

वर्ष -19

जुलाई, 2023

अंक - 202

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

| | | | |
|---------------------------|----|----------------------------|----|
| टकराव टालिए! | 02 | Better Life | 15 |
| देववाणी | 03 | आपने कहा था | 18 |
| सबसे बड़ा गुण | 04 | देव जीवन की झलक | 20 |
| अपनी कमजोरियों पर विजय... | 06 | मद/नशा | 22 |
| पुरस्कार का रहस्य | 08 | प्रचार दौरा..... | 26 |
| मंजिलें और भी है | 10 | बाल व्यक्तित्व विकास शिविर | 28 |
| Goodness is Everyday... | 12 | आत्मबल विकास शिविर | 30 |

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, 80778-73846, 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

टकराव टालिए!

आप 'हाईवे' पर कार चलाते हैं। आप राइट साइड में हैं और कोई रांग साइड से आता है और आपकी कार से टकरा जाता है। पर नुकसान तो दोनों को ही होता है न! ठीक इसी तरह आप सही हैं, आप निर्दोष हैं, आपकी कोई गलती नहीं है, आप राइट हैं फिर भी अगर आप किसी से टकराते हैं, उलझते हैं, तो आप अपना नुकसान करते हैं और व्यर्थ ही अपनी शक्ति का व्यय करते हैं। इसलिए मेरा कहा मानिए, टकराव को हर हाल में टालिए। टकराव से संघर्ष ही बढ़ता है, हासिल कुछ भी नहीं होता।

- मुनि तरुण सागर

पैर छूकर आशीर्वाद लेना सरल है, परन्तु हमारे कर्म जब किसी के हृदय को छू जाएँ, तब उसके हृदय से हमारे लिए जो आशीष निकलते हैं, वही सच्चा आशीर्वाद है।

Excellence

उत्कृष्टता हमेशा उन लोगों द्वारा प्राप्त की गई है, जिन्होंने यह विश्वास करने का साहस किया है कि उनके अन्दर कुछ है जो परिस्थितियों से बेहतर है। अपने आप पर यकीन रखें!
*Excellence has always been achieved by those who dared to believe that something inside them is superior to the circumstances.
Believe in yourself.*

शब्द का वजन तो बोलने के भाव से पता चलता है, बाकी वेलकम तो पायदान पर भी लिखा होता है।

तनाव से केवल समस्याएं जन्म ले सकती हैं, समाधान खोजना है तो मुस्कुराना तो पड़ेगा।

माँ की तरह कोई ख्याल रखे, यह तो बस ख्याल ही हो सकता है।



देववाणी



नेचर का नियम यह है कि सत्य और असत्य, शुभ और अशुभ की लड़ाई में आखिरकार असत्य और अशुभ रह जाएगा। मिथ्या अशुभ के साथी लड़ेंगे, मगर रह जाएंगे। जो सच्चाई-भलाई की लड़ाई से भागता है, वह बुजदिल है। पैसों के लिए तो लोग मरते हैं, मगर सच्चाई-भलाई की खातिर क्यों नहीं मरते? ज़रूरत इस बात की है कि यहाँ का सुख-दुःख, इज्जत-बेईज्जती सब सिर पर लेनी है और सच्चाई-भलाई की जंग में काम आते जाना है। हमें त्यागी, परोपकारी, सच्चे साधु कर्मचारी चाहियें।

कर्मचारी के कपड़े साफ़ हों, जिस्म साफ़ हो, दिमाग़ साफ़ हो और दिल साफ़ हो। उसका बयान शुद्ध हो, उसमें कोई मिलावट न हो और उसमें अपनी कोई गर्ज न हो।

- देवात्मा

अपने में दोष न दिखना

एक ज़मींदार की आँखें भँगी थीं। उसे स्वयं पता न था। एक दिन दर्पण देखा, तो उसने आँखों की बनावट को उपहासास्पद दिखाया। दर्शक को कोध दर्पण पे आया। दूसरे, तीसरे, चौथे दर्पण मँगाये गये, फिर भी वह दोष दर्शन का सिलसिला बन्द न हुआ। ज़मींदार ने दर्पणों की प्रकृति को कोसा और अपने प्रभाव क्षेत्र के सभी दर्पणों को खोजा, खोज कर नष्ट करा दिया। कुछ दिन तक ही सन्तोष रहा। बाद में जब लोगों से पूछकर इस खोट के सम्बन्ध में जानकारी प्राप्त की, तो सभी ने दर्पणों की अभिव्यक्ति को सही बताया। दोष अपने में रहे, तो आलोचकों को निन्दा से रोका नहीं जा सकता।

बात करने से ही बात बनती है, बात न करने से तो
अकसर बातें ही बनती हैं।

बोलचाल की भाषा में 'सुन्दर' व 'असुन्दर' दो शब्दों का बहुतायत से प्रयोग किया जाता है। आमतौर पर मनुष्य के नेत्रों को देखने में जो चीज़ अच्छी लगती है, उसे सुन्दरता की श्रेणी में रखा जाता है और जो देखने में अच्छी नहीं लगती, उसे असुन्दरता की श्रेणी में।

लेकिन इस संसार की सच्ची सुन्दरता को देखने के लिए प्रकृति ने मनुष्य को मन की आँखें भी दी हैं। जब मनुष्य इन मन की आँखों से देखना प्रारम्भ करता है, तो शारीरिक आँखों का कार्य गौण हो जाता है।

इस तथ्य को एक घटना के माध्यम से समझा जा सकता है। यह घटना इस प्रकार है -

एक बार एक राजा को अपने लिए एक सेवादार की आवश्यकता थी। इस हेतु राजा ने अपने मंत्री को एक योग्य व्यक्ति को इस कार्य हेतु ढूँढने को कहा। दो दिन बाद उस मंत्री ने एक व्यक्ति को राजा के सामने पेश किया। राजा ने उस व्यक्ति को सेवादार रख तो लिया, परन्तु बाद में मंत्री से कहा, "वैसे तो यह आदमी ठीक है, पर इसका रंग-रूप अच्छा नहीं है।" मंत्री को यह बात अजीब लगी, परन्तु वह उस समय चुप रहा।

कुछ दिनों बाद गर्मी के मौसम में राजा ने उसी सेवक को पानी लाने के लिए कहा। सेवादार सोने के पात्र में पानी लेकर आया। राजा ने जब पानी पीया, तो पानी पीने में थोड़ा गर्म लगा। राजा ने कुल्ला करके फेंक दिया और बोला, "इतना गर्म पानी! वह भी गर्मी के इस मौसम में!! तुम्हें इतनी भी समझ नहीं।" उपरोक्त मंत्री भी यह दृश्य देख रहा था। उसने उस सेवक को मिट्टी के पात्र में पानी लाने को कहा। राजा ने यह पानी पीकर तृप्ति का अनुभव किया।

इस पर मंत्री ने कहा, "महाराज, बाहर को नहीं, भीतर को देखें। सोने का पात्र सुन्दर, मूल्यवान् और अच्छा है, लेकिन शीतलता प्रदान करने का गुण इसमें नहीं है। मिट्टी का पात्र अत्यन्त साधारण है, लेकिन इसमें ठण्डा कर देने की क्षमता है। गोरे रंग-रूप को न देखकर गुण को देखें।" उसी दिन से राजा का चीज़ों के प्रति नज़रिया बदल गया।

इस घटना को पढ़ते हुए महसूस हुआ कि यह मात्र एक कहानी नहीं, यह आम व्यक्ति के जीवन से प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से जुड़ी सोच है। हम अक्सर किसी मनुष्य के बाहरी रूप रंग से जल्दी प्रभावित हो जाते हैं। आखिर क्यों हम

गुस्से के समय में सब्र का एक पल दुःख के हज़ारों पलों से बचे रहने में हमारी मदद करता है।

किसी मनुष्य को चरित्र के तराजू में तोलने का धैर्य नहीं रख पाते!

मनुष्य को सुन्दर व असुन्दर बनाने में बहुत से गुणों व अवगुणों का ही मुख्य योगदान रहता है। गुणों में चरित्र सर्वोच्च स्थान पर आता है। चरित्र का अर्थ है - चाल-चलन या व्यक्तित्व। चरित्र शब्द अच्छे चरित्र के सन्दर्भ में प्रयुक्त होता है। अच्छे चरित्र में ईमानदारी, कृतज्ञता, पवित्रता, दया, करुणा, कपटहीनता आदि ये सभी गुण भी मौजूद होते हैं। कुछ लोग चरित्रवान् केवल उसी को मानते हैं, जिसमें काम सम्बन्धी विकार न हो।

सचरित्रता में अपार बल होता है। चरित्रवान् की सब जगह इज़्जत होती है। चरित्रवान् के सामने जाने मात्र से हमारी कमज़ोरियाँ भी कम होने लगती हैं। चरित्रवान् बनने हेतु दृढ़ इच्छा शक्ति, अभ्यास व निरन्तर प्रयास की ज़रूरत है।

वर्तमान समय में मनुष्य ने कई पक्षों में विकास किया है, किन्तु अभी उपरोक्त पक्ष में समुचित विकास होना शेष है। मन की आँखों से इन्सान को समझना श्रेयस्कर है। पता नहीं क्यों ज़्यादातर मनुष्य - जो दिखता है, वह बिकता है - वाली कहावत को चरितार्थ कर रहे हैं। तदनुसार बाहरी सुन्दरता/Outlook को वरीयता दी जाने लगी है। इसलिए आजकल चाहे जीवनसाथी को चुनना हो या किसी Employee को, उसे Presentable होना चाहिये, बस।

ऐसी परिस्थिति अत्यन्त दुःखद है, जिसमें चाल-चलन, व्यक्तित्व का मोल न हो। कई बार तो लोग मुँह पर भी बोलने से नहीं चूकते कि फलां काला है, तवे जैसा दिखता है, छोटा/मोटा है। क्या ये सब चीज़ें चरित्र से ज़्यादा कीमती हैं? क्यों किसी शरीर के विचार से कम सुन्दर व्यक्ति को स्वयं को हर जगह साबित (Prove) करना पड़े! इस सबके चलते कई बार अच्छे मौक़े, अच्छे जीवनसाथी, अच्छे Employees हमारे हाथ से निकल जाते हैं।

वस्तुतः, बाहरी सुन्दरता के आधार पर व्यक्ति का मोल आँकने का क्रम घर से ही अकसर शुरू होता है। माता-पिता ही काले/गोरे, छोटे/लम्बे, मोटे/पतले के आधार पर अपनी सन्तान का तुलनात्मक विश्लेषण करके उनमें बाल्यकाल से ही हीन भावना भर देते हैं। ऐसा व्यवहार असल में प्रकृति की रचना का अपमान है। हमें व दूसरों को प्रकृति ने जैसा रूप प्रदान किया है, सर्वप्रथम उसको उसी रूप में स्वीकार करना चाहिये - उससे आगे स्वयं व दूसरे के भीतर के गुणों व चरित्र को और ऊपर उठाने का सतत् प्रयास करना चाहिये।

सम्बन्धों की कुल पाँच सीढ़ियाँ होती हैं देखना, अच्छा लगाना, चाहना, पाना। ये चार बहुत सरल सीढ़ियाँ हैं। सबसे कठिन पाँचवी सीढ़ी है - निभाना।

निष्कर्षतः, हमारा चरित्र ही हमारा सबसे गुण है। आओ, प्रण लें कि प्रकृति की बनाई प्रत्येक रचना को इज्जत देंगे। नसल, रंग व रूप के कारण किसी को अपने से तुच्छ जानकर हम झूठा अहं न पालेंगे।

निस्सन्देह, प्रत्येक मनुष्य हमारे सच्चे प्रेम व इज्जत के योग्य है। एक पुराना गाना याद आ रहा है, जिसे गुनगुनाते रहना चाहिये और हर पल याद रखना चाहिये - 'काले गोरे का भेद नहीं, हर दिल से हमारा नाता है, कुछ और न आता हो हमको, हमें प्यार निभाना आता है। No discrimination at all. काश, हम सब ऐसी सोच रखकर अपने व्यक्तित्व को और निखार सकें, ऐसी है शुभकामना!

- प्रो. नवनीत अरोड़ा

अपनी कमजोरियों पर विजय पाना

इन्सान की एक ही कमजोरी उसे कितना पीछे धकेल देती है! आओ, आज बात करते हैं, कमजोरियों की।

कमजोरी, यानि **weakness** पर एक उपदेश हम पहले भी दे चुके हैं। इन्सान अपने को कमजोर क्यों समझता है? कमजोरी अधिकतर इन्सान के दिमाग की ही उपज होती है। जब इन्सान बार-बार किसी एक नीच गति के आगे हथियार डाल देता है, तो वह एक तरह से इन्सान के दिमाग में घर कर लेती है। चाहे तुम कोई भी तरीका आजमा लो, तुम्हारे दिमाग के कोने में कहीं यह सोच चलती रहती है कि चाहे तुम कुछ भी कर लो, अन्त में तुम्हें हार माननी ही पड़ेगी। यह बहुत बार हो चुका है, कुछ भी कारगर साबित नहीं होता।

तो जब खुद का दिल-ओ-दिमाग ही इस तरह के तर्क देता हो, तो ऐसी नीच गतियाँ तुम्हारी कमजोरियाँ हो जाती हैं, जिनके आगे अक्सर तुम्हारा वश नहीं चलता। छोटी-सी बातों से, जैसे ज़्यादा चॉकलेट खाने की कमजोरी, ज़्यादा गप्पें मारने की कमजोरी, भाग्य को कोसने की कमजोरी आदि से लेकर बड़ी मुश्किलों तक, जैसे शराब की लत, सिगरेट की लत, चोरी करने की आदत आदि कमजोरियों का रूप ले सकती हैं।

एक बड़ी मुसीबत यह है, कमजोरियों के साथ इन्सान खुद तो हथियार डाल ही चुका होता है, पर औरों की सच्ची कोशिशों को भी वह विफल करने का प्रयत्न कराती हैं। जब अन्दर से कोई बदलाव नहीं आ रहा हो, तब बाहरी बल से ही

अगर किसी बच्चे को उपहार न दिया जाए तो वह कुछ देर रोएगा,
मगर संस्कार न दिए जाएं तो वह जीवन भर रोएगा।

बदलाव लाने की कोशिश करनी पड़ेगी। लेकिन, इन्सान का दिल-ओ-दिमाग और अहं इन बाहरी ताकतों के लिए गए बदलाव के खिलाफ़ होता है, उनके खिलाफ़ काम करता है, उन्हें बिगाड़ने की कोशिश करता है। कई बार इस वजह से कि 'मैं कोई बेचारा नहीं हूँ, मुझे मदद की कोई जरूरत नहीं', तो कभी इस वजह से कि 'मैं अपना सारा जोर लगा चुका हूँ, मैं इसे नहीं छोड़ पाया, तुम क्या खाक यह काम कर पाओगे', बाहरी ताकतों के लिए और भी कठिन हो जाता है, मदद करना या कोई बदलाव लाना। तुम्हें धीरे-धीरे अन्दरूनी बदलाव लाने का प्रयास करना चाहिए।

कुछ माने हुए तरीके हैं, जो तुम्हें अपनी कमजोरियों से ऊपर आने में मदद कर सकते हैं। एक है, किसी के ऊपर विश्वास। यह तुम्हारे गुरु या भगवान् हो सकते हैं, तुम्हारे माता-पिता, तुम्हारा भला चाहने वाले या फिर तुम्हारे बच्चे भी हो सकते हैं। अपना भला चाहने वालों को अपना पथप्रदर्शक मानकर अपने दिल-ओ-दिमाग को धीरे-धीरे सही शिक्षा दो, फिर से अध्ययन करो, या अपने बच्चे को अपना सहारा और बल मानकर उसके लिए एक अच्छा आदर्श बनने की कोशिश करो ! कड़े रुख से या किसी चीज़ से महरूम रखने से ज़्यादातर फायदा नहीं होता। वह तुम्हें सिर्फ़ एक झूठी आस दिलाता है। बदलाव तुम्हारे अन्दर आना चाहिए।

अपनी नीच गतियों से पूर्णतः मोक्ष ही तुम्हारा कल्याण कर सकता है। यह तुम्हारे दिमाग में बटन के बन्द होने जैसा होना चाहिए कि बस, बहुत हो गया, अब और नहीं। तब तुम्हारा दिमाग तुम्हारे बचाव के लिए आयेगा, जैसा कि उसे करना चाहिए और तुम्हें रोकेगा तथा सही सलाह व मशवरा देकर तुम्हें जीत लेगा। तुम्हारे अन्दर विचार 'मैं हार जाऊँगा' से 'मैं अवश्य विजयी होऊँगा' में तबदील हो जाने चाहियें। तब तुम्हारे पास ऐसा कुछ होगा, जो तुम्हें विजय की ओर ले जाएगा।

तो, अपनी कमजोरियों पर विजय पाने के लिये, अपने विश्वास को अपना सम्बल बनाओ। अपने आपमें आत्मविश्वास पैदा करो! अपने विचार में बल दो! अपने में अन्दरूनी बदलाव लाने की कोशिश करो!

- परलोक सन्देश

समेट लें इन नाज़ुक पलों को न जाने ये लम्हें कल हों न हों। चाहे हों भी
ये लम्हें क्या मालूम उन पलों में शामिल हम हों न हों।

पुरस्कार का रहस्य

सुप्रसिद्ध कवि रहीम अकबर बादशाह के नवरत्नों में से एक थे। कवि रहीम को राजकीय सम्मान प्राप्त था। वह सरकारी पालकी में बैठकर ही आया-जाया करते थे। पालकी को चार कहार कंधों पर रखकर ले जाया करते थे।

एक बार कवि रहीम पालकी में बैठकर अपने किसी दोस्त से मुलाकात करने जा रहे थे। रहीम से एक आदमी किसी कारण से नाराज था। मौक़ा देखकर उसने उन्हें नुक़सान पहुँचाने के इरादे से पालकी पर लोहे की छड़ दे मारी। छड़ फेंककर वह भागने लगा, लेकिन पालकी के कहारों और उनके साथ चल रहे अंगरक्षकों ने जल्दी ही उसे धर दबोचा।

अंगरक्षक उस आदमी को पकड़कर रहीम के सामने लाए। वह भय से थरथर काँप रहा था। सोचने लगा अब तो फांसी पर लटकने से कम सजा मिलेगी नहीं। रहीम ने उसे देखते ही पूछा, “आओ दोस्त कहो। अब तक दिखाई क्यों नहीं पड़े? और दिखाई दिए, तो भागने क्यों लगे?”

वह आदमी डर के मारे पत्थर का बुत बना अविचल-अवाक्, टुकुर-टुकुर रहीम की ओर देखता रहा। रहीम के पास उस वक्त सोने से मढ़ी छड़ी थी। उन्होंने छड़ी को उस व्यक्ति को देते हुए गम्भीर होकर कहा, “भाई, लोहे से सोना बनाने की तुम्हारी विधि ठीक नहीं है। आइंदा जब कभी सोने की ज़रूरत पड़े, मेरे पास चले आना। मैं तुम्हें सोने से लोहा बनाने की विधि भली-भाँति समझा-बूझा दूँगा। हाँ, अलबत्ता भविष्य में भूलकर भी यह तरकीब न आजमाना वरना जान के लाले पड़ जाएंगे।”

उस आदमी ने रहीम के कहने से डरते-डरते उनकी छड़ ले ली। फिर अत्यन्त नम्र होकर बोला, “सरकार मुझे माफ़ कर दीजिए। मुझसे गलती में यह अपराध हो गया है और उसकी आँखें सजल हो उठी। शरीर का कांपना और भी बढ़ गया।”

“चिन्ता न करो, मैं तुम्हें सजा कब दे रहा हूँ। पुरस्कार पाकर भी कभी भय हुआ करता है। मैं तो तुम्हें मित्र की तरह सोने बनाने की विधि का सुझाव दे रहा हूँ। यदि तुम्हें मेरा सुझाव पसन्द नहीं है तो न सही, लेकिन सोना मढ़ी छड़ी पाकर तो प्रसन्न दिखो।”

अब तो वह आदमी लज्जा से पानी-पानी हो गया। रहीम को सिर नवाकर नमस्कार करता हुआ वहाँ से चला गया।

एक सुखी जीवन के लिए अच्छे घर का होना ज़रूरी नहीं घर
का अच्छा माहौल होना ज़रूरी है।

वहाँ उपस्थित सभी लोग आश्चर्य में डूबे बिना न रहे। सोचने लगे-कविवर रहीम भी अजीब आदमी हैं। कहाँ तो शत्रु को प्राण-दण्ड देना था और कहाँ उसे बदले में पुरस्कार (सोना मढ़ी छड़ी) सहर्ष दे डाला।

एक बूढ़ा अंगरक्षक था। उससे न रहा गया। पूछा, “महाराज, उस दुष्ट आदमी ने आपको नुकसान पहुँचाने के बुरे इरादे से आपकी पालकी पर लोहे की छड़ दे मारी। शुक्र है कि आप बाल-बाल बच गए। जाहिर है कि उसने आपका अपमान किया है। न्याय की नजर में वह सजा का पात्र था, लेकिन आपने उसे साफ़ छोड़ ही नहीं दिया, बल्कि पुरस्कार भी दे दिया। क्या सचमुच कभी वह दुष्ट आपका जिगरी दोस्त था? हम सब आपके इस विचित्र व्यवहार से अजीब उलझन में हैं।”

रहीम ने छूटते ही कहा, “मेरा व्यवहार उचित था। वह व्यक्ति मेरा कभी दोस्त नहीं रहा। लेकिन मैंने उसे पुरस्कार उसकी ग़लतफ़हमी को सही करने के वास्ते दिया है। उसने ग़लती में मुझे पारस समझा। सोचा लोहे की छड़ को छुवाकर सोने की बना दूँ। इसी इरादे से छड़ फेंकी। आप जानते ही हैं कि लोहा पारस को छूकर सोना बन जाता है। इसलिए मैंने उसके विश्वास की रक्षा करने के लिए उसे अपनी सोना मढ़ी छड़ी दे दी।”

“महाराज यह तो आपकी उदारता और महानता है, अन्यथा उस दुष्ट ने जिस नापाक इरादे से आप पर जानबूझकर प्रहार किया था, उस अपराध के लिए उसे दण्ड मिलना ही चाहिए था।” एक दूसरे अंगरक्षक ने साहस बटोरकर कहा। अब रहीम कुछ गम्भीर हो गए। उन्होंने एक बार सब उपस्थित लोगों की ओर दृष्टि दौड़ाई। फिर बोले, “सजा देना सहज और सरल है। क्षमा करना शक्तिशाली व्यक्तियों का काम है और अपना अहित करने वाले को पुरस्कृत करना तो और भी ज्यादा वीरता का काम है। सजा देने से सुधार नहीं होता। उल्टे बैर-भाव बढ़ता है।”

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

थोड़ी सी हँसी, थोड़ी सी मुस्कान बस यही है खुशी की असली पहचान।

मंजिलें और भी हैं

बस में चलता स्कूल ताकि बच्चे पढ़ सकें

इस स्कूल की शुरुआत एक ऐसी बस्ती से की गई थी, जहाँ काफ़ी मजदूर रहते थे, पर जिनके बच्चे स्कूल नहीं जाते थे। धीरे-धीरे इसका विस्तार हुआ, एक टीम बनी जो अब बच्चों के सामाजिक, आर्थिक विकास के लिए, उन्हें बस्ती में जाकर शिक्षित, प्रशिक्षित कर रही है। मैं मुम्बई की रहने वाली हूँ। प्रारम्भिक शिक्षा के बाद मैंने मुम्बई में कॉलेज ऑफ सोशल वर्क से परास्नातक किया। अपने कॉलेज के एक प्रोजेक्ट के लिए मैं नगरपालिका के एक स्कूल में गई। मुझे वहाँ यह पता करना था कि तीसरी-चौथी कक्षा के बाद छात्रों की संख्या कम क्यों होती जा रही है। मैंने देखा कि अधिकांश छात्र दिहाड़ी मजदूरों के रूप में मजदूरी करने जाते हैं, इसीलिए उनके माता-पिता उन्हें स्कूल नहीं भेजते। कई बच्चे मछली बेचने के धन्धे में लगे थे। जब मैंने उनसे बात की, तो उन्होंने कहा कि वह पढ़ना चाहते हैं। पर स्कूल का समय उनके काम में बाधा बनता है, ऐसे में वे रोज स्कूल जाने में असमर्थ हैं।

हाशिये पर रहने वाले वर्ग के बीच साक्षरता के स्तर में सुधार लाने के उद्देश्य से मैंने एक एन0जी0ओ0 की शुरुआत की। मैंने मुम्बई में रेलवे स्टेशनों, गेटवे ऑफ इण्डिया और अन्य खुले क्षेत्रों के आसपास बच्चों को घूमते हुए देखा। मेरा मानना था कि बस्तियों में रहने वाले ऐसे बच्चे जो विभिन्न समस्याओं के चलते स्कूल नहीं जा पाते हैं, स्वचालित स्कूल में, जो उनके घर के पास हो, पढ़ाई कर सकते हैं।

जब मैंने स्कूल शुरू करने का विचार किया, तो बच्चों के माता-पिता ने मेरा विरोध किया। बस्तियों में मेरे जाते ही वे बच्चों को हमसे छुपा देते और कह देते वह काम से वापिस नहीं आए हैं। मैंने पढ़ाने के लिए शाम का वक्त और कुछ निश्चित घण्टे चुने थे। कुछ ही दिनों में मुझे समझ में आ गया कि हम बच्चों को काम करने से नहीं रोक सकते। हमने उनके माता-पिता को आश्वस्त किया कि ये कक्षाएं हम बच्चों के खाली समय में चलाएंगे, क्योंकि लड़कियाँ भी घरों के काम में हाथ बंटाती थीं और घरवाले उन्हें स्कूल आने नहीं देना चाहते थे। हमें उन्हें समझाना पड़ा कि बुनियादी पढ़ाई इसलिए जरूरी है, ताकि वे अपने रोजमर्रा के जीवन में शोषित न हों।

इसके बाद हमने स्कूल ऑन व्हील्स शुरू किया, जो मेरा पसंदीदा है।

ऐसी जिन्दगी जिओ कि आत्मा को शरीर छोड़कर परलोक जाने में तनिक भी डर न लगे और वो हर पल 'मेरा क्या बनेगा?' के विलाप में ही इन्सानी जीवन न बिताये।

इसमें एक ही बस स्कूल के अन्दर अलग-अलग समय में बच्चों को पढ़ाया जाता है। पुणे और मुम्बई दोनों शहरों में दर्जनों शिक्षकों द्वारा प्रतिदिन सैकड़ों छात्रों को पढ़ाया जाता है। इसमें अधिकांश महिलाएं हैं और कुछ डोर स्टेप के पूर्व छात्र भी हैं। हालांकि पढ़ने वाले कई बच्चे सरकारी स्कूल में नामांकित नहीं हैं और किताबों तक सीमित हैं। डोर-स्टेप स्कूल की बस के अन्दर एक ब्लैकबोर्ड, किताबें और शिक्षण सामग्री होती है। यह दिखने में बिल्कुल एक कक्षा की तरह है।

मैंने महसूस किया है कि ऐसे बच्चों को बहुत अधिक प्रेरणा की आवश्यकता होती है। वे न तो आसानी से ध्यान केन्द्रित कर सकते हैं और न ही एक स्थान पर लम्बे समय तक बैठ सकते हैं। इसलिए हम पहले उन्हें अपनी ओर आकर्षित करते हैं, उसके बाद कक्षा में लाते हैं। हम उन्हें भाषा की मूल बातें सिखाते हैं, उनकी शब्दावली में सुधार करते हैं।

पिछले तीन दशकों से हम फुटपाथ पर झुगगी-झोपड़ी में रहने वाले, निर्माणाधीन कॉलोनियों में काम करने वाले व अन्य वंचित तबके के बच्चों को शिक्षा एवं सहायता प्रदान कर रहे हैं। शिक्षा ही बेहतर जीवन का एकमात्र आधार है। पैसा बाद में भी आ सकता है। लेकिन बच्चों को कम उम्र से ही शिक्षित किया जाना चाहिए, ताकि वे इसके महत्त्व को समझ सकें।

साभार 'अमर उजाला'

- बीना सेठ लश्करी

तुम अन्धे हो

सूफी सन्त राबिया थी। वह रोती थी और हँसती भी थी। दोनों कार्य साथ-साथ चलते थे। लोग कहते थे - बड़ी अजीब बात है। आदमी हँसता है, तो रोता नहीं। रोता है तो हँसता नहीं। राबिया हँसना-रोना दोनों साथ-साथ करती हैं। किसी ने राबिया से पूछा - दोनों एक साथ क्यों? उसने उत्तर दिया - यह विश्व कितना महान् और आश्चर्यजनक है, उसे देखती हूँ तो हँसती हूँ। तुम लोगों को देखती हूँ तो रोती हूँ कि विश्व इतना सुन्दर, रहस्यमयी स्पष्ट दिखाई दे रहा है, फिर भी तुम नहीं देख पा रहे हो। जो बात इतनी स्पष्ट है, तुम लोग अन्धे होकर उसे नहीं देख रहे, तो मुझे रोना आ जाता है।

अहंकार के चलते हमेशा प्रेम का ही अन्त होता है।

Goodness is Everyday Life

- Prof. S.P. Kanal

His bucket of iced water.

He was the first Indian officer to be member of the Railway Board during British regime and drew salary of over two thousand rupees per month in those days. He stayed in some of the finest railway bungalows. Wealth, power and position prove as much an adverse circumstance for man's progress in good life as poverty does. But he successfully immune himself from his adverse circumstances. Throughout his long career as an officer, he lived an austere life, spent his large pay for good causes of education and widows' uplift.

It is since several years that he is retired but has spent every day of his retirement in service of the above causes.

One day last summer, I was cycling back from the college when I was surprised to find him on the roadside with one earthen-ware and two buckets of water. He was serving water to the passersby. It touched me beyond measure, for he held a mirror to my moral littleness.

I have never enjoyed occupational pay, or position equal to his, yet I feel it below my dignity to do humble acts of service to others. I have not conquered this slavery to public opinion or false valuation that I can do better things in that time. This officer works the whole day for his cause. In the evening he is tired. Instead of sitting down to gossip, he finds joy in this humble act of service for his fellow beings.

Everyday during the summer, I saw this saint of good causes and bowed to him as I went past him.

प्यार की डोर सजाए रखें दिल से दिल को मिलाए रखें इस दुनिया
से क्या लेकर जाना है साथ में मीठे बोल-बोलकर रिश्तों
को बनाए रखें।

A fellow student

He is a student from an aristocratic family. Due to some circumstances his family had suffered financial losses. So he had to join the evening college for his studies. He completed his M.A. He wanted to do B.Ed. There was no evening college for B.Ed. course.

He appeared in a competitive examination for a training course and won a scholarship of Rs. 75 p.m. at the Central Institute of Education, Delhi. As a student he soon found a class-fellow who could not continue due to financial stringency. He offered to share one-third of his scholarship with him. In one of his letters he wrote to me, "I am sharing one-third of this amount with a needy fellow student. I found that his financial stringency was standing in his way of furthering his education—the same difficulty that once stood in my progress."

Consideration for mother's need

It was a winter night. The children were asked to cover themselves because of the cold which they were feeling. One of the children is more sensitive to cold than others. He was asked to sit on the divan and the mother offered him her shawl to cover himself.

This child knew that his mother was very sensitive to cold. He finds her so heavily covered with warm clothes. So he refused to have her shawl. The mother again made an offer of the shawl. His considerateness showed him a way out of not refusing the offer of the mother and not to expose her to cold. He ran inside, brought a second shawl of the mother, gave this to her and then accepted the offered shawl from her.

जीवन में क्या करना है यह रामायण सिखाती है। जीवन में क्या नहीं करना है यह महाभारत सिखाती है।

फूलों की बातचीत

एक उद्यान था। कई किस्म के फूल उसमें खिले हुए थे। सुबह की वेला थी। एक शरारती बालक उस उद्यान में घुसा। उसकी नज़र गुलाब के फूल पर पड़ी। ताजा खिला गुलाब का फूल अपनी खुशबू और सौन्दर्य से हर किसी को अपनी ओर आकृष्ट कर लेता।

बालक भी आकृष्ट हुआ। वह उस और बढ़ा और एक फूल तोड़ लेना चाहा। मगर गुलाब के आसपास जो काँटे थे, उनमें से एक उसे चुभ गया। पीड़ा से बालक चीख उठा। हाथ हटा लिया। गुलाब मुस्कुरा पड़ा। वह घमण्ड से बोला - कितना खुशानसीब हूँ मैं! सौन्दर्य और खुशबू दोनों हैं मेरे पास।

उद्यान में कई किस्म के फूल हैं। मगर हर कोई मुझे ही चाहता है। दूसरे फूलों की ओर वह निहारता तक नहीं। ऐसा तो है, गेंदा ने गुलाब की तरफदारी की। अन्य फूलों ने भी गुलाब की हॉ में हॉ मिलाई। मगर सूरजमुखी को गुलाब की घमण्ड भरी बातें जरा भी नहीं सुहायीं।

वह साफ़ बोली- आपका सौन्दर्य आपको ही मुबारक हो और आपकी खुशबू आपके पास ही रहे। मुझे नहीं चाहिए। सूरजमुखी की बेरुखी बातें गुलाब को चोट कर गयीं। वह तिलमिला उठा। किसी तरह वह बोला - तुम्हारा मतलब क्या है? सौन्दर्य और खुशबू भले ही आपके पास हैं लेकिन आप भीतर से डरपोक हो। सूरजमुखी ने साफ़ कह दिया। भीतर का डर सौन्दर्य और खुशबू को कम कर देता है।

आप हमारी तरह स्वतन्त्र नहीं है। वह कैसे? गुलाब को सूरजमुखी की बातें अटपटी जान पड़ी। डर है तभी तो आपने अंगरक्षक के रूप में कांटों को पहरेदारी के लिए रखा है। हममें से किसी ने तो ऐसा नहीं कर रखा है।

सूरजमुखी ने सच्चाई झट उगल दी। और अब गुलाब ने महसूस किया कि वह सचमुच हर वक्त किसी अज्ञात भय से डरा-सहमा रहता है। ये तो कांटों की पहरेदारी है, जो हर खतरे से उसकी रक्षा करती रहती है। क्षणभर पहले अपने सौन्दर्य और खुशबू पर उसे जो घमण्ड था, अब एकदम नहीं रहा। अकड़ भी ख़त्म हो गयी।

सन्तान/बच्चों को कण भर संस्कार देना टन भर अनाज दान करने से बेहतर है।

सच्चा तोहफ़ा वही है जो बिना कुछ पाने की उम्मीद रखे दिल से किसी व्यक्ति को सही समय और जगह पर दिया जाता है।

Better Life

बच्चों के व्यक्तित्व विकास के लिए कहानी

गर्मी की छुट्टियाँ

विकास और विवेक इन गर्मी की छुट्टियों में अपने नाना जी के घर कानपुर आये। उनके कानपुर वाले घर में नाना-नानी, मामा-मामी और एक मौसी जी रहते थे। शेरू नाम का एक कुत्ता भी था उनके यहाँ। विवेक और विकास को अपने नाना-नानी के यहाँ हमेशा ही बहुत अच्छा लगता था। उनके घर में आम का पेड़ था जिसमें बहुत से आम लगे थे। दोनों आम तोड़कर उन आमों को खा रहे थे, तभी उनके मामा आ गये। मामा जी ने भी एक आम उठा लिया और उनसे पूछा- बच्चो, पढ़ाई कैसी चल रही है? विकास और विवेक ने एक साथ बोला- बहुत अच्छी चल रही है। पर अभी तो गर्मियों की छुट्टिया चल रही हैं।

मामा जी बोलते हैं आओ चलें सब आज कुछ बातें करते हैं। कुछ पहेलियाँ, कुछ जोक्स और एक कहानी आपस में सुनते-सुनाते हैं। सभी कमरे के अन्दर आ गये। अन्दर नाना-नानी, मौसी जी, मम्मी और पापा भी थे।

1. सबसे पहले मामा जी ने पहेली पूछी -

कुदरत की खेती निराली, न कोई पत्ता न कोई डाली, न बीज बोया न जोता हल, नहीं लगता कोई फल पर जब भी काटो फिर बढ़ जाता है, बोलो क्या है वह? - विकास और विवेक सोचते-सोचते अपने बाल खुजलाने लगे।

2. उसके बाद विकास एक पहेली पूछता है-

जितनी अधिक सेवा करता है, उतना घटता जाता हूँ सभी रंगों का नीला, पीला, पानी संग भाता हूँ बताओं मैं कौन हूँ?- मामा जी बोले सभी को रोज साबुन लगाकर नहाना चाहिए।

3. विवेक बोला मेरी बारी-

बिना तेल के जलता है, पैर बिना वो चलता है, उजियारे लौ बखेरकर, अन्धियारा दूर करता है, क्या है वो? तभी नाना जी बोले- सूरज ढल गया है बाहर चलें।

दूसरा दिन सुबह उठकर नानी ने प्रार्थना में बच्चों से एक नई प्रार्थना करवाई।

गुणवान् मनुष्य के सम्पर्क में रहकर सामान्य मनुष्य भी गौरव प्राप्त करता है जैसे कि फूलों के हार में रहकर धागा भी मस्तक के ऊपर स्थान प्राप्त करता है।

शुभकामना गीत

शुभ हो! शुभ हो! शुभ हो! शुभ हो!

मेरे दाता मेरे भगवन्, इतना आशीष मुझे तुम दो;
अपने कर्त्तव्य का ध्यान धरूँ, सद्गुणी विद्यार्थी मैं निश्चय बनूँ।
विद्या का दान जहाँ पाऊँ, उस विद्यालय का भी शुभ चाहूँ;
जिनसे शिक्षा मैं प्रतिदिन लूँ, उन अध्यापकों का भी शुभ हो!
अपने साथी विद्यार्थियों की, उन्नति मैं सच्ची चाहूँगा;
उच्च भावों पर आधारित मैं, उनसे सम्बन्ध बढ़ाऊँगा।
ऐसा बल दो, ऐसा बल दो, जब भी पढ़ने को बैठूँ मैं;
एहसान नहीं पढ़ना मेरा, याद रखूँ इस सत्य को मैं।
बल दो, बल दो, दाता बल दो, पढ़-लिखकर मैं इन्सान बनूँ;
उच्च गतियों उच्च चिन्ताओं से, जीवन अपने को सफल करूँ।

शुभ हो! शुभ हो! शुभ हो! शुभ हो!

“बच्चो, यह शुभ हो क्या है”- नानी ने बोला विवेक, विकास बोले - शुभ हो का मतलब-अच्छा हो! “हाँ”, नानी बोली, “पहला शुभ हो! अपने लिए, दूसरा माता-पिता के लिए, तीसरा शुभ हो! जो भी मनुष्य जगत् में आपके उपकारी है उनके लिए चौथा बाकी तीन जगत्- पशु, वनस्पति, भौतिक जगत् जो हमारे उपकारी हैं उनके लिए।”

नानी जी ने विवेक और विकास को समझाते हुए बोला- कर्त्तव्य, सद्गुणी, उच्च भाव, एहसान नहीं पढ़ना मेरा, इन्सान बनूँ, जीवन अपना सफल करूँ- बच्चो, इन शब्दों पर आप चिन्तन करो, विचार करो और Better life के नम्बर पर अपने विचारों को लिखकर भेजना नं. है 81260-40312 और वहाँ से आपके लिए गिफ्ट भी आयेगा। “चलो, अब बताओ कि कैसी लगी आपके लिए प्रार्थना?” विवेक और विकास बोले- बहुत सुन्दर। इसको जीवन में उतारकर तो हम अपना जीवन बदल सकते हैं।

उसी दिन शाम को सब बैठे और सबने एक-दूसरे को चुटकुले भी सुनाये।
नानी जी -

जीवन के हर कदम पर हमारी सोच, हमारे बोल, हमारे कर्म ही
हमारा भाग्य लिखते हैं।

1. डॉक्टर - चश्मा किसके लिए बनवाना है?

बब्लू - टीचर के लिए।

डॉक्टर - पर क्यों?

बब्लू - क्योंकि उन्हें मैं हमेशा गधा ही नज़र आता हूँ।

मौसी जी -

2. सोनू अपने दोस्त मिन्टू को ज्ञान बाँट रहा था - अगर परीक्षा में पेपर बहुत कठिन हो, तो आँखें बन्द करो गहरी सांस लो और ज़ोर से कहो - यह सबजेक्ट बहुत मजेदार है। इसलिए अगले साल फिर पढ़ेंगे।

मम्मी जी -

3. मैंने जिन्दगी में हमेशा धोखे ही खाएँ हैं सेब, अंगूर, आम और आप भी धोकर खाया करो, स्वास्थ्य के लिए अच्छा रहता है।

नाना जी -

एक और विकास को इस प्रकार परिवार में साथ बैठना और बातचीत करना बहुत अच्छा लगा। उन्होंने आपस में सोचा और विचार किया कि हम हर समय मोबाइल में खोए रहते हैं, लेकिन परिवार में रहना तो उससे भी अच्छा है। अब हम सिर्फ़ किसी खास काम के लिए ही मोबाइल का इस्तेमाल करेंगे। बाकी समय परिवार में बातचीत करेंगे।

धीरे-धीरे वक्त गुजरता चला गया। वापस जाने का वक्त भी आ गया। आखिर में नाना जी ने उनके यहाँ जो आम का पेड़ था उसकी बात बताई। वह बोले कि जब हम इस जगह रहने आये तो हमारे एक पड़ोसी थे। जो रोज सुबह हमारे घर के आगे कूड़ा डाल देते थे। हमें कुछ अजीब लगता था पर हमने उसे नाराजगी नहीं दिखाई। फिर गर्मी आयी और इस आम के पेड़ में बहुत सारे आम निकले तो हम रोज उसके घर के सामने कुछ आम रख देते थे। तो एक दिन वह हमारे घर आये और हमसे अपनी कूड़ा फेंकने वाली ग़लती पर माँफ़ी माँगने लगे। हमने कहा- अरे, माफ़ी न माँगो। हमारे पास अच्छा-बुरा बहुत कुछ हो सकता है पर अपने आसपास वही दें जिससे प्रेम बढ़े। उसके बाद हमेशा वह हमसे मीठे रहे और हमारी पक्की दोस्ती हो गई। आप भी इसी प्रकार अपने मित्रों और परिवार को खुशियाँ बाँटना।
अगले माह पुनः मिलते हैं.....

Team Better life

एकमात्र असम्भव यात्रा वह है जिसे आपने कभी शुरू नहीं किया।

आपने कहा था

.....गतांक से आगे

उपकारियों के प्रति कृतज्ञता का भाव कैसे पैदा कर देगा? पहले देव प्रभावों के द्वारा अपने अन्दर तबदीली आए फिर उन असरों को औरों तक पहुँचाया जाए। भगवान् ने फ़रमाया कि काम करना अच्छा भी है और बुरा भी। अच्छा तो इसलिए है अगर उससे अच्छे भाव पैदा हों और बुरा इसलिए अगर उससे बुरे भाव पैदा हों। मसलन काम करके घमण्ड पैदा हो जाए कि यह काम मैंने किया है मैं यह दूँद रहा हूँ कि कौन-सा पुर्जा किस मकसद का है और उससे क्या काम निकल सकता है। नेचर में है ही यह कि आँख हो तो देखने का काम होगा वर्ना नहीं।

भगवान् ने फ़रमाया कि जात-पात के विषय में अगर तुम्हारे अन्दर घृणा हो तो इस विषय में काम चल सकता है। अगर घृणा होगी तो तुम चलते-फिरते हिट लगाते जाओगे।

हमारी ज़िन्दगी आख़िरी वक्त को पहुँची हुई है, मगर तुम घमण्ड से फूले फिरते हो। मैं एक बजे से आज भी नहीं सो सका। मुद्दत से यह हाल है। समाज उसकी गठन, महोत्सव और अन्य विविध काम हैं, वो बैचन रखते हैं। क्या कोई चीज़ है, जो तुमको भी दिक् करती हो? मेहनत करके अपनी इज़्ज़त रखने का मामला और बात है। पूजनीय भगवान् ने फ़रमाया कि वह आत्माओं के हित के लिए एक-एक सभा इस क्रदर जोश से कराते थे कि सर्दियों में उनके कपड़े भीग जाते थे और वह निचोड़ने पड़ते थे।

कितने ही काम करने वाले जनों का प्रोग्राम मैं नहीं समझ सकता कि वह दिनभर में क्या करते हैं? पुरोहितों की तरह कथा करते हैं और साथ दक्षिणा माँगते हैं। हमें ऐसे आदमियों की ज़रूरत है, जो सचमुच परिवर्तन लावें। अगर तुम्हारे पास कोई और काम नहीं था तो क्या उस समय अख़बार के लिए मजमून नहीं लिखा जा सकता था? खुदगर्जी से निकलने के विषय में भगवान् ने फ़रमाया कि कुछ रुपये दान में दे देने से मनुष्य खुदगर्जी से ऊपर नहीं हो जाता। कोई उच्च भाव आना चाहिए जो जिस्म और दिमाग को पकड़कर किसी परोपकार के काम में लगा दे और यह परोपकार का काम बकायदा चले।

सत्य अनुरागी देवात्मा के पास आकर तुम अगर सत्य और सरलता की बिनाह पर न चलो तो तुम्हारा क्या बनेगा? गुरु के पास जाकर (हरेक बात) साफ़-साफ़ बताओ।

दिनांक:- 29.10.1924

जीवन में सफलता पाने के लिए दो ही चीज़ें ज़रूरी हैं -
इच्छा और उत्साह।

भगवान् ने फ़रमाया - आलस्य अनुराग का अर्थ यह है कि फ़र्ज करो कि तुम तीन घण्टे काम कर चुके हो, लेकिन अमुक काम बाकी रहता है, जो दस मिनट में हो सकता है। उसके विषय में हमारा हुक्म भी था और तुमने हमें कहा भी था कि यह काम आज हो जाएगा। लेकिन फिर भी उस काम को न करना और उसकी बजाए लेटे या सोए रहना और जो ड्यूटी थी उसका पूरा न होना। यह आलस्य अनुराग है। सोलन में पशु व्रत का दिन था। पशुओं को कुछ चीज़ें खिलानी थीं। पास ही मकान था जहाँ ले जाकर पशुओं को यह चीज़ें खिलानी थीं। यहाँ पर ही एक कर्मचारी जिसने सारी ज़िन्दगी दी हुई थी (और जिसके जिम्मे यह ड्यूटी लगाई हुई थी) उन चीज़ों को वहाँ न ले गया। जब मैं ऑफिस में गया, मेज के नीचे आटा रखा हुआ मालूम हुआ। मेरा खून उबलने लगा कि यह कर्मचारी होकर चन्द फुट नहीं जा सकता। घण्टों खड़े रहना और सारी-सारी रात जागना तो कहाँ रहा। यह जो ड्यूटी पूरा करने में चीज़ रोक बनती है वह तन अनुराग है। हम 74 साल की उम्र में दो-दो बजे जाग उठते हैं। जिस्म हमारे रास्ते में रोक नहीं बनता। तुम लोग किस बात का उपदेश दोगे? (उस नीच अनुराग के विषय में क्या उपदेश दोगे, जिसकी गतियाँ खुद करते हो)

भगवान् ने फ़रमाया कि मैं एक अरसे से तज़ुरबे के लिए नमक नहीं खाता। मैं चाहता हूँ कि इस विषय में जो असूल बताए जाते हैं, वह खुद तज़ुरबा करके देखूँ कि कहाँ तक ठीक हैं। अगर कोई कहे कि मैं मसाला नहीं खाता, इसलिए स्वाद अनुराग से ऊपर हूँ तो यह ठीक नहीं है (नमक मसाला न खाके भी एक-एक जन स्वाद अनुरागी हो सकता है।) एक-एक जन की खुराक की मिकदार और चीज़ों में फ़र्क रहेगा। यह फ़र्क़ नेचर ने जायज रखा है। मगर एक असूल है जो सबके लिए एक है और वह यह कि खुराक काहे के लिए खाई जाए? जिस्म के कायम रखने और बढ़ाने के लिए ताकि जिस्म ज़्यादा देर तक काम करे और ज़्यादा घण्टे काम करे। मैंने चौदह-चौदह घण्टे काम किया है और किसी के हुक्म से नहीं। जब मैं टीचर था तो विद्यार्थियों से ज़्यादा से ज़्यादा काम निकालता था, खुद ज़्यादा से ज़्यादा काम करता था और औरों से ज़्यादा से ज़्यादा काम कराता था। मैं रात को बारह बजे तक काम करता रहा हूँ।

- क्रमशः

हर कामयाबी पर तुम्हारा नाम होगा, तुम्हारे हर क़दम पर दुनिया का सलाम होगा, डटकर करना सामना तुम मुश्किलों का, एक दिन वक्त भी तुम्हारा गुलाम होगा।

देव जीवन की झलकगतांक से आगे

सभापति जी ने बयान किया कि परम पूजनीय श्री देवगुरु भगवान् ने बाबा जी फिरोजपुर में स्थित विद्यालय में एक भृत्य के जीवन के हालात सुनकर बहुत प्रसन्नता लाभ की है और वह अपनी प्रसन्नता के प्रकाश में कुछ धर्म पुस्तकें बाबा जी को देना चाहते थे, परन्तु यह जानकर कि वह पढ़ नहीं सकते, भगवान् ऐसा नहीं कर सके। परन्तु उन्होंने बाबा जी को अपनी प्रसन्नता का प्रकाश पहुँचा दिया है। आखिर में सभापति जी ने सोलन से आई हुई हिदायत के अनुसार कन्याओं को यह आज्ञा दी कि वह भविष्य में बाबा सालिग्राम जी को केवल बाबा कहकर नहीं बुलाएंगी 'बाबा जी' कहकर बुलाया करेंगी।

इस सभा के समय बहुत उच्च वातावरण उत्पन्न हुआ और हृदयों में उच्च भावों की लहरें जोश मार रही थीं और हृदय श्री देवगुरु भगवान् के चरणों में झुक रहे थे कि वह किस प्रकार विद्यालय के एक भृत्य के उच्च गुणों और सेवाओं की सराहना करने के लिए व्याकुल हो गए और उन्होंने इसके सम्बन्ध में सम्मान प्रदर्शन के लिए विद्यालय के कार्यकर्ताओं को विशेष हिदायत भिजवाई।

गयादीन माली

16 अप्रैल, 1928 ई. को भृत्य-स्वामी के सम्बन्ध में पाठ और विचार के साधनों का शेष दिन है। परम पूजनीय भगवान् देवात्मा कई दिन पहले से ही अपने मुलाजिमों को इस अवसर पर उपहार देने की आकांक्षा कर रहे हैं। उस खास दिन पर भगवान् देवात्मा पहले बहुत वर्षों की न्याई जहाँ अपने धोबी, अपने नाई और अपने मेहतर को मिठाई और नकदी और पिछले जन को दोनों वस्तुओं के भिन्न कुछ पहनने का कपड़ा भी उपहार में देते हैं, वहाँ समाज के एक मुलाजिम को जो उनके बगीचा में प्रायः प्रतिदिन कुछ समय सेवा का काम करता है, उसके कई एक सद्गुणों के कारण अपने पवित्र निवास स्थान के एक कमरे में बुलाते हैं।

उस समय एक निहायत आश्चर्यजनक और उच्च प्रभावप्रद पवित्र दृश्य पैदा होता है अर्थात् जब वह मुलाजिम हित अनुरागी भगवान् देवात्मा के सामने आकर खड़ा होता है, तब भगवान् देवात्मा स्वयं खड़े होकर अपने स्नेह भरे शब्दों द्वारा उसे इस प्रकार सम्बोधन करते हैं-

गयादीन! मेरे दिल में तुम्हारे लिए बहुत सम्मान का भाव है। मेरे दिल में

सुख के लालच में ही दुःख का जन्म होता है।

तुम्हारी बहुत इज़्ज़त है और इसलिए मैं तुम्हें बहुत इज़्ज़त की निगाह से देखता हूँ। और यह भाव तुम्हारी उन खूबियों के कारण है कि जो तुम अपने जिम्मे के कामों को दिली लगाव के साथ पूरा करने में प्रदर्शित करते हो।

तुम्हें चाहे कोई देखे या न देखे, परन्तु तुम पूरी ईमानदारी और पूरी मेहनत से अपना काम करते हो। मैंने बहुत बार तुम्हारी इस हालत का तजुर्बा किया है और मैंने तुम्हें इन खूबियों में सदा ठीक पाया है। इसलिए मैं तुमसे बहुत खुश हूँ।

आज मेरी शिक्षा के अनुसार भृत्य-स्वामी के वार्षिक साधन का शेष दिन है और आज इस दिन मैं तुम्हारे सम्बन्ध में अपने दिल के सम्मान भाव के प्रकाश में तुम्हारा अपने हाथ से चन्दन और फूलों के हार से अर्चन करना चाहता हूँ और फिर तुम्हें अपनी दिली क्रदर-दानी के प्रकाश में अपनी तरफ़ से कई चीज़ें इनाम व उपहार देना चाहता हूँ।

यह कहकर परम पूजनीय भगवान् देवात्मा अपनी उंगलियों से चन्दन की तश्करी में से कुछ चन्दन उठाकर उसके माथे पर लगाते हैं और फिर फूलों का एक हार उसके गले में पहनाते हैं और उसके बाद कुछ कपड़ा, कुछ मिठाई और रुपये नकद उसे उपहार देते हैं।

अहा! उस समय का दृश्य निहायत ही सुन्दर, अति पवित्र और उच्च प्रभावदायक होने के भिन्न भगवान् देवात्मा की विचित्र देव लीला को प्रकट करने और अधिकारी दिलों को भगवान् देवात्मा के पवित्र श्री चरणों में बार-बार झुकाने वाला था।

ओह! मनुष्य जगत् के शिरोमणि भगवान् देवात्मा का एक साधारण मुलाज़िम की खूबियों के लिए किस कदर गहरा सम्मान भाव रखते हैं और मनुष्य के हर सम्बन्ध में अपने अद्वितीय जीवन से किस कदर उच्च दृष्टान्त प्रदर्शित करते हैं।

काश! अधिकारी जन अधिक से अधिक संख्या में भगवान् देवात्मा की और उनकी सम्बन्ध तत्व की अद्वितीय शिक्षा की अद्वितीय महिमा को उपलब्ध करने के योग्य हो सकें और उनकी शरण ग्रहण करके अपना अधिक से अधिक कल्याण साधन कर सकें!

– क्रमशः

अहंकार के चलते हमेशा प्रेम का ही अन्त होता है।

मद/नशा

मद के मत में हजार-हजार बुराइयाँ दर्ज हैं। मद चीज़ बुरी है। इसका जन्म ही तब होता है, जब आदमी भूल जाता है कि वह जैसा है वैसा संसार में कोई नहीं है। वह किसी भ्रम में मान बैठता है कि उसके बल वैभव जैसा किसी का बल वैभव नहीं है। वह यह भी मान बैठता है कि वह अजर-अमर है और जो भी उसके पास है वह कभी नष्ट नहीं होगा। उसे लगता है कि धन-दौलत, ज़र-ज़मीन, महल-मकान सब उसके बहुत अपने हैं और सब मृत्यु के बाद भी साथ जाएंगे।

वह कभी अशक्त या वृद्ध नहीं होगा, अर्थात् वह दृश्य को अन्तिम मानने लगता है और मृग मरीचिका में अदृश्य का छोर उसके हाथ से खिसक जाता है। मद/नशा अन्धेरे के नाम हैं। 'मद' संस्कृत का शब्द है, जो मद धातु में अप प्रत्यय के योग से बनता है, जिसके सामान्य अर्थ है नशा, जुनून, पागलपन, विक्षिप्तता, असंतुलन, अभिमान, दर्प, घमण्ड, अहंकार, दम्भ। मद तो फिर भी सहाय है, किन्तु मदान्धता का कोई पार नहीं है।

सहज ही प्रश्न उठाया जा सकता है कि यह मद अर्थात् मदान्धता आती कहाँ से है? क्या वस्तुओं/स्थितियों में कोई नशा है या वे मात्र उद्दीपन होती हैं और आदमी में यह विकार कहीं उसके भीतर होता है? प्रश्न जटिल है चूँकि यह बताना कठिन है कि नीम कड़वी होती है या जब उसे चखा जाता है तब वह कड़वी होती है।

ऊँट और बकरी के लिए बबूल और नीम के ज़ायके बिलकुल जुदा होते हैं। यदि दूसरी नज़र में देखें तो पायेंगे कि वस्तु-स्थिति बेजान है, अतः उसमें नशा होने का प्रश्न ही नहीं है, नशा आदमी में होता है।

क्या नशा/मद कुर्सी से होता है, पद/सत्ता/रूप/ज्ञान, तप साधना में होता है या पदाधिकारी/सत्ताधीश में, रूपवान/ज्ञानी में, तपस्वी/साधक में? हमारे हिसाब से वह आदमी की समझ में होता है। यदि उसकी समझ सही है, सम्यक है, तो मद/नशा, पागलपन का कोई प्रश्न ही क्यों उठेगा। कभी-कभी अधिकाई में भी नशा होता है, यानि परिग्रह मद को जन्म देता है।

परिग्रह, वस्तुतः मद का जनक है। अधिक हुआ कि पागलपन सवार हुआ और एक बार असन्तुलन पैदा हुआ कि फिर उसका अन्त नहीं है। सत्ता, सम्पदा, सौन्दर्य, सुरा, शूरता अधिक होने पर मद को पनपाते हैं कम होने पर ईर्ष्या और लिप्सा को जन्म देते हैं, किन्तु कुछ विवेकी लोग होते हैं जो इन सबकी नस-नस को जानते हैं और इन्हें अपने उतना ही पास रखते हैं, जितने की ज़रूरत उन्हें होती है,

किसी की मदद करते वक्त उसके चेहरे की ओर मत देखें हो सकता है कि उसकी झुकी हुई आँखें देखकर आप में गुरुर आ जाए।

बल्कि उससे कम ही रखते हैं और शेष को खर्चते जाते हैं। देखा है ऐसो के पास ये चीजें अधिक ही आती हैं। इन सबकी औकात ही यह है कि यदि इनके पीछे चलो तो पागल बना डालती हैं और इन्हें अपने पीछे चलाओ तो ये अधिक और भद्रतापूर्वक आती हैं।

इसलिए पहला काम जो हमें करना चाहिए वह है आत्मावलोकन का, आध्यात्मिक लेखे-जोखे/स्टॉकटेकिंग का, अपनी आन्तरिक शक्तियों के मूल्यांकन का, अपनी तुच्छता का, ताकि उन शक्तियों को जो गलत राह चल/चला सकती है, सही राह/डगर पर डाला जा सके। मद का सबसे बड़ा दुश्मन है ज्ञान। ज्ञान के आगे मद कभी सिर नहीं उठा पाता है।

जिसकी आँखों में ज्ञानांजन लगा है, वह मदान्ध हो ही नहीं सकता। मदान्ध वे ही हो सकते हैं जिनकी आँखें अन्दर की, बाहर की बन्द हो जाती हैं और यदि आँखों में सम्यक्त्व और औचित्य का अंजन अँजा हुआ है, तो फिर किसी ग़लतफ़हमी का कभी कोई प्रश्न ही नहीं है।

जब हम वस्तु की बुनियादी हैसियत अर्थात् प्रकृत-अवस्था जानने लगते हैं, तब कोई ग़लतफ़हमी न तो पैदा होती है और न ही पैदा की जाती है। मद या अहंकार का सबसे बड़ा इलाज है 'वस्तुस्वरूप' की सही पहचान।

प्रिय मित्रो! उपरोक्त ओजपूर्ण लेख हम सबको इस तथ्य के प्रति सतर्क करता है कि हम सब जीवन की हर दृष्टि से विश्व में अति क्षुद्र जीव हैं।

किसी भी विषय की वस्तुस्थिति को समझने हेतु अपने दृष्टिकोण को पूर्णतः सही रखने की योग्यता बढ़ाएं, अन्यथा अपनी पूर्व धारणाओं के अनुसार हम कुछ का कुछ अनुमान लगा सकते हैं तथा सत्य से भटक सकते हैं।

काश! हम सब सत्यज्ञान प्राप्ति के अनुरागी बन सकें!!

- देवधर्मी

जो आदम नशे में मदहोश है, उसकी सूरत
उसकी माँ को भी बुरी लगती है।

खुशियों के लिए साधन की नहीं, सन्तोष की ज़रूरत होती है।

जीवन की राह आसान नहीं है लेकिन इसे हँसकर पार करने में किसी का
नुक़सान भी नहीं है।

भाव प्रकाश (मार्च शिविर रुड़की)

मुझे यहाँ आकर बहुत अच्छा फील हुआ। पहले जो फूल मुझे अच्छा लगता था, मैं उसे तोड़ लेती थी। पर अब मुझे पता चला कि जब हमारे कोई बाल खींचता है तो हमको दर्द होता है, ऐसे ही फूलों को भी दर्द होता है। मेरी दीदी मुझे बहुत प्यार करती हैं लेकिन मैं दीदी से कभी-कभी मैं बहुत गन्दे से चिल्लाकर बोलती हूँ। लेकिन अब मैं पूरी कोशिश करूँगी कि जब मुझे गुस्सा आए तो मैं शान्त रहूँ और कुछ न कहूँ। और माता-पिता सन्तान दिवस में मुझे लगा कि माता-पिता हमारे लिए कितना कुछ करते हैं और हम बच्चे अगर हमारी एक विश पूरी नहीं होती तो हमारे मन में आता है कि मुझे यह चीज़ भी नहीं दिला रहे हैं। लेकिन हमें वो नहीं दिखता जो हमारे माता-पिता ने हमें बिना माँगे दे दिया। यह सब यहाँ आकर समझ आया है। सबका शुभ हो!

- एक बालिका पूर्वा चुग (बेहट, सहारनपुर)

इस बार बहुत समय बाद भगवन् का शिविर में आने का मौक़ा मिला। इस शिविर में सही में ऐसा लगा जैसे आत्मा को हमारे भावों को कोई दवाई रूपी खुराक मिल गयी हो, जो कि समय-समय पर बहुत ज़रूरी होती है। भगवन् की शिक्षाओं में आकर अपने भाई-बहन, माता-पिता और सबसे ज़्यादा नेचर ने हमें इतना कुछ दिया है वो पता चलता है। सबके उपकार नज़र आने लगते हैं। अहम् ख़त्म हो जाता है, मुझे तो स्पष्ट ऐसा फील हो रहा है। जैसे मैं आगे कुछ महीनों के लिये चार्ज हो गई हूँ। भगवन् आपका बहुत-बहुत शुभ हो, जो आपने मौक़ा दिया दुनिया को अपने सम्बन्ध सुधारने का। शुभ हो!

- ईशा अग्रवाल (गाज़ियाबाद)

शिविर में आकर सबको लाभ ही लाभ होता है। इस लाभ को शब्दों में बयान करना मुश्किल है उनको, जो भगवन् की शिक्षाओं से वंचित हैं। भगवन् की शिक्षाओं का लाभ सभी को मिले, ऐसी है शुभकामना! सबका शुभ हो!

- अनिता शर्मा (रुड़की)

मैंने पूरे शिविर से लाभ उठाया है। सभी साधन प्रभावशाली रहे हैं। उच्च भावों से भरपूर साधन थे। जो प्रभाव यहाँ से मिलते हैं वे हमें कहीं नहीं मिलते और मिल भी नहीं सकते। सच्चा स्वर्ग यहाँ पर है। अपनी कमी दिखती है जो अभी तक बच्चों को जोड़ नहीं सके, बच्चों को यहाँ जोड़ने का पूरा यत्न करूँगी।

- सरोज गुप्ता (पंचकूला)

इन्तज़ार करने वाले को उतना ही मिलता है जितना
की कोशिश करने वाले छोड़ देते हैं।

शुभ हो! शुभ हो! भगवान् देवात्मा के चरणों में कोटि-कोटि प्रणाम! मेरा यहाँ आकर हर पहलू में भला होता है। धर्मसम्बन्धियों से मिलकर जीवन में संचार होता है। मुझे कुछ करने का बल मिलता है। सम्बन्धों में ही जीवन है। बार-बार अपनी कमियों को दूर करने की प्रेरणा मिलती है। भगवन् के मेरे ऊपर बहुत उपकार हैं। मैं बहुत ऋणी हूँ। काश, यह बल हमेशा हमारे साथ रहे। मैं परिवार में रहकर अपनी तरफ़ से अच्छे से अच्छा करके परिवार को कुछ आगे बढ़ा सकूँ। ऐसा मुझे आशीर्वाद मिल सके। मुझे देवज्योति मिले! आप सब मेरे लिए शुभकामना करने का कष्ट करें। शुभ हो! शुभ हो!

- पुष्पा गुप्ता (सहारनपुर)

सत्रों के दौरान हमेशा यह एहसास होता रहा है कि मैं उस समय क्यों नहीं था जब भगवन् प्रवचन देते थे। दिल के अन्दर एक गहरी आकांक्षा पैदा हुई है कि मैं भगवान् से सीधा बखान सुन सकूँ। सत्रों में विभिन्न विषयों में दोबारा से सम्मिलित होकर बहुत अच्छा अनुभव हुआ व विश्वास और दृढ़ हुआ। बार-बार उपस्थित होने की कोशिश रहेगी। शुभ हो! शुभ हो! शुभ हो! शुभ हो!

- राजन अग्रवाल (गाज़ियाबाद)

मैं इस शिविर में आकर बहुत खुश हूँ। हर बार यहाँ आकर मेरी सकारात्मकता में Qualitative and Quantitative वृद्धि होती है। मैंने तीन दिन में मानो कई टन अच्छी बातें सीखी हैं तथा इसकी कल्पना भी कठिन है कि कितना इस माहौल से सीखा जा सकता है। मैं अपने माता-पिता, मौसी, न जाने कितने उपकारियों के प्रति कृतज्ञ हूँ। मैं अपनी मम्मी से क्षमा प्रार्थी हूँ कई बार उनसे थोड़ा गुस्सा हो जाने के लिए।

इस बार मुझे सेवक बनने का भी सौभाग्य मिला है। यह मुझे जीवन में भटकने से बचायेगा तथा उच्च जीवन की ओर ले जायेगा। भगवान् देवात्मा के पास ज्ञान का अनन्त सागर है, उसमें से कुछ बून्दें भी ले पाऊँ, तो कृतज्ञ रहूँगा। भविष्य में मिशन के लिए कुछ सेवाकारी हो पाने की आशा के साथ।

- बालक मेहल बंसल (ग्रेटर नोएडा)

समय का हर क्षण स्वर्ण के हर कण की भाँति बहुमूल्य है।

(प्रचार दौरा)

09 मई से 22 मई तक

9 मई 2023 को इस प्रचार दौरे के लिए मयंक रामानी भोपाल से रुड़की आये। हमारे मिशन के लिए खुशी और उत्साह की बात है कि युवा सेवक का साथ मिला। 9 तारीख से 22 तारीख तक निम्न प्रकार प्रचार दौरा चलता रहा -

| दिनांक | स्थान | विज़िट/वर्कशॉप | सहयोगी | प्रतिभागियों की संख्या |
|------------|-------------|--|----------------|------------------------|
| 09.05.2023 | भगवानपुर | शिवालिक गंगे पब्लिक स्कूल | सुशील जी | 250 |
| 10.05.2023 | नारायणगढ़ | गवर्नमेंट मॉडल सांस्कृतिक स्कूल | भारत भूषण जी | 80 |
| " | कटौली | गवर्नमेंट सीनियर सेकेंडरी | " | 80 |
| 11.05.2023 | बड़ागाँव | राजकीय वरिष्ठ मा0 वि0 | " | 400 |
| " | नन्हेड़ा | राजकीय उच्च वि0 | " | 80 |
| " | अम्बाला | न्यू आदर्श सी0 एके0 स्कूल | " | 100 |
| " | पंचकूला | मनीष जी के निवास स्थान पर | मनीष जी | 25 |
| 12.05.2023 | पंचकूला | दून पब्लिक स्कूल | यशपाल सिंघल जी | 150 |
| " | " | गवर्नमेंट मिडल स्कूल | " | 70 |
| " | धकोली | गवर्नमेंट हाई स्कूल | " | 70 |
| " | पंचकूला | श्रीमान् यशपाल सिंघल जी के निवास पर | - | 25 |
| 13.05.2023 | चण्डीगढ़ | श्रीमान् दर्शन सिंह जी के निवास स्थान पर | " | 25 |
| 14.05.2023 | ऊना | श्रीमान् विरेन्द्र लाल रत्न | - | 06 |
| 15.05.2023 | कांगड़ा | विश्व भारती पब्लिक हाई स्कूल | करतार जी | 50 |
| " | (हि.प्रदेश) | आदर्श माडल पब्लिक स्कूल | सुभाष जी | 100 |

वक्त सबको मिलता है जिन्दगी बदलने के लिए पर जिन्दगी दोबारा नहीं मिलती वक्त बदलने के लिए

| | | | | |
|------------|---------------|--|---------------------|-----|
| 15.05.2023 | कांगड़ा | डी0ए0वी0 पब्लिक स्कूल | सुभाष जी | 100 |
| " | " | डी0ए0वी0 टीचर्स. | " | 25 |
| " | " | करतार जी के परिवार | - | 25 |
| 16.05.2023 | टंग कांगड़ा | भारती विद्यालय | श्रीमान् विरेन्द्र | 10 |
| " | जदयगल | पब्लिक स्कूल | डोगरा जी | 100 |
| " | कांगड़ा | पब्लिक स्कूल | " | 100 |
| " | धर्मशाला | जी0डी0 गोइन्का | " | 100 |
| 17.05.2023 | टंग | पब्लिक स्कूल | " | 200 |
| " | धर्मशाला | सरकारी सी.ए.कै. स्कूल | " | 100 |
| 18.5.2023 | गरोह लाझणी | जी.एस.एस.एस | श्रीमान् आत्माराम | 100 |
| " | " | भारती माडल पब्लिक स्कूल | जी | 100 |
| " | " | सरकारी सीनियर स्कूल | श्रीमान् पुरुषोत्तम | 100 |
| " | कालिस कांगड़ा | सरकारी सीनियर स्कूल | जी | 100 |
| " | - | श्रीमान् आत्माराम जी के निवास पर | - | 20 |
| 20.5.2023 | मोगा | शशी बहन जी के निवास स्थान पर | शशी बहन जी | 10 |
| " | " | सतनाम जी के निवास स्थान पर | " | 12 |
| 21.5.2023 | | श्रीमान् अनिल अग्रवाल जी के निवास स्थान पर | - | 04 |

धन्यवाद

भगवान् देवात्मा जी को उनके मिशन में सेवा करने का अवसर देने हेतु धन्यवाद! सभी सहायकारी शक्तियों का धन्यवाद। श्रीमान् भारत भूषण जी, श्रीमान् यशपाल जी, श्रीमान् दर्शन सिंह जी, श्रीमान् विरेन्द्र लाल रत्न, श्रीमान् करतार सिंह जी, श्रीमान् विरेन्द्र डोगरा जी, श्रीमान् आत्मा राम जी, श्रीमान् पुरुषोत्तम

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

जी, श्रीमान् प्रताप जी, श्रीमान् अनिल अग्रवाल जी, श्रीमान् चन्द्रगुप्त जी, आप सबका और आपके पारिवारिक जनों का हृदय से धन्यवाद, आप सबका महत्त्वपूर्ण सहयोग रहा। साथ ही मयंक रामानी जी का धन्यवाद, वह हर पल साथ रहे। सभी का शुभ हो!

प्रचार सेवक के रूप में जो किरदार निभाने का मौका मेरे को दिया गया है। उसके लिए मैं सभी धर्मसम्बन्धियों के लिए कृतज्ञता महसूस करता हूँ।

श्रद्धेय श्रीमान् जवाहर लाल जी ने इस किरदार को बहुत ही श्रद्धा भाव से और निष्ठापूर्वक निभाया। जिसका प्रतिफल सम्मान और प्यार के रूप में मुझे मिलता है। उनका परलोक में शुभ हो!

मैं भी इस जिम्मेवारी को निभा सकूँ ऐसी शुभ इच्छा के लिए सभी से शुभकामना चाहता हूँ। आप सभी का शुभ हो! मंगल हो!

- श्री राजेश रामानी जी

बाल व्यक्तित्व विकास शिविर, जून- 2023

1 से 4 जून 2023 तक देवाश्रम, रुड़की में बाल व्यक्तित्व विकास शिविर का आयोजन बहुत ही सफल प्रमाणित हुआ। शिविर से बच्चों ने जो प्रभाव ग्रहण किए और उनका जो आत्मिक हित साधन हुआ, उसका वर्णन करना तो एक बहुत ही दुरुह कार्य है, फिर भी शिविर के कार्यक्रमों की एक संक्षिप्त दिनचर्या निम्न प्रकार रही -

प्रातः 6:30 से 7:00 बजे तक:- श्रीमान् रामनाथ बत्रा जी बच्चों को प्रातः भ्रमण के लिए लेकर जाते रहे।

प्रातः 7:00 से 7:30 बजे तक:- बच्चों को योग की सूक्ष्म क्रियाएँ श्री सत्येन्द्र सैनी जी, योगाचार्य तथा श्रीमती रेणु वधवा जी द्वारा कराई जाती रहीं।

प्रातः 7:30 से 8:00 बजे तक:- बच्चों को ध्यान (एकाग्रता) के बारे में बताया गया और ऐसी क्रियाएँ करवाई गईं, जिनसे बच्चों को एकाग्र होने में मदद मिली। इस कार्य में श्रीमती विनीता भण्डारी जी, सुश्री अनिता सैनी जी सहायक होती रहीं।

प्रातः 8:00 से 8:30 बजे तक:- बच्चों को शारीरिक स्वास्थ्य के बारे में

सत्य को सुनने वाला, सत्य को बोलने वाले से कुछ कम नहीं।

रुड़की के प्रसिद्ध चिकित्सकों द्वारा मार्गदर्शन प्रदान किया गया। इसमें डॉ० संजीव गर्ग, ENT Specialist, डॉ० ऋषभ जैन, आयुर्वेदाचार्य (वीडियो द्वारा), डॉ० नवीन अग्रोही, हड्डी रोग विशेषज्ञ, डॉ० प्रदीप रस्तोगी, दन्त विशेषज्ञ ने अपनी सेवाएं प्रदान कीं।

प्रातः 8:30 से 9:00 बजे तक:- प्रतिदिन बदल-बदलकर पौष्टिक नाश्ता दिया गया। साथ ही बच्चों को यह भी बताया गया कि जिन-जिन की कृपा से यह नाश्ता हमें मिल रहा है उनके लिए शुभकामना करनी चाहिए। इस व्यवस्था की संयोजिका श्रीमती पूनम जैन जी होती रहीं।

प्रातः 9:00 से 10:00 बजे तक:- बच्चों को नीति शिक्षा, संस्कार व शिष्टाचार के बारे में बताया गया। इस कार्य में श्री राजेश रामानी जी, डॉ० नवनीत अरोड़ा सहयोगी होते रहे।

प्रातः 10:00 से 10:45 बजे तक:- बच्चों को ऐसे खेल खिलाए गए जिनसे बच्चों को चोट आदि लगने का खतरा न हो। इस हेतु श्रीमती निशी गुप्ता जी, श्रीमती नीरजा सिंह व श्रीमती इन्दु अग्रवाल जी सहयोगी प्रमाणित हुईं।

प्रातः 10:45 से 11:30 बजे तक:- बच्चों को स्वाध्याय के महत्त्व को बताया गया। बच्चों ने अपनी योग्यता को प्रदर्शित भी किया। सामान्य ज्ञान एवं लेखन की प्रतियोगिता रखी गई। बच्चों ने बहुत सुन्दर पेंटिंग बनाई, जिसके लिए बच्चों को पुरुस्कार भी दिए गए। इस कार्य में श्रीमती प्राची बत्रा व श्रीमती हेमलता सिंघल सहायक होती रहीं। सुलेख (Handwriting) के टिप्स डॉ. नवनीत ने दिए।

समापन दिवस :- शिविर के समापन दिवस पर प्रातः 10:30 बजे अभिभावकों के लिए बच्चों की पालना विषय (Parenting) पर एक वर्कशॉप का आयोजन किया गया, जिसमें प्रायः 70 अभिभावकों ने प्रतिभाग किया। वीडियो के माध्यम से डॉ. नवनीत अरोड़ा जी ने बच्चों की पालना व उनके सर्वांगीण विकास के सूत्र बताए, जिसकी अभिभावकों ने भूरी-भूरी प्रशंसा की। इस सत्र को राजेश रामानी जी ने कोर्डिनेट किया।

शिविर के अन्त में बच्चों को प्रमाणपत्र व पुरुस्कार वितरित किए गए। लगभग 70 बच्चों ने शिविर से लाभ उठाया। इस अवसर पर प्रत्येक रविवार को संस्कारशाला का कार्यक्रम चलाने की पेशकश की गई, जिसका सभी उपस्थित

मानव मस्तक की शिक्षा शैशव के पालने से आरम्भ होती है।

अभिभावकों व बच्चों ने समर्थन किया। इस बाल व्यक्तित्व विकास शिविर की मुख्य संयोजिका सुश्री अनीता सैनी जी रहीं तथा श्री वी के अग्रवाल जी, सुशील जी व आदेश सैनी जी सहयोगी प्रमाणित हुए।

आत्मबल विकास शिविर, जून - 2023

इस बार ग्रीष्मकालीन आत्मबल विकास शिविर का आयोजन दिनांक 5 जून, 2023 की सायं से 11 जून, 2023 की प्रातः तक देवाश्रम रुड़की में किया गया। इस शिविर की थीम 'उच्च भावों में स्थिरता' रखी गई। शिविर के सभी साधन इस थीम के पूरक प्रमाणित हो, ऐसा भरसक प्रयास किया गया। शिविर से पाए लाभों व प्रभावों का वर्णन करना तो एक बहुत ही कठिन कार्य है, हाँ-शिविर की मुख्य गतिविधियाँ व कार्यक्रम निम्न प्रकार रहे-

तैयारियाँ :- इस शिविर की तैयारियाँ मार्च शिविर के बाद से ही शुरू कर दी गई थीं। अपने अप्रैल व मई माह के प्रचार दौरों में श्रीमान् राजेश रामानी जी धर्मसम्बन्धियों व अन्य जनों को शिविर में आने के लिए प्रेरित करते रहे। अप्रैल, मई व जून की पत्रिकाओं में इस सम्बन्ध में सूचना व विस्तृत कार्यक्रम प्रकाशित किया गया। फ़ोन द्वारा भी धर्मसम्बन्धियों व श्रद्धालु जनों को सूचित किया गया। आश्रम परिसर की साफ़-सफ़ाई व बिस्तरों की समुचित व्यवस्था की गई।

खाने व ठहरने की सभी व्यवस्था मुख्य रूप से देवाश्रम में रही। कुछ साथियों को गेस्ट हाऊसों व घरों में भी ठहराया गया। खाने का सामान कई दिन पहले ही श्री रामनाथ बत्रा जी की देख-रेख में मँगवा लिया गया। भोजन व्यवस्था को श्रीमती पूनम जैन जी ने अन्य धर्मसम्बन्धियों के साथ मिलकर बड़ी कुशलता से संभाला।

आगमन :- शिविर के कार्यों व व्यवस्था में सहयोग देने के लिए कई धर्मसम्बन्धी कई दिन पहले से ही पधार गए थे। दूर व पास के प्रायः 30 स्थानों से 110 जनों ने शिविर में अपनी उपस्थिति दर्ज कराई। इनके भिन्न स्थानीय जन भी साधनों में नियमित रूप से लाभ उठाते रहे। ऑनलाइन भी प्रायः 30-45 परिवार प्रत्येक साधन में जूम के माध्यम से जुड़ते रहे।

जिन विभिन्न स्थानों से शिविरार्थी पधारे, उनके नाम हैं-

यदि दूसरों के प्रति वास्तव में दयालुता हो तो हमारा रवैया नहीं बदलता है, भले ही वे नकारात्मक व्यवहार करते हों या हमें चोट पहुँचाते हों।

हरियाणा - अम्बाला (06), पंचकूला (03), भूना (14), सिरसा (02), हिसार, (01); पंजाब - लुधियाना (10), मोगा (06), बंगा (01), कपूरथला (04); उत्तर प्रदेश - वाराणसी (02), मेरठ (03), नोयडा (07), भायला (01), सहारनपुर (05), फतेहपुर (02), बेहट (05), लखनऊ (01); राजस्थान - पदमपुर (05), गंगानगर (02), जयपुर (03); उत्तराखण्ड - हरिद्वार (01), भगवानपुर (01), खजूरी (02), विकासनगर (03); मध्य प्रदेश - ग्वालियर (02), भोपाल (05); सूरत (01), दिल्ली (01), चण्डीगढ़ (02) आदि।

साधनों की रूपरेखा :- साधनों के बारे में विस्तृत वर्णन करना तो एक दुरुह कार्य है, हाँ - साधनों के विषय व सभापति निम्न प्रकार रहे-

| दिनांक | विषय | सभापति |
|-----------------|------------------------------|------------------------------|
| 05.06.23 सायं | जीवन को पूरा जियें! | डॉ. नवनीत अरोड़ा जी |
| 06.06.23 प्रातः | धर्मजगत् में जन्म | श्रीमान् चन्द्रगुप्त जी |
| 06.06.23 सायं | ठीक व गलत की परख | डॉ. नवनीत अरोड़ा जी |
| 07.06.23 प्रातः | कोई जब तुम्हारा हृदय तोड़ दे | श्रीमान् विरेन्द्र डोंगरा जी |
| 07.06.23 सायं | इन्सान कौन? | डॉ. नवनीत अरोड़ा जी |
| 08.06.23 प्रातः | राम व श्याम की कथा | श्रीमती अंजु शर्मा जी |
| 08.06.23 सायं | ज्ञान से बोध का सफर | डॉ. नवनीत अरोड़ा जी |
| 09.06.23 प्रातः | कृतज्ञता की धुन | डॉ. नवनीत अरोड़ा जी |
| 09.06.23 सायं | जन्मभूमि से सम्बन्ध | डॉ. नवनीत अरोड़ा जी |
| 10.06.23 प्रातः | हृदय की स्वच्छता | श्री वी.के. अग्रवाल जी |
| 10.06.23 सायं | ऐसे साथी कहाँ मिलेंगे? | डॉ. नवनीत अरोड़ा जी |
| 11.06.23 प्रातः | देव जीवन से जुड़ाव | श्रीमान् चन्द्रगुप्त जी |

उपरोक्त साधनों के भिन्न भी निम्न कार्यक्रम समयानुसार होते रहे -
 प्रातः 5:30 बजे :- निज का साधन धर्मसम्बन्धी मिलजुलकर करते रहे।
 प्रातः 6:30 बजे :- योगासन व प्राणायाम का कार्यक्रम प्रतिदिन होता रहा इसमें श्रीमती रेणु वधवा जी विशेष रूप से सहायक होती रहीं।

प्रातः 11:00 बजे :- 'सुख की पहचान' विषय पर प्रतिदिन सुश्री अनिता सैनी जी प्रत्यक्ष रूप से वर्कशॉप कराती रहीं। जिसकी प्रतिभागियों ने बहुत प्रशंसा

सिर्फ आसमान छू लेना ही कामयाबी नहीं है, असल कामयाबी तो वो है कि आसमान भी छू लो और पाँव भी जमीन पर हो।

की।

सायं 04:00 बजे :- 'चिन्तन सत्र' में श्री राजेश रामानी जी ने विभिन्न प्रतिभागियों को विभिन्न साधनों पर चिन्तन व विचार का माहौल प्रदान किया। इस सत्र से कई जन काफ़ी लाभान्वित हुए।

पैरेंटिंग विषय पर वर्कशॉप:- दिनांक 10 जून, 2023 को प्रातः 11:00 बजे से 12:30 बजे तक डॉ. नवनीत अरोड़ा जी ने पैरेंटिंग विषय पर प्रत्यक्ष रूप से अपने विचार रखे। इसमें श्री राजेश रामानी जी ने दो वीडियो द्वारा विषय को अधिक स्पष्टता प्रदान करने में सहायता प्रदान की।

रात्रि 08:30 बजे :- प्रतिदिन रात्रि में धर्मसम्बन्धी मिल-जुलकर कीर्तन का आयोजन करते रहे। जिसमें धर्मसम्बन्धियों ने आत्मिक हित से सम्बन्धित एक से बढ़कर एक सुन्दर भजनों का गान किया।

समापन सत्र :- दिनांक 11 जून 2023 को प्रातः के सत्र के बाद देवारती के गान के साथ इस अति हितकर शिविर का समापन हुआ। सभी धर्मसम्बन्धियों ने एक दूसरे से गले मिलकर विदा ली।

शिविर का पूरा खर्च दान से पूरा हुआ। मिशन की अन्य गतिविधियों के लिए भी धर्मसम्बन्धियों ने दिल खोलकर दान दिया।

समस्या जब अपनों से हो तब समाधान खोजना चाहिए, न कि
न्याय-न्याय में एक खुश होता है दूसरा नाराज़ जबकि
समाधान में दोनों खुश होते हैं।

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), गाज़ियाबाद (93138-08722), कपूरथला
(98145-02583), चण्डीगढ़ (0172-2646464), पदमपुर (09309-303537), अम्बाला (94679-48965),
मुम्बई (9870705771), पानीपत (94162-22258), लुधियाना (80542-66464)

स्वामी डॉ. नवनीत अरोड़ा के लिए प्रकाशक व मुद्रक श्री ब्रिजेश गुप्ता ने कृश ऑफिसैट प्रैस, ग्रेटर कैलाश कॉलोनी,
जनता रोड, सहारनपुर में मुद्रित करवा कर 711/40, मथुरा विहार, मकतूलपुरी, रुड़की से प्रकाशित किया
सम्पादक - डॉ० नवनीत अरोड़ा, डी - 05, हिल व्यू अपार्टमेंट्स, आई.आई.टी. परिसर, रुड़की
ज़िला हरिद्वार - 247667 (उत्तराखण्ड) 01332-285667, 94123-07242