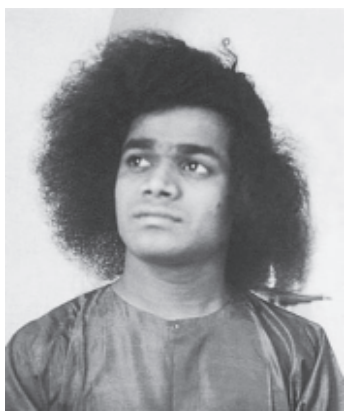
आरएनआई नं. : RAJHIN/2014/59353
डाक पंजी सं. : RJ/UD/29-128/2015-2017
प्रेषण :- कार्यालय शास्त्री सर्कल पोस्ट ऑफिस ,उदयपुर
प्रेषण दिनांक:-प्रतिदिन

मन के जीते जीत सदा

दैनिक

● मुद्रण तारीख - 05-04-2016 ● अंक-485 ● तारीख - 06 अप्रैल 2016, चैत्र कृष्ण - 14 ● बुधवार ● उदयपुर ● कुल पृष्ठ-02 ● मूल्य-1 रूपया ● पृष्ठ-01

श्री सत्यसांई -अनमोल वचन



हृदय के दोष को नैतिक जीवन जीकर भी दूर किया जा सकता है, यही मनुष्य का कर्तव्य है। एक समय आता है जब आप थक या कमजोर पड़ जाते हैं, तब आपको प्रार्थना करना चाहिए।

– भ्रम –

इस भ्रम का परित्याग करो कि तुम बूढ़े या रोगी हो गए हो या तुम कमजोर एवं दुर्बल हो गए हो। कुछ लोग वर्षों की गणना करते हैं, बढ़ती हुई आयु पर शोक करने लगते हैं तथा मृत्यु से भयभीत कायरों की भांति कम्पित होते हैं। किन्तु स्मरण रखो कि ही स्वर्ग है एवं विषाद ही नर्क है। सदैव कुछ काम करने के लिए रहे तथा इसे इतनी उत्तमता से करो कि तुम्हें इससे आनन्द प्राप्त हो।

–सत्य साई बाबा

सुविचार

सिर्फ असाधारण अवसरों की राह नहीं देखनी चाहिए। छोटे–से–छोटे अवसर का उपयोग किया जाए तो बड़े अवसर सामने आकर स्वयं खड़े हो जाते है।–स्वेट मार्डेन

काम करने से पहले सोचना बुद्धिमानी, काम करते हुए सोचना सतर्कता और काम करने के बाद सोचना मूर्खता है। **–दयानंद सरस्वती**

कर्म जीवन में आनंद देता है और दुःखों को भूलने का साधन बनता है। **–स्वामी रामतीर्थ**

कर्म करने पर ही तुम्हारा अधिकार है, फल में नहीं। तुम कर्मफल का कारण मत बनो और अपनी प्रवृत्ति कर्म करने में रखो। **–श्रीमद्भगवद्गीता**

कर्म निर्णायक है सुख और दुःख का। पाप कर्म से दुःख, शुभ कर्म से सुख प्राप्त होता है और न किया हुआ कर्म कोई फल नहीं देता। **–वेदव्यास**

नीति के श्लोक

श्रेयान्स्वधर्मो विगुणः परधर्मात्स्वनुष्ठितात।
स्वधर्मे निधनं श्रेयः परधर्मो भयावहः।।

अर्थः अपना काम ही अच्छा है, चाहे उसमें कमियां भी हों, किसी और के अच्छी तरह किए काम से अपने काम में मृत्यु भी होना अच्छा है, किसी और के काम से चाहे उसमें डर न हो...

यद्यदाचरति श्रेष्ठस्तत्तदेवेतरो जनः।
स यत्प्रमाणं कुरुते लोकस्तदनुवर्तते।।

अर्थः क्योंकि जो एक श्रेष्ठ पुरुष करता है, दूसरे लोग भी वही करते हैं... वह जो करता है, उसी को प्रमाण मानकर अन्य लोग भी पीछे वही करते हैं।

बात पते की

पूरे समुद्र का पानी भी एक जहाज को नहीं डुबो सकता जब तक पानी को जहाज अन्दर न आने दे। इसी तरह दुनिया का कोई भी नकारात्मक विचार आपको नीचे नहीं गिरा सकता जब तक कि आप उसे अपने अन्दर आने की अनुमति न दे दें।

जीवन की तमाम कठिनाइयों को हराकर पाया पद्म पुरुस्कार

राष्ट्रपति भवन में प्रेसिडेंट प्रणब मुखर्जी ने हाल ही में कुछ नामी हस्तियों को पद्म अवॉर्ड से सम्मानित किया। इनमें एक ऐसे शख्स का भी नाम शामिल है, जो जीवन की तमाम कठिनाइयों को हराकर आज समाज के लिए प्रेरणा बन चुका है। उनका नाम है कवि हलधर नाग, जिन्हें लोग ''लोक कवि रत्न'' के नाम से भी जानते हैं। एक यूनिवर्सिटी के 5 रिसर्च स्कॉलर उनके काम और जीवन पर पी.एच.डी. कर रहे हैं।

– 1950 में ओडिशा के बारगढ़ जिले में हलधर का जन्म एक गरीब परिवार में हुआ। बड़ी मुश्किल से तीसरी क्लास तक पढ़ाई की। 10 साल की उम्र में पिता का निधन हो गया।

– इसके बाद उन्हें अपना और परिवार का पेट पालने के लिए मिठाई की दुकान पर 2 साल तक बर्तन धोने का काम करना पड़ा।

– गांव के सरपंच ने उन्हें स्कूल में खाना पकाने का काम दिया। 16 साल एक स्कूल में नौकरी की। तब उन्हें पैसे उधार लेकर छोटी–सी स्टेशनरी शॉप खोलने का आइडिया आया।

– ये वही दौर था जब हलधर का इंट्रेस्ट कविता और राइटिंग की ओर हुआ। पहली कविता ''धोनो बारगछ'' (ओल्ड बनयान ट्री) 1990 में लोकल मैगजीन में छपी थी।

– कवि हलधर ने अपने जीवन में कभी जूते–चप्पल नहीं पहने। कपड़ों के रूप में वह सिर्फ धोती और बनियान ही पहनते हैं।

यूनिवर्सिटी में पढ़ाई जाती हैं इनकी कविता।

– नाग कहते हैं कि एक विधवा के बच्चे का जीवन बड़ा कठिन होता है। हर पल एक नई चुनौती आपके सामने होती है।

– उनकी कविताएं देश की कई यूनिवर्सिटी के कोर्स में पढ़ाई जाती हैं। हलधर ग्रंथावली–2 में उनकी प्रमुख रचनाओं को शामिल किया गया।

– हलधर ने मुख्य रूप से आर्ट एंड कल्चर, नेचर, धर्म और समाज पर कविताएं लिखीं।

– 66 साल के हलधर नाग कोसली लैंग्वेज के मशहूर कवि हैं। उन्होंने कई कविताएं और 20 महाकाव्य लिखे।

तीनों लोकों से भी ऊपर गौओं का लोक – गौलोक

पूर्वकाल में सत्ययुग में जब देवी अदिति ने पुत्र–प्राप्ति के लिए घोर तपस्या की थी और जब तपस्या से संतुष्ट होकर स्वयं विष्णु भगवान ही उनके पुत्र रूप में अवतरित होने वाले थे, उन्हीं दिनों प्रजापति दक्ष की धर्मपरायण पुत्री देवी सुरभी ने भी घोर तपस्या प्रारंभ की कैलाश के रमणीय शिखर पर सुरभी ग्यारह हजार वर्षों तक एक पैर पर ही खड़ी रही। उनकी तपस्या से प्रसन्न होकर देवगणों के साथ ब्रह्मा सुरभी देवी के पास गए और उनसे बोले –'देवि ! मैं तुम्हारी तपस्या से संतुष्ट हूं। अपनी इच्छानुसार कोई वर मांग लो।' सुरभी ने उत्तर देते हुए कहा –'भगवान् ! मुझे वर मांगने की कोई कामना नहीं है। आप मुझ पर प्रसन्न हैं–यही मेरे लिए सबसे बड़ा वर है।'

इस पर ब्रह्मा ने सुरभी से कहा–'देवि! तुमने लोभ और कामना को त्याग दिया है। तुम्हारी इस निष्काम तपस्या से मैं बहुत प्रसन्न हूं। अतः तुम्हें अमरत्व का वर प्रदान करता हूं। तुम मेरी कृपा से तीनों लोकों के ऊपर निवास करोगी। तुम्हारा वह धाम गौलोक नाम से विख्यात होगा !'

तीनों लोकों के ऊपर गौलोक है, जो परमात्मा के समान नित्य है। उसकी लंबाई चौड़ाई तीन करोड़ योजन है। वह मंडलाकार फैला हुआ है। वह महान् तेज स्वरूप है तथा वहां की भूमि परम रत्नमयी है। प्रलयकाल में वहां केवल श्री कृष्ण रहते हैं और सृष्टिकाल में वह गोप–गोपियों से भरा रहता है। गोलोक से नीचे पचास करोड़ योजन दूर दक्षिण भाग में वैकुंठलोक है और वाम भाग में शिवलोक है।

सकारात्मक सोच

विशुद्ध सामर्थ्य इस तथ्य पर आधारित है कि व्यक्ति मूल रूप से विशुद्ध चेतना है, जो सभी संभावनाओं और असंख्य रचनात्मकताओं का कार्यक्षेत्र है। इस क्षेत्र तक पहुंचने का एक ही रास्ता है। प्रतिदिन मौन ध्यान और अनिर्णय का अभ्यास करना। व्यक्ति को प्रतिदिन कुछ समय के लिए बोलने की प्रकिया से दूर रहना चाहिए और दिन में दो बार आधे घंटे सुबह और आधे घंटे शाम अकेले बैठकर ध्यान लगाना चाहिए।

इसी के साथ उसे प्रतिदिन प्रकृति के साथ सम्पर्क स्थापित करना चाहिए और हर जैविक वस्तु की बौद्धिक शक्ति का चुपचाप अवलोकन करना चाहिए। शांत बैठकर सूर्यास्त देखें समुद्र या लहरों की आवाज सुनें तथा फूलों की सुगंध को महसूस करें ।

विशुद्ध सामर्थ्य को पाने की एक अन्य विधि अनिर्णय का अभ्यास करना है। सही और गलत, अच्छे और बुरे के अनुसार वस्तुओं का निरंतर मूल्यांकन है –"निर्णय'। व्यक्ति जब लगातार मूल्यांकन, वर्गीकरण और विश्लेषण में लगा रहता है, तो उसके अन्तर्मन में द्वंद्व उत्पन्न होने लगता है जो विशुद्ध सामर्थ्य और व्यक्ति के बीच ऊर्जा के प्रवाह को रोकने का काम करता है। चूंकि अनिर्णय की स्थिति दिमाग को शांति प्रदान करती है। इसलिए व्यक्ति को अनिर्णय का अभ्यास करना चाहिए। अपने दिन की शुरुआत इस वक्तव्य से करनी चाहिए– "आज जो कुछ भी घटेगा, उसके बारे में मैं कोई निर्णय नहीं लूंगा और पूरे दिन निर्णय न लेने का ध्यान रखूंगा।"

कान आवाज कैसे सुनते हैं?

प्रतिदिन हम बहुत सी आवाजें सुनते हैं। इनमें से कुछ अच्छी लगती हैं। तो कुछ अच्छी नहीं लगती हैं। क्या तुम जानते हो कि हमारे कान भिन्न–भिन्न प्रकार की आवाजें कैसे सुनते हैं? ध्वनि सुनने का काम हमारे कान करते हैं। बनावट के आधार पर कान को तीन भागों में बांटा जा सकता है। बाह्य कान, मध्य कान और आंतरिक कान। जब किसी वस्तु से ध्वनि पैदा होती है, तब सबसे पहले वह वस्तु कंपन करना शुरू करती है। इन कंपनों के कारण ही ध्वनि तरंगें पैदा होती हैं। ये ध्वनि तरंगें माध्यम से होती हुई हमारे कान तक पहुंचती हैं। बाहरी कान की बनावट कुछ ऐसी है कि यह अधिक से अधिक ध्वनि तरंगों को प्राप्त कर सकता है।

वस्तु से आने वाली ध्वनि तरंगें बाह्य कान में प्रवेश करके एक नली द्वारा कान के अंदर जाती हैं। मध्य कान में एक पर्दा होता है, जो इन तरंगों के टकराने से कंपन करने लगता है। मध्य कान में इस पर्दे के ठीक पीछे तीन छोटी–छोटी हड्डियां हैं, जिन्हें हैमर एनविल और स्टिरप कहते हैं। पर्दे के कंपन करने के फलस्वरूप ये तीनों हड्डियां भी कंपन करने लगती हैं। इस प्रकार ये तीनों हड्डियां इन कंपनों को कॉक्लिया तक पहुंचा देती हैं। काक्लिया आंतरिक काम का एक हिस्सा है, जो स्प्रिंग की भांति बना होता है। इस भाग के चारों ओर एक द्रव पदार्थ होता है। इसी द्रव के अंदर नाड़ियों के सिरे होते हैं। काक्लिया के कंपनों के कारण यह तरल पदार्थ भी कंपन करने लगता है। इन कंपनों से नाड़ियों के सिरे उत्तेजित हो जाते हैं। इस उत्तेजना से पैदा हुए आवेश सुनने वाली नाड़ी द्वारा मस्तिष्क में चले जाते हैं और हमें ध्वनि सुनाई दे जाती है।

हमारे कान मंद से मंद और तेज से तेज ध्वनियों को सुनने के प्रति संवेदनशील होते हैं। हम इनसे 20 हर्ट्ज से लेकर 20 हजार हर्ट्ज तक की आवृत्ति वाली ध्वनियां सुन सकते हैं। कानों को समय–समय पर उनकी सफाई करते रहना निरोग रखने के लिए आवश्यक है। कान में एक प्रकार का मोम जैसा पदार्थ पैदा होता रहता है, जिसकी सफाई करना अत्यंत आवश्यक है। यदि इसे साफ नहीं किया जाए, तब यह कान के पर्दे पर जमा हो सकता है और बहरापन पैदा कर सकता है। कानों की किसी भी तकलीफ के प्रति हमें सजग रहना चाहिए और कानों के डॉक्टर की सलाह लेनी चाहिए।

चुकंदर घटाता रक्तचाप

रोज एक गिलास चुकंदर का जूस पीने से रक्तचाप में काफी गिरावट आती है। चुकंदर में मौजूद नाइट्रेट रक्तवाहिनियों को शांत करके खोल देता है। इससे हाईपरटेंशन के मरीजों का रक्तचाप कम हो जाता है। वहीं इस फल में मौजूद मैगनीजस, जिंक और विटामिन बी–6 भी सेहत के लिए फायदेमंद होते हैं।

गुरु महिमा

1. तीनों लोकों के देव–असुर एवं नाग आदि सभी इस सत्य को बड़ी स्पष्ट रीति से बताते हैं कि ब्रह्म विद्या गुरूमुख में ही स्थित है। गुरूभक्ति से ही इसे प्राप्त किया जा सकता है।

2. 'गुरू' शब्द में 'गु' अक्षर अन्धकार का वाचक है और 'रू' का अर्थ है प्रकाश। इस तरह गुरू ही अज्ञान का नाश करने वाले ब्रह्म है। इसमें तनिक भी संशय नहीं है।

3. शास्त्र वचनों से यह प्रमाणित होता है कि 'गुरू' शब्द के प्रथम वर्ण 'गु' से माया आदि गुण प्रकट होते हैं और इसके द्वितीय वर्ण 'रू' से ब्रह्म प्रकाशित होता है। जो माया की भ्रान्ति को विनष्ट करता है।

4. इसलिए गुरूपद सर्वश्रेष्ठ है। यह देवों के लिए भी दुर्लभ है। गण और गन्धर्व आदि भी इसकी पूजा करते हैं।

5. हे श्रेष्ठमुख वाली देवी पार्वती! शिष्य को यह सत्य भली भाँति जान लेना चाहिए कि यह ध्रुव (अटल) है कि गुरू से श्रेष्ठ अन्य कोई भी तत्व नहीं है। ऐसे लोक कल्याण में निरत परम कृपालु गुरू के कार्य के लिए आसन, वस्त्र, आभूषण, वाहन आदि देते रहना शिष्य का कर्त्तव्य है। साधक द्वारा इस तरह लोक कल्याणकारी कार्यों में सहयोग से सद्गुरू को सन्तोष होता है। भगवान् शिव का कथन है कि गुरू के कार्य के लिए साधक को अपनी जीविका को भी अर्पण करना चाहिए। हर काल में कर्म से, मन से तथा वाणी से गुरू की आराधना करनी चाहिए। श्रीगुरू के समीप लज्जा को त्यागकर साष्टांग प्रणाम करना चाहिए।

मानव मन के बोल

समानता के भाव

गतांक से आगे.....

हमारे एक साहब थे, अभी भी है उन्होंने उनके एक आद्रणीय को पूछा साहब आप फ्लाईट तो बहुत चूकते होंगे–सर। बोले क्यों भाई?मैं तो एक भी फ्लाइट नहीं चुका। अच्छा–अच्छा बढ़िया बात है–साहब। क्या आप ट्रेन तो चूक जाते होंगे? नहीं भाई मैं तो ट्रेन आने से आधा घण्टा पहले ही पंहुच जाता हूँ। बोले–साहब, हमारे कार्यक्रम में आप 3 घंटे लेट क्यों आते हो साहब? हमारे पर भी दया करो ना। जब आप फ्लाईट चूकते नहीं, ट्रेन चूकते नहीं, तो आप हमारे कार्यक्रम में लेट क्यों होते हो? हमारा कार्यक्रम 11.00 बजे का है तो आप ग्यारह बजे पधारो ना। 4–5 मिनिट की देरी हो तो चलता है। लापरवाही जहां परवाह नहीं हो वहां लापरवाही होती है। कहते हैं भूल गये इसलिये क्योंकि चिन्ता ही नहीं थी। बाकी तो खुद की जरूरत की बात तो खूब याद रह जाती है। मैं भी बहुत भूलता हूँ। लापरवाही करता हूँ, लापरवाही से ही तो भूलते हैं।

डेपुटेशन पर पाली रोड़ के अलावा भी कई जगह गये। बड़ा अच्छा जीवन रहा। रेल्वे स्टेशन जाते थे। वहां की धर्मशाला में दो–तीन बार आई शिविर लगा था। तो वहां पर सेवा करने जाता था। पाली में आज भी हमारे बहुत अच्छे मित्र है जो वृद्धा आश्रम चला रहे हैं। उनके पूज्य पिता जी पूर्व में एम.एल.ए. रहे है। बहुत अच्छा चल रहा है। उनको धन्यवाद है। पाली जिले में नैत्र का बड़ा काम है पाली सेवा मण्डल, पाली में हमारे मामा ससुरजी साहब श्रीमान् रतनलाल जी गर्ग साहब, उनको प्रणाम करते है–हम बार–बार। उनकी सुपुत्री लजो जी, उनके यहां दो–चार बार साथ–साथ भोजन किया। उनका ऐहसान नहीं भूल सकते कभी ऐहसान नहीं भूलना चाहिये। यदि पांच रूपये भी किसी ने उधार दिये हो, उनके पास गरीबी हो और आपके पास अमीरी हो तो उन पांच रूपये को 100 बार लौटा देना चाहिये। तो भी उनका ऐहसान नहीं उतरेगा।

क्रमश अगले अंक में ...

सम्पादकीय

चक्रवर्ती सम्राट को पुण्योपार्जन का शौक कुछ ऐसा लगा कि प्रजा से पुण्य खरीदने लगे! ऐसी तराजू बनाई गई जिसमें किसी के पुण्यों के लेखों का कागज एक पलड़े में रखते ही दूसरे पलड़े में उसके बराबर स्वर्ण मुद्राएं तुल जाती!

विधि ने अपना काम किया, पड़ौस के राजा ने आक्रमण किया, परिणाम में हार मिली चक्रवर्ती सम्राट को! रानी, पुत्र सहित उन्हें रात्रि के अंधेरे में भागना पड़ा! पर, खाने को कुछ नहीं था– साथ! पड़ौसी राज्य में जाकर कुछ मेहनत की, जिससे एक समय की भोजन सामग्री नसीब हुई। रानी भोजन बना ही रही थी कि एक भिखारी ने दयनीय स्वरों में याचना की– भोजन की! सम्राट द्वारा याचना को विनयपूर्वक अस्वीकार करते देख रानी ने कहा– राजन् यदि एक दिन और भूखा रह जायेंगे हम तो इस भूखे का पेट भर जायेगा..... दे दीजिये इसे भोजन!

कुछ दिनों की कठिन यात्रा के बाद राजा ने अत्यन्त चिन्तित होकर रानी से कहा ''अब आगे का जीवन कैसे चलेगा? रानी ने सुझाव दिया '' अपने कुछ पुण्य यहाँ के नरेश को बेचकर हम कुछ स्वर्ण मुद्राए लेकर सुखी जीवन जी सकते हैं! राजा को बात अच्छी लगी! सम्राट ने वहाँ के राजा के पास अपनी बात रखी, तो वे तैयार हो गये, पर यह क्या? सम्राट ज्यों–ज्यों पुण्य का लेखा तराजू में रखते पर पलड़ा हिलता तक नहीं! सभी ओर से घेरती निराशा के बीच रानी को भिखारी को दिया भोजन याद आया, तब लेखा पर्ची पलड़े में पड़ी तो दूसरी ओर सहस्त्र स्वर्ण मुद्राएं आ गई– पलड़े में। सम्राट ने तुरन्त जान लिया कि वास्तव में पुरूषार्थ द्वारा अर्जित राशि का दान ही सार्थक है!

आदरणीय महानुभावों, आपश्री द्वारा भी जो कठोर परिश्रम द्वारा धन रूपी लक्ष्मी का दान नारायण सेवा संस्थान को दिया जा रहा है, वह ऐसा ही दान है। आप द्वारा दिए गये दान से पशुवत चलने वाले अपने पांवो पर खड़े हो रहें हैं, जिनके मां–बाप नहीं है ऐसे बच्चे सुसंस्कारी एवं विद्या दान अर्जित कर रहें हैं, बेसहारा एवं गरीब बहिनें स्वावलम्बन का प्रशिक्षण प्राप्त कर रही है, वनवासी क्षेत्र के अभाव ग्रस्त दीन हीन बीमार औषधि प्राप्त कर रहें हैं– घर बैठे। सैकड़ों परिवार आजीवन व्यसन मुक्त होकर सभ्य एवं सुखी गृहस्थ जीवन जी रहें हैं।

आइए, हम भी प्रण लें कि जब तक कुछ भी देने की सामर्थ्य परमात्मा बनाये रखेगा तब तक किसी जरूरतमन्द को निराश नहीं लौटने देंगे!

नारायण सेवा संस्थान के अन्तर्गत किये गये नियमित नि:शुल्क दिव्यांग ऑपरेशन की सूची

क्रं.स.	रोगी का नाम	पिता/पति का नाम	उम्र	लिंग	शहर	राज्य
1.	आनन्दी	प्रकाश	8	स्त्री	हावडा	पं. बंगाल
2.	रेहान	इरशाद	8	पुरूष	कोटा	राजस्थान
3.	राहुल	जगदीश	8	पुरूष	दरभंगा	बिहार
4.	राजेश	धनबहादुर	14	पुरूष	अम्बाला	हरियाणा
5.	धीरज	श्रीकान्त	17	पुरूष	संतकबीरनगर	उत्तरप्रदेश
6.	सूजीत	रामअवध	18	पुरूष	गाजीपुर	उत्तरप्रदेश
7.	ताराचन्द	धर्मपाल	18	पुरूष	बदायुं	उत्तरप्रदेश
8.	महेश	नारायण	19	पुरूष	नान्देड	महाराष्ट्र
9.	गोपी	भरत सोनार	21	पुरूष	पुणे	महाराष्ट्र
10.	रवि	गोपीचन्द	23	पुरूष	मेरठ	उत्तरप्रदेश

क्रमश:

करणी माता राजस्थान

राजस्थान भारत का एक ऐसा राज्य जो जितना खूबसूरत है उतना ही विचित्र भी। कहीं रेत के बड़े–बड़े अस्थायी पहाड़ हैं तो कहीं तालाब की सुंदरता। शौर्य और परंपरा की गाथाओं से सजती शाम जहाँ है तो वहीं आराधना का जलसा दिखते आठों पहर भी रेत की तरह ही फैले हैं। ऐसी ही तिलिस्मी दुनिया से दिखते इस मरूस्थल में आश्चर्य और कौतूहल का विषय लिए बसा देशनोक कस्बा।

सुनहरी रेत के बीच अपनी आभा लिए दमक रहा यह स्थान वैसे तो छोटा ही है पर इसकी महत्ता व ख्याति विदेश तक फैली हुई है। रेत के दामन में सुनहरे संगमरमर से गढ़ा एक मंदिर जिसकी नक्काशी यदि ऊपरी दिखावे से आकर्षित करने की बात को चरितार्थ करती है तो भीतर की अलौकिकता अच्छी सीरत का उदाहरण पेश करती है।

दैवीय शक्ति को समर्पित इस स्थान के कुछ रहस्य आज भी बरकरार हैं जो किसी के लिए श्रद्धा तो किसी के लिए खोज का विषय बने हुए हैं। लोग इस मंदिर में आते तो करणी माता के दर्शन के लिए हैं पर साथ ही नजरें खोजती हैं सफेद चूहे को।''चूहे वाला मंदिर'' के नाम से भी प्रसिद्ध यह मंदिर बीकानेर से कुछ ही दूरी पर देशनोक नामक स्थान पर बना हुआ है। आस्था व विज्ञान का तिलिस्मी तालमेल लिए अपने सीने में राज छुपाए बैठे इस मंदिर की यह पहली विशेषता है।

इस मंदिर में भक्तों से ज्यादा काले चूहे नजर आते हैं और इनकी खासी तादाद में अगर कहीं सफेद चूहा दिख जाए तो समझें कि मनोकामना पूरी हो जाएगी। यही यहाँ की मान्यता भी है। वैसे यहाँ चूहों को काबा कहा जाता है और इन काबाओं को बाकायदा दूध, लड्डू आदि भक्तों के द्वारा परोसा भी जाता है। असंख्य चूहों से पटे इस मंदिर से बाहर कदम रखते ही एक भी चूहा नजर नहीं आता और न ही मंदिर के भीतर कभी बिल्ली प्रवेश करती है। कहा तो यह भी जाता है कि जब प्लेग जैसी बीमारी ने अपना आतंक दिखाया था तब भी यह मंदिर ही नहीं बल्कि पूरा देशनोक इस बीमारी से सुरक्षित था।

बीकानेर से करीब 30 किमी दूर बने इस मंदिर को 15 वीं शताब्दी में राजपूत राजाओं ने बनवाया था। माना जाता है कि देवी दुर्गा ने राजस्थान में चारण जाति के परिवार में एक कन्या के रूप में जन्म लिया और फिर अपनी शक्तियों से सभी का हित करते हुए जोधपुर और बीकानेर पर शासन करने वाले राठौड़ राजाओं की आराध्य बनी। 1387 में जोधपुर के एक गाँव में जन्मी इस कन्या का नाम वैसे तो रिघुबाई था पर जनकल्याण के कार्यों के कारण करणी माता के नाम से इन्हें पूजा जाने लगा। और यह नाम इन्हें मात्र 6 साल की उम्र में ही उनके चमत्कारों व जनहित में किए कार्यों से प्रभावित होकर ग्रामीणों ने दिया था।

वैसे तो यहाँ साल भर श्रद्धालुओं का ताँता लगा रहता है पर साल में दो बार यानी नवरात्रि में यहाँ विशेष मेला भी लगता है जिसमें देश भर के भक्त देवी दर्शन के लिए आते हैं। वैसे यह मंदिर करणी माता के अंतर्ध्यान होने के बाद बनवाया गया था। किंवदंती के अनुसार करणी माता के सौतेले पुत्र की कुएँ में गिरने से मृत्यु होने पर उन्होंने यमराज से बेटे को जीवित करने की माँग की। यमराज ने करणी माता के आग्रह पर उनके पुत्र को जीवित तो कर दिया पर चूहे के रूप में। तब से ही यह माना जाता है कि करणी माता के वंशज मृत्युपर्यंत चूहे बनकर जन्म लेते हैं और देशनोक के इस मंदिर में स्थान पाते हैं। इस शक्ति को राजस्थान ही नहीं बल्कि हर आस्थावान व्यक्ति नमन करता है।

मन के जीते जीत सदा

(मानव धर्म शृंखला का द्वितीय (2) पुष्प)

एक हमारे मित्र थे, उनका बहुत बड़ा प्रमोशन हुआ। उन्होंने कहा–बाबूजी मैं तो पहले चपरासी था रेल्वे ट्रेनिंग स्कूल में। मैं टेबल की सफाई करना, कुर्सी की सफाई करना, दीवारों की सफाई करना, ये काम किया करता था। एक दिन मैं अपने ढंग से टेबल की सफाई कर रहा था। मेरी आदत थी जो काम करना, अच्छी तरह से करना। जब भगवान ने जीवन दे दिया है, वाणी दी है तो अच्छा क्यों नहीं बोलें, जीव्हा दी है तो अच्छा सात्विक भोजन क्यों न करें। तो कह रहा था कि मैं अच्छी तरह से सफाई कर रहा था। हमारे रेल्वे ट्रेनिंग सेंटर के प्रिंसिपल साहब उधर से गुजर रहे थे। मुझे देख लिया, दो–तीन मिनट देखते रहे, उनको खुशी हुई। मुझे बुलाया, आओ भाई आओ, क्या नाम है आपका। बोला, गुरूदेव मेरा नाम किशन लाल जोशी है। मैंने उनको प्रणाम किया विनम्रता से, व्यक्ति का चरित्र 10–15 मिनट में मालूम हो जाता है। कहते हैं भाई कौआ भी काला और कोयल भी काली तो पहचान कैसे होवे कि कौन कौआ है, कौन कोयल है, बोलेंगे तो पता चल जायेगा। कौआ करता है कांव, कांव, अरे ये तो आवाज अच्छी नहीं लगती और कोयल कूं, कूं, कूं, कितनी मीठी लगती है। तो उन्होंने विनम्रता के साथ प्रिंसिपल साहब को प्रणाम किया और कहा, श्रीमान मेरा छोटा सा नाम है किशन लाल जोशी। बोले, भाई सफाई तो बहुत अच्छी कर रहे हो आप। बोले, गुरूदेव यही माता–पिता ने सिखाया है, जो कार्य करूंगा, अच्छा करूंगा, अच्छी तरह से चलूंगा। सोने से अच्छा है बैठना, बैठने से अच्छा है खड़ा हो जाना, खड़ा होने से अच्छा है चलना, चलने से अच्छा है दौड़ना। उन्होंने कहा और गुरूदेव प्रिंसिपल साहब राजी हो गये। उनको अधिकार था क्लर्क बनाने का, उन्होंने पूछा, कितनी पढ़े हुए हो? बोले, सर आठवीं पास हूँ। बोले, आज से तुम्हें मैं कलर्क बना देता हूँ, ये अपॉइंटमेंट लेटर ले लो। उनका प्रमोशन कर दिया, चपरासी से कलर्क बन गये, केवल अच्छी सफाई करने की वजह से। इसीलिए क्या करना–

सारे काम राजी–राजी,
तेरा भाणा मीठा लागे।(10)

घर का वैद्य

रात्रि में सोते समय दो काली हरड़ के चूर्ण की फाकी लेकर गुनगुना पानी पी लें। इससे कब्ज व पेट के रोगों का निवारण होने के साथ सातों धातुएं पुष्ट होती है। शरीर निरोग व स्वस्थ बना रहता है।

प्रतिदिन दो चार सूखे अंजीर खाकर दूध पीना वृद्ध लोगों के लिए लाभदायक माना जाता है। शक्तिवर्धक होने के साथ साथ यह कब्जनाशक, पित्तनाशक, रक्तरोग निवारक है एवं वायु विकार भी मिटाता है।

गुठली सहित छुआरे 250 ग्राम, नारियल गोला 500 ग्राम तथा मिश्री 750 ग्राम लेकर इनके अलग–अलग छोटे–छोटे टुकड़े कर लें तथा मिलाकर रख दें। बच्चों को नाश्ते के रूप में खिलायें। दो–दो चम्मच मात्रा में देने से बच्चों का स्वास्थ्य बनेगा।

घुटनों के दर्द से पीड़ित व्यक्तियों को मैथीदाना का बारीक चूर्ण एक से दो चम्मच मात्रा में पानी के साथ प्रातःकाल सेवन करना लाभप्रद रहता है। मैथी का काढ़ा बनाकर भी पी सकते हैं। सवेरे खाली पेट अखरोट की पचास ग्राम गिरियां खाना भी अच्छा रहता है। इससे घुटने में चिकनाई (मज्जा) बढ़कर दर्द को समाप्त करती है। नारियल की गिरी नियमित रूप से खाने से भी दर्द मिटता है।

एक छोटा चम्मच त्रिफला चूर्ण शाम को एक गिलास पानी में भिगो दें, प्रातः गर्म करें एवं आधा शेष रहने पर छान लें। दो छोटे चम्मच शहद मिलाकर चाय की तरह पी जायें। लगातार प्रयोग से मोटापा मिटेगा।

सर्व कार्य समभाव

अमेरिका ....मेनेजर नाली, मंदिर....पुजारी

करने में सावधान, होने में प्रसन्न। हमारे शरीर में 206 हड्डियाँ होती हैं, 25 साल की उम्र तक 240 होती हैं। अब आप गिनती गिनने का प्रयास मत करना, अपनी हड्डी की रक्षा करना। छोटा–मोटा फ्रेक्चर हो जाता है तो सूजन आ जाती है। अभी मेरी अंगुली में हो गया था, दो–तीन महीने पहले, इतना दर्द हुआ, अंगुली सूज गयी। डॉक्टर साहब ने कहा, भाई साहब एक छोटा सा, बाल जैसा फ्रेक्चर है। बाल जैसा फ्रेक्चर होता है तो बाबूजी माँसपेशियाँ कट जाती हैं। हमारे पूरे शरीर में 60 प्रतिशत से ज्यादा माँसपेशियों का वजन है। माँसपेशियां होती तो करीब 500 ही हैं, कुछ ऐच्छिक होती हैं, कुछ अनैच्छिक होती हैं। आइए जानते हैं पीठ की माँसपेशियों के बारे में –

माँसपेशियाँ पीठ में, छः जोड़ी में होय।
टेरसमेजर ट्रेपेजीयस, सुआस नामक जोय।।(11)
क्वाड्रेटस लम्बोरम चौथी, सेक्रो पाईनेलिस पाँच।
डीसीमस डोरसी छठवीं, देखो परखो साँच।।(12)

इतनी माँसपेशियाँ भगवान ने दे दी। इसलिए भगवान का शरीर, हम भगवान का कार्य करते हैं, हम भगवान के लिए कार्य करते हैं। धर्म का अर्थ है इंद्रियों का सदुपयोग। पाँच होती हैं कर्मेन्द्रियाँ, पाँच होती है ज्ञानेन्द्रियाँ, फिर ज्ञानेन्द्रियों व कर्मेन्द्रियों के अलावा मन होता है, अवचेतन और चेतन मन। अवचेतन मन कभी सोता ही नहीं महाराज, 24 घण्टे, 365 दिन जागता ही रहता है।

क्रमशः

मुख्य कार्यकारी अधिकारी–कैलाश 'मानव'
मार्गदर्शक–प्रशान्त अग्रवाल,
जगदीश आर्य, देवेन्द्र चौबीसा
मार्गदर्शिका–कमलादेवी, वन्दना अग्रवाल
सहायक प्रबन्धक–सोहन लाल गाडरी
संपादक–लक्ष्मीलाल गाडरी
संपादन सहयोगी–घनश्याम सिंह राठौड़