वर्ष -19 मई, 2023 अंक - 200

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

कर्त्तव्य ही धर्म है	02	Better Life	15
देववाणी	03	आपने कहा था	18
साँप और सीढ़ी का खेल	04	देव जीवन की झलक	20
मनुष्यात्माओं में दु:खो के...	06	अमृतरस.....	23
लोग ऐसा भी करते है	10	आत्मबल विकास शिविर..	28
मंजिलें और भी है	12	आपके विचार	30
Goodness is Everyday...	13	भावी शिविर	32

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, आरती

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

कर्त्तव्य ही धर्म है

अनुचित आहार से पेट ख़राब होता है। आलस्य से दिन ख़राब होता है। मुर्ख पुत्र से कुल ख़राब होता है। झूठ बोलने से बात ख़राब होती है। कटु भाषण से सम्बन्ध ख़राब होते हैं। लोलुपता से नीयत ख़राब होती है। अनियमितता से स्वास्थ्य ख़राब होता है। ज़रूरत से ज़्यादा धन हो, तो बुद्धि ख़राब होती है और अपने कर्त्तव्यों का पालन न किया जाए, तो पूरा जीवन ही ख़राब होता है। कर्त्तव्य ही धर्म है। कर्त्तव्य ही पूजा है। अपना कर्त्तव्य निभाइये और भविष्य बनाइये।

– मुनि तरुण सागर

भाग्य हमें कभी सफलता नहीं देता। हमें जीवन में अवसर और सम्भावनाएं मिलती हैं। उन्हें सफलता में बदलना हम पर निर्भर करता है।

दुनिया कैसी है?

शीशे पर धूल साफ़ किए बिना हम कुछ भी स्पष्ट नहीं देख सकते हैं। हमारा अहंकार भी हमारी आँखों में धूल की तरह है। हम जितना इसे साफ़ करके दुनिया को देखेंगे, उतना ही वह सुन्दर दिखेगी। वैसे दुनिया है बड़ी ख़ूबसूरत, देखने का नज़रिया चाहिए।

जीवन का सही लक्ष्य

The trouble with not having a propergoal is that you can spend your life running up and down the field and never score.

सही लक्ष्य न होने के साथ समस्या यह है कि आप अपना समस्त जीवन मैदान में ऊपर-नीचे दौड़ते रहने के बाद भी कोई जीत हासिल नहीं कर पाते हैं।

धन्य हैं वे जिन्हें जीवन का सही लक्ष्य ज्ञात है और जो उसकी ओर अग्रसर हैं।

एक ताज़गी, एक एहसास, एक ख़ूबसूरती, एक आस, एक आस्था, एक विश्वास यही है एक अच्छे दिन की शुरुआत।

देववाणी

मनुष्य जगत् में जितनी भी मिथ्या और जितना भी पाप फैला हुआ है, उस सबकी जड़ में उसके नीच सुख अनुराग और घृणाएं हैं। जब तक इन नीच सुख अनुरागों और नीच घृणाओं को न मारें, तब तक मिथ्या और पाप का राज नहीं जाएगा। पाप को शुभ की शक्ति से गारत करना और मिथ्या को सत्य की शक्ति से नष्ट करना देवात्मा का काम है। नेचर ने जो देवात्मा को पैदा किया है, वह इसलिए कि वह अपनी सत्य और शुभ की शक्तियों से मनुष्य की नीच शक्तियों को नष्ट कर दें। देवात्मा ने अपनी देव शक्तियों से मिथ्या और पापग्रस्त आत्माओं को बदलने का काम शुरू किया है।

– देवात्मा

गुदगुदी

जज – तुम्हें तलाक़ क्यों चाहिए?

पति – जज साहब, मेरी बीवी मुझसे लहसुन छिलवाती है, प्याज कटवाती है, बर्तन मजँवाती है।

जज – इसमें दिक्कत क्या है? लहसुन को थोड़ा गर्म कर लिया करो, आसानी से छीले जायेंगे। प्याज को काटने से पहले फ्रीज में रख दिया करो, काटने के समय आँखें नहीं जलेंगी। बर्तन माँजने से पहले पानी से भरे टब में डाल दिया करो, आसानी से साफ़ हो जायेंगे।

पति – समझ गया हज़ूर, अर्जी वापिस ही दे दो मेरी।

जज – क्या समझे?

पति – यही कि आपकी हालत मुझसे भी ज़्यादा ख़राब है।

फुर्सत ही महँगी है वर्ना सुकून तो इतना सस्ता है कि
चाय की प्याली में मिल जाता है।

अपनी रफतार को थामे रखिए दुनिया अपने
काबू में आ जाएगी, हौसला बनाए रखिए,
मंज़िल साफ़ नज़र आएगी।

सम्पादकीय

साँप और सीढ़ी का खेल...

आशा है कि बचपन में हम सभी ने साँप और सीढ़ी का खेल (**Snake and Ladder Game**) अवश्य खेला होगा। इसमें एक गत्ते के बोर्ड पर 1 से 100 तक गिनती लिखी होती है। खिलाड़ी को डाइस को फेंकना होता है और जितने अंक आयें, अपनी गोटी को उतने क़दम बोर्ड पर आगे बढ़ाना होता है।

इस खेल में 1 से 100 के बीच कई अंकों पर साँप और सीढ़ी बने होते हैं। यदि सीढ़ी मिले, तो आप ऊपर चढ़ जाते हैं और यदि साँप काटे तो फिर आप नीचे उसकी पूँछ पर लुढ़क जाते हैं। 100 पर पहुँचने वाला खिलाड़ी विजेता होता है।

शायद आप भी अपने बचपन और इस इनडोर गेम की यादों में खो गए होंगे। याद आ रहा होगा वो क्षण जब हम सीढ़ी चढ़कर 20-30 क़दम गेम में आगे बढ़ जाते थे, बहुत उत्साहित हो जाते थे। और कभी-कभी तो 98 पर पहुँचकर भी साँप के डसने से तुरन्त 09 अंक पर लुढ़ककर निराश हो जाते थे। कितनी छोटी/बड़ी सीढ़िया/साँप याद आ रहे होंगे।

साँप/सीढ़ी (**Snake /Ladder**) के इस खेल को हम अपने जीवन में भी प्रतिदिन अनुभव कर सकते हैं। हमारे जीवन में हो रहे आत्मबल के उतार/चढ़ाव को भी आसानी से इस खेल के माध्यम से समझ सकते हैं।

वैसे इतना तो हम सब जानते ही हैं और यदि नहीं, तो अच्छे से जान लें कि मनुष्य को उसके भाव चलाते हैं। ये भाव दो प्रकार के होते हैं - उच्च भाव तथा निम्न/नीच भाव/यानि **Positive and Negative Feelings.**

अब, जीवन के खेल में उच्च भाव सीढ़ी की भाँति हैं तथा नीच/निम्न भाव साँप की भाँति। उच्च भावों व सकारात्मक सोच से भरकर जब हम नि:स्वार्थ रूप से किसी के काम आते हैं, विनम्रता, कृतज्ञता, ईमानदारी, पवित्रता से भरकर व्यवहार/विचार करते हैं, तो हमारे आत्मा की शक्ति यानि आत्मबल ऐसे बढ़ता है, मानो हम सीढ़ी चढ़ गए। हमें एक विशेष तसल्ली, सुकून व उच्च ख़ुशी का एहसास होता है।

इसके विपरीत निम्न/नीच भावों व नकारात्मक सोच से भरकर जब हम किसी की हानि करते व सोचते हैं, अहं, स्वार्थ, ईर्ष्या, द्वेष, कपटता, कटुता से भरकर व्यवहार करते हैं, तो हमारी आत्मा का बल गिरता है, मानो हमें साँप ने काट लिया और हम एकदम नीचे लुढ़क गए। हमें निराशा, उदासी, हताशा व गम का

ज़िन्दगी में सबसे ज़्यादा सुखी वही रहता है, जो कम
साधनों में भी ख़ुश रहता है।

अहसास होता है। आत्मबल बहुत घट जाने पर यह एहसास कम होने लगता है। जब किसी का आत्मबल बहुत घट जाता है तो हम कहते भी हैं कि इसकी तो आत्मा मर गई है।अत: साँप/सीढ़ी का खेल खेलते समय जैसे हम भरसक प्रयत्न करते हैं कि हम डाइस इस ढंग से फेंके और ऐसा अंक आ जाये, जिससे हम सीढ़ी चढ़ पायें तथा ख़ुशी का अनुभव लें। दूसरी और कोशिश रहती है कि ऐसा अंक न आये, जिससे हमें साँप डस लें और हम नीचे लुढ़क जायें व निराशा का सामना करें। इसी प्रकार हमें जीवन रूपी खेल में इस जागरूकता के साथ जीने की आवश्यकता है कि हमारे व्यवहार, चिन्ताएं, कर्म डाइस के अंकों की तरह हैं। ऐसे व्यवहार, चिन्ताएं, कर्म जो नीच भावों पर आधारित हैं, उनसे बचें, ताकि नीच भाव रूपी साँप हमें न डसे और हमारा आत्मबल नीचे न गिरे। इसके साथ-साथ हमारे द्वारा उच्च भावों पर आधारित व्यवहार, चिन्ताएं, कर्म अधिक से अधिक हों ताकि हम आत्मबल रूपी सीढ़ी को चढ़कर जीवन में उन्नत होते जा सकें तथा उच्च ख़ुशियों को पाने के अधिकारी बन सकें। साँप-सीढ़ी के इस प्यारे से खेल से मिल सकने वाली सीख को अपने जीवन में अनुभव करके सकारात्मकता व उच्च भावों से जीवन जीने का आनन्द हम सब ले सकें, ऐसी है शुभकामना!

- प्रो0 नवनीत अरोड़ा

कुरूप तथा सुन्दर दोनों ही दर्पण में देखें

सुकरात जन्म से ही कुरूप (बदसूरत) थे। एक दिन जब सुकरात दर्पण में अपना चेहरा निहार रहे थे तभी उनके एक शिष्य को हँसी आ गई। सुकरात ने उसके हँसने का कारण पूछा। पर शिष्य चुप रहा, क्योंकि वह कटु सत्य कहकर उन्हें दु:ख देना नहीं चाहता था। बुद्धिमान सुकरात शिष्य की हँसी का कारण समझ गए।

फिर उन्होंने बड़ी सरलता से कहा, "मैं बड़ी देर से दर्पण में इसलिए देख रहा था कि मैं ऐसा कौन-सा श्रेष्ठ कर्म करूँ कि मेरी बदसूरती छिप जाये, काला चेहरा गोरा बन जाये।" इस पर शिष्य ने पूछा, "तब क्या खूबसूरत चेहरे वाले को दर्पण में नहीं देखना चाहिए?" सुकरात ने जवाब दिया, "उन्हें तो और भी दर्पण में देखना चाहिए ताकि वे जान सकें कि वे ऐसे बुरे कर्म (विकर्म) तो नहीं कर रहे हैं जिससे उनकी खूबसूरती नष्ट हो रही है, उनका गोरा, सुन्दर चेहरा, काला एवं बदसूरत हो रहा है।" इस सत्य कथन से शिष्य का हृदय श्रद्धा से भर गया।

ज़िन्दगी में हमेशा सच के साथ चलते रहेंगे,
तो वक्त आपके साथ अपने आप चलने
लगेगा।

मनुष्यात्माओं में दुःखों के मूल कारण

मनुष्यात्माओं के हृदयों में जो कई असहाय दुःख उत्पन्न हो जाते हैं, वे साधारणतः नीच गतियों के कारण उत्पन्न होते हैं। दृष्टान्त रूप में ईर्ष्या के रोगी अपनी इस नीच गति के कारण उसकी भयानक आग में जलते रहते हैं।

कहा जाता है कि एक बार एक जन को एक देवता ने कहा कि तुम्हें क्या चाहिए? उसने उत्तर दिया कि मैं जो कामना करूँ, मेरी वह कामना पूरी हो जाए। देवता ने उसको कहा कि ऐसा ही होगा। परन्तु जब तुम्हारी कामना पूरी हो जाएगी, तब तुम्हारे पड़ोसी के सम्बन्ध में तुम्हारी कामना से दो गुणा पूरी हो जाएगी। उसने देवता की बात मान ली और देवता चले गए। उस जन ने यह चाहा कि मेरे लिए एक बड़ा महल बन जाए, तत्काल उसके रहने के लिए एक महल तैयार हो गया। परन्तु उसके साथ ही उसके पड़ोसी के दो महल बन गए। फिर उसने धन माँगा, जो उसको प्राप्त हो गया। परन्तु उसके पड़ोसी को उससे दो गुणा धन मिल गया। अब उसको ईर्ष्या का भाव सताने लगा, जो कुछ बरकतें उसको मिली थीं, उनका सब सुख जाता रहा और वह इस आग में जलता रहा कि हाय! मेरे पड़ोसी को दो गुणा मिल गया। फिर उसने कामना करनी छोड़ दी और कई दिन ईर्ष्या की आग में जलता रहा और पड़ोसी को दुःख देने और हानि पहुँचाने के कई उपाय सोचता रहा।

आख़िरकार उसको एक बात सूझी, जिससे उसकी ईर्ष्या की आग बुझने लगी। उसकी बुरी कामना यह थी, जो उसने अपने देवता के दरबार में की कि ऐ मेरे देवता! मेरी एक आँख जाती रहे, इसका फल यह हुआ कि उसका पड़ोसी अन्धा हो गया। तब उस काने ईर्ष्यापरायण का दिल ठण्डा हुआ। बाकी उसने अपने भले या लाभ की सब कामनाएं छोड़ दी कि मेरे पड़ोसी का दुगना भला न हो जाए।

इसी प्रकार एक कुबड़े की कथा है, इस कुबड़े को देखकर कई जन हँसते थे। उससे किसी ने पूछा कि ऐ कुबड़े! तुम क्या चाहते हो? क्या तुम्हारा कुबड़ापन दूर हो जाये या और लोग भी कुबड़े हो जाएं? उसने उत्तर में यह नहीं चाहा कि मेरा कुबड़ापन दूर हो जाए, किन्तु मैं चाहता हूँ कि सारी दुनिया कुबड़ी हो जाए। उसके हितकारी ने पूछा कि तुम ऐसा क्यों चाहते हो? उसने उत्तर दिया कि इसी में ही मेरी तृप्ति है। जिस प्रकार दुनिया मुझ पर हँसती रही हैं, उसी तरह मैं भी उन पर हँसू। मुझसे दूसरों का सीधा चलना गँवारा नहीं होता। ओह! ईर्ष्या की कैसी खौफ़नाक आग!! कहा जाता है कि एक बहुत ख़ुश रहने वाला बूढ़ा सरदार एक नौजवान बेटे का बाप था। यह नौजवान पीली पगड़ी बाँधा करता था। ऐसे हालात उत्पन्न हुए कि

उठो, जागो और तब तक नहीं रुको, जब तक
लक्ष्य न प्राप्त हो जाए।

इस बूढ़े का यह नौजवान बेटा किसी बीमारी से बीमार होकर मर गया। बूढ़े सरदार ने बहुत सदमा खाया। उसका हँसना हमेशा के लिए बन्द हो गया। फिर किसी ने उससे पूछा कि तुम्हारा क्या हाल है? उसने कहा कि मैं जब कभी किसी पीली पगड़ी वाले नौजवान को देखता हूँ, तब मैं जल उठता हूँ और मैं यही चाहता हूँ कि जितने नौजवान पीली पगड़ी वाले हैं, वे सब के सब मर जावे, ताकि मुझे शान्ति मिले। क्या कभी ऐसे ईर्ष्या और द्वेषपरायण जन को किसी तरह शान्ति मिल सकती है? कदापि नहीं। ईर्ष्यापरायण जन की सबसे बड़ी मुसीबत यह है कि वह नेचर में असम्भव बातें चाहता है कि और कोई उससे अधिक धन न रखता हो। वह चाहता है कि कोई और जन उससे अधिक और बेहतर सन्तान न रखता हो। वह चाहता है कि कोई और जन उससे अधिक अच्छा मकान न बनाए। कोई और जन उससे अधिक अच्छी फसल का मालिक न हो। कोई और जन उससे अधिक नाम और यश न पाता हो। कोई और जन उससे अधिक अच्छे खानदानों के साथ अपने बच्चों के रिश्ते न करता हो। अगर उनके घर कोई पोता नहीं तो और किसी के घर में भी पोता न हो। यहाँ तक कि अगर उसके घर मे पड़पोता नहीं तो वह नहीं चाहता कि किसी और के घर पड़पोता हो।

ऐसी असम्भव कामनाएं रखने वाला जन अगर हमेशा आग में न जलेगा तो और क्या होगा। इस रोगी का एक ही इलाज है कि वह औरों के सुख में सुखी हो और औरों के दुःख में दुःखी हो। यह कड़वी दवाई वह पीना नहीं चाहता। इसके विपरीत वह यह विष खाना चाहता है कि मैं औरों के सुख में दुःखी रहूँ और औरों के दुःख में सुखी रहूँ। कैसी भयानक अवस्था! इसके भिन्न अहं के दास अपनी अहंमूलक विविध नीच गतियों के कारण नाना प्रकार के दुःख और क्लेश पाते हैं। मेरे साथ कई साथी सेवकों ने अपने जीवन के सम्बन्ध में बाते की हैं। कई वर्ष हुए एक सेविका ने मुझे कहा कि मैं जब भगवान् देवात्मा की महिमा उनके ग्रन्थों में पढ़ती हूँ, तो मेरा हृदय जलने लगता है। मैं अपने ऊपर लानत और फिटकार तो डालती हूँ, परन्तु कई बार मेरी कुछ पेश नहीं जाती। मैं रोती और चिलाती हूँ, फिर भी कभी-कभी यह आत्मिक रोग मुझे सताता ही रहता है। अहं के दास की कैसी महा अघम अवस्था! अहं का दास अपनी ही स्तुति कराना चाहता है, चाहे वह झूठी ही हो, परन्तु अपने किसी साथी की सच्ची स्तुति भी बर्दाश्त नहीं कर सकता और समय-समय पर उसकी निन्दा करने लग जाता है। इस अधम प्रकृति के कारण

तकदीर भी बदलेगी, तस्वीर भी बदलेगी, हिम्मत न हार
हाथों की लकीर भी बदलेगी।

जलता और कुढ़ता रहता है। बहुत दुःखी होता है, परन्तु उसकी कुछ पेश नहीं जाती। अहं का दास जब किसी से कोई प्रार्थना करता है, तब उसका मतलब यही होता है, कि तुम्हारे लिए हुक्म लाया हूँ और अगर तुम मेरा हुक्म न मानोगे, तो मैं तुम्हारे प्रति दुश्चिन्ता करूँगा। अगर छुट्टी की प्रार्थना करता है, तो भी हुक्म का परवाना लाता है और कई सूरतों में छुट्टी मंजूर होने से पहले ही भाग जाता है, ऐसी गति से ख़ुद भी परेशान रहता है और औरों को भी परेशान करता है। एक बार एक जन ने मुझसे कमरा माँगा, कमरे का देना मेरे हाथ में नहीं था। मैंने इन्कार किया, इस जन ने मेरा मुँह देखना छोड़ दिया, जबकि वह जन मुझे अपना हितकारी समझता था। अहं का दास औरों को छोड़कर अपने एक-एक हितकारी को भी उलटे रूप में देखता है और उसके प्रति द्वेष भाव से भरकर और दुचिन्ता करके बहुत हार्दिक दुःख भोगता है। इस भयानक रोग ने तो मानो मनुष्यात्माओं को खाकर खोखला किया हुआ है।

ईर्ष्या और अहं भाव के भिन्न मोहग्रस्त लाखों जन धन-धरती और सांसारिक नीच सम्बन्धियों आदि के चले जाने से तरह-तरह के अनुचित दुःख और क्लेश पाते हैं। एक बार एक माननीय कर्मचारी ने एक सभा में अच्छे मालदार और माननीय जन का दृष्टान्त दिया। उसके किसी सम्बन्धी की ग़लती से किसी कारोबार में उसकी बहुत सी नकदी चली गई, परन्तु उसके पास इस नकदी के भिन्न लाखों रुपये की और जायदाद भी थी। इस नकदी के चले जाने से यह जन बिन पानी मछली की तरह तड़पता था और हाय-हाय करके फर्श पर लोटता था। बहुत लम्बे काल तक उसकी यही हालत रही और वह इस बात से शान्ति नहीं पाता था कि उसके पास लाखों रुपयों की और जायदाद भी है। और उसके अपने पेशे से ही बहुत बड़ी आमदनी होती है। जहाँ तक सम्बन्धियों का मोह बन्धन है, उसके कई दृष्टान्त आए दिन उत्पन्न होते रहते हैं। एक नौजवान स्त्री का बहुत प्यारा नौजवान पति गुज़र गया। इस स्त्री ने बहुत बड़ा सदमा खाया और आख़िरी समय अपने पति की अर्थी के सामने प्रणाम करते समय यह कहा कि ऐ मेरे धर्म पति! मैं तुम्हारे बिना जी नहीं सकती। अब तुम्हारी जुदाई मुझसे बर्दाश्त नहीं हो सकती। इसलिए मैं शीघ्र ही तुम्हारे पास परलोक में पधार जाऊँगी। ऐसा ही हुआ। यह अपने पति के गुज़रने के 12 महीने के अन्दर अपना स्थूल शरीर त्याग करके परलोक चली गई। थोड़े दिन हुए एक अख़बार में एक स्त्री की कथा छपी थी, वह स्त्री जच्चा की हालत में थी। ऊपर के चौबारे में उसको बच्चा उत्पन्न हुआ, नीचे की मंज़िल में उसका पति बीमार

मंज़िल उन्हें मिलती है जिनके सपनों में जान होती है, पंखों से
कुछ नहीं होता, हौसलों में उड़ान होती है।

पड़ा था। बच्चे को पैदा हुए मुश्किल से छह दिन हुए थे कि उस स्त्री का पति गुज़र गया। ज्यों ही उसकी अर्थी बाहर आई, त्यों ही पत्नी ने चौबारे की खिड़की से नीचे छलांग मारी और गिरते ही प्राण त्याग कर दिए और उसके पति के साथ ही उसकी भी अर्थी गई।

मैंने एक बहुत बड़े रईस घर की माता देखी। उसके तीन लड़के और एक लड़की थी। उसका बड़ा लड़का पच्चीस साल की उम्र का तपेदिक से मर गया। वह कई महीनों तक घण्टों रोती और चिल्लाती रहती थी और अपने बच्चे को याद करके बेन डालती थी। वह दो साल के अन्दर ख़ुद भी घुल-घुलकर ख़त्म हो गई। इसके भिन्न असंयमी और पापी आत्मा एक या दूसरे दुराचार के द्वारा कई प्रकार के भयानक दु:ख और क्लेश पाते हैं। मैं एक बार मुम्बई की सिन्धी धर्मशाला में खड़ा था, तब एक लड़का वहाँ आया जिसके साथ उसकी माता और मामा थे, इस लड़के का मुँह बन्द नहीं होता था और वह उसके इलाज के लिए उसे मुम्बई लाए थे। मैंने उसकी बीमारी का कारण उसकी माता से पूछा, उसने मुझे यही कारण बताया कि इस लड़के की शादी की गई थी और यह इस कदर असंयमी हो गया कि इसका अपनी स्नायु प्रणाली पर कुछ भी काबू न रहा।

इसी प्रकार मैं जिन दिनों मैं मुम्बई में पढ़ता था, तब मेरे साथ क्लब में एक नौजवान रहता था वह साहूकारों का लड़का था, उसकी सेहत कमजोर रहती थी, उसे डॉक्टरों को दिखाया गया। उन्होंने कहा कि इसके शरीर में तपेदिक का असर मालूम होता है, इसकी शादी बिलकुल न की जाय, परन्तु लड़के ने ख़ुद और उनके सम्बन्धियों ने चाहा कि उसकी शादी अवश्य हो। नौजवानों का साधारणत: अपनी वासनाओं पर कोई अधिकार नहीं रहता। यह नौजवान भी असंयमी हो गया और तीन चार-मास के अन्दर ही मर गया। इसी प्रकार शराबी शराब से असंयमी हो जाते हैं और कई सूरतों में शराब पीते-पीते मर जाते हैं। स्वाद वासना के दास अपने हाज़मे को बर्बाद करके कई रोगों के रोगी हो जाते हैं। इसी प्रकार नाम के भूखे कई प्रकार के दु:ख भोगते हैं। एक डिप्टी कलेक्टर जिसका नाम मैंने सुना हुआ था, बहुत बड़ा रिश्वतखोर था, वह नौकरी के आख़िरी दिनों में रिश्वत में पकड़ा गया और उसको छह मास की कैद हो गई। अब कैद से निकलने के बाद उसकी वह इज्ज़त न रही। जो लोग पहले उसको झुककर प्रणाम करते थे, फिर वह उसकी तरफ देखते भी नहीं थे। वह जहाँ भी जाता था, वहाँ ही यह नाम का भूखा अपने इस भाव की तृप्ति नहीं

किसी को हमारी वजह से दु:ख न हो, यही धर्म है और
लोग हमारी वजह से हँसें, यही कर्म है।

पाता था। वह प्रतिदिन के सदमों से इस कदर घायल हो गया कि वह बीमारी के बिस्तरे पर पड़ गया और जेल से निकलने के छः मास बाद घुल-घुलकर मर गया। इस प्रकार की नीच गतियों के कारण सारा मनुष्य जगत् अनुचित दुःखों के सागर में पड़ा हुआ है और इसमें से निकलने की उसकी कोई सूरत नज़र नहीं आती। ख़ुद दुःखों के सागर में डुबा हुआ मनुष्यमात्र अपने को किस तरह बचा सकेगा? इसलिए नहीं बचा सकता। क्या मनुष्य मात्र की कही ठौर है, उसका कहीं ठिकाना है, कही उसकी बन्दरगाह है? जी हाँ है, और वह देवात्मा के चरणों में है। वह इसलिए कि भगवान् देवात्मा नीच गतिजनित सब प्रकार के दुःखों से ऊपर हैं और वह इसलिए कि उन पर किसी नीच गति का अधिकार नहीं।

परम पूजनीय भगवान् देवात्मा स्वयं एक जगह फ़रमाते हैं-

"इस प्रकार की नीच गतिजनित नाना प्रकार के दुःखों से मैं ऊपर हूँ, क्योंकि मुझ पर किसी नीच गति का अधिकार नहीं।"

जून, सन् 1946 ई0 सेवक - पी0वी0 कनल

लोग ऐसा भी करते हैं

एक छः वर्ष का लड़का अपनी चार वर्ष की छोटी बहन के साथ बाज़ार से जा रहा था। अचानक से उसे लगा कि उसकी बहन पीछे रह गयी है। वह रुका, पीछे मुड़कर देखा तो जाना कि उसकी बहन एक खिलौने की दुकान के सामने खड़ी कोई चीज़ निहार रही है। लड़का पीछे आता है और बहन से पूछता है, "कुछ चाहिये तुम्हें?" लड़की एक गुड़िया की तरफ उंगली उठाकर दिखाती है। बच्चा उसका हाथ पकड़ता है, एक ज़िम्मेदार बड़े भाई की तरह अपनी बहन को वह गुड़िया देता है। बहन बहुत ख़ुश हो गयी है।

दुकानदार यह सब कुछ देख रहा था, बच्चे का व्यवहार देखकर आश्चर्यचकित भी हुआ। अब वह बच्चा बहन के साथ काउंटर पर आया और दुकानदार से पूछा - "सर, कितनी कीमत है इस गुड़िया की?" दुकानदार एक शान्त व्यक्ति हैं, उसने जीवन के कई उतार-चढ़ाव देखे होते हैं। उन्होंने बड़े प्यार और अपनत्व से बच्चे से पूछा - "बताओ बेटे, आप क्या दे सकते हो?" बच्चा अपनी जेब से वो सारी सीपें बाहर निकालकर दुकानदार को देता है जो उसने थोड़ी देर

ज़िन्दगी में हमेश सच के साथ चलते रहेंगे, तो वक्त
आपके साथ अपने आप चलने लगेगा।

पहले बहन के साथ समुन्दर किनारे से चुन-चुनकर लायी थीं। दुकानदार वो सब लेकर यूँ गिनता है जैसे पैसे गिन रहा हो। सीपें गिनकर वो बच्चे की तरफ देखने लगा, तो बच्चा बोला - "सर, कुछ कम हैं क्या?" दुकानदार ने कहा - "नहीं नहीं, ये तो इस गुड़िया की कीमत से ज़्यादा है, मैं वापिस देता हूँ।" यह कहकर उसने 4 सीपें रख लीं और बाकी की बच्चे को वापिस दे दीं। बच्चा बड़ी ख़ुशी से वो सीपें जेब में रखकर बहन को साथ लेकर चला गया। यह सब उस दुकान का नौकर देख रहा था, उसने आश्चर्य से मालिक से पूछा - "मालिक! इतनी महंगी गुड़िया आपने केवल 4 सीपों के बदले में दे दी?" दुकानदार हंसते हुये बोला, - "हमारे लिए केवल सीप हैं, पर उस छः साल के बच्चे के लिए अतिशय मूल्यवान् हैं और अब इस उम्र में वो नहीं जानता कि पैसे क्या होते हैं? पर जब वह बड़ा होगा न और जब उसे याद आयेगा कि उसने सीपों के बदले बहन को गुड़िया खरीदकर दी थी, तब उसे मेरी याद ज़रूर आयेगी, वह सोचेगा कि 'यह विश्व कुछ अच्छे मनुष्यों की वज़ह से बचा हुआ है। यही बात उसके अन्दर सकारात्मक दृष्टिकोण बढ़ाने में मदद करेगी और वो भी अच्छा इन्सान बनने के लिए प्रेरित होगा।"

चाह से मिलेगी राह

एक बालक के माता-पिता इतने निर्धन थे कि उसे पढ़ा नहीं सकते थे, बालक के अरमान कुछ बनने के थे, जो बिना शिक्षा पूरे नहीं हो सकते थे। एक दिन वह समीप के स्कूल के प्रिंसिपल के पास गया और अपनी स्थिति बताई। प्रिंसिपल बोले, "मैं निःशुल्क शिक्षा की व्यवस्था कर दूँ, तो बदले में विद्यालय की क्या सेवा करोगे?" बालक ने उत्तर दिया, "मैं प्रातः सायं स्कूल की सफ़ाई कर दूँगा।" अगले दिन से बालक ने मन लगाकर विद्यालय की सफ़ाई की। प्रिंसिपल उसका काम देखकर प्रसन्न हुए। उसने निःशुल्क सेवा की और बदले में निःशुल्क शिक्षा पाई। ये थे जॉर्ज वॉशिंगटन, जो बाद में अमेरिका के प्रथम राष्ट्रपति बने।
आइए, हम भी संकल्प करें कि अपना मकसद पाने की हर कोशिश करेंगे।

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

विश्वास जीवन का सबसे बड़ा खज़ाना है क्योंकि
उसके बगैर न तो प्रेम सम्भव है न ही प्रार्थना।

अनाथालय से निकलकर अमेरिका का सफ़र

ग़रीबी की मार झेल रहे मेरे परिवार के लिए हर रोज़ एक संघर्ष जैसा होता था। हमारे लिए दो वक्त की रोटी जुटाना भी कठिन होता था। मेरा जन्म तेलंगाना के वारंगल ज़िले में हुआ। अपने माता-पिता की पाँच सन्तानों में मैं दूसरे नम्बर पर थी। मेरे पिता किसान थे। मैं जब नौ साल की थी, तभी मेरे पिता ने मुझे और मेरी बहन को परिवार की वित्तीय स्थिति के कारण एक अनाथालय में भेज दिया था। उस वक्त अनाथालय में पानी की भारी कमी होती थी और वहाँ कोई नल भी नहीं था। बाथरूम की भी उचित व्यवस्था नहीं थी। मैं बाल्टी लेकर घण्टों तक लाइन में लगकर अपनी बारी का इन्तज़ार किया करती थी, ताकि कुँए से पानी निकाल सकूँ। मैं ढाई किलोमीटर पैदल नंगे पाँव चलकर सरकारी बालिका विद्यालय में पढ़ने जाती थी। जिस रास्ते से मैं जाती थी, उसी रास्ते में इंग्लिश मीडियम स्कूल पड़ता था। उस स्कूल के बच्चों को देखकर मैं सोचती थी कि ये बच्चे कितने ख़ुशनसीब हैं जिनके पास अच्छी ड्रेस हैं और पैरों में पहनने के लिए जूते भी हैं।

वह एक भयानक और बुरा दौर था। मुझे अपने घर और माँ की याद सताती थी। लेकिन मैं यह समझकर अनाथालय में रह रही थी कि मेरी माँ ही नहीं है। ऐसी परिस्थिति में मैंने अपने लिए एक बेहतर जीवन बनाने की दिशा में काम करने का वादा किया। मैंने दसवीं तक की पढ़ाई अनाथालय में रहकर ही पूरी की। मैं एक सरकारी स्कूल में पढ़ती थी और घरेलू कामों में अनाथालय अधीक्षक की मदद करती थी। वहीं मैंने महसूस किया कि एक सुन्दर जीवन जीने के लिए, पहले एक अच्छी नौकरी मिलनी ज़रूरी है। इसी दौरान मैंने उधार के पैसे लेकर कॉलेज में एडमिशन ले लिया। कॉलेज जाना शुरू भी नहीं हुआ कि मेरी शादी दूर के रिश्तेदार के साथ कर दी गई। मेरे पति भी किसान थे, उनका हाथ बँटाने के लिए मुझे भी खेतों में जाकर काम करना पड़ता था। खेती कम थी, इसलिए दूसरे किसानों के धान के खेतों में कुछ रुपयों पर काम करना पड़ता था। स्नातक करने के बाद मुझे एक सरकारी स्कूल में अध्यापिका की नौकरी मिल गई, जहाँ हर महीने पाँच सौ रुपये मिलते थे। स्कूल में पढ़ाने के साथ ही मैंने कपड़ों की सिलाई और साड़ियाँ बेचनी शुरू की, ताकि किसी तरह से ज़्यादा पैसे कमा सकूँ। तब तक मैं

एक सुबह ऐसी भी हो जहाँ आँखें ज़िन्दा रहने के लिए
नहीं, पर ज़िन्दगी जीने के लिए खुलें।

दो बेटियों की माँ बन चुकी थी। इसके बाद मैंने परास्नातक किया, तो स्थिति में कुछ सुधार आया। मुझे छह हज़ार रुपये प्रतिमाह की एक नौकरी मिल गई। परिवार का खर्च चलाने के साथ मैं थोड़ी बहुत बचत भी करने लगी। मेरे एक रिश्तेदार अमेरिका में नौकरी करते हैं। मैंने कम्प्यूटर साइंस में पी0 जी0 डिप्लोमा किया और उनसे मदद माँगी। कुछ माह बाद मुझे अमेरिका जाने का ऑफर मिला, मैंने बेटियों को एक हॉस्टल में भेज दिया और अमेरिका चली गई। अमेरिका के शुरूआती दिनों में बहुत संघर्ष करना पड़ा। डेढ़ साल बाद में भारत लौट आई। इसके बाद में फिर अमेरिका गई और वहाँ वीजा प्रोसेसिंग के लिए एक कंसल्टिंग कम्पनी खोली। इस बार भाग्य ने मेरा साथ दिया, मैंने ठीक-ठाक बचत कर ली।

इसके बाद सॉफ्टवेयर सॉल्यूशन नाम से अपनी ख़ुद की कम्पनी खोली। यह कम्पनी सॉफ्टवेयर डेवलपर की मदद करती है। अब मैं ग़रीब और बेसहारा बच्चों की पढ़ाई-लिखाई में मदद करती हूँ। मैं प्रज्ञाधरन वेलफेयर सोसाइटी, एमवी फाउंडेशन और चाइल्ड राइट्स एडवोकेसी फोरम जैसे कई एन0जी0ओ0 के साथ काम कर रही हूँ, जो अनाथ अधिकार और सामुदायिक सशक्तीकरण के लिए काम करते हैं। मैं उन कठिनाइयों के लिए आभारी हूँ, जो मेरे रास्ते में आई, क्योंकि उन्होंने मुझे बनाया जो मैं आज हूँ।

'साभार'

- ज्योति रेड्डी
'अमर उजाला'

Goodness is Everyday Life
Consideration for the less fortunate

He is a distinguished Honorary Surgeon in one of the big hospitals of a presidency town. He is very much in demand for he enjoys the confidence of the public at large for his great skill and deep kindliness. He is a young man of delicate health. Of late he has not been physically fit. The work of operations has increased to a point to be detrimental to his

कुछ हासिल करने के लिए ज़रूरी नहीं कि हमेशा दौड़ा
ही जाए कुछ चीज़ें ठहरने से भी प्राप्त होती हैं
जैसे सुख, शान्ति और सन्तोष।

health. He has been thinking of how to reduce work to limit for his normal health. Someone of his doctor friends suggested to him to raise his fee as a way to reduce work. Prompt came his reaction to the suggestion: "Raising the fee is to deprive the less-fortunate of my services. This will be hard on them. This I will not do!"

The same surgeon has made it a religious practice to spend Rs. 100 to 200 p.m. from his own pocket for the poor patients in the hospital on the medicines which are not available in the hospital. It is his satisfaction to see back on feet those who come to him.

I have a right to serve you

The officer came back late from office. It was a day of heavy work. He felt tired and exhausted. He had a hurried bath and meals and retired to bed. It was an exceptionally hot day. In spite of the fact that his body gravitated to immediate sleep, he was disturbed by the intense heat. He requested his wife to have a hand-fan for him so that he gets sleep. With the first rays of dawn he opened his eyes, feeling fresh and strong. As he looked towards the head, he saw his wife sitting, down him the fan. "What!" he said in surprise, "You have been doing him the fan the whole night!" She just nodded her head and smiled. "But I never told you to do it." "I knew that," she said and added, "I knew the heat was too much for you to get undisturbed sleep. You needed rest after heavy work I can sleep in the day while you cannot."

And she concluded, "Why do you feel so lost for this little service of mine. I have a right to serve you!"

मेहनत जितनी कड़ी होगी, जीत उतनी ही बड़ी होगी।

Better Life

बच्चों के व्यक्तित्व विकास के लिए

मुस्कुराहट

1. भिखारी - कुछ खाने को दे दे बेटा, मैं बहुत लाचार हूँ।
   आदमी - देखने में तो हट्टे-कट्टे हो, फिर लाचार किससे हो?
   भिखारी - अपनी आदत से।

2. बीवी - देखो, मैं इसे पिछले सात साल से लगातार पहन रही हूँ, फिर भी इसकी फिटिंग वैसी की वैसी ही है, और तुम मुझे मोटी कहते रहते हो।
   पति - भगवान् से डर.....यह शॉल है..

3. भिखारी - मन्टू की दुकान पर पहुँचा, साहब एक रुपया दे दो।
   साहब - कल आना, कल।
   भिखारी - इसी कल-कल के चक्कर में,मेरा लाखों रुपया इस मोहल्ले में फंसा हुआ है।

दिमाग़ की कसरत

1. एक आदमी की 6 अगुंलियां थीं और सब लोग उसको अकबर कहकर बुलाते थे। कौन हो सकता है वह?
2. 18 चिड़ियाँ 18 घौसले 18 दिन में बनाती है, तो बताइए एक चिड़ियाँ एक घौंसला कितने दिन में बनाएगी।
   बताओ?

3. एक सेलर ने कहा - 100 रुपया में पूरा परिवार ज़िन्दगी भर बैठकर खाओ, बताइए, वह सेलर क्या बेच रहा था।
   - बताओ क्या बेच रहा है?

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

हँसी आपकी कोई चुरा ना पाए आपको कभी कोई रुला ना पाए
ख़ुशियों का दीप ऐसे जले ज़िन्दगी में कि कोई
तूफान भी उसे बुझा ना पाए।

कविता

आओ विचार कर लें

पाकर शरण गुरु की, अपना सुधार कर लें,
जीवन में बहार कर लें, सुखी परिवार कर लें।
विकास के नियम पूरे कर लें, उच्च फलों से झोली भर लें,
सत्य शुभ की राह चल के, आत्मा का बल भर लें।
गुरु देवज्योति दाता, जीवन विकासकर्ता,
हे रूप उनका अनुपम, दर्शन उनके कर लें।
आओ विचार कर लें।
नीच गति को छोड़ें, दुष्टों से नाता तोड़ें,
उच्च संगत में जाकर, सम्बन्ध उनसे कर लें।
निन्दा को हम त्यागें, गुणों की ओर भागें,
आलस्य को छोड़कर, हम स्वस्थ शरीर कर लें।
आओ विचार कर लें।

मेरे सत्गुरु मेरे भगवन्, निराली शान रखते हैं।

मेरे सत्गुरु मेरे भगवन्, निराली शान रखते हैं;
सिर्फ़ मैं नहीं कहता, हज़ारों लोग कहते हैं।
मेरे सत्गुरु मेरे भगवन्, निराली शान रखते हैं;
पशु कहते, पक्षी कहते, भौतिक जगत् के सब सामान कहते हैं।
जो गर्क हो रहे थे, अब बच गये, वो इन्सान कहते हैं;
मेरे सत्गुरु मेरे भगवन्, निराली शान रखते हैं।
पाप अग्नि को बुझाते हैं और शुभ का राज लाते हैं;
सताते थे जो ओरों को, उन्हें धर्म मार्ग पर लाते हैं।
धर्म का दान देकर के, जीवन सुन्दर बनाते हैं;
मेरे सत्गुरु मेरे भगवन्, निराली शान रखते हैं।

– सोतम जी की कलम से

कुशल व्यवहार आपके जीवन का आईना है,
इसका आप जितना अधिक इस्तेमाल करेंगे,
आपकी चमक उतनी ही बढ़ जाएगी।

एक कहानी

आप मालिक हो या नौकर

दो दोस्त थे। 25 साल से एक ही कम्पनी में नौकरी करते थे। वक्त गुज़रता गया एक उम्र के बाद दोनों ने उम्र के कारण काम छोड़ दिया। एक दोस्त ने अपना ख़ुद का काम शुरू कर दिया। धीरे-धीरे उसने अपना काम बढ़ा लिया। एक बार उसके दोस्त को पैसे की तंगी आयी तो वह दोस्त के पास आया और उसे अपनी परेशानी बताई। उसके दोस्त ने उसे कार्य पर रख लिया।

वक्त गुज़रता रहा काम मेहनत, ईमानदारी से आगे बढ़ता चला गया। एक दिन दोनों दोस्त बैठे थे। दूसरे दोस्त ने पहले से पूछा - दोस्त हम दोनों ही नौकरी करते थे, पर आज तुम मालिक हो और मैं नौकर ही रह गया, ऐसा क्यों? पहला दोस्त मुस्कुराया और बोला - मैं कल भी मालिक था और आज भी मालिक हूँ।

दूसरे दोस्त ने पूछा - वह कैसे। पहले ने बताया कि तुम्हें याद होगा कि 20 साल पहले जहाँ हम काम करते थे, वहाँ से रात को लौट रहे थे, तब मेरे को ध्यान आया कि शायद मैं वहाँ की लाइट जली छोड़ आया, तब मैंने तुमसे वापिस चलने को कहा था, पर तुमने मुझसे कहा था कि - कौन-सा घर का बिल आ रहा है, 5 किलोमीटर आ चुके हैं कल देख लेना और तुम चले गए थे।

पर मैं वापिस जाकर उसे बुझाकर आया क्योंकि मैं तनख्वाह भले नौकर की लेता था, पर फ़र्ज मालिक के निभाता था और आज मैं मालिक हूँ पर तुम्हारे लिए और बाकी सब जनों के लिए फ़र्ज मानवता का निभाता हूँ।

क्योंकि इस नेचर में हम सभी कहीं न कहीं नौकर ही हैं, पर अपने विवेक और उच्च कर्मो का हमें मालिक बनकर रहना होगा। यह सुनकर हमारी तरह उसके दोस्त को भी मालिक नौकर की बात और कर्तव्य समझ आ गए।

अगले माह पुनः मिलते हैं.....

Team Better life

अहंकार और संस्कार में फर्क है अहंकार दूसरों को झुकाकर ख़ुश होता है और संस्कार स्वयं झुककर ख़ुश होता है।

भूल होना प्रकृति है, मान लेना प्रवृत्ति है, सुधारना संस्कृति है।

आपने कहा था

.....गतांक से आगे

श्रीमान्.....और.....को जब कहा गया कि अण्डे खाने से फायदा होगा, तो झट फिसल गए। इन्सानियत ऐसी हालत में पड़ी हुई है कि अगर उसको हम दिखा भी दें कि पाप बुरा होता है तो भी क्या? ज़रूरत इस बात की है कि पाप के प्रति घृणा पैदा हो और उससे मोक्ष हो।

और मज़हबों में यह है कि वह गुनाह माफ कर देते हैं (कि जो बिलकुल झूठ है, गुनाह माफ नहीं हो सकते) जैसे कोई थानेदार किसी को कहे कि तुम चोरी करो (तुम्हें पकड़ा नहीं जाएगा, तुम हमें भी कुछ माल दे दिया करो) ऐसा ही खुदा की सूरत में भी है यह सब बेईमानी, धोखेबाज़ी और मक्कारी है।

स्वर्ग-नर्क, बहिश्त और दोज़ख, गंगा जी में गोता लगाना, आदि ये सब ठगी की बात चलाई गई हैं। अगर गंगा में स्नान आदि करने से पापों का छुटकारा हो जाता, तो फिर यह बहुत सहज तरकीब थी कि डाकुओं और चोरों को गंगा में गोता लगवा देते। एक-एक जन का यह हाल है कि वह सत्रह-सत्रह दफा जेल में जाकर भी चोरी करता है।

दुनिया तो आत्मा के सत्य ज्ञान के विचार से अन्धकार में है ही, लेकिन हमारे यहाँ भी लोगों में उसकी हकीकत अभी तक नहीं खुली। इसलिये यह समझकर भी कि नीच रागों और नीच घृणाओं से आत्मा का नाश होता है, फिर भी लोग उस तरफ जाते हैं, क्योंकि उनके प्रति आकर्षण है।

भगवान् ने फ़रमाया कि स्वार्थी मनुष्य केवल अपना स्वार्थ पूरा कर लेना चाहता है। पानी की जरूरत होती है तो नल खोलता है, पानी पीता है, लेकिन कई बार उसे बन्द नहीं करता। कहीं-कहीं यह भी है कि तुम मेरा यह काम कर दो, मैं तुम्हारा वह काम कर दूँगा। अदले-बदले में बहुत काम हो रहा है।

इसमें भी सिर्फ़ खुदगर्जी ही है। एक ज़माना तो वह था कि एक-एक जन ने हज़ार पाँच सौ आदमी लालच देकर इकट्ठे किए हैं और वह बादशाह बन बैठा है। अब वह ज़माना नहीं रहा।

जिनको तुम समझते हो कि यह हमारे समाज के कर्मचारी हैं और इन्होंने अपनी ज़िन्दगियाँ अर्पण की हुई हैं, मैं जानता हूँ कि वे किस किस्म के हैं। उन्होंने कुछ वक्त दिया हुआ है। वह कुछ काम करते हैं, यह अच्छा है, खासकर ऐसी सूरत में जबकि वह समाज से कुछ नहीं लेते। लेकिन फ़र्ज़ का प्यार उनमें कुछ नहीं। फ़र्ज़ के प्यार से क्या मुराद है? फ़र्ज़ के प्यार से यह मुराद है कि जो काम करने का

तपस्या धर्म का पहला और आख़िरी कदम है।

वायदा किया है, वह कतई पूरा होना चाहिये, वक्त के अन्दर पूरा होना चाहिये। यदि कोई अपने ज़िम्मे के काम को पूरा नहीं करता तो इससे उसकी आत्मिक हानि होती है। कम से कम उसके लिए यह इज़्ज़त की बात नहीं है। इससे आगे की बात यह है कि उच्च भावों की बिनाह पर काम किया जाए। क्या तुम्हारे अन्दर किसी की भी भलाई के लिए प्यार है और उसके लिए तन, मन, धन सब कुछ दिया हुआ है? कर्मचारियों का कुछ शरीर तो अर्पण किया हुआ है।

पूजनीय भगवान् ने फ़रमाया कि एक-एक जन वायदा करके भी उसको पूरा करना नहीं चाहता। चौधरी जी ने अमुक काम के विषय पब्लिक में ऐलान किया था, परन्तु उनके इस भाव को धन-सम्पत्ति अनुराग और सन्तान अनुराग ने खा लिया। रूहें भव सागर में डूब रही हैं और मनुष्य दुनियावी चीज़ों का आशिक बना हुआ है। कैसी बेवकूफी की बात! नेचर का हुकम यह है कि जो असहाय है, उसको पाल दो। उसको उपास्य देवता मत बनाओ। उसको उपास्य देवता बनाकर मनुष्य उसके चरणों में भेंट क्यों होते हैं? शोक! मनुष्य ने अपने अनेक उपास्य देवता बनाए हुए हैं। यदि कोई जन कमाई करके उसे कंजरी को दे आए, तो उससे भलाई क्या निकली? इसी तरह मनुष्य अपना सब कुछ नीच सम्बन्धियों के हवाले कर दे तो यह उसके लिए कैसी घाटे की बात है! भगवान् ने एक पण्डित के अहं अनुराग की घटना सुनाई।

एक पण्डित को एक जन ने किसी बात पर रोका-टोका। उस जन पर तो उस पण्डित की कोई पेश नहीं गई परन्तु उसने उस आदमी की शक्ल बनाकर उसके ऊपर जूतियाँ मारीं। यह अनुराग कहता है कि मेरी गलती न निकालो, मेरा नुक्स न दिखाओ।

क्रमशः

आज का चिन्तन

समस्याएं प्रत्येक के जीवन में आती हैं। ज़रूरत है अपनी समस्याओं को उनके महत्त्व के अनुसार दर्जा देना सीखें। क्या ही अच्छा हो यदि हर मुश्किल से, मुसीबत से, हर समस्या से हम कुछ नया सीखें तथा हर समस्या से सीख लेकर ख़ुद को पहले से बेहतर बनाते चलें।

जो कट जाती है उसे उम्र कहते हैं और जिसे जीते हैं
उसे ज़िन्दगी कहते हैं।

देव जीवन की झलक

...गतांक से आगे

(8)

सन् 1920 ई. से अजीर्ण-रोग सम्बन्धी बहुत बड़ी बीमारी के बाद अपने शरीर की रोगी दशा में भी एक ओर कई पुस्तकों की रचना करने और उनके भिन्न और नाना लेखों के लिखने और समाज-सम्बन्धी अन्य जनों के विविध प्रकार के हितकर लेखों के दुरुस्त करने के बहुत कठिन काम और दूसरी ओर समाज के परिचालन-विषयक नाना कामों के सम्बन्ध में कई प्रकार की जटिल और गहरी चिन्ताओं और अति परिश्रम और अपने कई पारिवारिक, सामाजिक और अन्य लोगों के नाना प्रकार के अनुचित आचारों से बड़े-बड़े आघात पाने के कारण भगवान् की शारीरिक स्वास्थ्य को यद्यपि बहुत हानि पहुँच चुकी थी और उन्हें काम छोड़ देने के लिए डॉक्टरों आदि की ओर से बार-बार प्रेरणा दी जाती थी, तथापि वह अपने आत्मिक हित-विषयक महा प्रबल अनुराग के कारण किसी तरह भी अपने ऐसे काम छोड़ न सके।

इसके भिन्न इसके भिन्न उन्होंने यह अनुभव करके कि लाखों मनुष्य जिस-जिस प्रकार के नीच अनुरागों के दासत्व में फँसकर दिनों-दिन अपने आत्माओं का घात कर रहे हैं और अपने आत्मिक अन्धकार के कारण अपनी ऐसी दशा को न देख सकते हैं और न ही अपनी हार्दिक अबोधता के कारण उसके सम्बन्ध में कोई दिक्कत व कष्ट अनुभव करते हैं, उनके विषय में शिक्षा देने की नितान्त आवश्यकता है, लाहौर में इतवार की साप्ताहिक सभाओं में कई उपदेश दिए। जून मास के दूसरे सप्ताह में वह सोलन पहुँचे। वहाँ एक दिन घोड़ा-गाड़ी के उलट जाने से उन्हें जो चोटें आईं, उनसे उनकी सेहत और भी खराब हो गई। अगस्त मास में फिर भगवान् लाहौर पहुँच गए। सोलन में 'विज्ञानमूलक धर्म शिक्षा' विषयक पुस्तक का बहुत-सा भाग लिखा था। लाहौर पहुँचकर उन्होंने एक अंग्रेज़ी पुस्तक की रचना भी आरम्भ कर दी। अपनी एक और पुस्तक के छपवाने का काम भी वह कर रहे थे। इसके अतिरिक्त उन्होंने सात दिन लगातार सभाएँ करवाईं। इस सारे घोर परिश्रम से उनकी सेहत को और भी बहुत आघात पहुँचा। उनका स्वास्थ्य चकनाचूर हो गया और एक पूर्णत: नए और अत्यन्त कष्टदायक रोग की भी उत्पत्ति हो गई। महोत्सव निकट आ पहुँचा था और भगवान् उससे पहले-पहले एक पुस्तक छपवाकर निकाल देने की अत्यन्त गहरी इच्छा रखते थे। वह बार -बार इस इच्छा का प्रकाश करते थे कि चाहे उनके शरीर की मृत्यु ही क्यों न हो जाए, उन्होंने अपनी जिस पुस्तक को

बिना किताबों के जो पढ़ाई की जाती है, उसे
ज़िन्दगी कहते हैं।

महोत्सव तक छपवा देने का संकल्प कर लिया है, उसे वह किसी तरह छोड़ना नहीं चाहते। इसीलिए इस विषय में उन्होंने किसी डॉक्टर या किसी अन्य जन की कोई बात न मानी और वह रात को भी लैम्प जलाकर लेटे-लेटे व बैठकर लिखने या प्रूफ देखने का काम करते रहते थे। उनका शुभ संकल्प पूरा हुआ और वह पुस्तक महोत्सव तक छप गई। परन्तु उनके शरीर को जितनी हानि पहुँची, उसका अनुमान नहीं हो सकता।

एक गुलाब के पौधे की रक्षा का संग्राम

एक कर्मचारी लिखते हैं -

मेरे हितस्वरूप भगवान्! पण्डित.....जी की ग़लती से गुलाब के जिस पेड़ को मिट्टी के तेल से हानि पहुँची है, उसके बारे में कल शाम को मालूम होने पर उसकी हानि को आपने महसूस किया और जहाँ तक सम्भव था, आप उसकी हानि से रक्षा करने और उसे बचाने के लिए संग्राम में लग गए। मिट्टी के तेल वाली मिट्टी को निकलवाने और ख़ुद बीमार होकर भी ख़राब मिट्टी के उखाड़ने के काम में लग गए। खाना खाने का समय हो चुका था, भोजन करना भी भूल गए और यद्यपि आपको बहुत देर तक यहाँ बैठना पड़ा, परन्तु जब तक आप उसकी ख़राब मिट्टी निकलवाकर उसके ऊपर की जड़ों को एक व दूसरे तरीके से साफ़ कराके और नई मिट्टी और पानी डलवाकर जो कुछ सम्भव था नहीं कर चुके, तब तक आप वहाँ से नहीं उठे। आपसे निवेदन भी किया गया कि खाना ठण्डा हो रहा है, अधिक समय परिश्रम करने से आपकी तकलीफ बढ़ जाएगी, परन्तु आपने इसकी परवाह नहीं की। जिस तरह माँ अपने बच्चे के बीमार हो जाने पर अपना सब-आराम और अपनी बीमारी को भूल जाती है और बच्चे को बचाने के लिए जो कुछ भी करना सम्भव हो, उसके करने में तत्पर हो जाती है, ठीक उसी तरह आपका एक पौधे के सम्बन्ध में भाव और उसके बचाने का यत्न देखकर आपके हित स्वरूप के सम्मुख मेरा हृदय झुक गया। उसके बाद कई बार इस दृश्य को सामने ला चुका हूँ कि एक-एक साधारण पौधे के लिए भी आपके भीतर कैसे भाव हैं। उस समय जिस प्रकार आप बार-बार अपनी तकलीफ़ का प्रकाश करते थे कि आपने उस पेड़ के सुन्दर फूलों की रक्षाा के लिए उसकी मोटी जड़ के चारों ओर मिट्टी के तेल वाली रूई रखने की आज्ञा दी थी, जिसकी दुर्गन्ध से चींटियाँ भाग जाएं और उसकी हानि न हो पाए, यदि आपको यह पता होता कि पण्डित जी ने आपकी इस

जो प्रयास करना नहीं जानते, उन्हें हर समस्या बड़ी ही लगती है।

आज्ञा को ठीक तरह से नहीं समझा है तो आप अपने सामने वह रूई रखवाते। परन्तु शोक पण्डित जी ने ग़लती की और आप जो प्रत्येक जगत् के नाना अस्तित्वों के साथ जीवन्त सम्बन्ध महसूस करते हैं, आपको बहुत तकलीफ से गुज़रना पड़ा। जब आप अपने आश्रित एक-एक पौधे की हानि से रक्षा और उसके हित के लिए इतना प्रबल भाव रखते हैं कि उस समय अपने-आपको भी भूल जाते हैं, तब अपने आश्रित सेवकों के लिए जिस कदर अत्यन्त प्रबल हित भाव आपके भीतर वर्तमान होगा उसका अनुमान लगाया जा सकता है। मैं कल शाम के इस दृश्य को सामने लाकर जहाँ आपके हित स्वरूप के सम्मुख झुक रहा हूँ, वहाँ उसके साथ ही अपने एक-एक सेवक के हित के लिए आपकी व्याकुलता और आपके संग्राम का दृश्य मेरे सामने आकर आपके ऐसे हित स्वरूप के सम्मुख मुझे झुका रहा है।

– क्रमशः

श्रीमती नैना रोचलानी के सम्बन्ध में भाव प्रकाश

नैना दीदी का नाम सुनते ही हम सबको उनका हमेशा मुस्कुराता हुआ, शान्त चेहरा याद आता है। वह शुरू से ही मेरी आदर्श हीलर रही हैं। मैं हमेशा तनवी दीदी को कहती थी कि मुझे भी नैना दीदी जैसे ही चुपचाप साइकिक सर्जरी करनी है। इतनी सीनियर होने के बावजूद उनको जब भी हीलिंग से जुड़ी कोई भी छोटी से छोटी बात बताती थी, वह कभी भी निरुत्साहित नहीं करती थी। इतने चाव से हर बात को सुनती थी कि मन और ज़्यादा सीखने और आगे बढ़ने को करता था। उनके गले लगकर जो शान्ति का एहसास होता था, वह शब्दों में बयान नहीं किया जा सकता। नैना दीदी के गुणों का कुछ अंश भी अगर हम ले पाएं, सीख पाएं, तो हमारा यह मनुष्य जीवन सार्थक हो जाएगा। उनके हम सबके साथ होने का एहसास हमेशा महसूस होता है। परलोक में नैना दीदी का सदा शुभ हो!

– पूजा सएगल (दिल्ली)

आप प्यार का अथाह सागर थीं। सबको आपने बहुत प्यार दिया है। मेरे लिए बहुत शुभकामनाएं की हैं। आपका हर प्रकार से परलोक में शुभ हो! आप ममता की साकार मूरत थीं। आपका शुभ हो! आपका आशीर्वाद हमें मिलता रहे।

– शशी अग्रवाल (रुड़की)

स्वयं के प्रति सन्तोष दूसरे के प्रति दया
इन्हीं दो पंखों से जीवन के आकाश को छू सकते हैं हम।

अमृतरस
(अर्थात् अमर-जीवनरस)

प्रकृति के विकासक्रम में मनुष्य वनस्पति जगत् एवं पशु जगत् के लाखों वर्षों के पश्चात इस धरा पर आया। उस काल का मनुष्य निपट पशुओं जैसा ही था, उन्हीं की तरह जीवन व्यतीत करता था, अपनी सारी ज़रूरतें पशुओं की न्याईं पूरी करता था। कच्चा मांस खाता था, पेड़ो पर या पहाड़ों की की कंदराओं में छिपकर जीवन की रक्षा करता था। मनुष्य के पास जीवन की रक्षा के लिए कोई शस्त्र आदि नहीं थे। गर्मी, सर्दी, बरसात, सूखा, भूकम्प आदि प्राकृतिक आपदाओं से निपटने का कोई साधन उसके पास नहीं था।

मनुष्य बातचीत करने में भी बहुत असहाय था। हम अनुमान लगाने का प्रयास करें कि सबसे पहला मनुष्य, जो पशुओं की एक विशेष प्रजाति से विकसित हुआ, वह अपनी सारी आवश्यकताओं के लिए कितना असहाय रहा होगा। हिंसक पशुओं के मध्य सब प्रकार की सहूलतो से वंचित तथा प्रत्येक दृष्टि से पूर्णरूप से असहाय अवस्था में मनुष्य की सहायता कैसे हुई होगी। आज का सुसभ्य, पढ़ा-लिखा तथा प्रायः सब सहूलतों से पूरी तरह सुसज्जित मनुष्य पुरातन युग के मनुष्य की दयनीय अवस्था का अनुमान ही नहीं लगा सकता।

मनुष्य की ऐसी अवस्था कब तक रही होगी, इसका अनुमान लगाना भी अत्यन्त कठिन है। लेकिन क्योंकि मनुष्य उन्नतशील शक्तियों को लेकर धरती पर प्रकट हुआ था, इसलिए इसे धीरे-धीरे इसे अपने जीवन का तथा अपने चारों ओर के फैले हुए परिवेश व वातावरण का ज्ञान होने लगा। कभी ऐसा समय भी था कि हमें यह तक मालूम नहीं था- मनुष्य की मृत्यु भी हो जाती है तथा मनुष्य को मर कर क्या हो जाता है? ऐसी कौन-सी वस्तु है जिसके छिन्न जाने से मनुष्य मर जाता है तथा मर कर वह कहाँ चला जाता है? अपनी हर रोज़ की दिनचर्या के अनुसार, जब कोई साथी मनुष्य मर जाता, तो शायद यह समझा जाता कि प्रतिदिन की तरह यह सो गया है तथा कुछ समय के पश्चात् जाग जाएगा। लेकिन कई दिन बीत जाने के पश्चात भी जब मृत व्यक्ति जीवित नहीं होता था, तो उसके मृत शरीर को संभाल कर रखा जाता था कि शायद फिर कभी जाग जाए।

यह सिलसिला लम्बे समय तक चलता रहा। धीरे-धीरे समय के साथ-साथ उस काल के मनुष्य को थोड़ा-सा समझ आने लगा कि शरीर को कुछ हो गया है,

रातभर गहरी नींद आना इतना आसान नहीं उसके लिए दिनभर
ईमानदारी से जीना पड़ता है।

शरीर गलने-सड़ने तथा नष्ट होने लगता है, दुर्गन्ध आने लगती है, देखने में भी बहुत कुरुप हो जाता। मनुष्य को कई बार परलोक के किसी लोक से दिवंगत आत्मा डराने तथा अपनी अनुचित माँगें मनवाने के लिए दबाव भी डालती थीं। शायद ऐसे ही कुछ कारण रहे होंगे, जो मृत देह का किसी एक या दूसरी विधि से संस्कार किया जाने लगा तथा मृतक के इसी डर लोग उससे दूर-दूर भागने लगे अर्थात् जब यह ज्ञान होने लगा कि मनुष्य मर जाता है तथा सभी को एक न एक दिन मरना पड़ेगा, शायद तभी से मनुष्य को यह चिन्ता सताने लगी कि क्या कोई ऐसी विधि है, जो मुझे मरने से बचा सके तथा मैं अमर हो जाऊँ? संसार के सभी धर्मों का जन्म मुख्यत: जिन दो बातों को लेकर हुआ, उनमें से एक बात तो यह है कि मनुष्य सुख चाहता है, दु:ख नहीं चाहता तथा दूसरी बात यह है कि मनुष्य को मृत्यु का डर सताता है।

प्राय: प्रत्येक मत व धर्म ने मृत्यु से रक्षा पाने के लिए एक या दूसरी विधि बताई है, जिनकी प्रमाणिकता अभी शेष है। हमारे हिन्दू धर्म में भी एक पौराणिक कथा बहुत विख्यात है, जिसमें बताया जाता है कि एक बार देवताओं तथा राक्षसों ने मिलकर इस अभिप्राय के लिए समुद्र-मंथन किया, ताकि उसमें से अमृत (एक प्रकार का ऐसा रसायन, जिसका पान करके मनुष्य अमर हो जाता है) निकाला जा सके, जिसका सेवन करके सब अमर हो जाएँ। यह कथा सुनने में बहुत आकर्षक है, लेकिन इसकी प्रमाणिकता कहाँ से लायें? और फिर अभी यह जानना भी शेष है कि मनुष्य को अमर होकर करना क्या है, जीना कैसे है? इस प्रश्न को अभी यही छोड़ते हैं कि अमर होकर मनुष्य को क्या करना चाहिए।

अभी हम केवल इस बात पर विचार करेंगे कि अमृत किसे कहते हैं, क्या यह रस वास्तव में संसार में कहीं वर्तमान है? यदि हाँ, तो इस समय कहाँ है तथा यह कैसे प्राप्त हो सकता है? इस प्रश्न का उत्तर समझने के लिए हमारे लिए यह जानना अति आवश्यक है कि प्राणी मर क्यों जाता है? किसी साधारण जन से यह बात पूछें, तो वह शायद यही उत्तर देगा कि शरीर से उसकी जीवनी-शक्ति अर्थात् आत्मा निकल गई, इसलिए वह मर गया। यदि फिर प्रश्न किया जाए कि आत्मा में ऐसा क्या था कि वह शरीर से निकलने के लिए विवश हुई, तो उत्तर मिलना अत्यन्त कठिन हो जाएगा। आत्मा के बारे में भी अलग-अलग मतों की एक नहीं, अपितु भिन्न-भिन्न धारणाएं हैं। यदि कोई धर्म आत्मा को अजर-अमर मानता है, तो

समय, विश्वास और सम्मान यह ऐसे पक्षी हैं जो उड़ जाएँ,
तो वापिस नहीं आते।

मनुष्य के मर जाने का कोई अर्थ नहीं रह जाता। इसलिए अमर होने हेतु अमृतरस प्राप्त करने कि कोई आवश्यकता नहीं है। लेकिन वास्तव में समस्या अति गंभीर तथा सत्य है, कि जीव मर जाता है तथा उसके जीवन की रक्षा होनी चाहिए। अतः यह जानना ज़रूरी है कि मनुष्य मर क्यों जाता है? हमारा अस्तित्व मुख्यतः दो वस्तुओं के प्राकृतिक योग से बना है, जिनमें से एक को शरीर (जोकि जड़ पदार्थों से बना है) तथा दूसरे को जीवनी शक्ति अर्थात् आत्मा (जोकि विभिन्न शक्तियों का गठन प्राप्त समूह है) कहते हैं। दोनों वस्तुओं में प्रतिफल अच्छिन्न परिवर्तन होते रहते हैं। हमारे शरीर में हर क्षण लाखों नई-नई कोशिकाएं बनती रहती हैं तथा पुरानी कोशिकाएं टूटती रहती हैं। यह प्रक्रिया आयु-पर्यन्त चलती रहती है। प्रायः ऐसा होता है कि बचपन से यौवन-काल तक की आयु की एक सीमा तक यह कोशिकाएं बनती अधिक है तथा टूटती कम हैं।

अर्थात् हमारा शरीर भार, शक्ति तथा ओज आदि में विकास करता रहता है। आयु की एक सीमा पूरी हो चुकने पर शरीर की जितनी कोशिकाएं बनती हैं, लगभग उतनी ही टूटती रहती हैं अर्थात् शरीर अपनी अवस्था को लेकर लगभग एक जैसी अवस्था में बना रहता है। एक समय ऐसा आता है जबकि कोशिकाएं बनती कम हैं, लेकिन टूटती अधिक हैं जो कि जीवन की प्रौढ़ावस्था कहलाती है। जीवन में एक समय ऐसा भी आता है, जबकि शरीर किसी बाहरी भोजन, जल, वायु, ऊष्मा या जीवनदायक अन्य सामग्री को स्वीकार करने की अवस्था में नहीं रहता। ऐसी अवस्था में जीवन-शक्ति अर्थात् आत्मा के लिए भी कोई अन्य विकल्प नहीं बचता कि वह उस निष्क्रिय से शरीर का परित्याग कर दे।

अतः उचित समय आने पर आत्मा उस शरीर का परित्याग कर देती है तथा शरीर की मृत्यु हो जाती है। शरीर की इस मृत्यु के साथ सब कुछ समाप्त नहीं हो जाता, क्योंकि अस्तित्व में मुख्य भाग शरीर नहीं अपितु 'आत्मा' है। अतः जब तक आत्मा जीवित रहता है, मनुष्य का अस्तित्व भी बना रहता है। आत्मा को जीवित रहने के लिए स्थूल या सूक्ष्म शरीर की आवश्यकता होती है। स्थूल शरीर की मृत्यु के उपरान्त आत्मा उसी शरीर से सूक्ष्म-सैल सिर की ओर एकत्रित करके सूक्ष्म शरीर का निर्माण कर लेती है तथा फिर उसी में निवास करने तथा जीवित रहने के योग्य हो जाती है। अतः जब तक आत्मा की मृत्यु नहीं हो जाती, तब तक मृत्यु हो जाने की बात निरर्थक है अर्थात आत्मा की मृत्यु हो जाना ही पूर्ण मृत्यु है।

ख़ुद की कद्र करना सीख लें, क्योंकि न ही
ज़िन्दगी दोबारा मिलेगी और न ही वक्त।

यहाँ एक ओर बात समझनी अति आवश्यक है और वह यह कि प्रत्येक जीवित अस्तित्व का स्थूल शरीर एवं जीवनीशक्ति अर्थात् आत्मा इसी प्रकृति में बदली हुई परिस्थितियों की उपज है तथा शरीर की ही तरह आत्मा भी एक दिन अवश्य मर जाती है, यदि वह जीवन विषयक अटल नियमों का शत-प्रतिशत सही रूप में पालन नहीं करती। अब मूल प्रश्न यह है कि इस मृत्यु से मुक्ति कैसे पाई जाए तथा अमर-जीवन कैसे लाभ किया जाए? प्रिय मित्रो! हम इसी प्रश्न के उत्तर को उल्टे रूप में समझने का प्रयास करेंगे।

स्थूल शरीर की मृत्यु कब होती है? यह बात तो हमें समझा आ गई, कि शरीर से आत्मा के निकल जाने से स्थूल शरीर की मृत्यु हो जाती है। अब प्रश्न यह है कि आत्मा की मृत्यु कब होती है। भगवान् देवात्मा की विज्ञानमूलक अद्वितीय धर्म शिक्षा के अनुसार जब 'आत्मा की आत्मा' उससे बाहर निकल जाती है, तो आत्मा की मृत्यु हो जाती है। अब यह 'आत्मा की आत्मा' क्या है? जिस तरह शरीर की रोग प्रतिरोधक शक्ति के दुर्बल तथा अकुशल हो जाने से मनुष्य का शरीर रोग ग्रस्त हो जाता है तथा यदि रोग का सही निदान न किया जाए या न हो सके, तो एक दिन जीवनीशक्ति मनुष्य शरीर को त्याग देती है तथा इसकी मृत्यु हो जाती है। ठीक उसी तरह आत्मा की भी आत्मा होती है, जिसे भगवान् देवात्मा ने रक्षाकारी तथा निर्माणकारी शक्ति कहा है।

बहुत सारी भाव शक्तियों के गठन-प्राप्त समूह को आत्मा कहते हैं। इस समूह की सारी शक्तियों की एक प्रधान शक्ति होती है, जिसको भगवान् देवात्मा ने "रक्षाकारी व निर्माणकारी शक्ति" अर्थात् "प्रधान शक्ति" के नाम से सम्बोधित किया है। यदि यह प्रधान शक्ति दुर्बल तथा अकुशल हो जाए, तो मनुष्य का आत्मा भी दुर्बल तथा अकुशल होने लगता है तथा यदि यह दुर्बलता का क्रम निरन्तर चलता रहे तथा आत्मा भगवान् देवात्मा के देवज्योति एवं देवतेज से सम्पन्न देवप्रभावों को पाने के योग्य न रहे, तो उस आत्मा की एक दिन पूर्णतः मृत्यु हो जाती है।

साधारण शब्दों में यदि किसी जन की आत्मा भगवान् देवात्मा के देवप्रभावों को ग्रहण करके आत्मसात् करने के योग्य नहीं रहती, तो उस आत्मा की शरीर की न्याईं मत्यु होने लगती है। जिस तरह शुद्ध वायु (ऑक्सीजन) शरीर के लिए जीवनदायक अमृत है, ठीक उसी तरह भगवान् देवात्मा के "देवज्योति एवं देवतेज

मंज़िलें क्या हैं रास्ता क्या है, हौंसला हो तो फासला क्या है।

सम्पन्न देवप्रभाव"आत्मा के लिए अमृत हैं, जिनके निरन्तर रूप में ग्रहण करते रहने से ही किसी मनुष्य की आत्मा न केवल दुर्बल तथा अकुशल नहीं रहती, अपितु ऊर्जावान तथा कुशल होती जाती है। दिन- प्रतिदिन इसका बल बढ़ता जाता है तथा यह अमर जीवन लाभ करने की अधिकारी बनती जाती है। यह देवप्रभाव किसी जन को भगवान् देवात्मा के देवरूप का अनुरागी बनने से ही प्राप्त हो सकते हैं। क्योंकि भौतिक सूर्य की न्याई भगवान् देवात्मा भी धर्मजगत् में 'आध्यात्मिक सूर्य' आध्यात्मिक जीवनदाता हैं, जिनका हमारे आत्मिक जीवन के लिए वर्तमान होना परमावश्यक है। अत: सब मनुष्यों का यह अति पवित्र कर्तव्य तथा अधिकार है कि वह भगवान् देवात्मा के देवरूप के अनुरागी बनने का अधिक से अधिक प्रयास करें तथा उनके देवप्रभावों को लाभ करके सच्चे देवअमृत को लाभ करने के अधिकरी बनकर आत्महित लाभ कर सके। काश हम सबके हित का मार्ग प्रशस्त हो!!

- देवधर्मी

साधन सत्र का आभार

आपका आभार! मेरे लिए तो रीचार्ज करने वाला सत्र रहा। जो आप कर रहे हैं वो समाज, युवाओं और सभी के लिए बहुत प्रेरणादायी और एक अच्छा व्यक्ति बनने की सीढ़ी है। मेरे लिए तो हमेशा से ही आपके शब्द बहुत प्रभावी रहे हैं और आपके व्यंगात्मक तथ्यों में बहुत हँसी भी आती है, क्योंकि उस घटना के पात्र हम ही होते हैं। आपका शुभ हो!

- मनीषा पन्त (देहरादून)

ज़िक्र से नहीं फ़िक्र से मालूम चलता है कि इस दुनिया में अपना कौन है।

पृष्ट संख्या 15 दिये गये दिमाग़ की कसरत के पहेलियों के जवाब - (1. उसका नाम ही अकबर था, 2.18 दिन, 3. चटाई)

सबसे उत्तम तीर्थ अपना मन है जो विशेष रूप से शुद्ध किया हुआ हो।

आत्मबल विकास शिविर, रुड़की

30 मार्च से 2 अप्रैल, 2023 तक देवाश्रम रुड़की में आत्मबल विकास शिविर का आयोजन हुआ। इस शिविर का फोकस रहा - रिश्तों में नई रोशनी।

इस अवसर पर श्रीमान् अशोक रोचलानी जी भी अमेरिका से आ पाये। गुवाहटी (02), दिल्ली (12), नोएडा (08), सूरत (01), भोपाल (07), कपूरथला (04), लुधियाना (04), मोगा (01), अम्बाला (05), पंचकूला (01), बेहट (05), विकासनगर (04), हरिद्वार (04), मुजफ्फरनगर (02), सहारनपुर (06), आदि विभिन्न स्थानों से प्राय: 70 शिविरार्थी पहुँचे। इनके भिन्न स्थानीय जन भी लाभान्वित हुए। विभिन्न साधनों में 100 के आसपास उपस्थिति बनी रही। जूम के माध्यम से भी साधन प्रसारित हुए तथा 30 से 70 परिवारों को ऑनलाइन साधनों से लाभ उठाने का अवसर मिला।

साधनों के विषय रहे - मिशन में मैं कहाँ? वनस्पति जगत् व हम, भृत्य व स्वामी का रिश्ता, भाई-बहन का सम्बन्ध, विवाहित जीवन की सार्थकता तथा मेरे माता-पिता व मेरे बच्चे। इनमें से 'वनस्पति जगत् व हम' विषय पर सम्बोधन श्रीमान् अशोक जी ने दिया तथा शेष विषयों पर सम्बोधन हेतु श्रीमान् नवनीत जी माध्यम बने। श्रीमान् चन्द्रगुप्त जी साधनों में भजनों के गान के साथ संक्षिप्त उद्‌बोधन से सेवाकारी बने।

भाई-बहन, माता-पिता व पति-पत्नी के सम्बन्ध में सम्पन्न साधनों के उपरान्त फूलों का हार पहनाकर एक दूजे को उपस्थित जनों ने सम्मानित किया। बड़ा उच्च प्रभाव डालने वाला दृश्य था। ऑनलाइन जूम मीटिंग के संचालन में श्री राजेश रामानी जी सेवाकारी बने। साधनों की तैयारी व दीप प्रज्ज्वलन आदि में सुश्री अनीता जी, भोजन व्यवस्था में श्रीमती पूनम जैन तथा अन्य व्यवस्थाएं श्री बृजेश गुप्ता जी, श्री रामनाथ जी बत्तरा तथा श्री वी के अग्रवाल जी संभालते रहे। ऑफिस कार्य में श्री संजय धीमान सेवाकारी बने।

31 मार्च, 2023 रात्रि कीर्तन के सत्र के दौरान श्री मेहूल बंसल (सुपुत्र डॉ अदिति व डॉ विवेक बंसल, गाजियाबाद) को मिशन की सदस्यता व परम पूजनीय भगवान् देवात्मा की सेवकी ग्रहण करने का सौगग्य मिला। 14 वर्ष की आयु पूरी होते ही मेहूल जी का उत्साहपूर्वक का जुड़ना हृदयस्पर्श दृश्य था। उनके नाना-नानी श्री वी के अग्रवाल जी व श्रीमति राशि जी ने विशेष तसल्ली लाभ की। इस साधन का परिचालन श्रीमान् नवनीत जी ने किया।

खो देने के बाद ही ख़्याल आता है कि कितना कीमती था समय,
व्यक्ति और सम्बन्ध।

1 अप्रैल, 2023 को प्रात: साधन सत्र के उपरान्त 11 बजे श्रीमती नैना जी रोचलानी के सम्बन्ध में श्रद्धाजंलि का एक विशेष सत्र रखा गया। उनका चित्र तैयार किया गया, उपस्थित जनों ने उस पर पुष्प चढ़ाए, उनके धर्म पति अमेरिका से उनकी राख व अवशेष साथ लाए थे, उसे भी साधन हॉल में सम्मानपूर्वक रखा गया। श्रीमती नैना जी मिशन की प्रथम मीडियम व हीलर थीं। मिशन में आपका रोल नम्बर भी एक था। आपकी सेवाओं की हर एक दिल पर गहरी छाप थी। आपका 08 नवम्बर, 2022 में न्यूजर्सी में परलोकगमन हो गया था।

श्रीमान् नवनीत जी ने यह श्रद्धाजंलि सत्र संचालित किया तथा प्राय: 20 मिनट भाव विभोर होकर उनके स्वभाव व सेवाओं के प्रति धन्यवाद के भाव प्रकट किए। उपस्थित जनों में से कइयों ने बारी-बारी अपने-अपने भाव प्रकट किए। अत्यन्त भावुक व हृदयों को झंझोड़ने वाला वातावरण बना हुआ था। अन्त में श्रीमान् अशोक जी ने सभी का हार्दिक आभार प्रकट किया। तत्पश्चात सभी धर्म साथी रुड़की शहर से निकल रही गंगनहर के तट पर गये तथा सम्मानपूर्वक शुभकामनाएं करते हुए उनकी राख व अवशेषों को जल में प्रवाहित कर दिया। श्रीमती नैना जी का परलोक में शुभ हो! 2 अप्रैल, 2023 को 'माता-पिता सन्तान दिवस' के सम्बन्ध में सम्पन्न हुए साधन सत्र के अन्त में 'बाल सेवक ग्रहण' अनुष्ठान सम्पन्न हुआ। मिशन में पहली बार 8 से 14 वर्ष की आयु के बच्चों को विधिवत रूप से मिशन से जुड़ने का मौक़ा मिला।

निम्न बच्चों को श्रीमान् नवनीत जी ने संकल्प करवाये -

नाम	पुत्र/पुत्री	(माता/पिता का नाम)	शहर	आयु
1. रेना अग्रवाल	पुत्री	इशा राजन अग्रवाल	ग़ाज़ियाबाद	11 साल
2. समयक अग्रवाल	पुत्र	इशा राजन अग्रवाल	ग़ाज़ियाबाद	08 साल
3. रिजुल अग्रवाल	पुत्री	अंजलि अभिषेक अग्रवाल	नोएडा	12 साल
4. पूर्वा चुघ	पुत्री	सीमा मनोज चुघ	बेहट	13 साल
5. आध्या अग्रवाल	पुत्री	आयुषी अंकुश जैन	रुड़की	10 साल
6. शुभ जैन	पुत्र	शिल्पी	रुड़की	10 साल

बच्चों को इस प्रकार धर्म मार्ग में आगे बढ़ते देखकर सभी उपस्थित जन बहुत प्रसन्न थे तथा बच्चे भी उत्साहित थे। देवारती के गान से यह कल्याणकारी शिविर सम्पन्न हुआ।

ज़िन्दगी आसान नहीं होती, इसे आसान बनाना पड़ता है, कुछ अन्दाज़ से और कुछ नज़रअन्दाज से।

आपके विचार

काफ़ी समय बाद आने का अवसर मिला। सहायकारियों का शुक्रगुज़ार हूँ। वातावरण स्वर्गीय रहा। काश यह मौक़े अधिक से अधिक लोगों को मिल सकें, ऐसी शुभकामना दिल से निकलती रही है। श्रीमती नैना रोचलानी जी के लिये प्रकट किये स्नेह व आदर के लिये सभी धर्म साथियों का हृदय से धन्यवादी हूँ। शुभ हो सबका! "एक तोहफ़ा आज" पुस्तक की दो हज़ार प्रतियाँ सुश्री नैना जी की स्मृति में छपवाकर वितरित की जावें, तो आभारी होऊँगा। हालात फिर कब यहाँ आने का मौक़ा देते हैं, शुभ ही होगा। इस वातावरण का हृदय से आभारी हूँ। शुभ हो सबका!

– अशोक रोचलानी (अमेरिका)

बहुत ही प्रेरणादायक शिविर रहा। सभी का सब प्रकार से शुभ हो! सभी प्रकार का प्रबन्धन उत्तम था। साफ़-सफ़ाई सभी प्रकार की सुविधाओं का पूर्ण रूप से रख-रखाव तथा बहुत ही सुन्दर वातावरण मिला। ऐसा माहौल प्रत्येक व्यक्ति के जीवन के उत्थान के लिए अति आवश्यक है। भगवान् देवात्मा की कृपा हम सब पर सदा बनी रहे और हम उनके दिखाये रास्ते पर सदैव चलते हुए कल्याण के रास्ते पर चलते जाये। सबका शुभ हो!

– देवराज अरोड़ा (लुधियाना)

मुझे यहाँ आकर बहुत अच्छा लगता है। जो यहाँ का वातावरण है वह और कहीं नहीं मिलता है। इस वातावरण में मैं तो सबकुछ भूल जाती हूँ और यहीं प्रार्थना करती हूँ कि यह मिशन और तरक्की करे। शुभ हो!

– शारदा गुप्ता (विकासनगर, देहरादून)

इस अति शुभ शिविर में आकर, हम भगवन् का और भगवन् की शिक्षा का उनके प्रभावों का थोड़ा और हिस्सा अपने साथ लेकर जा रहे हैं। भगवन् हम आपको अपने साथ लेकर जा रहे हैं। हम आपको अपने अन्दर आत्मसात् कर सकें, ऐसी प्रार्थना है। यहाँ पर सब लोगों ने आकर अपनी सकारात्मकता सांझा की है और इसी की वजह से शिविर इतना लाभकारी रहा। सभी लोग, जो यहाँ उपस्थित रहे उनका धन्यवाद! बाल सेवकों को देखकर मन गदगद हो गया, आँखें भर आईं। हमारी शुभकामना है नई पीढ़ी ज़्यादा से ज़्यादा परम पूजनीय देवात्मा जी से जुड़

दो बातें इन्सान को अपनों से दूर कर देती हैं एक उसका
अहम् और दूसरा उसका वहम।

सके। भगवन् के सपनों को पूरा करने के लिए - पूरे जहाँ में देवराज' लाने के लिए हम योग्य बन सकें। ये सेवा के मौके हमें मिल सकें, ऐसी मंगलकामना है, सभी पवित्र हृदय व पवित्र आत्मा बन सकें! जिन अधिकारी आत्माओं को इस दर पर आने का मौक़ा अब तक नहीं मिला है, वो यहाँ जल्द से जल्द पहुँच सकें, सहायकारी शक्तियों की नेचर की ऐसी मदद हो!! जितने भी लोगों की वजह से यह शिविर मुमकिन हुआ है, उन सबका धन्यवाद! चाहे वह सामने रहे हों या पीछे। जड़ जगत्, पशु जगत्, इस लोक व परलोकवासी मनुष्य जगत् - इन सबका शुभ हो! अन्त में विशेष धन्यवाद! मेरी नैना बुआ और अशोक अंकल, जिनके माध्यम से हम इस शिक्षा से जुड़े। सबका शुभ हो! सबका मंगल हो!

- नैनी टी जवांश (भोपाल)

मैं पिछले तीन-चार महीने से काफ़ी परेशान था, ना मुझे नींद आ रही थी, न सही से भूख लग रही थी, पर यहाँ मेरे दो दिन बहुत ही ख़ुशी से बीते और मन में किसी तरह का डर नहीं लगा और अधिक लाभ तो बाद में पता लगेगा। धन्यवाद मुझे यहाँ बुलाने के लिए।

- रविन्द्र कुमार (नई दिल्ली)

यह संस्थान उज्जवल भविष्य की निर्माणशाला है।

- उमा गुप्ता (रुड़की)

विवाह अनुष्ठान

हर्ष का विषय है कि हमारे युवा साथी सेवक श्री सिद्धार्थ अरोड़ा (सुपुत्र श्रीमती सुनीता रानी व श्री श्रेष्ठ अरोड़ा, कपूरथला) तथा सुश्री भाविका (सुपुत्री श्रीमती सन्तोष रानी व श्री बिशन दास चिल्लाना, कपूरथला) का शुभ विवाह 18 मार्च, 2023 को सम्पन्न हुआ। आप दोनों कनाडा में सर्विस करते हैं। देव अनुष्ठान विधि से प्रो. नवनीत अरोड़ा जी ने आपका विवाह अनुष्ठान कम्युनिटी सेण्टर, आर सी एफ, कपूरथला में सम्पन्न करवाया। सायं 6:30 से 7:30 तक अनुष्ठान की कार्यवाही रखी गई, जिससे दोनों पक्षों के अधिकतर रिश्तेदार शामिल हो पाये व लाभान्वित भी हुए। इस अवसर पर 11,000 रुपये वर पक्ष की ओर से 2,100 रुपये कन्या पक्ष की ओर से मिशन को दानस्वरूप मिले। सबका शुभ हो!

असम्भव को भी सम्भव सिर्फ़ आपकी सोच बनाती है।

भावी ग्रीष्मकालीन शिविर

(01-04 जून, 2023 रुड़की में)

बाल व्यक्तित्व विकास शिविर (आयु 08 से 16 वर्ष तक) (प्रातः 7 बजे से दोपहर 12 बजे तक) बाहर से आने वाले बच्चों के ठहरने व खाने की समुचित व्यवस्था उपलब्ध रहेगी।

आत्मबल विकास शिविर (05-11 जून, 2023 रुड़की)

उच्च जीवन प्रशिक्षण संस्थान

"देवाश्रम", 32-ए, सिविल लाइन्स, रुड़की

रजिस्ट्रेशन व सम्पर्क सूत्र - 80778-73846

शोक समाचार

शोक का विषय है कि हमारे पुराने साथी सेवक श्रीमान् परस राम जी (अम्बाला शहर) का प्रायः 87 वर्ष की आयु में दिनांक 19 मार्च, 2023 को देहान्त हो गया। आप सरल, नेक दिल व वफादार सेवक रहे। आपका परलोक में हर प्रकार से शुभ हो! आपके निवास पर आपके सम्बन्ध में शुभकामना का साधन दो दिन श्रीमान् चन्द्रगुप्त जी ने करवाया।

शोक का विषय है कि हमारे धर्मसाथी श्री सतीश मेहता जी (रुड़की) की माता श्रीमती कैलाशवती जी का देहान्त प्रायः 90 वर्ष की आयु में दिनांक 05 अप्रैल, 2023 को देहान्त हो गया। आपका परलोक में हर प्रकार से शुभ हो! आपके निवास पर आपके सम्बन्ध में शुभकामना का साधन सुश्री अनीता जी व सुशील कुमार जी ने करवाया। आपके सम्बन्ध में 15 अप्रैल, 2023 की सायं 5:00 बजे एक श्रद्धाजंलि सत्र रखा गया जिसमें काफ़ी संख्या में धर्मसाथी व पड़ोसी शामिल हुए। साधन डॉ0 नवनीत जी ने करवाया। प्रायः 40 जन लाभान्वित हुए। 2100 रुपये मिशन को दानस्वरूप मिले।

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