

मन के जीते जीत सदा

दैनिक

● मुद्रण तारीख - 03-06-2016 ● अंक- 544 ● तारीख - 04 जून 2016, ज्येष्ठ कृष्ण - 14 ● शनिवार ● उदयपुर ● कुल पृष्ठ-02 ● मूल्य-1 रूपया ● पृष्ठ-01

श्री सत्यसाई बाबा (अनमोल वचन)



मंदिर
मंदिर ग्राम का हृदय है तथा वहां जलता हुआ दीपक समस्त ग्राम का प्राण है। इसे ज्वलन्त जगमगाता एवं स्वच्छ रखो। — श्री सत्य साई बाबा

नीति श्लोक

येन द्यौरुगा पृथिवी च दृढा येन स्वः स्तभितं येन नाकः।
यो अन्तरिक्षे रजसो विमानः कस्मै देवाय हविषा विधेम।।
अर्थात् जिस दैवीय शक्ति ने इस विशाल द्युलोक को, पृथ्वी को, स्वर्ग और आकाश को अपने स्वरूप में स्थिर कर रखा है और जो अंतरिक्ष में भी व्याप्त है—उस ईश्वर को छोड़कर हम किसी अन्य देव की स्तुति और उपासना कैसे कर सकते हैं।

पंच बदरी तीर्थ

ऐसी मान्यता है कि बदरीनाथ की यात्रा तभी पूर्ण होती है, जब यात्री भगवान विष्णु के पाँचों अधिष्ठानों का दर्शन-पूजन करे। इनमें प्रमुख अधिष्ठान नर-नारायण आश्रम बदरीनाथ है। अनादिकाल से भगवान नारायण यहां नर के साथ तपस्व्यारत है। यहां नारद, कुबेर, गरुड़ का उदभव एवं लक्ष्मी जी की मूर्तियाँ हैं, जिनका नित्यप्रति अभिषेक व पूजन होता है। शालिग्राम शिला पर भगवान नारायण का विग्रह है। यह दिव्य विग्रह अपनी आभा मात्र से भक्तों का तन-मन पुलकित कर देता है। कठोर से कठोर हृदय वाले व्यक्ति की आंखों से भी श्रद्धा व प्रेम की गंगा-यमुना बहने लगती है। यहां तप्त कुण्ड का पानी 55 डिग्री सेन्टीग्रेट तक गर्म रहता है। यहां अग्नि कुण्ड में स्नान समस्त पापों का नाशक है। इसके अतिरिक्त कल्प बदरी, वृद्ध बदरी, भविष्य बदरी तथा योग ध्यान बदरी प्रमुख हैं।



बाल यातना एवं अवैध तस्करी के खिलाफ अंतर्राष्ट्रीय दिवस (4 जून)

बच्चों से लाड़-प्यार व दुलार-पुचकार कर उनसे हंसी-खेल करके खुद क्षणिक रूप से बच्चों जैसा बन जाने से तो शायद आपका मन भी आनंदित और तरोताजा हो जाता होगा क्योंकि प्रत्येक व्यक्ति के मन में एक बचपना छिपा होता है जिससे बच्चों को प्यार करने से इसकी तृप्ति होती है। यह आनंद मनुष्य का स्वस्थ मानसिक भोजन होता। परन्तु आप को जानकर आश्चर्य होगा कि कुछ लोग इस मानसिक भोजन के अस्वस्थ रूप से ही तृप्त व आनंदित होते हैं। ऐसे लोग बच्चों को प्यार दुलार कि बजाय उनका यौन शोषण व यातनाये देकर संतुष्ट व आनंदित होते हैं और धीरे-धीरे यह मनोविकृति एक मादक-लत के रूप में हावी होकर 'पीडोफिलिया' नामक मनोरोग का रूप ले लेता है।

उपचार :-ऐसे मनोरोगी नशे की पूर्ति बच्चों से न कर पाने की दशा में अपनी तलब को दूर करने के लिए मादक द्रव्यों का भी सेवन करने लगते हैं और धीरे-धीरे नशाखोरी के चंगुल में आ जाते हैं और उनमें घोर अवसाद इस प्रकार घर कर जाता है कि उनमें आत्महत्या कर लेने का एक मादक खिंचाव पैदा हो जाता है। ऐसे मनोरोगी को सर्वप्रथम इस बात के लिए जागरूक किया जाता है कि वह 'पीडोफिलिया' नामक मनोरोग से ग्रस्त है जिसका इलाज पूर्णतया सम्भव है। उसे सामाजिक संकोच व कलंक के प्रति गोपनीयता के आधार पर आश्रय देकर उसके परिवार में भावनात्मक सहयोग व प्यार को पुनर्स्थापित किया जाता है। फिर वर्चुअल एक्सपोजर थिरेपी तथा फ्रैन्टली डिसेन्सटाईजेसन के माध्यम से उसके परपीड़क व्यवहार को उदासीन किया जाता है जिससे वह आत्मनिरीक्षण के माध्यम से अपनी अंतर दृष्टि का विकास इस प्रकार कर पाता है कि उसके अर्धचेतन से उत्पन्न हो रहे विकारग्रस्त आसक्त विचारों व आवेशों को वह सक्रिय रूप से पहचानने लगता है तथा धीरे-धीरे उसका चेतन-मन उसके रुग्ण अर्धचेतन-मन पर काबू पाने लगता है और रोगी का स्वस्थ मानसिक-पुनर्निर्माण हो जाता है।

साभार- मनदर्शनलीक्स

मोदी ने दिया सरकार का लेखाजोखा, बोले - करप्शन को रोका तो लोग गाली ही देंगे

मोदी सरकार के 2 साल पूरे होने पर गतदिनों इंडिया गेट पर 5 घंटे का मेगा शो रखा गया। पांच घंटे के इस मेगा शो के अंत में नरेंद्र मोदी ने सरकार की दो साल की उपलब्धियाँ गिनाई। उन्होंने कहा- "करप्शन को रोका तो लोग गाली ही देंगे।" इससे पहले अमिताभ बच्चन और रवीना टंडन ने बेटी बचाओ-बेटी पढ़ाओ अभियान पर बात की। वहीं, विद्या बालन ने देश में साफ-सफाई को लेकर चल रहे कैम्पेन के बारे में अपने एक्सपीरियंस को बताया। केंद्रीय मंत्री उमा भारती ने बताया कि गंगा इस वक्त दुनिया की सबसे गंदी नदियों में एक है। 2018 तक ये दुनिया की सबसे साफ नदियों में से एक होगी। सरकार की 'जरा मुस्कुरा दो' सीरीज के तहत इस मेगा शो में कई कल्चरल प्रोग्राम्स रखे गए। इसे 'एक नई सुबह' नाम दिया गया। —प्रोग्राम के दौरान पीएम ने कहा कि हमारे काम का असली मूल्यांकन तभी हो सकता है जब हम पिछली सरकारों के कामों को याद करें।

— हम जिस तरह करप्शन के खिलाफ कारवाई कर रहे हैं, उसकी वजह से करप्ट लोग गाली नहीं देंगे तो क्या देंगे?
— उन्होंने कहा कि गैस सब्सिडी के लीकेज में 15000 करोड़ रु. बचाए गए हैं। हमने एक



करोड़ 62 लाख फर्जी राशनकार्ड खोजकर निकाले हैं।
— वे बोले एक ओर विकासवाद है, दूसरी ओर विरोधवाद। जनता दूध का दूध पानी का पानी कर लेगी।
— मुद्दों के आधार पर हर काम का कठोरता से मूल्यांकन जरूरी है लेकिन चिंता होती है कि कहीं ऐसी गलती नहीं हो जो देश को निराशा के गर्त में ढकेल दे।
— मोदी ने कहा हमने सर्टिफाई करने का झंडा खत्म किया। अफसर शाही को दूर करने की कोशिश की। किसान सॉइल हेल्थ कार्ड का फायदा ले रहे हैं।

शब्द धन

'शब्द' ये शब्द ही तो हैं, जो हमें किसी के भी पास कर सकते हैं और चाहे तो किसी से भी दूर। इन शब्दों में बड़ी ताकत है। ये किसी के मन को शीतलता प्रदान कर सकते हैं, तो किसी के मन को भस्म तक कर सकते हैं। इस 'शब्द' की व्याख्या करते हुए कबीर दास ने कहा है —
'शब्द' शब्द सब कोई कहै, शब्द का करो विचार एक शब्द शीत करे, एक शब्द दे जार।

मनुष्य के जन्म से मृत्यु के बीच का समय ऐसा होता है, जिसमें वह चाहे तो अपनी मीठी वाणी से सांप जैसे

भयंकर मनुष्य के अहंकार रूपी विष को उतार सकता है। किसी दुश्मन को भी अपना बना सकता है।
तभी तो ठीक ही कहा गया है कि 'बोलने से पहले शब्दों को तोलना चाहिए' शब्द गिने नहीं तोले जाने चाहिए।
'शब्द बराबर धन नहीं, जो कोई जाने बोल हीरा तो दामों मिले, शब्दहिं मोल न तोल'



अधोपतन का मुख्य कारण

भगवान महावीर के शिष्य आध्यात्मिक चर्चा कर रहे थे। चर्चा चली कि मनुष्य के अधोपतन का मुख्य कारण क्या है? किसी शिष्य ने कामवासना, किसी ने अहंकार तो किसी ने ईर्ष्या-द्वेष को मुख्य कारण बताया। कोई निष्कर्ष निकलता न देख, वे अपना प्रश्न लेकर भगवान महावीर के सम्मुख उपस्थित हुए। भगवान महावीर ने उन्हें अपना कमंडल दिखाते हुए कहा —"शिष्यो ! यदि मैं इसे जल में डाल दूँ तो क्या यह डूबेगा ?" उत्तर 'ना' में मिला। भगवान ने फिर पूछा —"यदि इसमें छेद हो तो क्या यह डूबेगा ?" इस बार सबने 'हाँ' में उत्तर दिया। तब भगवान महावीर बोले —"शिष्यो ! स्मरण रखो कि मानव जीवन भी कमंडल के समान है। यदि इसमें दुर्गुण रूपी एक भी छेद हो जाए तो उसका अधोपतन निश्चित है, फिर चाहे वह दुर्गुण कोई भी क्यों न हो।"

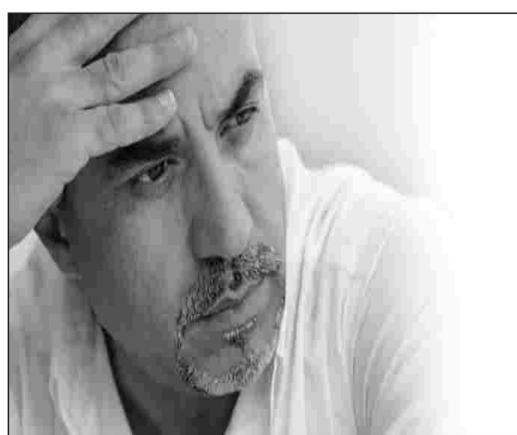
तनाव से बचने के कुछ आसान उपाय

आजकल की भागदौड़ भरी जिंदगी में हर इंसान के जीवन में तनाव होना तो आम बात है, लेकिन कभी-कभी ये तनाव कई बीमारियों की वजह भी बना जाता है। ऐसे में तनाव काफी घातक साबित हो सकता है। अगर हम रोजमर्रा की जिंदगी में अपने लिए कुछ समय निकालें तो इस तनाव से छुटकारा पा सकते हैं।
व्यायाम करें — अगर आप रोज कम से कम 30 मिनट भी एक्सरसाइज करें तो आप काफी हद तक तनाव पर काबू पा सकते हैं। इससे आप शारीरिक तौर से तो फिट रहेंगे ही साथ ही आपको मानसिक शांति भी मिलेगी।
रोज ध्यान करें — तनाव से मुक्ति का सबसे आसान तरीका है ध्यान। अगर आप रोजाना कम से कम 15 मिनट ध्यान करें तो तनाव को काफी हद तक कम किया जा सकता है।
टीवी देखें — टीवी देखकर भी काफी हद तक तनाव पर काबू पाया जा सकता है। टीवी मनोरंजन का एक बड़ा जरिया है। जब भी आप ज्यादा तनाव महसूस करें अपना पसंदीदा कार्यक्रम देखें आपको

जरूर अच्छा महसूस होगा। लेकिन टीवी पर आप हिंसक या घरेलू झगड़े वाले कार्यक्रम न देखें हंसी या मनोरंजन वाले कार्यक्रम ही देखें।

किताबें पढ़ें — तनाव पर काबू पाने के लिए किताबें पढ़ना भी एक अच्छा उपाय है। आप अपनी पसंदीदा किताबें पढ़ें जिससे काफी हद तक आपका तनाव कम होगा।

पूरी नींद लें — तनाव कम करने के लिए पूरी नींद लेना बेहद जरूरी होता है। रोजाना कम से कम 7 घंटे की नींद जरूर पूरी करें।



अविनाशी सुख

- अपने लिये सुख चाहने से नाशवान् सुख मिलता है, और दूसरों को सुख पहुँचाने से अविनाशी सुख मिलता है।
- सुख भोगने के लिये स्वर्ग है, तथा दुःख भोगने के लिये नरक है, और सुख-दुःख दोनों से ऊँचे उठकर महान आनन्द प्राप्त करने के लिये यह मनुष्य लोक है।
- संसार के सम्बन्ध-विच्छेद से जो सुख मिलता है, वह संसार के सम्बन्ध से कभी मिल सकता ही नहीं।
- जब तक नाशवान् का सुख लेते रहेंगे, तब तक अविनाशी सुख की प्राप्ति नहीं होगी।
- भोगों का नाशवान् सुख तो नीरसता में बदल जाता है और उसका अन्त हो जाता है, पर परमात्मा का अविनाशी सुख सदा सरस रहता है और बढ़ता ही रहता है।

हरि सुमिरन

अवसर पाकर गुनगुना,
हरि सुमिरन में झुम।
मस्त मगन ताली बजा,
झूम-झूम कर झूम।।

भावार्थ — मनुष्य को भक्ति भावना में नित्य गुनगुनाना चाहिए। भगवान के स्मरण में झूम-झूम कर मनन, भजन का गुणगान करना चाहिए। मस्त और मगन होकर तालियां बजा-बजा अपने प्रेम का प्रदर्शन करना चाहिए। ये सभी भक्ति के श्रेष्ठ लक्षण हैं।

आओ नर रूपी नारायण की सेवा करें

आओ आज हम सेवा के माध्यम से ज्ञान को हासिल करें। जिसके प्राप्त हो जाने पर, इस धरती पर सत्कार्यों के माध्यम से स्वर्गिक सुख की प्राप्ति होती है। राम हमारे हृदय में, मर्यादा आचरण में, हमारा देह ही देवालय हो। अपने पुरुषार्थ से ही हम पुरुषोत्तम होने का प्रयास करें तो हमें पता चलेगा कि अयोध्या हमारी है और हम नर रूपी नारायण की सेवा करते हैं।

मानव मन के बोल

होनहार बिरवान के होत चिकने पात



गतांक से आगे.....
तो प्रशान्त और कल्पना दोनों बहुत खुश होते हुए जब राम चरित मानस की अन्त्याक्षरी प्रतियोगिता जीतकर घर आये, मुझे लगा मेरे पूज्य दादाजी, मेरे पूज्य परदादाजी, मेरी 21 पीढ़ी के पूर्वज मेरे को आशीर्वाद दे रहे हैं।
बाबू क्या खोया-क्या पाया? मैंने तो पाया ही पाया-भाई। 800-900 साधक आज की तारीख में, इन तथ्यों को लिख रहा हूँ-मैं। ये तो आप अभी पढ़ रहे हैं, ये घटना है 1985 से पहले की। मदान साहब जैसे अकाउंट्स ऑफिसर, अच्छे व ईमानदार। एक दिन तो क्या हुआ, आप को बताऊँ मैं टेलीफोन ऑफिस में बैठा था। एक व्यक्ति आया, मुँह पर थोड़ा गुस्सा था, तम-तमा रहा था। एक टोकरी में 50-60 गुलाब के फूल थे। उनको धमाक से मेरी टेबल पर रख दिये। काफी है क्या? बहुत है क्या? पर्याप्त है क्या? और कहके खड़ा रहा, और उसके मुँह पर गुस्सा नजर आ रहा था। मैंने कहा- भाई गुलाब के फूल लाता, तो खुशी के साथ लाता, और ये तो गुस्से में तम-तमा रहे। मैंने कहा-भाई साहब बैठिये, जल पीजिये, लाओ भाई चाय लाओ-साहब के लिये। आप गुलाब के फूल बड़ी खुशी में लाये साहब, परन्तु आप बैठिये ना सर, खुशी का कारण बतायें। बोले-खुशी का कारण नहीं, कारण तो गम का है। मैं तो एकदम चौंका, मैंने कहा-गुलाब के फूल तो लोग खुशी में देते हैं कि गुलाब की सुन्दरता व खुशबु से मन प्रसन्न हो जाये। वो कहते हैं "जो दुःखों में मुस्कुरा दिया, वह गुलाब बन गया, दूसरे के हक में जो जीया, वो प्यार की किताब बन गया।" हँ - महाराज। उन्होंने कहा-मैं गम में लाया हूँ। मैंने कहा मैं समझा नहीं बोले-जी 198 नो रिप्लाय, 197 नो रिप्लाय, आपका 189 किया वो भी नो रिप्लाय, तो मैंने सोचा सारे महानुभाव... इसलिये गुलाब चढ़ाने आया हूँ।

क्रमशः अगले अंक में ...

सम्पादकीय

चाहे व्यक्ति हो या विश्व, कोई ऐसा नहीं है, जो शांति नहीं चाहता, लेकिन मुझे लगता है कि कोई ऐसा नहीं है, जो सचमुच में शांति चाहता है। शांति की इच्छा तो हर कोई रखता है, लेकिन इसे चाहता कोई नहीं है। हर कोई इससे बुरी तरह से घबराता है। इसे ग्रहण करके इसके साथ रहने का साहस किसी में नहीं है। इसके बावजूद हर कोई यही करता है। कि उसे शांति चाहिए।

हम दार्शनिकों के पास जाते हैं। साधु-महात्माओं के पास जाते हैं। शिक्षक और तांत्रिकों के पास जाते हैं और उनके पाँवों पर अपना मस्तक रखकर गिड़गिड़ाते हैं, कि 'हम क्या करें कि शांति मिले?' 'हम क्या करें कि शांति मिले,' अपने आप में ही विरोध से भरा हुआ वाक्य है। शांति करने से नहीं मिलती। शांति के लिए तो जरूरी है कि आप जो कर रहे हैं, उसे करना बन्द कर दें। कुछ न करने की प्रक्रिया में शांति निहित है, करने की प्रक्रिया में नहीं। जब हम कुछ करने की सोचेंगे, तो उसे करने के दौरान अशांतियाँ उत्पन्न होंगी। शांति के लिए तो जरूरी है कि करना बंद कर दिया जाए और हम हैं कि अपने गुरु से पूछ रहे हैं कि 'हम क्या करें कि शांति मिले।'

यदि न करना ही शांति प्राप्त करने का तरीका है, तो क्या हम सचमुच न करने की स्थिति को स्वीकार करने को तैयार हैं? बिल्कुल भी नहीं। यहाँ न करने से मेरा तात्पर्य अकर्मण्यता से नहीं है।

शांति के लिए एक बहुत प्यारा शब्द है—'अमन'। अमन का अर्थ ही है 'जहाँ मन न हो। जहाँ मन नहीं होगा, वहाँ शांति होगी और जहाँ मन होगा, वहाँ शांति नहीं रह सकती। ये दोनों एक जगह बैठ ही नहीं सकते। जन्मजात विरोध है इस दोनों का और हम हैं कि इन दोनों को एक-साथ पाना चाहते हैं। तो फिर भला यह संभव कैसे होगा?

यदि कोई व्यक्ति सचमुच में शांति पाना चाहता है, तो दुनिया की कोई भी ताकत उसे ऐसा करने से रोक नहीं सकती। यह कोई जमीन का टुकड़ा नहीं है, जिसका बिना मोल चुकाए आप पा नहीं सकते हैं।

दूसरों के दुख को बांटने वाला ही सुखी : मुकेश खन्ना

'संसार में दुःख सबको है लेकिन उससे उबर वही सकता है जो दूसरों के दुःख को अपने साथ बँट लेता है।' यह बात गतदिनों मुंबई एंजिनीयर्स एंड कन्वेंशन सेंटर (नेस्को) गोरेगॉव में नारायण सेवा संस्थान उदयपुर (राजस्थान) की ओर से आयोजित दो दिवसीय निर्धन एवं दिव्यांग युवक-युवतियों के निःशुल्क सामुहिक विवाह समारोह के प्रथम दिन समाज-सेवियों को सम्मानित करते हुए मुख्य अतिथि राष्ट्रीय बाल फिल्म सोसाइटी के अध्यक्ष एवं सुप्रसिद्ध अभिनेता मुकेश खन्ना ने कही। उन्होंने कहा कि समाज, संस्कृति और सेवा के क्षेत्र में नारायण सेवा संस्थान जैसी संस्थाओं की महती आवश्यकता है। उन्होंने कहा कि बच्चे देश का वर्तमान तो हैं ही, भविष्य भी हैं। बाल फिल्म सोसायटी बच्चों में सेवा, संस्कार और संकल्पों के बीजारोपण के लिए कई फिल्मों का निर्माण करने के साथ ही इस वर्ष 8-14 नवम्बर तक देशभर में बाल फिल्म सप्ताह आयोजित करेगा।

नारायण सेवा संस्थान के संस्थापक चेयरमैन पदमश्री कैलाश मानव ने अतिथियों का स्वागत करते हुए कहा कि भारत सरकार के प्रयासों से देश पोलियो से मुक्त हो चुका है लेकिन पूर्व पोलियो ग्रस्त लगभग 70 लाख किशोर-किशोरियाँ आज भी विकलांगता का दंश झेल रहे हैं। जिनकी चिकित्सा एवं पुनर्वास जरूरी है। इस दिशा में नारायण सेवा संस्थान समाज सेवियों एवं दानदाताओं के सहयोग से इनकी निःशुल्क चिकित्सा के साथ ही इन्हें आत्म निर्भर बनाने के प्रयास में जुटा हुआ है। संस्थान अध्यक्ष श्री प्रशान्त अग्रवाल ने संत समुदाय, अतिथियों व विवाह सूत्र में बंधने वाले जोड़ों का स्वागत करते हुए संस्थान की 30 वर्षीय सेवा यात्रा पर प्रकाश डाला। उन्होंने बताया कि अबतक दो लाख सत्तर हजार से अधिक दिव्यांगजन के निःशुल्क पोलियो करेक्शन ऑपरेशन और ग्यारह सौ दिव्यांग युवक-युवतियों का विवाह करवाकर उनकी खुशहाल गृहस्थी सुनिश्चित की गई है। उन्होंने दिव्यांग, निराश्रित, मुकबधिर, प्रज्ञाक्षु एवं विमदित बच्चों की शिक्षा के लिए संस्थान के प्रयासों की भी जानकारी दी। उन्होंने बताया कि रविवार प्रातः 11 बजे दिव्यांग एवं निर्धन जोड़ों का सामूहिक विवाह संपन्न होगा। इससे पूर्व 8 बजे वर-बधुओं की नेस्को परिसर क्षेत्र में सजी-धजी बगियाँ में बाजे-गाजे के साथ बिन्दोली निकाली जाएगी। उसी क्रम में

शनिवार को दोपहर में विनायक पूजा के साथ मेहन्दी की रस्म भी संपन्न हुई। सम्मान समारोह को विशिष्ट अतिथि उदयपुर के सांसद श्री अर्जुनलाल मीणा, तपस्वी संत बंकिमजी महाराज, बालसंत अभयदास जी महाराज, पार्श्व गायिका रेखा राव, विनोद बियानी, श्री भरत विरानी, शान्तिलाल मारु, जसवंत भाई साहू, ने भी संबोधित किया। संस्थान निदेशक श्रीमती वंदना अग्रवाल, ट्रस्टी निदेशक जगदीश आर्य व देवेन्द्र चौबीसा ने अतिथियों को प्रशस्त पत्र, शॉल एवं श्रीनाथ जी का दुपट्टा अर्पित कर अभिन्नंदन किया। संचालन श्री महिम जैन ने किया।



मन का उत्सव

(मानव धर्म शृंखला का पंचम (5) पुष्प) गतांक से आगे....

दूसरों का दुखड़ा दूर करने वाले- वनवासी भूखे बालक... परिवार में प्रेम
किसी के काम आ जाओ, ये इन्सानियत का फर्ज है। ये कथा इसलिए मार्कण्डेय ऋषि ने पूरे विश्व के कल्याण के लिए, पूरे विश्व के उद्धार के लिए, दैहिक-दैविक-भौतिक तापा रामराज काहु नाहिं व्यापा, जब हम अच्छे इन्सान बनेंगे तो हम राम राज्य में प्रवेश करेंगे, और जब सरस्वती माता की कृपा होती है, तो सन्त शिरोमणि मैथिलीशरण गुप्तजी राष्ट्रकवि फरमाते हैं — **ओ दयामयी, देवी वर दे, सार दे इधर भी निज वरद वाणी पसार रे।**

दास की इस देह तंत्र में नया साज दे, रोम तारों में नई झनकार दे।

आपके और हमारे रोम तारों में परमात्मा ने झनकार दे दी। नृसिंह भगवान की कृपा हो गई और जब नृसिंह भगवान की कृपा होती है, थोड़ी देर में हम झाँकी में प्रवेश करेंगे, कैसे वराह भगवान का अवतार हुआ, और जब वराह भगवान के अवतार की झाँकी के दर्शन करेंगे। उस समय वराह भगवान की जय-जयकार करेंगे। आईये अभी हमारे सरस्वती पुत्र-पुत्रियों द्वारा आगे की कथा में प्रवेश करें।

मानव धर्म यही है प्यारे, ज्यों नदियाँ जल स्वयं न पीती। वृक्ष नहीं फल अपने खाते, कुदरत सब कुछ हमको देती।। शाश्वत है इन्सान वही जो, पीर पराई हर लेता है। वेद और वेदान्त, उपनिषद् सब, ज्ञान यही तो देता है।।

यही मानव धर्म है, जिसके लिए वराह भगवान का अवतार, नृसिंह भगवान का अवतार, वामन भगवान का अवतार, राम भगवान का अवतार, कृष्ण कन्हैया का अवतार, हमारे बिहारी भगवान की कृपा बरसती रहे। बाबू आप जब भी वृन्दावन पधारना, बिहारी जी के दर्शन करना, रोम-रोम में रोमांच हो जायेगा, यमुना नदी को, मन्दाकिनी को, कालिन्दी मैय्या को प्रणाम करना, आपका मन आनन्दित हो जायेगा।

जब आँसू बन गये फूल-
किसनानी भील... मानवजी, कलानी, प्रशान्तजी, कल्पनानी चित्ता में **महिम जी :-** आइये वराह भगवान की झाँकी का दर्शन करें, उससे पूर्व गुरुदेव हम आपश्री एक चीज और जानना चाहते हैं कि वो कैसा करुणा का दर्शन था, जिसको नारायण सेवा संस्थान के इतिहास में, इस सेवा के मानव धर्म के इतिहास में किसना जी भील के नाम से जाना जाता है, वो क्या मार्मिक दृश्य थे गुरुदेव? जिसका आज दृश्यांकन यहाँ हमारे कलाकार प्रस्तुत कर रहे हैं।

गुरुदेव :- मुझे रुला दिया, महिम जी आपने रुला दिया। एक दाहिने कंधे पर झोला, 6-7 रुपये की मौसम्बियाँ, 1-2 पैकेट बिस्कुट के, गीता प्रेस का कोई साहित्य लेकर, बेड टू बेड सभी को राम-राम करता था। राम-राम, जय श्रीकृष्णा, जय नारायण आप हमारे भाई, आप बड़ी दूर से आये हैं, मैं भी परमात्मा का पुत्र और आप भी परमात्मा के पुत्र, ऐसे ही क्षणों में 22 अक्टूबर 1985 को वो क्षण आया जब वार्ड नम्बर 9 में बेड नम्बर 20 पर मैं पहुँचा था। मैंने किसना जी भील को राम-राम किया। **क्रमशः**

मुन्व्य कार्यकारी अधिकारी-कैलाश 'मानव' मार्गदर्शक-प्रशान्त अग्रवाल, जगदीश आर्य, देवेन्द्र चौबीसा मार्गदर्शिका-कमलादेवी, वन्दना अग्रवाल अख्यक प्रबन्धक-मोहन लाल गाडनी संपादक-लक्ष्मीलाल गाडनी संपादन अख्योगी-धनश्याम मिश्र नटौड

कम खाओं गम खाओं और मस्त रहें

एक गाँव में एक परिवार था। उस परिवार में सब लोग अच्छे थे। प्रेम से बोलते थे और अपने-अपने काम -धन्धे में लगे हुए थे। गाँव के ऊँचे परिवारों में यह परिवार गिना जाता था। उनकी रिश्तेदारियाँ भी अच्छे परिवारों में थी। सब कुछ ठीक होते हुए भी उस परिवार में एक लड़का झगड़ालू था। बचपन से ही उसके झगड़े की शिकायतें आती रहती थीं। जब वह जवान हुआ, तो भी उसकी लड़ने की आदत छूटी नहीं, बल्कि और अधिक बढ़ती गई। उस एक लड़के से सारा परिवार परेशान रहने लगा। परिवार के लोग जो किसी को गाली तक नहीं देते थे, उन्हें इसके चक्कर में झगड़ना पड़ता। उन्हें झूठ बोलना पड़ता और उसकी तरफदारी करनी पड़ती। यदि बात हाथापाई तक पहुँचती, तो परिवार वालों को बचाव के लिए जूझना पड़ता। चोटें भी आती और मुकदमें भी चलते। एक बार इतनी जोर से फौजदारी हुई कि परिवार के दो लोग

बुरी तरह से घायल हो गए। महीनों चारपाई पर पड़े रहे और इलाज चलता रहा। एक बार फौजदारी में परिवार का एक सदस्य जान से हाथ धो बैठा। मुकदमेंबाजी में परिवार बुरी तरह से पिस गया। बरसों मुकदमा चला। बाद में राजीनामा हो गया। इस फौजदारी के बाद रिश्तेदारों और बुजुर्गों ने उस लड़के को बहुत समझाया, लेकिन वह अपनी आदत से मजबूर था। एक बार फिर वह झगड़ा कर बैठा। उस समय उसके ऊपर परिवार का अच्छा-खासा बोझ था, फिर भी उसे बिल्कुल परवाह नहीं थी। आखिर पंचायत बैठवाई गई। रिश्तेदारों तथा मोहल्ले वालों ने उसे खूब समझाया। पंचायत में आए एक आदमी ने उसे समझाते हुए कहा, "अब तुम बाल-बच्चे वाले हो गए हो। सारे परिवार का भार तुम्हारे कंधे पर है। अब गुस्सा करना और लड़ना-झगड़ना छोड़ देना चाहिए। नहीं तो बर्बाद हो जाओगे।" दूसरे आदमी ने कहा, "भैया, गुस्सा ठीक भोजन की तरह होता

है। लोगों का कहना है कि भोजन कम करना चाहिए। इससे बदहजमी नहीं होती और आदमी बीमार भी नहीं पड़ता। वह तो हमेशा खाने से बीमार पड़ता है। कम खाने का मेरा मतलब यह नहीं कि इतना कम खाओ कि कमजोर हो जाओ। इसी तरह गुस्सा भी कम खाओ। गम ठीक उसके उल्टा होता है। गम जितना अधिक खाओगे, गुस्सा उतना ही कम आएगा। गम इतना अधिक खाओ, कि गुस्सा न आए। गुस्सा नहीं आएगा, तो झगड़े ही नहीं होंगे। हाँ, इतना गम खाने का मेरा मतलब यह बिल्कुल नहीं कि कोई सिर पर सवार हो जाए और मारता-पीटता चला जाए। कहते हैं कि मरता क्या न करता, ऐसी स्थिति में अपने बचाव के लिए लड़ना भी पड़ता है।" सरपंच ने कहा, "ठीक कहते हो भैया, इतने अच्छे तरीके से और कोई नहीं समझ सकता। अब गाँठ बांध लो बेटा, लड़ना ठीक नहीं है।" पंचायत में बैठे एक बुजुर्ग ने कहा, "बेटा कम खाओ और गम खाओ, और मस्त रहो।" बुजुर्ग की बात सुनकर सभी लोग हाँ में सिर हिलाने लगे।

सादर आमंत्रण

दिव्यांग, अनाथ, रांगी, विधवा, वृद्ध, वंचितजनों एवं विपन्दिता की सेवा में सतत सेवार्त

नारायण सेवा संस्थान एवं सेवा परमो धर्म ट्रस्ट, उदयपुर

सहायताार्थ

श्री बेकूण्ठ धाम, बद्रीनाथ में आयोजित श्रीमद् भागवत कथा

आयोजक

बृजभाव सेवा समिति एवं राधे-राधे सत्संग मण्डल, पटियाला, पंजाब

दिनांक: 6 से 12 जून 2016
दिनांक: 13 से 19 जून 2016
दिनांक: 20 से 26 जून 2016

स्थान: पंजाब चिंभ श्रद्ध, बद्रीनाथ, (उत्तराखण्ड)

कथा व्यास: **पुज्य बृजनंदन जी महाराज**

व्यस पाठ पर विराजमान होकर अपने मुखारविन्द में आजस्वी हसमयी मधुरकाशी द्वारा संगीतमय कथा का श्रवणपान करावेंगे। आयुश्री से अनुरोध है कि सपरिवार ईष्ट मित्रों सहित पधारकर श्रीमद् भागवत कथा का श्रवण लाभ उठावें।

स्वार्नाम समाज सूत्र: 09230371115

संस्थान समाज सूत्र: 0294-6622222, 9649499999

निःशुल्कजनों की सेवा-सहयोग के प्रति समर्पित

कैलाश 'मानव' ज्योतिष ट्रस्टी एवं संस्थापक नारायण सेवा संस्थान

कमला देवी कोषाध्यक्ष नारायण सेवा संस्थान

प्रशान्त अग्रवाल अध्यक्ष नारायण सेवा संस्थान

वन्दना निदेशक नारायण सेवा संस्थान

जगदीश आर्य ट्रस्टी एवं निदेशक नारायण सेवा संस्थान

देवेन्द्र चौबीसा ट्रस्टी एवं निदेशक नारायण सेवा संस्थान

भक्ति एवं सेवा के महायज्ञ में एक आहुति आपकी भी कृपया सपरिवार अवश्य पधारें।

अज्ञान से ज्ञान

गौतम को ऐसी अनुभूति हुई जैसे हजारों योनियों के कारागार से मुक्ति मिल गई हो। इस कारागार का द्वारपाल था अज्ञान। इस अज्ञान के कारण ही उनका चित्ताकाश तिमिराच्छन्न था। ठीक वैसे ही जैसे झंझावात में सघन मेघों से चन्द्रमा और तारे छिप गए थे। अज्ञान में डूबे विचारों की असंख्य लहरों से वास्तविकता का सत्य, कर्ता और कर्म, स्व-पर, विद्यमानता तथा अविद्यमानता, जन्म और मरण तथा भ्रांत विचार से जन्म विभिन्न विभेदों में विभक्त हो गया था और भावनाओं, आकांक्षाओं, स्वार्थ-साधना और अहंमान्यता की कैद में फंस गया था। जन्म, जरा, रोग और मृत्यु ने उस कारागार की दीवारें और मोटी कर दी थीं। ऐसी अवस्था में यही किया जा सकता था, कि कारागार के द्वारपाल को पकड़ लिया जाए और उसका वास्तविक स्वरूप परख लिया जाए। यह द्वारपाल था अज्ञान। उस अज्ञान पर विजय पाने का साधन है पवित्र अष्टांगिक मार्ग। एक बार कारागार का द्वारपाल चला जाए तो वह कारागार ही ध्वस्त हो जाएगा और फिर वह कभी भी बाधक बन नहीं सकता। संन्यासी गौतम मुस्कराकर आत्मालाप करने लगे - "ओ कारागार के प्रहरी ! मैंने तुमको देख लिया है। कितनी योनियों से तुमने मुझे जन्म-मरण के कारागार में बंद रखा है। किन्तु अब मैंने तुम्हारा वास्तविक स्वरूप भली-भांति पहचान लिया है। अब इसके बाद तुम मेरे लिए और कारागारों का निर्माण नहीं कर सकोगे।"

सामने देखने पर, सिद्धार्थ ने देखा कि क्षितिज में भोर का तारा उदय हो चुका है जो विशाल हीरे की भांति दमक रहा था। उन्होंने पीपल वृक्ष के नीचे बैठकर भोर के इस तारे को अनेक बार देखा था किंतु आज प्रातः देखने पर प्रतीत हुआ कि जैसे वह उसे पहली बार ही देख रहे हैं। यह संबोधि-प्राप्ति की स्मृति के समान ऐसा जगमगा रहा था जिससे आंखें चुंधिया जाएं। सिद्धार्थ ने इस तारे को त्राटक दृष्टि से देखा और करुण भाव से कहा-"समस्त प्राणियों के अंतराल में संबोधि के बीज छिपे हुए हैं, फिर भी, हम हजारों योनियों से जन्म-मरण के सागर में डूबते रहे हैं"