वर्ष - 20 नवम्बर, 2024 अंक - 218

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

सहायकारी शक्तियों के सूक्ष्म संरक्षण में

सत्य देव संवाद

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

सम्पादक
नवनीत अरोड़ा

सहसम्पादक मण्डल
अनिता, चन्द्र गुप्त, वीरेन्द्र अग्रवाल

(सभी पद अवैतनिक हैं।)

ग्राफ़िक डिज़ाईनर : आरती

YouTube Channels

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

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

मूल्य (प्रति अंक): रु. 9

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

इस अंक में

देववाणी	03	पीठ पीछे बुराई	23
सम्बन्धों को निभाने की....	04	जीवन की समझ	24
सुखी जीवन का रहस्य	06	रावण ज़िन्दा है	26
मन्ज़िलें और भी हैं	13	आई.आई.टी. रुड़की में.....	28
Goodness is Everyday..	15	प्रेरणास्पद उद्बोधन सेवा	30
देव जीवन की झलक	17	सम्पूर्ण जीवन विज्ञान-वर्कशॉप	31
देवात्मा की धर्मशिक्षा के प्रति.....	20	आत्मबल विकास महाशिविर.....	32

पत्रिका सहयोग राशि

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

Our Bank Details

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

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

पत्रिका चन्दा

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

अधिक जानकारी हेतु सहयोगकर्त्ता

Call/Whatsapp - 81260 - 40312

सत्य की भूख सभी को लगती है लेकिन जब सत्य परोसा जाता है तो बहुत कम लोगों को इसका स्वाद अच्छा लगता है।

देववाणी

एक-एक जन अपने बच्चों को प्यार करता है और कहता है देवात्मा कौन होता है। यह तो मेरा मुण्डा (बेटा) है। नेचर उसका कान मरोड़ती है और कहती है देवात्मा तुम्हारा जीवनदाता है। वह जन कहता है कि वह नहीं मानता। जानता है मगर नहीं मानता। जीवनदाता के कारज के लिए कुछ नहीं कर सकता। देवात्मा कहते हैं कि अगर तुम्हारा मुण्डा बिलकुल अंगहीन है, तो उसको कुछ दे जाओ। लेकिन, अगर तुम अपनी खाने-कमाने के योग्य सन्तान को अपना सब कुछ दे जाते हो, तो तुम बेईमान बनोगे और मरोगे। तुम नीच अनुरागों को छोड़ने के योग्य बनो, मेरे साथ जुड़ो और दुनियावी चीज़ों के साथ जुड़कर मत मरो।

-देवात्मा

गुदगुदी

वासु - पिता जी, गुरुओं की आज्ञा माननी चाहिए?
पिता - ज़रूर बेटा।
वासु - तो फिर मेरे गुरु जी कहते हैं कि मैं फिर से छठी कक्षा में रहूँ! मान लूँ पिता जी।

हरीश- तुम्हारी आँख क्यों सूजी हुई है?
पप्पू - कल मैं अपनी पत्नी के जन्मदिन पर केक लाया था।
हरीश - लेकिन इसका आँख सूजने से क्या सम्बन्ध है?
पप्पू - मेरी पत्नी का नाम तपस्या है, लेकिन केक वाले बेवकूफ दुकानदार ने लिख दिया, "हैप्पी बर्थडे समस्या।"

जज (चोर से) - तुमने सुनार कि दुकान से गहने क्यों चुराये?
चोर (जज से) - जज साहब, दुकान के बाहर लिखा था - 'सुनहरे मौक़े का लाभ उठायें।'

ज्ञान पाप हो जाता है यदि उद्देश्य शुभ न हो।

सम्पादकीय सम्बन्धों को निभाने की कला.....

मनुष्य का जीवन सम्बन्धों पर निर्भर है। यह सत्य है कि हम बिना सम्बन्धों के जी नहीं सकते। किन्तु यह भी सत्य है कि किसी सम्बन्ध को बनाना तो आसान होता है, किन्तु उसे निभाना कठिन होता है, क्योंकि उसमें थोड़ी मेहनत लगती है। वस्तुतः सम्बन्धों को निभाना एक कला है, जो हम सबको सीखने का ईमानदारी से प्रयास करना चाहिये। इस पक्ष में निम्न तीन सूत्र बहुत सहायक प्रमाणित हो सकते हैं -

पहला सूत्र - Ignore **यानि अनदेखा करना।** यदि हमारे सामने लक्ष्य स्पष्ट है कि सम्बन्ध बनाकर रखना है और अपने फ़र्ज़ को ठीक से निभाना है, तो थोड़ा बड़ा दिल करना होगा। छोटी-मोटी बातों को मुद्दा बनाकर किसी सम्बन्ध को निभाना कठिन है, उन्हें अनेदखा करने में ही भलाई है, इसी में बड़प्पन है। अकसर कहा जाता है कि इन्सान ग़लती का पुतला है, ग़लती हो ही जाती है। अब सामने वाला भी इन्सान है, थोड़ी विनम्रता व हमदर्दी का भाव हृदय में रखेंगे, तो हम आसानी से उसकी भूलों व ग़लतियों को अनदेखा कर पायेंगे। इससे सम्बन्ध बना रहेगा। यदि समझाना भी हो, तो तब बात की जाये जब बताने व सुनने वाला दोनों शान्त अवस्था में हों और नीचा दिखाने की टोन व शब्दों का प्रयोग न किया जाये, बल्कि सुधार (Improvement) के दृष्टिकोण से अपना पक्ष रखा जाये। सामने वाले की ग्रहणशीलता (Recepitivity) देखकर ही उसे उस सीमा तक समझाया जाये। ध्यान रहे कि यदि सामने वाले के हृदय में हमारे प्रति श्रद्धा व सम्मान किसी कारण से नहीं है, तो हमारा उसे समझाना व्यर्थ ही जायेगा और सम्बन्ध में दरार को बढ़ायेगा। ऐसे में यदि सम्बन्ध निभाना है, तो अनदेखा (Ignore) करने का सूत्र अपनाना ही सही है।

दूसरा सूत्र - Delete **यानि मिटाना।** किसी सम्बन्ध में हुई ग़लतियों को मन मस्तिष्क में बैठा लेना, सम्बन्धों में ज़हर घोलता है, उन्हें भुला व मिटा देना सम्बन्ध को जोड़े रखता है। माता-पिता प्रायः बच्चों की कितनी बड़ी-बड़ी ग़लतियों को भुला देते हैं क्योंकि वह सम्बन्ध बनाकर रखना चाहते हैं। कितने ही पति-पत्नी परस्पर के सम्बन्ध की महत्ता को स्वीकारते हुए इक-दूजे की ग़लतियों को भुला देते हैं। कितने भाई-बहन परस्पर के सम्बन्ध में आत्मीयता को बनाए रखने हेतु इक-दूजे की अवज्ञाओं को भुला देते हैं और तभी वे उस सम्बन्ध को निभा पाते हैं।

इसके विपरीत किसी सम्बन्ध में जब हम गाँठें बाँधने लगेंगे, छोटी-छोटी कमियों/अवज्ञाओं/ ग़लतियों को डिलीट नहीं कर पायेंगे, तो मन में कटुता आने

जो अन्याय करता है वह अन्याय सहने वाले की अपेक्षा
हमेशा अधिक दुर्दशा में पड़ता है।

लगेगी, सम्बन्ध बिखरने लगेगा।

विचारणीय बात यह है कि हमारे लिए सम्बन्ध का महत्त्व अधिक है या ग़लती का? यदि हम ग़लतियों को डिलीट करने की कला नहीं सीख पा रहे, तो उनका बोझ हमारे दिल-ओ-दिमाग़ पर ही रहेगा। ऐसी स्थिति न तो सम्बन्ध की सेहत के लिए ठीक है और न हमारी ख़ुद की सेहत के लिए। अपने मन पर बोझ हटाने का आसान तरीका है - भूल जाओ, माफ़ कर दो, पुरानी बातों पर मिट्टी डाल दो, इसी में शुभ है।

कई बार ये बातें हमें पढ़ने व सुनने में अच्छी लगती हैं, लेकिन अपनाने (Implementation) में मुश्किल इसलिए लगती हैं, क्योंकि इन सब सूत्रों को अपनाने में हमारा सूक्ष्म अहं आड़े आ जाता है। निस्सन्देह अहं हमारा सबसे बड़ा शत्रु है और सम्बन्धों में ज़हर घोलने का मुख्य कारण भी वही है। अतः हमें स्वयं ही उस पर काबू पाना होगा, यदि सम्बन्ध को निभाना है।

तीसरा सूत्र - Restart **यानि पुनः आरम्भ करना।** सम्बन्ध को निभाने हेतु चीज़ों को रिस्टार्ट करना भी एक अन्य महत्त्वपूर्ण सूत्र है। स्टिार्ट करने हेतु सामने वाले की इन्तज़ार न करें, अपने सूक्ष्म अहं को थोड़ी देर के लिए एक तरफ़ रखकर आगे बढ़कर ख़ुद बात कर लें, मिलने चले जायें। अपनी ओर से प्रयास करें कि Communication gap (संवादहीनता) न हो। याद रहे कि सम्बन्ध ग़लतियों से कम ग़लतफहमियों से ज़्यादा टूटते हैं। परस्पर सौहार्दपूर्ण संवाद से ग़लतफहमियाँ दूर होती हैं। रिस्टार्ट करते समय ध्यान रहे कि दूसरे की ग़लतियों को इंगित (Point out) न करें। जो कुछ पहले समय (Past) में अच्छा-अच्छा परस्पर होता रहा उन्हें याद करें, मीठी यादों (Sweet Memories) को ताज़ा करें, एक-दूजे से पाई सेवाओं के लिए धन्यवाद दें, ताकि रिस्टार्ट करने में आसानी रहे।

उपरोक्त सूत्रों को अपनाना आवश्यक है यदि सम्बन्धों को निभाने की कला सीखनी है। अब ये सूत्र जीवन में अपनाने आसान हैं या मुश्किल? यह इस बात पर निर्भर है कि हमारे सम्मुख किसी सम्बन्ध की क़ीमत कितनी है। हम अपने अहं में अटके रहना चाहते हैं, तो ये सूत्र अपनाने महाकठिन हैं और यदि हम सम्बन्ध की अहमियत समझते हैं, थोड़ा विनम्र व बड़ा हृदय रखते हैं, तो ये सूत्र अपनाने बहुत सहज हैं।

काश, हम सब आत्मनिरीक्षण कर सकें और सम्बन्धों को निभाने की कला को ठीक से सीख सकें, ऐसी है शुभकामना!

- प्रो. नवनीत अरोड़ा

सबसे शानदार विजय है अपने पर विजय प्राप्त करना और सबसे जलील और शर्मनाक बात है अपने से परास्त हो जाना।

सुखी जीवन का रहस्य

सुखी जीवन का रहस्य धन, जन, विद्या, बुद्धि, प्रभुता, शासन, स्वामित्व में नहीं है, किन्तु वह है मन की निर्मलता एवं व्यवहार की शुद्धि में। और बिना व्यवहार के एक दिन भी गुज़ारना मुश्किल है। जीवन से व्यवहार को अलग नहीं किया जा सकता। गृहस्थ जीवन में तो व्यवहार ही है विरक्त जीवन में भी व्यवहार है। परमार्थ-पथ के पथिकों को भी व्यवहार के पथ से गुज़रना ही होता है। व्यावहारिक जीवन को सुन्दर बनाये बिना पारमार्थिक जीवन सुन्दर बन ही नहीं सकता। व्यवहार को बिगाड़कर कभी कोई मनुष्य सुखी नहीं हो सकता। वस्तुओं से मनुष्य को सुख नहीं, सुविधा मिलती है। सुख तो मिलता है सुन्दर आचरण और सुन्दर व्यवहार से। वस्तुओं के अम्बार से घर का वातावरण सुन्दर, सुखद और शान्त नहीं बनता, किन्तु प्रेम, एकता, सहयोग, सहिष्णुतापूर्वक व्यवहार से घर का वातावरण सुन्दर, सुखद और शान्त बनता है। मात्र चारों तरफ़ दीवार खड़ी कर देने से घर नहीं बन जाता, दीवार खड़ी करने से मकान बनता है। मकान को घर बनाने का काम व्यवहार का है। आओ, व्यवहार को सुन्दर सुखद बनाने के पाँच सूत्रों पर हम थोड़ा विचार करें। ये पाँच सूत्र हैं - सहयोग, समाधान, सहिष्णुता, उदारता और प्रेम।

1. सहयोग - यह पूरा संसार एक सहकारी समिति है। व्यक्ति-व्यक्ति के मेल से परिवार-समाज बनते हैं। यहाँ कोई मनुष्य सर्वथा निरपेक्ष नहीं रह सकता। सबको एक-दूसरे के सहयोग की अपेक्षा तो होती ही है, एक मनुष्य के कर्म का प्रभाव दूसरे मनुष्य पर पड़े बिना नहीं रहता। इसलिए यहाँ बहुत सोच-समझकर कर्म करने की आवश्यकता है।

प्रश्न हो सकता है कि हर व्यक्ति की योग्यता, समझ, बुद्धि, बल, धन, कार्यक्षमता सब में तो विषमता है, फिर सब में सहयोग कैसे स्थापित हो, क्योंकि बिना समता के सहयोग नहीं होता। उत्तर है कि संसार में विषमता तो रहेगी ही। इसे कभी मिटाया नहीं जा सकता। किन्तु ध्यान यह रखना है कि विषमता विषमता ही रहे, विरोध न होने पाये। जैसे हमारे हाथ में पाँच अंगुलियाँ हैं, पाँचों में विषमता तो है, किन्तु विरोध नहीं है। सभी अंगुलियाँ सदैव एक-दूसरे के सहयोग के लिए तत्पर रहती हैं, तभी कोई काम हो पाता है। यदि अंगुलियों में पारस्परिक सहयोग न हो तो छोटा-सा काम भी मुश्किल हो जायेगा। परिवार-समाज में भी यही उदाहरण लागू होता है।

पिता और पुत्र की योग्यता में अन्तर है। पाँच वर्ष का पुत्र तीस वर्ष के पिता के बराबर नहीं चल सकता, किन्तु जब पिता पुत्र को अपनी अंगुली पकड़ा देता है, तब

बुद्धिमान वह है जो अपनी आयु व्यर्थ के कामों में नष्ट न करे।

दोनों की चाल बराबर हो जाती है। अस्सी वर्ष का नेत्रहीन बूढ़ा पिता पचास वर्ष के पुत्र के समान तेज़ नहीं चल सकता, किन्तु जब पुत्र बूढ़े पिता की लाठी पकड़ लेता है, तब दोनों की चाल बराबर हो जाती है।

मैनेजर और चपरासी की योग्यता में बड़ा अन्तर है किन्तु दोनों के सहयोग से ऑफिस का काम सुचारू रूप से चलता है। मैनेजर एक माह तक ऑफिस न आये तो ऑफिस के बहुत सारे काम ठप हो जाते हैं, तो चपरासी एक सप्ताह तक ऑफिस न आये तो ऑफिस के काम में बाधा पड़ जाती है। भले ही फैक्टरी का मालिक कितना ही योग्य क्यों न हो किन्तु यदि कारीगर-मजदूर काम न करें तो फैक्टरी का काम चल ही नहीं सकता। इसलिए लोगों की योग्यताओं में अन्तर होते हुए भी परस्पर के सहयोग से ही व्यवहार सुन्दर ढंग से चल सकता है।

योग्यता में अन्तर होते हुए भी पारस्परिक सहयोग का परिणाम कितना सुन्दर होता है, इसे निम्न उदाहरण से समझा जा सकता है -

एक ग्राम में एक अन्धा और एक लंगड़ा पास-पास रहते थे। एक दिन गाँव में आग लग गयी। गाँव के सभी लोग भागकर गाँव के बाहर चले गये, किन्तु अन्धा और लंगड़ा कैसे भागे, क्योंकि अन्धा चल तो सकता था, देख नहीं सकता था और लंगड़ा देख सकता था, चल नहीं सकता था। अन्त में दोनों में सलाह हुई। अन्धे ने लंगड़े को अपने कन्धे पर बैठा लिया। लंगड़ा रास्ता बताता गया, अन्धा चलता गया और इस प्रकार एक-दूसरे के सहयोग से दोनों गाँव से बाहर निकल आये।

किसी न किसी प्रकार परिवार-समाज के सदस्यों का एक-दूसरे से सम्बन्ध है। यह सम्बन्ध स्थायी तभी बना रह सकता है, जब सभी में एक-दूसरे के प्रति सहयोग भाव हो। जहाँ सहयोग है वहाँ लेने का नहीं, देने का भाव होता है और तभी व्यवहार में मधुरता आती है।

2. समाधान - सहयोग को स्थायी बनाये रखने के लिए समाधान होना ज़रूरी है। हर आदमी का मन अलग-अलग है, हानि-लाभ का निश्चय अलग-अलग है। हर आदमी वही काम करता है जिसे उसका मन स्वीकारता है और जिसमें उसे लाभ का निश्चय होता है। जैसे हम अपने मन के अनुसार काम करना चाहते हैं, दूसरा भी वैसा ही करना चाहता है - यदि यह बात स्वीकार कर ली जाये, तो समाधान सहज ही हो जाये, झगड़ने की नौबत आयेगी ही नहीं।

जाने-अनजाने ग़लती किससे नहीं होती। हमसे, दूसरे से, तीसरे से सबसे

आत्मज्ञान ही शेष समस्त विज्ञानों का विज्ञान है और अपना भी।

ग़लती हो जाती है। जैसे हमसे ग़लती हो जाने पर हम सोचते हैं कि लोग इस ग़लती को ज़्यादा तूल न देकर इसके लिए मुझे क्षमा कर दें, तो ठीक यही बात दूसरे भी सोचते हैं। किसी की ग़लती को देखकर जब उस पर क्रोध आवे और भला-बुरा कहने का मन हो तब उसकी जगह अपने को रखकर देखें कि वैसी ग़लती होने पर हम क्या चाहते हैं तो सहज ही समाधान हो जाये, फिर तो डाँटने-फटकारने एवं दण्ड देने का विचार ही नहीं उठेगा।

हर आदमी का मन अपने हक-अधिकार के लिए तड़पता रहता है। हर आदमी यही सोचता है कि खाने-पीने, देखने-सुनने, पहनने-ओढ़ने, सुख भोगने की वस्तुएं पहले मुझे मिलें, वह भी ज़्यादा मात्रा में। जब इस माँग की पूर्ति नहीं होती तब उसका मन आहत ही नहीं होता क्रोधाविष्ट हो जाता है और जिनको ये वस्तुएं पहले या ज़्यादा मात्रा में मिली हैं, उनके प्रति उसके मन में ईर्ष्या-द्वेष उत्पन्न हो जाते है। बस, यहीं से दुर्व्यवहार शुरू होकर पूरे-घर-परिवार-समाज का वातावरण नरकमय बनने लग जाता है। सबके मन की शान्ति समाप्त हो जाती है।

आज घर-घर की यही कहानी है। बूढ़े माता-पिता सोचते हैं अब तो हम थोड़े दिन के ही मेहमान हैं, फिर हमें संसार का सुख कहाँ मिलेगा, इसलिए अच्छी चीज़ पहले हमें मिलनी चाहिए। बहू-बेटे तो जवान हैं, उनके सामने तो पूरा जीवन पड़ा है। अभी उन्हें ये चीज़ें न मिलीं, तो क्या, बाद में इनसे भी ज़्यादा बढ़िया वस्तुएं मिल जायेंगी। इधर जवान बहू-बेटे सोचते हैं कि माता-पिता तो ज़िन्दगी भर खाते-पीते आये हैं। अब तो उन्हें सन्तोष कर लेना चाहिए। देखने-सुनने, खाने-पीने, संसार का सुख भोगने की अभी हमारी उम्र है। यदि अभी हमें ये चीज़ें न मिलीं, तो कब मिलने वाली हैं। यही बात भाई-बहन, जेठानी-देवरानी सब में है। इसलिए किसी के मन में सन्तोष नहीं है। सबके मन में असन्तोष, कलह और अशान्ति है।

इसके विपरीत यदि बूढ़े माता-पिता सोच लें कि हम तो ज़िन्दगी भर खाते-पीते, देखते-सुनते आये हैं। बहू-बेटे अभी जवान हैं। यही उनके सुख भोगने का अवसर है। इसीलिए ये चीज़ें हमें न मिलकर बहू-बेटे को मिलनी चाहियें। उनके सुख में ही हमारा सुख है। इधर बहू-बेटे सोच लें कि माता-पिता तो बूढ़े हो गये हैं। पता नहीं कब उनका दुनिया से जाने का नम्बर आ जाये। जब तक वे जीवित हैं, सुख से जीयें। इसलिए अच्छी चीज़ें पहले उन्हें मिलनी चाहियें। हमारा तो अभी लम्बा जीवन है। ऐसी चीज़ें हमें आगे बहुत मिलती रहेंगी। ऐसा ही छोटा भाई, बड़ा भाई, देवरानी-जेठानी, घर-परिवार

प्रेम के स्पर्श से हर कोई कवि बन जाता है।

के सभी सदस्य अपने मन का समाधान कर लें, तो घर-परिवार में अपने आप सुख का साम्राज्य स्थापित हो जाये।

व्यवहार की मधुरता के लिए समाधान अत्यन्त आवश्यक है। एक अंगुली में रतनजड़ित सोने की अंगूठी है, शेष अंगुलियों में कुछ नहीं है। इस बात को लेकर अंगुलियों में न तो आपस में संघर्ष होता है और न वे एक-दूसरे का सहयोग करना छोड़ती हैं। क्या आदमी ऐसा नहीं कर सकता। अहंकार कामना में थोड़ी-सी ठेस लगते ही संघर्ष पर उतर जाना यह कौन-सी समझदारी है। जिन लोगों से झगड़ा हो रहा है वे कोई गैर नहीं, हमारे अपने ही स्वजन हैं। अपनों से ही लड़ाई-झगड़ा करना, वह भी तुच्छ वस्तुओं के लिए यह कौन-सी समझदारी है, ऐसा समाधान कर लेने से ही पारिवारिक एकता बनी रह सकती है और घर-परिवार का वातावरण सुखद बना रह सकता है।

3. सहिष्णुता - पारिवारिक वातावरण को मधुमय बनाये रखने के लिए तथा व्यवहार की उज्ज्वलता के लिए सहिष्णुता अत्यन्त आवश्यक अंग है। जो जितना ही सहिष्णु होता है, वह उतना ही मजबूत होता है और जो जितना मजबूत होता है, वह उतना ही भार उठा सकता है। लौहार निहाई पर लोहे को रखकर हथौड़ी या हथौड़ा से बराबर पीटता रहता है। हथौड़ी-हथौड़ा भले टूट जाये, किन्तु निहाई नहीं टूटती। सतत वर्षों तक हथौड़ा की चोट सहते हुए भी निहाई इसलिए टिकी रहती है कि वह सहिष्णु होती है। जो जितना ही सहिष्णु होता है, वह उतना दीर्घजीवी होती है।

जो हीरा जितना ज़्यादा ठोस और सहिष्णु होता है, कारीगरों के हाथों पड़कर वह उतना ही ज़्यादा चमक उठता है और बाजार में उसकी उतनी ज़्यादा कीमत एवं माँग होती है। झगड़ालू एवं कलह प्रवृत्ति के लोग जितनी जल्दी टूट जाते हैं, उतनी जल्दी सहन करने वाले नहीं टूटते। जिस परिवार-समाज के सदस्यों में परस्पर एक-दूसरे को सहन करने का गुण है, वह परिवार-समाज उतना ही विकास करता है और वहाँ का वातावरण सब समय सुखद बना रहता है, क्योंकि एक-दूसरे को सहन करके परस्पर एकता बनी रहती है।

यदि माता-पिता पुत्र की ग़लती को सहन न करें और पुत्र माता-पिता की ग़लती को, पति-पत्नी की ग़लती को सहन न करे और पत्नी पति की ग़लती को, एक भाई दूसरे भाई की ग़लती को सहन न करे और देवरानी-जेठानी एक-दूसरे की ग़लती को, भाभी ननद-देवर की ग़लती को सहन न करे और ननद-देवर भाभी की ग़लती को, सब एक-दूसरे की ग़लती लेकर लड़ने लगें तो परिवार का माहौल कैसा कटु,

स्वयं अपने ऊपर विजय प्राप्त करना सबसे बड़ी विजय है।

अशान्त एवं दु:खद हो जायेगा, इसकी सहज कल्पना की जा सकती है। सहनशीलता के आधार पर ही परिवार का भवन खड़ा रह सकता है। संयुक्त परिवार के टूटने का एक प्रमुख कारण सहिष्णुता का अभाव है। आज के पढ़े-लिखे आदमी की बुद्धि तो तेज़ हुई है, किन्तु उसी परिमाण में उसकी सहिष्णुता घटी है, क्योंकि आज की शिक्षा बुद्धि का विकास तो करती है, संस्कार का विकास नहीं करती है और संस्कार के अभाव में सहिष्णुता आये कैसे! सहिष्णुता के अभाव में व्यवहार कैसे सुन्दर हो सकता है और जहाँ व्यवहार ही बिगड़ा हुआ है, वहाँ परिवार में एकता कैसे होगी? एकता के अभाव में विखण्डन होना ही है और विखण्डन के पश्चात विनाश रखा-रखाया है।

आज भी जिन परिवारों के सदस्यों में परस्पर सहन भाव है, वहाँ सब सुख और आनन्दपूर्वक जी रहे हैं। जीवन गुज़र की वस्तुएं थोड़ी होते हुए भी वहाँ असन्तोष और क्लेश नहीं है, किन्तु जिनमें सहिष्णुता नहीं है, वहाँ प्रचुर साधन-सामग्री उपलब्ध होते हुए भी तथा परिवार में मात्र पति-पत्नी दो ही सदस्य होते हुए भी दोनों एक-दूसरे से बात तक नहीं करना चाहते। एक-दूसरे को देखकर दोनों के तन-मन में आग लग जाती है। सैकड़ों के बीच अग्नि की साक्षी देकर जिन्होंने मृत्युपर्यन्त साथ रहने का संकल्प लिया था, जो एक-दूसरे के लिए प्राण न्योछावर करने को तैयार थे, एक-दूसरे को देखे बिना जिन्हें चैन नहीं पड़ता था, सहिष्णुता के अभाव में वे ही पति-पत्नी अब एक-दूसरे को देखना तक नहीं चाहते और तलाक देकर अलग-अलग हो जाते हैं।

अपने जीवन को सुखद बनाने के लिए, पारिवारिक वातावरण को उल्लासमय एवं प्रसन्नतादायक बनाने के लिए तथा व्यवहार को उज्जवल, सरल एवं मधुमय बनाने के लिए सहिष्णुता अत्यन्त आवश्यक गुण है।

4. उदारता - उदारता एक ऐसा गुण है जो सबके मन को मोह लेता है। जिसमें उदारता नहीं है, वह न तो सहिष्णु हो सकता है और न वह किसी की ग़लती को क्षमा कर सकता है। उदार हुए बिना न कोई किसी की सेवा कर सकता है और न दान कर सकता है। जिसका दिल उदार नहीं है, वह न तो किसी के दु:ख को देखकर द्रवित हो सकता है और न किसी की सुख-समृद्धि को देखकर प्रसन्नता से झूम सकता है।

उदार हृदय मनुष्य ऐसा सुख नहीं चाहता है, जो दूसरे के हृदय को व्यथित कर और आँखों में आँसू लाकर मिला हो। वह तो स्वयं को प्राप्त सुख-सुविधा को दूसरों की सेवा में लगाने को सोचता है। वह अपने विरोधी के बड़े-बड़े अपराधों को भी क्षमा कर देता है। ऐसी उदारता जहाँ है, वहाँ के व्यवहार को क्या पूछना।

क्रोध के समय थोड़ा रुक जायें और ग़लती के समय थोड़ा झुक जायें,
दुनिया की अधिकतर समस्यायें हल हो जायेंगी।

जहाँ लोगों के मन में उदारता होती है, वहाँ लोग अपनी ग़लती के लिए अपने से बड़ों से ही नहीं, अपितु छोटे कहे जाने वालों से भी क्षमा माँग लेते हैं, किन्तु दूसरों की ग़लती के लिए 'कोई बात नहीं, यह तो हो जाता है', कहकर क्षमा कर देते हैं।

उदारता में व्यवहार कितना सुन्दर होता है और परस्पर सहयोग की कैसी उदात्त भावना होती है, उसे हम अपने जीवन से ही समझ सकते हैं। हम भोजन करने बैठते हैं। सामने भोजन आ जाता है। हाथ भोजन का ग्रास उठाता है, किन्तु अपने पास न रखकर पूरा का पूरा मुँह को देता है। मुख भी उसे अपने पास न रखकर पेट को दे देता है और पेट भी उसे अपने पास न रखकर पाचन करके शरीर के जिस अंग को जिस तत्व की जैसी आवश्यकता होती है बिना भेदभाव के वितरित कर देता है। यही उदारता जब घर-परिवार के सदस्यों में आ जाती है, तब वे स्वयं ही संग्रह और उपभोग का भाव न रखकर एक जगह एकत्र कर देते हैं और सबका भरण-पोषण बराबर रूप से होने लगता है।

उदारता होने पर स्वयं को कष्ट सहनकर दूसरों के दुःख को दूर करने का भाव ही नहीं, प्रयास भी होता है। उदार मनुष्य को अपने सुख की उतनी चिन्ता नहीं होती, जितनी दूसरों के दुःख दूर करने की होती है। काँटा पैर में भले गड़ा हो, किन्तु आँसू आँख से निकलते हैं और उस काँटे को निकालने का काम हाथ करता है। उदारता और सहयोग का यह सुन्दर उदाहरण है। ऐसा व्यवहार जहाँ होगा, वहाँ कटुता, क्लेश, मारामारी की गुंजाइश कहाँ? वहाँ तो सेवा, समर्पण, स्वार्थ-त्याग और प्रेम का राज्य होगा। उदारता का अर्थ है हृदय का कोमल होना और जिसका हृदय कोमल है, वह कभी किसी के साथ दुर्व्यवहार कैसे कर सकता है। उसका व्यवहार तो सबके लिए सुखद एवं उज्ज्वल ही होगा।

5. प्रेम - प्रेम तो जीवन-व्यवहार का सर्वस्व है। उसके बिना न सेवा हो सकती है, न समर्पण। सहयोग, समाधान, सहिष्णुता और उदारता जहाँ हैं, वहाँ ही प्रेम का निवास होगा और जहाँ प्रेम है वहाँ ही उदारता, सहिष्णुता, समाधान और सहयोग का स्थायित्व होगा। प्रेम के अभाव में सब कुछ निरर्थक हो जाता है।

प्रेम तो जीवन का रसायन है। प्रेम रहित व्यवहार जीवनरहित शरीर के समान है। प्रेम में सर्वस्व समर्पण का भाव होता है। वहाँ 'मैं' मिटकर केवल 'तू' रह जाता है। इसीलिए तो कबीर जी ने कहा है -

मनुष्य जिससे भय खाता है, उससे प्रेम नहीं करता।

कबीरा यह घर प्रेम का, खाला का घर नाहिं।
प्रेम गली अति सांकरी, जा में दो न समाहिं।
पाना चाहे प्रेम रस, राखा चाहे मान।
एक म्यान में दो खड्ग, देखा सुना न कान।।

दुनिया में जितने भी महापुरुष हुए हैं, उन सबके जीवन में प्रेम की सरिता कलकल करती बहती रही है, क्योंकि उन्होंने अपना सर्वस्व संसार के कल्याण के लिए न्यौछावर कर दिया था। प्रेम की धारा स्वार्थ, अहंकार, कटुता, ईर्ष्या आदि मलों को बहाकर जीवन-व्यवहार को निर्मल बना देती है।

यदि माता-पिता, पुत्र, भाई, पति-पत्नी, मित्र सम्बन्धी तथा समाज के सदस्यों से भरपूर प्रेम मिले तो समाज में शराबियों की संख्या बहुत ही घट जाये। अनेक दुर्व्यसनों से एवं कुकर्मों से छुटकारा मिल जाये। हर आदमी के अपने संस्कार एवं समझ का उसके जीवन पर प्रभाव तो पड़ता ही है, उसी के अनुसार उसके जीवन का निर्माण होता है, फिर भी घर परिवार समाज के अपने कहे जाने वालों द्वारा जब उपेक्षा मिलती है तब आदमी हताश होकर ग़लत संगति में पड़ जाता है और अपने जीवन को बर्बाद तो करता ही है, परिवार समाज की दुर्गति का भी कारण बन जाता है। चाहे जैसी परिस्थिति हो, यदि परिवार समाज के सदस्यों से भरपूर प्रेम मिलता रहे, तो आदमी आनन्दपूर्वक जीवन जी सकता है और विपत्तियों का सामना करने का साहस बढ़ जाता है।

दु:खद तो यह है कि परिवार के लोग मनुष्य द्वारा कमाई गयी सम्पत्ति का तो पूरा-पूरा उपयोग करते हैं, सुख-सुविधाओं का आनन्द लेते हैं, किन्तु प्रतिकूल परिस्थितियाँ आने पर जैसा चाहिए वैसा सहयोग एवं प्रेम नहीं दे पाते, इसलिए आदमी का दु:ख और ज़्यादा बढ़ जाता है। बाहर से यदि आदमी चिन्ताग्रस्त एवं दु:खी होकर घर में प्रवेश करता है और घर परिवार के सदस्य हंसमुख होकर स्मित चेहरा के साथ उससे प्रेमपूर्वक बातें करते हैं, सांत्वना देते हैं तथा हर परिस्थिति में साथ रहने का आश्वासन देते हैं, तो आदमी के दिल का जख्म भर जाता है। परिस्थितियाँ वही की वही रहेंगी, फिर भी उसमें से उसे सुख से जीने का रास्ता मिल जायेगा। घर के सदस्य एक-दूसरे को और कुछ दे सकें या न दे सकें, प्रेम तो दे ही सकते हैं। आदमी का मन सतत् प्रेम पाने के लिए झंखता रहता है, वह भी अपने कहे जाने वालों से। आप किसी को अपना प्रेम देकर देखिये, तो उसका चेहरा प्रसन्नता से कितना खिल जाता और चमक उठता है।

दुनिया के ज्ञान को पाने से भी ज़्यादा ज़रूरी अपने स्वभाव का ज्ञान पाना है,
क्योंकि इसके बिना जीवन अर्थपूर्ण ढंग से जीना असम्भव है।

परिवार-समाज के सभी सदस्य एक 'प्रेम' को ही अपने हृदय में बसा लें, तो किसी प्रकार की कटुता और दुर्व्यवहार का प्रश्न ही नहीं रह जाता, क्योंकि प्रेम एक ऐसा चुम्बक है जो व्यवहार की उज्जवलता, मधुमयता एव स्थिरता के लिए आवश्यक सभी तत्वों को अपने पास खींच लाता है।

वस्तुएं तो आती-जाती रहती हैं, लोग मिलते-बिछुड़ते रहते हैं, किन्तु व्यवहार जीवनभर साथ लगा रहता है। बिना व्यवहार के एक दिन भी नहीं चल सकता। महत्त्व इस बात का नहीं है कि जीवन में आपने क्या पाया और क्या खोया, किन्तु महत्त्व इस बात का है कि जीवन यात्रा में मिले लोगों के साथ आपका व्यवहार कैसा रहा। व्यवहार के सुधार-बिगाड़ पर ही सम्बन्ध बनते-बिगड़ते हैं। इसलिए पारिवारिक-सामाजिक सम्बन्ध को सुखद बनाने के लिए व्यवहार सुधार पर ध्यान दें और इसके लिए ऊपर बताये गये सूत्र सहयोग, समाधान, सहिष्णुता, उदारता और प्रेम को आत्मसात करें।

'साभार' - सुखी जीवन का रहस्य - धर्मेन्द्र दास

वाणी

तन की ख़ूबसूरती एक भ्रम है, पर सबसे ख़ूबसूरत आपकी वाणी है। वह चाहे तो दिल जीत ले और चाहे तो दिल चीर दे। वाणी में ख़ूबसूरती उच्च भावों से आती है।

मन्ज़िलें और भी हैं

ग्यारह साल की उम्र में लाइब्रेरी चलाती हूँ

दो साल पहले जब मैं नौ साल की थी, तब राज्य शिक्षा केन्द्र की ओर से एक योजना चलाई गई थी। यह योजना हम जैसे झुग्गियों में रहने वाले बच्चों के लिए थी। सरकारी मदद के जरिये भोपाल जिला मुख्यालय से सात किलोमीटर दूर दुर्गानगर नाम के हमारे इलाके में एक लाइब्रेरी की शुरुआत होनी थी, पर इसके लिए ज़रूरी था कि कोई जिम्मेदार व्यक्ति इस काम की जिम्मेदारी ले। मुझे पढ़ना बहुत अच्छा लगता था। लेकिन मेरे मोहल्ले के बच्चे इधर-उधर घूमते-रहते थे। मुझे लगा कि मैं इस काम के सहारे अपने साथ दूसरे बच्चों में भी पढ़ने की आदत डाल सकती हूँ, सो बिना

हम दुनिया को भले न बदल सकें, लेकिन स्वयं को बदलकर दुनिया के लिए प्रेरणास्त्रोत अवश्य बन सकते हैं।

ज़्यादा सोचे मैंने वह ज़िम्मेदारी ले ली। फिर औपचारिकताओं के लिए राज्य शिक्षा केन्द्र के कुछ अधिकारी आए और 'किताबी मस्ती' नाम से हमारी लाइब्रेरी की शुरुआत 26 जनवरी, 2016 से हो गई। शुरू में हमारे पास कुल पच्चीस किताबें थी। मैं रोज शाम स्कूल से वापस लौटने के बाद घर के बाहर किताबें सजाने लगी और बच्चों को इकट्ठा करके उन्हें कहानियाँ सुनाकर किताबें पढ़ने को कहती।

मेरी लाइब्रेरी थोड़ी अलग है। यहाँ कोई मेम्बरशिप फीस नहीं लगती, न ही कोई लेट फीस देनी पड़ती है। साथ पढ़ने के साथ बच्चों के लिए लाइब्रेरी से किताब घर ले जाने की सुविधा है। मोहल्ले के बच्चे खेलते-खेलते जब बोर हो जाते हैं, तो हमारी लाइब्रेरी में आ जाते हैं। मैं और दूसरे बच्चे पहले स्कूल से आकर खेलने लगते थे, अगर कोई पढ़ाई भी करता था, तो अपने घर पर स्कूल का होमवर्क कर लेता था। पर जबसे यह लाइब्रेरी खुली है, सभी बच्चे यही आकर साथ में बैठकर पढ़ाई करते हैं। हमारी लाइब्रेरी में महापुरुषों की कहानियों की किताब, सामान्य ज्ञान की किताब जैसी कई किताबें हैं, जो हम सब मिलकर रोज शाम पढ़ते हैं। ऐसा नहीं है कि मैं ही सभी बच्चों को पढ़ाती हूँ और मुझसे बड़े लोग मुझे पढ़ाते हैं। मेरी इस पहल को कई सामाजिक संगठन और कॉरपोरेट कम्पनियों का भी साथ मिलने लगा है। ये सभी हमारे लिए नई पुस्तकों का इन्तज़ाम करते हैं।

मेरे काम से प्रभावित होकर नीति आयोग ने मुझे 'वुमेन ट्रांसफॉर्म' पुरस्कार से सम्मानित किया था। इसी साल कुछ महीने पहले एक प्रस्तावक की मदद से मुझे एक अन्तरराष्ट्रीय अवार्ड भी मिला है। कम उम्र में कोई अनोखा काम करने के लिए पूरी दुनिया के बच्चों को दिए जाने वाले इस पुरस्कार के बारे में मुझे पहले कुछ नहीं पता था। पर इसे पाकर मैं बहुत ख़ुश हूँ। आगे चलकर मैं डॉक्टर बनना चाहती हूँ।

मैंने कुछ किताबों से लाइब्रेरी की शुरुआत की थी, पर अब हमारे पास ढेर सारी किताबें हैं। अभी करीब 50 बच्चे मेरे पास पढ़ने के लिए आते हैं। जो बच्चे नहीं आते हैं, मैं उन्हें बुलाना चाहूँगी। मेरे पिता मजदूरी करके घर चलाते थे। कुछ महीने पहले काम करते वक्त एक दुर्घटना की वजह से उनका देहान्त हो गया था। मेरे इस काम के पीछे उनकी भी प्रेरणा शामिल है। मेरी एक बड़ी बहन भी है। मेरी माँ को अपनी दोनों बेटियों की पढ़ाई के खर्च और भविष्य की चिन्ता है, पर वह मानती हैं कि मैं चुनौतियों को पार कर जाऊँगी।

साभार 'अमर उजाला'

– मुस्कान अहिरवार

ऐश्वर्य उपाधि में नहीं, बल्कि इस चेतना में है कि हम उसके योग्य हैं।

Goodness in Everyday Life

- Prof. S.P. Kanal

A definition of considerateness

We were on a visit to a family. When we reached near the vicinity of the colony where this family stayed, it had started getting dark. It was a new colony where houses were still being built and it was our first visit to the place. In a place like Delhi even in a well-marked out row of house it is a problem to locate a house in an unfamiliar colony, so when the colony is still developing its construction of houses, the problem of location is still more troublesome.

We asked some persons for the direction in which to search for the particular house. We still did not find it. Then I stopped a person on a motor cycle. He gave his impression of the direction in which we could find the house. One of us told him that we had come from the same direction on which he thought the house was located. "I will check up" he said. "We will wait for you," said one of us. After a short time he came back to tell us that he had seen the block we wanted and a house number less by one. So we should find our house number in the same direction. We felt thankful for the trouble this gentleman had taken to get confirmed the information given by him. When he left, we thought he was going to his own destination. We started walking in the direction shown by him. As he took turn he waved to us to show us that we were also to turn when we reach that point. We again appreciated his thoughtfulness in waving to us.

We were still covering the distance when he re-appeared now with one of the members of the family we were to visit. In fact he had gone in search of the house we wanted. He went to the house, and told the inmates that a pair was in search of their house. He offered or

लगन के बगैर किसी में भी महान् प्रतिभा पैदा नहीं हो सकती।

accepted to carry one of the members of the family so that he could guide us.

It is such small acts of beatitude that would not let one despair of human goodness.

An officer with new etiqutte

He is the topmost officer in his department. He had under him a junior of the rank of an upper division clerk. The official distance between the two was as wide as width could be. The position, the pay, the age, and the achievement, were all dimensions of this distance.

The etiquette of inter-personal relationship established by tradition is one-way traffic - the junior is supposed to show respect, remembrance on festive or see-off occasions. But this officer made a departure from this tradition.

This junior was to go abroad to try for further education. He bade good bye to his friends and his officers.

It was his day of departure by train. His relatives and friends were on the station to see him off. A short time before the departure of the train, this top-most officer in his department appeared to see off his junior. It was an unusual courtesy by all standards of etiquette and expectations. And he brought a present for him! This was a further undreamt of act in the cultural pattern of official behaviour in our society. How could a boss carry a present for his so distant a junior. But he went further than this limit. He brought a garland for him and garlanded him! The junior could not hold his tears, for his officer had touched humanity beyond its frontiers.

प्रसिद्धि वीरता के कामों की महक है।

एक कन्या की सेवाओं की सराहना

अक्तूबर, 1928 ई. को भगवान् देवसमाज बालिका विद्यालय फिरोजपुर में तशरीफ लाए। उस समय उन्होंने बहुत बड़ी कृपा करके जहाँ स्कूल के विविध काम देखे, वहाँ स्कूल के इन कामों के साथ-साथ यह बात भी खासतौर से जानने की कोशिश की कि स्कूल के द्वारा हमारे देवप्रभावों ने कन्याओं तक पहुँचकर उनमें कहाँ तक उच्च परिवर्तन लाने का कार्य किया है और उनमें कहाँ तक नि:स्वार्थ सेवा का भाव जागृत हुआ व हो रहा है? इसके उत्तर में बोर्डिंग की प्रबन्धकारिणी जी ने कई कन्याओं के गुणों का जिक्र करते हुए एक कन्या की बाबत खासतौर से बताया कि आपकी कृपा से इस बोर्डिंग में कई कन्याओं में बहुत अच्छा परिवर्तन आया है। एक आठ साल की छोटी-सी कन्या, जिसकी माता चन्द महीने हुए गुजर चुकी है, जिसे उसके पिता शिमले से आकर छोड़ गए हैं, अचानक टायफाइड फीवर से बीमार हो गई। इस छोटी-सी कन्या की तीमारदारी करने के लिए खास दिल रखने वाली किसी ऐसी कन्या की आवश्यकता थी कि जो छूत की बीमारी से आप भी बची रहे और बीमार की सब तरह से सेवा भी करे। इस हालत में रानी-का-रायपुर की सातवीं क्लास में पढ़ने वाली एक कन्या ने अपने-आपको पेश किया और वह रात-दिन बीमार कन्या की सेवा करती रही, यहाँ तक कि सेवा करते-करते किसी ग़लती के कारण वह खुद उसी मिआदी बुखार से बीमार हो गई। परन्तु उसने बीमार कन्या की सेवा करने में किसी बात की परवाह नहीं की। फिर ऐसी अच्छी कन्या की और कई कन्याओं ने भी बहुत दिली लगाव से सेवा की और वह राज़ी हो गई। उसके राज़ी होने के कई दिन बाद एक और कन्या बीमार हो गई, तब भी वही अपने पुराने तजुरबे को भूलकर फिर उस बीमार लड़की की बिना कहने के अपनी ही इच्छा से तीमारदारी की ड्यूटी अपने सिर पर लेने को तैयार हो गई और दिल-ओ-जान से सेवा करके उसने जैसे पहली छोटी कन्या को राज़ी किया था, वैसे ही इसको भी तन्दुरुस्त कर दिया। इस कथा को सुनकर हित अनुरागी भगवान् देवात्मा के देव हृदय पर ऐसा गहरा असर हुआ कि उन्होंने उस कन्या को देखना चाहा, परन्तु वह उस दिन बुखार के कारण न आ सकी। इस पर भगवान् देवात्मा उस कन्या की इस सेवा को भूले नहीं, किन्तु दूसरे दिन प्रात:काल ही खास उस कन्या को देखने के लिए बोर्डिंग में तशरीफ ले गए और उसकी सेवाकारी कन्या की चारपाई के पास जाकर उसका हाल पूछा और जहाँ उसकी बीमारी

हम जब कभी किसी की तुलना करें, तो केवल उसकी अच्छाइयों की करें।
इससे हम सकारात्मक विचारों से घिरे रहेंगे।

के सम्बन्ध में उसे धैर्य दिया, वहाँ उसकी सेवाओं का वर्णन करके उसके लिए अपने गहरे हर्ष का प्रकाश किया। धन्य हैं हित अनुरागी भगवान् देवात्मा जिनके देव हृदय पर किसी मामूली सेवाकारी कन्या के सेवा के कार्य का इतना गहरा असर होता है कि आप उसके पास पहुँचकर अपनी प्रसन्नता का प्रकाश करने के लिए मजबूर होते हैं और धन्य है वह कन्या, जिसके जीवन में उनके देव प्रभावों से ऐसा उच्च परिवर्तन आया!!

– (सेवक, खण्ड 20, संख्या 12)

एक मेहतर की भी मरहम पट्टी करने के लिए तैयार हो जाना

1918 ई. का नवम्बर का महीना था, आने वाले महोत्सव के सम्बन्ध में विविध प्रकार की तैयारियों का काम जोर-शोर से हो रहा था। एक दिन परम पूजनीय भगवान् देवात्मा अपने नियम के अनुसार सैर से वापस आने पर तैयारियों के इस काम को देखने और उसके विषय में आवश्यक सूचनाएं देने के लिए मैमोरियल मन्दिर में तशरीफ लाए। मन्दिर के सेहन में फिरते हुए परम दयालु भगवान् की दृष्टि उस मेहतर के पाँव पर जा पड़ी कि जो उन दिनों मन्दिर में सफ़ाई का काम किया करता था और उस समय वहाँ आया हुआ था। उसके पाँव पर पट्टी बन्धी हुई देखकर पूजनीय भगवान् झट उसके समीप पहुँचे और गहरे हित भाव से भरकर उससे पूछा कि तुम्हारे पाँव में क्या तकलीफ़ है? उसने बताया कि उसे चोट लग गई थी और फिर पीप आदि पड़कर ज़ख्म खराब हो गया है। मैं भी उस समय भगवान् देवात्मा के साथ ही फिर रहा था। कृपा सागर भगवन् ने तत्काल मुझे फ़रमाया कि इसका ज़ख्म खोलकर अच्छी तरह से देखो और उसे साफ़ करके भली-भाँति मरहम पट्टी आदि करो, ताकि यह जल्दी राज़ी हो जाय और इस तकलीफ के कारण इसके काम में जो हर्ज होता है, वह भी जल्दी रुक सके। तुम्हें ऐसा करने में कोई झिझक न होनी चाहिए, यदि कोई झिझक हो, तो हम ख़ुद इसकी मरहम पट्टी कर देते हैं। परम पूजनीय भगवान् देवात्मा के इन शब्दों को सुनकर जहाँ मेरा और अन्य पास खड़े हुए जनों का हृदय उनके अत्यन्त महान् रूप के सम्मुख झुक गया, वहाँ मैंने अर्ज़ की कि आपकी कृपा से मुझे उसकी मरहम पट्टी करने में किसी प्रकार की भी झिझक नहीं है। ऐसा कहकर मैं थोड़ी देर में ही आवश्यक सामग्री ले आया और मैंने उसके ज़ख्म की अच्छी तरह मरहम पट्टी कर दी और उसके बाद भी कई दिन तक ऐसा करता रहा कि जिससे उसका पाँव बिलकुल

आनन्द मिलता है अपनी शक्तियों को काम में लगाने से।

अच्छा हो गया।

किसी कहलाने वाले अछूत को 'हरिजनों' के नाम से पुकारना और बात है, परन्तु उसे अपने जैसा ही मनुष्य जानकर उसके साथ हार्दिक सहानुभूति अनुभव करना और बिना उसके कुछ कहने या बताने के खुद ही उसकी किसी तकलीफ़ को अनुभव करना और उसकी किसी साधारण-सी-साधारण सेवा के लिए भी तैयार रहना और ऐसी सेवा करा देना पूर्णतः और बात है। धन्य हैं परम-हित-सम्पादक भगवान् देवात्मा!

- रत्नचन्द जौहर

(सेवक, खण्ड 24, संख्या 12)

दो छोटे लड़के घर से कुछ दूर खेल रहे थे। खेलने में वे इतने मस्त थे कि उन्हें पता ही नहीं चला कि वे भागते-भागते कब एक सुनसान जगह पहुँच गए। उस जगह एक पुराना कुँआ था और उनमें से एक लड़का गलती से कुँए में जा गिरा। दूसरा लड़का एकदम से डर गया और मदद के लिए चिल्लाने लगा, पर उस सुनसान जगह कहाँ कोई मदद को आने वाला था, फिर लड़के देखा कि कुँए के करीब ही एक पुरानी बाल्टी और रस्सी पड़ी हुई है, उसने तेजी दिखाते हुए तुरन्त रस्सी का एक सिरा वहाँ गड़े एक पत्थर से बाँधा और दूसरा सिरा नीचे कुँए में फेंक दिया। कुँए में गिरे लड़के ने रस्सी पकड़ ली, अब वह अपनी पूरी ताकत से उसे बाहर खींचने लगा, अथक प्रयास के बाद वे उसे ऊपर तक खींच लाया और उसकी जान बचा ली। जब गाँव में जाकर उन्होंने यह बात बताई तो किसी ने भी उन पर यकीन नहीं किया। एक आदमी बोला तुम एक बाल्टी पानी तो निकाल नहीं सकते, इस बच्चे को कैसे बाहर खींच सकते हो; तुम झूठ बोल रहे हो। तभी एक बुर्जुग बोला यह सही कह रहा हैं क्योंकि वहाँ पर इसके पास कोई दूसरा रास्ता नहीं था और वहाँ इसे कोई यह कहने वाला नहीं था कि 'तुम ऐसा नहीं कर सकते हो।' दोस्तों, ज़िन्दगी में अगर सफलता चाहते हो तो उन लोगों की बात मानना छोड़ दो जो यह कहते हैं कि तुम इसे नहीं कर सकते। दुनिया में अधिकतर लोग इसलिए सफल नहीं हो पाते क्योंकि वे ऐसे लोगों की बातों में आ जाते है जो न तो ख़ुद कामयाब होते हैं और न इस बात में यकीन करते हैं कि दूसरे कामयाब हो सकते हैं। हम सभी सब कुछ कर सकते हैं।

समय का सदुपयोग करने की कला जिसे आ गई, समझो
उसने सफलता का पहला पाठ सीख लिया।

देवात्मा की धर्मशिक्षा के प्रति मेरे उद्धार

विज्ञानमूलक सत्यधर्म प्रवर्तक एवं संस्थापक भगवान् देवात्मा ने धर्म विषयक जो खोज की है, इस अनुपम खोज को उन्होंने लिपिबद्ध करके अद्वितीय धर्मग्रन्थों की रचना की, 'देवधर्म' के भव्य नाम से जिस धर्म की स्थापना की है, अपनी विद्वतापूर्ण कलम से जिन प्रायः तीन सौ पुस्तकों की रचना की, अपनी अति हितकर और अति कल्याणकारी शिक्षा के प्रचार-प्रसार के लिए जिस धर्मसमाज की स्थापना की, साधारण किन्तु सच्चे धर्मजिज्ञासु जनों तक इस शिक्षा को पहुँचाने हेतु जिस अनुपम व्यवस्था की संरचना की, चारों जगतों के सभी अस्तित्वों के विषय में कर्तव्य कर्मों की अति अद्भुत शिक्षा प्रदान की तथा सबसे बढ़कर उन्होंने अपने जिस 'अद्वितीय आदर्श जीवन' का जो अनुपम दृष्टान्त प्रस्तुत किया है, उन सबका पिछले प्रायः पैंतालीस वर्षों से गहन अध्ययन करते-करते मुझ तुच्छ को देवधर्म का मानसिक रूप से जो थोड़ा-सा ज्ञान स्पष्ट हुआ है, वह सब अपने सुधि पाठकों की सेवा में नीचे उद्धृत करता हूँ। यथा -

हे मनुष्य प्रजाति के मेरे प्रिय साथी जनो, भगवान् देवात्मा की धर्मशिक्षा से मुझे यह समझ आने लगा है कि सत्यधर्म प्रकृति के विश्वव्यापी अटल नियमों के अनुसार उसकी कोख से प्रस्फुटित एवं विकसित हुआ है। क्योंकि, एकमात्र प्रकृति ही हर प्रकार के सत्यज्ञान का अतुल्य भण्डार है, अतः किसी भी विषय के प्रति (विशेषतः धर्म के प्रति) सत्य ज्ञान प्राप्त करने हेतु हमें प्रकृति की शरण में ही जाना पड़ेगा। प्रकृति किसी की इच्छा पर या किसी की आज्ञा के अनुसार नहीं चलती, वरन् उसकी एक सुदृढ़ एवं अटल कार्यशैली है; जिसको समझे बिना हमें धर्म का सत्य ज्ञान तथा बोध प्राप्त नहीं हो सकता। अतः धर्म की प्रकृति से प्रकृति के विश्वव्यापी अटल नियमों के आधार पर हम सबके लिए ज्ञान तथा विश्वास का सत्य आधार समझना नितान्त आवश्यक है। यथा -

1. हम सब जानदार अस्तित्वों के स्थूल शरीर तथा जीवनी शक्तियों अर्थात् आत्माओं का जन्म इस धरा पर प्रकृति की ही उच्च परिवर्तन विषयक सतत विकास प्रक्रिया के अन्तर्गत हुआ है। सरल शब्दों में...यही कि हम सबके अस्तित्वों का जन्म प्रकृति की कोख से जिन जीवन-रक्षक तथा जीवन विकासक नियमों के अन्तर्गत हुआ है; उन्हीं नियमों के अन्तर्गत हमारे अस्तित्वों (स्थूल शरीरों तथा आत्माओं) की रक्षा तथा विकास सम्भव है।
2. प्रकृति अर्थात् नेचर मात्र एक है। जो कुछ भी हमें दिखाई दे रहा है या आभास हो

जिसमें त्याग है वही प्रसन्न है। बाकी सब गम का असबाब है।

रहा है, वह सब कुछ इस सृष्टि में ही है, इससे बाहर कुछ भी नहीं है और न ही हो सकता है।

3. प्रकृति 'ज्ञान' का अद्भुत भण्डार है, जिसकी पूर्ण थाह हमें कभी नहीं मिल सकेगी। फिर भी अपने वास्तविक आत्मिक कल्याण के लिए प्रकृति का सत्यज्ञान प्राप्त करना हम सबके लिए नितान्त आवश्यक है।

4. हमारे भीतर कुछ प्रश्न उठने चाहियें तथा उनका पूर्णतः ठीक उत्तर मिलना चाहिए। यथा –

1. **ज्ञान किसे कहते हैं?** – किसी अस्तित्व के बारे में जो कुछ किसी जन या पुस्तक आदि के माध्यम से हमें जानकारी प्राप्त होती है, उसे ज्ञान कहते हैं। सरल शब्दों में.. किसी विषय के बारे में जानने को ज्ञान कहते हैं।

2. **मिथ्या का ज्ञान क्या होता है?** – किसी अस्तित्व व विषय के प्रति वह जानकारी जिसकी वैज्ञानिक विधि से जाँच पड़ताल न हो सकती हो अर्थात् जो अस्तित्व आदि काल्पनिक होने के कारण जाँच पड़ताल की सीमा से बाहर हो, उसे मिथ्या ज्ञान अथवा मिथ्या अस्तित्व कहते हैं।

3. **सत्यज्ञान क्या होता है?** – इसके उत्तर में हम कह सकते हैं कि किसी बात को ठीक-ठीक जानना सत्य ज्ञान कहलाता है। मनुष्य के लिए अपनी नाना बोध शक्तियों के द्वारा जहाँ तक और जिस-जिस प्रकार का ज्ञान लाभ करना सम्भव है, उसके विचार से इस प्रकृति की गठन में जो बात जैसी है, उसे ठीक वैसा ही जानना, वैसा ही समझना व उसे वैसा ही बोध करना उस सम्बन्ध में सत्यज्ञान कहलाता है।

4. **विश्वास किसे कहते हैं?** – 'विश्वास' मानने को कहते हैं, न कि जानने को। विश्वास भाव से परिचालित होकर कोई जन किसी के कहने या बताने पर किसी बात पर विश्वास कर लेता है। यह विश्वास सत्यमूलक हो भी सकता है और नहीं भी।

5. **मिथ्या विश्वास क्या होता है?** – किसी विषय में जो 'विश्वास' वैज्ञानिक विधि के द्वारा जाँचा या परखा न जा सके, वह मिथ्या विश्वास होता है। सरल शब्दों में...जो अस्तित्व या विषय काल्पनिक हो अर्थात् प्रकृति में वास्तव में वर्तमान न हो और न ही जाँच पड़ताल के क्षेत्र में आता हो, उसके विषय में जो भी विश्वास है, वह मिथ्या विश्वास है। नेचर सत्य ज्ञान का आकूत भण्डार है तथा ऐसा ज्ञान वास्तविकता

आत्मविश्वास सफलता का मुख्य रहस्य है।

है तथा वैज्ञानिक विधि के द्वारा उसकी जाँच पड़ताल करके सही परिणाम प्राप्त किए जा सकते हैं।

6. सत्य विश्वास क्या होता है? - किसी भी विषय में जो 'विश्वास' वैज्ञानिक विधि के द्वारा जाँचा परखा जा सके, वह सत्य विश्वास होता है। सरल शब्दों में - जो अस्तित्व प्रकृति में वास्तव में वर्तमान है तथा जो ज्ञान प्रकृति की विश्वव्यापी कार्यशैली के अनुकूल है तथा जिसकी वैज्ञानिक विधि के द्वारा जाँच-पड़ताल करके ठीक-ठीक परिणाम प्राप्त किया जा सके, वह 'सत्य विश्वास' कहलाता है।

7. हमें सत्य ज्ञान एवं सत्य विश्वास क्यों प्राप्त करने चाहिए? - हम सबके लिए नितान्त आवश्यक है कि हम प्रकृति की कार्यशैली का धर्म की दृष्टि से सत्यज्ञान तथा बोध लाभ करें। प्रकृति में घटने वाली प्रत्येक अच्छी और बुरी घटना उसके विश्वव्यापी अटल नियमों के अनुसार घटती है। प्रकृति में कोई भी घटना अटकल पच्चू अर्थात् किसी की मनमर्जी पर नहीं घटती अर्थात् तर्कहीन नहीं होती। प्रकृति तथा उसकी कार्यशैली शत-प्रतिशत विश्वसनीय होती है। यदि ऐसा न हो, तो फिर वैज्ञानिक विधि से किसी विषय में भी कोई जाँच-पड़ताल न तो हो सकती है और न ही ठीक परिणाम प्राप्त हो सकते हैं।

मेरे सुधि मित्रो! भगवान् देवात्मा की विज्ञानमूलक धर्मशिक्षा क्योंकि प्रकृति की कोख से प्रस्फुटित तथा विकसित हुई है, इसलिए वैज्ञानिक विधि के द्वारा उसकी अच्छी तरह जाँच-पड़ताल करके सही परिणाम प्राप्त हो सकते हैं। जहाँ तथाकथित मजहबी शिक्षा मनुष्य को आज्ञा देती है, वहाँ विज्ञान आज्ञा नहीं, अपितु सलाह देता है, जिसे हम सब सत्य ज्ञान तथा सत्य विश्वास के आधार पर अपनाकर सच्चा आत्म कल्याण लाभ कर सकते हैं।

काश! हम सब 'विज्ञान पर आधारित धर्म' का सच्चा मर्म समझ सकें तथा अपना वास्तविक आत्म कल्याण प्राप्त कर सकें!!

- देवधर्मी

विडम्बना

मनुष्य की सबसे बड़ी विडम्बना यह है कि उसे झूठी तारीफ़ सुनकर बर्बाद होना तो पसन्द है, किन्तु सच्ची आलोचना सुनकर सम्भलना पसन्द नहीं है।

जीवन में दु:खद बात यह है कि हम बड़े तो जल्दी हो जाते हैं,
लेकिन समझदार देर से होते हैं।

पीठ पीछे बुराई

आओ, आज देखते हैं कि किसी के बारे में गप्पें हाँकना, उल्टी-सीधी बातें करना, पीठ पीछे बुराई करना आत्मा के लिए क्यों हानिकारक है। मनुष्य समाज की जैसी बनावट है, उसमें तुम्हें हर तरह के लोगों से सम्बन्ध रखना पड़ता है। सब लोग अच्छे और भले हों, यह ज़रूरी नहीं है। कुछ छल-कपट करते हैं, कुछ बेवजह झूठ बोलते हैं, कुछ बहुत ज़्यादा शिकायतें करते हैं, कुछ बात-बेबात गुस्सा हो जाते हैं आदि। हर इन्सान के स्वभाव में कोई न कोई कमी रहती है। कोई भी व्यक्ति 'सम्पूर्ण' नहीं है। परन्तु किसी एक व दूसरी कमी की वजह से अपने दोस्तों से दूर होते जाओगे, तो जल्द ही अपने को अकेला पाओगे।

अब लोग दोस्तों से उनकी कमियों की वजह से दूर होकर, सम्बन्ध तोड़ने का कठोर निर्णय तो नहीं उठाते, पर उनके बारे में पीठ पीछे बुराई करके, गपशप करके, उनके बारे में उल्टी-सीधी अफवाहें फैलाकर, उनकी छोटी-सी ग़लती को भी बढ़ा-चढ़ाकर औरों को बताकर अपने मन की भड़ास निकालते हैं। जाहिर है कि ऐसा व्यवहार किसी के लिए भी लाभकारी नहीं होता। दूसरों की बुराई करना, दूसरों को नीचा दिखाना, स्वयं की प्रशंसा करने का एक गैर-ईमानदार तरीका है। मगर ख़ुद ही अपनी प्रशंसा करोगे, तो वह किस काम की? असली बात तो तब है, जब दूसरे लोग तुम्हारे पीठ-पीछे तुम्हारी प्रशंसा करें।

छोटी-छोटी बातों को लेकर - कि फलाना दोस्त कंजूस है (मतलब मैं दिलदार हूँ। बोर है और कुछ नया काम नहीं करता (मतलब मैं मिलनसार तथा क्रियाशील हूँ) या पत्नी से डरता है (मतलब मैं अपने घर का बादशाह हूँ) - दूसरों की पीठ पीछे बुराई करना ग़लत है। यह तुम्हारे अहं को हवा देना है, तुम्हारे अहंकार को बढ़ावा देना है। यह तुम्हारी आत्मा के लिए हानिकारक है। यदि तुम गप्पबाजी करते हो, तो लोग भी यह देखकर तुम्हारे बारे में अनर्गल बातें करने को प्रोत्साहित होते हैं। यदि कोई इन्सान कभी किसी की पीठ पीछे बुराई नहीं करता, तो दूसरे भी उसके बारे में ग़लत बातें करना मुनासिब नहीं समझते या शर्म महसूस करते हैं ऐसा करने में। इसके ठीक विपरीत यदि तुम किसी के बारे में अनर्गल बोलते हो, तो बात फैलती है और फिर दूसरे भी तुम्हारे बारे में ऐसी ही बातें करने में कोई शर्म महसूस नहीं करते। इससे तुम्हारे नाम-प्रतिष्ठा को ठेस तो लगती ही है, साथ ही जिसके बारे में उल्टा-सीधा बोल रहे हो, उसे मालूम पड़ेगा तो वह तुम्हें जो बद्दुआएं देगा, सो अलग।

तो इसलिए, ऐसे हानिकारक भाव को बीजरूप में भी पनपने नहीं देना

हर इन्सान में कोई न कोई प्रतिभा ज़रूर होती है, पर लोग अकसर इसे दूसरे जैसा बनने में नष्ट कर देते हैं।

चाहिए। न तो किसी की पीठ पीछे बुराई करो और न ही किसी की पीठ पीछे बुराई सुनो। इसमें ही तुम्हारे दिल-ओ-दिमाग़ की शान्ति का रास्ता है, तुम्हारी आत्मा की उन्नति की राह है। - परलोक सन्देश

जीवन की समझ

जवानी में शारीरिक इच्छाएं चरम पर होती हैं और पहले 20 साल पलभर में गुजर जाते हैं। इसके बाद नौकरी की तलाश शुरू होती है। यह नहीं, वो नहीं, दूर नहीं। कई नौकरियाँ बदलने के बाद एक स्थिरता वाली नौकरी मिलती है। पहली तनख्वाह का चेक जैसे ही हाथ में आता है, उसे बैंक में जमा करवा दिया जाता है और फिर शून्य का खेल शुरू हो जाता है। कुछ और साल बीत जाते हैं और बैंक में शून्य बढ़ने लगते हैं। 25 की उम्र में शादी हो जाती है और जीवन की एक नई शुरूआत होती है। शुरूआती साल गुलाबी सपनों से भरे होते हैं - हाथों में हाथ डालकर चलना, सपनों की दुनिया में खो जाना। फिर बच्चे की आहट होती है और पालना झूलने लगता है। अब पूरा ध्यान बच्चे की देखभाल पर केन्द्रित हो जाता है -उठाना, खिलाना, सुलाना। समय का पता ही नहीं चलता।

इसी बीच, हाथ छूट जाते हैं, बातें और घूमना बन्द हो जाता है। वह बच्चे में व्यस्त हो जाती है और मैं काम में। घर, गाड़ी की किस्तें, बच्चे की शिक्षा, भविष्य की चिन्ता और बैंक में शून्य बढ़ने का चक्र चलने लगता है।

35 की उम्र में, सब कुछ होते हुए भी मन में खालीपन महसूस होता है। चिड़चिड़ाहट बढ़ती है और मैं ख़ुद में खोया रहने लगता हूँ। बच्चा बड़ा होता जाता है और कब 10 वीं की परीक्षा आकर चली जाती है, पता ही नहीं चलता।

40 की उम्र तक आते-आते बैंक में शून्य बढ़ते रहते हैं। एक दिन, पुरानी यादों में खोकर मैंने कहा, आओ, पास बैठो, कहीं घूमने चलते हैं। उसने मुझे अजीब नज़रों से देखा और कहा, अब इस उम्र में ऐसी बातें सूझ रही हैं, यहाँ कितना काम पड़ा है। फिर वह अपने पल्लू को खोंसकर चली गई।

45 वर्ष की उम्र में चश्मा चढ़ जाता है, बाल सफेद होने लगते हैं और ज़िन्दगी उलझनों में घिर जाती है। बच्चे कॉलेज में चले जाते हैं और बैंक में शून्य बढ़ते रहते हैं।

50 की उम्र आते-आते, बाहर निकलने के प्लान बन्द हो जाते हैं। दवाइयों

सिर्फ़ खाने और सोने का नाम जीवन नहीं है। जीवन नाम है,
हमेशा आगे बढ़ते रहने की लगन का।

का समय तय हो जाता है। बच्चे बड़े हो जाते हैं और अपने जीवन में व्यस्त हो जाते हैं।

एक दिन, बेटे ने फ़ोन पर बताया कि उसने विदेश में शादी कर ली है और अब वहीं रहेगा। उसने सलाह दी कि बैंक के शून्यों को वृद्धाश्रम में खर्च कर देना।

मैंने सोफे पर बैठकर ठण्डी हवा का आनन्द लिया, जबकि वह पूजा में व्यस्त थी। मैंने कहा, "चलो, आज फिर हाथ में हाथ डालकर बातें करते हैं।" उसने जवाब दिया, "अभी आई।" मेरे चेहरे पर ख़ुशी की झलक आई, आँखें भर आईं। लेकिन फिर अचानक आँखों की चमक फीकी पड़ गई और मैं हमेशा के लिए शान्त हो गया।

उसने पूजा ख़त्म की और मेरे पास आई। "क्या कह रहे थे?" उसने पूछा, लेकिन मैं कुछ नहीं बोल पाया। उसने मेरे शरीर को छूकर देखा मैं ठण्डा पड़ चुका था। उसने एक क्षण के लिए शून्य में देखा, फिर उठकर पूजा घर में एक अगरबत्ती जलाई और वापस सोफे पर आकर बैठ गई। मेरा ठण्डा हाथ पकड़े हुए बोली, चलो, कहाँ घूमने चलना है तुम्हें? क्या बातें करनी हैं? उसकी आँखों में आँसू भर आए। वह मुझे निहारती रही, आँसुओं की धारा बहती रही। मेरे सर का भार उसके कन्धों पर गिर गया। ठण्डी हवा अब भी चल रही थी। क्या यही जीवन है?

सीख – इस कहानी से हमें यह समझना चाहिए कि जीवन की असली ख़ुशी धन-दौलत में नहीं, बल्कि प्यार, समझदारी और साथ बिताए गए पलों में होती है।

प्रेषक – राजेश रामानी

धर्मपत्नी कौन?

आप पत्नी हैं और आपने पति से कई बार झगड़ा किया होगा। अब तरुण सागर के कहने पर एक एक बार झगड़ा और करो। अगर तुम्हारा पति शराब पीता है, गुटखा खाता है, सिगरेट पीता है, झूठ बोलता है या जुआ-सट्टा खेलता है, तो अपने पति से साफ़-साफ़ कह दो, "या तो अपनी बुरी आदत सुधारो, वरना इस घर में या तो आप रहेंगे या हम।" जिस तरीक़े से आप सुधार कर सकती हैं, वही तरीका अपनाएं, क्योंकि आप पति की अर्धांगिनी हैं। धर्मपत्नी वही है, जो अपने पति को धर्म के रास्ते पर ले जाये।

अगर पत्नी ऐसा नहीं करती, तो वह सिर्फ़ पत्नी है, धर्मपत्नी नहीं।

– मुनि तरुण सागर

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

रावण ज़िन्दा है

विजयदशमी का पर्व मनाकर हम बहुत प्रसन्न होते हैं कि हमने प्रति वर्ष लम्बे होते रावण के पुतले को जला दिया और बुराई पर अच्छाई और अधर्म पर धर्म की विजय हुई। प्रतिवर्ष रावण के पुतले का बढ़ता हुआ कद क्या हमें यह सन्देश नहीं देता कि हमारे अपने भीतर हमारे मनों में, परिवार समाज में, प्रदेश में और देश में बुराइयाँ निरन्तर बढ़ती जा रही हैं। इस पर भी गम्भीरतापूर्वक चिन्तन करें तो मेरे भीतर काम, क्रोध, लाभ, मोह, ईर्ष्या, द्वेष, स्वार्थ, अहंकार जैसी कलुषित भावनाएं रावण के पुतले के कद की तरह लगातार बढ़ रही हैं।

परिवारों में देखे तो टूटते हुए संयुक्त परिवार, बढ़ते हुए वृद्ध आश्रम, वृद्धा अवस्था में बच्चों द्वारा माँ-बाप को उनके हाल पर छोड़ देना, बढ़ते तलाख के मामले, करियर के नाम पर पलायन करते युवा, चरम पर सास-बहु विवाद, कानूनों का दुरुपयोग करके मुकदमे दर्ज करवाती बहुएं सम्पत्ति विवाद जैसी बुराइयों को ख़त्म किए बिना और रामचरित्र से आदर्श परिवार के गुणों को धारण किए बिना हम कैसे कह सकते हैं कि हमने रावण को मार दिया। हर शहर में रावण के पुतले का बढ़ता कद क्या यह नहीं बताता की रावण आज भी ज़िन्दा है और हमारे अपने परिवारों में हमारे बीच रह रहा है।

यदि समाज की बात करें, तो विदेशी अंग्रेज़ी/अंग्रेज़ियत का मोह, केवल अंग्रेज़ी जानने वाले को ही पढ़ा-लिखा समझना, नई शिक्षा नीति आने के बाद भी गुलामी की मानसिकता देने वाली मैकाले की शिक्षा व्यवस्था का लगातार चलते रहना, संस्कारविहीन शिक्षा, राष्ट्र प्रेम सीखने का अभाव, जंक फूड का बढ़ता प्रचलन, मोबाइल और कम्प्यूटर गेम्स के आदी बनते बच्चे, भोगवाद, विलासिता, नग्नता को ही विकसित होने का पर्याय मानना, टूटते परिवार, बिखरता समाज यह देखकर लगता है कि रावण अभी ज़िन्दा है मरा नहीं, अपितु उसका कद निरन्तर बढ़ रहा है।

अब राष्ट्र की बात करें तो देश में ऊँच-नीच का भेदभाव, तथाकथित उच्च जातियों द्वारा निम्न वर्ग पर अत्याचार, जातिवाद का भेदभाव, जातिवाद के नाम पर टूटता समाज, समाज को तोड़कर कबीलों में बाँटते हुए आपस में लड़वाकर वोट बैंक बना कर हमारे कन्धों को सीढ़ी बनाकर सत्ता को पाने की कोशिश में विघटन पैदा करते जातिवादी राजनेता, बढ़ती हुई धार्मिक कट्टरता, आन्तरिक सुरक्षा को खतरा अपने स्वार्थ और लाभ के लिए विदेशी मदद लेते जयचन्द, अधिकारियों। अपराधियों और नेताओं का नापाक गठजोड़, भ्रष्टाचार को सामाजिक मान्यता, देश में बढ़ता

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

नक्सलवाद, पड़ोसी के पाक द्वारा प्रायोजित आतंकवाद पाक प्रायोजित आतंकवाद के देसी समर्थक, देश की छवि धूमिल करने का दुष्प्रचार, हमारी आर्थिक ताकत को कमज़ोर करने की कोशिश, इन सभी को देखते हैं तो लगता है कि रावण अभी ज़िन्दा है रावण अभी मरा नहीं, रावण के पुतले का बढ़ता कद हमें यह बतलाता है कि यह बुराइयाँ हमारे राष्ट्र में निरन्तर बढ़ रही हैं।

विजयदशमी के दिन रावण के पुतले का वध करके हम बेकार ही प्रसन्न होते हैं। थोड़ा चिन्तन करें, तो साफ़ दिखाई देता है - आज का रावण बहुत चालाक हो गया है। वह तो राम रूप धर लेता है। हमारे भीतर अपना स्थान बनाकर रहता है। अब तो ऐसा लगता है, रावण ने ही रावण के पुतले का दहन किया हो।

विजयदशमी के दिन हमारे भीतर हमारे मन के अन्धेरे कोनों में छिपा रावण अटटाहस लगाकर हंस रहा हो कि वह तो जीवित है हमारे ही भीतर काम, क्रोध, लोभ, मोह, ईष्या, द्वेष अहंकार आदि कुलुषित भावनाओं के रूप में ज़िन्दा है। जब तक समाज में जातिवाद भाषा क्षेत्र, ऊँच-नीच के वाद-विवाद हैं, तब तक समझें रावण अभी मरा नहीं हमारे समाज में जीवित है।

जब तक राष्ट्र विरोधी ताकतें मेरे देश की अखंडता सम्प्रभुता पर खतरा बनी हुई है, तब तक समझो कि रावण अभी मरा नहीं। हमें अपने भीतर मन के अन्धेरे कोनों में चोर की तरह छिपे रावण का वध मानवीयता व सदाचार से करना होगा। समाज में पाखण्ड अन्धविश्वास आपसी झगड़ों के रावण का वध सत्य के अर्थ के प्रकाश से करना होगा और राष्ट्र विरोधी ताकतों को पराक्रम से कुचल कर रावण का वध करना होगा।

न्यूज पेपर कटिंग से साभार

- प्रो. नरेन्द्र आहूजा विवेक,
एमवीएन विश्वविद्यालय पलवल

जीने का उसूल

चलो, ज़िन्दगी को जिन्दादिली से जीने के लिए एक छोटा-सा उसूल बनाते हैं। रोज कुछ अच्छा याद रखते हैं और कुछ बुरा भूल जाते हैं।

क़दम ऐसा चलो कि निशान बन जाए। काम ऐसा करो कि पहचान बन जाए,
ज़िन्दगी तो हर कोई जी लेता है, मगर ऐसी जिओ कि मिसाल बन जाए।

आई.आई.टी. रुड़की में व्याख्यान माला

सन्तोष का विषय है कि प्रो. नवनीत जी अरोड़ा को गतवर्ष की भाँति आई. आई.टी. रुड़की के फर्स्ट ईयर के सभी छात्रों को Ethics मानवीय मूल्यों से सम्बन्धित कोर्स को पढ़ाने का इस वर्ष पुन: मौका मिला है। पिछले वर्ष 1350 बच्चों को चार घण्टे उनके इस विषय पर व्याख्यान सुनने का सौभाग्य मिला था और इस वर्ष छ: घण्टे प्रत्येक विद्यार्थी को उनके प्रेरणास्पद उद्‌बोधनों से लाभ उठाने का अवसर मिल रहा है। आपने अपनी रूटीन क्लासेस व जिम्मेदारियों के भिन्न बच्चों को नैतिक मूल्यों को पढ़ाने की डयूटी स्वैच्छिक रूप से ली है। आशा है विद्यार्थी इन उद्‌बोधनों से जीवनभर लाभान्वित होंगे। सबका शुभ हो!

समस्या का समाधान

पृथ्वी पर कोई भी व्यक्ति ऐसा नहीं है, जिसकी कोई समस्या न हो और पृथ्वी पर कोई समस्या ऐसी नहीं है, जिसका कोई समाधान न हो। समस्या का समाधान इस बात पर निर्भर करता है कि हमारा सलाहकार कौन है?

देवाश्रम (फेज़ - II) प्रगति रिपोर्ट एवं अपील

हर्ष का विषय है कि धर्मसाथियों एवं शुभचिन्तकों के निरन्तर सहयोग से देवाश्रम (फेज़ - II) का निर्माण कार्य प्रगति पर है। 24 सितम्बर, 2024 को सैकण्ड फ्लोर की छत पड़ चुकी है। अब तक चार छत पड़ चुकी हैं और एक छत पड़नी शेष है। मौक़ा है, सेवा के कार्य में भागीदारी का। क्या ही अच्छा हो, यदि आप भी अपनी बूँद डालें।

आवश्यकता है -

1. सीमेन्ट 1500 कट्टे - प्रति कट्टा प्राय: 500/-
2. ईंट 50,000 - प्रति एक हज़ार प्राय: 7500/-
3. सरिया 250 क्विंटल - प्रति क्विंटल प्राय: 6000/-

अधिक जानकारी व सहयोग हेतु कॉल कर सकते हैं - 94123-07242

विनम्र निवेदक - प्रो. नवनीत अरोड़ा

दिल के अच्छे होने के साथ-साथ आप जुबान से भी अच्छे हों तो बेहतर है।
लोगों का वास्ता पहले जुबान से पड़ता है, दिल तक
तो कुछ खास लोग ही पहुँच पाते हैं।

श्राद्ध काल की सार्थकता

(ऑनलाइन शिविर)

18-29 सितम्बर, 2024 के दौरान परलोकवासियों के सम्बन्ध में पाठ विचार के दिन चल रहे थे। इन दिनों ऑनलाइन एक शिविर का आयोजन किया गया। इस हेतु एक ग्रुप बनाया गया, जिसे प्राय: तीन सौ जनों ने ज्वाइन किया।

इस शिविर में रोजाना एक विषय पर वीडियो साधन डाला जाता रहा। 22 व 29 सितम्बर को जूम मीटिंग से प्रतिभागी जुड़े तथा उनके प्रश्नों के उत्तर दिए गए।

इन बारह दिनों में निम्न विषयों पर वीडियो साधनों से प्रतिभागियों को लाभ मिला।

1. श्राद्ध की समझ, 2. ज़िन्दगी की सच्चाई, 3. चार जन्म,
4. तीन प्रश्न, 5. चिन्तन सत्र Q & A., 6. जीवन सार बिसारा,
7. आत्मिक पूजी का महत्त्व, 8. तू कर फिक्र., 9. मुख्य क्या व गौण क्या?,
10. परलोक में हमारा स्तर, 11. अभी नहीं तो कब?, 12. मार्गदर्शन कहाँ से लूँ।

इन सत्रों से पाये लाभों का वर्णन भी प्रतिभागी करते रहे। ये सभी सत्र यूट्यूब पर Shubhho Better Life चैनल में उपलब्ध हैं। सबका शुभ हो!

शोक समाचार

शोक का विषय है कि मिशन के श्रद्धावान् व सहयोगी सेठ सुमेर चन्द जी गर्ग का 23 सितम्बर, 2024 को प्राय: 79 वर्ष की आयु में सिरसा (हरियाणा) में देहान्त हो गया। आप अच्छे हृदय के मालिक, दानी, मिलनसार व सूझबूझ वाले इन्सान थे। मिशन को प्राय: दो दशकों से निरन्तर सहयोग भेज रहे थे। आपका परलोक में हर प्रकार से शुभ हो!

शोक का विषय है कि श्रीमती लीलावती लालचन्द सन्तवानी जी, अहमदाबाद का प्राय: 90 वर्ष की आयु में 10 अक्टूबर, 2024 को देहान्त हो गया। आपके सुयोग्य सुपुत्र श्री भरत सन्तवानी जी व उनका परिवार पिछले दो दशक से निरन्तर मिशन हेतु सहयोग भेजते आ रहे हैं। आपका परलोक में हर प्रकार से शुभ हो!

शोक का विषय है कि श्रीमान् बलदेव सिंह जी, भूतपूर्व मंत्री देवसमाज का प्राय: 97 वर्ष की आयु में 11 अक्टूबर, 2024 को चण्डीगढ़ में देहान्त हो गया। आपका परलोक में हर प्रकार से शुभ हो!

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

प्रेरणास्पद उद्‌बोधन सेवा

रुड़की - 18 अगस्त, 2024 को स्थानीय जैन मन्दिर, आदर्श नगर में जैन समाज द्वारा क्षमावाणी का पर्व मनाया गया। इसमें प्रो. नवनीत अरोड़ा जी को मुख्य वक्ता के रूप में आमन्त्रित किया गया। आपने इस अवसर क्षमा माँगने व क्षमा करने के महत्त्व को स्पष्ट करते हुए प्राय: 30 मिनट का हृदयस्पर्शी उद्‌बोधन दिया। इसमें प्राय: 100 प्रबुद्ध जन लाभान्वित हुए। यह उद्‌बोधन यूट्यूब चैनल - Shubhho Better Life में उपलब्ध है। इस अवसर पर 'मेरा जीवन' एवं 'मेरी सफलता' नामक पचास पुस्तकें जैन समाज की ओर से वितरित की गई।

हरिद्वार- 1 अक्टूबर, 2024 International Day for Elderly Persons के अवसर पर Shehjaar (शीतल छाया) Homes for Senior Citizens द्वारा एक National Conference का आयोजन किया गया, जिसका थीम था - वरिष्ठ नागरिक कल्याण - हमारा दायित्व Senior Citizens Wellfare - Our Responsibilities. इस अवसर पर प्रो. नवनीत अरोड़ा जी को मुख्य अतिथि के रूप में आमन्त्रित किया गया। धर्मसाथी श्री ब्रिजेश कुमार जी गुप्ता एवं आदेश जी सैनी साथ गए। आप दोनों ने बुक स्टाल भी संभाला। प्रो. नवनीत जी ने 40 मिनट हृदयों को झंझोड़ने वाला उद्‌बोधन दिया। विषय था - Graceful Ageing - सुन्दर वृद्धावस्था।

120 के लगभग प्रबृद्ध वरिष्ठ नागरिक लाभान्वित हुए, जो इस संस्था के विभिन्न केन्द्रों यथा- पुणे, भुवनेश्वर, फरीदाबाद एवं हरिद्वार से एकत्र हुए थे।

संस्था द्वारा Graceful Ageing की 130 प्रतियाँ खरीदकर प्रतिभागियों को वितरित की गईं। इसके भिन्न इस पुस्तक के हिन्दी अनुवाद 'जीवन का सुनहरा दौर' की प्रतियाँ भी सभी प्रतिभागियों को दी गईं, ये संस्था ने पहले ही खरीद की हुई थीं। इसके भिन्न प्रतिभागियों ने 3300/- की पुस्तकें मिशन के स्टाल से स्वेच्छा से खरीद कीं। सबका शुभ हो!

कपूरथला केन्द्र समाचार

02 अक्टूबर, 2024 को कपूरथला निवासी श्रीमती कौशल्या देवी जी के घर पर उनके परिवार को लेकर श्री श्रेष्ठ अरोड़ा जी ने परलोक की शिक्षा पर साधन करवाया। 'अटल सत्य' पुस्तक की मदद से भजन व प्रार्थना के द्वारा बहुत अच्छा वातावरण बना। 200/- दान में मिले। आपने इसी प्रकार का साधन उसी दिन रेलवे कोच फैक्ट्री कपूरथला में श्री बिशन कुमार जी अरोड़ा के निवास पर करवाया।

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

सम्पूर्ण जीवन विज्ञान - वर्कशॉप

(11-15 सितम्बर, 2024)

देवात्मा दर्शन पर आधारित पाँच दिवसीय आवासीय वर्कशॉप - सम्पूर्ण जीवन विज्ञान 11 सितम्बर, 2024 को प्रात: 11:00 बजे प्रारम्भ होकर 15 सितम्बर 2024 को दोपहर एक बजे तक चली। यह अपने आप में अनूठा प्रयास था, जो अत्यन्त सफल प्रमाणित हुआ। इसमें 12 सत्रों में जीवन विज्ञान की समझ दी गई तथा पाँच सत्र अलग से चिन्तन सत्र के नाम से रखे गए। कुल मिलाकर डेढ़ घण्टे के 17 सत्र हुए। सभी सत्रों का संयोजन प्रो. नवनीत जी ने किया। इसमें प्रतिभागी सुबह 9 बजे से सायं 7:00 बजे व्यस्त रहे, लेकिन सभी का उत्साह, जिज्ञासा व अनुशासन देखते ही बनता था। इस वर्कशॉप में निम्न स्थानों से प्रतिभागी लाभान्वित हुए -

मध्यप्रदेश - भोपाल (01), गुजरात - सूरत (01), राजस्थान - पदमपुर (03), पंजाब - मोगा (02), लुधियाना (04), संगरूर (03), हरियाणा - बराड़ा (01), पंचकूला (03), अम्बाला शहर (02), हिमाचल - कांगड़ा (03), तिसंग (01), गाज़ियाबाद (01), उत्तर प्रदेश - बेहट (05), भायला (01), श्री अकबरपुर (01), उत्तराखण्ड - देहरादून (06), विकासनगर (02), खजूरी (01), छुटमलपुर (01), गुरुकुल नारसन (01), भलसवागंज (02)।

वर्कशॉप के दौरान माइक, रिकार्डिंग सेवा - मयंक रामानी जी एवं राजकुमार जी गुप्ता ने बखूबी निभाई। भोजन व्यवस्था - श्रीमती पूनम जैन एवं मैकूराम जी की टीम ने संभाली। सामान लाने व अन्य व्यवस्थाएं श्रीमान् रामनाथ जी बतरा, ब्रिजेश जी गुप्ता, आदेश जी सैनी एवं श्री सुशील कुमार जी ने कीं। ऑफिस की सेवा श्री संजय जी धीमान ने निभाई। वर्कशॉप का खर्च दान से पूरा हुआ।

वर्कशॉप के दौरान सारा वातावरण सकारात्मकता से भरपूर रहा। अन्तिम सत्र में सभी को भाव प्रकाश करने का अवसर मिला। शीघ्र यह वर्कशॉप ऑनलाइन भी सम्पन्न करवाई जायेगी। सबका शुभ हो!

अच्छे भाव

जैसे शहद से भरा एक मिट्टी बर्तन ज़हर से भरे सोने के बर्तन से क़ीमती है, वैसे ही बाहर की चमक-दमक से हमारे भीतर के अच्छे भाव कहीं ज़्यादा क़ीमती हैं।

ताकत और पैसा ज़िन्दगी के फल हैं, परिवार और मित्र जड़ हैं। हम फल के बिना काम चला सकते हैं, पर जड़ के बिना खड़े नहीं हो सकते हैं।

आत्मबल विकास महाशिविर (17-20 दिसम्बर, 2024)

भावपूर्ण निमन्त्रण

17-12-2024, मंगलवार

सायं 5:30 बजे से 7:00 बजे : प्रार्थना, शारीरिक एवं आत्मिक हीलिंग सत्र

रात्रि 8:30 बजे से 9:30 बजे : भजन वेला (प्रार्थना विषयक)

18-12-2024, बुधवार

प्रात: 5:30-6:30 बजे	:	सुप्रभात साधन
प्रात: 10:00-12:00 बजे	:	मानवता की ओर - एक संगोष्ठी
सायं 4:00 बजे	:	शिक्षा, शिक्षार्थी व शिक्षक - एक संगोष्ठी
सायं 6:00-7:00 बजे	:	देवात्मा की देन - नेचर तत्व
रात्रि 8:30 बजे	:	भजन वेला- उपकार स्मरण

19-12-2024, बृहस्पतिवार

प्रात: 5:30-6:30 बजे	:	सुप्रभात साधन
प्रात: 9:00 बजे	:	देवात्मा की देन - सत्य व मिथ्या तत्व
प्रात: 10:15-11:30 बजे	:	मनुष्यात्मा की गठन (Anatomy of Soul)
दोपहर 12:00 बजे	:	देवाश्रम (फेज़ - II) विजिट
सायं 4:00 बजे	:	बाल सभा
सायं 5:30 बजे	:	सम्बन्ध तत्व के शिक्षक-देवात्मा
रात्रि 8:30 बजे	:	चिन्तन-2024 एवं संकल्प-2025

20-12-2024, शुक्रवार

(परम पूजनीय भगवान् देवात्मा का शुभ जन्म दिवस)

प्रात: 6.00 बजे	:	भजन, जन्म वेला की महिमा
प्रात: 9.00 बजे (साधना सत्र)	:	विकासक्रम की देन देवात्मा एवं देवात्मा की देन सत्यधर्म
प्रात: 11:30	:	शिष्य ग्रहण एवं समापन सत्र

शिविर स्थल - हरमिलाप धर्मशाला, सॉकेत, रुड़की

सम्पर्क सूत्र - 99271-46962, 94672-47438

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

सम्पर्क सूत्र :

सत्य धर्म बोध मिशन

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

स्वामी डॉ. नवनीत अरोड़ा के लिए प्रकाशक व मुद्रक श्री ब्रिजेश गुप्ता ने कुश ऑफसैट प्रैस, ग्रेटर कैलाश कॉलोनी, जनता रोड, सहारनपुर में मुद्रित करवा कर 711/40, मथुरा विहार, मकतूलपुरी, रुड़की से प्रकाशित किया

सम्पादक - डॉ0 नवनीत अरोड़ा, डी - 05, हिल व्यू अपार्टमेण्ट्स, आई.आई.टी. परिसर, रुड़की

ज़िला हरिद्वार - 247667 (उत्तराखण्ड) 01332-285667, 94123-07242