



स्वास्थ्य * सहयोग * संस्कार

वर्ष : 22 अंक : 2 फरवरी : 2025 मूल्य : 20/-

स्वास्थ्य और संस्कार



यू.पी. में विचरण की लहर कैसी है, महकुंभ के प्रयागराज जैसी है



Can help you
in achieving
your dreams...

GGI GURU GLOBE IMMIGRATION

STUDENTS
HOUSEWIVES
WORKING
PROFESSIONALS
Can Also Apply

CANADA / AUSTRALIA / NEW ZEALAND

— IS CALLING YOU —

Get your Work permit in 30 Days*

It's now or never



No Age bar

Result Oriented

No IELTS required

10th Pass can also apply

Hassle Free Documentation

Consultancy permissible by law

100% as per Country's Govt. Norms

*T&C apply

SCO 38, 3rd Floor, Sector 32, Chandigarh Road, Ludhiana.

Ph. 0161-3501482, 483, 484, 485 | Email : info@guruglobeimmigration.com

CALL: 90560-55580

TOLL FREE NO. 1800 8900 580

श्री सुदर्शन गुरवे नमः

श्री महावीराय नमः

श्री अरूण गुरवे नमः



I.C. Goyal
(Chairman)

Usha Goyal
(Director)

Manufacturer of:

- Octagonal Poles
- High Mast Poles
- Flag Mast Poles
- Decorative Poles
- Swaged Poles
- LED Street Lights
- LED Flood Lights
- Bollard Luminaires
- Post Top LED Luminaires
- Drop Down LED Luminaires



VIPIN S.T. POLES PVT. LTD.

Poles & LIGHTING Solutions

KHARAR-HANSI ROAD, VILLAGE KUTUBPUR,
TEH. - HANSI, HISAR - 125044 (HARYANA)

Customer Support : +91 81999 49720, 90340 41720

E-mail: gechissar@gmail.com, info@vsphighmast.com | Website: www.vsphighmast.com

Warehouse : - Lucknow (UP) & Jaipur (Raj.)



SHREE BALA JI REAL ESTATE HAMBRA ROAD LDH

ARYAN MITTAL ESTATES LLP

113 D, Kitchlu Nagar, Ludhiana, Ph: +91 9872842690



Dimple Mittal



Aryan Mittal



GOEL ELECTRICALS

GSTIN: 07AA0PG7168F1ZG

Email:- goelectricalsnsp@gmail.com

Office Add.:- Ground & 1st Floor, Plot No-25,

Khasra No-502/348, Pitampura Village, Delhi-110034



Arvind Goel
9811043794



Vasu Goel
8447671741

Distributor & Dealer of :





Rajesh Jain Sonu Jain
9878559911



Sambhav Enterprises

Deals In :
Shuttering & Scaffolding Material
On Hire Basis

**Plot No.-150, Hansa Industrial Park,
Barwala Road, Derabassi,
Distt. Mohali (Punjab)**



Authorised Industrial Distributor



SCHAEFFER GROUP



नीरज जैन
(9811116340)

**Specialised industries : Cement, Paper & Sugar,
Steel and Heavy industries, Textiles and Oil and Gas.**

NAMISHWAR ENTERPRISES

Head Office

2373/108, 1st Floor, Gopinath Building, Shradhanand Marg, G.B. Road, Delhi-110006
Ph.: +91-11-23217889, +91-11-23214243, Telefax+91-11-23217889
Mob.: +91-98111-16340, +91-93111-16340, e-mail : namishwar@yahoo.com

Sister Concern

DODOMA KILIMO

Manufacturer & Exporter of Sunflower Oil & Cake
Block-57, Area A, Dodoma, Tanzania





Krishan Jain



Punit Jain



Akhil Jain

मै. मांगेराम कृष्ण कुमार जैन

कमीशन एजेन्ट

दुकान नं. ३०, नई अनाज मण्डी, गनौर, जिला सोनीपत



Shreyans Automotives

Saharanpur Road, Mohabbewala, Dehra Dun (Uttarakhand)

E-mail : shrayansauto@gmail.com



Suresh Jain
9311684496



Arihant Jain
9313208594



Sachin Jain
9971954325

PARAS ESTATE

Builder Collaborator & Financial Advisor

B-6/86, Sector-7, Shiva Road, Rohini, Delhi-110085

Branch Office : A-1/358, Sector - 36, Rohini, Delhi

श्रीमत् सुदर्शन गुरवे नमः

श्री महावीराय नमः

श्री अरुणचंद्र गुरवे नमः

रत्नत्रय प्रकाशन की अनुपम प्रस्तुति

स्वास्थ्य और संस्कार

शारीरिक, मानसिक एवं आध्यात्मिक स्वास्थ्य हेतु श्रेष्ठ मासिक पत्रिका

संरक्षक

विनोद जैन 'लुधियाना'

प्रधान सम्पादक

निर्मल जैन 'गंगानगर'

प्रबन्धन

दिनेश जैन 'गन्नौर'

अनुक्रमणिका

सम्पादकीय	8
प्रकोष्ठ 1. प्रवचन	
1. लोभ की सूक्ष्म तरंगें	9
2. दृष्टि चाहिये	11
3. वर्तमान से मैत्री करें	12
4. दिव्य संदेश और गुरुदेव	15
5. तपोधनी गुरुदेव के प्रवचनामृत	18
6. यह पढ़कर देखो, अच्छा लगेगा	19
प्रकोष्ठ 2. ऐतिहासिक एवं तात्त्विक चर्चा	
7. राजा कृष्णदेवराय	20
8. जिज्ञासा और समाधान	21
9. पुण्यवान को प्राप्त उत्तम सामग्री	21
10. आहार भोजन में जयणा	22
प्रकोष्ठ 3. शुभ स्वास्थ्य	
11. आरोग्य की कुंजी	23
12. शरीर के प्रमुख अंग और कार्यशैली	24

प्रकोष्ठ 4. JUST FOR KIDS

13. THE SHEEL ABC	26
14. अरिहंत वर्णमाला	27

प्रकोष्ठ 5. इन्द्रधनुषी विविधताएँ

15. घर का मुखिया कितना दुखिया	28
16. Write What's The Right	31
17. एक गुमराह युवक के ...	32

प्रकोष्ठ 6. परिचय

18. गुरुवर की चंदनबाला	35
19. समकित, समकित्ती है	35

प्रकोष्ठ 7. सूचना एवं समाचार

20. पावन विचरण उत्तर प्रदेश की धरा पर	36
21. यूपी प्रवासी का क्रांतिकारी अध्याय	37
22. निरपुड़ा गांव में पड़े गुरुदेव के चरण	37
23. मधुर यादें जिनकी शेष हैं	38

अभिकल्पन : राजेश पाण्डेय (9818460232), सज्जा : अजय जैन 'प्रथम' (9711774004)

प्रधान कार्यालय - स्वास्थ्य और संस्कार - प्रधान कार्यालय



एस. एस. जैन सभा, वेलफेयर ट्रस्ट
424, चौथी मंजिल, डी-मॉल-ट्रिवन डिस्ट्रिक्ट सेन्टर,
सैक्टर-10, रोहिणी, दिल्ली-85 मो. : 8800779013



www.gurusewakparivaar.org



info@gurusewakpariwaar.org



https://www.facebook.com/gsparivaar



अभ्यादकीय

माँझे की डोर से उलझती जिंदगी

प्रिय पाठकों! सादर जय जिनेन्द्र!

प्रेरक और पठनीय स्वास्थ्य और संस्कार पत्रिका प्रतिमाह आपके स्वास्थ्य में निमित्त बन रही है।

पत्रिका पढ़ें, औरों को भी प्रेरित करें तथा इसे संभाल कर रखें।

श्रावकों के लिए कोई आगम अथवा पुस्तकों को पढ़ना कठिन है। इसके लिए गुरु भगवन्त एवं सुविज्ञ श्रावकों द्वारा निकाले गये विशुद्ध आगमिक मोतियों को पत्रिका में प्रकाशित किया जाता है।

आज का मुख्य चर्चनीय विषय है- पतंग की डोर।

पतंग उड़ाना श्रावक की समाचारी के लिए कल्पनीय नहीं है। क्योंकि श्रावक को बेइन्द्रियादि जीवों की हिंसा का त्याग है और पतंग उड़ाने में हिंसा संभावित है। पतंग की डोर से तिर्यच जाति के त्रस क्या मनुष्य भी घायल हो रहे हैं। विडम्बना तो यह है कि जैन परिवार के बालक और युवा भी मस्ती से पतंग उड़ाते हैं। पतंग उड़ाना तो है ही हिंसाजनक। उसमें भी चाइनीज माँझे से उड़ाना तो फोड़े पर फुंसी के समान है। चाइनीज माँझे से जिंदगियाँ खतरे में पड़ जाती हैं।

प्रतिवर्ष उत्तर भारत में उत्तरायण / मकर संक्रान्ति पर पतंग उड़ाने का एक त्यौहार सा हो गया है। हजारों जिंदगियाँ इसी माँझे के कारण दम तोड़ रही हैं। यह माँझे धातु, कांच और प्लास्टिक के मिश्रण से बने होते हैं और इनकी धार बहुत ही तेज होती है। हर बार हजारों पक्षी व सैकड़ों इन्सानी मौतें इस माँझे के जाल में फंस कर होती हैं। और तो और, प्रयोग में आने के बाद भी यह माँझा हवा में लहराता रहता है जो राहगीरों एवं पशु-पक्षियों के शरीर के लिए घातक बनता है।

देश का दुर्भाग्य ही कहा जाएगा कि प्रशासन को इस पर ध्यान देना जरूरी नहीं लगता। बड़ी दुर्घटना होने के बाद सरकार सक्रिय जरूर होती है, लेकिन स्थायी समाधान आज तक भी सम्भव नहीं हो पाया है।

छोटे-छोटे बालकों को भी ठिकानों का पता है पर प्रशासन अपनी लापरवाही भरे व्यवहार के कारण अनजान है।

जब तक मूल स्रोत पर रोकथाम नहीं होगी, तब तक प्रयास निष्फल ही रहने वाले हैं।

देश की गंगा जब साफ होगी, तब होगी; पहले हम अपनी बाल्टी तो साफ कर लें।

संकल्प करें: चंद पलों की मस्ती के लिए त्रस जीवों को खतरे में नहीं डालेंगे

चतुर्विध संघ पटाखों की तरह ही पतंग निषेध अभियान चलायें।

**WHEN YOUR KITES START FLYING
THE FLYING START DYING**



लोभ की सूक्ष्म तरंगें

संघशास्ता गुरुदेव श्री सुदर्शन लाल जी म.

साहू गोयम पण्णा ते छिन्नो मे संसओ इमो।

नमो ते संसयातीत सव्व सुत्त महोदही॥

पूज्य गुरुदेवों की कृपा से जो कुछ सीखा है कुछ देर आपके समक्ष रखेंगे। भव्य जीव धर्म आराधन करें, रत्नत्रय को उज्ज्वल करें, यही हमारी कोटिशः मंगलकामनाएँ हैं।

तीर्थंकर भगवंतों की वाणी-
दुक्खं हयं जस्स न होई मोहो,
मोहो हओ जस्स न होई तण्हा,
तण्हा हया जस्स न होई लोहो,
लोहो हओ जस्स न किंचणाइं॥

(उत्तराध्ययन, अध्ययन-32, गाथा-8)

हे भव्यात्मा, यदि तुझे दुःख का इलाज करना है तो मोह को छोड़ना होगा क्योंकि हमारे दुःखों की जड़ मोह में है, मूर्च्छा में है। मूर्च्छा अपने आप दूर नहीं होगी। उसे दूर करने के लिए हे आत्मन्! तुझे तृष्णा कम करनी पड़ेगी। मन की प्यास को मिटाना होगा।

लेकिन समस्या ये है कि इस तृष्णा के पीछे भी कोई सूक्ष्म तत्त्व छिपा हुआ है जो इसे कम नहीं होने देता।

भगवान् महावीर स्वामी ने उसी ओर इशारा करते हुए फरमाया है कि तृष्णा को वही मिटाएगा जिसने लोभ को काबू कर लिया है। असली मुद्दे की बात न दुःख है, न मोह है, न तृष्णा है बल्कि लोभ है।

ये लोभ जीवात्मा के लिए सबसे बड़ी

बाधा है।

जब जीवात्मा ग्यारहवें गुणस्थान में पहुँचकर वीतराग सुख-आनंद में डूब जाता है तब उसे नीचे की ओर गिराने वाली पहली लहर लोभ की होती है। पहली ठोकर लोभ मारता है और जीवात्मा 10वें गुणस्थान में लुढ़क जाता है। फिर तो उसकी मदद में शेष तीन कषाय भी आ जाती हैं जो जीवात्मा को नीचे गिराने लगती हैं। 9, 8, 7 और छठें गुणस्थान पर आकर भी जीव न संभले तो नीचे आते-आते पहले मिथ्यात्व गुणस्थान में भी आने की संभावना बन जाती है।

इस निम्नता की ओर जाने में मुख्य योगदान लोभ का रहा है, न लोभ का उदय होता, न आत्मा में तृष्णा जागती। न तृष्णा जागती तो न मोह का जहर फैलता और न मोह का जहर फैलता तो दुःखों की काली घटाएँ तन-मन पर नहीं छाती।

दशवैकालिक सूत्र में चार कषायों के द्वारा होने वाले आध्यात्मिक नुकसान की चर्चा है। लिखा है-
कोहो पीइं पणासेइ, माणो विणयणासणो।
माया मित्ताणि णासेइ, लोहो सव्व विणासणो॥

(दशवैकालिक, अध्ययन-8, गाथा-38)

क्रोध मानव मन के प्रेम गुण को नष्ट करता है। मान विनय गुण का खात्मा करता है। माया मित्रता के भावों को बर्बाद करती है और लोभ अकेला उन तीनों आत्म गुणों का तथा इनके अलावा आत्मा में

जो और अनंत गुण हैं, उनका भी नाश कर देता है। जब मानव हृदय के ये सद्गुण लुप्त हो जाते हैं तो सृष्टि से भी ये गुण विदा हो जाते हैं। कहीं भी कोई सद्गुण शेष नहीं रहता। पुराने सद्गुण उजड़ जाते हैं और नए उग नहीं पाते। जीवन बिल्कुल वीरान हो जाता है। जिन्दगी का बाग सुनसान और श्मशान जैसा हो जाता है। ये सारा करिश्मा लोभ का है।

आश्चर्य और अफसोस इस बात का है कि और कषायों का प्रतिकार हो भी जाता है पर लोभ का प्रतिकार होना दुष्कर होता है। यह हमारे तन-बदन के रेशे-रेशे में समा चुका है।

क्रोध मनुष्य की आँखों में बसता है। मान मानव की ग्रीवा में बसता है। माया मनुज के पेट में रहती है, जबकि लोभ मानव शरीर के प्रत्येक अंग में, उपांग में, अंगोपांग में डेरा जमाए रहता है। इसका एक निश्चित ठिकाना हो तो इलाज होना आसान था, पर यह तो सर्वव्यापी है। किसी आदमी के गले में कैंसर हो तो इलाज हो जाए। पेट में हो तो उसका इलाज हो जाए। हाथ या पैर में हो तो इलाज हो जाए मगर जो कैंसर पूरे Blood System में ही फैल गया हो तो उसका इलाज कैसे हो सकता है? यही हाल लोभ का है। यह तो अंदर बाहर हर जगह फैला हुआ कैंसर है। इसका इलाज तो बस संतोष है। लोगों को संतोष अच्छा नहीं लगता है। इन्हें तो अच्छा लगता है- पैसा, धन, दौलत।

कितनी विचित्र विडम्बना है इंसान की कि वह जो मौजूद है, उसका तो आनंद लेता नहीं, जो नहीं है उसकी कामना करता है। लोभ का सीधा सा अर्थ है, मिले हुए लाभ को अस्वीकार करना तथा न मिले लाभ की ओर ललचाना।

नए जमाने की एक शानदार कहानी है। एक भिखारी शराब की आदत का शिकार

था। उसकी पत्नी ने एक सुंदर बालक को जन्म दिया और काल कर गई। शराबी भिखारी सोचने लगा- इस बालक का गुजारा कैसे करूँगा। अभी से इसका झंझट मिटा दूँ। बच्चे को उठाया और चुपचाप शहर की किसी सड़क के किनारे उसे रख आया। किसी राहगीर ने रोते हुए नवजात शिशु का क्रन्दन सुना तो उस ओर गौर से देखा। बालक बड़ा सुंदर और सलोना था। उस राहगीर ने उस अनाथ बालक को अनाथाश्रम में पहुँचा दिया।

अनाथालय के प्रबंधकों ने उस बालक का नाम 'कालू' दर्ज कर दिया। पिता का नाम क्या दर्ज करते? आखिरकार सोच-विचार कर पिता के कॉलम में नाम लिख दिया- 'भगवान्'- Kalu; son of Bhagwan. वहाँ उसका भरण-पोषण होने लगा। उस बच्चे के कुछ संस्कार लोभ लालच के उभरने लगे। कभी-कभी वह अनाथाश्रम में ही छोटी-मोटी चोरी कर लेता। अमीर बनने के ख्वाब देखने लगा। हर बालक अपनी-अपनी Nature, स्वाभाविक गुण-अवगुणों की प्रवृत्ति लेकर आता है। किसी में क्रोध की मात्रा अधिक होती है किसी में कम। कोई तीव्र लोभ की वासना लेकर आता है, कोई उदारतापूर्ण दिल लेकर आता है। किसी में भक्तिभाव की रुचि होती है तो किसी में शासन करने का शौक।

चन्द्रगुप्त मौर्य बच्चों को एकत्रित करके उन पर राज्य करने का अभिनय करता था। उसके मूल स्वभाव को देखकर ही चाणक्य ने उसे प्रशासन करने की ट्रेनिंग दी थी। समय आने पर वही बालक भारत का सार्वभौम सम्राट् बना।

गुरु नानक देव ने अपनी संगत का ये नियम बना रखा था कि जब वे प्रातः दरबार में हाजिर होते तब उनकी हजूरी में सारी संगत

भक्तिभाव के शब्द पढ़ती थी, भजन कीर्तन करती थी। गुरु साहिब देखते कि शब्द कीर्तन के समय एक छोटा लड़का रोज सवेरे सबसे पहले आता है और संगत में सबसे आगे बैठकर भजन कीर्तन का आनन्द लेता है।

उन्होंने एक दिन उस बालक से पूछा, बच्चे, तू रोज यहाँ क्यों आता है? तेरे लिए तो ये सोने का समय है, तुझे वाणी के पाठ में क्या मिलता है। क्या तेरा मन खेलों की तरफ नहीं जाता?

लड़के ने सिर झुकाते हुए आदरपूर्वक कहा- 'एक बार मेरी माँ ने मुझे चूल्हे में लकड़ियाँ जलाने को कहा था। उस क्रिया में एक दिन मैंने देखा कि आग सबसे पहले छोटी-छोटी, पतली-पतली लकड़ियों को जलाती है। बड़ी व मोटी लकड़ियों पर आग का असर देर से होता है। उस समय से मैं डरने लगा हूँ कि मृत्यु भी शायद हम बच्चों को जल्दी पकड़ती है, बड़ों को देर से। मैं मृत्यु का उपाय आपकी संगत में रहकर पा सकता हूँ, इसलिए आप की संगत मुझे सबसे ज्यादा

प्यारी है।

गुरु साहब उस बालक की समझदारी से खुश हो गए और बोले- 'भाई, तू उम्र में तो छोटा है पर अक्ल में बूढ़ा है।' उस दिन के बाद उस बच्चे का नाम 'भाई बुद्धा सिंह' पड़ गया।

इसी को महाकवि कालिदास ने कहा है- वृद्धत्व जरसा विना। अर्थात्, शरीर पर वृद्धत्व नहीं आया पर सोच में बुजुर्गीयत उतर आई।

बाबा बुद्धा सिंह छठी पातशाही गुरु हरगोविन्द जी के समय तक जीवित रहा। गुरु घर में उसका बड़ा आदर था। गुरु अंगददेव, गुरु अमरदास, रामदास, अर्जुनदेव तथा हरगोविंद को गुरु गद्दी का तिलक उसने ही लगाया था।

ये जरूरी नहीं है कि उम्र से कोई समझदार या नादान होता है, ये तो हर जीव की निजी परिणति होती है।

२

दृष्टि चाहिये

नदी चाहे जितनी बड़ी क्यों न हो, उसे सागर में विलीन होने से कोई नहीं रोक सकता। सूर्य चाहे करोड़ों-अरबों वोल्ट के प्रकाश को शरमा जाये, ऐसे तेज से प्रकाशित हो रहा है, परंतु उसका भी अस्त अवश्यभावी है।

पूणम के चांद का सौन्दर्य चाहे नन्दनवन के सौन्दर्य को निस्तेज कर दे, उसका आकाश में से विलीन हो जाना तो निश्चित ही है।

जीवन चाहे सत्ता, सामग्री, संपत्ति व शक्ति से भरपूर क्यों न हो, श्मशान में उसका पूर्णविराम अवश्यभावी है।

मुझे दूध में दही के दर्शन तो होते हैं।

प्रभु! जीवन में मौत के दर्शन होने लगें, ऐसी दृष्टि मुझे दे दो।

जीवन के एक-एक पल का सदुपयोग शुरू हो जाएगा।

आगमज्ञाता गुरुदेव श्री अरुणचन्द्र जी म.

वर्तमान से मैत्री

(Friendship with Present)

इक झोली में फूल भरे हैं,
एक झोली में काँटे,
अरे कोई कारण होगा..... (भजन)

The Great Secret of Life.

यह महान रहस्य जानने को आए हैं। यह रास्ता आनंद की तरफ जाता है। महावीर भी इस धरती पर समोसरण में यही कह गये हैं- वर्तमान को जानो। इसे ही अपनी साधना और लक्ष्य बनाओ। प्रेजेंट माइंड बनो। शांति को आत्मा में पिरोओ।

नई ताजी खिली हवा, धूप व फूल में जब आँखें खुलती हैं, तो प्रकृति की हर चीज नई होती है केवल मन पुराना। मनुष्य में नये मन कम मिलते हैं। हमें मृत में जीना है। यह जीवन नहीं अर्धमृत्यु है। अपने जीवन को वर्तमान में जीओ। शांति का सरल, सहज मार्ग वर्तमान की अनुपशना करना है।

एक व्यक्ति ज्योतिषी के पास गया। कई पृच्छनाएँ की। फिर गुरुओं के पास आ गया। गुरुओं ने पूछा- ज्योतिषी के पास क्यों गए थे? महावीर को छोड़कर, उनकी

ज्योति को छोड़कर पंडितों से तुम्हें ऐसा क्या मिल गया?

-गुरु महाराज! मैं आने वाली जिंदगी को जानने गया था। मेरे जीवन में एक महीने बाद, एक साल बाद क्या होगा? यह जानना चाहता था।

मुनियों ने प्रश्न पूछा- तू वर्तमान से दुःखी है तो भविष्य में तुम्हें क्या परिवर्तन मिल पायेगा?

-गुरु महाराज! उम्मीदों पर दुनिया कायम है। चार-पाँच दिन बाद मेरे अच्छे दिन आ जायेंगे। अभी शनि सही नहीं चल रहा। मेरा आने वाला कल अच्छा होगा। इसलिए मैं आज धीरज रख सकता हूँ।

क्या पंडित सबका उज्ज्वल भविष्य बता सकते हैं? क्या सबका

भविष्य एक जैसा होता है? आज तो पंडित ने अच्छा बता दिया लेकिन अगर दो साल बाद का भविष्य बुरा बता दिया होता तो क्या दो साल दुःखी रहते?

आने वाली घटनाओं के बारे में सोच कर वर्तमान को भी अंधेरे में डाल लेते हो। अतीत तो वैसे भी तुम्हारा पीछा नहीं छोड़ता। जिंदगी

नई ताजी खिली हवा, धूप व फूल में जब आँखें खुलती हैं, तो प्रकृति की हर चीज नई होती है केवल मन पुराना। मनुष्य में नये मन कम मिलते हैं। हमें मृत में जीना है। यह जीवन नहीं अर्धमृत्यु है। अपने जीवन को वर्तमान में जीओ। शांति का सरल, सहज मार्ग वर्तमान की अनुपशना करना है।

के 40 प्रतिशत समय अतीत में, 40 प्रतिशत भविष्य में, 20 प्रतिशत वर्तमान की परेशानियों के लिए रह जाता है।

भविष्य के दुःखों को जानकर तुम वर्तमान में परेशानियों की खाट खड़ी कर लेते हो। एक तरफ भूत का अंधेरा, एक तरफ भविष्य का। वर्तमान खुशहाल कैसे हो सकता है? वर्तमान को अंधकार में धकेल कर अच्छे भविष्य को भी खराब कर लेते हो। यह तो खुद को परेशान करने वाली बात है। जो कल आने वाला है अभी आ जायेगा। इससे शारीरिक नहीं, मानसिक दुःख मिलता है।

भूत, भविष्य को छोड़कर वर्तमान को सार्थक करो। सब एक जैसे पंडित नहीं होते। न अब उनके पास अधिक ज्ञान है। सबकी अपनी- अपनी राय, सोच है। अगर पंडितों के चक्कर में वर्तमान ही बिगाड़ लिया तो भविष्य तो अपने आप ही बिगड़ गया। आर्त-ध्यान के कारण पुरुषार्थ तक नहीं किया जाता। हमारे आगम और महावीर कहते कि इन चक्करों में मत पड़ो। वर्तमान में जियो, भविष्यों अपने आप सुधर जाएगा। समझ नहीं आता कि तुम वर्तमान जानना क्यों नहीं चाहते। समय केवल वर्तमान का होता है, न भविष्य का, न भूत का। इसके रहस्य को जानो।

वर्तमान की सोच ही भविष्य बनाती है। वर्तमान सबका समान होता है। बिगाड़ना, संवारना तुम्हारे हाथ में है। सब ध्यान कर सकते हैं। वर्तमान में जीने के लिए पाँच सूत्र बताए जा रहे हैं, जो एक से एक लाजवाब हैं और इन पर घंटों चिंतन किया गया है। जिन साधकों को साधना करनी है, आत्मा का अनुभव करना है, हम उन आत्मवादियों की बात कर रहे हैं। जिनके लिए ये पाँच सूत्र अनमोल वचन हैं।

परम्परावादियों के लिए यह मात्र कहावतें

हैं। प्रज्ञा भाव में रहने वाले ध्यान से पहले वर्तमान में जीना पसंद करेंगे। यह आवश्यक भी है। अपनी परेशानियों का हल अपने हाथ में हैं, दूसरों के नहीं।

सबसे पहला सूत्र है- समीति। मन में विषय, कषाय और निंदा समीति से आते हैं। इन्हीं से उलझ कर वह अनुगामी बनता है। प्रीति का अर्थ है- कर्म करना। जो करो, सोच कर प्यार से करो। गोचरी लेने जाओ तो ध्यान गोचरी में हो। हर काम मन से करोगे तो दिन-रात काम करने पर भी थकावट नहीं होगी। इंसान थकता तब है जब वह काम ध्यान से नहीं करता। प्रवृत्ति का अर्थ है- पुरुषार्थ करो। अपने आपको पूरी तरह से काम में लगाओ। चौथा सूत्र बता रहे हैं- धृति भाव। धैर्य, जिसमें चंचलता न हो। अगर मन एकाग्र होगा तो ही मन बस में होगा, कभी नहीं भटकेगा।

मन एक छोटे बच्चे की तरह है। भटकना इसका कार्य है, संभालना हमारा कार्य। मन से कहो कि भूत और भविष्य के घर नहीं जाना। जबकि मन हमेशा पड़ोसियों के घर भागता है। अपने मन को वर्तमान में रखो। मोक्ष पाना है तो अध्यात्म में रहो। मन की आदत इधर-उधर भटकना है। तुम माला या प्रतिक्रमण क्यों करते हो? सब कुछ भूल कर आगे बढ़ जाओ। अतीत और भविष्य वर्तमान के दुश्मन है। मन को समझाओ क वह अपने घर ही रहे। माला करके वर्तमान को सार्थक करो। इतना बिजनेस करते जा रहे हो, न प्रॉफिट का ध्यान है, न लॉस का। सारा ध्यान तो अतीत में ही लगा है। बीता हुआ कल हजारों समस्याएँ साथ लाता है। पिछले 50 सालों की घटनाओं में जाओगे तो 50 हजार समस्याएँ सामने होंगी। ऐसे में साधना किस काम की। यह तो केवल कर्मकाण्ड है।

महावीर का धर्म वैज्ञानिक धर्म है।

अगर चेतना का स्तर बढ़ाना है, तो वर्तमान में जीना सीखो। भगवती सूत्र में भी कई बार आया है। शुक्ल ध्यान को भी पढ़ कर देखो। सब का एक अर्थ है, एक ही पद पर ध्यान लगाना। जैसे तुम नमो अरिहंताणं की माला करते हो।

वर्तमान का अर्थ है- ध्यान केवल एक जगह रहे। एकाग्रता केवल अरिहंतों को नमन करने में रहे। लेकिन तुम छोटे बच्चों की भांति परम्परावादी बने पड़े हो। बच्चों के लिए मुश्किल होता है, उनके मन को टिकाना। परम्परावादी न होकर धृति को महत्व देना कम लोग कर पाते हैं।

माला और माल के महत्व को जानिये। माला भी दो अंगुलियों से फेरी जाती है, माल भी दो अंगुलियों से गिना जाता है। माला करते समय मन गिरना नहीं चाहिए। माला करते समय तन मन माला को मत हिलाओ तभी शांति होगी। मन की परेशानी को कह दो गेट आउट।

मन को धर्म ध्यान में लगाओ। जितना मन हिलेगा, उतना मोक्ष दूर होगा। माला को जमीन पर मत रखो। याद रखना माला से ही माल होता है। माला नहीं तो माल नहीं। प्रज्ञा भाव से आत्मवादी बनो। मोक्ष का रास्ता अपने आप खुल जायेगा। लेकिन आज इंसान का दिमाग धर्म से नहीं फालतू की बातों में चलता है।

एक बार पिता पुत्र आपस में वार्तालाप कर रहे थे। पिता ने कहा- एक न एक दिन सबको मरना

माला और माल के महत्व को जानिये ।

**माला भी दो अंगुलियों स
फेरी जाती है,**

**माल भी दो अंगुलियों से
गिना जाता है ।**

**माला करते समय मन गिरना नहीं
चाहिए । माला करते समय तन मन
माला को मत हिलाओ तभी शांति
होगी । मन की परेशानी को कह दो
गेट आउट ।**

पड़ता है। यही जीवन का नियम है। तभी बेटा बोला- पिताजी जो आखिर में मरेगा उसे श्मशान कौन ले जायेगा?

यह है दिमाग। वर्तमान का कोई नहीं सोचेगा। पता नहीं आगे-पीछे के नाटकों से क्या आनंद मिलता है। याद रखना कि धार्मिक हमेशा वर्तमान में जीता है, परम्पराओं में नहीं। परेशानियों का आना हमारे हाथ नहीं। इसलिए मन को चंचल न होने दो। धृति से मन एकाग्र होगा और वर्तमान में जीना आसान होगा।

भूल से हुई भूल को भूल जाओ।

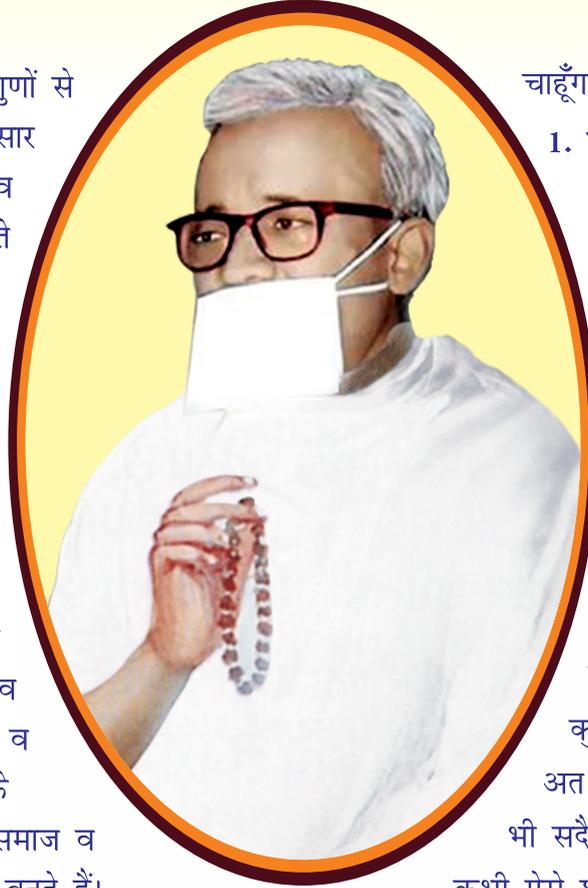
(क्रमशः)

**चादर मैली ते साबन थोड़ा, बैठ किनारे धोवेंगा ।
दाग नहीं छुटणे पापां वाले, धोवेंगा...फिर रोवेंगा.....**

महापुरुषों के संदेश दैवी गुणों से युक्त होते हैं। वे संदेश संसार में सत्य का प्रचार व मानव में संस्कारों का सृजन करते हैं। किसी भी संघ, समाज व देश की ऐतिहासिक समृद्धि महापुरुषों द्वारा दिए गए संदेश, उपदेश व संस्कारों पर निर्भर करती है। आज समृद्ध साहित्य तथा महापुरुषों के संदेशों के कारण ही भारत को विश्वगुरु होने का गौरव प्राप्त है। आध्यात्मिक बल व सात्त्विक बौद्धिक क्षमता के धनी महापुरुषों के संदेश समाज व राष्ट्र के लिए अनुकरणीय बनते हैं।

गुरुदेव प्रारंभ से ही प्रखर बौद्धिक पराक्रम के धनी थे। मात्र तीन वर्ष की अल्प दीक्षा पर्याय में ही उन्होंने प्रवचनों के माध्यम से संघ व समाज के उत्थान के लिए अपने संदेशों को प्रसारित करना प्रारंभ कर दिया था। गुरुदेव के मंगलमय संदेश प्रत्येक व्यक्ति व वर्ग के लिए उपयोगी हैं। अगर कोई व्यक्ति निष्ठापूर्वक गुरुदेव के दिव्य संदेशों को आत्मसात् कर ले तो सफलता उसकी अर्धांगिनी बन सकती है।

गुरुदेव के ऐसे ही अनेकानेक संदेशों में से कुछ अंश मैं आपके समक्ष प्रस्तुत करना



चाहूँगा-

1. समाज के नाम संदेश :

गुरुदेव का स्पष्ट मंतव्य था कि संगठित समाज ही देश व धर्म के उत्थान में सहायक बन सकता है। संगठन वह महाशक्ति है, जिसके समक्ष समस्त विसंगतियाँ व समाज विरोधी ताकतें निस्तेज हो जाती हैं। संप्रदायवाद संकीर्ण विचारधारा व कुण्ठित बुद्धि का प्रतीक है।

अतः गुरुदेव साधु समाज को भी सदैव यही संदेश देते कि वे कभी ऐसे शब्दों का उपयोग न करें,

जिससे समाज खंड-खंड हो जाए। क्योंकि साधु समाज का प्रतिनिधित्व करते हैं और संगठन में मतभेद उत्पन्न करना एक सामाजिक अपराध है। हिंसा है। गुरुदेव की चतुर्विध संघ को एक ही शिक्षा थी कि उत्तर भारत का एक उदार हृदय प्रवृत्ति के संस्कारों में पोषण हुआ है। किसी भी क्षेत्र में संप्रदायवाद का विष घोलकर इसे विभाजित करने का प्रयास न करें। सभी परंपराओं के संत यहाँ विचरण करें सभी का सम्मान व सत्कार हो, परन्तु किसी संगठन में कोई आँच न आए।

2. विवाह से संबंधित संदेश :

वैवाहिक कार्यक्रमों में बढ़ रही व्यसनों की कुरीतियों पर भी गुरुदेव ने कुठाराघात किया। गुरुदेव का स्पष्ट आदेश था कि विवाह में मदिरापान (शराब) का निषेध हो। प्री-वेडिंग व अमर्यादित धन खर्च करने पर पाबंधी लगे। क्योंकि मध्यवर्गीय लोगों के लिए यह आयोजन आत्मघाती सिद्ध हो रहे हैं। आज खानपान की आइटमों में अमर्यादित होती जा रही हैं। मांसाहारी होटलों में समाज के विवाह समारोह वर्जित हों। सभी रात्रि विवाह न करने का संकल्प लें। सचित फूलों की सजावट का बहिष्कार करें।



3. युवाओं के नाम संदेश :

विवाह के नाम पर जबरन लेन-देन का प्रचलन समाज को घुन की भाँति खोखला कर रहा है। गुरुदेव ने युवाओं को आह्वान किया कि समाज को दहेज की कुप्रथा से मुक्त करें। व्यसन मुक्त जीवन जीएं। माता-पिता के चरण स्पर्श करें। सामाजिक कार्यों में सहयोग करें। अपने से बड़ों का सम्मान करें। प्रतिस्पर्धा की भावना से उन्हें हीन सिद्ध करने का प्रयास न करें।



4. नारियों के नाम संदेश :

नारी समाज में सम्मान का प्रतीक है। मायके व ससुराल पक्ष के गौरव को समुन्नत बनाए रखना नारी का उत्तरदायित्व है। स्वतंत्रता नारी का भूषण है परन्तु स्वच्छंदता नारित्व का दूषण है। स्त्रियां पारदर्शी वस्त्रों को धारण न करें। शील की सुरक्षा व परिवार में संस्कारों का पोषण करना ही सन्नारी की पहचान है। ५. बच्चों के नाम संदेश :

बाल्यकाल सुसंस्कार संवर्धन की सर्वोत्तम अवस्था है। अतः प्रारंभ से ही जीवन को

सुव्यवस्ति बनाने की कला में निष्णात बनें। खेलने व पढ़ने का समय निर्धारित करें। महावीर पाठशाला में जाकर सामायिक सूत्रों का स्मरण करें। अकारण क्रोध से ग्रसित न हों। सहनशील बनकर बड़ों की आज्ञा का सम्मान करें।



6. मुनियों के नाम संदेश :

गुरुदेव मुनियों को सदैव निर्मल संयम पालने की प्रेरणा देते थे। जिन भावों से संयम पथ अंगीकार किया है उन्हीं दृढ़ भावों से अंतिम श्वास तक पालन करें। किसी भी कार्य में गुरु की अवज्ञा न करें। गुरु से छल करना, स्वयं अपनी आत्मा का विनाश करने के समान पीड़ादायक है। कृपाकर ऐसे किसी भी कृत्य का सेवन न करें जिससे संघ की समाचारी का उल्लंघन हो। विनय गुण को जीवन की आधारशिला बनाएं। मौन, ध्यान व स्वाध्याय के द्वारा आत्मगुणों को विकसित करें।



7. साध्वी वर्ग को संदेश :

साध्वी वर्ग श्री चतुर्विध संघ का मुख्य आधार स्तंभ है। वे सदैव अपनी गुरुणी की आज्ञा में रहकर विचरण करें। व्यावहारिक शिक्षण से स्वयं को दूर रखें। यदि शब्द ज्ञान के लिए संस्कृत, प्राकृत या इंग्लिश का अध्ययन करना पड़े तो कोई आपत्ति नहीं है। आगम ज्ञान को प्राथमिकता दें। व्यावहारिक पठन-पाठन एवं उपाधियों की दौड़ में संयम की मर्यादा का उल्लंघन होता है।



8. जनसामान्य के लिए संदेश :

पारिवारिक व व्यावहारिक जीवन में मिठास उत्पन्न होगी। कर्म करते हुए यदि समता की साधना करोगे तो जीवन कभी निराशाजनक नहीं बनेगा।



9. व्यापारियों को संदेश :

धर्मस्थल यदि आपकी धर्मभूमि है तो व्यापार आपके धर्म की कसौटी है। व्यापार में भाषा व माप-तौल का विवेक रखें। नैतिकता व प्रमाणिकता आपके जीवन का अभिन्न अंग बन जाए। पैसों के साथ-साथ पुण्य का अर्जन करें। लोभ में फंसकर पापमल से आत्मा को मलिन करना दुर्गति का कारण है।



10. संस्थाओं के नाम संदेश :

संस्था समाज एकता एवं संघ सेवा की भावना से ओतप्रोत हो। संस्था में सभी सदस्यों का एक समान सत्कार हो। संस्था किसी की व्यक्तिगत महत्वाकांक्षाओं को पूर्ण करने का साधन नहीं, अपितु समाज के प्रति अपने कर्तव्य निभाने का सुअवसर है। इस प्रकार गुरुदेव अपने मंगलमयी संदेशों के माध्यम से समाज को कल्याण की प्रेरणा देते रहते थे। गुरुदेव के संदेश आज भी अपटुडेट हैं और समाज का पथ-प्रदर्शन कर रहे हैं। महावीर के ऐसे सच्चे संदेश वाहक को हृदय से वंदना।

मुक्ति का मार्ग

अग्नि में फिर भी कुछ अच्छा है।
विष से भी तुम कुछ अच्छा पैदा कर सकते हो।
फटे दूध का तुम मावा बना सकते हो।
खारे सागर में से तुम मोती प्राप्त कर सकते हो,
परन्तु इस संसार से तुम कुछ भी नया
प्राप्त नहीं कर सकते।
सर्वज्ञ परमात्मा ने इस संसार को दुःखरूप,
दुःखदायी एवं दुःखानुबंधक बताया है।
सागर सतह पर खारा है,
मध्य में खारा है और
तल पर भी खारा है।
ऐसे सागर को भी अच्छा कहे,
ऐसे संसार में सारभूत कोई एक
तत्व यदि है, तो वह धर्म है।
समस्त शक्ति से इसकी आराधना कर लो।
संसार से छुटकारा हो जाएगा।

मुक्ति का मार्ग

- ⦿ साधु घरों से भोजन, पानी, वस्त्र, दवा सब माँग कर लाता है फिर अहम् किस बात का?
- ⦿ बड़ा कौन? जिसके पीछे कोई विशेषण न हो, ये भगवान महावीर का कथन है।
- ⦿ डरो मत अपने से, पड़ोसी से, बुढ़ापे से, रोग से, मौत से, केवल गलत काम करने से डरो।
- ⦿ दुःख आए तो ज्यादा दुःखी मत बनो, वरना दुःख सोचेगा मेरी चाल चल गई है।
- ⦿ बीमारी में दवा लें या न लें, बीमारी कर्मों का भुगतान पूरा करके स्वयं चली जाती है। दवा केवल दिल की तसल्ली मात्र है।
- ⦿ जैन दर्शन मानता है कि आत्मा का जन्म-मरण का चक्र जरूर छूटेगा- सब बंधनों से मुक्त होगा। ये ना सोचें कि जब अनंत समय से अंधकार में भटक रहे हैं, तो अब प्रकाश कैसे होगा?
- ⦿ संसार का अटल नियम है कि जो बोए वो काटे, जो देता है वही लेता है और जो करता है वही भोगता है।
- ⦿ जो स्वयं को सुधारता नहीं, औरों को सुधारने के लिए दिन-रात उपदेश देता रहे, ऐसों से क्या होने वाला है।
- ⦿ हमारा लक्ष्य अशुभ से हट कर मात्र शुभ को पाना ही नहीं है, बल्कि आत्म शुद्धि को पाना है।
- ⦿ भय हमारी कमजोरी है। भय आने से पहले ही क्यों डरें, जब आएगा तब देखा जाएगा। बुढ़ापे से भी न डरें वरना वह सताएगा।
- ⦿ रोग से न डरें। डरेंगे तो रोग शीघ्र आ सकता है।
- ⦿ हिम्मत-हौसले से काम में लगे रहना सब मुसीबतों का हल है।
- ⦿ मन की हर बात क्यों मानें, मन से कहो- ये काम नहीं होगा।
- ⦿ महापुरुष कौन? जो बाहर-भीतर एक है।
- ⦿ महात्मा कौन? जिसके मन, वचन, काया तीनों एक है व कंट्रोल में है।
- ⦿ हमारा सबसे बड़ा दोष यह है कि हम कहते-कहते हैं करते कुछ नहीं। करके देखो यहीं से सब कुछ मिलेगा।

गुरु बिना माला फेरते, गुरु बिन देते दान ।

गुरु बिन दोनो निष्फल है, चाहे पूछो वेद पुराण ।।

(1) गुरु म. का बलवीर नगर में चातुर्मास चल रहा था। प्रातः काल एक घर में पधारे। एक वृद्ध श्राविका अस्वस्थ थी। क्या होगा? परिवार संशयग्रस्त था। गुरु म. ने श्राविका को संधारे का प्रत्याख्यान करवा दिया। कमाल! सूर्यास्त से पूर्व ही संधारा सीझ गया। पूज्य गुरु म. ज्ञान की निर्मलता को सादर नमन... ।



(2) गुरु म. की दिनचर्या अति व्यस्त है। अमीनगर सराय के कुछ बालक गुरु चरणों में बैठे थे। बालकों की स्थिरता और भक्ति देखकर गुरु म. ने कृपा करते हुए कुछ शिक्षाएँ लिखवाई—

- (i) कभी पटाखे नहीं छुड़ाने
- (ii) पतंग नहीं उड़ानी,
- (iii) माता-पिता को प्रणाम करना,
- (iv) बड़ों का कभी अनादर नहीं करना,
- (v) मोबाइल को आवश्यकतानुसार ही प्रयोग करना।



(3) श्री राम निवास जैन (कांधला) की सुपुत्री, जो कांति नगर (कृष्णा नगर) में विवाहित हैं। एक दिन इनको बेहोशी छा गई। शुगर लेवल हाई हो गया। बिगड़ते-बिगड़ते स्थिति इतनी बिगड़ गई, डॉक्टर ने जवाब दे दिया। गुरु म. कृष्णा नगर विराजमान थे। उनके घर में जाना हुआ। मंगलपाठ सुनाया। बहन को होश आ गया। सब आश्चर्यचकित थे। कृपा के संयोग से सब गुरु म. के चरणों में नत थे। लेकिन गुरु म. सहज थे।



(4) गुरु अरुणामृत -

- (i) श्रद्धा के बिना गुरु का आशीर्वाद नहीं लगता है।
- (ii) यदि संतोष में जीना सीख लो तो 26 गज का घर भी 26वें देवलोक का सुख दे सकता है।
- (iii) आपका चेहरा ही नहीं जिंदगी भी मुस्कुरानी चाहिए।
- (iv) भक्ति संप्रदाय रहित हो, बेशर्त हो, टिकाऊ हो।



(5) श्रावक श्री सुल्तान जी जो अक्सर गुरु चरणों में दर्शनार्थ आते रहते हैं। बात भगवन् की थी तो वो बोले- एकदा भगवन् श्री के कान में मच्छर घुस गया। भगवन् बोले- यह चौरिन्द्रिय जीव मरना नहीं चाहिए। भगवन् पीड़ा सहते रहे। अंततः डॉक्टर के उपाय से मच्छर कान से निकला। उस मौके भगवन् के चेहरे का संतोष उनकी महानता का दिग्दर्शन करवा रहा था।

प्रकोष्ठ : 2 : ऐतिहासिक एवं तात्त्विक चर्चा

7

भारतीय इतिहास के विस्मृत महानायक

राजा कृष्णदेवराय

[जन्म : 17 जनवरी 1471, हम्पी

मृत्यु : 17 अक्तूबर 1529, हम्पी]

कृष्णदेवराय विजयनगर साम्राज्य के सर्वाधिक कीर्तिवान राजा थे। वे स्वयं कवि और कवियों के संरक्षक थे। तेलुगु भाषा में उनका काव्य अमुक्तमाल्यद साहित्य का एक रत्न है। इनकी भारत के प्राचीन इतिहास पर आधारित पुस्तक वंश-चरितावली तेलुगू के साथ-साथ संस्कृत में भी मिलती है। संभवत तेलुगू का अनुवाद ही संस्कृत में हुआ है।

जिन दिनों वे सिंहासन पर बैठे, उस समय दक्षिण भारत की राजनीतिक स्थिति

डाँवाडोल थी। पुर्तगाली पश्चिमी तट पर आ चुके थे। कांची के आसपास का प्रदेश उत्तमत्तूर के राजा के हाथ में था। उड़ीसा के गजपति नरेश ने उदयगिरि से नेल्लोर तक के प्रांत को अधिकृत कर लिया था। बहमनी राज्य अवसर मिलते ही विजयनगर पर आक्रमण करने की ताक में था। कृष्णदेवराय ने इस स्थिति का अच्छी तरह सामना किया। दक्षिण की राजनीति के प्रत्येक पक्ष को समझने वाले और राज्यप्रबंध में अत्यंत कुशल श्री अप्पाजी को उन्होंने अपना प्रधानमंत्री बनाया। उत्तमत्तूर के राजा ने हारकर शिवसमुद्रम के दुर्ग में शरण ली। किंतु कावेरी नदी उसके द्वीपदुर्ग की रक्षा न कर सकी। कृष्णदेवराय ने



नदी का बहाव बदलकर दुर्ग को जीत लिया। बहमनी सुल्तान महमूदशाह को उन्होंने बुरी तरह परास्त किया। रायचूड़, गुलबर्ग और बीदर आदि दुर्गों पर विजयनगर की ध्वजा फहराने लगी। किंतु प्राचीन हिंदु राजाओं के आदर्श के अनुसार महमूदशाह को फिर से उसका राज लौटा दिया और इस प्रकार यवन राज्य स्थापनाचार्य की उपाधि धारण की।

1513 ई. में उन्होंने उड़ीसा पर आक्रमण किया और उदयगिरि के प्रसिद्ध दुर्ग को जीता। कोंडविडु के दुर्ग से राजकुमार वीरभद्र ने कृष्णदेवराय का प्रतिरोध करने की चेष्टा की, पर सफल न हो सका। उक्त दुर्ग के

पतन के साथ कृष्णा तक का तटीय प्रदेश

विजयनगर राज्य में सम्मिलित हो गया।

उन्होंने कृष्णा के उत्तर का भी बहुत सा प्रदेश जीता। 1519 ई. में विवश होकर गजपति नरेश को कृष्णदेवराय से अपनी कन्या का विवाह करना पड़ा। कृष्णदेवराय ने कृष्णा से उत्तर का प्रदेश गजपति को वापस कर दिया। जीवन के अंतिम दिनों में कृष्णदेवराय को अनेक विद्रोहों का सामना करना पड़ा। उनके पुत्र तिरुमल की विष द्वारा मृत्यु हुई।

कृष्णदेवराय ने अनेक प्रासादों, मंदिरों, मंडपों और गोपुरों का निर्माण करवाया।

प्रश्न : Dry Fruits सचित है या अचित्त ?

उत्तर : अधिकांश Dry Fruits के संबंध में सचितता-अचित्तता स्पष्ट है। पिस्ता, काजू, अखरोट अचित्त हैं, बादाम, मुनक्का सचित हैं। बादाम की सचितता का प्रमाण है कि भीगने पर इसमें Sprouts बन जाते हैं। इसमें पुनरुत्पादन (Reproductivity) की ताकत है। बादाम के भीगने पर छिलका उतरने के पश्चात्, Roasted या तलने पर या अनेक टुकड़े करने पर अचित्त होने की मान्यता है तथा मुनक्का में बीज हैं, यह बीज निकलने पर ग्राह्य है। किशमिश के विषय में अपना संघ सचित की मान्यता रखता है कुछ संघ अचित्तता की। कुछ किशमिश तो विशेष से process गुजरकर आती हैं। वे अचित्त हो सकती हैं, पर बहुत सारी बिना process के ही बाजार में आ जाती हैं, उन्हें सचित मानना चाहिए। हाँ, यदि अंगूर की कोई जाति seedless हो तो उससे बनी किशमिश भी अचित्त हो सकती है, पर इसके लिए बहुत detail में जाना पड़ेगा।

पिस्ता, अखरोट भूनकर ही बाजार में बिकने आते हैं। सीधे रूप से उतरते ही बाजार में नहीं आते; अतः खोल सहित हों या खोल वाले हों या बिल्कुल खोल रहित हों, अचित्त ही होते हैं। दूसरी बात, इनकी गिरी पकने के बाद खोल से पृथक भी हो जाती है। पृथक होने से वायुमण्डल से गृह्यमाण श्वासोच्छ्वास प्रक्रिया का क्रम बंद हो जाता है, इसलिए बिना भुने ही उन्हें अचित्त माना जा सकता है। बादाम की तरह इनमें अंकुरण नहीं होता, इसलिए भी इन्हें अचित्त कहा जा सकता है यही बात मूंगफली के विषय में भी है। छुहारा, खजूर दोनों बीज सहित हों तो सचित, बीजरहित हों तो अचित्त। अंजीर में छोटे-छोटे बीज होते हैं; अतः सचित हैं, अग्राह्य हैं।

उत्तराध्ययन सूत्र अ. 3, गाथा 17-18 में पुण्यवान जीवों को प्राप्त होने वाली दस प्रकार की उत्तम सामग्री का वर्णन किया गया है।

जब जीव वहाँ की आयु पूर्ण करके मनुष्य भव में आते हैं, उन्हें पुण्य के फलस्वरूप उत्तम सामग्री प्राप्त होती है। वह इस प्रकार है-

1. उत्तम कुल- 1. क्षेत्र, ग्राम, जमीन आदि उत्तम स्थान, 2. वास्तुसिद्ध निर्मित रहने का भवन, 3. चांदी, सोना आदि उत्तम धातुएँ, 4. पशु-गायें, भैंसे, घोड़े, नौकर-चाकर आदि। इन चार स्कंधों (समूहों) से भरपूर कुल में उत्पन्न होने का योग मिलता है।
2. अच्छे मित्रों का योग मिले। 3. अच्छे सगे-संबंधियों का योग मिले।
4. उच्च गोत्र- आदरणीय एवं अच्छा खानदान मिले। 5. कान्तिवान शरीर मिले।
6. आरोग्य शरीर मिले। 7. तीव्र एवं निर्मल बुद्धि मिले। 8. विनयवान-विनीत-सबको प्रिय लगने वाला होवे।
9. यशस्वी- (जिनकी प्रशंसा व्यापक हो) होवे। 10. बलवान- (शक्तिशाली) हो।

आज अनेक प्रकार के अभक्ष्य व आरोग्य नाशक आहार जीभ के स्वाद की लालच में व्यक्ति उपयोग में लेता है, फलस्वरूप पाप कर्म का बंध होने के साथ ही कई प्रकार की बीमारियों का शिकार भी होता है। बढ़ती हुयी हॉस्पिटलों का मुख्य कारण होटलें हैं। स्वाद में व्यक्ति भान भूलकर खाता है और वह भूल जाता है कि पेट में जाने के बाद आरोग्य का क्या होगा? आज घर-घर में अभक्ष्य खान-पान का उपयोग होने लगा है। प्राणघातक रोगों के हमले बढ़ते जा रहे हैं।

-: आहार-भोजन में जयणा :-

जीवदया का पालन करने से काफी हिंसा से बचा जा सकता है, जिससे शरीर भी स्वस्थ रहेगा और अहिंसा धर्म के पालन से इहलोक व परलोक सुधरने से दुर्गति की परम्पराओं से बचा जा सकेगा।

- | | |
|---|--|
| <p>(1) रात्रि भोजन नहीं करें। रात्रि भोजन महापाप, हिंसा का कारण व नरक का द्वार है। रात्रि भोजन से अनेकों रोग होते हैं।</p> <p>(2) अभक्ष्य वस्तुयें, कंदमूल, आलू, प्याज, लहसून, पाव, सेन्डविच, बर्फ, आईस्क्रीम, बहुबीज, शहद, मक्खन, चीज, चलितरस, अचार, अंकुरित अनाज, कुंवारपाठा, बासी भोजन, पीज्जा, कस्टर्ड पावडर आदि उपयोग न करें।</p> <p>(3) अनजाने फल, तुच्छफल, छोटे बेर, पीलु, गुदे, जामुन आदि न वापरें।</p> <p>(4) सेंका हुआ पापड़ उसी दिन व तला हुआ पापड़ दूसरे दिन भी वापर सकते हैं।</p> <p>(5) पक्का पानी (उबाला हुआ) फ्रीज में नहीं रखें।</p> <p>(6) सारा अनाज बीनकर, साफ कर फिर पिसावें। पर्वतिथि, पर्युषण, दोनों शाश्वती ओली, चार-अठ्ठाई के दिनों में “पिसाने या कूटने” का कार्य नहीं करावें।</p> <p>(7) साधु-साध्वीजी म.सा. को गोचरी दोष रहित मिले उसका ध्यान रखना चाहिए एवं समयोचित लाभ लेना चाहिए।</p> <p>(8) एलोपैथिक दवाइयों में त्रस जीवों की हिंसा की विशेष संभावना है, फिर उसका आविष्कार भी</p> | <p>हिंसा की नींव पर आधारित है, अतः उसका उपयोग टालें। लेनी ही पड़े तो पूर्ण जानकारी प्राप्त करें।</p> <p>(9) छिलके सहित हरे चने नहीं सेंकना चाहिये। इनमें कभी-कभी लटें या छोटे त्रस जीव पैदा हो जाते हैं। अतः छिलके निकालने के बाद ही सेंकें।</p> <p>(10) जूठा न रखें, थाली धोकर पीयें। थाली साफ धोकर साफ-सुथरे नैपकिन से पोंछ लें। बाद में वह नैपकिन धोकर सुखा दें।</p> <p>(11) गरम रसोई के बर्तन फर्श पर न रखें, स्टैंड पर रखें। बर्तन गरम होंगे तो उसके स्पर्श से चींटी इत्यादि की विराधना संभव है। गरम बर्तन सीधे धोने को न डालें। अप्काय के जीवों को बहुत कष्ट होता है। गरम बर्तन स्टैंड पर रखें और ठंडा होने के बाद धोयें।</p> <p>(12) खाना खाते समय भोजन की थाली-कटोरी पाटले पर रखकर खायें। गरम खाद्यों से थाली-कटोरी गरम होने से चींटी आदि की विराधना न हो जाये इसलिए पाटला जरूरी है।</p> <p>(13) भोजन की थाली रखने का पाटला स्थिर रखें। वह डगमग होगा तो चींटी इत्यादि सूक्ष्म जन्तु दब जाने की संभावना है।</p> |
|---|--|

आरोग्य की कुंजी

- रुचिका जैन, जीवन शैली विशेषज्ञ

आज हम 'गट हेल्थ' यानी आँतों के स्वास्थ्य के बारे में बात करेंगे। गट हेल्थ सिर्फ बेहतर पाचन के लिए ही नहीं, बल्कि इसका सीधा सम्बन्ध हमारे इम्यून सिस्टम के साथ है। गट को हिन्दी में आँत कहा जाता है। दरअसल लोग गट को पेट समझते हैं। लेकिन गट हमारी बड़ी आँत को कहा जाता है। आँतों में सबसे ज्यादा माइक्रोब्स यानी बैक्टीरिया पाए जाते हैं। इसको माइक्रोबायोम यानी गट बैक्टीरिया कहा जाता है।

आम तौर पर बैक्टीरिया को बीमारी का स्रोत माना जाता है। लेकिन इनमें से कुछ बैक्टीरिया यानी जीवाणु हमें हेल्दी रखने में मदद करते हैं।

गट में दो तरह के बैक्टीरिया (जीवाणु) पाए जाते हैं- गुड और बैड। यह हमारे खान-पान और जीवन शैली पर निर्भर करता है कि हमारे गट के बुरे बैक्टीरिया ज्यादा हैं या अच्छे। गुड बैक्टीरिया की संख्या ज्यादा होगी तो शरीर की कार्य प्रणाली सुचारू रूप से चलेगी। अगर बैड बैक्टीरिया ज्यादा होंगे, तो हमें तरह-तरह की स्वास्थ्य समस्याएँ हो सकती हैं। अक्सर लोग गट हेल्थ पर ध्यान न देकर खान-पान में गड़बड़ी करते हैं। जंक फूड, चीनी, डिब्बाबंद, तला-भुना, चीनी युक्त पेय पदार्थ कोला/फ्रूट जूस/शराब आदि से हमारे बैड बैक्टीरिया की संख्या में इजाफा होता है। फलस्वरूप मोटापा, मधुमेह, उच्च रक्तचाप, थायरॉइड और पाचन संबंधी समस्याएँ सामने आती हैं। कैंसर भी खराब गट हेल्थ से संबंधित है। आइये जानते हैं कि किन रसाई में रखी चीजों से

हम गट हेल्थ बेहतर बना सकते हैं।

- (1) दही- दही में अच्छे जीवाणुओं की संख्या बहुत होती है। यह एक अच्छा प्रोबायोटिक यानी अच्छे जीवाणुओं की खुराक है। इसके नियमित सेवन से हम अपने पाचन को दुरुस्त रख सकते हैं।
- (2) जीरा- यह एक शक्तिशाली एंटी-ऑक्सीडेंट्स से भरपूर हर घर में पाया जाने वाला मसाला है। एक चौथाई चम्मच हर रोज लेने से पाचन तंत्र मजबूत रहता है।
- (3) सेब का सिरका- अच्छी गट हेल्थ के लिए हमारे शरीर में हाइड्रोक्लोरिक एसिड (एचसीएल) का निर्माण होना बहुत जरूरी होता है। यह एचसीएल को बनाने में मदद करता है और साथ ही प्रोटीन, फैट और कार्बोहाइड्रेट्स को शरीर में पचाने में मदद करता है।
- (4) हींग- गैस, अफारा, अपच में हींग बहुत गुणकारी होती है। कब्ज की शिकायत होने पर खाने में हींग का प्रयोग लाभप्रद होता है।
- (5) आँवला- आँवला पेट के लिए वरदान है। किसी भी रूप में आँवला यानी जूस / आचार / चटनी (बिना चीनी) हमें रोज लेना चाहिए। यह एक बेहतरीन विटामिन-सी का स्रोत है।
- (6) आम- आम में फाइबर अच्छी मात्रा में होने से यह पाचन संबंधी समस्याओं के लिए बहुत अच्छा है। लेकिन संतुलित

मात्रा में और सही समय पर (खाने के साथ नहीं) और ऋतु अनुसार इसका सेवन करना चाहिए।

- (7) अदरक / लहसुन- यह अच्छे जीवाणुओं की खुराक है। इनसे हमारा गट माइक्रोबायोम का बैलेंस बना रहता है।
- (8) अजवाइन- सर्दियों में अजवाइन प्रतिदिन लेना आपके गट को बेहतर बनाता है।
- (9) पानी- पानी की कमी से गुड बैक्टीरिया को पनपने का वातावरण नहीं मिल पाता। कम से

कम 8-10 ग्लास पानी पीना आवश्यक है।
(10) अनार- इसमें पौष्टिक, आयरन, विटामिन की भरमार है। ऋतु अनुसार यह भी आपके लिए बहुत अच्छा है।

एंटी बायोटिक्स का उपयोग करने से गट हेल्थ बहुत प्रभावित होती है। अगली बार विस्तार से हम जानेंगे कि इसके दुष्प्रभाव से हम किस तरह हमारे गट को बचा सकते और एक स्वस्थ वातावरण तैयार कर सकते हैं ताकि हमारा शरीर रोगों का घर न बन सके।

12

शरीर के प्रमुख अंग और उनकी कार्य शैली

मस्तिष्क (Brain) :

यह मनुष्य के शरीर में सभी अंगों का राजा है। यह खोपड़ी में बड़ी हिफाजत से रहता है। इसकी रचना अखरोट की गिरी जैसी होती है। इसके ऊपर तीन झिल्लियाँ हुआ करती हैं। ऊपर की झिल्ली बहुत मोटी और मजबूत होती है, बीच की उससे कुछ पतली और तीसरी भीतरी झिल्ली बहुत ही पतली एवं मस्तिष्क से बिल्कुल चिपकी रहती है। मस्तिष्क में पतली-पतली नालियाँ बनी होती हैं। मस्तिष्क के चार भाग होते हैं- लघु मस्तिष्क, वृहत् मस्तिष्क, सेतु (पुल) और सुष्मना।

वृहत् मस्तिष्क के दो बराबर भाग होते हैं। लघु मस्तिष्क, वृहत् मस्तिष्क के पिछले भाग में नीचे की ओर रहता है। इसमें वृहत् मस्तिष्क से भी गहरी नालियाँ होती हैं। यह हर समय वृहत् मस्तिष्क की सहायता करता रहता है।

पुल (सेतु) लघु मस्तिष्क के बीच में होता है तथा मस्तिष्क में आने-जाने वाली स्नायु (नसें) इसके ऊपर से ही होकर निकलती हैं। मस्तिष्क के बाएं भाग से आने वाली नसें इस पुल के दाएं भाग से होकर शरीर के दाहिने भाग में जाती हैं। इसी तरह मस्तिष्क के दाएं भाग से आने वाली नसें इस पुल के बाएं भाग से होकर शरीर के बाएं भाग में जाती हैं।

इस पुल के नीचे एक लम्बा सा भाग छोड़कर उसके पास से सुष्मना शुरू होती है। सुष्मना में चोट लगने से मनुष्य की तत्काल मृत्यु भी हो सकती है।

🕒 आँख (Eyes) :

आँखों में सात परदे और तीन रतूबके हुआ करती हैं। भवों की ऊँचाई आँखों का छज्जा हुआ करती है, जो आँखों को तेज रोशनी की चमक से बचाती है। पलकें पसीने को आँखों में जाने से रोकती है। पपोटे आँखों की निगरानी करते हैं, जो तनिक सा सन्देह होने पर आँखों को छुपा लेते हैं और पलकें धूल मिट्टी को भी रोकती हैं।

🕒 कान (Ears) :

कान के अन्दर नली में मैल की ग्रन्थियाँ होती हैं, जिनमें कान की रक्षा के लिए छोटे-छोटे बाल होते हैं जो मिट्टी धूल को अन्दर आने से रोकते हैं। यह नली टेढ़ी-मेढ़ी घूमती हुई नीचे चली जाती है, जिसके अन्तिम भाग में पर्दा सा होता है जिसको ठोल या कर्णपटल कहते हैं। इस पर्दे पर कम्पन्न पैदा होने से आवाज सुनाई देती है।

यह पर्दा बड़ा ही कोमल होता है और तनिक भी सलाई आदि चुभ जाने से फट जाता है। इस पर्दे के नीचे हड्डियों से बनी एक कोठरी होती है, जिसमें एक इंच लम्बी नली होती है जो कण्ठ तक जाती है। इस नली के द्वारा ही कान में हवा आती रहती है।

🕒 नाक (Nose) : नाक सूँघने का कार्य करता है तथा मस्तिष्क अपने मल को भी इसी रास्ते बाहर निकालता है। इसी से हम श्वास लेते हैं, जिसकी ऑक्सीजन शरीर में ग्लूकोज को जला कर ऊर्जा उत्पन्न करती है।

मौन

‘बेटा, यदि तुम भविष्य को उज्ज्वल बनाना चाहते हो तो तुम्हें परीक्षा में कम-से-कम 95 प्रतिशत मार्क्स तो लाने ही पड़ेंगे।’

परीक्षा के एक महीने पहले बेटे को बिठाकर मम्मी-पापा उसे समझा रहे थे।

‘पापा, आप मुझे एक बात का जवाब दीजिए।

आपके और मम्मी के दोनों के मिलाकर भी कभी 95 प्रतिशत मार्क्स आए हैं?’

मम्मी-पापा मौन!

गुरु जैसा ना आसरा गुरु जैसा न मीत । गुरु कृपा से पाइए चंचल मन पर जीत

ना था कोई हमारा, ना हम किसी के है,
बस एक खुदा है, हम उसी के है ।

Let's comprehend the principles of Sheel.
To accomplish This...

13

THE SHEEL ABC

- | | |
|--|--|
| A Let's replace ANGER | with virtue of AHIMSA |
| B Let's replace BACK BITTING | with the virtue of BRAVERY |
| C Let's replace COWARDNESS | with the virtue of COMPASSION |
| D Let's replace DISRESPECT | with the virtue of DHYAN |
| E Let's replace EGO | with the virtue of Ekatva (unity) |
| F Let's replace FEAR | with the virtue of FORGIVENESS |
| G Let's replace GRUMBLE | with the virtue of GRATITUDE |
| H Let's replace HATRED | with the virtue of HUMBLENESS |
| I Let's replace IRRITABILITY | with the virtue of IRIYA SAMITY
(Art of walking) |
| J Let's replace JEALOUSY | with the virtue of JAI JINENDRA |
| K Let's replace KNAVE (dishonesty) | with the virtue of KINDNESS |
| L Let's replace LIE | with the virtue of LOYALTY |
| M Let's replace MISUNDERSTANDING | with the virtue of MODESTY |
| N Let's replace NEGATIVITY | with the virtue of NOBLENES |
| O Let's replace OBSESSIVENESS | with the virtue of OMNISCIENCE |
| P Let's replace PANIC | with the virtue of PRAYSCHIT
(accept mistakes) |
| Q Let's replace QUARREL | with the virtue of QUITENESS |
| R Let's replace RUDENESS | with the virtue of RESPECT |
| S Let's replace SADNESS | with the virtue of SMILE |
| T Let's replace THEFT | with the virtue of TRUTHFULNESS |
| U Let's replace UNHAPPINESS | with the virtue of UNDERSTANDING |
| V Let's replace VIOLENCE | with the virtue of VANDANA |
| W Let's replace WORRIES | with the virtue of WORSHIP |
| X Let's replace XENOPHOBIC
(showing dislike) | with the virtue of XENIAL
(hospitable) |
| Y Let's replace YELLING | with YATRA |
| Z Let's replace ZAPPED (to destroy) | with ZANENAM
(concentrating on auspicious meditation) |

Let's follow SHEEL in our daily lives,
across all spheres and situations.

त तत्व

तत्व मूल तो दोय है, जीवाजीव विचार।
सात और नौ भेद ये, देखे तत्वार्थ मझार।।

बन्धतत्व जीवतत्व निर्जरातत्व अजीवतत्व नवतत्व
मोक्षतत्व संवरतत्व पुण्यतत्व आश्रवतत्व पापतत्व



JUST FOR KIDS

नौ तत्व- प्रयोजन भूत वस्तु के स्वरूप को तत्व कहते हैं।

अनादि काल के कर्मों के आवरण से दबी हुई आत्मा को अपना मूल स्वरूप जानने के लिये तत्व समझना अति आवश्यक है।

तत्व नौ हैं। जीव तत्व, अजीव तत्व, पुण्य तत्व, पाप तत्व, आश्रव तत्व, संवर तत्व, निर्जरा तत्व, बंध तत्व और मोक्ष तत्व।

इन नव तत्वों में प्रथम तत्व जीव है जो संसारी अवस्था का सूचक है और अंतिम तत्व मोक्ष है जो जीव की विशुद्ध आत्मा का द्योतक है। वास्तव में जीव ही शिव (मोक्ष) बनता है।

जीव से शिव बनने के लिये बीच के सात तत्वों को अंत में छोड़ने पड़ते हैं।

पुण्य, संवर, निर्जरा, ये कुछ सहायक तत्व हैं।

ये तत्व पारसमणी के समान है, जो जीव रूपी लोहे को सुवर्णमय बनाते हैं।

इसमें जैन दर्शन का समावेश हो जाता है।

गाँव की चौपाल हो या शहरों में बड़े-बूढ़ों की मंडली, हर जगह बुजुर्गों के मुँह से कुछ न कुछ शिकायत सुनने को मिलेगी। वे हर दिन बढ़ रही अपनी परेशानी और अधिकारों में कटौती का किस्सा लेकर बैठेंगे। एक अपनी आपबीती सुनाएगा, कैसा जमाना आ गया है, कैसे हैं ये लड़के? हम भी कभी लड़के थे। माँ-बाप के आगे आँख उठा कर देखना तो क्या, दुम दबा कर सामने से खिसक जाते थे। और एक ये हैं कि मुँह पर चढ़े फिरते हैं।

कहानी यहीं नहीं खत्म होती। घर का मालिक कितने ही किस्से सुनाएगा क्योंकि यह माना जाता है कि घर के मुखिया पर ही परिवार का सारा बोझ है।

वैसे तुलसीदासजी ने “रामचरित मानस” के अयोध्या काण्ड में लिखा भी है-

मुखिया मुख सो चाहिए, खानपान को एक।
पाले पोसे सकल अंग तुलसी सहित विवेक।।

इसका तो अर्थ यही हुआ कि हर तकलीफ उठाकर भी मुखिया को सभी अंगों के साथ समान व्यवहार करना चाहिए, पर परिवार के मुखिया के बारे में यह धारणा अब बदल रही है।

बदलते हुए मूल्य और उभरते हुए प्रश्न

समाज की पारंपरिक दशाओं एवं मूल्यों में व्यापक परिवर्तन के कारण आज घर के मुखिया के व्यक्तित्व के सामने कितने ही प्रश्न- चिन्ह खड़े हैं। हर रोज उठने वाले प्रश्नों का उत्तर देने में गृहस्वामी यद्यपि कभी-कभी असमर्थ अवश्य होता है, पर हार कर उसे इन प्रश्नों का अपने ढंग से

उत्तर देना भी पड़ता है और न चाहते हुए भी ऐसी बातों को स्वीकार करना पड़ता है। इससे स्वयं उसके व्यक्तित्व को खतरा उत्पन्न होने की संभावना रहती है।

बच्चों की पढ़ाई-लिखाई, छोटे बच्चों की देखभाल और पारिवारिक मान-प्रतिष्ठा की रक्षा से लेकर घर की एकता बनाए रखने तक के कार्य में परिवार का हर सदस्य मुखिया से विशेष प्रकार की भूमिका की आशा रखता है, पर आज विशेषकर संयुक्त परिवारों में घर का मुखिया सभी सदस्यों की इच्छा के अनुसार कार्य नहीं कर पाता। ऐसी दशा में आज मुखिया परिवार के सदस्यों के प्रति अपनी जिम्मेदारियों में से कुछ को प्राथमिकता के आधार पर चुन लेता है, उन्हें ही पूरा करता है। इस क्रम में जिस सदस्य की मर्जी के अनुसार मुखिया काम नहीं कर पाता, वह सदस्य थोड़ी नाराजगी जाहिर करता है और कभी-कभी यह नाराजगी पारिवारिक सम्बन्धों के टूटने का कारण भी बन जाती है।

इस तरह के झगड़ों की शुरुआत किसी भी मामले को लेकर हो सकती है। गली-मुहल्ले के लोग दूसरों के घरों में होने वाले इस तरह के झगड़े सुनने को कान लगाए बैठे हैं। सवेरे-सवेरे सब्जी लाने या फिर किसी और सवाल को ही लेकर घर के झगड़े की जो शुरुआत हुई कि सारा दिन खराब बीतेगा। घर का मुखिया कुछ कहता है तो बाप-दादों की हैसियत से कहता है, पर लड़के-लड़कियाँ हैं कि सुनते ही नहीं। ऐसी दशा में मुखिया का भी कुछ सदस्यों से लगाव कम हो जाता है और बाद में सम्बन्ध टूट

भी सकते हैं। आज का मुखिया 'घर बैठ कर खाने वाले सदस्य' के प्रति स्वाभाविक रूप से कम लगाव महसूस करता है। ऐसे सदस्य 'बोझ' कहे जाते हैं, पर 'मुखिया' को यह बोझ ढोना ही पड़ता है।

संकटों का बोझ मुखिया के सिर

मुखिया केवल आर्थिक संकट से ही नहीं पिसता। उसके सामने कितने ही सामाजिक संकट भी होते हैं। परम्परा रही है कि हर घटना से व्यक्ति के परिवार का नाम जोड़ दिया जाता है। आज भी तो कहते हैं कि रायबहादुर के खानदान का लड़का और आज अपने बाप-दादा का नाम डुबो रहा है, या अमुक के लड़के, भाई या भतीजे ने यह किया, वह किया। ऐसी बातें साधारण तौर पर सुनाई पड़ती हैं।

पहले परिवार के सदस्यों के अच्छे या बुरे कार्य का परिणाम भी परिवार के मुखिया को अधिक भोगना पड़ता था। पूरा परिवार उत्पादन की एक इकाई था और मुखिया उसका प्रमुख। आज यह विचारधारा बदल रही है। यद्यपि संयुक्त परिवार टूट रहे हैं, सदस्य अलग रहते हैं, खाना अलग खाते हैं, पर स्थान की दृष्टि से बिखरे होने के बावजूद आपत्तियों या अन्य समय पर सभी सदस्य एक हो जाते हैं और प्रायः मुखिया की बात को स्वीकार भी करते हैं, मुखिया भी मानसिक दृष्टि से सदस्यों से लगाव महसूस करता है, पर दुविधापूर्ण संकट में फँसा रहता है कि किस सदस्य से अधिक सम्पर्क रखा जाए और किससे कम। लोग कहते हैं कि परिवार टूट रहे हैं, पर साथ ही यह भी कहते हैं कि भाई-भतीजावाद बढ़ रहा है। इस दृष्टि से देखने पर पता चलता है कि परिवार के सदस्यों और मुखिया का भावात्मक लगाव समाप्त नहीं हुआ है, कम जरूर हो गया है।

एक बात स्पष्ट रूप से दिखाई पड़

रही है कि पहले की तरह अब मुखिया विशेषतः परिवार के सदस्यों के 'बुरे' कहे जाने वाले आचरण के प्रति खुद को अधिक जिम्मेदार नहीं समझता। यदि परिवार का सदस्य चोरी करे या अन्य किसी अपराध में फँस जाए तो मुखिया तत्काल सामने नहीं आएगा। क्योंकि उसे अपने सम्मान के बारे में खतरा महसूस होता है, पर इस खतरे को महसूस करते हुए भी बाद में वह उस सदस्य को बचाने का प्रयास अवश्य करता है।

गाँवों में परिवार के मुखिया से मतभेद के कम उदाहरण मिलते हैं, पर कभी-कभी ऐसा दिखाई पड़ता है कि घर का मुखिया और सदस्य एक दूसरे का मुँह देखना तक पसन्द नहीं करते। वहाँ विरोध या तो होता ही नहीं, होता है तो बहुत तीव्र।

अधिकार और कर्तव्य से सिक्कुड़ते दायरे

कहा जाता है कि मुखिया के अधिकार कम हुए हैं, पर देखना होगा कि अधिकार के साथ ही उसकी जिम्मेदारी भी अवश्य कम हुई है। यदि कुछ सदस्य ही मुखिया के साथ रहते हैं, शेष लोग अलग, तो साथ रहने वालों पर उसका अधिकार अधिक होगा। साथ ही अलग रहने वालों के प्रति कितनी ही जिम्मेदारियों से वह मुक्त हो जाएगा।

आज परिवार के सदस्य मुखिया या किसी के दबाव में नहीं रहना चाहते। वे स्वच्छन्द रहना चाहते हैं और सदस्यों की स्वच्छंदता की प्रवृत्ति के कारण मुखिया को कभी-कभी कष्ट होता है। वह नहीं चाहता कि उसकी इच्छा के विरुद्ध काम हो, पर कानून और अन्य व्यवस्थाओं के कारण आज उसका कुछ भी वश नहीं चल पा रहा है। ऐसी दशा में परिवार में आपसी मतभेद उत्पन्न हो जाता है।

संघर्ष पीढ़ियों का : विवाद मूल्यों का

मतभेद की इस स्थिति में

कभी-कभी दो पीढ़ियों में संघर्ष हो जाता है, जिसमें दोनों पक्षों में कुछ मुद्दों पर या तो समझौता हो जाता है, या दोनों पक्ष अलग हो जाते हैं। मुखिया अलगाव नहीं चाहता, काफी छटपटाता है, घबराहट और मानसिक तनाव की स्थितियों से गुजरता है, पर उसका कुछ भी वश नहीं चल पाता।

कुछ भी हो, अलगाव के बाद भी मुखिया सदस्यों के भविष्य के प्रति अधिक चिंतित रहता है। प्रायः देखा गया है कि जब परिवार के सदस्य कमाई शुरू करते हैं या आर्थिक दृष्टि से स्वतंत्र हो जाते हैं तो मुखिया को अधिक महत्व नहीं देते और मुखिया को परेशानी होती है, अविवाहित और कमाई न कर सकने वाले सदस्यों को भी काफी परेशानी होती है, इनके प्रति कौन उत्तरदायित्व समझे, यह प्रश्न उठ खड़ा होता है। सौतेले और छोटे बच्चों के व्यक्तित्व के विकास में यह विवाद घातक बन सकता है।

समाज में भी अब व्यक्ति के परिवार के स्थान पर स्वयं व्यक्ति को अधिक महत्व दिया जा रहा है। कौन किस परिवार का है, और किसका पुत्र है, सामान्यतः ये बातें महत्वहीन होती जा रही हैं। आज के मुखिया के सामने मूल्यों के संघर्ष की जटिल स्थिति है। कुछ सदस्य प्राचीन मूल्यों में विश्वास करते हैं तो कुछ नए मूल्य अपनाते हैं। मुखिया कहे जाने वाले बुजुर्ग लोग नए मूल्यों का विरोध करते हैं क्योंकि ये मूल्य उनकी स्थिति के लिए घातक हो सकते हैं, पर नए मूल्यों को अपनाने से सदस्यों को वे रोक नहीं पा रहे हैं और चिंतित भी हैं।

नए मूल्य अपनाने वाले सदस्य को कभी-कभी 'नालायक' करार देकर उसे दंडित भी किया जाता है।

प्राचीन काल से ही मुखिया के बारे में

चली आ रही धारणा बदल रही है। देश में जब ग्रामीण एवं नगरीय समाजों का मुखिया कौन हो, इस प्रश्न पर अधिक जनतांत्रिक पद्धति से विचार होने लगा है। अवस्था की मर्यादा मुखिया बनने के लिए उतनी आवश्यक नहीं रही।

नाम के लिए बुजुर्ग लोग मुखिया हो सकते हैं। पर घर में सर्वाधिक लगाव, सम्मान और महत्व 'अच्छी-खासी' कमाई करने वाले और समाज में अधिक सम्मान प्राप्त सदस्य को ही मिलता है। कभी-कभी तो पुराने लोगों की बातें कह, बुजुर्गों की बातें ठुकरा भी दी जाती हैं। फिर भी पुराने लोग राय दे ही देते हैं या राय ले ली जाती है, केवल उनके सम्मान के लिए।

नई पीढ़ी के शिक्षित सदस्यों के आगे बेचारा अशिक्षित पिता चुप रह कर अपनी इज्जत बचाए रखना ही उचित समझता है, पर विवाह और संपत्ति बँटवारे जैसे मसलों पर अब भी बुजुर्गों की राय लेना उचित समझा जाता है। गाँवों में तो ऐसे मौकों पर राय न लेना अपराध मानते हैं और पंचायत में गंभीर सामाजिक अपराध करार देकर ऐसा करने वालों की पेशी की जाती है। फिर भी अभी गाँव के मुखिया की स्थिति अधिक खराब नहीं हुई है। शहरों में रहने वाला ग्रामीण परिवार का मुखिया खुद भूखा रहेगा, पर गाँव-घर को रुपया भेजना नहीं भूलेगा। वह कहीं भी रहेगा अंतिम समय तक घर के प्रति और घर के अन्य सदस्य मुखिया के प्रति जिम्मेदारी समझेगा। बम्बई में गन्ने का रस बेच कर उत्तर प्रदेश के जौनपुर में अपने घर में देखभाल करने वाले वृद्ध पिता ने बताया कि शहर में ही उनके तीन पुत्र रहते हैं। वे भी कमाते हैं, पर वृद्धावस्था में भी साल छः महीने में वे खुद अपने घर जाते हैं, सबसे छोटे बच्चे की पढ़ाई की

भी देखरेख करते हैं। बस, बम्बई में 16 सालों से इसलिए पड़े हैं कि अच्छी कमाई हो जाती है।

मध्यम वर्ग का मुखिया : चिंताओं के घेरे में

कम आय वाले मुखिया को काफी कष्टों का सामना करना पड़ रहा है। मध्यम वर्ग का मुखिया अपने स्तर से नीचे न जाने की चिंता में रहता है। अन्य सदस्यों को भी पारिवारिक मान-मर्यादा बनाए रखने के लिए प्रेरणा देता है और इसके लिए जरूरी सुविधाएँ भी उपलब्ध कराता है। इस प्रयास में इस महँगाई और कम आमदनी के समय में उसे काफी कष्ट झेलना पड़ता है।

उच्च वर्ग का मुखिया भी सदा अपना स्तर बनाए रखने की चिंता में रहता है। पिता या दादा को परिवार में सबसे अधिक सम्मान प्राप्त होता है और प्रायः पुरुष ही परिवार के मुखिया होते हैं, पर पुरुष मुखिया के बाहर रहने या न रहने पर महिलाएँ मुखिया

होती हैं। ऐसी ही एक वृद्धा ने बताया कि घर की देखरेख में परेशानी होती है; और फिर बदलते समय के साथ चलना भी पड़ता है। हर रात नींद आ ही जाए, यह जरूरी ही नहीं। उन्हीं की सबसे बड़ी पुत्री ने, जो एक बैंक में क्लर्क है, कहा कि नौकरी और बूढ़ी माँ, भाभी, छोटी बहनें, भाई सभी की जिम्मेदारी, फिर खुद के भविष्य की चिन्ता रहती है, पर घर के मुखिया होने का कुछ विचित्र सा अनुभव होता है, नहीं कहा जा सकता।

यद्यपि बच्चों के पालन-पोषण और कितने ही काम परिवार की जगह अन्य संस्थाएँ कर रही हैं फिर भी परिवार के मुखिया की इस मामले में परेशानी कम नहीं हुई है। देखा गया है कि निःसंतान मुखिया ऊपरी तौर पर कुछ परेशानियों से जरूर मुक्त होता है पर संतान के लिए चिंतित रहता है।

16

Write What's The Right

वह कौन है जो सबसे ज्यादा परिवर्तनशील है और इसलिए उसका भरोसा कभी नहीं किया जाता?

A मौसम

B मित्र

C महीना

D मन

सर्दी के मौसम में कभी-कभी गरमी का एहसास हो सकता है लेकिन, मौसम के लिए ऐसा कहा जाता है कि निश्चित समय के लिए अधिकतर तो वह स्थिर ही होता है।

कारतक-मागशर-पोष और महा अर्थात् ठण्ड। फागुन-चैत्र-वैशाख और ज्येष्ठ अर्थात् गरमी। आषाढ-श्रावण-भाद्रवा और आसोज अर्थात् वर्षा। मौसम की तरह मित्र भी बहुधा तो भरोसेमंद ही होते हैं। उन पर आप अंधा विश्वास कर सकते हैं। लगभग आपको पछताने की बारी नहीं आती। अलबत्ता, कभी-कभी कोई मित्र बेवफा बने ऐसा हो सकता है, परन्तु सामान्यतः तो दोस्ती और वफादारी, दोनों एक सिक्के के ही दो पहलू हैं। और हाँ, महीना कार्तिक का हो या जनवरी का, वह सर्वथा विश्वसनीय होता है। उन दिनों का जो स्वभाव होता है वह स्वभाव स्थिर ही होता है। परन्तु मन? वह तो पारे से भी अधिक चंचल, हवा से भी अधिक चपल और पानी से भी अधिक सरल। वह किस क्षण अपना पक्ष बदल देगा, यह नहीं कहा जा सकता। आठ बजे शैतान, नौ बजे सज्जन, दस बजे संत और ग्यारह बजे परमात्मा।

मन अच्छा हो तब अच्छा बन जाना चाहिए। उसमें अगर गलती की तो गये काम से।

एक गुमराह युवक के उत्थान-पतन की आश्चर्यजनक कहानी

गतांक से आगे...

यह विडम्बना ही है ना?

लेकिन यह तो मन है। यह ऐसा कुछ षडयंत्र न रचे तो ही आश्चर्य है!

संसारयात्रा को समाप्त करने के आत्मा के प्रयासों में यह अड़चनें खड़ीं न करे तो ही आश्चर्य है!

सिद्धर्षि के बौद्धाश्रम जाने के प्रबल आग्रह को देखकर गुरुदेव गंभीर हो गये।

“वत्स! मेरी एक बात सुनोगे?”

“क्या?”

“तुम संयम जीवन में आनंद में नहीं हो?”

“ऐसी बात नहीं है, मैं आनंद में ही हूँ।”

“जो कुछ अध्ययन तुमने अपने जीवन में किया है, उससे तुम्हें प्रतीति नहीं हो गई है कि हमारे पास जो भी वचन हैं वे सर्वज्ञ के ही हैं?”

“इसमें मुझे कोई संदेह नहीं है।”

“वत्स! तुम कहते हो कि तुम यहाँ भरपूर आनंद में हो। जो भी वचन मिले हैं वे सर्वज्ञ के ही हैं इस बात में तुम्हें पूर्ण श्रद्धा है। तो फिर यहाँ से सब-कुछ छोड़कर इतनी दूर बौद्धाश्रम में जाने की तुम इतनी जिद क्यों कर रहे हो?”

“गुरुदेव! आपके प्रश्न का मेरे पास कोई जवाब नहीं है, पर यह तो निश्चित है कि मुझे किसी भी सूत्र में बौद्धदर्शन के ग्रंथों का अध्ययन करने के लिए बौद्धाश्रम जाना ही है।”

सिद्धर्षि का यह उत्तर सुनकर गुरुदेव ने इतना

ही कहा, “वत्स! तुम्हारे बौद्धाश्रम जाने में आज तक हासिल किया हुआ तुम्हारा समस्त पुण्य नष्ट होता मुझे दिख रहा है।”

भूकंप के झटके जैसी यह बात सुनकर सिद्धर्षि काँप उठने चाहिए थे, “गुरुदेव! गुरुदेव! यदि मेरे बौद्धाश्रम जाने का यह परिणाम आपको दिखता हो तो मैं अपने आग्रह को इसी क्षण तिलांजलि देने के लिए तैयार हूँ। मुझे तो चाहिए आपका पावन सान्निध्य। मुझे तो सतत अनुभूति करनी है संयमजीवन की विशुद्धि की। मुझे तो संग्रहित और सुरक्षित रखना है अपने कुशलानुबंधी पुण्य को।”

ऐसे उद्गार सिद्धर्षि के मुख से निकल पड़ने चाहिए थे, पर नहीं, ऐसा कुछ न हुआ।

गुरु के मुख से अमंगल वचन सुनने के बाद सिद्धर्षि ने इतना ही कहा-

“आपकी यह कल्पना अनुचित है।”

“उचित है या अनुचित यह तो समय ही बतायेगा, परन्तु तुमसे एक बात यह कहनी है....”

इतना कहते-कहते गुरुदेव रुक गये। सिद्धर्षि ने गुरुदेव की ओर देखा। गुरुदेव के मुखमंडल पर उन्हें वेदना दिखाई दी।

“गुरुदेव! आप जो कहना चाहते हैं निःसंकोच कहिये।”

“वत्स! बौद्धदर्शन के ग्रंथों का अध्ययन करते-करते तुम्हें ऐसा लग जाए कि बौद्धदर्शन ही सच्चा है, बौद्धभिक्षु बनने का तुम्हें मन हो जाये, बौद्धाश्रम में ही रहने का तुम्हें मन हो

जाये तो संयम जीवन का प्रतीक जो रजोहरण मैंने तुम्हें दिया है, संयम जीवन स्वीकार करते समय जो धर्मध्वज मैंने तुम्हें प्रदान किया है, जिस रजोहरण को अपने साथ रखकर तुमने इतने वर्षों तक इस पृथ्वी पर विचरण किया है, जिस रजोहरण का उपयोग कर तुमने छः काय जीवों की रक्षा की है, जिस रजोहरण को पाने के लिए देवलोक के देवता भी तरसते हैं, जिस रजोहरण को पाने के लिए तुमने अपने माता-पिता और अपनी पत्नी के स्नेह की उपेक्षा की है, वह रजोहरण मुझे लौटाने के लिए तुम वापस अवश्य आना।”

इतना कहते-कहते गुरुदेव का कंठ रूंध गया। गुरुदेव की बात सुनकर सिद्ध ने कहा-

“गुरुदेव! गुरुदेव! यह आप क्या कह रहे हैं? क्या मैं हमेशा के लिए बौद्धाश्रम में रह जाऊँगा? क्या मैं बौद्ध भिक्षु बन जाऊँगा? क्या मैं रजोहरण का त्याग कर दूँगा? इतने वर्षों के मेरे संयम जीवन का क्या मुझे कोई आकर्षण नहीं रहेगा? मुझ पर किये गये आपके अनंत उपकारों को क्या मैं सर्वथा भूल जाऊँगा? मैं तो यह समझ नहीं पा रहा हूँ कि ऐसी सर्वथा असंभव कल्पना आपने मेरे बारे में की ही कैसे?”

सिद्धर्षि बोलते रहे और गुरुदेव शून्यमनस्क होकर उनकी बातें सुनते रहे। न उन्होंने सिद्धर्षि के आक्रोश का कोई उत्तर दिया और न ही उनकी शंका का कोई समाधान किया। कैसा भयंकर है यह मोहनीय कर्म?

यह आत्मा को विद्वान बनने देता है परन्तु नम्र नहीं बनने देता! संभावित पतन की चुनौती को स्वीकार करने के लिये यह आत्मा को तैयार करता है, परन्तु पतन की राह पर कदम न रखने के लिए आत्मा को सहमत नहीं होने देता।

“गलत निमित्तों के बीच रहकर भी मैं बच जाऊँगा तथा टिक जाऊँगा”, इस भ्रम में यह आत्मा को भटकने देता है. परन्तु गलत निमित्तों से दूर रहने की प्रभु की आज्ञा के पालन के लिए यह आत्मा को सहमत नहीं होने देता। अन्यथा, सिद्धर्षि जैसे समर्थ, विद्वान और संयमी मुनि अपने परम श्रद्धेय गुरुदेव की अत्यन्त पीड़ादायक तथा आघात- जनक भविष्यवाणी सुनने के बाद उस भविष्यवाणी को गलत साबित करने के लिए तत्पर बनने की बजाय उस भविष्यवाणी के मूल में स्थित बौद्धाश्रम गमन के विचार को छोड़ देने के लिए तत्पर न बन जाते?

परन्तु नहीं, अहंकार किसे कहते हैं? शक्ति के नाम पर स्वयं के पास कुछ न हो तथापि स्वयं को जो शक्तिशाली माना करे! सावधान! उपमिति भवप्रपंचा जैसे भव्यतम ग्रंथ के सर्जक को भी मोहराजा इस प्रकार नचा सकता हो, गुरु की अनिच्छा-अरुचि को जानने के बावजूद उसके प्रति आँखमिचौनी करने को तत्पर बना सकता हो, गुरु के हृदय की वेदना और व्यथा समझने के बाद भी उसकी उपेक्षा करने को तैयार कर देता हो, अपने संभावित पतन की भविष्यवाणी गुरु के मुख से सुनने के बावजूद उसकी भी अवहेलना करने को तैयार करा देता हो, संयमजीवन अंगीकार करने से पहले स्वयं के द्वारा किए गए भव्य पराक्रम को भी विस्मृत करने के लिए मजबूर कर देता हो, तो मेरे और तुम्हारे जैसे निःसत्त्व जीव की यह मोहराजा कैसी बुरी गत बना सकता है, इसका वर्णन करना असंभव है। साँप पर किया गया विश्वास, हो सकता है कि खतरनाक साबित न हो; जीभ पर रखा विष, हो सकता है कि घातक सिद्ध न हो; अग्नि पर किया गया भरोसा, हो

सकता है कि जोखिमी सिद्ध न हो, परन्तु मोहनीय कर्म पर किया गया विश्वास, आत्मा का ऐसा हाल-बेहाल कर देता है कि अनंत-अनंत काल के संसार परिभ्रमण के बाद भी उसके जीवन में सुख या शांति का सूर्य उदित नहीं होता, सद्गति या समाधि उसे प्राप्त नहीं होती।

गुरुदेव की लाख अनिच्छा के बावजूद सिद्धिर्षि ने महाबोधनगर की ओर प्रयाण किया। गुरु की व्यथा का कोई पार नहीं था। जिनशासन के इस होनहार प्रभावक के अंधकारमय भविष्य की कल्पना से उनका हृदय रो रहा था। लेकिन अभी वे कुछ करने की स्थिति में नहीं थे।

व्यथित गुरुदेव की अनिच्छा होते हुए भी वेश परिवर्तन करके सिद्धिर्षि महाबोधनगर की ओर प्रस्थान करते हैं।

“भयंकर बाढ़ की राक्षसी जल-मौजों की प्रत्येक बूँद को अलग करें तो वह भी घास की पत्ती पर कभी तो थरथरायी होगी।

तूफानों के भीषण तांडव की प्रत्येक सतह को अलग करें तो वह भी गुलाब की पंखुड़ी में कभी तो झनझनाया होगा।

निर्दय आक्रोश से दौड़ रही भीड़ के प्रत्येक व्यक्ति को अलग करें तो वह भी करुणा के मृदु-बंधन

में कभी तो बंधा होगा।

‘कुसुमाग्रज’ की इन पंक्तियों का तात्पर्य यह है कि आज जो कठोर दिखता है, वह कभी तो कोमल था ही! आज जो राक्षस दिखता है, वह कभी तो देव था ही! आज जो कुरूप दिखता है, वह कभी तो आकर्षक था ही!

आज जो बम का प्रतिनिधित्व करता है उसने कभी तो मक्खन का प्रतिनिधित्व किया था ही! आज जो गटर में है वह कभी तो बगीचे में था ही! आज जिसके हाथ में तलवार है, उसके हाथ में कभी तो गुलाब था ही! आज जिसकी वाणी में आग है, उसकी वाणी में कभी तो बाग था ही!

यदि यह वास्तविकता सदा दृष्टि के समक्ष रहेगी तो किसी के जीवन में आज अशुभ-असुंदर देखकर उस पर दुर्भाव तो पैदा नहीं होगा बल्कि यह आशा बंधी रहेगी कि कल पुनः उसके जीवन में शुभ-सुंदर के दर्शन होकर ही रहेंगे।

सिद्धिर्षि के जीवन में कल तक क्या नहीं था? समर्पणभाव उनका अद्भुत था तो संयमप्रेम उनका वंदनीय था।

अध्यवसायों की विशुद्धि उनकी प्रशंसनीय थी तो प्रभु-वचनों के प्रति उनका प्रेम पराकाष्ठा पर था। (क्रमशः)

गुलामी

सरकस में काम करने वाले तीन शेर खेमे में से भागने में तो कामयाब हो गए, परंतु जैसे ही वे खेमे में से बाहर निकले तीन कुत्तों ने उन पर हमला करके उन्हें मौत के घाट उतार दिया।

‘शेर और कुत्तों का शिकार बन गए। क्या वजह होगी?’

पशुओं के डॉक्टर ने कारण ढूंढ निकाला। ‘खुद के भोजन के लिए वे सरकस के मेनेजमेन्ट के गुलाम बन गए थे।

उनकी इस लाचारी ने उन्हें निर्बल बना दिया और मृत्यु के मुख में ढकेल दिया।

गुरुवर की चंदनबाला

धर्मनिष्ठ श्राविका बबीता जैन, मुनिराजों के प्रति गहन श्रद्धाशील है। इनकी महान् भक्ति गुरुओं की महान् कृपा का स्रोत है। आपका जन्म 15 जून, 1971 को सिरसली वाले परिवार में पूर्वी दिल्ली के विश्वास नगर में हुआ।

पतिदेव का नाम संजय जैन (बड़ौत) है। इनकी सरलता भरी श्रद्धा श्रेष्ठ है। देवेश जैन और ऋषभ जैन आपके सुपुत्र हैं। नवजोत जैन आपकी ज्येष्ठ पुत्रवधु है।

पूरा ही परिवार गुरुदेवों के प्रति समर्पित है। आपकी धर्म भावना से मुनिराज परम प्रसन्न रहते हैं। सूर्य नगर चातुर्मास के दौरान गुरुवर ने बबीता जैन की भक्ति से प्रभावित होकर इनको चंदनबाला के नाम से संबोधित किया। आपके लिए कोटिशः मंगलकामना....



20

समकित, समकिती है....

अमीनगर सराय में श्रावक श्री अमित जैन के तीन सुपुत्रों में लघु सुपुत्र का नाम है- समकित जैन।

17 नवंबर, 2016 को जन्मा यह सलौना बालक जैन स्थानक की धार्मिक गतिविधियों में फुल एक्टिव और एक्सपर्ट है। दर्शनार्थी सेवा का चाव और मुनिराजों की भक्ति इसके उज्ज्वल भविष्य का संकेत है।

समकित जैन! आप खूब आगे बढ़ो....



इंसान का जैसा विचार होता है,
इंसान धीरे-धीरे वैसा ही बन जाता है...

प्रकोष्ठ : 7 : सूचना एवं समाचार

आगमज्ञाता योगीराज पूज्य गुरुदेव श्री अरुणचंद्र जी म.आदि ठाणे-4 का

20

पावन विचरण उत्तर प्रदेश की धरा पर

गंभीरता के शिखर महापुरुष आगमज्ञाता योगीराज पूज्य गुरुदेव श्री अरुणचंद्र जी म., मौन-मनस्वी पूज्य श्री अनुराग मुनि जी म., श्री अभिषेक मुनि जी म., श्री अभिनंदन मुनि जी म. आदि ठाणे-4 का पावन विचरण उत्तर प्रदेश की धरा पर हो रहा है।

यत्र तत्र सर्वत्र ही जन श्रद्धाएँ स्वागत में उमड़ रही हैं। पूज्य गुरु म. स्थानकवासी परंपरा की निराकार उपासना के प्रति जन-मन को आंदोलित कर रहे हैं। मुनिराजों से संपर्क छूट जाने के कारण जो जैनत्व को विस्मृत करते जा रहे हैं, उन तक भी अप्रोच कर रहे हैं। इनका पुरुषार्थ देखकर इनके जैनत्व विस्तार की टीस का पता चलता है। उत्तराध्ययन सूत्र की स्थापना इस टीस से उपजा एक ठोस उपाय है...

जहाँ-जहाँ विचरण हो रहा है, समूचे इहलोक में गुरु सुदर्शन का डंका गूँज रहा है। श्रद्धाएँ, संप्रदाय मुक्त होकर निर्मल हो रही हैं। पहले से ही निर्मल श्रद्धाएँ, निर्मलतर-निर्मलतम होती जा रही हैं।

नववर्ष के पश्चात् सरधना में पर्दापण हुआ। सरधना पूज्य गुरु म. का स्व-पोषित क्षेत्र है। श्वेताम्बर और दिगम्बर का भेद करना कठिन हो गया। हर कोई इस ओजस्वी व्यक्तित्व के आगे नत होता गया। दोनों समाजों ने सामूहिक रूप से चातुर्मास की विनती की।

आगे खिवाई पधारे। मूलतः खिवाई हॉल दिल्ली निवासी गुरु भक्तों से प्रवचन सभा गुलों गुलजार रही। ध्वजारोहण हुआ। गुरु म. की प्रेरणा से वर्ष में एक बार सामूहिक रूप से एकत्रित होकर ध्वजारोहण करने की भावना बनी। गुरु म. ने फरमाया- जन्म भूमि का कर्ज चुकाना कठिन है। घर में शादी हो, या जन्मोत्सव आदि हो तो जन्म भूमि जैन स्थानक में एक बार रीति-रिवाज के हिसाब से अवश्य आएँ।

बिनौली में भी इसी तर्ज पर ध्वजारोहण हुआ। आगे अमीनगर सराय पधारे। संक्रांति की शुभ बेला पर दिल्ली, अमृतसर, जालंधर, लुधियाना के गुरु भक्तों का आगमन हुआ। प्रवचन का विषय रहा- Journey of Joy. अद्भुत शक्तियों की गहरी समझ, धन्यवाद के भावों में उतार गई। रात्रि कथा का समां भी खूब जमा। सराय के बाद हिलवाड़ी पधारे। प्रवचन में कहा- ये वो धरती है, जहाँ से संघशास्ता गुरुदेव को 4-4 शिष्य रत्नों की प्राप्ति हुई है। स्थानीय एवं बाहरी हिलवाड़ीवासियों की उपस्थिति ने प्रवचन हॉल को रौनक से सजा दिया। श्री अजय जैन (बड़ौत) ने गौतम प्रसादी का लाभ लिया। आगे बिजरौल में प्रभावना का जादू बिखेरते हुए वाचस्पति गु. की दीक्षा भूमि बामनौली में पर्दापण हुआ। फरमाया- इस धरती ने उत्तरी भारत को वाचस्पति गु. जैसे महान् साधक दिया है। यहाँ पर हमारे गुरुदेवों और गुरु भ्राताओं की महत्ती कृपा रही है। हम तो उनके द्वारा प्रेरित अनुष्ठानों को और आगे बढ़ाने आए हैं। फिर वर्षों से चल रही विनती का इंतजार खत्म करते हुए दोघट पधारे। श्री संघ गुरु आज्ञा पर तैनात रहा। गुरु म. के पदार्पण की खुशी में जैन व्यापारियों ने व्यापार प्रवचन के बाद शुरू करने का निश्चय किया। सामान्य सी प्रेरणा ने ही उत्सव का माहौल बना दिया। दोघट की छतरी सज रही है, नवम दोघट सम्मेलन को लेकर जो गुरु म. की प्रेरणा से ही प्रारंभ हुआ था। चरणानुवर्ती तीनों ही मुनिराज सेवा-स्वाध्याय और प्रवचन-प्रभावना से संयमी लम्हों को यादगार बना रहे हैं। आगे का कार्यक्रम सैनपुर-बुडाणा आदि कवर करते हुए मुजफ्फरपुर का निश्चित हुआ है।

आपको यह जानकर सात्विक गर्व होगा पूज्य गुरुदेव श्री अरुणचंद्र जी महाराज बड़ौत के पास भगवानपुर गांव में पधारने सारे गांव में चहल पहल हो गई भगवान से संबंधित जानकारी जाने लगभग 90 वर्ष पहले यहां पर जैन स्थानक बनी थी 25 सालों से यह जैन स्थानक खुली ही नहीं थी। यह स्थानक किसी व्यक्ति ने अपने गृह कार्यों के लिए प्रयोग करना शुरू कर दिया था परंतु गुरुदेव की कृपा से यह स्थानक अब साधु संतों के लिए तैयार हो चुकी है तथा जैन स्थानक का जीर्णोद्धार भी करवाया गया इस गांव में अधिकतर जाट परिवार रहते हैं। कल गुरुदेव का प्रवचन हुआ सारा गांव उमड़ा हुआ था सैकड़ों घरों ने विशेष कर जाट परिवारों ने गांव के सरपंच विजेन्द्र पवार ने गुरु मंत्र लिया तथा मुखराम जी महाराज की समाधि पर प्रवचन हुआ।

उस जगह की सुरक्षा करवाई गई हांलाकि गुरुदेव समाधियों में विश्वास नहीं करते परंतु जैन समाज की प्राचीन धरोहर को सुरक्षित करवाना चतुर्विधा संघ का फर्ज है।

इसी गांव के अंदर कल रामकृष्ण महावीर जैन गौशाला का भी कार्य शुरू हुआ लगभग 31 एकड़ जमीन गौशाला के अंतर्गत रहेगी तथा साढे तीन बीघे जमीन रामकृष्ण महावीर जैन विवाह मंडप के लिए गांव वालों ने दी ऐसे छोटे से गांव में चार बड़ी-बड़ी संस्थाएं बन गईं तथा सारा गांव ही बड़ौदा की तरह जैन धर्म के रंग गया लोगों ने कहा कि आज से यह जन गांव है। बहुत बड़ी प्रभावना हुई गांव के अंदर अगर संत जाए तो जैन धर्म जन-जन का हो सकता है। इस कार्यक्रम में एलम वाले पुनीत जैन तथा गाजियाबाद से सुशील जैन कांधला से वरुण जैन तथा बड़ौत से हनुमान आशीष जैन का विशेष सहयोग रहा। हनुमान आशीष जी तो 4 महीने के लिए गुरुदेव के साथ साथ रहते हैं ऐसा श्रावक दुर्लभ है।

22 निरपुड़ा गांव में पड़े गुरुदेव के चरण

पूज्य गुरुदेव श्री अरुणचंद्र जी महाराज निरपुड़ा गांव में पधारें हैं। सारे गांव में बड़ी ही खुशी है। बड़ी चहल पहल है। 36 विरादरी धर्म रंग में रंगी हुई आज दिल्ली, मेरठ, बड़ौत आदि जगह-जगह से निरपुड़ा गांव में आएंगे, आज निरपुड़ा गांव वालों का सम्मेलन है। आज प्रवचन 9:00 से होगा इस बार गुरुदेव यूपी के गांव-गांव में विचरण कर रहे हैं तथा जैन, से अलग लोगो में धर्म संस्कार बढ़ा रहे हैं। कल भी यहां पर 35 भाइयों को गुरु धारणा करवाई गई। जैन भाइयों के यहां पर 6,7 घर है। बाकी अन्य भाई कथा में आते हैं। यहां की स्थानक लगभग 103 वर्ष पुरानी है जैसे किले की मोटी दीवार होती है ऐसे ही बहुत मोटी-मोटी दीवारें हैं। समयनुसार इसका नवीनीकरण नहीं हो रहा है। गुरुदेव के पधारने से सब श्रावकों को आशाएं हैं। श्री मनीष मुनि जी महाराज रोड़ी में विराजमान है, श्री अमन मुनि जी महाराज दिड़वा गांव में विराजमान है। साधिका श्री चंदनवालाजी रोहिणी सेक्टर-21 में विराजमान है। सभी श्रावक 27 दिन लगातार 27 बार उव्वसर्गहर स्तोत्र पढ़ें जिससे घर की शुद्धि होती है। उव्वसर्गहर स्तोत्र सूत्र पढ़ने के बाद कुछ ना कुछ दान करें

तथा 27 दिन ब्रह्मचर्य का पालन करें। शरीर ठीक हो तो पहले दिन और आखिरी दिन एकासना करें, तथा हर तरह से सुख शांति समृद्धि रहेगी ऐसा जरूर करें।

मधुर यादें ही जिनकी शेष हैं।

23 सुश्रावक श्री वीरेन्द्र जैन

सरल सुश्रावक वीर पिता श्री वीरेन्द्र जैन का देहावसान 15 जनवरी, 2025 को हो गया है।

इस अपूरणीय क्षति से हर किसी का मन निरंतर दुःखानुभूति कर रहा है। आप सादा जीवन उच्च विचार के जीवंत रूप थे।

आप सेवाव्रती श्री अभिनंदन मुनि जी म. के सांसारिक पिता थे।

अहोभाव से आज्ञा देकर दीक्षा की अनुमोदना में उपस्थित हुए।

75 वर्ष के लगभग आपका आयुष्य रहा।

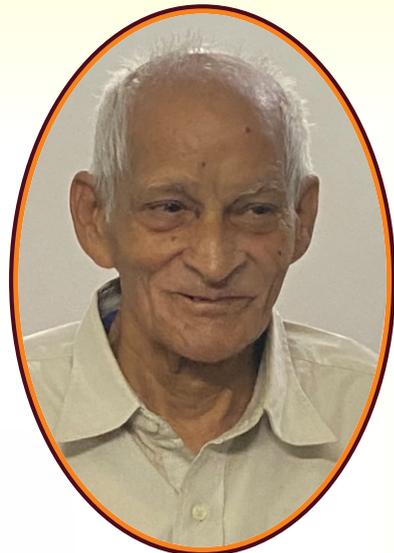
श्राविका श्रीमती प्रवीण जैन की यह व्यक्तिगत क्षति है।

मुनि-परिवार के साथ हमारी हार्दिक संवेदना है।

आपके ज्येष्ठ सुपुत्र राहुल जैन, आपके नाम को यशान्वित कर रहे हैं और श्री अभिनंदन मुनि जी म. सेवा और धर्म प्रभावना में पल-पल तैनात रहते हैं।

इनकी विनय आराधना से गुरु संघ परम प्रसन्न है।

हे वीरेन्द्र जैन! आप शीघ्र शाश्वत आनंद में लीन हो हमारी आंतरिक मंगलकामनाएँ हैं।



24 सुश्राविका कमला देवी

वयोवृद्ध श्राविका कमला देवी का दिल्ली पीतमपुरा में देहावसान हो गया है।

आप मूलतः चुलकाना ग्राम से थी। श्रावक श्री दयानंद जैन पाघरी के साथ आपका विवाह हुआ।

आपने पितृकुल और श्वसुर कुल की शोभा को बढ़ाया।

गुरु सेवक परिवार के प्रधान श्री मदन जैन आपके ज्येष्ठ सुपुत्र

हैं। श्री सुशील जैन और मुकेश जैन आपके मंझले और लघु सुपुत्र हैं, जो आपके संस्कारों की राह पर चलकर नामी जीवन जी रहे हैं।

हे करुणाशील माता! आप कर्मों के बंधनों को भेद कर शाश्वत

आनंद प्राप्त करो।



आपका जाना सदा दुःखद रहेगा।

श्री सुदर्शन गुरवे नमः !! श्री महावीराय नमः !! श्री अरुणचन्द्र गुरवे नमः



Mukesh Jain
(Moth)



Vikash Jain
(Khidwali)



Ujjwal Jain
(Moth)

MITTAL FABRICS

(Surat, Delhi, Rohtak)

Specialist in :
Unstitch Ladies Suit & Fancy Dress Material

Office Add. - 2784/47, 1st Floor, Ganesh Mkt.,
Cheera Khana, Nai Sadak, Delhi - 110006

☎ 9312661883. 9311161883
011-49060370



A Unit Of Mittal Print, Surat



Vikash Jain
9213125553



Deepak Jain
9899165164



JAIN UDAY TEXTILES

Mfd. By

Legging, Plazo, Pant, Petticoat, Kurti

IX/1208 B, Near Gali No. 0, Multani Mohalla, Subhash Road, Gandhi Nagar, Delhi-31

!! श्री रोशन गुरवे नमः !! !! श्री महावीराय नमः !! !! श्री धर्म गुरवे नमः !!



Fair Choice
Shirts



NAVKAR FASHION

IX/6728, JANTA GALI, GANDHI NAGAR, DELHI-31



Sandeep Jain
8800171017



Pankaj Jain
8527526336

!! श्री सुदर्शन गुरवे नमः !!

ॐ

!! श्री महावीराय नमः !!

ॐ

!! श्री अरुणचन्द्र गुरवे नमः !!



गुरुभक्त राजेन्द्र जैन
इन्द्रपुरी (दिल्ली)



संघशास्ता पूज्य गुरुदेव
श्री सुदर्शन लाल जी म. सा
के चरणों में सादर कौटुंबिक वंदन



गुरुभक्त मनोज जैन
इन्द्रपुरी (दिल्ली)

NATION AMERICA OUTFITTERS LLC

Importers And Wholesalers Ladies Clothing

Showroom: 110E, 9th St , C445, Los Angeles, CA90079, USA, Ph: +1 929 398 2577
Factory: 608, Pace City 2, Sec 37, Gurugram, Haryana, Ph: 9968093128, 9873342436
Works: D-181, Budhnagar, Inderpuri, New Delhi-110012



From Nature
Back To Nature



Director :
Mr. Pankaj Jain



Director :
Mr. Sanjeev Jain

AN ISO 9001 : 2008 CERTIFIED CO.

**NAVKAAR GROUP
OF COMPANIES**

Address : Kh. 76, Dada Bhaiya Marg, Ranholla
Village, Nangloi, Delhi-110041

OUR OTHER COMPANIES : ★ Navkar Laminator Pvt. Ltd.

- ★ S.R. Industries ★ Navkar Plastic ★ Pap Plast India
★ Navkar Garbage Bag

Email ID : navkarplastic.1977@gmail.com, srindustries1973@gmail.com
Contact No: 9350150049, 9350250049 | Tel.: 011-28363730
Web : www.navkarplastic.com



Praveen Jain
8368046727



Er. Shubham Jain
9773952739



Ajay Jain
9650411811

Amit Jain
7982929788

ROYAL PROPERTIES & BUILDERS (Jind wale)

INDUSTRIAL

Bawana | Kharkhoda
& Agriculture Land

RESIDENTIAL

Pitampura | Rohini

Associates With
Maa Banbhori Developers Pvt. Ltd.

✉ ajayjain242@gmail.com

📍 Plot No. 28, Pocket-E, Sector-4, Bawana Industrial Area, Delhi-110039

!! श्री महावीराय नमः !!

!! श्री सुदर्शन गुरवे नमः !! !! श्री अरुणचन्द्र गुरवे नमः !!



Make it's own way.....

जीओ और जीने दो



RAJESH JAIN

(लोहे वाले)

NAVNEET JAIN
9814644141

98140-61899

VINEET JAIN
9876561899

N.V.R. FORGINGS

AN ISO 9001:2008 CERTIFIED COMPANY

10, Waryana Industrial Complex,
Leather Complex Road, Jalandhar

Ph : 91-181-2650958, 98761-57400 Fax : 91-181-2650873

e-mail : nvrforgings10@yahoo.in | web : nvrforgings.com



N.V.R. OVERSEAS

45-A, Kapurthala Road, Near Patel Chowk, Jalandhar City
Ph : 2621066, 2621067 E-mail : nvroverseas@rediffmail.com



Sachin Jain



Nitin Jain



Kapil Jain

Funkee Star

Premium Wear
Kids Party Wear Colletion
Baba Suit, Indo Western, Sherwani
Kurta Pajama, Coat-Pant

Mfg. By

Sudharma Garment LLP

Shop : X/1297, Bhature Wali Gali, Gandhi Nagar, Delhi-110031

Head Office : Plot No. B-30, Sector-A-1, Tronica City Industrial Area, Gaziabad (UP)

Branch Office : X/3489-90, Street No.-4, Raghubar Pura No.-2, Ghandhi Nagar, Delhi-110031

Ph : 9354776177, 9810393816, 9212229381, 9250655206



श्री सुदर्शन गुरवे नमः श्री अरुणचन्द्र गुरवे नमः



सुशील जैन

9810078214
CHAIRMAN

Jain Iron & Steel Corporation

108, Loha Mandi, Ghaziabad



राष्ट्रीय उपाध्यक्ष – गुरु सेवक परिवार
पूर्व राष्ट्रीय उपाध्यक्ष – ऑल इण्डिया जैन कॉन्फ्रेंस
अध्यक्ष – रत्नत्रय उपकरण भंडार, गुरु सेवक परिवार
कार्यवाहक अध्यक्ष – जैन मिलन, गाजियाबाद
उपाध्यक्ष – समग्र जैन समाज संगठन, गाजियाबाद
महामंत्री – गाजियाबाद श्रीसंघ

परम संरक्षक – भगवान महावीर स्वामी पक्षी आवास एवं चिकित्सालय, मु.नगर

परम संरक्षक – आचार्य विमलसागर जैन चैरिटेबिल ट्रस्ट, शकरोली, जलेसर

संरक्षक – भगवान श्रषभदेव गरुशाला, मुरादनगर →





निरपुड़ा



सुनाम



सुनाम



दोघट



निरपुड़ा



भगवानपुर गाँव