मुम्बई (9870705771), पानीपत (94162-22258), लुधियाना (70094-36618)

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

सबका शुभ हो!

जीवन विज्ञान

स्वयं से मुलाकात

1) क्या आप स्वयं को जानते हैं?
2) क्या आप जो चाहते हैं वह होता है?
3) क्या है आपके जीवन का मुख्य लक्ष्य?
4) आपके लिए जीवन क्या है?

A- सुख-दुःख, B- संघर्ष, C- आनन्द

इन प्रश्नों का उत्तर जानने के लिए एक सुनहरा मौका है-

जीवन विज्ञान वर्कशॉप

प्रत्येक आयु व वर्ग के लिए यह वर्कशॉप एक अवसर है, जिन्दगी को सफल, बेहतर व खुशनुमा बनाने का

LIFE IS A BEAUTIFUL GIFT
better life
Shubh Ho!

वर्कशॉप में सम्मिलित होने के लिए आज ही Call/Whatsapp करें

97700 12311, 81260 40312

उच्च जीवन प्रशिक्षण संस्थान

'देवाश्रम', 32 ए, सिविल लाइन्स, रुड़की

Ph. : 01332-272000, 99271-46962

email : shubhho.rke@gmail.com

Visit us : www.shubhho.com

Like, Share & Subscribe "Shubhho Betterlife" YouTube channel.