धर्म जीवन

वार्षिक चन्दा रु. 50/-

जून- 2011

* मां तुझे सलाम
* देव धर्म का निराला पक्ष
* आत्मिक अन्धेरे के भयानक फल
* पूजा क्या और क्यों
* विविध प्रसंग
* ईर्ष्या भाव के कई रंग और रूप
* आर्टरीज यूं रखें साफ और सेहतमंद
* शुभ संग्राम

मां तुझे सलाम

मां वैसे हर शख्स के लिए निजी गौरव का बिंदु होती है। मगर हरियाणा के एक वरष्ठि प्रशासनिक अधिकारी के लिए उसकी मां सम्भवत: ज़िन्दगी की सबसे बड़ी उपलब्धि बन गई है। इसी सप्ताह नई दिल्ली के कमानी ऑडिटोरियम में जब इस 84 वर्षीय मां ने अपने बेटों के साथ जाकर वर्ष 2010 की 'सर्वश्रेष्ठ मां' का सम्मान प्राप्त किया तो उनके बेटों ने गर्वपूर्वक यह लम्हा अपने दोस्तों के साथ एक एम एस पर बांटा।

हरियाणा के प्रधान सचिव एवं वित्तायुक्त धनपत सिह की मां मिसरी देवी ने समूचे देश की माओं के सामने संघर्षपूर्ण मातृत्व की एक अनूठी मिसाल कायम की है। मिसरी देवी का एक पांव बचपन में पोलियोग्रस्त हो गया था। मगर मशक्कत-मेहनत की आदत से उन्होंने खराब पांव को ज़िदगी में बाधा नहीं बनने दिया। शादी के बाद उन्होंने अपने पति के साथ खेत-मज़दूरी की। दस बच्चे हुए और सभी होनहार व मेधावी। अपने मेहनतकश पति के साथ वह दिनभर खेतों में मजदूरी करती और फिर रात को खेतों की मिट्टी छानकर गेंहू व सरसों के दाने बीनतीं। इस मेहनत से हर माह 30 से 40 किलो अनाज मिल जाता, जिसे बेचकर वह बच्चों के फीस चुकाती। मिसरी देवी को यह सम्मान भारत सरकार के सामाजिक न्याय एवं सशक्तीकरण मंत्रालय की ओर से दिया गया है।

उसी दिन जिन अन्य विभूतियों को मिसरी देवी के साथ ही सम्मानित किया गया उनमें चर्चित न्यायमूर्ति वीआर कृष्ण नैयर, हरियाणा के वयोवृद्ध उर्दू लेखक काश्मीरीलाल ज़ाकिर, डॉ० वीएस नटराजन, महाराज कृष्ण कपूर आदि शामिल हैं।

इस सम्मान की गरिमा का अनुमान इस तथ्य से लगता है कि गत वर्षो में यह सम्मान पाने वालों में प्रख्यात लेखिका महाश्वेता देवी, वयोवृद्ध कर्मठ शख़्सियत जेएल दलाल व वर्तमान मुख्मन्त्री के पिता चौधरी रणबीर सिंह हुड्डा भी शामिल थे।

रेवाड़ी जनपद के रोलियावास गांव की मिसरी देवी और उसके पति श्री मक्खन लाल व 10 बच्चों को भले ही शुरूआती ज़िन्दगी अत्यंत कठिन दौर से गुज़ारनी पड़ी, लेकिन आज यह गौरवपूर्ण मां, गर्व से फूली नहीं समाती। उसे अब भी वह लम्हा याद है जब उसके 'बडे बेटे चंद्रभाव ने पूरे जिला गुड़गांव (तब रेवड़ी जिला नहीं था) में प्रथम स्थान प्राप्त किया तो पूरे गांव में जश्न मनाया गया था।' एक बेटा सेना में उच्च पद पर रहा तो, एक आज भी वरिष्ठ बैंक अधिकारी है। मगर मिसरी देवी को गांव की सोंधी माटी की गन्ध आज भी प्यारी है। वे अपने गांव के मोह व जड़ों से बंधी हैं। उन्हें गांव की वही कच्ची गलियां प्रिय लगती हैं जिनसे कभी मेहनत मशक्कत का बोझ सिर पर उठाए वे स्वंय अपने पति के साथ गुज़रा करती थी। हरियाणा के वरिष्ठ प्रशासनिक अधिकारी धनपत सिंह अपनी ज़िन्दगी का एक एक लम्हा इस मां की देन मानते हैं।

धर्म जीवन

खण्ड 24 अंक 6

जून - 2011

वार्षिक मूल्य 50 रुपये

सम्पादक
डा. विनोद खेड़ा

सह सम्पादिका
सुरजीत बराड़

देव धर्म का निराला पक्ष

देव धर्म एक नवीन और विज्ञान मूल्क धर्म है। इस संसार के धर्मो से बिल्कुल भिन्न है। इसके पू० संस्थापक, इसकी शिक्षा, इसके धर्म साधन, इसका लक्ष्य सब भिन्न है और पूर्ण अद्वितीय हैं।

संसार के अधिकतर धर्म ईश्वर, अल्ला, वाहिगुरू को लेकर या उसके अवतारों और विशेष प्रतिनिधियों को, देवी देवताओं को लेकर स्थापित हैं। उनका यह विश्वास एक है कि वाहेगुरू वा ईश्वर सर्व - व्यापक है, सर्व ज्ञानी है, सर्व शक्तिशाली है, वह सब का बनाने वाला, पैदा करने वाला वा चलाने वाला है। उसके हाथ में सब कुछ है, वही सब कुछ करन करावन हार है। मनुष्य के हाथ में कुछ नहीं, उसका हुक्म प्रधान है, उसके हुक्म के बिना पत्ता भी नहीं हिलता।

यह साधारणत: सब मनुष्यों का विश्वास है कि मनुष्य का सारा जीवन, जन्म से मृत्यु तक ईश्वर पर निर्भर करता है। उसी इच्छा से वह यश, मान प्राप्त करता है या अपमानित होता है, दूध, पुत्र पाता है या उससे वंचित रहता है। पद प्रभुत्व पाता है या साधारण ही रहता है। वही ईश्वर सब का दाता है। "जगत भिखारी फिरत है, सब का दाता राम।"

ऐसा विश्वास रखकर सांसारिक धर्मो के अन्दर ईश्वर या खुदा या देव देवताओं की स्तुत्ति, अराधना और महिमा के गाने का महत्व है। उक्त सब धर्मो के अन्दर जापों, पाठों का, कीर्तनों, जगरातों, भेंटों का, जय ध्वनि वा जयकारों का विशेष स्थान है। यही साधन धर्म समझे जाते हैं, यही भक्ति समझी जाती है। यही पूजा वा धर्म के साधन समझे जाते हैं। ईश्वर या देवी देवताओं की निकटता, या कल्पनात्मिक प्रसन्नता प्राप्ति ही लक्ष्य माना जाता है। इस लक्ष्य की पूर्ति से मानव जन्म की सच्ची सफलता समझी जाती है।

देव धर्म की स्थिति इससे पूर्णत: भिन्न है। देव धर्म किसी ईश्वर अल्ला या वाहिगुरू में तनिक भी विश्वास नहीं रखता। देव धर्म में क्या ईश्वर क्या देवी देवताओं का कोई स्थान नहीं। ईश्वरी धर्मो से देव धर्म के सब सिद्धान्त विपरीत हैं। ईश्वरी धर्म मानते हैं कि ईश्वर ही सत्य है, संसार मिथ्या है। देव धर्म का मुख्य सिद्धान्त है कि विश्व, नेचर या ब्राह्मण्ड ही केवल सत्य है। ईश्वर पूर्णत: मिथ्या है।

उसका कोई अस्तित्व नहीं। वह किसी का कर्ता नहीं, यह विश्वास भ्रान्ति है, वहम है। मनुष्य की कल्पना है। मनुष्य जीवन में उसका कोई दख़ल नहीं। देव धर्म मानता है कि केवल नेचर सत्य है, वह सदा से है और सदा रहती है। नेचर में उसके सेहत, उसके रोग, उसके दुख, सुख, उसका यश, अपयश, अमीर गरीब होना, सब नेचर के नियमों पर निर्भर है। उसका जीवन मृत्यु सब नेचर के नियमों के अनुसार होता है। जो नियम जीवन में मनुष्य पूरे करता है, उसके ही परिणाम भुगतता है।

इसलिए नेचर के नियमों के ज्ञान का देव धर्म में बहुत महत्व है। उनका बहुत सम्मान है। किसी ईश्वरी जाप के लिए देव धर्म में कोई स्थान नहीं। उसको पूर्ण निरर्थक वा फजूल वस्तु माना जाता है। मुर्खो ं और अबोधियों का पागलपन समझा जाता है।

देव धर्म मनुष्य प्रकृति का मुख्य नियम रोशन करता है और उसके प्रचार और प्रसार पर सारा जोर लगाया जाता है। देव धर्म बताता है कि मनुष्य प्रकृति सुख परायण है। सुख की अनुरागी और दुख के प्रति घृण रखती है। मनुष्य के सुख अनुराग ही मनुष्य के जीवन योजना के सृजनकर्ता हैं। उसको दुखी, रोगी, गरीब और हानिग्रस्त बनाते हैं। सुखों की चाह और लालसा के कारण हर स्थान में मनुष्य अध्यात्मिक रोगी है। उन रोगों के कारण अन्धकार ग्रस्त, मिथ्या ग्रस्त पाप ग्रस्त वा मोह ग्रस्त है। हानि और दुख को प्राप्त हो रहा है।

देव धर्म का सारा ज़ोर अधिकारी मनुष्यों को मनुष्य के रोगों या अदना सुखों के दिखाने और मनुष्य को उन अदना सुखों के भयानक बन्धनों से मुक्त कराने में है।

ईश्वरी धर्म मनुष्य आत्मा को ईश्वर का अंश या स्वरूप मानते और इसीलिए उसको निर्लेप वा पवित्र मानते हैं।

देव धर्म मनुष्य आत्मा को सुख परायण और पाप परायण मानता है। उसको पाप ग्रस्त वा मिथ्या ग्रस्त मानता है। सुख अनुराग उसी प्रकार मनुष्य के आत्मा के रोग हैं, जैसे शरीर के अपने रोग हैं। नशा अनुराग आत्म का रोग है, काम अनुराग, धन का अनुचित बन्धन, मान बढ़ाई प्रशंसा, ईर्ष्या द्वेष यह सब आत्मा के रोग हैं। इन नीच सुख अनुरगों अर्थात आत्मिक रोगों के कारण मनुष्य बेसुध हुआ फिरता है। देव धर्म बताता है कि जो सुख मनुष्य खुशी खुशी लेता है, जिन्हें लेने के लिए वह सर धड़ की बाज़ी लगाए हुए है, वह उसके जान लेवा हैं, नाश करने वाले हैं। देव धर्म मनुष्य की इस उल्टी दृष्टि को दिखाता है।

इन नीच सुखों के अद्ना बन्धनों को दिखाना, उनके प्रति जागृत करना, सच्ची होश देना देव धर्म का मुख्य काम है।

दूसरे धर्मो ने या धर्म संस्थापकों ने, या पीर पैगम्बरों ने या गुरूओं, अवतारों ने मनुष्य के सही स्वरूप को न समझ कर उसको ब्रह्म स्वरूप, जोत स्वरूप, अशरफ - फुल मखलुकात, देवत्व का शोला बताया है। उन्होंने मनुष्य प्रकृति को रोगी नहीं देखा और न ही बताया है। उल्टा उन्होंने मनुष्य की इच्छाएं पूर्ण करने का दावा किया है या जाप, सिमरन के ढंग बताए हैं। परन्तु मनुष्य के रोग बढ़ते गए। धर्म बढ़ गए, धर्म स्थान बढ़ गए, पूजा पाठ बढ़ गए, परन्तु मनुष्य का जीवन दुखों और

मुसीबतों का घर बन गया। पूजा, पाठों की भरमार किसी काम नहीं आई। जब मर्ज़ की दवा ही उल्टी की जाए तो रोग कैसे जा सकता है।

देवात्मा के भीतर अजब रोशनी आई है। उन्होंने अपनी इस अद्वितीय रोशनी में मनुष्य की प्रकृति को जाना है। उन्होंने यह देखा कि मनुष्य सुख परायण होकर दुखों का घर बन रहा है, वह रोग ग्रस्त है वह दुख और विनाश को प्राप्त हो रहा है।

उन्होंने इस सचाई को भी रोशन किया कि मनुष्य अपने हृदय वा आत्मा के भीतर के सुख अनुरागों वा रोगों को नहीं देख सकता। उन रोगों का भयानक परिणाम अपने आप नहीं देख सकता। न मनुष्य अपने आप उन रोगों से मुक्त हो सकता है और न ही वह अपने आप उच्च भावों को पैदा करके उच्च हो सकता है।

देवात्मा की रोशनी की मनुष्य को अवश्यकता है। वह अपने आप उच्च भाव पैदा करके उच्च भी नहीं बन सकता।

देवात्मा की रोशनी में ही वह अपने रोगों और उनके भयानक रूप को देख सकता है अपने रोगों के प्रति जागृत हो सकता है। विवेक पा सकता है। उनके प्रति फिकरमन्द हो सकता है।

देव धर्म अधिकारी आत्मिक रोगियों को वेसुधि और बेसोझी से देवात्मा की रोशनी से जगाने का लासानी काम करता है। इसमें रोगों का फिकर पैदा किया जाता है। देवात्मा की शक्ति पहुंचा कर अधिकारी मनुष्यों को उन रोगों से मुक्त होने के साधनों में लगाया जाता है। यह निराला कारज देव धर्म कर रहा है।

जबकि बाम मार्गी आत्मिक रोगों को ही धर्म समझ कर अपना नाश करने पर जोर दे रहे हैं। वह पांच 'म' किसे मानते हैं। उनकी महानता बताते हैं। वह हैं मांस, मदिरा, मैथुन, माजून और मछली आदि। कैसा अन्धेरा! कैसी उल्टी दृष्टि।

कुछ धर्मो में नैतिकता का पक्ष सराहनीय है एक-एक बुराई का विरोध भी है, परन्तु नाम और जाप का बहुत बड़ा महत्व समझा जाता है। मनुष्य के आत्मा के रोगों को नहीं देखा उन्हें निर्लेप स्वीकार कर लिया।

देव धर्म का मुख्य कारज ही देवात्मा की रोशनी के द्वारा आत्मा को दिखाना, आत्मा के रोगों को दिखाना, आत्मा के पतन वा नाश को दिखाना, आत्मा की कुशल वा सेहत को दिखाना है। मनुष्य को उसके रोगों से निकलने का फिकर पैदा करके, उनसे मुक्त होने के प्रयास में लगाना है।

देव धर्म मनुष्य जीवन के भीतर आश्चर्य जनक उच्च परिवर्तन पैदा करता है। जबकि ईश्वरी धर्म जाप पर ज़ोर लगाकर रखते हैं।

देव धर्म वास्तव में मनुष्य जीवन को सुधारता है। वह सम्बन्धों में मेल पैदा करता है। स्वार्थ के नाश पर ज़ोर देता है। पर हित में लगाता है।

आत्मिक होश, आत्मिक रोगों का ज्ञान, रोगों का फिकर पैदा करता है। उनसे मुक्त होने के लिए और आत्मिक सेहत को प्राप्त करने के लिए संग्राम में डालता है। यही उसका मुख्य उद्देश्य है जो संसारिक धर्मो से पूर्णता भिन्न है।

बलदेव सिंह

आत्मिक अन्धेरे के भयानक फल

भगवान देवात्मा के आविर्भाव से पहले सारा मनुष्य मात्र देव ज्योति से खाली था। देव ज्योति ही एक ऐसी ज्योति है, जिसमें आत्मा का रूप नजर आता है। उसका रोग और पतन दिखाई देता है। उसके सत्य मोक्ष और उच्च विकास के नियमों का ज्ञान मिलता है। इस ज्योति को पाकर ही सत्य मोक्ष और उच्च विकास की सत्य विधि अधिकारी आत्माओं को नज़र आती है। अर्थात् आत्मा के रूप और उसके जीवन और मृत्यु की लीला इसी ज्योति में प्रकट होती है। अब जब सारा मनुष्य जगत इस देव ज्योति से खाली था, तब कहां सम्भव था कि योग्यता रखने पर भी कोई आत्मा अन्धकार से निकल सके।

जब सारा मनुष्य मात्र आत्म अन्धकार में पड़ा हुआ था, तब यह अनिवार्य था कि मनुष्य सम्बन्ध तत्व से गाफिल रहे। अधिकार तत्व से अज्ञानी रहे। आत्मिक विनाश और विकास के तत्वों से विमुख रहे। उसका फल यह हुआ है कि मनुष्य नाना सम्बन्धों में बहुत गलत जाता है और विनाशकारी गतियां करके यह बोध नहीं कर सकता, कि मैं विनाश की तरफ जा रहा हूं। मिथ्या विश्वासों के अधीन हो कर यह गलत शिक्षा ग्रहण करके बैठा हुआ है कि नीच चिन्ताओं और नीच क्रियाओं का आत्मिक जीवन पर कोई असर नही होता है। पापी से पापी होकर हत्यारे से हत्यारा होकर महा पिशाचाना क्रियाएं करके भी अपने आपको बेगुनाह और बेहतर मनुष्य अनुभव करता है।

इतिहास में कई ऐसी घटनाओं का वर्णन है कि जिसमें एक एक जन ने अपने आपको ठीक ठीक समझ कर क्रियाएं की हैं, और उन क्रियाओं का फल महा भयानक हुआ है, आने वाली नस्लों ने तो ऐसे वजूदों पर फिटकार डाली है, परन्तु जो हानि हो चुकी उसका भयानक असर आने वाली नसलों को भुगतना पड़ा।

रघुवा नामी एक पेशवा हो गुजरा है, इस जन का भतीजा माधो राय था। माधो राय एक असाधारण पुरुष था। मराठों के अभाग्य कि वह जवानी में गुजर गया। उसने रघुवा को बुलाकर अपने छोटे भाई नारायण राय का हाथ पकड़ा, और यह कहा कि तुमने इसकी रक्षा करनी है। रघुवा ने वायदा कर लिया परन्तु अफसोस है कि उसके मन में यह मिथ्या भाव उत्पन्न हो गया कि मेरा भतीजा नालायक है। अगर इसको गदद्ी पर बिठाऊंगा, तो मराठों का नाश हो जाएगा। इस बुरे ख्याल को उसने अच्छा ख्याल समझा। नारायण राय छोटा था और इसलिए बेबस था। रघुवा ने उसको किसी न किसी तरीके से मरवा दिया। यह महा पाप करके वह तख़्त पर बैठने का हकदार हो गया। किसी किसी पापी को इस पृथिवी पर ही सजा मिल जाती है। इत्तफाक ऐसा हुआ कि माधोराय की पत्नी जो गर्भवती थी उसके यहां लड़का उत्पन्न हो गया, इसलिए गदद्ी का मालिक आ गया। बहुत सारे मराठे इस बच्चे के हक में खड़े हो गए। इस पर झगड़ा आरम्भ हो गया। अच्छा तो यह होता कि रघुवा हकदारों का हक मान लेता, उसने तो शरारती

आदमियों के साथ मिलकर और बहुत बड़ा प्रचार करके हकदारों से गददी् छीननी चाही और अपने भतीजे नारायण राय को कतल कराके गददी् भी ले ली थी, परन्तु माधोराय के बच्चे के पैदा होने से इसकी साजिश फल न सकी। फिर भी रघुवा पर जो भूत सवार था, उससे परिचालत होकर वह अंग्रेजो के पास पहुंचा, उनकी मदद् चाही और मांगी। उसका ही यह फल हुआ कि आखिरकार मराठों का राज्य उनके हाथों से छीना गया, और एक पिशाच आत्मा के बुरे भाव से सारी कौम का राज छिन गया।

रघुवा अपने आपको ठीक ठाक समझता था, और अपने को अपनी कौम का हितकारी समझता था। आत्मअन्धकार के कारण अपना रूप देख नहीं सकता था, इसलिए उल्टा दृष्टा होकर ऐसी क्रियाएं करने लगा जिससे उसकी अपनी प्यारी कौम का राज्य सदा के लिए छीना गया।

इसी प्रकार मुगल रज्य का हाल हुआ। एक मजहब का दीवाना जिसका नाम औरंगजेब था कहा जाता है कि धर्म का ऐसा पक्का था कि कुरान शरीफ की नकल करके और उसे बेच कर और ऐसे ही अन्य त्याग करके अपना गुजारा करता था। अपने मत के अनुसार धर्मवान जन था। वह इस्लाम को अपना जान प्राण अनुभव करता था। अपने मजहब की वृद्धि की खातिर वह हिन्दुओं को सताता था। उसने हिन्दुओं के मन्दिर ढाए, हिन्दु मन्दिरों में हिन्दु शिक्षा का प्रचार बन्द किया। उसने नए सिरे से हिन्दुओं पर तावान डाला जिसका नाम जजिया है। उसने मराठों को सताया उसने ही गुरू तेगबहादुर को मरवाया। यह सब कुछ जो उसने किया, वह अपने खयाल के अनुसार सरलता और नेकी के भावों से भर कर किया, परन्तु नेचर में यह सवाल ही नहीं, कि किसी ने सरलता से किसी को संखिया दिया इसलिए अपना असर नहीं छोडेगा, कि संखिया देने वाला अज्ञानी था, या सरल था या उसकी नियत ठीक थी। औरंगजेब ने जो कर्म किए, वह बहुत अन्यायकारी थे। यह सच है कि कपटी से सरल आदमी लाखों गुणा बेहतर है, परन्तु आत्मिक जगत में अपने मत, समाज या धर्म में जो जन झूठ का व्यवहार दिल खोलकर करते हैं, उनसे सत्य भाषण करने वाले लाखों और करोड़ों दरजे बेहतर हैं। अफसोस औरंगजेब जहां मुतास्सब था, वहां आत्म अन्ध कार का भी पुतला था, इसलिए जहां हिन्दुओं के सम्बन्ध में उसकी क्रियाएं बहुत अन्यायकारी थी, वहां असद् भावों को पोषण करते करते वह इस कदर सख्त दिल और उलटा दृष्टा हो गया था, कि वह किसी पर भरोसा नहीं करता था। हिन्दु तो उसके दुश्मन हो ही गए, परन्तु उसके निकट के मुस्लमान भी उसके विरोधी बन गए।

ज्योंही औरंगजेब गुजर गया, त्यों ही उसका शानदार राज्य टुकड़े टुकड़े हाने लगा। उसके अपने गवर्नर ही जगह जगह खुद मुखतार हो गए। मराठों ने तो मुगल बादशाहत को हानि पहुंचाई, जिससे वह कभी उठ न सकी।

अब औरंगजेब इस्लाम के इतिहास में एक महा पुरुष गिना जाता है, पक्का नमाजी था कुरान शरीफ का पाठ करता था, गैर मामूली त्यागी था परन्तु महा मुतासब, महा कठोर दिल और महा अन्यायकारी था। उसके पाठ और

पूजा ने मुगल बादशाहत को नहीं बचाया। उसके असाधारण त्याग ने मुगल राज्य को नहीं बचाया, उसका असद् भाव, मुतास्सब अवस्था और हिन्दु जाति पर अन्याय ने इस हिमालया पर्वत जैसे राज्य को टुकड़े टुकड़े कर दिया।

भगवान देवात्मा ने गैर मामूली सच्चाईयों का वर्णन किया है उनमें से एक सच्चाई यह है कि पूर्ण न्याय और परोपकार के भावों से परिचालित होकर ही हम अपनी समाज जाति और वंश की रक्षा कर सकते हैं। हमारा त्याग हमारी और दूसरों की नज़र में कैसा ही अच्छा हो, वह त्याग जब न्याय और परोपकार के भावों के लिए नहीं किया जाएगा तब वह त्याग क्या हमारे लिए क्या हमारी समाज और जाति के लिए महा भयानक साबित होगा। रघुवा ने यह नहीं चाहा था कि मराठों का राज्य नष्ट हो जाए। औरंगजेब ने यह नहीं चाहा था कि मुगल राज्य नष्ट हो जाए। परन्तु आत्म अन्धकार के बस होकर और लालच और पक्षपात के भावों से परिचालित होकर उन्होंने अपनी जाति का सारा राज्य नष्ट कर दिया, जो राज्य उनको फिर कभी नहीं मिला।

पी०वी०कनल

शुभ कामना की सभा

जिस प्रकार पहले सूचित किया जा चुका है कि श्री नायब सिंह जी का दुखदाई देहान्त 21 मार्च को हो गया था। उनकी धर्म पत्नी श्रीमति वीरपाल जी और अन्य सम्बन्धियों के काफी चाहने पर उनके सम्बन्ध में शुभ कामना की सभा 22 अप्रैल को उनके घर समराला में रखी गई।

इस सभा में चण्डीगढ़ से श्रीमान बलदेव सिंह जी, श्रीमति सुरजीत बराड़ जी, जगदीष जी और खेड़ा साहिब मोगा से अवतार सिंह जी, भरपूर जी और उनकी बेटी, लुधियाना से जगजीत सिंह जी पहुंच गए थे। उनके कुछ पड़ोसी वा साथी अध्यापिकाएं भी आ गई थी।

यह सभा श्रीमान बलदेव सिंह जी ने करवाई। गुरू महाराज का छवि द्वारा अर्चन करके फिर नायब सिंह जी का फूलों द्वारा सम्मान प्रदर्शन किया गया। दो भजनों का गान जगदीष जी ने किया "जीवन सार विसारा" और "परलोक के सम्बन्धियों को हम नहीं बिसाएंगे।"

फिर सभपति जी ने इन विषयों पर विज्ञान मूलक शिक्षा के अनुसार ब्यान किया कि मनुष्य जन्म पाकर मनुष्य का लक्ष्य क्या है। मरने के बाद उसका क्या बनता है। परलोक के सम्बन्ध में मोटी जानकारी दी गई। फिर नायब सिंह जी के सीधे सीधे जीवन के विषय में बताया और उनके लिए शुभ कामना की। जय ध्वनि के साथ सभा समाप्त हुई।

बाहर से आए जन इस नई शिक्षा से बहुत प्रभावित हुए और प्रार्थना की कि इस प्रकार का प्रोग्राम फिर वहां रखा जाए। वीरपाल जी ने और भरपूर जी ने अपने पत्र लिखकर दिए

बाकी पृष्ट 12 पर

पूजा क्या और क्यों

आदि काल से मनुष्य अपनी कल्पना शक्ति के विकसित होने से अपनी कल्पना शक्ति की उड़ान के साथ पूजा के एक वा दूसरे साधनों में प्रवृत रहा है। क्योंकि मनुष्य जन्म से ही सुखों का बोधी वा धीरे धीरे अनुरागी बनता गया, तो भिन्न-भिन्न सुखों की प्राप्ति जो वह स्वंय नहीं कर सकता था, उसके लिए वह किसी और अस्तित्व का अपने आपको मुहताज समझता था, और उस सुख की प्राप्ति के लिए उसने भिन्न भिन्न उपास्य घड़े और उनकी भिन्न-भिन्न प्रकार से अराधना वा पूजा आरम्भ कर दी।

मनुष्य को धन चाहिए, उसको मान सम्मान वा पद चाहिए, उसे पुत्र की प्राप्ति की लालसा है, उसे नौकरी चाहिए, उसको अच्छा स्वास्थ्य चाहिए, उसके शत्रुओं का नाश हो, उसे विजय प्राप्त हो, उसे इस लोक से भी परे परलोक में भी स्वर्ग की प्राप्ति अर्थात् भिन्न-भिन्न सुख चाहिए, इस सुखों की लालसा ने ही उसे पुजारी बना दिया है। कितना बड़ा पुजारी हो, यदि उसे यह पता लग जाए कि उसकी पूजा का फल इनमें से किसी सुख की प्राप्ति नहीं, तो वह झट वह पूजा छोड़ देगा। वास्तव में मनुष्य के भीतर की सुख लालसाओं ने ही उसे किसी की पूजा, आराधना करने के लिए विवश किया हुआ है, और मनुष्य की इस कमज़ोरी को जानकर ही धर्म के ठेकेदारों ने पूजा, पाठ अपना धन्धा बनाया हुआ है। बहुत से अस्तित्व तो हैं ही कल्पित, परन्तु जो सत्य अस्तित्व भी हैं, और कई महा पुरूष भी हैं, और कई प्रकार के असाधारण गुणों के मालिक भी रहे हैं, समाज सुधारक भी रहे हैं, उनकी भी धीरे धीरे आराधना आरम्भ हो गई और उन्होंने जो कुछ अमुल्य शिक्षा दी थी, उसको भुलाकर उनके नाम जपने वा उनके साथ कोई न कोई करामातों को लगाकर, उनकी ही महिमा गाने आदि के द्वारा यह पूजा अराधना के साधन बढ़ते गए और अब भी बढ़ते जा रहे हैं।

यह कहावत प्रसिद्ध है कि एक मुसलमान था, जो नमाज़ी नहीं था, उसे किसी उसके शुभ चिन्तक ने मशवरा दिया कि तुम्हें 4 बार नमाज़ पढ़नी चाहिए, तो उसने पूछा इससे क्या मिलेगा? तो उस जन ने कहा कि यहां के सुख, और बहिश्त में 72-72 हूरें मिलेंगी, तो उसने उत्तर दिया कि न भाई न मेरे से तो एक अब्दुले की मां ही सम्भाली नहीं जाती, इतनी हूरों का मैं क्या करूंगा। इसका भाव यह है कि मुनष्य द्वारा पूजा केवल भिन्न-भिन्न सुखों की प्राप्ति के लिए की जाती है, और इसीलिए गरीब होकर, पैसा न रखकर एक एक जन कर्ज़ा लेकर पूजा के भिन्न-भिन्न आडम्बर रचता है, और इससे सन्तुष्ट रहता है।

प्राय: कहीं मत्था टेकना, फूल और कुछ खाद्य सामग्री भेंट करना या भेंटें गाना, गीत गाना, या किसी का नाम जपना पूजा समझा जाता है। यह बाहरी साधन या आडम्बर ही पूजा समझे जाते हैं, किसी के बाहर के रूप की पूजा, जैसे शेरां वाली कहकर ही किसी अस्तित्व की महिमा समझना यह पूजा नहीं, यह साधारण जनों को जो धार्मिक नेताओं ने लालच वा डर दिखाए हैं, उनसे प्रेरित होकर एक बाहरी साधन है।

अब 'सरिता' पत्रिका का लेखक इन आडम्बरों और भिन्न-भिन्न देवी देवताओं की डटकर पोल खोलता है, उससे हमारे धार्मिक समझे जाने वाले लोग तिलमिला रहे हैं उसे तरह तरह के मुकदमों में उलझाया जाता है। वह केवल धार्मिक ग्रन्थों की शिक्षा को ही उजागर कर रहा है, इन पूजा योग्य देवी देवताओं ने भिन्न-भिन्न विषयों में अत्यन्त भयानक शिक्षा दी है, परन्तु अपने उपास्य देवताओं के विषय में यह कटु सच्चाईयां सहन नहीं हो रही। ऐसी भयानक शिक्षा देने वाले धार्मिक कहलाने वाले जनों की पूजा करके मनुष्य क्या प्राप्त कर सकता है।

किसी भी अस्तित्व की पूजा करने से पहले यह सोचना अति आवश्यक है कि उसका आन्तरिक रूप क्या है, अर्थात् उसके भीतर कौन कौन सी भावात्मक विशेषताएं है। यदि उसके 10 हाथ, 10 सिर या वह शेर की सवारी करने वाला है, तो उससे पूजा करने वाले को क्या प्राप्त होगा। जैसे शारीरिक रोगी होकर हम किसी डाक्टर की अराधना शुरू कर दें तो क्या शरीरिक कष्ट दूर हो सकेंगे? इसके लिए यह नियम पूरा होना आवश्यक है कि डाक्टरी शिक्षा प्राप्त हो, उसे रोगों का और उसके उपचार का ज्ञान हो, और फिर उसके कहने के अनुसार हम दवाई और परहेज़ करें, तभी हमारी रोग से निवृति हो सकती है। इस तत्य को धीरे धीरे मानवता ने समझ लिया है, और अब रोगी होकर वह मन्दिर, मस्जिद सा गुरूद्वारे में पूजा करने नहीं जाते, बल्कि डाक्टरों और उस रोग के विशेषज्ञों के पास जाते हैं।

परन्तु धर्म के विषय पर अभी भी मनुष्य उस स्थान पर खड़ा है, जहां सैंकड़ों वर्ष पहले शारीरिक रोगों के सम्बन्ध में खड़ा था या विद्या के सम्बन्ध में केवल धार्मिक ग्रन्थों को पढ़ने को ही उच्च विद्या समझता था। अब धार्मिक ग्रन्थों के विरूद्ध शिक्षा भी विज्ञान यदि देता है, तो उसे नकारा नहीं जाता।

अब धर्म का सम्बन्ध आत्मा, रूह वा हमारे संचालक भावों से है। हमारे भीतर जो संचालक शक्तियां हैं, उनको बेहतर कैसे किया जा सकता है, यह सोचने का विषय है, जो इसमें सहायक हो सकता है, उसकी अराधना से ही हम उन भाव शक्तियों अर्थात् हमारी संचालक शक्तियों में अपनी अपनी योग्यता के अनुसार परिवर्तन प्राप्त कर सकते हैं।

अब इसके लिए यह आवश्यक है कि जिस अस्तित्व की हम पूजा करें, पहले तो वह काल्पनिक न हो, वास्तव में हाड़ मांस का बना हुआ अस्तित्व हो, परन्तु उसका आन्तरिक स्वरूप विशेष शक्तियों से सम्पन्न हो।

उसके इस आन्तरिक रूप की मान्सिक रूप से और फिर हार्दिक रूप से उपलब्धि हो।

उसका वह रूप महान नज़र आए और वह महानता अपने में न देखकर अपनी तुच्छता उपलब्ध हो।

उस की महानता को उपलब्ध करके उस रूप में ढलने की प्रेरणाा अनुभव हो और उन सुन्दर गुणों को ग्रहण करने के लिए संग्राम हो।

उदाहरणत: यदि कोई मनुष्य बेईमान है और उसे कोई ऐसा इष्ट देव मिले कि जो ईमानदार हो, बेईमानी को बहुत घृणित समझता हो, तो उसकी आराधना वा उसकी संगत वा प्रभावों से वह बेईमानी को घृणित और ईमानदारी की सुन्दर तस्वीर देखने के योग्य होता है और दिन पर दिन ईमानदार

बनता जाता है, तो उसका इष्ट भी ठीक है और उसकी पूजा और पूजा का फल भी ठीक है। इसी प्रकार और नीचताओं के सम्बन्ध में है और उच्च गुणों को उत्पन्न करने के सम्बन्ध में नियम हैं।

अब प्रश्न यह उठता है कि हम अपने नीच सुखों से निकलना भी चाहते हैं या नहीं, हम अपने भीतर उच्च गुणों को विकसित करना भी चाहते हैं या नहीं।

आज के सुख स्वादों के प्रलोभनों और संसारिकता के वातावरण में यह अनुभव ही नहीं होता कि किसी को नीचता से निकलने वा नेक बनने की भी आवश्यकता है। तो फिर उच्च जीवन धारियों वा देव जीवनधारी की महिमा अनुभव ही कैसे हो? हम तो अपने नीच जीवन में ही मस्त हैं। जैसे तरह तरह की बदपरहेज़ियों से हम शरीर का नाश करते हैं, वैसे ही तरह तरह के नीच सुखों में फंसकर हम अपने आत्मा का नाश तो करते ही हैं, तरह तरह के दुखों, मुसीबतों, बेचैनी और बर्बादी को प्राप्त होते हैं।

मनुष्य दुख नहीं चाहता, इन अनुचित दुखों से बचने और उचित और हितकर सुखों की प्राप्ति के लिए ही आवश्यक है कि हमारा योग ऐसे अस्तित्व से हो। जिसमे हमारे असली रूप को दिखाने की सामर्थ्य हो मनुष्य बेहद उन्नतशील बुद्धि रखकर और संसारिक रूप से उन्नति के शिखर पर पहुंचकर भी स्वंय दुखों का घर बन रहा है, और जिस जिस से सम्बन्ध बनाता है, वहां दुख फैलाता है। इसीलिए ऐसे इष्ट देव की आवश्यकता है, उसकी पूजा अराधना की आवश्यकता है कि जो इन अनुचित दुखों के कारणों को बता सके। जिसके साथ योग करके हमें अपना आन्तरिक रूप नज़र आ सके, अपनी संचालक शक्तियों का ज्ञान हो अपने भीतर की ईर्षा, द्वेष, घमंड, मान, बड़ाई, स्वार्थ की शक्तियों का अपने ऊपर आधिपत्य नज़र आ सके। इन नीच संचालक शक्तियों का बुरा और भयानक रूप नज़र आये और उनसे निकलने की प्रेरणाएं और संग्राम आरम्भ हो। यदि इससे भी ऊपर जिन जिन उच्च भावों की विरासत मिली है, उन्हें बढ़ाने की प्रेरणाएं मिलें। अपने उपकारियों के प्रति कृतज्ञ बनने की प्रेरणएं, दुसरों के उच्च जीवनों और उच्च गुणों को देखने सराहने और वैसा मार्ग अपनाने की प्रेरणाएं, दीन दुखियों के दुखों को अनुभव करने की प्रेरणाएं, अपने से निकल कर किसी और के काम आने की प्रेरणाएं मिल सकें, यदि किसी इष्ट देव की अराधना से यह परिणाम पैदा होते है, अपने अस्तित्व का ज्ञान प्राप्त होता हैं, तो वह सही अर्थो मे इष्ट देव है और उसकी पूजा करना सार्थक हो सकता है अन्यथा, समय और धन की बर्बादी के बिना कुछ नहीं मिल सकता।

हमारे सौभाग्य हैं कि देव शक्तियों से विशिष्ट देव आत्मा मिल गए, उनकी पूजा और अराधना करने से अधिकारी जनों में उपरोक्त फल पैदा हुए हैं और हो रहे हैं। नियम एक ही है कि सच्चे दिल से उनके साथ योग हो, जो हमारी नीच शक्तियां होने नहीं देती। हम सभा कराने या सुनने, कोई कभी किताब पढ़ने को ही यदि पूजा समझें तो हमारी भूल है। यह रस्मी बातें तो करनी आसान हैं, यदि सच्चे मन से ऐसे इष्ट देव से योग हो तो हमारी चिन्ताएं और क्रियाएं ही बदल जाएं। महान आत्माओं के प्रति हमारा नज़रिया बदल जावे, जो गुरू महाराज के कारज को कर रहे हैं, उनके प्रति हम श्रद्धा और सन्मान का प्रदर्शन करें, ईर्षा द्वेष से भरकर उनको

सताने का काम न करें, हम स्वार्थ में रत न रहें हमारा जीवन किसी ध्येय के लिए हो और उनके लिए अनुचित दुख खड़े न करें, देवात्मा के मिशन मे काम करने वालों को शत्रु न समझें, यदि सच्चे इष्ट देव से हमारे दिलों का कुछ भी योग होगा, तो हमारे जीवनों में उच्च परिवर्तन नज़र आएगा और दूसरों में भी हम उच्च परिवर्तन लाने के योग्य हो सकेंगे। देव स्तोत्र और देव आरती गाने को ही हम पूजा समझे बैठे हैं।

यदि सचमुच देवात्मा के देवरूप के साथ जो सच्चाई भलाई का सूर्य रूप है, हमारा योग हो, तो हम सच्चाई भलाई को पैरों तले नहीं रौदेंगे। हम सच्चाई का साथ देने के लिए कमर कसे हुए नज़र आएंगे। शोक और महाशोक!! कि हम दुनिया के अन्धविश्वासियों के तरह ही देवात्मा की पूजा का आडम्बर रच रहे हैं, सच्ची पूजा करने के एक जन भी योग्य होगा, तो उसके जीवन के फल दूसरों से भिन्न होंगे।

काश! कोई हालात पैदा हों, गुरू मिशन में जो चन्द जन हैं, वह इस रहस्य को समझ सकें कि देवात्मा की पूजा क्यों करनी है और कैसे करनी है। हम आडम्बर में ही सन्तुष्ट रहकर अपना जीवन न खो दें।

(सुरजीन बराड़)

पृष्ट 8 का बाकी

जिनका सारांश नीचे दे रहे हैं।

वीरपाल जी ने लिखा कि 21 मार्च की रात उनके लिए किस कदर दर्दनाक थी जिस रात उनकी सबसे प्यारी चीज़ उनसे बिछड गई। नायब सिंह जी किस कदर ख़्याल रखने वाले पति थे। उनको किसी चीज के लिए कभी मना नहीं किया, स्कूल कार पर छोड़ते, खाने पर उनके आने का इन्तज़ार करते। बच्चों को समाज के साथ जोड़ने की इच्छा रखते थे, उन्हें सेहत के सम्बनध में और अच्छी आदतों के विषय में बताते, अब उन बातों को याद करके बच्चे रोते हैं। अच्छा रहन सहन पसन्द करते थे। ऐसे सम्बन्धी का बिछड़ना परिवार के लिए कितना दुखदाई है, फिर उन्होंने नायब सिंह जी की आत्मा की शान्ति की प्रार्थना की और उनकी गैरहाज़री में सब कर्तव्यों के निष्ठा से निभाने के भाव प्रगट किए। श्रीमान जी को भी प्रार्थना की कि वह उनके सिर पर हाथ रखें। उनके मिलने से परिवार को बहुत सहारा मिलता है।

भरपूर कौर जी जो वीरपाल जी की बड़ी बहन हैं उन्होंने भी अपने पत्र में इस बेवक़त मौत का बहुत दुख अनुभव किया कि हमारी सीधी साधी बहन की कोशिशें काम न आई। उन्होंने नायब सिंह जी के विषय में लिखा है कि वह सीधे, स्पष्ट इन्सान थे, बहुत बड़े महमान निवाज थे। अच्छी संगत में स्वयं बैठना वा बच्चों को ले जाना उन्हें अच्छा लगता था। इसी संगत से वीरपाल बहन भी जुड़ी रहे, तो उनको बहुत तसल्ली मिलेगी। गुरू की शरण से जुड़ने में ही सब का भला है। उन्हों ने भी उनके आत्मा की शान्ति के लिए प्रार्थना की।

विविध प्रसंग

बिना स्वार्थ परमार्थ – 1

पानी की बूंद-बूंद का महत्व मिथुन अच्छी तरह से जानता है। वह झुग्गी-झोपड़ियों में जाकर ऐसे नल टैप की तलाश करता है, जहां से लीक की वजह से लगातार पानी निकल रहा हो या फिर टैप लगी ही न हो। वह नि:शुल्क उसे बदलकर दुरूस्त करता है।

अमृतसर निवासी मिथुन ने 16 वर्ष की उम्र में अपने नेक काम के जरिए यह साबित कर दिया है कि परसेवा के लिए किसी एनजीओ या ट्रस्ट बनाने या भारी रकम खर्च करने की जरूरत नहीं होती है। इसके लिए आवश्यकता है अच्छी भावना की जिसके साथ आप दूसरों के लिए कुछ बेहतर कर सकते हैं। मिथुन प्रतिदिन बिना नागा किए शाम सात बजे के बाद अपनी साइकिल लेकर शहर के झुग्गी-झोंपड़ी इलाकों में निकल जाता है। वहां वह ऐसे नल टैप की तलाश करता है, जहां से लीक की वजह से लगातार पानी निकल रहा हो या फिर टैप लगी ही न हो। वह उसे बदलता है या दुरूस्त करता है। वह इस काम के बदले किसी से कोई पैसे नहीं लेता है। मिथुन का परिवार दस वर्ष पहले किसी दूसरी जगह से पलायन करके अमृतसर में आकर बसा है। उसके पिता चौकीदार हैं और मां एक गृहिणी। परिवार में चार भाई-बहन और हैं। लगभग छह वर्ष पहले उसने 72 फीसदी नंबरों से आठवीं कक्षा पास की, लेकिन घर की आर्थिक स्थिति मजबूत न होने के कारण वह आगे पढ़ाई नहीं कर पाया। पैसों की जरूरत तो उसे थी ही उसने एक किताब की दुकान पर बात कि जो सुबह दस बजे से शाम आठ बजे तक काम करने के हजार रूपए देने को तैयार था। इसी बीच एक सज्जन ने उसकी लगन से प्रभावित होकर उसे आठ सौ रूपए देने का वादा किया। बदले में उसे उनके बच्चों को पढ़ाना था। वैसे, इस सेवा के काम के बदले मिथुन को पैसे नहीं मिलते, बल्कि मिलती हैं कॉलोनी में रहने वालों की गालियां। यह सब सुनने के बाद भी वह लगातार अपने काम में लगा रहता है। उसे फिक्र नहीं है कि कौन उसके काम के बारे में क्या कहता है? वह तो बस इतना जानता है कि आज के समय में पानी कितना कीमती है। मिथुन जैसे बच्चे जो बिना किसी स्वार्थ के परमार्थ में लगे हैं, उन लोगो के लिए प्रेरणा हैं जो शिक्षा, भूख बीमारी के नाम पर अपने एनजीओ के लिए करोड़ों सरकारी रुपया डकार जाते हैं और उफ्फ भी नहीं करते। आज मिथुन बारहवीं कक्षा का विद्यार्थी है और उसे कम्प्यूटर का भी अच्छा ज्ञान है।

हमेशा अकड़ दिखाने से नहीं चलता काम – 2

महाभारत का प्रसंग है। युद्ध अपने अंतिम चरण में था। भीष्म पितामह शरशैय्या पर लेटे जीवन की अंतिम घड़ियां गिन रहे थे। धर्मराज युधिष्ठिर जानते थे कि पितामह उच्चकोटि के ज्ञान और जीवन संबंधी अनुभव से संपत्र हैं। वे अपने भाइयों और भार्या द्रौपदी समेत उनके समक्ष पहुंचे और उनसे विनती की-पितामह, आप विदा की इस बेला में हमें जीवन के लिए उपयोगी ऐसी सिक्षा दें, जो सदैव हमारा

मार्गदर्शन करे।

इस पर भीष्म ने अद्‌भुत जीवन दर्शन समझाया नदी जब समुद्र तक पहुंचती है, तो अपने जल के प्रवाह के साथ बड़े - बड़े वृक्षों को भी बहाकर ले आती है। एक दिन समुद्र ने नदी से प्रश्न किया - तुम्हारा जलप्रवाह इतना शक्तिशाली है कि उसमें बड़े बड़े वृक्ष भी बहकर आ जाते हैं। तुम पल भर में उन्हें कहां से कहां ले आती हो? किंतु क्या कारण है कि छोटी व हल्की घास, कोमल बेलों व नर्म पौधों को बहाकर नहीं ला पाती?

नदी का उत्तर था - जब - जब मेरे जल का बहाव आता है, तब - तब बेलें झुक जाती हैं और उसे रास्ता दे देती हैं, किन्तु वृक्ष अपनी कठोरता के कारण यह नहीं कर पाते, इसलिए मेरा प्रवाह उन्हें बहा ले जाता है। इस छोटे से उदाहरण से हमें यह सीखना चाहिए कि जीवन में सदैव विनम्र रहना चाहिए, तभी व्यक्ति का अस्तित्व बना रहता है। यदि अंहकार आ गया तो नष्ट होते देर नहीं लगती। अंहकारी को इसलोक में ही उपेक्षा मिलती है जबकि विनम्र को परलोकगामी होने के बाद भी यश व सम्मान मिलता है।

ईर्ष्या भाव के कई रंग और रूप

मेरे अपने मकान में एक बिजली का ऐसा बल्ब लगा हुआ है कि जिसकी रोशनी एक आम गली में जाती है। उस गली के छोटे - छोटे लड़के इस रोशनी में खेलते रहते हैं। अगर बिजली जलाने में देर हो जाए, तो दरवाजा खटखटाते हैं और कहते हैं, कि बिजली जलाओ, हम खेलेंगे। दो चार दिन हुए मैं मकान में बैठा हुआ था, कि एक लड़के ने दरवाजा खटखटाया, मैने दरवाजा खोला, तो एक लड़का खड़ा था, उस की उमर मुशकिल से आठ नौ वर्ष की थी, मेरी हैरानी की हद न रही, कि जब उस ने कहा कि आप बिजली बुझा दें। क्या तुम खेलोगे नहीं? वह मुझे कहने लगा कि मेरे साथी आए नहीं हैं, और गली के अन्य लड़के खेलने के लिए आए हैं, आप बिजली बुझा दें तो वह खेल न सकेंगे। मैंने बिजली तो क्या बुझानी थी, परन्तु मुझे इस बात से दुख अवश्य हुआ, कि इस छोटे से लड़के के भीतर भी इस छोटी सी उम्र में ईर्ष्या भाव का कैसा दुखदाई प्रकाश! किसी और का सुख देखकर बर्दाश्त नहीं होता।

एक बार महकमा तालीम में बहुत अच्छा पद रखने वाली एक स्त्री हम सबको मिलने के लिए आई, बातों बातों में कहने लगी कि आप सुनकर हैरान रहेंगें, मेरी पालतु बिल्ली ने मेरे ऊपर हमला किया। अपना बाजू खोल उसने दिखाया कि जिसपर बिल्ली के दांतों और नाखूनों के निशान वर्तमान थे। इसकी कहानी उसने इस तरह बयान की कि उसने बहुत लाड और प्यार से बिल्ली पाली थी और उसको अपने साथ सुलाती थी, और खाने के समय अपने साथ बिठा कर

खिलाती थी। उसने एक बहुत अच्छा कुत्ता अपनी रक्षा के लिए रख लिया। जबसे उसने कुत्ते को प्यार करना आरम्भ किया, तबसे बिल्ली का बर्ताव बदलना आरम्भ हुआ। एक दिन जब वह अपने ड्राइंगरूम में गई, तब बिल्ली ने छलांग मार कर उसके बाजू को दांतों और पंजों से पकड़ लिया, उसके बाद उसने बिल्ली को औरों के हवाले करके अपने से सदा के लिए अलग कर दिया। एक पशु के भीतर ईर्ष्या भाव का कैसा भयानक प्रकाश!

एक बार मेरे पास कालिज में काम करने वाला एक मेहतर आया, मैंने अपने आफिस के बाबू को यह कहा हुआ था कि उसको एक कमीज बनवाकर दे दे। मुझे आकर वह कहने लगा कि बाबू को मेरे लिए कमीज बनवाने के लिए कहा था, उन्होंने मुझे कमीज बनवा कर नहीं दी। परन्तु एक बाहर का आदमी जो मेहतर है और मेरा अजीज है, और मेरे पास महमान है, उसको बाबू ने पांच रूपए निकाल कर दे दिए। मैंने पूछा कि तुम ने देखा, उसने तत्काल कहा कि हां जी मैंने अपनी आंखों से देखा। मैंने कहा कि तुम्हें यह पता लगा, कि बाबू जी ने क्यों पांच रूपए दिए? यह कहने लगा कि मेरे उस अजीज की आंखें खराब थी और उसको दवाई के लिए पांच रूपए दिए।

मैंने कहा कि फिर तुम्हें इसमें क्या दिक्कत मालूम देती है? वह जन तुम्हारा मित्र था। महमान था, बीमार था तो वह कहने लगा कि यह मुझ से बरदाश्त नहीं होता कि मुझे तो कुछ न मिले और उसको पांच रूपए मिलें। मैंने उसको कह कि तुम्हें कमीज मिल जाएगी, तुम्हें उससे क्या गर्ज है। कहने लगा कि उसको पांच रूपए क्यों दिए गए? हकीकत यह थी, कि यह पांच रूपए उस बीमार मेहतर के ही थे। इस को बखशीश कोई नहीं दी थी। ईर्ष्या परायण जन सब सुख और नफा अपने लिए चाहता है, और दूसरे के लिए न सुख चाहता है न नफा चाहता है।

कुछ दिन हुए एक खौफनाक घटना हुई जिसने शहर में सनसनी उत्पन्न कर दी। अचानक एक बच्चा गुम हो गया, वह बच्चा माता पिता का एक ही लड़का था, उसकी लाश तीन दिन के बाद एक कुएं से निकली, वह कुआं उस बच्चे के घर से बहुत दूर था। और बच्चा वहां पहुच ही नहीं सकता था। बच्चे के गुम होने की रिपोर्ट पुलिस में हो चुकी थी। पुलिस ने इस बच्चे के चाचे और चाची को पकड़ लिया। पब्लिक को यह यकीन हो चुका था कि इस बच्चे को उसके रिश्ते में चाची ने ही मारा था। आम अफवाह यह थी कि इस बच्चे को मार कर उस स्त्री ने उसकी लाश को अलमारी में बन्द करके रखा और चार बजे प्रात: काल उसकी लाश को लेकर वह स्त्री दूर के कुएं में फैंक आई। कहा जाता है इस स्त्री के तीन चार लड़के थे, उससे यह बरदाशत न हो सका, कि इसकी जिठानी के एक भी लड़का हो। और अपनी जिठानी के घर के एक ही चिराग को गुल करके उसके घर में अन्धेरा कर दिया, और उसमें खुशी लाभ की। ईर्ष्या का कैसा भयानक प्रकाश!

आर्टरीज यूं रखें साफ और सेहतमंद

अव्यवस्थित जीवनशैली के चलते कार्डियोवेस्क्युलर डिजीज़ (सीवीडी) तेजी से बढ़ते जा रहे हैं। कार्डियोलॉजिस्ट करहे हैं कि इन समस्याओं का सबसे बड़ा कारण आर्टरीज में रक्त प्रवाह बाधित होना है, जिससे एंजाइना (सीने में दर्द), स्ट्रोक (आर्टरीज ब्लॉक होने से मस्तिष्क को ऑक्सीजन न मिलना) और हार्ट अटैक का खतरा बढ़ जाता है।

आर्टरजी का मुख्य काम रक्त के माध्यम से ऑक्सीजन व न्यूट्रिशंस को हृदय से शरीर के विभिन्न भागों तक पहुंचाना है। इस प्रक्रिया के दौरान मानव मस्तिष्क से लेकर पैर के अंगूठे तक रक्त संचार होता है। आर्टरीज का लचीला होना बहुत जरूरी है, तभी उससे रक्त का प्रवाह बिना किसी रुकावट के होता है। स्वस्थ आर्टरीज रक्त में फैटी तत्व जैसे कोलेस्ट्रॉल, सेल्युलर वेस्ट प्रोडक्ट व कैल्शियम को इकट्ठा नहीं होने देती है।ये तत्व ही आर्टरीज की दीवार पर जमने लगते हैं, जिससे आर्टरीज संकरी हो जाती है। पीड़ित की इस स्थिति को अर्थेरोस्क्लेरोसिस भी कहते हैं। न्यूट्रिशनिस्ट कहते हैं कि खान-पान में बदलाव करके इस समस्या को नियंत्रित किया जा सकता है। आइए जानते हैं कुछ ऐसे ही खाद्य पदार्थों के बारे में, जो हृदय रोगों को रोकने में कारगर हैं।

लहसुन

भोजन में लहसुन का प्रयोग हृदय रोगों और हाई ब्लड प्रेशर की समस्या को रोकने में बहुत मददगार है। प्रीवेंशन मेडिसिन में छपे एक अध्ययन से पता चलता है कि लहसुन कोरोनरी आर्टरी में कैल्शियम के इकट्ठा होने और प्लाक के निर्माण को रोकने में सहायक होता है। वहीं एक जर्मन शोधकर्ता गुंटर सिगेल का कहना है कि लहसुन से तैयार पाउडर का सेवन करने में नैनोप्लाक (प्लाक बनने की शुरूआती अवस्था) की आशंका को 40 फीसदी तक सफलता मिल सकती है।

काले अंगूर

इसमें भरपूर फ्लेवनॉइड्स (एंटीऑक्सीडेंट्स का प्रकार) होते है।, जिससे उन्हें गहरी जामुनी रंगत मिलती है। कर्सिटिन और रेस्वेरैट्रॉल (प्लांट्स से पाया जाने वाला प्रकृतिक तत्व जो हृदय रोगों और ब्लड शुगर को कम करने के साथ ही कैंसर प्रतिरोधक का भीकाम करता है) नामक दोनों ही फ्लेवनॉइड्स एलडीएल कोलेस्ट्रोल (बुरे कोलेस्ट्रॉल) का ऑक्सीकरण होने से रोकते हैं। इससे आर्टरी की दीवारों पर प्लाक का निर्माण नहीं हो पाता है और रक्त का थक्का जमने व हार्ट अटैक का खतरा कम हो जाता है।

ग्रीन टी

इसकी एंटीऑक्सीडेंट प्रॉपर्टी रक्त वहिकाओं के लिए फायदेमंद होती है। इससे हृदय रोगों का खतरा कम किया जा सकता है। एक शोध में पाया गया है कि जो लोग रेग्युल ग्रीन टी का सेवन करते हैं, उनकी रक्त वाहिकाओं को फैलने में मदद मिलती है, जिससे रक्त संचार बाधित नहीं होता है।

अनार

इसमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट्रस से आर्टरीज मे होने वाली अकड़न से निजात मिलती है। अनार या इससे तैयार जूस का सेवन करने से रक्त वाहिकाओं के क्षतिग्रस्त होने का खतरा कम होता है और हृदय विकारों का बढ़ना भी धीमा पड़ जाता है। विशेषज्ञ कहते है। अनार शरीर में नाइट्रिक ऑक्साइड का

निर्माण करने में सहायक है, जिससे रक्त वाहिकाओं की कोशिकाओं पर अनावश्यक दबाव नहीं पड़ता है। यह केमिकल रक्त प्रवाह को सुचारू रखने में भी मदद करता है।

सेब

इसमें मौजूद सॉल्यूबल फाइबर आंत द्वारा एसिड के अवशेषण की प्रक्रिया को प्रभावित कर कोलेस्ट्रॉल की खपत बढ़ाता है, जिसे कोलेस्ट्रॉल के स्तर में कमी आती है। इससे लिवर भी कोलेस्ट्रॉल के संचरण के लिए प्रेरित होता है, जिससे बाइल का अधिक निर्माण होता है। पेक्टिन फाइबर जैम या जैली तैयार करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है, जो खट्टे फलों व नाशपति में भी मौजूद होता है। वहीं इससे मौजूद कर्सिटिन, पोटेशियम व मैग्निशियम से ब्लड प्रेशर नियंत्रित रहता है।

जैतून का तेल

कई शोध में सामने आया है कि जैतून में मौजूद मोनोसैचुरेटेड फैट से आर्टरी की दीवारों पर प्लाक का निर्माण नहीं हो पाता है। इसके सेवन से एलडीएल यानी बुरे कोलेस्ट्रॉल के स्तर में कमी आती है, जैतून के तेल का प्रयोग भोजन के अलावा सलाद के साथ भी किया जा सकता है।

बैरीज

स्ट्रॉबैरी और रसबैरी में भी भरपूर एंटीऑक्सीडेंट्स होते हैं। इसमें मौजूद एंथेसिएनिंस नामक फ्लेवनॉइड से आर्टरीज का लचीलापन बरकरार रहता है और दीवारों पर प्लाक का निर्माण नहीं हो पाता है। सभी प्रकार की बैरीज में पाया जाने वाले एंथोसिएनिंस से ही इन्हें लाल या जामुनी रंगत मिलती है। यह पानी में घुलनशील पिगमेंट है।

पालक

इसमें भरपूर ल्यूटेइन होता है, जो बढ़ती उम्र में आंखों पर पड़ने वाले दुष्प्रभावों को रोकने में सहायक है। साथ ही यह कोलेस्ट्रॉल को भी नियंत्रित करता है, जिससे हृदय रोगों की आशंका कम होती है। इसके अलावा इससे पोटेशियम और फोलिक एसिड भी मिलता है, जो उच्च रक्तचाप को नियंत्रित रखता है और हीमोग्लोबिन की कमी को दूर करने में सहायक होता है।

टमाटर

कैरोटेनॉइड लाइकोपिन टमाटर को लाल रंगत देता है। यह वास्तव में ऐसा एंटीऑक्सीडेंट है, जो अर्थेरोस्क्लेरोसिस की आशंका को 50 फीसदी तक कम करता है। कोरियन शोधकर्ताओं द्वारा किए एक शोध में सामने आया है कि लाइकोपिन से आर्टरीज का लचीलापन कायम रहता है, जिससे प्लाक का निर्माण बाधित होता है। भोजन में लाइकोपिन की अधिकता से रक्त वाहिकाओं के संकुचित होने का खतरा भी नहीं रहता है। भोजन के साथ ही सलाद में भी टमाटर का प्रयोग नियमित करना चाहिए।

अलसी

इसमें ओमेगा-3 फैटी एसिड्स की भरमार होती है, जिससे रक्त में क्लॉटिंग नहीं होती है और बुरे कोलेस्ट्रॉल का स्तर भी नियंत्रित रहता है। साउथम्पटन युनिवर्सिटी द्वारा करवाए एक शोध में सामने आया है कि ओमेगा-3 फैटी एसिड से रक्त वाहिकाओं में फैटी तत्वों का जमाव नहीं हो पाता है। वास्तव में फैटी तत्वों के इकट्ठा होने के कारण ही वाहिकाओं में होने वाला रक्त संचार बाधित होता है।

(दैनिक भास्कर)

शुभ संग्राम

पदमपुर :- 24 मार्च को मल्लेका (सिरसा) से श्रीमान बलदेव सिंह जी पदमपुर (राजस्थान) पहुंचे। रात को यहां पहली सभा हुई। इस सभा में बताया गया कि नेचर के नियम हैं, जो सब अस्तित्वों पर लागू हैं। हमारी सेहत के भी नियम हैं, जो पूरे करने की अवश्यकता है। धर्म प्राप्ति के भी नियम हैं। धर्म अभिलाषी जनों को पहला यह नियम जानने की आवश्यकता है कि नेचर का प्रत्येक अस्तित्व असर छोड़ता है। मनुष्य के भीतर से भी असर निकलते हैं, जिसका हमें पता तक नहीं लगता उदाहरणों द्वारा समझाया गया कि बुरे असरों से घिरे मनुष्य बुरे बनने के लिए मजबूर हो जाते हैं। भले और बुरे असरों को जानने की अवश्यकता है। बुरे असरों से बचना चाहिए और भले असरों में रहने का संग्राम होना चाहिए। असरों द्वारा परिवर्तन की ठोस घटनांए बताई गई कि किस प्रकार मनुष्य असरों से घिर कर उसी रूप में ढल जाता है। असरों का बोध होने पर ही मनुष्य की रक्षा सम्भव है।

25 मार्च सुबह की सभा में फिर धर्म प्राप्ति के नियमों को बताया गया। पहला नियम असरों का बोध होना अवश्यक है। अच्छे असरों में मनुष्य का ध्यान अपनी ओर जाता है। अपनी कोई कमी, अपना कोई दोष, कोई मिथ्या, कोई नीचता दिखाई देती है। उससे निकलने की प्रेरणा मिलती है। जहां हमारा ध्यान अपनी ओर नहीं जाता, अपना कोई दोष और अपराध नज़र नहीं आता, वहां उच्च संगत नहीं। गुरू महाराज ने फरमाया है कि दुर्जन वास से निर्जन वास अच्छा। आत्मा की खुराक उच्च असरों में है। और पर सेवा में है। आत्मा का थोड़ा सा बोध होने पर अच्छी संगत अच्छी लगने लगती है। अच्छी संगत की भूख जागती है। यदि अच्छी संगत न मिले तो दुख होगा।

उच्च संगत में आकर अबोधी, बेहोश आत्माओं में परिवर्तन आ जाता है। इसके उदाहरण पेश किए गए। अच्छा वातावरण पैदा हो गया। एक जन गज सिंह वाला से आकर शामिल हुए। बाद में एक नौजवान ने बताया कि सभा से बहुत लाभ हुआ है। यहां से भाग जाने को और हमेशा उच्च संगत में रहने की प्रेरणाएं पैदा हुई हैं।

रात को फिर एक सभा की गई। धर्मो में ईष्ट का नाम जपाया जाता है। कीर्तन करने वा जगराते करने की महिमा बताई जाती है। भेंटे गाई जाती हैं। मनुष्य को उसकी नीचता के बारे में नहीं बताया जाता। जब कि प्रत्येक मनुष्य दुखी वा परेशान है। गुरू महाराज ने नया ज्ञान वा रोशनी दी है। उनकी रोशनी में दिखाई देता है कि हर मनुष्य नीच सुख अनुरागी है। सुखों की दासता के कारण वह सुखों का गुलाम है, उसे अपने सुख अनुराग नज़र नहीं आते। गुरू महाराज सुखों के भयानक रूप को दिखाते हैं, उनसे हानि और जो नीच गतियां होती हैं, उन्हें दिखाते हैं। उनकी शक्ति नीच सुखों की दासता से निकालने की क्षमता रखती है। ठोस उदाहरणें पेश की गई। कुछ लोगों ने अच्छा लाभ उठाया।

26 मार्च की सुबह :- इस सभा में मनुष्य के रूप के विषय में बताया गया कि मनुष्य अन्धेरे का जीव है, उसे नहीं पता कि आत्मा क्या है, आत्मा का भला कहां है, उसकी हानि कहां है।

उसका बनना क्या है उसका बिगड़ना क्या है, इसका कोई बोध नहीं। विनाश और विकास का अन्तर नहीं पता। सब लाभों से बढ़कर धर्म का लाभ है इस सचाई के प्रति अन्धेरा है। यदि हम इसे अच्छी प्रकार समझ जाएं और यह ईकाई हमारे हृदय पर अंकित हो जाए, तो हमारा बेहद भला हो जाता है। इस सचाई को जाप करते रहना चाहिए, ताकि वह हमारे हृदय में रोशन रहे।

आत्मा को जिन्दा रखना है तो मनुष्य अपने से महान व्यक्तियों की सुन्दरता देखते रहें, उनके आगे सिर झुकाता रहें, तो उनसे उच्च प्रेरणाएं मिल सकती हैं, आत्मा अन्धा, कठोर होने से बच सकता है। उच्च प्रभाव पाने के भी योग्य रहता है।

रात को फिर एक सभा की गई। सभा में नीच अनुरागों के विषय में बताया गया। उनका भयानक रूप पेश किया गया। फिर पू० देवशास्त्र में से धन अनुराग के विषय में पढ़कर सुनाया गया। धन नौकर है, हमारा स्वामी नहीं। धन जीवन का लक्ष्य नहीं। अरबों आदमी धन कमाने को लक्ष्य बनाकर जीवन बर्बाद करते हैं। धन अनुराग मनुष्य का आत्मिक रोग है, उसकी भयानक तस्वीर पेश की गई। यह सेहत, खुराक, शिक्षा, ईलाज पर भी कई बार उचित खर्च नहीं करने देता। धन अनुराग परोपकार नहीं करने देता। इसका बन्धन परलोक जाने में भी विघ्नकारी है। यह सभा काफी प्रभावशाली रही। कई जनों ने अच्छी प्रेरणाएं ली।

27 मार्च ईतवार को सुबह सभा की गई। इसमें बताया गया कि मनुष्य के लिए उच्च भावदायक और उच्च ेर ाा दायक सत्संग की अवश्यकता है। इसमें बैठकर ही मनुष्य का ध्यान अपनी ओर जा सकता है। अपनी कमियां अपने दोष दिखाई देते हैं और उनसे निकलने का ख़्याल पैदा होता है। वही जन अधिकारी आत्मा है, जिसे अपनी नीचता दिखाई देती है। सत्संग ही महान व्यक्तिों की महानता की ओर ध्यान फेरता है। उनके आगे झुकाता है। जब हम किसी को अपने से महान देखते हैं, तो अपना आप हीन अनुभव होता है, उन गुणों को ग्रहण करने की प्रेरणा मिलती है। अपनी कमी देखकर उसको दूर करना और महान व्यक्ति की महानता देखकर उसके आगे झुकना ही धर्म का अंग है।

रात की सभा में बताया गया कि यह प्रश्न उठना चाहिए कि ज्यों ज्यों धर्म बढ़ रहे हैं, पाप क्यों बढ़ रहे हैं। धर्मों के भीतर यह योग्यता ही नहीं कि वह मनुष्यों के पाप और नीचता को मिटा सकें। देव समाज के संस्थायक के भीतर वह ज्योति प्रगट हुई है, जो मनुष्य को उसके पाप वा नीचताओं को दिखाती है। उनकी शक्ति उससे निकालती है। सभापति जी ने अपने जीवन की नीचता का ब्यान किया, गुरू ने किस प्रकार नीच जीवन बहुत कुछ मिटाया है और भले कामों में लगाया है। गुरू के इस महान कारज को ठोस उदाहरणों द्वारा पेश किया। बहुत प्रभावदायक मण्डल बना, जिसका कई हाज़िर जन ब्यान कर रहे थे।

28 मार्च सुबह की सभा में 5 - 6 नये जन आकर भी शामिल हुए। कुछ जन गजपुर सिंह से भी आए। इस सभा में बताया गया कि यदि हमें दूसरों से पाई सेवाएं नज़र नहीं आती, तो धर्म नहीं है जिन्होंने हम पर मेहरबानियों की बारिश की है वह हमें याद तक नहीं रहते तो धर्मवान कहलवाना

धोखा है और हम आत्मिक आंखों के विचार से अन्धे हैं। यदि हम उनके लिए कुछ नहीं करते, जिनसे रात दिन सेवाएं पाते हैं, तो हम धर्म से खाली हैं, वहशी हैं, भेड़िया हैं। सभापति जी ने अपने उपकारियों के उपकारों को बहुत उत्साह से बताया। उच्च आत्माओं और परम पू० भगवान देवात्मा के रूहानी उपकारों का गद्‌गद् हृदय से ब्यान किया। बड़ा ही उच्च और प्रभावदायक मण्डल बन रहा था। हाजरीन गुरू के चरणों में झुक रहे थे।

रात की सभा में भी 36 - 37 जन शामिल हुए। इस सभा में बताया गया कि मनुष्य की सबसे बड़ी समस्या यह है कि मनुष्य नीचता से भरा हुआ है, परन्तु उसे अपनी नीचता दिखाई नहीं देती। न ही वह उससे निकल सकता है। उसमें यह योग्यता ही नहीं है। उसे कोई पूजा, कोई पाठ, कोई धर्म, कोई मन्दिर, उसकी नीचता नहीं दिखा सकता और उससे नहीं निकाल सकता। मनुष्य के इस अभाव को परम पू० भगवन देवात्मा की ज्योति और शक्ति ने पूरा किया है। देवात्मा की ज्योति के अन्दर किस प्रकार मनुष्यों ने अपनी नीचता को देखा है और उनका बल पाकर उससे मुक्ति पाई है यह वर्णन किया गया। हाजरीन ने पू० भगवान की महिमा को अनुभव किया। अच्छा वातावरण बना।

29 मार्च सुबह की सभा इस दौरे की आख़री सभा थी। इस सभा में बताया गया कि अपने से निकल कर कुछ काम न आए बिना कोई धर्म नहीं आता। स्वार्थी जन धर्म वहीन होता है। उसका आत्मा भूखा मरता है। परोपकार और उच्च प्रभाव आत्मा की खुराक हैं। इसके बिना आत्मा को बल नहीं मिलता, उसका विकास नहीं होता। परसेवा वा परोपकार के कई दृष्टांत पेश किए गए। प्रतिदिन दूसरों के प्रति सेवा की गतियां अपनी सच्ची खुराक समझकर करते रहना चाहिए। पू० भगवान निकम्मे पन, और सेवा न करने वालों से बहुत आघात पाते थे। सभा केवल सुनने की चीज नहीं कुछ करने की चीज़ है। पशुओं को चारा पाना, पक्षियों का दाना, पानी डालना, रोगियां की सहायता करना, गरीबों की मदद करना, पापियों के पाप छुड़वाना, मिथ्या विश्वासियों के मिथ्या विश्वास छुड़ाना, सब पर सेवा के काम है। एक जन ने अपने माता पिता को, एक ने अपने दादा जी को प्रणाम किया। 2350 रु० दान में प्राप्त हुए। चार बार जय ध्वनि से सभा समाप्त हुई।

(एक हाजरीन)

श्रीमान बलदेव सिंह जी, एम. ए, (लाईफ़ वर्कर) मंत्री - देव - धर्म - मिशन, प्रिंटर, पब्लिशर और मालिक "धर्म जीवन" ने ***Surya Laser Den, Chandigarh*** *से छपवाकर म. नं. 3154, सैक्टर 21 - डी, चण्डीगढ़ से प्रकाशित किया।*

Book Posts