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 – 21-03-2016 ● अंक-470 ● तारीख – 22 मार्च 2016, फाल्गुन शुक्ल – 14 ● मंगलवार ● उदयपुर ● कुल पृष्ठ-04 ● मूल्य-1 रूपया

श्री सत्यसांई -अनमोल वचन

शिक्षा हमेशा पथ को प्रकाशवान करती है। अज्ञान का अंधकार और संदेह की सांझ इसके दीप्तमान होने के पहले ही गायब हो जाती हैं। शिक्षा का अर्थ सिर्फ ज्ञान के संग्रह में नहीं है, इसके द्वारा मनुष्य के व्यवहार, चरित्र और महत्वाकांक्षा में परिवर्तन ही परिणाम है।

''मन की जीत परिवार'' की ओर से सभी पाठकों को होली की हार्दिक शुभकामनाऐं

अमृतसर के झीते कलां के छप्पड़ में मिली 2000 साल पुरानी दीवार

अमृतसर–जालंधर रोड के किनारे स्थित गांव झीते कलां के छप्पड़ (तालाब) में करीब 2000 साल पुरानी दीवार मिली है। दीवार की चौड़ाई 9 फिट व लंबाई 450 फुट है। ईंटों की लंबाई 12 इंच, चौड़ाई 9 इंच तथा मोटाई तीन इंच है। पुरातत्व प्रेमी बीएस गोराया ने बताया कि दीवार में इस्तेमाल ईटें कुषाण कालीन लगती हैं।

उत्तर भारत और पाकिस्तान के कई हिस्सों में ऐसी ईंटें पहले भी मिल चुकी हैं। लगता है कि इस जगह को बारिश का पानी इकट्ठा करने के लिए बनाया गया था।

अनमोल विचार

प्रवीणता और आत्मविश्वास अविजित सेनाएं हैं।

–जॉर्ज हरबर्ट

विकास के लिए यूं तो कई चीजें जरूरी होती हैं, लेकिन कठिनाई और विरोध वह देसी मिट्टी है जिसमें पराक्रम और आत्मविश्वास का विकास होता है।

–जॉन नेल

प्रवीणता और आत्मविश्वास अविजित सेनाएं हैं।

–जॉर्ज हरबर्ट

आत्मविश्वास सरीखा दूसरा मित्र नहीं। आत्मविश्वास ही भावी उन्नति की प्रथम सीढ़ी है।

–विवेकानंद

जब मनुष्य स्वयं आत्मविश्वास खो बैठता है तो उसके पतन का सिरा खोजने से भी नहीं मिलता।

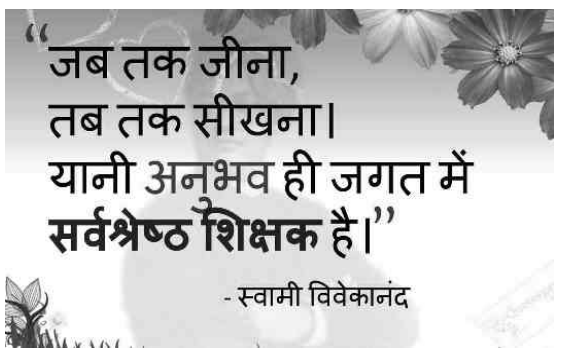
–अज्ञात

प्रवीणता और आत्मविश्वास – जीवन संग्राम में यही दोनों अविजित सेनाएं हैं।

–जॉर्ज हरबर्ट

चौपाई

सुनि सुर बिनय ठाढ़ि पछिताती।
भइउँ सरोज बिपिन हिमराती।
देखि देव पुनि कहहिं निहोरी।
मातु तोहि नहिं थोरिउ खोरी।।



भावार्थ – देवताओं की विनती सुनकर सरस्वतीजी खड़ी–खड़ी पछता रही हैं कि (हाय!) में कमलवन के लिए हेमंत ऋतु की रात हुई। उन्हें इस प्रकार पछताते देखकर देवता विनय करके कहने लगे– हे माता! इसमें आपको जरा भी दोष न लगेगा।

बिसमय हरष रहित रघुराऊ।
तुम्ह जानहु सब राम प्रभाऊ।
जीव करम बस सुख दुख भागी।
जाइअ अवध देव हित लागी।।

भावार्थ – श्री रघुनाथजी विषाद और हर्ष से रहित हैं। आप तो श्री रामजी के सब प्रभाव को जानती ही हैं। जीव अपने कर्मवश ही सुख–दुःख का भागी होता है। अतएव देवताओं के हित के लिए आप अयोध्या जाइए।

होलीका और प्रह्लाद की कथा

होली की पूर्व संध्या में होलिका दहन किया जाता है। इसके पीछे एक प्राचीन कथा है कि दीति के पुत्र हिरण्यकश्यपु भगवान विष्णु से घोर शत्रुता रखता था । इसने अपनी शक्ति के घमंड में आकर स्वयं को ईश्वर कहना शुरू कर दिया और घोषणा कर दी कि राज्य में केवल उसी की पूजा की जाएगी। इसने अपने राज्य में यज्ञ और आहुति बंद करवा दिया और भगवान के भक्तों को सताना शुरू कर दिया। हिरण्यकश्यपु का पुत्र प्रह्लाद भगवान विष्णु का परम भक्त था। पिता के लाख कहने के बावजूद प्रह्लाद विष्णु की भक्ति करता रहा।

असुराधिपति हिरण्यकश्यपु ने अपने पुत्र को मारने की भी कई बार कोशिश की परन्तु भगवान स्वयं उसकी रक्षा करते रहे और उसका बाल भी बांका नहीं हुआ। असुर राजा की बहन होलिका को भगवान शंकर से ऐसा चादर मिला था जिसे ओढ़ने पर

अग्नि उसे जला नहीं सकती थी। होलिका उस चादर को ओढकर प्रह्लाद को गोद में लेकर चिता पर बैठ गयी। दैवयोग से वह चादर उड़कर प्रह्लाद के पर आ गया जिससे प्रह्लाद की जान बच गयी और होलिका जल गयी। होलिका दहन के दिन होली जलाकर होलिका नामक दुर्भावना का अंत और भगवान द्वारा भक्त की रक्षा का जश्न मनाया जाता है।

दहन विधि

होली उत्साह और उमंग से भरा त्यहार और उत्सव है। विष्णु भक्त इस दिन व्रत भी रखते हैं। होलिका दहन के लिए लोग महीने भर पहले से तैयारी में जुटे रहते हैं। सामूहिक रूप से लोग लकड़ी, उपले आदि इकट्ठा करते हैं और फाल्गुन शुक्ल पूर्णिमा के दिन संध्या काल में भद्रा दोष रहित समय में होलिका दहन किया जाता है। होली जलाने से पूर्व उसकी विधि विधान सहित पूजा की जाती है और अग्नि एवं विष्णु के नाम से आहुति दी जाती है।

होलिका दहन के दिन पवित्र अग्नि के चारों ओर लोग नृत्य करते हैं और लोकगीत का आनन्द लेते हैं। इस दिन राधा कृष्ण की लीलाओं एवं ब्रज की होली की धुन गलियों में गूंजती रहती है और लोग आनन्द विभोर रहते हैं। होलिका दहन के दिन लोग अपने अपने घरों में खीर और पुआ बनाकर अपने कुल देवता और देवी को भोग लगाते हैं।

मानव मन के बोल

ईमानदारी रूपी हीरा

गतांक से आगे.....

'जाँ पर कृपा राम की होय,
ता पर कृपा करे सब कोई''

तो भैरूजी मिस्त्री साहब ने कृपा की, मेरे को मकान किराये पर दिया, और हम पोस्ट ऑफिस में जून महिने की 16 तारीख को जब जोईन किया। हमारे कश्यप साहब, मैं उनका आभारी हूँ। अच्छी बल्डिंग थी, टेलीफोन एक्सेचेंज के पास में, वहां गये उनको कागज दिये। उन्होंने एक लाईन की तरफ इशारा किया। एक अंगूली उधर की, मैंने देखा मन्नी ऑर्डर वाले बाबूजी बैठे है, और उनके आगे 70–75 लोग लम्बी लाईन में खड़े हैं। उन्होंने कहा जाओ उनसे चार्ज ले लो। और आई.पी.एम. को कहा इनको मन्नी ऑर्डर बाबू बना दो। जैसे ही गये मन्नी ऑर्डर वाले बाबूजी को गांव जाना था। लो कैलाश जी सम्भाल लो भाई, ये 11306 रूपया है। ये रसीदें हैं। ये हिसाब है। उस समय जैसे ही एम.ओ. सामने वाला कोई देता था। हम उसको चेक करके रूपया लेते थे। फिर एम.ओ. के पीछे एडवाईज पढ़ते थे कि कितना रूपया कहां जायेगा? व मन्नी ऑर्डर रसीद देते थे, उससे पहले एक लिस्ट बनती थी। उसमें लिखा लेते थे लिस्ट नम्बर, मन्नी ऑर्डर नम्बर और इतना रूपया उस रूपयें की जोड़ लगती थी, वो रसीद बुक के साथ में शाम को 4–5 बजे जाती थी। ए.पी. एम. साहब को देते थे वो उनको चेक करते थे। सभी ऑफिस कॉपी सही है कि नहीं है? और उतना रूपया केशियर के पास जमा कराया जाता था। तो मैं जब काउंटर पर बैठा तो 70–85 महानुभव और 4–5 घण्टे लगातार लाईन में आते रहे, और भी नये जुड़ते रहे। सिर उठाने की फूर्सत नहीं मिली। अच्छा है ऐसा ही जीवन होना चाहिये। क्या करना फूर्सत का? शरीर को जैसी आदत डालो, वैसा शरीर हो जाता है। मेहनत की आदत डालेगा तो मेहनत का होगा। मैं तो नाम नहीं लेना चाहता, पर एक सज्जन थे भीण्डर के हमारी दुकान पर आकर के बैठते थे।

10–11 बजे बैठते थे 5 बजे चले जाते थे। कुछ भी नहीं करते थे। आदत पड़ गयी थी। और उनकी पत्नी चरखा कात करके आती थी उससे रूपया दो रूपया की कमाई करती थी। कुछ रूपया शायद ब्याजणा दे रखा था।

क्रमश अगले अंक में ...

होली के इस पावन पर्व को नवसंवत्सर का आगमन तथा वसंतागम के उपलक्ष्य में किया हुआ यज्ञ भी माना जाता है। वैदिक काल में इस होली के पर्व को नवान्नेष्टि यज्ञ कहा जाता था। पुराणों के अनुसार ऐसी भी मान्यता है कि जब भगवान शंकर ने अपनी क्रोधाग्नि से कामदेव को भस्म कर दिया था तभी से होली का प्रचलन हुआ। होलिका दहन की रात्रि को तंत्र साधना की दृष्टि से हमारे शास्त्रों में महत्वपूर्ण माना गया है और यह रात्रि तंत्र साधना व लक्ष्मी प्राप्ति के साथ खुद पर किये गए तंत्र मंत्र के प्रतिरक्षण हेतु सबसे उपयुक्त मानी गई है। तंत्र शास्त्र के अनुसार होली के दिन कुछ खास उपाय करने से मनचाहा काम हो जाता है। तंत्र क्रियाओं की प्रमुख चार रात्रियों में से एक रात ये भी है।

मान्यता है कि होलिका दहन के समय उसकी उठती हुई लौ से कई संकेत मिलते हैं। होलिका की अग्नि की लौ का पूर्व दिशा ओर उठना कल्याणकारी होता है, दक्षिण की ओर पशु पीड़ा, पश्चिम की ओर सामान्य और उत्तर की ओर लौ उठने से बारिश होने की संभावना रहती है।

होलिका दहन में आहुतियाँ देना बहुत ही

होलिका दहन की रात्रि का महत्त्व

जरुरी माना गया है इसलिए याद रहे कि होलिका दहन में आहुतियाँ जरुर देंद्य होलिका दहन होने के बाद होलिका में जिन वस्तुओं की आहुति दी जाती है, उसमें कच[illegible] आम, नारियल, भुट्टे या सप्तधान्य, चीनी [illegible] बने खिलौने, नई फसल का कुछ [illegible] धान्य है, गेंहूं, उडद, मूंग [illegible] और मसूर. आदि [illegible]

सावधा[illegible] रात्रि तंत्र [illegible] के कारण इस रात्रि [illegible] कुछ सावधानियां रखनी चाहियें।

सफेद खाद्य पदार्थो के सेवन से बचें:होलिका दहन [illegible] दिन टोने–टोटके के लिए सफेद [illegible] पदार्थों का उपयोग किया जाता है। इसलिए इस दिन सफेद खाद्य पदार्थों के सेवन से [illegible] रहिये।

सिर को ढक कर रखें:[illegible] और टोटके का [illegible] सिर पर जल्दी होता है, इसलिए सिर को टोपी आदि से ढके रहें।

कपड़ों का विशेष ध्यान रखें:टोने–टोटके में व्यक्ति के कपड़ों का प्रयोग किया जाता है, इसलिए अपने कपड़ों का ध्यान रखें।

नाभि से अपने आप को कैसे उन्नत करें? (अध्यात्म)

जो लोग साधना मार्ग पर आते हैं उन्हें सिखाया जाता है कि आप स्वांस को नाभि से लेना और छोड़ना प्रारंभ करें। अब बड़ी मुश्किल यह है कि चिकित्सा विज्ञान कहता है कि फेफड़े से सांस लो और छोड़ो। चिकित्सा विज्ञान ही नहीं आसन प्राणायाम में भी फेफड़ों से स्वांस को लेना और छोड़ना सिखाया जाता है। (कुछ प्राणायम छोड़कर)। फिर साधना मार्ग पर स्वांस को नाभि पर केन्द्रित करने का क्या तुक है?

नाभि समस्त जीवन चक्र का आधार है। ध्यान रखिए में जीवन नहीं बल्कि जीवन चक्र की बात कर रहा हूं। इसलिए साधना मार्ग पर जो साधक आते हैं उन्हें कहा जाता है कि वे नाभि चक्र पर अपने स्वांस को केन्द्रित करें। इसका गहरा अर्थ यह होता है कि जब शिक्षक आपको नाभि पर स्वांस को केन्द्रित करने के लिए कहता है तो वह आपको आपके जीवन चक्र के साथ जोड़ने की कला सिखाता है।

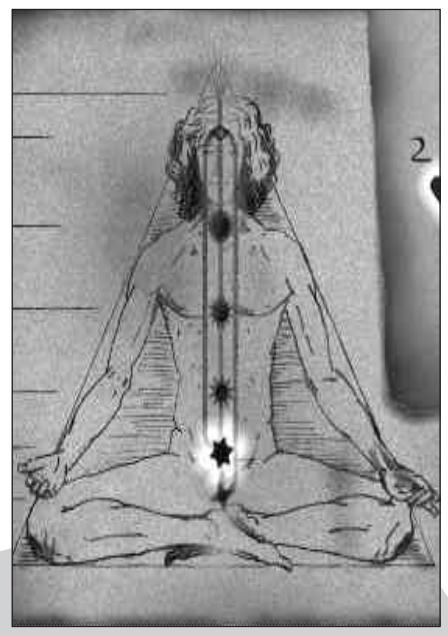
अब सवाल है कि नाभि चक्र तक स्वांस को ले कैसे जाएं? जो जितना उद्विग्न, गुस्सैल और चंचल होता है उसकी स्वांस उतनी ही नाभि के ऊपर चलती है। लेकिन जो जितना सहज, बोधयुक्त और शांत होता है उसकी स्वांस उतनी ही नाभि के पास से चलती है। यह क्रिया अपने आप होती है आपको कुछ करना नहीं होता है। जब आप शांत होतें हैं तो आपको अनुभव होता है कि आपकी स्वांस नाभि केन्द्र के आस पास से चल रही है। रात में आप सोते हैं तो स्वांस अपने आप नाभि केन्द्र से चलने लगती है। ऐसा क्यों होता है?

ऐसा इसलिए होता है कि आपके शरीर पर आपके तर्क और भौतिक विचारों का प्रभाव कम हो जाता है। हमारे अस्तित्वह्मारे मूल और हमारे बीच में जो सबसे बड़ी बाधा है वह भौतिक विचार ही हैं। हम जितने बनावटी होते हैं अपने अस्तित्व से उतने ही कटे हुए होते हैं। इसलिए आप अपने सामान्य जीवन में नैसर्गिक रहने की कला विकसित करिए। ज्यादा बनावटी जीवन जीने से बचिए। थोड़ा बहुत जीना भी पड़े तो सोने से पहले उस बोझ को उतार दीजिए। क्योंकि अगर आप ऐसा नहीं करेंगे तो वह बनावटी जीवन धीरे धीरे आपको खोखला कर देगा।

इसलिए पहला काम तो यही कि बनावटी जीवन, बनावटी विचार, झूठे अहंकार इन सबसे तौबा करिए। इनका कोई मतलब नहीं है। आप को लगता है कि आप अपना स्तर उठा रहे हैं लेकिन हकीकत में आप अपने लिए ही संकट पैदा कर रहे हैं। इसलिए इनसे बचने की कोशिश करिए। इसका सीधा असर मन पर होगा जो आपके शरीर पर सकारात्मक रूप से दिखाई देने लगेगा।

दूसरा काम, जब कभी मन थोड़ा एकाग्र हो और आप आंख बंद करके कहीं बैठे हों तो अपनी नाभि पर अपने मन को ले जाइये। ऐसा करते हुए सिर से सब प्रकार के बोझ उतारते जाइये। यह दोनों क्रिया एकसाथ करिए। नाभि के करीब पहुंचते चले जाएंगे। विचारों के क्रम को हटाते जाइये और नाभि के आस पास मन को केन्द्रित करते जाइये। चार से छह महीने में अच्छी प्रगति होगी। धैर्य के साथ आगे बढ़ते जाइये।

तीसरा काम, थोड़ा और गहरी साधना में उतरे हुए लोगों के लिए जरूरी है कि श्वास को नाभि से सूक्ष्म होते हुए देखें। एक अवस्था ऐसी आयेगी कि स्वास गायब हो जाएगी। कोई स्पंदन नहीं होगा। नाभि पर भी कोई स्पंदन नहीं होगा। जब ऐसा होना शुरू हो तो प्रकाश को इड़ा–पिंगड़ा में संचरण करते हुए अनुभव कर सकेंगे। मूलाधार से सहस्रार तक शून्य का संचरण अनुभव होगा जिसके बाद ही ध्यान घटित होता है। जागृति होती है।



होलिका दहन लाभदायक – संकटों से मुक्ति

होली का त्योहार हमारी पौराणिक कथाओं में श्रद्धा विश्वास और भक्ति का त्यौहार माना गया है तथा साथ ही होली के दिन किये जाने वाले अद्भुत प्रयोगों से मानव अपने जीवन में आने वाले संकटों से मुक्ति भी पा सकता है। होली हर वर्ष फाल्गुन शुक्ल पूर्णिमा को मनायी जाती है तथा भद्रा रहित समय में होली का दहन किया जाता हैं। होली की रात होलिका दहन मे से जलती हुई लकडी घर पर लाकर नवग्रहों की लकड़ियां एवं गाय के गोबर से बने उपलों की होली प्रज्जवलित करनी चाहिए। उसमें घर के प्रत्येक सदस्य को देसी घी में भिगोई हुई दो लौंग, एक बताशा, एक पान का पत्ता चढाना चाहिए तथा सभी को उस होलिका की ग्यारह परिक्रमा करते हुए सूखे नारियल की होली में आहुति देनी चाहिए। शास्त्रों के अनुसार आध्यात्मिक महत्व को देखते हुये होली की पूजा तथा दहन के पश्चात बची हुई राख के द्वारा विभिन्न प्रयोग लाभदायक हो सकते हैं।

1. होली की पूजा मुखयतः भगवान विष्णु (नरसिंह अवतार) को ध्यान में रखकर की जाती है।

2. होली दहन के समय 7 गोमती चक्र लेकर भगवान से प्रार्थना करें कि आपके जीवन में कोई शत्रु बाधा न डालें। प्रार्थना के पश्चात पूर्ण श्रद्धा व विश्वास के साथ गोमती चक्र दहन में डाल दें।

3. होली दहन के दूसरे दिन होली की राख को घर लाकर उसमें थोडी सी राई व नमक मिलाकर रख लें। इस प्रयोग से भूतप्रेत या नजर दोष से मुक्ति मिलती है।

4. होली के दिन से शुरु होकर बजरंग बाण का 40 दिन तक नियमित पाठ करनें से हर मनोकामना पूर्ण होगी।

5. यदि उधार दिया हुआ पैसा वापस नहीं आ रहा हैं तो होली दहन के दूसरे दिन बचे हुये कोयले से वहीं धरती पर उस व्यक्ति का नाम लिखे तथा उस नाम के उपर हरा रंग इस तरह डाल दें कि पूरा नाम लुप्त हो जाये। इस प्रयोग से वह व्यक्ति शीघ्र धन वापस कर देगा।

6. यदि व्यापार या नौकरी में उन्नति न हो रही हो, तो 21 गोमती चक्र लेकर होली दहन के दिन रात्रि में शिवलिंग पर चढा दें।

7. नवग्रह बाधा के दोष को दूर करने के लिए होली की राख से शिवलिंग की पूजा करें तथा राख मिश्रित जल से स्नान करें।

8. होली वाले दिन किसी गरीब को भोजन अवश्य करायें।

9. होली की रात्रि को सरसों के तेल का चौमुखी दीपक जलाकर पूजा करें व भगवान से सुख–समृद्धि की प्रार्थना करें। इस प्रयोग से बाधा निवारण होता है।

10. यदि बुरा समय चल रहा हो, तो होली के दिन पेंडुलम वाली नई घडी पूर्वी या उत्तरी दीवार पर लगाए। परिणाम स्वयं देखे।

धुलेंडी

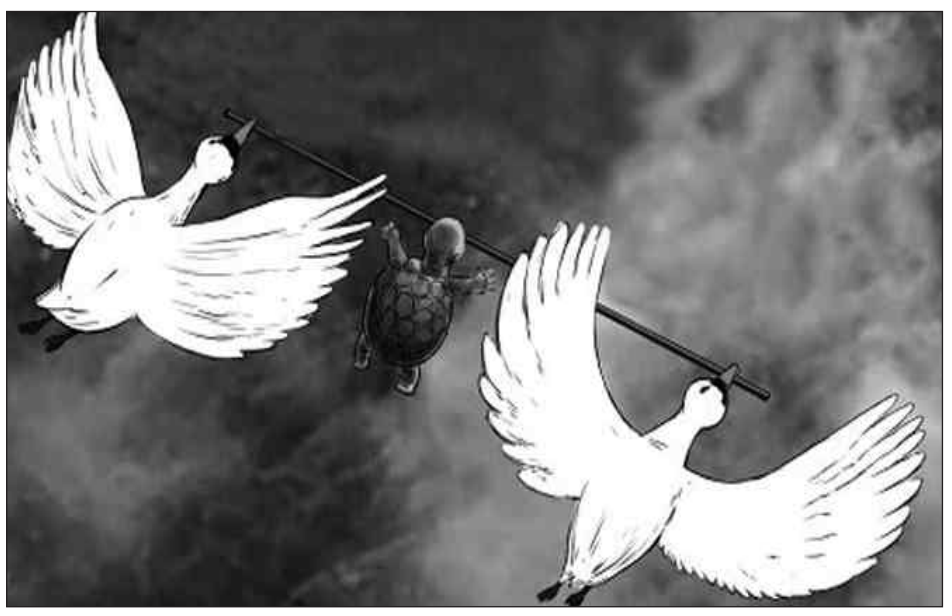
गुलाल से सारा आकाश सजा होता है, चारों ओर बस रंग ही रंग। आखिर सालभर के इंतजार के बाद होली आ ही गयी। मनभावन लोकलुभावन होली, कान्हा की होली और हम सब की होली। गुब्बारें लियें हर घर की छत पर बैठे है नटखट बच्चे, अब गली–गली है पिजकारी की बौछारें। गुंजिया, पकोड़े, चिप्स और दही–भल्ले हाय राम सोच कर ही मुँह जल से लबालब हो जायें।

होली क्या है? होली सिर्फ त्योहार है या फिर एक सीख? होलिका को आग से कोई खतरा नहीं था लेकिन जब वो अपने निर्दोष भतीजे प्रहलाद को शैय्या पर लेकर बैठी तो उस पर से सारी शक्ति छूमंतर हो गयी। और प्रहलाद के पिता हिरण्यकश्यप की सारी योजना धरी की धरी रह गयी। यानि आप चाहे कितने ही समर्थवान क्यों ना हो लेकिन सदैव अपने से किसी को कमजोर नहीं समझना चाहिए। एक पाप हजारों–करोड़ों पुण्यों को विफल कर देता है। होली भाईचारे का उत्सव है। ये पारस्परिक आदर का त्यौहार है। ये सभी गीले–शिकवे भूल कर गले लगाना का दिन है।

दो दिन के इस महोत्सव के पहले दिन सवेरे लकड़ियों से तैयार की गयी शैय्या की होलिकापूजन और फिर रात में होलिका दहन किया जाता है। फिर आता है दूस[illegible] बेहद महत्वपूर्ण दिन जिसे धुलेंडी भी कहते [illegible] दिन को गुलाल, रंग और पानी [illegible] साथ बनाया जाता है। [illegible] और घर आ[illegible] करने के [illegible] वाले लोग इस [illegible] इस तरीकें से बड़ी धूमधाम से [illegible]नाते है।

कृष्ण की नगरी मथुरा–वृंदावन में होली का रस अपने चरम पर होता है। बरसाने की लठमार होली हो या फिर मन्दिरों की अबीर गुलाल की होली, हर जगह जोश होता है। कान्हा की नगरी में होली के त्यौहार का ये सिलसिला तकरीबन एक पखवाड़े पहले शुरू होता है और होली के एक पखवाड़े बाद तक यूं ही छाया रहता है।

यह हिन्दुओं के प्रसिद्ध त्योहार होली का ही एक नाम है। पाँच दिन (प्रतिपदा से पंचमी तक) चलने वाले इस त्योहार का सूत्र वाक्य है– प्रेम, उल्लास, एकता और भाईचारा। धुलेंडी के पाँच दिनों में दुश्मन के घर जाकर भी, उससे गले मिलकर, गिले–शिकवे दूर कर उनके साथ भी होली खेली जाती है और उनके लिए भी मंगल कामनाएँ की जाती हैं। धुलेंडी हरियाणा की होली के रूप में प्रसिद्ध उत्सव है। भारतीय संस्कृति में रिश्तों और प्रकृति के बीच सामंजस्य का अनोखा मिश्रण हरियाणा की होली में देखने को मिलता है। हरियाणा में होली धुलेंडी के रूप में मनाते हैं और [illegible] होली गुलाल और अबीर से खेलते हैं। [illegible]नियों को धुलेंडी के दिन पूरी छूट रह[illegible] वे अपने देवरों को साल भर सता[illegible] दण्ड दें। भाभियाँ देवरों को त[illegible]रह से सता[illegible] और देवर बेचारे [illegible]प झेलते [illegible] भाभियों [illegible]ता है। शा[illegible] का देवर अप[illegible] प्यारी [illegible] के [illegible] उपहार लाता है और भाभी उसे [illegible]ती है लेकिन उपहार और आशीर्वाद के बाद फिर शुरू हो जाता है देवर और भाभी के पवित्र रिश्ते की नोकझोंक और एक–दूसरे को सताए जाने का सिलसिला। इस दिन मटका फोड़ने का भी कार्यक्रम आयोजित होता है।



कछुआ और हंस (लघुकथा)

एक तालाब में एक कछुआ रहता था। उसी तलाब में दो हंस तैरने के लिए उतरते थे। हंस बहुत हंसमुख और मिलनसार थे। कछुए और उनमें दोस्ती होते देर न लगी। हंसों को कछुए का धीमे–धीमे चलना और उसका भोलापन बहुत अच्छा लगा। हंस बहुत ज्ञानी भी थे। वे कछुए को अदभुत बातें बताते। ऋषि–मुनियों की कहानियां सुनाते। हंस तो दूर–दूर तक घूमकर आते थे, इसलिए दूसरी जगहों की अनोखी बातें कछुए को बताते। कछुआ मंत्रमुग्ध होकर उनकी बातें सुनता। बाकी तो सब ठीक था, पर कछुए को बीच में टोका–टाकी करने की बहुत आदत थी। अपने सज्जन स्वभाव के कारण हंस उसकी इस आदत का बुरा नहीं मानते थे। उन तीनों की घनिष्टता बढती गई। दिन गुजरते गए।

एक बार बडे जोर का सूखा पडा। बरसात के मौसम में भी एक बूंद पानी नहीं बरसा। उस तालाब का पानी सूखने लगा। प्राणी मरने लगे, मछलियां तो तडप–तडपकर मर गईं। तालाब का पानी और तेजी से सूखने लगा। एक समय ऐसा भी आया कि तालाब में खाली कीचड रह गया। कछुआ बडे संकट में पड गया। जीवन–मरण का प्रश्न खडा हो गया। वहीं पडा रहता तो कछुए का अंत निश्चित था। हंस अपने मित्र पर आए संकट को दूर करने का उपाय सोचने लगे। वे अपने मित्र कछुए को ढाडस बंधाने का प्रयत्न करते और हिम्मत न हारने की सलाह देते।

हंस केवल झूठा दिलासा नहीं दे रहे थे। वे दूर–दूर तक उडकर समस्या का हल ढूढते। एक दिन लौटकर हंसों ने कहा मित्र, यहां से पचास कोस दूर एक झील हैं। उसमें काफी पानी हैं तुम वहां मजे से रहोगे। 'कछुआ रोनी आवाज में बोला पचास कोस? इतनी दूर जाने में मुझे महीनों लगेंगे। तब तक तो मैं मर जाऊंगा।'

कछुए की बात भी ठीक थी। हंसों ने अक्ल लडाई और एक तरीका सोच निकाला। वे एक लकडी उठाकर लाए और बोले मित्र, हम दोनों अपनी चोंच में इस लकडी के सिरे पकडकर एक साथ उडेंगे। तुम इस लकडी को बीच में से मुंह से थामे रहना। इस प्रकार हम उस झील तक तुम्हें पहुंचा देंगे उसके बाद तुम्हें कोई चिन्ता नहीं रहेगी।

'उन्होंने चेतावनी दी पर याद रखना, उडान के दौरान अपना मुंह न खोलना। वरना गिर पडोगे।'

कछुए ने हामी में सिर हिलाया। बस, लकडी पकडकर हंस उड चले। उनके बीच में लकडी मुंह दाबे कछुआ। वे एक कस्बे के ऊपर से उड रहे थे कि नीचे खडे लोगों ने आकाश में अदभुत नजारा देखा। सब एक दूसरे को ऊपर आकाश का दृश्य दिखाने लगे। लोग दौड–दौडकर अपने छज्जों पर निकल आए। कुछ अपने मकानों की छतों की ओर दौडे। बच्चे बूडे, औरतें व जवान सब ऊपर देखने लगे। खूब शोर मचा।

कछुए की नजर नीचे उन लोगों पर पडी। उसे आश्चर्य हुआ कि उन्हें इतने लोग देख रहे हैं। वह अपने मित्रों की चेतावनी भूल गया और चिल्लाया देखो, कितने लोग हमें देख रहे है! मुंह के खुलते ही वह नीचे गिर पडा। नीचे उसकी हड्डी–पसली का भी पता नहीं लगा।

सीख– बेमौके मुंह खोलना बहुत महंगा पडता है।

धुलेंडी से रंगपंचमी

पाँच दिन (प्रतिपदा से पंचमी तक) चलने वाले इस त्योहार का सूत्र वाक्य है– प्रेम, उल्लास, एकता और भाईचारा।

होलिका दहन के पश्चात प्रतिपदा को अर्थात धुलेंडी को भगवान का पूजन कर माता–पिता से भी आशीर्वाद लेना चाहिए।

रंग, अबीर, गुलाल लेकर सभी दोस्तों को एक जगह मिलना चाहिए।

ढोलक अथवा मृदंग की व्यवस्था करना चाहिए। फिर टोली बनाकर गाते–बजाते चल समारोह निकाला जाना चाहिए।

इस दौरान मित्रों, पड़ोसियों, रिश्तेदारों को रंग–गुलाल लगाकर उन्हें भी समारोह में शामिल करना चाहिए।

समारोह के दौरान चुटकुलों, हास्य गीतों, पैरोडियों, अजीब स्वाँग धारण कर ठिठोली करते हुए आनंद और उल्लास का वातावरण बनाया जाता है।

माता–पिता का आशीर्वाद लेना चाहिए।

द्वितीया, तृतीया और चतुर्थी एक–दूसरे को होली की शुभकामनाएँ देने तथा मिठाई खाने–खिलाने के दिन होते हैं।

पंचमी अर्थात रंग–पंचमी को फिर वही किया जाता है जैसा कि प्रतिपदा अर्थात धुलेंडी को किया था। कुछ क्षेत्रों में रंग पंचमी का त्योहार ज्यादा जोर–शोर से मनाया जाता है। इस दिन सभी लोग मिलकर समूह 'गेर' बनाते हैं और फिर हुड़दंग मचाते हुए चल समारोह के रुप में गेर निकालते हैं।

इन दिनों में दोस्तों या बराबरी वालों को हास्य से भरपूर टाइटल देकर मन गुदगुदाया जा सकता है।

इन पाँच दिनों में दुश्मन के घर जाकर, उससे गले मिलकर, गिले–शिकवे दूर कर उनके साथ भी होली खेली जाती है और उनके लिए भी मंगल कामनाएँ की जाती हैं।

गुरु महिमा

1. गुरुदेव का चरणोदक गया तीर्थ है। वह स्वयं अक्षयवट एवं तीर्थराज प्रयाग है। ऐसे सद्‌गुरु भगवान् को बारम्बार नमस्कार है।

2. सद्‌गुरु कृपा से अपने जीवन में भौतिक, आध्यात्मिक, लौकिक–अलौकिक समस्त विभूतियों को पाने की चाहत रखने वाले साधक को सदा ही गुरुदेव की छवि का स्मरण करना चाहिए। उनके नाम का प्रति पल, प्रति क्षण जप करना चाहिए। साथ ही गुरू आज्ञा का जीवन की सभी विपरीतताओं के बावजूद सम्पूर्ण निष्ठा से पालन करना चाहिए। अपने जीवन में कल्याण कामना करने वाले साधक को गुरुदेव के अतिरिक्त अन्य कोई भावना नहीं रखनी चाहिए।

3. गुरु के मुख में ब्रह्मा का वास है। इस कारण उनके मुख के बोले हुए शब्द ब्रह्म वाक्य ही हैं। गुरु कृपा प्रसाद से ही ब्रह्म की प्राप्ति होती है। परम पतिव्रता स्त्री जिस तरह से सदा ही अपने पति का ध्यान करती है, ठीक उसी तरह अध्यात्म तत्त्व के अभीप्सु साधक को अपने गुरू का ध्यान करना चाहिए।

4. अपने स्थान, अपनी जाति, अपनी कीर्ति तथा अपनी उन्नति के विचार को त्याग कर श्रीगुरु के अलावा अन्य किसी का भी विचार नहीं करना चाहिए।

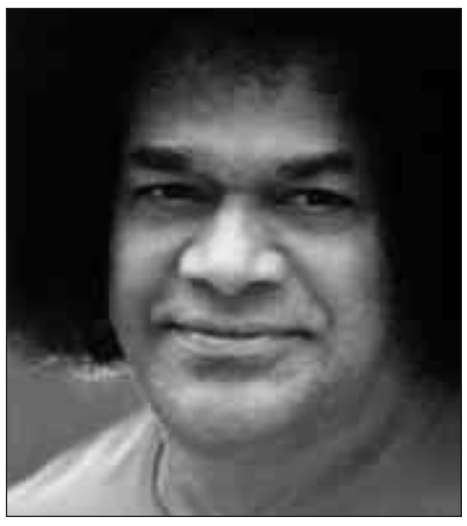
5. शिष्य को यह तथ्य भलीभाँति आत्मसात् कर लेना चाहिए कि सद्‌गुरु का अनन्य चिंतन मेरा ही (भगवान् सदाशिव) चिंतन है। इससे परमपद की प्राप्ति सहज सुलभ होती है। इसलिए कल्याण कामी साधक को प्रयत्नपूर्वक गुरु आराधना करनी चाहिए।

शिक्षा जीवन के लिए, आजीविका के लिए नहीं

श्री सत्य साई विश्वविद्यालय के दीक्षान्त समारोह में 22 नवम्बर 1998 को साई कुलवन्त मण्डप में श्री सत्य साई बाब के प्रवचन से

विद्यार्थियों ! उठो, चेत जाओ, लक्ष्य प्राप्त करके ही चैन लो। आज जिन्दगी की लड़ाई में ऐसे योद्धाओं की जरूरत है जो अपनी बहादुरी से दूसरों के लिए भी बेहतरीन आदर्श बन सके। इस समय सांसारिक, क्षणिक और नाशवान सुख–भोगों के पीछे जीवन खराब करने वालों की कोई जरूरत नहीं है।

छात्र–छात्राओं ! तुम्हें प्राचीन ऋषि–मुनियोंं द्वारा बतलाये गये शिक्षा के आदर्श के बारे में जानकारी प्राप्त करनी चाहिए। उन्होंने धर्म को सबसे ज्यादा महत्व दिया तथा सत्य को जरूरी बतलाया। उसके साथ ही उन्होंने साहस तथा वीरता का भी श्रेष्ठ गुण ठहराया। तुम्हें भारत की संस्कृति की श्रेष्ठता को चार चांद लगाने वाले ऐसे लोगों के आदर्श पर चलना चाहिए। असल में भारत की उच्च संस्कृति के



उत्तराधिकारी तुम्ही हो। तुम्हें धर्म पर आचरण करना है तथा अपने देश की खुशहाली के लिए काम करना है।

पिछली दो शताब्दियों के दौरान विज्ञान और प्रौद्योगिकी ने बेतहाशा प्रगति की है फिर भी मनुष्य में पावनता नहीं आ पाई है। फलतः इन्सानी सभ्यता में तरक्की तो हुई है, लेकिन इन्सान में कोई सुधार नहीं आया है। जीवन में मानवीय मूल्यों की कमी आध्यात्मिकता के लिए हानिकर होगी। अपने में इस धारणा को बलवती बनाओ कि तुम्हें यह मनुष्य देह मानवीय मूल्यों की स्थापना के लिए मिली है।

भारतीय लोग प्राचीन काल से ही शांति, सहिष्णुता और क्षमा के हिमायती रहे हैं। भारतीय इतिहास साक्षी है कि भारत पर कई आक्रमणकारियों ने आक्रमण कर इसकी धन–सम्पत्ति को लूटा, जब कि भारत ने कभी किसी पर आक्रमण नहीं किया। हम दैवत्व एवम् पावनता को अपनी दो आंखों की तरह समझते रहे हैं। ऐसी पवित्र भारत भूमि में आज धर्म और न्याय की अनदेखी की जा रही है। फलतः देश को बहुत बड़े पैमाने पर विपत्तियों, कठिनाइयों, अशांति व कलह के दौर से गुजरना पड़ रहा है।

शिक्षा का मतलब कोरा किताबी ज्ञान नहीं है। ज्ञान की सार्थकता इसी में है कि उसको व्यवहार में लाया जाये और समाज में सभी को उससे फायदा हो। क्या लिखने–पढ़ने में काबिल होने पर ही व्यक्ति को शिक्षित कहा जा सकता है ? क्या डिग्री प्राप्त करने भर से ही इन्सान शिक्षित बन जाता है ? यदि शिक्षा आजीविका कमाने के लिए ही है तो क्या पशु–पक्षी जीवित नहीं रहते हैं ? दुनिया में आज करोड़ों की तायदाद में पढ़े–लिखे नर–नारी हैं, लेकिन उनसे उनके देश व समाज को क्या फायदा पहुँच रहा है ? कुछ भी नहीं, वे अपनी शिक्षा का उपयोग सिर्फ अपने स्वार्थ तथा भले के लिए ही कर रहे हैं।

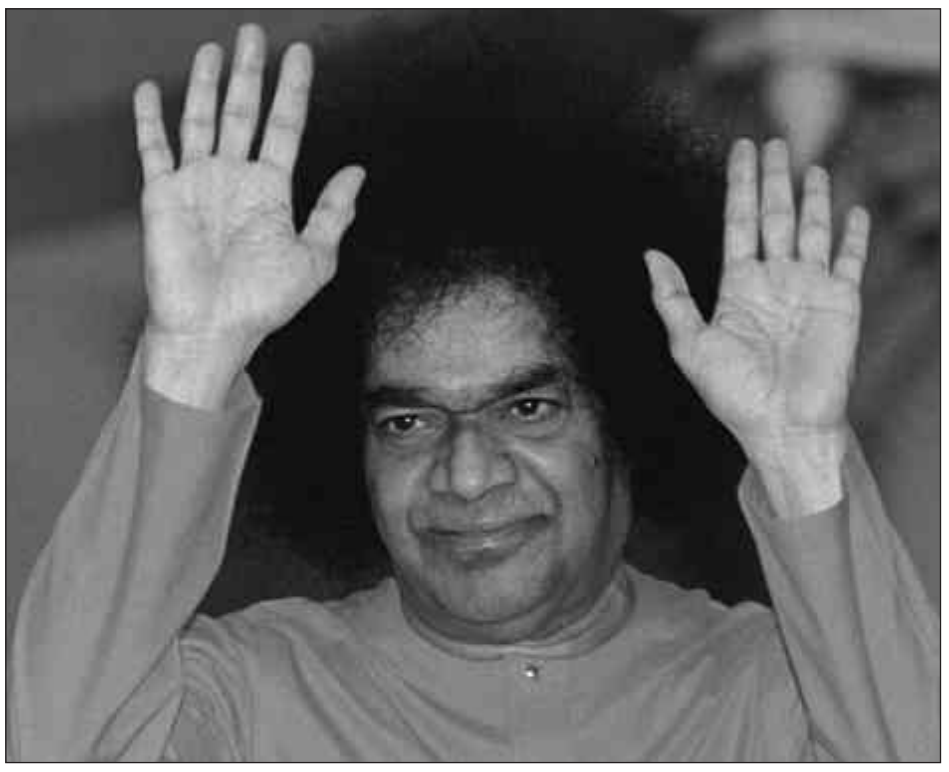
भारतीय शिक्षा व्यक्ति को आदर्श बनने तथा आत्म–निर्भर होने पर जोर देती है। साथ ही यह उसमें त्याग व बलिदान की भावना को बढ़ावा देती है। स्वयम् को भारत के बच्चे कहने के बाद तुम्हें भारत माता का खयाल भी रखना है। आज की शिक्षा बुद्धि का विकास तो करती है, लेकिन उदार व खुले विचारों पर जोर नहीं देती। यह विद्यार्थी को पत्थर–दिल बना देती है। सच्ची शिक्षा वही है जो तुम्हारी दया भावना को उजागर करे। उसकी मदद से भक्ति और प्रेम को तुम्हारे जीवन का अंग बन जाना चाहिए। शिक्षा से तुम में नम्रता आनी चाहिए। नम्रता से ही काबिलियत बढ़ती है, जिससे तुममें धन कमाने की क्षमता आती है। इसके साथ ही तुम में ईश–प्रेम और दिव्यता भी आती है।

पुराने जमाने से भारत दूसरे देशों के लिए भी आदर्श रहा है। लेकिन दुर्भाग्य से आज हालत बुरी है। आज शहर के हर नुक्कड़ पर और हर गांव में विद्यालय मिलते हैं। उससे हमें मिला क्या ? एकदम शून्य। विद्यार्थी की असली निशानी विनम्रता ढूंढ़े भी नहीं मिलती।

शिक्षा के ध्येय को प्राप्त करने के लिए समाज की सेवा करो, देश में फैली बुराइयों को मिटाने की कोशिश करो। सच्ची शिक्षा व्यक्ति में सम्पूर्णता लाती है। वह इन्सान में सुधार लाने का जरिया है। उसमें बदलाव आने से ही वह सही अर्थों में पूरा मनुष्य बनता है। यही शिक्षा का लक्ष्य भी है और इसी में उसकी सार्थकता है।

विद्यार्थियों ! तुमने जो शिक्षा पाई है, उसका सबसे भला उपयोग करने का व्रत लो। अपने बड़ों का आदर करो। तुम्हारा व्यवहार तुम्हारी डिग्रियों के अनुरूप होना चाहिए। अच्छे अंक प्राप्त कर परीक्षा में उत्तीर्ण हो जाना उतना महत्व नहीं रखता, जितना बुरे व्यवहार के लिए दूसरों की आलोचनाओं से बचना।

शिक्षा की मौजूदा पद्धति में परीक्षार्थी यदि 35 अंक भी प्राप्त कर लेता है ता उसको उत्तीर्ण किया जाता है। शेष 65 अंको का क्या होगा ? यदि किसी व्यक्ति को दिये गये 100 कामों में से वह केवल 35 काम ही कर पाए तो क्या उसको सफल कहा जा सकता है ? व्यक्ति के 100 अंक पाने पर ही सफल कहा जा सकता है। वही सच्ची शिक्षा भी है। शिक्षा का ध्येय विद्यार्थी को सिर्फ ऊँचे अंक दिलाना ही नहीं है। शिक्षा से मन का फैलाव होना चाहिए।



शिक्षा के साथ ही विवेक–बुद्धि में बढ़ोतरी होनी चाहिए। देश की समृद्धि शिक्षा के क्षेत्र में प्रगति पर निर्भर करती है। राष्ट्र का भविष्य छात्र–छात्राओं पर निर्भर करता है।

शिक्षा को व्यवहार में लाना है। अपनी शिक्षा को आचरण में लाकर ही तुम आदर्श व्यक्ति बन सकते हो।

विद्यार्थियों ! जैसा कि मैं तुमसे यदा–कदा कहता रहा हूँ, शिक्षा की पाँच किस्में होती है – किताबी ज्ञान, सतही ज्ञान, सामान्य ज्ञान, विवेक ज्ञान और व्यावहारिक ज्ञान। व्यावहारिक ज्ञान और सूझ–बूझ अर्थात् विवेक का होना बहुत जरूरी है।

तुमको ज्ञान को रोजमर्रा के जीवन में काम में लाकर तथा चार गुरों पर चल कर आदर्श प्रस्तुत करना चाहिए। पहला गुर 'मालिक का कहा मानो'। मालिक कौन ? विवेक ही तुम्हारा स्वामी है। दूसरा गुर 'दुश्मन का सामना करो'। तीसरा गुर 'अन्त तक लड़ते रहो' और चौथा 'खेल खतम कर ही रहो' है।

जीवन खेल है, जिसको तुम्हें खेल की भावना से खेलना हैं। छात्र–छात्राओं में आत्म–विश्वास की कमी होती है, जब कि जीवन में अपने ऊपर भरोसे के बिना काम नहीं चल सकता है। आत्म–विश्वास की कमी की वजह से इन्सान हतोत्साहित हो जाता है। इस समय लगभग 90 प्रतिशत लोग इस बीमारी से प्रभावित हैं। इससे व्यक्ति में अपनी सामर्थ्य पर कोई भरोसा नहीं रहता, और दिमाग भी कमजोर पड़ जाता है। "ना अयमात्मा बलहीनेन लभ्या" कमजोर मन इन्सान आत्मा का बोध नहीं कर सकता है। यदि आत्म–विश्वास रहेगा तो तुम कमजोर मन के नहीं हो सकते।

भारत में तुम्हारे लिए धन–सम्पत्ति की कोई कमी नहीं है। यह सम्पत्ति त्याग की भावना है जो समाज की सेवा से आती है। समय की बर्बादी न करो। "कर्मानुबन्धीनि मनुष्य लोके", मानव समाज कर्म–फल के बंधन से बँधा हुआ है। "शरीरमाध्यम खलु धर्म साधनम्", देह धर्म–कार्य करने के लिए मिली है, खाने–पीने मौज–मस्ती के लिए नहीं। अतः अपनी आखिरी साँस तक दूसरों की सेवा में लगे रहो। सारे 18 पुराणों का सार इस एक वाक्य में भरा पड़ा है –"परोपकाराय पुण्याय् पापाय परपीड़नम्" – सदा मदद करो, किसी को पीड़ा न दो। ऐसा आदर्श प्रस्तुत करो जो सभी को सहायक सिद्ध होगा तथा भला लगेगा।

विद्यार्थियों ! "जन्तुनाम् नरजन्म दुर्लभम्", मनुष्य जन्म मिलना बड़ा दुलर्भ है। मनुष्य जन्म चरित्रवान, सत्कर्मी और सद्गुणी होना चाहिए। इसका उपयोग धन बटोरने के बजाय समाज की सेवा करने के लिए किया जाना चाहिए। शिक्षा जीवन के लिए है, आजीविका कमाने के लिए नहीं। धन कमाने के लिए कोशिश करने की जरूरत नहीं है। शिक्षा का भला उपयोग किये जाने से धन वैसे ही मिल जायेगा। लेकिन आज तो शिक्षण संस्थाएँ व्यापार केन्द्र बन गये हैं।

आज के माहौल में धन हमारा भगवान बन गया है, घमंड धर्म बन गया है, स्वार्थ–भावना मनुष्य मन में सर्वोपरि है, दम्भ फैशन बन गया है, लालच को जीवन की शोभा समझा जाता है, धर्म की कोई पूछ नहीं, इन्सान में करुणा नहीं है, नैतिकता की भावना का लोप हो गया है, दिखावा जिन्दगी का ढर्रा बन गया है, प्रेम व दया रूग्णावस्था में है, शिक्षा ने लोगों को कामुकता में फँसा दिया है, जीवन भार बन गया है और मनुष्य–मन में कुटिलता भरी पड़ी है। चेत जाओ, वर्ना पछताओगे। शिक्षा के साथ ही नैतिकता की भावना को दृढ़ बनाओ। भारत–भू के सपूतों की प्रसिद्धि के अनुसार खुद को बनाओ।

व्यक्ति की हर गतिविधि का आधार नैतिक मूल्य होने चाहिए। तुम सही अर्थों में भारत माँ की सन्तान तभी कहलाओगे, जब तुम नैतिकता और आचार–शास्त्र में उच्च मूल्यों को अपने जीवन में लाओगे।

प्रेम मूर्त्तियों ! अनादि काल से "लोकाः समस्ताः सुखिनो भवन्तु" –सारे संसार के लोग सुखी रहें –भारत का आदर्श रहा है। भारत को फिर से पूर्व की भाँति ऊँची प्रतिष्ठा दिलाने का प्रयास करो। इस हेतु समाज में उन उच्च मानवीय मूल्यों को लाने की कोशिश करो, जिन पर चल कर भारत विश्व भर का सिरमौर बन गया था। हा गांव व नगर में जन–जन को इन आदर्शों व मूल्यों की याद दिलाओ तथा उन पर आचरण करने को प्रेरित करो। इसके लिए तुम्हें अपनी हर गतिविधि में एकता का खयाल रखना है। इन्सान को आलोचना और प्रशंसा दोनों मिलते हैं। फल देने वाले पेड़ पर ही ढेले फेंके जाते हैं। उसी तरह भले लोगों को ही आलोचनाओं का शिकार बनना पड़ता है। इन्हें परीक्षा समझ कर उनका सामना करो। फलदार पेड़ उस पर फेंके जाने वाले पत्थरों का बुरा नहीं मानता, क्योंकि वह जानता है कि यह उसकी अच्छाई का फल ही है। उसी तरह मनुष्य को अपनी कटु–आलोचनाओं से परेशान नहीं होना चाहिए।

सुख–दुख सरीखी परिस्थितियों का जीवन में सामना करना पड़ता है। उन्हें समान भाव से लेने की आदत डालो। अपने मन में ऐसा खुलापन लाओ। यह पावन दृष्टिकोण है। ऐसा नजरिया रखने से तुम्हारे अन्दर मौजूद दिव्यत्व उजागर हो जायेगा। सभी भगवान की प्रतिमूर्ति

हैं। इसीलिए श्री कृष्ण ने घोषणा की थी : "मामैवंशो जीवलोके जीवभूत सनातनः" (सभी मेरे दैवत्व के अंश है) खुद को निरा इन्सान न समझे। पक्का विश्वास रखो कि तुम में भी भगवान हैं। तभी जाकर तुम इस देश के पुनरूत्थान के लिए काम कर सकोगे, जिससे यह पुनः विश्व की अगुवाई कर सकेगा।

शिक्षा भगवान का ही एक रूप है। अंगरेजी का शब्द 'एजुकेशन (शिक्षा)' 'एजुकेयर' मूल से निकला है, जिसका अर्थ 'बाहर निकालना' होता है। इस 'बाहर निकालने' के दो पहलू होते हैं –पहला जो मन से सम्बन्धित होता है और दूसरा जो हृदय से सम्बन्धित होता है। मन से जो निकलता है, वह 'प्रवृत्ति' (बाहरी) है और हृदय से निकलने वाला 'निवृति' (अन्दरूनी) है। मन जब तक खाली न हो, उसमें अच्छाइयाँ नहीं भरी जा सकती।

आज की शिक्षा–प्रणाली का खास ताल्लुक मन से होता है, जब कि सच्ची व सही शिक्षा दिल से सम्बन्धित होती है। दया, सच्चाई, सहिष्णुता, प्रेम सरीखे भले गुणों का आधार हृदय होता है। इसको एक उदाहरण देकर स्पष्ट करते हैं। ऊँचाई, भार, रंग आदि शरीर विषयक बातें आँखों से साफ देखी जा सकती हैं, जब कि करूणा, प्रेम, सच्चाई सरीखे मनुष्य में मौजूद कई गुण ऐसे होते हैं, जिन्हें देखा नहीं जा सकता हैं। किसी व्यक्ति के शरीर भर को देख लेने से ही उसके व्यक्तित्व का अनुमान नहीं लगाया जा सकता है।

हिरण्यकश्यपु विज्ञान के क्षेत्र में जितनी प्रगति कर चुका था, उसकी तुलना में आज की वैज्ञानिक प्रगति नगण्य है। वह ध्रुव तारे पर भी पहुँच सकता था, जब कि आप का मनुष्य सिर्फ चाँद पर ही उतर सका है। अपने पिता को चेतावनी देने के लहजे में प्रहलाद ने कहा था : "पिता जी ! आप भले ही सभी लोकों को जीत चुके हैं, तथापि आप अपनी ज्ञानेन्द्रियों पर जीत हासिल नहीं कर पाये हैं।" ब्रिटेन के भूतपूर्व

प्रधान मंत्री चर्चिल ने जब कहा कि "मनुष्य ने सभी कुछ तो जीत लिया है, केवल खुद को ही नहीं जीत पाया है", तो उनका भी यही तात्पर्य था। एक बार पश्चिम के एक व्यक्ति ने गाँधी जी से जब पूछा कि वे किस सोच में है तो उनका उत्तर था कि वे मौजूद शिक्षा–प्रणाली पर विचार कर रहे हैं, जिसने इन्सान को पत्थर–दिल बना दिया है। सही किस्म की शिक्षा की मदद से छात्र–छात्रा में प्रेम और करूणा की भावनाओं को बढ़ावा मिलना चाहिए। आक्सीजन के एक भाग में उसकी दुगुनी हाइड्रोजन मिलाने से पानी बन जात है। लेकिन महानता पानी बनाने में नहीं, उसके मिल –बाँटकर उपयोग करने में हैं। पानी पर सभी का समान अधिकार है।

आज हर कोई अधिकारों के लिए लड़ रहा है, जब कि कर्तव्य की बात कोई करता भी नहीं है। विद्यार्थियों ! तुम्हें अधिकारों के लिए लड़ने की जरूरत नहीं है। अपना कर्तव्य करते रहो। अधिकार तुम्हें वैसे ही मिल जायेंगे। कर्तव्य–पालन करो। कर्तव्य ही भगवान है और कार्य पूजा है। तुम्हारा अधिकार क्या है ? सभी को खुश रखना तुम्हारा अधिकार है। सभी की सेवा करके उन्हें खुश रखो और बदले में किसी चीज की आशा न रखो। सेवा ही भगवान है। भगवान से प्रेम करने का सबसे अच्छा तरीका सबकी सेवा और सबसे प्रेम करना हैं। धीमे बोलो, मीठा बोलो। भले ही तुम हर समय किसी का उपकार न कर सको, लेकिन कम से कम नम्रता के साथ बातें तो कर ही सकते हो। यही भारतीय विद्या का सार है। शिक्षा चुन्नु–मुन्नू की तुकबन्दी कविताएँ सीख लेना ही नहीं है। यह तो शिक्षा काक दिखावा भर है। असली भारतीय विद्या आध्यात्मिकता और मानवीय मूल्यों को प्रोत्साहित करती है।

विद्यार्थियों ! दुनिया में चारों ओर सही किस्म की शिक्षा के आदर्शों का प्रसार करो। पवित्र रास्ते पर चलते हुए सत्य पर अडिग रहो तथा उसके लिए हर कुर्बानी के लिए तैयार रहो। सत्य भगवान है, प्रेम भगवान है, प्रेम में रहो, सत्य में वास करो। इनको अपने आचरण में लाओ। तुम सत्य और प्रेम के रास्ते पर चलते रहोगे तो धन–बल और बुद्धि–बल की प्राप्ति होगी। पक्का इरादा रखो और उससे डगमगा न जाओ।

हमारी शिक्षा–संस्थाओं के छात्र–छात्राओं को इन आदर्शों को अपने रोजमर्रा के व्यवहार में लाना है तथा दूसरों के समान उनका नमूना पेश करना है। इस प्रकार तुम्हारी अपनी इन्स्टीट्यूट अद्वितीय है। बालवाड़ी से स्नातकोत्तर तक शिक्षा देने वाली दूसरी संस्थाएँ व्यापार बन गई हैं। लेकिन हमारी इन्स्टीट्यूट व्यापार न होकर त्याग है। ऐसी त्याग की भावना को फैलाते जाओ। दूसरों से पैसा लिए बगैर उन्हें शिक्षा दो। वेदों की घोषणा है : "ना कर्मणा, ना प्रजया, धनेन त्यागेनैकेन अमृतत्वमानुष", अमरत्व कर्म, धन और संतान किसी से नहीं मिलता। उसको पाने का जरिया केवल त्याग है। सदा त्याग करने के लिए तत्पर रहो। त्याग ही योग है। सबसे पहले अपने माता–पिता को प्रसन्न रखो। सभी को खुश रखो और इस प्रकार आदर्श बनो। वेदों का उद्घोष है :–

"ऊँ सहनाववतु, सहनौ भुनक्तु,
सहवीर्यम् करवावहै,
तेजस्विनावधीतमस्तु,
मा विद्विषावहै।"

सम्पादकीय

समय अपनी गति से निरन्तर चल रहा है या यह कहे कि वह तेज गति से भाग रहा है। निरंतर गतिमान इस समय के साथ कदम मिलाकर चलने पर ही मानव जीवन की सार्थकता है। इसके साथ कदम से कदम मिलाकर नहीं चलने वाला व्यक्ति पिछड़ जाता है। पिछड़ना सफलता से दूर हटना है, उसकी ओर गतिशील होना नहीं।

जीवन में वही मनुष्य सफल है, जो समय के साथ चलता है। कुछ लोग तो ऐसे दूरदर्शी होते हैं, जो अपने आने वाले समय को पहले ही भाँप लेते हैं। ऐसे व्यक्ति अपनी योजना पहले ही बना लेते हैं तथा प्रत्येक कसौटी पर सफल होते हैं। मनुष्य को समय के साथ आगे बढ़ते हुए अपना काम पूरा करते रहना चाहिए। कल के भरोसे काम को छोड़ना समस्याओं को आमंत्रित करना है। जिस व्यक्ति ने समय की उपयोगिता को समझ लिया है, वह सफलता को अवश्य हासिल करता है। प्रत्येक मनुष्य को अपनी दिनचर्या की समय सारिणी अथवा तालिका को बनाकर उसका पूरी दृढ़ता से पालन करना चाहिए। जिस व्यक्ति ने अपने समय का सही उपयोग करना सीख लिया, उसके लिए कोई कार्य असंभव नहीं है। कुछ लोगों को अकर्मण्य रहकर निठल्ले समय बिताना अच्छा लगता है। वे अकर्मण्यता और आलस्य को समय की कमी के बहाने छिपाते हैं। समय को जिन्दगी के समान माना गया है, कहते है कि अगर आप समय को बर्बाद कर रहे हैं तो जिन्दगी को बर्बाद कर रहे हैं, अगर आप समय का अच्छा प्रयोग कर रहे हैं तो अपनी जिन्दगी को अच्छा बना रहे है। समय को भगवान की बनाई हुई इस सृष्टि में सबसे बलवान माना गया है, जब ये बदलता है तो इंसान को राजा से रंक और रंक से राजा बना सकता है। व्यक्ति के जीवन में कुछ ऐसे क्षण आते हैं, जिनसे उसके भाग्य का बनना और बिगड़ना तय होता है। अगर व्यक्ति ने समय की सही दिशा या गति को समझ लिया, तब तो वह सफल हो गया, अन्यथा उसके हाथ केवल असफलता ही लगेगी। प्रकृति में प्रत्येक वस्तु का समय निश्चित है। यदि प्रकृति भी आलसी और अकर्मण्य लोगों की भांति कार्य करना बन्द कर दे तो सम्पूर्ण सृष्टि का समय चक्र बदल जाएगा तथा प्रकृति विनाश की ओर आरूढ़ हो जाएगी। यदि विद्यार्थी केवल परीक्षा के समय परिश्रम करेगा और शेष दिन आराम करेगा तो उसे वांछित सफलता नहीं मिल सकती । अतः हम कह सकते है कि मानव जीवन का सबसे बड़ा नियामक घटक समय ही है।

रोचक जानकारी

- चीनी को पीस कर जब चोट पर लगाया जाता है, दर्द तुरंत कम हो जाता है।
- जरूरत से ज्यादा टेंशन आपके दिमाग को कुछ समय के लिए बंद कर सकती है।
- 92 प्रतिशत लोग सिर्फ हंस देते हैं जब उन्हे सामने वाले की बात समझ नही आती।
- बतख अपने आधे दिमाग को सुला सकती हैं जबकि उसका आधा दिमाग जगा रहता।
- फिंगर प्रिंट की तरह मनुष्य की जीभ के निशान भी अलग–अलग होते हैं।

अगरबत्ती प्रशिक्षण बैच का समापन

नारायण सेवा संस्थान द्वारा दिव्यांग एवं कमजोर वर्ग के लिए संचालित विभिन्न स्वरोजगारपरक निःशुल्क प्रशिक्षणों के क्रम में अगरबत्ती निर्माण प्रशिक्षण बेच का समापन हुआ। पन्द्रह दिवसीय प्रशिक्षण पूरा करने वाले 9 प्रतिभागियों को निदेशक वंदना अग्रवाल ने प्रमाण पत्र व प्रारंभिक रोजगार के लिए अगरबत्ती निर्माण सम्बंधी सामग्री प्रदान की। उन्होने बताया कि संस्थान से अब तक 61 लोग अगरबत्ती प्रशिक्षण प्राप्त कर चुके हैं। संचालन यशोदा पणिया ने किया।

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.	अजय	शिवनाथ	10	पुरूष	सीतापुर	उत्तरप्रदेश
2.	आदिल	अब्दुल कलाम	13	पुरूष	अजमेर	राजस्थान
3.	खुश्बू	उपेन्द्र सिंह	13	स्त्री	रांची	झारखण्ड
4.	रेश्मा	मुन्ना	17	स्त्री	दिल्ली	नईदिल्ली
5.	रमन	नरेन्द्र चमार	19	पुरूष	मेरठ	उत्तरप्रदेश
6.	नगमा	यासीन	21	स्त्री	मुरादाबाद	उत्तरप्रदेश
7.	सकुन	गोपीचन्द	29	स्त्री	नागपुर	महाराष्ट्र
8.	हैप्पी कुमार	सुनील कुमार	4	पुरूष	पलवल	हरियाणा
9.	प्रिन्स शर्मा	मनोज शर्मा	6	पुरूष	बिजनौर	उत्तरप्रदेश
10.	सुमित सिंह	जगदीश	9	पुरूष	अजमेर	राजस्थान

क्रमशः अगले अंक में

बीकानेर पर्यटन स्थल

बीकानेर नगर की स्थापना राव बीका ने 1488 ई० में की। राव बीका महाराजा जोधा के चौदह पुत्रों में से एक था। राज्य का मुख्य नगर ''बीकानेर'' राज्य के दक्षिण–पश्चिमी हिस्से में कुछ ऊँची भूमि पर समुद्र की सतह से 736 फुट की ऊँचाई पर बसा है। कुछ स्थानों से देखने पर यह नगर बहुत भव्य तथा विशाल दिखाई पड़ता है। नहर के चारों ओर शहर पनाह चारदिवारी, जो धेरे में साढ़े चार मील है और पत्थर की बनी है। इसकी चौड़ाई 6 फुट तथा ऊँचाई अधिक से अधिक 30 फुट है। इसमें पाँच दरवाजे हैं, जिनके नाम क्रमशः कोट, जस्सूसर, नत्थूसर, सीतला और गोगा है और आठ खिड़कियाँ भी बनी हैं। शहर पनाह का उत्तरी हिस्सा 1900 ई० में बना है।

यह शहर पारंपरिक ढंग से बसा हुआ है। नगर के भीतर बहुत सी भव्य इमारतें हैं, जो बहुधा लाल पत्थरों से बनी है। इन पत्थरों पर खुदाई का काम उत्कृष्ट है।

नगर के मध्य में एक जैन मंदिर है जिसके मध्य से पाँच मार्ग निकले हैं, जो अन्य सड़कों से मिलते हुए शहरपनाह के किसी एक दरवाजे से जा मिलते हैं। कोट दरवाजे के बाहर अलखगिरि मतानुयायी लच्छीराम का बनवाया हुआ श्अलखसागरश नाम का प्रसिद्ध कुआं है, जो बीकानेर के सबसे अच्छे कुओं में से एक माना जाता हैं। अन्य कुओं की संख्या 14 है, जो बहुधा बहुत गहरे हैं। इन कुओं में अधिकांश जल सुस्वादु तथा पीने योग्य है। महाराजा अनूपसिंह का बनवाया हुआ कुआं भी उल्लेखनीय है। नगर के बाहर के तालाबों में महाराजा सूरसिंह का बनवाया हुआ।

कंधे में दर्द होने पर प्राकृतिक चिकित्सा से उपचार

- कंधे के दर्द को ठीक करने के लिए रोगी व्यक्ति को सबसे पहले अपने कंधे की मालिश करानी चाहिए तथा गर्म व ठंडी सिंकाई करवानी चाहिए ताकि यदि कंधे के पास की रक्त कोशिकाओं में रक्त जम गया हो तो उस स्थान पर रक्त का संचारण हो सके। इसके फलस्वरूप कंधे का दर्द ठीक हो जाता है।
- रोगी के कंधे के दर्द से प्रभावित भाग को सूर्य की किरणों के पास करके सिंकाई करनी चाहिए क्योंकि सूर्य की पराबैंगनी किरणों में दर्द को ठीक करने की शक्ति होती है। फिर रोगी व्यक्ति को कंधे पर ठंडी सिंकाई करनी चाहिए तथा इसके बाद उस पर मिट्टी की पट्टी का लेप करना चाहिए। इसके फलस्वरूप कंधे के दर्द का रोग ठीक हो जाता है।
- रोगी व्यक्ति को रात के समय में कम से कम 1 घण्टे तक ठंडा लेप कंधे पर करना चाहिए। इसके फलस्वरूप कंधे का दर्द तथा अकड़न ठीक हो जाती है।
- इस रोग को ठीक करने के लिए रोगी व्यक्ति को सुबह के समय में व्यायाम करने से लाभ होता है।
- इस रोग से पीड़ित रोगी को मांस, मछली तथा अन्य मांसाहारी चीजों का सेवन नहीं करना चाहिए।

मुट्ठी में तकदीर

गतांक से आगे.....

32–32 साल हो गये, आपके श्रीमुख से इतना अच्छा भोजन करने के बावजूद धन्यवाद नहीं निकला। कहाँ खो गये, कहाँ भूल गये बाबूड़ा? इसीलिए मेरे पड़ोस की एक देवी ने घास–फूस अपने पति के भोजन में रख दिया, कुछ उबले हुए चने रख दिये। पति ने कहा मैं कोई पशु हूँ क्या जो ऐसा भोजन करूँगा? पत्नी ने हाथ जोड़ के कहा, मेरे प्राण नाथ 32 साल हो गये। मैंने मधुर से मधुर भोजन आपको कराया लेकिन मैं साढ़े चार अक्षर का धन्यवाद सुनने के लिये तरस गयी। आप इन्सान हैं, आप धन्यवाद नहीं देते? आप कर्त्तव्यता नहीं रखते, कैसे इन्सान हैं? ब्रह्मा जी ने कई पुतले बनाये। पशु के पुतले बनाये, पक्षी के पुतले बनाये, जलचर बनाये, नभचर बनाये, स्थलचर बनाये, अण्डज बनाये और उसमें मनुष्यता का पुतला बनाया। वो मनुष्य आप हैं, आप मानव हैं, आप इन्सान हैं। आप इन्सानियत के पुतले हैं, आप में दया रहनी चाहिये, आप में करूणा रहनी चाहिये, आप के हृदय में धर्म रहना चाहिये। दया का धर्म, दान का धर्म, क्षमा का धर्म, हाँ महाराज यदि ये धर्म नहीं हुआ, तो प्रभु ने, इन्सान के पुतले तो ज्यादा थे,

पशुओं के पुतले कम थे। किसी में बैल का हृदय रख दिया, आप बैल बन गये। किसी में कुत्ते का हृदय रख दिया, आप कुत्ते बन गये। आप इन्सान नहीं बने, आप भेड़िये बन गये। कन्याभ्रूण हत्या करने वाला भेड़िया, भेड़िया जैसे नोच–नोच कर खा जाता है। वैसे ही आपने यदि कन्या भ्रूण हत्या का पाप किया तो भगवान भी आप पर दुख प्रकट करेगा। आपके पूर्वजों का सिर नीचा हो जायेगा। कैसे भेड़िये हो गये, आपने नारी का सम्मान नहीं किया, आपने माता का आदर नहीं किया, आप कैसे कुल के कलंक हो गये। ये कुलदागी ये कुचाली, ये बेईमान बेदर्दी, ये सेवणियाँ, ये पेट भरे, ये पत्तल चाटू, आपके सगे नहीं हैं। ये धोखेबाज हैं, ये दुष्ट हैं, ये राक्षस हैं। ऐसे राक्षसों से सावधान रहिये, कंस मत बनिये। आपको कोई हक नहीं होता आपकी बहिन को और आपके बहनोई को जेल में डालने का। आपने बेइमानी की है, आपने चालाकी की है। कृष्ण भगवान प्रकट हो गये हैं, जेलों के ताले टूट गये, दरबान सो गये। कृष्ण भगवान प्रकट हो गये। बोलिये कृष्ण भगवान की जय।

वासुदेव जी ने कृष्ण भगवान को अपनी टोकरी में बिठाया है, अपने माथे पर लिया है और यमुना माता जी में से होकर गोकुल की तरफ पधार रहे हैं। मेरे कान्हा को बचा लो, कहीं कंस आ गया तो मेरे कान्हा का वध कर देगा।

अरे खुल गये सारे ताले, वाह क्या बात हो गई।
खुल गये ताले सारे, वाह क्या बात हो गई।
जब से जन्मे कन्हैया, करामात हो गई।। –2

धैर्य का दामन–सजाये जीवन–
गीता सार... विदेश में हॉस्पीटल... नीन्द खराब कर दी

अद्वेष्टा सर्व भूतानाम् मैत्री करूणा एव च।
निर्ममो निरअंहकारः सम दुःख सुखः क्षमी।।

जिस भारत में गीता गायी गई। महात्मा गाँधी जी ने कहा था जब – जब भी मुझे घबराहट होती है, जब मुझे व्याकुलता होती है। जब मुझे रास्ता नहीं सूझता है, जब मुझे लगता है कि मैं क्या करूँ? मुझे अन्धकार नजर आता है। तब मैं गीता माँ की गोद में बैठ जाता हूँ। मुझे सारे प्रश्नों के उत्तर मिल जाते हैं। भैय्या मानवता धर्म को समझना हो तो गीता जी को पढ़ लीजिये। आपको मिलेगा, ना जय–पराजय में दुःखी–सुखी होना है, ना हर्ष–शोक में दुखी–सुखी होना है, सम भाव में रहना है। किसका मान, किसका अपमान, ये आत्मा जलती नहीं, आत्मा मरती नहीं, आत्मा गलती नहीं। आज से चेत जाओ, आज से कर्म योगी बन जाओ, आज से विवेकानन्दजी की शिक्षा को ग्रहण कर लो –

क्रमश :

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

मुद्रक–न्यूट्रेक ऑफसेट प्रिंटर्स, प्रकाशक–कमलादेवी, मुद्रण स्थल–13, भोपा मगरी, बी.एम.एन.एल. एक्सचेंज के पास, हिरण मगरी, सेक्टर–3 उदयपुर (राज.), प्रकाशन स्थल– ई–डी–71 बप्पा रावल नगर, हिरण मगरी, सेक्टर–6, उदयपुर (राज.)
सम्पादक–लक्ष्मीलाल गाडरी, आर.एन.आई. नं. RAJHIN/2014/59353 टेलिफोन नं. – 0294–6622222 मो.–09587720000,09928022275,09214657807,09785039524 www.mannkijeet.com, mankijeet2015@gmail.com