धर्म जीवन

वार्षिक चन्दा रु. 50/-

मई - जून - 2013

* मोक्ष और विकाश विषयक साधनों की आवश्यकता
* अज्ञात अन्धेरे
* सुख अनुराग की लीला
* ब्रेन के लिए भी करें वर्क आऊट
* बहन हो तो ऐसी
* भगवान देवात्मा का प्रकट किया हुआ सत्य धर्म
* बुद्ध ने समझाया शांति का महत्व
* माफी मांगकर दूसरों के जीवन को खूबसूरत बनाएं
* बच्चे के संपूर्ण विकास में सबसे अहम है परिवार की भूमिका
* कैसे लाएं बच्चों को सही रास्ते पर
* श्राद्ध सभा
* शुभ संग्राम

मोक्ष और विकाश विषयक साधनों की आवश्यकता

तुम यह विश्वास रखों कि जब तक किसी नीचता के लिए तुम्हारे भीतर प्यार वर्तमान रहेगा, तब तक तुम्हारी वह नीचता बराबर जारी रहेगी और बढ़ती जाएगी। ज़िंदगी का सारा दारोमदार इस बात पर है कि किस बात के लिए तुम्हारे भीतर घृणा है और किस बात के लिए आकर्षण है। यदि बुराई के लिए नफरत और भलाई के लिए आकर्षण न हो, तो सच्चा धर्म साधन नहीं चल सकता, ज़िंदगी तबाही से नहीं बच सकती और उच्च रूप में नहीं ढल सकती। ऐसे जन को यदि कोई धर्म का साधन बताए भी, तो वह उसकी क़दर नहीं करेगा बल्कि उसे परे फेंक देंगा। तुम सोचो कि कुछ जनों के धर्म साधन कुछ दिन चलते हैं और फिर नहीं चलते, उसकी तह में क्या बात है? यह कि जिसके हृदय में मेरे प्रति कुछ भी घृणा की लहर पैदा होती हो, वह मेरे सम्बन्ध में सच्चा धर्म साधन आरम्भ ही नहीं कर सकता या लगातार चला नहीं सकता। नीच घृणा से भरकर कोई जन कहां कहां निन्दा कर जाता है, उसका भी उसे उस पाग़लपन की हालत में कुछ पता नहीं लग सकता। परन्तु ऐसी गतियां करके वह मेरे साथ योग करने के हरगिज़ योग्य नहीं रहता। श्रद्धा भाव की बुनियाद पर भी तुम कोई धर्म साधन करना चाहो, तो वह तब ही चल सकता है, जब तक सच्ची श्रद्धा स्थिर रहे। जब श्रद्धा की आंख फूट जाएगी तब तुम्हें दिखाई देना बन्द हो जाएगा। तुम्हारे सच्चे मोक्ष और विकाश के लिए यह आवश्यक है कि तुम मुझे कहीं अंगुली रखने दो, मुझे कहीं सचमुच अपने हृदय में स्थान दो। यदि ऐसा न हो सके, तो फिर मैं चाह कर भी तुम्हारे लिए क्या कर सकता हूं? जो मुझे घृणा करता हो, मेरे देव प्रभाव उस तक किसी प्रकार से भी नहीं पहुंच सकते। इसलिए आवश्यकता है कि तुम कभी घृणाकारी न बनो। तुम अपने भीतर के श्रद्धाभाव को कोई हानि न पहुंचने दो और श्रद्धासूत्र के द्वारा मेरे देव प्रभावों को पाते रहकर इस हालत में आओ कि किसी प्रकार तुम्हारे भीतर मोक्ष और विकाश की सच्ची आकांक्षा पैदा हो सके। यह संग्राम होने पर ही सचमुच जीवन का ठीक सिलसिला चल सकेगा। तब ही तुम्हारा धर्म साधन सच्चा साधन होगा। जब तक ऐसी आकांक्षा नहीं जागती, तब तक धर्म का सच्चा साधन नहीं हो सकता, नाम का साधन हो सकता है। रसमी साधन हो सकता है परन्तु सच्चा धर्म का साधन नहीं हो सकता। रसमी साधन का कोई फायदा नहीं है। इसलिए आवश्यकता है कि किसी प्रकार तुम मोक्ष और विकाश के सच्चे आकांक्षी बन सको, तभी तुम्हारे संबंध में मेरा संग्राम सच्चे अर्थों में सफल हो सकेगा, वरना नहीं। यदि तुम मेरे साथ ठीक संबंध स्थापन कर सको, तुम्हें जो बुराई अब दिखाई नहीं देती, वह फिर दिखाई देने लगेगी और जो भलाई अब दिखाई नहीं देती, वह देखने लगोगे और मेरे बल को पा कर बुराई से निकलने और भलाई लाभ करने के योग्य बनोगे। अब यदि इस प्रकार तुम्हारी अपनी सच्ची भलाई का ही सिलसिला न चल सके, तो तुम औरों का क्या ख़ाक भला कर सकोगे? इसलिए पहले खुद सच्चे अर्थों में अपनी सत्य मोक्ष और अपने सच्चे विकाश के आकांक्षी बनो। फिर जहां तक तुम खुद मोक्ष लाभ करोगे, और सच्चा विकाश पाओगे, उतने दर्जे औरों के लिए भी सच्चे अर्थों में सेवाकारी हो सकोगे। काश! कि ऐसे सच्चे धर्माभिलाषी जन पैदा हों!

धर्म जीवन

खण्ड 26 अंक 5 – 6

मई – जून – 2013

वार्षिक मूल्य 50 रुपये

सम्पादक
डा. विनोद खेड़ा

सह सम्पादिका
सुरजीत बराड़

अज्ञात अन्धेरे

जिस दिन सर्दी के मौसम में गहरी धुंध पड़ती है उस दिन सुबह तक कुछ दिखाई नहीं देता। काफी दिन चढ़ आने पर भी अंधेरा छाया रहता है। यहां तक कि रेलगाड़ी के ईंजन की जोरदार रोशनी रेल मार्ग को, बसों ट्रकों आदि की लाईटस सड़कों को रोशन करने में असमर्थ दिखाई देती है। गहरी धुन्ध का अंधेरा, रात के घोर अंधकार से भी बढ़ जाता है। रेल वाले उस दिन सिगनिल का काम पटरी पर पटाखे रखकर करते हैं। सिगनेल भी दिखाई नहीं देते। पटाखे फूटने से रेल ड्राईवर को पता लग जाता है कि सिगनल हुआ है और वह रेल को आगे ले जाता है।

रात के गहन अन्धेरे को सब देखते हैं, परन्तु कुछ ऐसे अंधेरे हैं कि जो दिन दिहाड़े, सूर्य चमकते, आंखें रखकर विद्या और बुद्धि रखकर दिखाई नहीं देते, उनका मनुष्य को पता भी नहीं लगता, अधिकतर जन इससे अन्जान रहकर ही जीवन गुजार देते है। आओ, हम इन अंधेरों को कुछ समझने का यत्न करें। हमारे हृदयों में अंधेरा भरा हुआ है। हमें वह अंधकार बिल्कुल दिखाई नहीं देता। इस हृदय के अंधकार में हमें बड़े बड़े गुणवान, महापुरूषों के सुंदर जीवन दिखाई नहीं देते, यहां तक कि अपना परिवार भी अकसर अपने ही महान व्यक्ति की महानता को पहचान नहीं सकता। ऋषि जी शिव दयाल सिंह जी के अति महान जीवन को गुरू महाराज ने तो देख लिया, पर उनके पारिवारिक जनों ने या रूड़की कालिज के जनों ने कुछ नहीं देखा। ऋषि जी के सारे परिवार में से एक बजुरग थे जो उन्हें देखते थे, केवल वही कहते थे कि हमारे घर में तो वली पैदा हुआ है, परन्तु यह कहने पर भी दूसरे जनों को उनकी कोई महानता नज़र नहीं आती थी। नानक जी को अकेले भाई लहिणा जी ने पहचाना, बाकी सब छोड़कर भाग गए थे।

हमें अपने माता पिता, बहन भाई, पति पत्नि के गुण नज़र नहीं आते, यदि कभी गुणों का बख़ान करते हैं तो वह भी अपने को बड़ा बनाने के लिए उनको महान देखने के लिए नहीं, यही अंधकार है जो हमारे हृदयों में पसरा पड़ा है।

गुरू महाराज ने सारे मनुष्यमात्र की ओर संकेत करके फरमाया था कि "मैं अज्ञात हूं, मैं अनादृत हूं, मैं सन्तप्त हूं, मैं परित्यक्त हूं" मनुष्यात्माओं का हृदय का अधंकार देवात्मा को देखने ही नहीं दे सकता। साधारणत: जब महान पुरुष इस संसार में नहीं रहते तो मानवता उन्हें कुछ पहचानती है। जान आफ आर्क को पहले जिन्दा जला दिया, फिर उसे एक देवी समझकर 200 वर्ष बाद सेंट का विशेषण देकर सम्मानित किया। लिंकन को गोली मार दी, सुकरात को विष देकर मारा, अब सारा संसार उनकी पूजा करता है। यह सब मानव

हृदय के अंधकार के लक्षण हैं। इस अंधकार में मनुष्य झूठमूठ अपने को महान देखता रहता है, दूसरों की महानता सारी उम्र उसकी आंखों से ओझल रहती है।

हृदय में इस अंधकार के कारण हमें अपने ऊपर हुए उपकार नज़र नहीं आते। हम पर जान न्यौछावर करने वाले हमें बिल्कुल ही भूले रहते हैं। उपकारियों के उपकारी रूप की सुंदरता देखने में असमर्थ होते जाते हैं। यह अंधकार कृतघ्न वा नाशुकरा बनने में कोई रोक लगने नहीं देता। हमें अपना स्वार्थ प्यारा है, अपना स्वार्थ पूरा होने के बाद उपकारियों का कोई मतलब हमारी जिन्दगी में नहीं रहता। यदि इस अंधकार से हमारे हृदय भरे हुए न होते तो हमारे हाथों माताओं का तिरस्कार न होता। पिताओं का निरादर न होता, वह रुलते, रोते दिखाई न देते। कोई अध्यापिका, कोई डाक्टर और अन्य उपकार करने वाले निराशा वा हृदय की तड़पन में जीवन व्यतीत न करते। पत्नियों पर जुल्म न होते। पति पत्नियों का त्याग वा बिछड़ना न होता। अंधेरा न होता तो उच्च स्थान रखने के अधिकारियों को पैरों में रुलाया न जाता, उन्हें उचित सम्मान मिलता, इस विश्व के यह दर्दनाक नज़ारे हमारे भीतर के अंधेरे के कारण हैं।

उच्च भावों के अभाव में हृदयों में अंधेरा बढ़ता है। साधारणत: मनुष्य को दूसरों के अभाव दिखाई नहीं देते। अपनी ही पीड़ा को मनुष्य अनुभव करता है। इसीलिए यह कहावत है कि जिसको जूता काटता है, वह पहनने वाला ही उस पीड़ा को अनुभव कर सकता है। सड़कों पर हुई दुर्घटनाओं को देखकर मनुष्य गुज़रते रहते हैं या खड़े होकर तमाशा देखते हैं। एक शहर में एक नौजवान लड़का मेरे सामने पानी में छलांग लगा गया, मैंने पीछे छलांग लगाई, वह पानी में मिल नहीं रहा था। पटरी पर जाते हुए लोगों को मैंने बहुत पुकारा कि उस नौजवान लड़के को बचाने में मेरी सहायता करो परन्तु मेरी पुकार किसी ने नहीं सुनी मनुष्य अत्यंत स्वार्थी जीव है। जैसे कौए को पता नहीं लगता कि पशु के छोटे से घाव में अपनी चोंच मार मारकर उसको कितना दुख पहुंचा रहा है, अपने सुख के लिए दूसरों को दुख देना खटकता नहीं। चोर डाकू दूसरों को मारकार लूट लेते हैं। यहां तक कि कान, नाक नोच लेते हैं, दूसरों के बच्चे को उठाकर पैसा वसूल करते हैं, परन्तु उन्हें कुछ दिखाई नहीं देता। पराए जनों के लिए ही नहीं मनुष्य अपने सगे सम्बन्धियों को बिना उनके कसूर के अपनी नाना हवसों का शिकार बनाते हैं उनकी सुख, शान्ति मान, इज्जत का अपहरण करके अपने को विजेता समझते हैं। अपनी स्वार्थ सिद्धि के लिए किसी के पद छीनने के लिए भिन्न-भिन्न प्रकार के झूठ, और षडयन्त्रों का सहारा लेते हैं। पराया दुख उनके अंधकार मय कठोर हृदयों को पिघलाता नहीं। ऐसे जन मनुष्य के रूप में हैवान बन जाते हैं।

दूसरों की पीड़ा से बेपरवाह मनुष्य को दूसरों के हक वा अधिकार भी दिखाई नहीं देते। विशेषकर जो बाहुबल में कमजोर हों, गरीब हों, छोटे हों, उनकी तो बिल्कुल ही परवाह नहीं होती। उनकी सच्ची और ठोस पुकार भी नजायज़ दिखती है।

मनुष्य को अपने हार्दिक अंधेरे में अपने दोष कमियां दिखाई नहीं देतीं। वही कमियां दूसरों में देखकर एक एक जन आलोचना करता दिखाई देता है, परन्तु अपनी ओर ध्यान नहीं जाता। बड़े बड़े पदधारी होकर, डाक्टर वा इंजीनियर होकर, वैज्ञानिक होकर भी अपनी कमियों की ओर ध्यान नहीं जाता। उसका "मैं" का प्यार, उसे शक तक नहीं होने देता कि वह किन किन दोषों के कारण कहां पहुंच गया। अपने आपको निर्दोष सुन्दर और दूसरों को अपनी कल्पना में ही अबोधी, बेअकल बनाते बनाते अपना

वास्तविक रूप देखने के बिल्कुल अयोग्य होता जाता है। अपनी 'मैं' का प्यार उसको यह सोचने के योग्य ही नहीं रहने देता कि मेरे में भी कोई कमी हो सकती है।

अपने हार्दिक अंधेरे में मनुष्य को अपनी जीवनी शक्ति, अपनी लाईफ फोर्स (आत्मा) जिससे ही उसका अस्तित्व है, बिल्कुल दिखाई नहीं देती। इसीलिए मनुष्य अपने शरीर और शारीरिक सुखों के लिए जिंदा रहता है। इसी अंधकार में सांसारिक पदार्थों, सांसारिक सुखों, सम्बंधियों, मान सम्मान, पद प्रभुत्व को पाना ही अपना लक्ष्य समझता है। अपने भावों का कुछ भी ज्ञान उसे नहीं रहता। उसे वह सुध कहां कि कौन से भाव उसके लिए घातक हैं, कौन से उच्च भाव उसके विकासक हैं, नीच भाव घट रहे हैं या बढ़ रहे हैं, उच्च भाव घट रहे हैं या बढ़ रहे हैं। अंधाधुंध अपने नीच सुखों की तृप्ति में वा उनका पक्षपाती होकर उनके विरूद्ध सुनने की असमर्थता में अपना कीमती जीवन नष्ट करता रहता है।

मनुष्य का कोई धर्म, कोई पूजा पाठ, कोई नमाज़ रोजे और अन्य धर्म के कर्म काण्ड उसका यह अंधेरा दूर करने में पूर्णत: असमर्थ हैं। यही कारण है कि धर्मों के दिन पर दिन बढ़ते जाने से मनुष्य का अंधकार न केवल कुछ छंटा नहीं बल्कि उसकी गिरिफ्त कसती चली जा रही है।

उपरोक्त अंधकारों से निकलकर ही मनुष्य अपना विकास कर सकता है। ऐसे अंधकार से मानवता को निकालने के लिए ही नेचर ने अपने विकास क्रम में देवात्मा को प्रगट किया है। उनकी अद्वितीय रोशनी में ही मनुष्य की अपनी योग्यता के अनुसार आंखें खुलती हैं। यह मनुष्य को देवात्मा की पैदा की उच्च संगत से मिल सकती है। जो जन इस उच्च अधिकार को पाते हैं, उनके हृदय उनकी योग्यतानुसार रोशन हो जाते हैं।

इस रोशनी में ही एक एक नौजवान ने अपने अवगुण देखे हैं, अपने पिता के प्रति अपने अपराधों को देखा, उनके चरणों को प्रतिदिन धोने का संकल्प किया। गाली गलौच करने वाले, अपने पिता को अपमानित करके खुश होने वाले बच्चे का जब अंधकार छटता है तो धरती पर स्वर्ग उतर आता है ऐसा बाप भी उस रोशनी दाता के आगे झुकने को मजबूर हो जाता है।

एक एक जन ने हकीम की कृपा से अपनी पत्नि को राजी तो कर लिया, परन्तु उसका उपकारी रूप कभी दिखाई नहीं दिया, परन्तु देवात्मा की रोशनी ने उस हकीम के लिए कृतज्ञता पैदा की, अपना कृतघ्न रूप दिखाई दिया और ऐसे उपकारी के लिए भेंट देने की प्रेरणाएं हासिल की।

एक एक जन का अंधेरा छटा और इस विचित्र रोशनी में यह पुकार उठा कि यदि यह ज्योति न मिलती, मेरा घिनौना रूप मुझे दिखाई न देता तो मैं या तो अपने बेटे को मार देता या वह मुझे मार देता। इस दरी पर बैठकर मेरा शोक मनाया जाता।

देवात्मा की रोशनी सब प्रकार के आत्मिक अंधेरे दूर करके एक नई दुनिया में प्रवेश करवाती है। दूसरों के हक और अधिकारों को दिखाती है। दूसरों के दुख और पीड़ा को दिखाती है। अपने दोष और कमियों को दिखाती है। हमारा सचाई और भलाई की दुनिया में प्रवेश करवाती है। यह ज्योति हमारी Life Force को मुख्य और अन्य सुखों को गौण दिखाती है। शारीरिक दुनिया में मनुष्य X-Ray का मुहताज है, उसी प्रकार आन्तरिक अंधेरा दूर करने के लिए मनुष्य देवात्मा की ज्योति का मुहताज है। कितने सौभाग्यवान हैं वह जन जो इस ज्योति को लाभ करने का संग्राम करते हैं और लाभ करते हैं।

बलदेव सिंह

सुख अनुराग की लीला

परम पू० भगवान देवात्मा ने यह सत्य मनुष्य मात्र पर ज़ाहिर किया है क मनुष्य सुख अनुरागी है, ओर जहां से उसे सुख मिलता है, उसका पक्षपाती बन जाता है या यह कहें कि पक्षपाती बनना उसके लिए अवश्यम्भावी हो जाता है। वह सुख चाहे दुनियावी सुख हो, चाहे मान प्रशंसा, बड़ाई का सुख हो, चाहे अपने पक्षधारी द्वारा अपने पक्ष को सही बताने का सुख या किसी भी अपने शारीरिक, मान्सिक अर्थात अपने विचार के समर्थन का सुख हो।

मनुष्य प्रकृति बड़ी गुंझलदार है, इसको मनुष्य के लिए समझना महा कठिन ही नही असम्भव है। फिर जब हम किसी मनुष्य के साथ पक्षपात से जुड़ जाते हैं, तो उसको समझना और भी कठिन है।

हमारी यह सुख अनुरागी प्रकृति क्या अपने प्रति और क्या दूसरों के प्रति हमें भ्रम में रखती है। जैसे एक एक बच्चा अपने माता पिता को सबसे प्रिय समझता है, क्योंकि वह हर सुख, जिसकी उसको इच्छा होती है, उसे देते हैं, वह अपने माता पिता को प्यार करता है, दूसरों के पास भी उनकी बढ़चढ़ कर प्रशंसा करता है, परन्तु वही माता पिता जब उसके किसी सुख पूरा करने में असमर्थता दिखाते हैं या वह सुख हानिकारक समझकर उसे देना नहीं चाहते, तो बच्चे की नजरें बदल जाती है, वह अपने उन्हीं माता पिता को घृणा करने लगता है, उन्हें स्वंय बुरा सोचने लगता है, उनकी निन्दा भी करने लगता है, कई बार माता पिता के विरोधियों के साथ मिल जाता है, विरोधी उसका लाभ उठाते हैं। वही बच्चा जो माता पिता को प्यार करता था उनके बिना पल पर भी रह नहीं सकता था, उस समय उसमें कृतज्ञता का भाव नहीं था, केवल सुख का भाव था (जैसा कि हम सब में है) सुख पूरा न होने पर अपना रूप बदल लेता है।

इसी प्रकार देव समाज की संस्कृति में हमें श्रद्धा, कृतज्ञता की मोटी परिभाषाएं समझ में आ जाती हैं। हम किसी के गुणों या उपकारों का बाख़ान करके इस भ्रम में पड़ जाते हैं। कि हम श्रद्धा वा कृतज्ञता का प्रकाश कर रहे हैं, परन्तु 99% वह हमारे नीच सुखों से प्रेरित और हमारे पक्ष पर अधारित साधन होते हैं। यदि हम श्रद्धा का साधन करते हैं तो हम केवल उनके गुणों का बाख़ान करेंगे, जिनका हमारे हृदय में पक्ष है, या उस ब्यान से उन जनों को खुश करेंगे, जिनसे अपना स्वार्थ है। उनकी कुर्बानी का बढ़चढ़ कर बाख़ान करेंगे ताकि उनकी नज़र में अपना स्थान बना सकें। परन्तु उससे भी अधिक कुर्बानी वा त्याग करने वालों को किसी खातिर में नहीं लाते। देवात्मा के मिशन में काम करने वालों के प्रति भी हमारा यही नज़रिया है। आज के युग में देव समाज में जो कोई थोड़ा सा भी काम करता है, उसकी प्रशंसा के पुल बांध दिए जाते हैं और उन्हें बड़ी से बड़ी पदवी का अधिकारी घोषित करके समझा जाता है कि हमारे भीतर देव समाज में काम करने वालों की हृदय की गहराई से कदर है, जबकि जिन्होंने इस काम में अपनी जवानी लगा दी, देव समाज के हृदय परिवर्तन के काम में बहुत बड़ा योगदान दिया, देव समाज की संस्थाओं को बनाने और बढ़ाने में योगदान दिया, देव समाज की करोड़ों की सम्पति बनाई और बढ़ती उमर में भी अपनी योग्यता और परिपक्व अनुभव से इस मिशन में मेहनत कर रहे हैं, उनको किसी ख़ातिर में नहीं लाते, तो गुरू महाराज के प्रति श्रद्धा का हमारा व्यवहार नहीं, बल्कि अपने पक्षधरों के प्रति पक्षपात पूर्ण खैया है, यह सचाई कड़वी है, परन्तु सत्य सदा कड़वा होता है।

यही हाल हमारी कृतज्ञता का है। कई जनों के व्यवहारों से ऐसा लगता है कि वह अपने बड़े से बड़े

उपकारी को लताड़ सकते हैं और उन्हे अपमानित करके शायद वह अपनी जीत अनुभव करते हैं, परन्तु किसी सभा में कुछ उपकारियों के उपकारों का ब्यान करके, जिनसे वर्तमान में उनके किसी सुख की पूर्ति होती है, वह भ्रम में पड़ जाते हैं कि उनके साधन कृतज्ञता के साधन है देवात्मा की शिक्षा के अनुसार सबसे बड़े उपकारी हमारे अध्यात्मिक उपकारी हैं। जो उन्हें भूल जाते हैं, या उनके उपकारों को न केवल अनुभव नहीं करते बल्कि उन्हें अपमानित कर सकते हैं, उसके बाद भी कोई दुख वा पश्चाताप महसूस नहीं करते, कि उनके दुर्व्वहार का किसी उपकारी के हृदय पर कितना अघात लगा है, तो वह इस भ्रम में जीऐं कि वह कृतज्ञता का भाव पैदा कर रहे हैं, यह अध्यात्मिक नियमों के विरूद्ध है।

यह सत्य सब भावों के लिए लागू होता है। हर सुख अनुरागी मनुष्य ऐसा ही कर सकता है। हम मनुष्यों के ही नहीं, हम उस पदार्थ वा जीव के भी पक्षपाती बन जाते हैं, जिनसे हमें किसी प्रकार का सुख मिलता है। मनुष्य होना और पक्षपाती होना एक ही बात है। हम तो अपनी विचारधारों के ही इतने पक्षपाती हो जाते हैं कि उस विचारधारा पर विचार करने या उस पर निष्पक्ष किसी से कोई राए लेने में असमर्थ्य हो जाते हैं। यदि कोई यह कहे कि निष्पक्ष मत रखने वाले कुछ जन बैठकर विचार करें और कोई ठीक निष्कर्ष निकालें तो हम इसके लिए भी तैय्यार नहीं होते। मनुष्य का यह दुर्भाग्य केवल उसे ही नहीं, जिस जिससे वह सम्बन्धित होता है, उसे भी ले डूबता है।

सुख अनुरागों की अजब लीला है, परन्तु उसे हम दूसरों के जीवनों में तो देखते हैं, परन्तु अपनी ओर ध्यान नहीं जाता। अवश्यकता है कि हम अपनी अपनी अवस्था पर विचार करें और अपनी अपनी योग्यत्तानुसार उस से उभरें।

(सुरजीत बराड़)

ब्रेन के लिए भी करें वर्क आऊट

जरूरी नहीं है कि बढ़ती उम्र में ही यादाश्त पर बुरा असर पड़े। अनियामित जीवनशैली और दिमाग का कम इस्तेमाल करने से भी इसकी कार्यक्षमता में कमी आती है।

ब्रेन एकसरसाइज से मतलब ऐसी एक्टिविटीज में शमिल होने से है, जिनमें दिमाग का इस्तेमाल किया जाना जरूरी है। इससे न्यूरिकल डेवलपमेंट मे मदद मिलती है। और मैमोरी भी शार्प होती है।

* **गेम्स खेलें**: ऐसे गेम्स में शामिल होना चाहिए, जिनमें दिमाग पर जोर डालना पड़े। शतरंज और ताश के पत्ते खेलना इसका अच्छा उदाहरण है। इससे दिमाग की एक्सरसाइज होती है। यह तरीका नए न्यूरॉन्स विकसित करने में मदद करता है, जो याददाश्त दुरूस्त रखने में महत्वपूर्ण भमिका निभाते हैं।

* **दोनों हाथों का करें इस्तेमाल** : मस्तिष्क के दाएं और बाएं हिस्सों के बीच न्यूरल करेक्शन बढ़ाने के लिए दोनों हाथों का इस्तेमाल करना चाहिए। राइट हैंडर लेफ्ट हैंड और लेफ्ट हैंडर राइट हैंड का इस्तेमाल करें। जैसे कभी - कभार माउस ऑपरेट या ब्रश करने के लिए दूसरे हाथ का इस्तेमाल करें। एक शोध के अनुसार इससे मस्तिष्क के दोनों तरफ जितने नर्व फाइबर्स कनेकट होते हैं, उसमें दस फीसदी की वृद्धि हो जाएगी।

शेष पेज 11 पर

बहन हो तो ऐसी

भाई बहन का रिश्ता बहुत अन्मोल होता है। कहते हैं न कि इस रिश्ते में दूध की धारा की सांझ होती है। बचपन में बहन भाई इकट्ठे खाते, पीते, खेलते, हंसते- गाते और सोते हैं। एक के इधर उधर हो जाने पर व्याकुल हो जाते हैं। लड़ते, झगड़ते भी हैं परन्तु कुछ पल के लिए, फिर वही प्यार उमड़ पड़ता है। ज्यों ज्यों बड़े होते हैं, अपने अपने सुख हावी होने लगते हैं। स्वार्थ जितना किसी में अधिक हो, उतना ही रिश्ते में कड़वाहट आ जाती है। एक बहन भाई कोई उन्नति करता है, उसका बच्चा उन्नति करता है, तो खुश होने के स्थान में अकसर ईर्षा जाग उठती है। शादी के बाद बीवी कैसी है, बहुत कुछ रिश्ते इस पर निर्भर करते हैं। आजकल परिवार छोटे हैं, अकसर परिवार में एक बहन, एक भाई होता है, तो इस रिश्ते की अहमियत और भी बढ़ जाती है, जहां कई बहन भाई एक दूसरे पर जान देते हैं, दुख, सुख में दिवार की तरह खड़े हो जाते हैं, वहां ऐसे भी हैं जो अपने स्वार्थों के लिए इतनी दूरी बना लेते हैं कि एक दूसरे का मुंह तक देखना पसंद नहीं करते, बोलचाल का रिश्ता भी बन्द हो जाता है, निन्दा चुगली करके दूरीयां और बढ़ा ली जाती हैं, एक दूसरे के खून के प्यासे हो जाते हैं, कत्ल तक हो जाते हैं। बहनें जिनको नर्म दिल कहा जाता है, कई जगह पर भाई से जायदाद बंटाने के लिए इस खूबसूरत रिश्ते को गंवा बैठती हैं।

जहां मैं अपनी जिस बहन का जिकर कर रही हूं, वह हम सब बहनों से छोटी है और हम सबसे ज़्यादा शिक्षित है, तीनों युनिवर्सिटियों में वह सैनेट की मैंबर रही हैं उसका बहुत आदर सत्कार है, दूसरों की सहायता करने में वह हमेशा अग्रणी रहती है। उच्च पद रखकर भी बेहद दीन और नम्र है। यह रूप तो उसका सबके लिए है। बहनों के रिश्ते मे उसका रूप बहुत सराहनिय है।

पिछले साल मेरी एक बहन जो कैनेडा में रहती है, उसके घुटने का अप्रेशन होना था, उसके लिए मेरी इस छोटी बहन ने अपनी सेवाएं देने का इरादा कर लिया। वह कैनेडा गई और एक नर्स, एक बहन, एक सेवाकारी की भूमिका में अपने आपको अर्पित कर दिया। हस्पताल में मरीज़ को सम्भालना, उसकी सब ज़रूरतों को पूरा करना वैसे ही कठिन काम होता है, परन्तु यह हस्पताल 70 - 75 किलोमीटर घर से दूर था, जहां से सुबह वह खाना आदि लेकर जाती और पूरा दिन हस्पताल की कुर्सी पर बैठी रहती। सबसे दुखदाई बात यह हुई कि घुटनों के साथ साथ मेरी बहन को सख़्त नमोनियां हो गया, जिससे उसके होश हवास गुम हो गए पता नहीं लग रहा था कि अगले पल क्या होना था, ऐसी हालत में वह पूरा दिन उसका हाथ पकड़ कर बैठी रहती और जहां आंसू बहाती वहां प्रार्थना भी करती रहती कि किसी तरह वह इस मुसीबत से निकल आए। आखिर डाक्टरों की मेहनत और उसकी सेवा वा प्रार्थना रंग लाई और वह मौत के मुंह से बच गई। पूरा एक महीना छोटी बहन की तपस्या वा सेवा से मेरी बहन चलने फिरने के लायक हो गई। उसकी सेवाओं के विषय में जब दूसरी बहन बताती है तो वह कृतज्ञता के आंसु बहाने लगती है। इतने दुख, और मेहनत से गुज़रकर इस बहन ने कभी शिकवा नहीं किया।

पिछले दिनों मेरी तबीयत खराब हो गई, उस पर भी जितना उसने ख़्याल रखा, बार बार plan बनाए, मुझे खुश रखने के लिए Plan बनाए और जहां तक कि मेरे धर्मपति के कुछ दिन बाहर जाने पर मेरे पास ही डेरा लगा लिया, अपनी बहुत व्यस्त ज़िन्दगी से अधिक से अधिक समय मुझे दिया, उस सबके लिए मैं जितना भी धन्यवाद दूं थोड़ा है, बार बार मुंह से यही निकलता है कि बहन हो तो ऐसी।

सुरजीत बराड़

भगवान देवात्मा का प्रकट किया हुआ सत्य धर्म छोटे-बड़े सब मनुष्यों के लिए है।

भारत वर्ष के प्रचलित मत अर्थात् वेदान्त, बुद्धिजम, जैनिजम, रोमन कैथोलिक यह शिक्षा देते हैं कि नाना सम्बन्धों से मुंह मोड़कर और गृहस्थाश्रम का पूर्ण त्याग करके ही एक एक जन सन्यासी, भिक्षु, महंत और फादर बन सकता है। इसलिए उनकी जिन्दगी और एक ग्रहस्थी की जिन्दगी में इतना अधिक अन्तर रक्खा गया है, कि साधारण मनुष्य धर्म की जिन्दगी को ग्रहस्थियों के लिए नहीं समझते। यदि कोई नौजवान परोपकार में अपना जीवन भेंट कर दे, तो उसको मूर्ख समझा जाता है, और उसे कहा जाता है, कि भाई! सन्यास बूढ़ों के लिए है, जवानों के लिए नहीं। दुनिया से किनारा किए हुए मनुष्यों के लिए है, न कि दुनिया में रहने वालों के लिए। मेरा कई जनों से वास्ता पड़ा है, और जब मैं उन से उच्च जीवन के पाने की अपील करता हूं, तो साधारणत: वह मुझे यही कहते हैं, कि संसार में ऐसी बातें चल नहीं सकती। यह बातें सन्यासियों को सजती हैं, हम को नहीं। कैसी उलटी गंगा! सन्यासी जो सब सम्बन्धों को काट कर कर्त्तव्य विहीन हो चुके हैं, उन को सत्य धर्म की क्या जरूरत? सन्यासी तो उच्च कर्त्तव्य विहीन हो चुके हैं, उन को सत्य धर्म की क्या जरूरत? सत्य धर्म तो उच्च कर्त्तव्यों के पालन करने की सामर्थ्य पैदा करने वाला धर्म है। कर्त्तव्य कर्म नाना सम्बन्धों में होते हैं। जब मनुष्य नाना सम्बन्धों में स्वार्थ को लेकर बन्ध जाता है, तब वह पाप जीवन का प्रकाश करता है, मोह बन्धनों में फंस जाता है, और अपने में ऐसी उलझनें उत्पन्न कर लेता है, कि रोते चिल्लाते जीवन व्यतीत करते करते स्थूल देह त्याग कर देता है। अब इस गुलाम को, जिस ने अपनी ही चिन्ताओं और क्रियाओं से बेड़ियां तैयार करके अपने हाथों, पांवों और गले में डाली हैं, और जिन के कारण वह बहुत दु:खी होता और तड़पता है, उस गुलाम को ऐसे बन्धनों से मोक्ष देना, सत्य धर्म के कार्य का पहला अंग है। ऐसे गुलामों को मोक्ष देना संसार में नायाब है। अब ऐसे ही नाना सम्बन्धों में जुड़े हुए मनुष्य को जरूरत इस बात की है, कि वह अपने इन सब सम्बन्धों में उच्च भावों को लेकर अपना सम्बन्ध स्थापन करें। इसलिए सत्य धर्म का दूसरा अंग यह है कि अधिकारी जनों के हृदयों में उच्च भावों को जाग्रत किया जावे। यह महानकार्य भी देवसमाज से बाहर कहीं नहीं हो रहा। दुनियां में मिथ्या मतों की भरमार है, जो इन सच्चाईओं से अन्धे हैं कि सम्बन्धों में ही मनुष्य नीच बनता है, और सम्बन्धों में ही उच्च बनता है। भगवान देवात्मा ने ही इस सच्चाई को देखा और प्रकाश किया है, कि प्रत्येक मनुष्य को उस सत्य धर्म की जरूरत है जो कि मैं लाया हूं। और उसी धर्म की जरूरत है, जो धर्म मनुष्य को नीच सुख अनुरागों और नीच घृणाओं और उन के विकारों से सत्य मोक्ष देता है। और नाना सम्बन्धों में उच्च कर्त्तव्य बोधी बनाकर उनको उच्च और श्रेष्ठ जीवन का वारिस बना देता है। मैं एक बार जब भगवान देवात्मा के श्री चरणों में बैठा हुआ था, तब उन्होंने फरमाया कि मैं जिस सत्य धर्म अथवा देव धर्म को लाया हूं वह चपड़ासी से लेकर बादशाह तक प्रत्येक जन के लिए है। एक एक जन डाक्टर होकर, वकील होकर,

सौदागर होकर, मामूली दुकानदान होकर, या बड़ा कारखानेदार आदि होकर भी मेरे देव प्रभावों को पाकर ही सत्य मोक्ष और उच्च जीवन का वारिस हो सकता है और अपने जीवन से मेरे कार्य की महिमा प्रकट कर सकता है। गृहस्थाश्रम में रहना बुरा नहीं, संसार में रहना बुरा नहीं, बीवी और बच्चों वाला होने में कोई हर्ज नहीं, पैसे कमाने के लिए कोई नौकरी करना हर्ज नहीं, कोई कारोबार करना हर्ज नहीं, कोई कारखाना बनाना हर्ज नहीं आदि आदि। हर्ज इस बात में है कि मनुष्य जहां भी है वहां किन भावों को लेकर अपनी चिन्ताएं और क्रियाएं करता है। किस चीज को मुख्य रखकर अपनी जीवन यात्रा करता है। वह काहे के लिए जीता है? अगर वह अपने आत्मिक हित के लिए जीता है, नाना सम्बन्धों में उच्च कर्त्तव्य पालन करने के लिए जीता है, नाना सम्बन्धों में सेवाकारी होने में रस पाता है तो वह दिनों दिन वहां रहकर भी अपने जीवन को उच्च बना सकता है। उच्च जीवन के लिए नीच जीवन का त्याग, उच्च लक्ष्य के लिए नीच लक्ष्यों का त्याग, पर हित के लिए, स्वार्थ का त्याग, उच्च लक्ष्य के लिए नीच लक्ष्यों का त्याग, पर हित के लिए स्वार्थ का त्याग, हर जगह ही मनुष्य को आत्मिक उन्नति के मार्ग पर ले जाएगा। यह है, सत्य धर्म जिस का प्रकाश भगवान देवात्मा ने किया है। और जो मनुष्य जगत् के सब तबकों के लिए है। अर्थात् चपड़ासी से लेकर बादशाह तक प्रत्येक जन के लिए है।

(अमृत वर्षा)

बुद्ध ने समझाया शांति का महत्व

गौतम बुद्ध अपने भ्रमण के दौरान किसी गांव में ठहरे थे। एक आदमी बहुत दिनों से उनसे मिलना चाह रहा था। एक दिन उसे बुद्ध से मिलने का मौका मिल गया। वह उन्हें प्रणाम कर बोला-'भंते! आप तीस साल से लोगों को शांति, सत्य और मोक्ष की बात समझा रहे हैं, किंतु यह बताइए कि ऐसे कितने लोग हैं, जिन्हें मोक्ष प्राप्त हो गया?' बुद्ध ने उससे कहा- 'तुम इस गांव का एक चक्कर लगाकर लोगों से लिखवा लाना कि कितने लोग शांति चाहते हैं, कितने सत्य और कितने मोक्ष। वह आदमी बोला- 'भंते! इन चीजों को तो सभी पाना चाहेंगे' बुद्ध ने कहा। 'फिर भी मेरे कहने पर एक बार स्वयं जाकर पता लगाओ कि कौन व्यक्ति किस चीज की इच्छा रखता है?' वह आदमी पूरा दिन गांव में घूमता रहा, लेकिन शांति, सत्य और मोक्ष चाहने वाला एक भी व्यक्ति नहीं मिला। किसी ने कहा कि मुझे धन चाहिए, किसी ने यश चाहा, कोई रोग से मुक्ति चाहता था, तो किसी को नौकरी की दरकार थी, कोई संतान की इच्छा रखता था, तो कोई लंबी उम्र की कामना करता था।' हैरान-परेशान आदमी शाम को बुद्ध के पास लौटा और बोला- 'यह बड़ा अजीब गांव है। कोई कुछ चाहता है, तो कोई कुछ। शांति, सत्य व मोक्ष का आकांक्षी कोई नहीं है। तब बुद्ध ने उसे समझाया- 'इसमें अजीब कुछ नहीं है। हममें से अधिकांश लोग सुख चाहते हैं, शांति नहीं। सुख पाने के लिए वे शांति के विपरीत मार्ग पर चलते हैं। सुख का मार्ग, शांति का मार्ग नहीं है।' सार यह है कि सुख भौतिक अनुभूति है, जबकि शांति आत्मिक अनुभूति है और भौतिकता से अधिक आत्मिकता सुकून देती है।

माफी मांगकर दूसरों के जीवन को खूबसूरत बनाएं

शुक्रिया बोलने से जीवन में खुशियां भर जाती हैं। इस पर एक कहानी है। एक बार एक बूढ़े संत ने युवा संत से कहा कि वह सिर्फ तीन महीने जिंदा रहेगा। इस बात को सच मान कर युवा संत वहां से चला जाता है। वह अगले तीन महीने में उन सभी लोगों से मुआफी मांगता है जिनका उसने कभी दिल दुखाया था। उन सभी लोगों का शुक्रिया अदा किया जिन्होंने उसके जीवन में कोई सकारात्मक बदलाव लाया या उसके साथ अच्छा किया था। इन सभी काम को करते हुए तीन महीने बीत गए।

जब वह वापस लौटा तो उसका चेहरा चमक रहा था और मन बिलकुल शांत था। बूढ़े संत ने उसे देखकर खुशी का कारण पूछा। इस पर युवा संत बोला कि उसने तीन महीने बाद मृत्यु वाली बात को सच समझ लिया था। वह इन तीन महीने में कई लोगों से मिला। कुछ को शुक्रिया कहा और कई लोगों से माफी मांगी। जब शुक्रिया बोला तो उसके शरीर में ऊर्जा का संचार हुआ। उसे अच्छा महसूस होने लगा। उसे मालूम चला कि उसे प्यार करने वाले लोगों की कोई कमी नहीं है।

वह उन लोगों के पास गया जिनसे उसने बुरा व्यवहार किया था और माफी नही मांगी थी। उसने जब माफी मांगनी शुरू की तो उसकी दुख-तकलीफ कम होने लगी। वह अच्छा काम करने की तरफ प्रेरित हुआ। उसके भीतर गलत करने की भावना खत्म होने लगी और जीवन खुशियों, नई ऊर्जा, सकारात्मक सोच से उज्जवल हो गया।

लोगों के साथ समय बिताने पर संत को अच्छा लगा। उसे जिंदगी से जुड़े कुछ सच समझ में आए। यह सब सुन कर बूढ़े संत ने युवा संत की पीठ थपथपाई और आशीर्वाद दिया।

जो लोग हमारे साथ अच्छा करते हैं उन्हें शुक्रिया कहने से इज्जत बढ़ती है और दूसरे व्यक्ति को अच्छा महसूस होता है। वह आपके साथ बेहतर संबंध बनाने का प्रयास करता हैं आपके लिए ज्यादा ऊर्जा से काम भी करता है। गलतियों को सुधारने से रिश्ते भी बेहतर बनते हैं।

दूसरों से शुक्रिया, धन्यवाद आदि शब्दों की उम्मीद करने के बजाय इन शब्दों का खुद ज्यादा प्रयोग करें। जब हम अपने आशीर्वाद और गलतियों को गिनते हैं तो हम बेहतर बनने लगते हैं। अगर आप बुरा करेंगे तो बुरा ही मिलेगा। अच्छा करेंगे तो अच्छा ही मिलेगा। हर व्यक्ति को दूसरों के जीवन को खूबसूरत बनाने का प्रयास करना चाहिए।

पेज 7 का बाकी

* **दोस्तों के साथ समय बिताएं** : पुराने दोस्तों के साथ समय बिताएं। सामाजिकता बनी रहने से अकेलापन महसूस नहीं होता है, जो मेंटल हेल्थ के लिए जरूरी है। अपनी कार में फनी खिलौने रखें, ऑफिस की डेस्क पर फनी पोस्टर लगाएं या कम्प्यूटर पर ऐसा स्क्रीनसेवर लगाएं, जिसे देखते ही हंसी आ जाए।

* **पूरी नींद लें** : याददाश्त दुरूस्त रखने के लिए नींद लेना बेहद जरूरी है, नहीं तो मस्तिष्क की कार्यप्रणाली प्रभावित होती है। नींद लेने से फोकस करने की क्षमता बढ़ती है, नहीं तो मेंटल टास्क प्रभावित होना तय है।

* **मेडिटेशन से बढ़ाएं ब्रेन केपेसिटी** :डीप ब्रीदिंग करने से मस्तिष्क तक होने वाला रक्त-संचार तेज हो जाता है। इस तरीके से मस्तिष्क को होने वाली ऑक्सीजन की पूति भी बढ़ती है। इससे आप मानसिक रूप से रिलैक्स महसूस करते हैं और मेंटल टास्क ज्यादा अच्छे से पूरा कर पाते हैं। दिमाग लगाने वाली गेमज़ खेलें, जैसे सुडोको आदि।

बच्चे के संपूर्ण विकास में सबसे अहम है परिवार की भूमिका

इस समय सर्वाधिक चुनौतीपूर्ण काम है बच्चों का लालन-पालन करना। बड़े से बड़े पराक्रमी और सक्षम लोग भी इस मामले में चूक जाते हैं। इसके लिए बेहद जरूरी है कि पति-पत्नी अत्यधिक समझदार माता-पिता बनें। संतानों ने जो कुछ भी सीखा, इसका 80 प्रतिशत भाग आनुवंशिक रूप से माता-पिता से आया और घर में देखकर सीखा गया। बच्चों के सर्वांगीण विकास में परिवार की बड़ी भूमिका होती है। हर सदस्य बाल मन को कुछ न कुछ सिखा जाता है। यदि घर दुखी है, असंतुष्ट है, कलह में डूबा हुआ है तो बच्चे संतोष और प्रसन्नता बाहर ढूंढ़ने लगते हैं। माता-पिता के मन-मुटाव में वे स्वयं को असहज पाते हैं और सहजता की खोज में घर की देहरी पार करते ही गलत दिशा में निकल पड़ते हैं। घर में हो रहा कोहराम तथा सूनापन भी बालमन को विचलित करता है। उनका अपरिपक्व मस्तिष्क माता-पिता के असंतुष्ट प्रतिबिंब को अपने भीतर उतार लेता है और जो जन्मजात निर्दोष था, वो दोषपूर्ण आचरण के लिए तैयार होने लगता है। उसकी निर्दोषता में हम अपनी भूमिका डाल देते हैं। जबकि उस समय हमें उनके भीतर चरित्र, शिक्षा के अलावा विवेक जगाना चाहिए वरना आने वाले दौर में स्त्री-पुरूष पति पत्नी बनकर माता-पिता के रूप में संतुष्ट और प्रसन्न होने का दावा नहीं कर पाएंगे। लेकिन यदि बच्चों में विवेक जगाने में कामयाब हो गए तो बच्चे इन चीजों को ग्रहण करते समय 'क्या फेंकें, क्या रखें' की अक्ल से काम लेंगे। वे शुभ और अशुभ का अंतर सीख जाएंगे, जो इस समय परिवारिक जीवनशैली के लिए बहुत जरूरी है।

कैसे लाएं बच्चों को सही रास्ते पर

* बच्चों को कुछ भी कहने से पहले अपने व्यवहार और अपनी गलतियों पर ध्यान दें कि आप से कहां कमी रह गई कि आप के बच्चे गलत रास्ते पर चल निकले, कुछ सवालों के जवाब खुद से भी पूछें, कहीं ज्यादा पैसा कमाने की होड़ में आप ने बच्चों की अनदेखी तो नहीं की।
* जो व्यवहार बच्चे कर रहे हैं कहीं वे आप से ही तो नहीं सीख रहें। अगर आप को पार्टी में जाने का शौक है तो आप बच्चों को नहीं रोक पाएंगे क्योंकि वे उसी का अनुकरण करेंगे जो आप करेंगे। इसलिए पहले खुद पर अंकुश लगाएं फिर बच्चों पर।
* अपने परिवार के सदस्यों से बैठ कर इस मसले पर बातचीत करें और सर्वसहमति से कोई हल निकालें।
* मातापिता को चाहिए कि वे खुद को बच्चों की स्थिति में रख कर देखें और उसी के अनुसार बच्चों से प्यार से बात करें।
* बच्चों में जोश का अपार भंडार होता है। ऐसे में बच्चों को गाइड करें लेकिन फोर्स नहीं। गलती करने पर बच्चे को एहसास कराएं कि वह जो कर रहा है वह गलत है। उसे उस की समस्या के बारे में भी बताएं।

* युवा होते बच्चों को आप के दिशानिर्देशों की सख्त जरूरत होती है। बच्चों को ऐसा नहीं लगना चाहिए कि माता-पिता का निर्णय है, इसलिए उसे मानना ही पड़ेगा, अगर आप को बच्चे की कोई बात गलत लग रही है तो उसे तर्क की कसौटी के जरिए साबित कीजिए।
* घर के साथसाथ स्कूल में भी बच्चों के ऊपर पूरा ध्यान दिया जाए। जितनी जिम्मेदारी माता-पिता की है उतनी टीचर्स की भी है। इसलिए वे भी ध्यान दें क अगर बच्चा स्कूल से बीच में गायब है, तो माता-पिता को इस बारे में तुरंत जानकारी दें।
* समय समय पर अभिभावकों व अध्यापको के बीच मीटिंग भी होनी चाहिए ताकि बच्चों की प्रगति के बारे में दोनो पक्षों को पूरी जानकारी रहे। बच्चे स्कूल में क्या कर रहे हैं इस बारे में उन्हें पूरा पता हो।
* माता-पिता का भी फर्ज बनता है कि वे चाहे कितने ही व्यस्त क्यों न हों, स्कूल में होने वाली मीटिंग में जरूर जाएं। स्कूल जा कर अध्यापकों से बच्चे के व्यवहार, पढाई संबंधी बातों को समय समय पर जानते रहें।
* अगर ज्यादा जरूरत न हो तो घर पर इंटरनेट का कनेक्शन लेने से बचें। थोड़ीबहुत देर का काम हो तो आप बाहर जा कर साइबर कैफे का इस्तेमाल कर सकते हैं।
* इंटरनेट पर पोर्न साइट को बंद करा दें ताकि बच्चे उस का गलत इस्तेमाल न कर सकें।
* बच्चों के कमरे में कंप्यूटर न रखें वरना अपने रूम में वह इंटरनेट में क्या सर्च कर रहे हैं, आप जान ही नहीं पाएंगे।
* बच्चों को प्यारदुलार करना अच्छी बात है पर ऐसा करते हुए उन के प्रति लापरवाही न बरतें और उन पर पूरी नजर रखें कि वह कब क्या कर रहे हैं।
* बच्चों की मित्रमंडली पर भी नजर रखें, वे किस तरह के दोस्तों से मेलजोल बढ़ा रहे हैं। अगर किसी बच्चे का व्यवहार आपको संदिग्ध लगता है तो उसे पूरी तरह परखें।
* उन के आत्मविश्वास को बल देने की कोशिश करें। उन्हें रिलेक्स करें और उन के प्रति सकारात्मक रवैया अपनाएं।
* अपने बच्चों के साथ मित्रता का व्यवहार बनाए रखें। उन से हर विषय पर बातचीत करें, उन के दोस्त बनिएं ताकि वह अपनी हर अच्छी बुरी बात आप से शेयर कर सकें।

शोक समाचार

बहुत शोक है कि माननीय श्रीमती सरला शर्मा जी भू० मंत्री हिमाचल, का 2 मई 2013 को कांगड़ा में अपनी बेटी Viplav जी M.P., के पास निधन हो गया है। वह 91 वर्ष की थी। वह बहुत पुराने देव समाजी परिवार की बेटी थी। उन्होने एक एक समय देव समाज की खास सेवा की है। उनका दाह संस्कार देव समाज विधि से 3 मई को किया गया। उनका श्राद्ध 12 मई 2013 को दोपहर 12.30 बजे होगा। Viplav जी का फोन नं० 098161-20949 है।

प्रार्थी

बलदेव सिंह, मंत्री

श्राद्ध सभा

जैसे पहले बताया जा चुका है माननिय श्रीमान रूप चन्द जी का अचानक 3.4.2013 को लगभग 93 साल की आयु में अपने सपुत्रों के पास लखनऊ में देहान्त हो गया। उनके श्राद्ध की सभा 14 अप्रैल 2013 को 11 बजे लखनऊ में रखी गई

4 अप्रैल से 13 अप्रैल तक उनके सम्बन्ध में शुभ कामना की सभाऐं परिवारिक जनों को लेकर कराई जाती रही। अधिकतर यह सभाऐं कर्नल कुलदीप जी दाहिया जो उनके दामाद थे बहुत अच्छे भावों से करवाते रहे और 13 की शाम की सभा श्रीमान बलबहादुर सिंह जी ने करवाई।

4 अप्रैल को माननिय श्रीमान रूप चन्द जी का दाह संस्कार कर्नल कुलदीप जी दाहिया वा श्रीमान किशन सिंह जी चौहान ने मिलकर देव समाज विधि से करवाया, जिसमें बहुत से रिश्तेदार आकर शामिल हुए।

श्राद्ध की सभा के लिए एक बहुत बड़ा सुन्दर हाल बुक किया गया। बहुत सुन्दर बिछाई की गई। और स्टेज सजाई गई। उचित स्थान पर परम पू० भगवान देवात्मा की छवि को स्थापित किया गया। एक मेज पर देह त्यागी जी की फोटो को रखा गया।

श्राद्ध सभा करवाने के लिए समस्त परिवारों की इच्छा अनुसार श्रीमान बलदेव सिंह जी चण्डीगढ़ से श्रीमान बलबहादुर सिंह जी को साथ लेकर 13 अप्रैल सुबह 9 बजे पहुंच गए थे। परिवार के बहुत से जन उन्हें लेने स्टेशन पर पहुंचे हुए थे। देह त्यागी जी के तीनों सपुत्रों के भिन्न बहुत सारे सम्बन्धी फरीदाबाद, मोगा, अम्बाला, सरसा, नाहन, पंचकूला, श्री अकबरपुर, चितौड़गढ़, यमुना नगर, निहाल सिंह वाला, बरनाला, जलन्धर, फगवाड़ा और करनाल आदि स्थानों से बहुत संख्या में पहुंच गए थे। स्थानक जन भी अच्छी संख्या में पहुंच गए थे।

देव स्तोत्र के गान वा अर्चन के बाद देह त्यागी जी के परिवारिक जनों ने फूलों द्वारा उनको सम्मान प्रदर्शन किया, फिर भजन गाया गया "परलोक के सम्बन्धियों को हम नहीं बिसराएंगे। फिर सभापति जी ने अपना ब्यान आरम्भ किया: -

बहुत सम्मान के योग्य उपस्थित साथियो! जब से इन्सान पैदा हुआ है, उसके सामने चार प्रश्न हैं (1) इन्सान कहां से आया है? (2) इन्सान क्या है? (3) इन्सान ने दुनियां में आकर क्या करना है? (4) इन्सान ने कहां जाना है? इन्सान कहां से आया है, इसका उत्तर विकासवाद देता है। इन्सान का विकास हुआ है। इन्सान को Flame of divinity divine being कहा जाता है, पर इन्सान की हस्ती शरीर और आत्मा को लेकर है। शरीर के भीतर जीवनी शक्ति है जिसे आत्मा कहते हैं। मनुष्य सुख स्वरूप वा सुख अनुरागी है। Divine Being यदि होता तो संसार में पाप वा बुराई न होती। दुनियां में सम्बन्धियों के कातिल वा बलात्कारी न होते। तीसरा प्रश्न है कि मनुष्य ने अपने आपको जानना है। अपने बुरे स्वभाव वा बुरे भावों से मुक्त होना है। उच्च भाव पैदा करके ही उच्च सुखों के भागी बना जा सकता है। By building others we build ourselvesअब चौथे प्रश्न का उत्तर है कि मनुष्य मरने के बाद परलोक में चला जाता है। और जीवनी शक्तियों की तरह मनुष्य की जीवनी शक्ति भी मरने के बाद नया शरीर निर्माण करने की विशेष योग्यता रखती है। वह जीवनी शक्ति स्थूल शरीर में से सूक्ष्म सैलों द्वारा सूक्ष्म शरीर का निर्माण करती है और अपनी योग्यतानुसार वह परलोक को गमन करती है। यह श्राद्ध की सभा क्या है? हमने यह याद करना कि श्रीमान रूप चन्द जी चले गए, हमने

भी इसी प्रकार चले जाना है, शारीरिक मौत अटल सचाई है। श्रीमान रूप चन्द जी के उच्च वा सुन्दर रूप को याद करना है। उसके आगे नमन करना है। हमारे लिए क्या कर गए हैं, हमें कौन सा मार्ग दिखा गए हैं, याद करना है। उनके प्रति हमारे से ग़ल्तियां हुई हैं, उनका चिन्तन करके सच्चा शुद्धिकरण करना है। उनका जन्म पंजाब के मोगा जिले में समाध भाई गांव में हुआ। जवानी में नशे वा और बुराईयों के शिकार हो गए। दंगे फसाद में शामिल हो जाते थे। उनके पिता जी ने रुड़की से परीक्षा पास की थी। सरल, स्पष्ट, रूखे, मुहंफट होकर आप कहते थे कि मैं आठ ऐब शरई था। 30 साल की उमर में देव समाज मिल गई जो धर्म की सच्ची तहरीक या अंदोलन है। घर में सुखों के सामान हमारी options हैं पर हवा हमारी ज़रूरत है, आपशन नहीं, इसी प्रकार हमारे भीतर की ज़रूरत हैं देव प्रभाव, देव असर। यह वातावरण श्रीमान जी को मिल गया, उनके वारे न्यारे हो गए, जो इस संगत से वंचित रह गया, He is bound to suffer. उसकी हानि ज़रूरी और लाज़मी है, चोटाला के पास धन और ज़मीन की कमी नहीं थी, परन्तु इन असरों से खाली जेल में हैं। रूप चन्द जी उत्तम दर्जे के ईमानदार बन गए। अपने बेटे यशपाल को ईमानदार बनने के लिए सच्ची ज़ोरदार प्रेरणा की। Roop Chand thy name is love. बच्चों को बहुत प्यार करते थे। विजयकुमार जी ऐअर फोर्स में थे शराब पीने लग गए थे। प्यार से उन्हें शराब छुड़ा दी। विजय जी ने सभा में रोते हुए कहा कि पिता जी ने कहा कि मेरी बाजू काट दो। He commands his respect and love. वह कहते थे कि किसी ने स्वर्ग देखना है, तो मेरे घर में देखो। बेटों ने मां को Draft भेजा। बेटा कहता है पिता जी फल माता को खिला रहा हूं, परन्तु रस मुझे आ रहा है। सम्मान सेवा और आज्ञापालन कारण घर स्वर्ग बन गया था। जीप में यशपाल जी और देवकी जी थे। यशपाल जी से ऐक्सीडैंट हो गया, झट देवकी जी ड्राईवर सीट पर बैठ गए ताकि भाई पर इल्जाम न आए। अच्छा इन्सान वही होता है जो अच्छे व्यवहार करे। He was a hard task master. परन्तु अपनी पत्नी के उपकार स्मरण करते थे। उनका जीवन चरित्र लिखा है। पोते को कहने लगे तेरे पास ज़रूरत अनुसार पैसा है, तुम समाज के काम में लग जाओ। सच्ची बात पर अड़ जाते थे। संसार में उन जैसा भाई मिलना बहुत कठिन हैं रूप बसन्त का किस्सा सुना था, पर श्रीमान रूप चन्द जी ने अपने भाई की मौत के बाद अपने भतीजे, भतीजीयों और अपनी भावजा के लिए जो कुछ किया, वह बेमिसाल है। सब को एक जैसा प्यार करते थे। सच्चे इन्सान थे, मैं श्रीमान जी को नमन करता हूं। निराले ठेकेदार थे। उनके जीवन से प्रभावित होकर कई अफसरों के जीवन परिवर्तित हो गए। देव समाज के लिए गज़ब की तड़प थी। देवत्व किरणों के नाम से पांच पुस्तकें छापी हैं। दान देना, उर्दू अख़बार के कातिब बनना, ऐसा करके उनका जीवन ही प्रचार करता था। उन्होंने 100 के लगभग सेवक बनाए हैं। उसके बाद श्रीमान देवकी नन्दन, उनके सुपुत्र के पत्र का पाठ किया जो अगले अंकों में दिया जाएगा।

<u>श्रीमान यशपाल जी (छोटे सपुत्र) :</u> मेरे श्रद्धेय पिता जी values के लिए जीते थे, आपको कोई टस से मस नहीं कर सकता था। हम इस पक्ष में कमज़ोर हैं। कर्नाटक में पत्र आया कि यशपाल यदि तुम बेईमान बन गए तो मेरे लिए उसी दिन मर गए। चण्डीगढ़ कोठी का सौदा हो गया था, परन्तु रजिस्ट्री से पहले ही कीमतें बहुत बढ़ गई, हम सबने मिलकर चाहा कि सौदा कैंसल कर दो, परन्तु उन्होंने एक नहीं सुनी और अपनी ज़ुबान पर पक्के रहे। धन की कीमत उनके लिए basic ज़रूरतों तक ही थी। अन्दर बाहर से एक थे। कहते थे धन दान करो नहीं तो बर्बाद हो जाओगे। Will power बहुत Strong थी, पक्के

साधक थे। 4 बजे उठकर नियमित साधन करते थे। मैं चार दिन भी यह साधन नहीं निभा सका। वह जान की परवाह नहीं करते थे। सबको देव समाज से जोड़ने की पूरी कोशिश करते थे। उन्होंने Relay Race चार पुश्तों तक दौड़ी। Values को pass on करना कठिन है। मैं पिता जी को बिना बताए लखनऊ आ गया, उन्हें बहुत दुख पहुंचा। हमारा इतना gap था कि मैं उन्हें समझ ही नहीं पाया। मैं हर महीने उन्हें मिल नहीं सका, काम को ज़्यादा महत्व दिया। यह सब झूठे बहाने होते हैं। पिता जी चाहते थे, परन्तु मैंने ध्यान नहीं दिया। मैं यह चाहता हूं कि मैं आख़री कड़ी न बनू।

श्रीमान कर्नल कुलदीप जी दाहिया: – मुझ में श्रीमान जी के जीवन के विषय में कहने की समर्थ्य नहीं। पिता जी मुझे उनकी सपुत्री के रूप में इतनी अच्छी पत्नी मिली। वह महान हस्ती थे। उनकी सुन्दर Handwriting साथ उनका आत्मा भी बहुत सुन्दर था। रिश्वतखोरों से रिश्वत छुड़ा देते थे। Intercaste शादी की कमाल की मिसाल पैदा की। मुझे इस परिवार से बहुत प्यार मिलता है। श्राद्ध में शामिल होकर श्रद्धा बढ़ाकर इस र्माग पर चलने की प्रेरणा मिलती है। परलोक में हम उन्हें दुखी नहीं करेंगे। पिता जी को कभी भी दुनियादारी की बात करते नही सुना। साधन करते हो? पाठ करते हो? किसी की मदद करते हो? यह प्रश्न पिता जी पूछा करते थे। पिता जी मेरा र्माग दर्शन करो, यही कामना है।

श्री मंगत गए जी बरनाला: – "जब हम आए जगत में, जग हंसे, हम रोए ऐसी करनी कर चलो, हम हंसे जग रोए।" मैं इस घर का दामाद हूं। 47 साल से जुड़ा हुआ हूं। यशपाल जी की घटना बताई। चाची जी की बहुत सुन्दर घटना बताई। यदि उन्हे समाज के सदमे न लगते तो वह और 5 साल जी सकते थे। देव समाज के असूल बहुत हितकर हैं।

श्रीमान गोवर्धन दास जी मोगा: – देवकी नन्दन जी के बाबा जी वा मेरे बाबा जी सगे भाई थे। चाचा जी ने मुझे S.D. स्कूल से निकालकर देव समाज स्कूल में डाला। उनका मेरे ऊपर बहुत उपकार है। उनके कारण मैं देव समाज होस्टल में रहा। वह हमें अपने बच्चों की तरह प्यार करते थे। मैं उस स्कूल में अध्यापिक भी रहा हूं और कई साल मैनेजर भी रहा हू। यह चाचा जी के कारण ही था। महोत्सव के लिए सदा प्रेरणा करते रहते थे। मैं उनके आगे बोल नहीं सकता थ। किसी ग़ल्त बात से Compromise नहीं करते थे। वह खानदान का मसीहा वा रहबर महसूस होते थे। उनका कृतज्ञ हो सकूं। देव समाज एक रक्षाकारी किला है, इसका कभी संर्पक न छोड़ें। उनके उपकारों को गिन नहीं सकता, केवल महसूस कर सकता हूं।

श्रीमान प्रेम कुमार जी मोगा: – श्रद्धेय उपकारी चाचा जी, प्रणाम करता हूं। आपका परिवर्तन प्रेरणा दायक है। चाचा जी हानि परिशोध के साधन करते थे। हमारी परवरिश में उनका ही विशेष योगदान है। बड़ा दान करते थे। लोगों से दान मांगते थे। एक रिश्तेदार की खराब माली हालत में बहुत मदद की। देव समाज के मन्दिरों की बहुत सेवा की। हमारे ऊपर उनका बहुत बड़ा उपकार देव समाज के साथ जोड़ने का है। मैं अपने अपराधों के लिए क्षमा चाहता हूं।

श्रीमान R.K. मित्तल: मेरा 1987 से सम्बन्ध है। माता जी बहुत प्यार और सेवा करती थी। यह परिवार बेहद अच्छा है। माता जी के फूल इतने प्यार से चुने और उनके गुणों का वर्णन करके प्रवाह किए। वह माता जी का बहुत सम्मान करते थे। वह अपनी बुराईयां बताते रहते थे। मैंने सिर्फ ईमान दार लोगों की फोटो रखी हुई है। मैं पिता जी के चरण स्पर्श करता था तो नई उर्जा का संचार होता महसूस करता था मैं

कामना करता हूं कि परलोक में उन्हें ऊंचा स्थान प्राप्त हो।

श्रीमान किशन सिंह जी चौहानः पहले श्रीमती बलबीर कौर जी का भाव प्रकाश पढ़कर सुनाया फिर बताया कि मेरा उनके साथ बहुत पुराना सम्बन्ध है। मैं तार बाबू था, श्रीमान जी किताबें बेच रहे थे। श्रीमान रूपचन्द जी का भाव प्रकाश सुना। करो या मरो का उन्होंने नारा दिया। उनका केन्द्र बिन्दु देवात्मा थे। वास्तव में उन्होने धार्मिक जीवन व्यतीत किया है। मेरे दिल पर उनकी शाप है। कविता पढ़कर सुनाई। उन्हें परिवारिक जनों से जो सन्मान मिला है, वह उसके सच्चे अधिकारी थे, उन्होंने मनुष्य जन्म को सफल किया। उनके जीवन से प्रेरणा मिली है और मिलती रहेगी। और बहुत से भाव प्रकाश लिख कर दिए गए जो समय समय पर छापे जाएंगे।

इसके बाद "हे देह त्यागी सम्बन्धी हमारे" नामक मिलकर भजन का गान किया। सभापति जी ने हृदय के गहरे भावों से शुभ कामना की। परिवार की ओर से 25000 रु० देव धर्म के लिए 10000 और एक Air condition श्री अकबरपुर के लिए दान के रूप में घोषित किया। दो धर्म सम्बन्धियों ने आपसी बुरे व्यवहार के लिए एक दूसरे से क्षमा मांगी।

परिवार की ओर से सैंकड़े जनों को बहुत शानदार भोजन खिलया गया। बहुत सी पुस्तकें मुफत दी गई। श्रीमान रूप चन्द जी के बहुपक्षीय गुणों और सेवा भरपूर जीवन की सुन्दर छाप हृदयों में लेकर हाजरीन परम पू० भगवान को धन्यवाद देते हुए विदा हुए।

(हाजरीन में से एक)

पेज 20 का बाकी

किया।

2.4.13, सुबह 8.30 बजेः – सभापति श्रीमान बलदेव सिंह जी। उन्होंने बताया कि पिछले दिनों से यह प्रसंग चल रहा है कि अच्छे बनने का नाम धर्म है किसी जाप या पाठ का नाम धर्म नहीं। मनुष्य जगत में नीच सुख अनुरागों की आग लगी हुई है। एक शराबी शराब पी पीकर मर गया, पत्नी भी शराब पीने लगी, धीरे धीरे 2 घर का समान बिक गया। K.L. Kapoor साहिब अंग्रेजी की एम.ए. और गोल्ड मैडलिस्ट थे। मोगे कालिज के प्रिंसीपल बन गए। वह और कई नशों के बिना सिगरेट के गुलाम थे उन्होंने एक सभा सुनी, जिसमें नशों से बर्बादी के विषय में बताया गया। उन्होंने सभा में सिगरेट वा अन्य नशे न पीने का प्रण किया। धर्म पाने के लिए पहले आग बुझानी पड़ती है। पंडित जवाहर लाल नहरू ने भारत आज़ाद करा दिया परन्तु अपनी सिगरेट नोशी से आज़ाद नहीं हो सके। गज सिंह वालों ने अपनी दुकान से नशे निकाल दिए हैं। पवित्रता धर्म का अंग है। श्रद्धा पैदा होने से भला आरम्भ होता है। श्रद्धा के चार अंग हैं। पहला है किसी विशुद्ध परेपकारी के लिए दिल झुकता हो, उसकी महानता को देखकर। दूसरा उस को दिल से सम्मान दे, उसके पास जाकर हररोज प्रणाम का साधन करे, जैसे शिवदर्शन ही यदि निकट हों, उनकी सेवा भावना को देखकर उन्हें प्रणाम किया जाए। श्रद्धा श्रद्धाभाजन की महिमा गाने के लिए मजबूर करती है। चौथा श्रद्धा भाव से परोपकारी के काम में सहायक हो या परोपकारी की जाति सेवा की जाए। रंगरेटे में श्रद्धा थी, तभी खतरों में पड़कर गुरू का सिर लेकर आया। "जे सौ चन्दा उगवे़ सूरज चढे हज़ार, ऐता चानण हुंदियां गुरू बिन घोर अन्धेर" "नीवां हो जो भर पीए, ऊंच प्यासा जाए" कुलार और मैसूर की नदियों में सोने के कण हैं, इस प्रकार दुनियां में अच्छे लोग भी हैं, उनको ढूंडना, उनके आगे झुकना प्रणाम करना, सोने के कण ढूंडने के समान है। महाराजा रणजीत सिंह जी के गुणों के विषय में बताया गया।

(चलता)

शुभ संग्राम

30 मार्च 2013 को श्रीमान बलदेव सिंह जी 2 बजे के करीब पदमपुर पहुंचे। शाम तक श्रीमान बलबहादुर सिंह जी भी पहुंच गए। शाम 8.30 बजे सभा रखी गई। यह सभा श्रीमान बलबहादुर सिंह जी ने करवाई।

सभापति जी ने बताया कि भले का क्या अर्थ है। भले का अर्थ है सात्विक भावों का पैदा होना और नीच भावों से मुक्त होना। सचाई यह है कि सुख अनुरागी प्रकृति भला नहीं कर सकती। मनुष्य क्योंकि सुख का प्रेमी है इसलिए झूठ और पाप का भी प्रेमी है। मनुष्य के सारे दुखों, सारी हानियों, झगड़ों और क्लेशों का मुख्य कारण मनुष्य का सुखों के प्रति प्रेम है। यह सुख मनुष्य की वास्तविक हालत है, परन्तु उन्हें प्रकृत रूप में देखना मनुष्य के वश की बात नहीं। मनुष्य के सुख के प्रेम उसे मुखौटे पहना रखते हैं। यह हक़ीक़त है। दुनियां में काम वासना के प्रेम ने, धन के प्रेम ने, पद प्रभुत्व की लालसा ने नर्क पैदा किया हुआ है। हर रोज़ बलात्कार, हत्या, आत्मघात, विश्वासघात की अनगिणत घटनाएं पैदा होती रहती हैं। कोई धन, विद्या, पद, शक्ति सहाय नहीं होती। मनुष्य का अन्धकार दिन पर दिन बढ़ता जा रहा है क्योंकि सुख अनुराग बढ़ता जाता है। रोशनी उच्च भावों वा उच्च शक्तियों से पैदा होती है। हमदर्दी या दया से जो रोशनी पैदा होती है, उस द्वारा दूसरों के दुख नज़र आते हैं, दुख दूर करने से हमदर्दी के भाव की तृप्ति होती है, इसे और खुराक मिलती है, यह भाव पहले से और ताकतवर हो जाता है। हर भाव अपनी तृप्ति चाहता है, तृप्ति के लिए मनुष्य के दिमाग़ अन्दर प्रेरणा पैदा करता है। मनुष्य को अपना आप अर्थात् अपने परिचालक भाव परम पू० भगवान देवात्मा की रोशनी के बिना नज़र नहीं आ सकते। इन भावों के द्वारा की गई गतियां भी नज़र नहीं आ सकती। परम पू० भवगान के दर पर आकर सौभाग्वान जनों को अपने भावों का असल ज्ञान होता है। अपनी ठीक कीमत वा औकात नज़र आती है। सभापति जी ने अपने स्वयं के अनुभव अपनी जीवन की घटनाओं द्वारा बताए। भगवान देवात्मा की देव ज्योति ने हक़ीकत के दर्शन करवाए और अपनी ठीक कीमत का कुछ पता लगा है। पहले अंह प्रेम के कारण अपनी कीमत बहुत अधकि लगा रखी थी। प्रत्येक अधिकारी मनुष्य को अपने आप के बारे में ज्ञान पाने के लिए देवात्मा की ज्योति की अवश्यकता है। यह ज्योति केवल देवात्मा के दर से प्राप्त होती है।

31.3.2013, सुबह 8.30 बजे – सभापति श्रीमान बलदेव सिंह जी।

इस सभा में श्रीमान जी ने बताया कि मनुष्य को कई धर्म मतों का ज्ञान तो है, परन्तु उसे यह पता नहीं कि असल धर्म क्या है? कुछ जनों ने अपने बोधों के अनुसार, ज्ञान अनुसार उत्तर दिया। एक और जन ने बताया कि अच्छा जीवन व्यतीत करना धर्म है। श्रीमान जी ने बताया कि हर सम्बन्ध में शुभ व्यवहार धर्म है। शरीर, दिमाग वा अपने स्वभाव की हानि करना पाप है, उनका विकास करना धर्म है। केवल जान लेना वा इच्छा कर लेने से धर्म नहीं आता। विद्यार्थी पढ़ाई के नियम को पूरा किए बिना, केवल इच्छा करने से परीक्षा में पास नहीं होता। केवल धर्म स्थान पर जाने मात्र से धर्म नहीं आता। धर्म में हमें कौन अच्छा बनाएगा, कौन मर्यादा में रखेगा, सम्बन्धियों के साथ अच्छे व्यवहार कौन कराएगा, वह कौन सी चीज़ है जो उच्च वा सात्विक भाव पैदा करेगी। जब तक सात्विक भाव पैदा न होंगे, तब तक धर्म नहीं मिलता। शुक्रगुज़ारी का भाव, दया भाव, श्रद्धा भाव आदि कुछ उच्च भावों के नाम बताए। इन तीन भावों के बिना अच्छा इन्सान ही नहीं बन सकता। ईमानदारी के बिना कारोबार नहीं चलते। ईमानदार बने बिना पराया हक़ भी नज़र नहीं आता। श्रद्धा धर्म का मूल है। श्रद्धा भाव दूसरों के उच्च गुणों और उच्च रूप को दिखाते हैं। एक वकील के घर

दो स्तम्भों के साथ माता पिता की फोटो लगाई हुई थी। वकील साहिब ने कहा मैंने आज तक शराब नहीं पी, क्योंकि पिता जी नहीं पीते थे। जिसको गुण नज़र नहीं आते, वह विकास नहीं कर सकता। पोप ने जेल में जाकर अपराधियों के पैर धोए और पैर चुम्में। जो विद्वान की महिमा नहीं देख सकता वह विद्वान नहीं बन सकता। "सफल पदार्थ है जग माहीं, श्रद्धावहीन जन पावत नाहीं।"

31.3.2013 , शाम 8.30 बजे – सभापति श्रीमान बलबहादुर सिंह जी।

इस सभा में 30 - 31 जन शामिल हुए। श्री सभापति जी ने बताया कि मनुष्य जीवन हमेशा दुखों और हानियों में फंसने के लिए बेबस है। क्योंकि उसके पास विवेक या रोशनी नहीं है कि जीवन में क्या करना है, क्या नहीं करना है। आम तौर पर मनुष्य की दौड़ धन, दौलत, पद, मान आदि की प्राप्ति तक है। इन सब के पीछे दौड़ता मनुष्य पता नहीं अन्धेरे में क्या करेगा। कौन से दुखों में फंसेगा। परम पू० भगवान की सच्ची शरण के बिना मनुष्य जन्म ही बर्बाद हो जाता है, सुख अनुरागों की तृप्ति करता दुखों में फंस जाता है। श्री सभापति जी ने दो नौजवान भाईयों की दुख भरी कहानी बताई जो नशे के सुख में फंसकर बहुत कृपा - पात्र अवस्था में पहुंच गए हैं। वह स्वंय भी बहुत दुखी हैं, उनके सम्बन्धी भी बहुत दुखी हैं सारा परिवार दुखी है। बड़े सुन्दर नौजवान हैं। उच्च कोटि के खिलाड़ी रहे हैं। घर में जमीन, जायदाद की कमी नहीं। एक की पत्नी M.A. B.Ed. हैं। कई बार वह दुखी होकर अपने मायके चली जाने के लिए मजबूर हो जाती है। उनके माता पिता बड़ी कृपा - पात्र अवस्था में हैं। इस प्रकार सभापति जी ने बताया कि संजय दत्त फिल्म कलाकार दुखों में फंसा हुआ फूट फूट कर रोने के लिए बेबस रहा है। एक एम.एल. ए. की लड़की ने लालच में अन्धा होकर, अपने पिता, मां, भाई भाभी और उनके बच्चों को अपने पति के साथ मिलकर कत्ल कर दिया, अब दोनों को मौत की सज़ा हो चुकी है। धन, जायदाद के लालच के अन्धेरे ने मौत की ओर धकेल दिया। कभी कहती है कि मेरे बेटे का तो कोई कसूर नहीं। पंजाब का प्रसिद्ध कवि शिव कुमार बटालवी बेवकत मौत को देखकर भी नशे की गुलामी से बच नहीं सका। मिरज़ा गालिब उर्दू के महान शायर अपनी कमज़ोरी को जानता था। शराब के प्याले में डूबकर ख़्वार, बदनाम होकर मरने के लिए मजबूर हो गया। सारी मानवता पू० भगवान की ज्योति की मोहताज है। श्रीमान जी ने अपनी नौजवानी की उमर की हरकतों का दुख के साथ ब्यान किया, जिनके कारण जीवन बर्बाद हो रहा था। सच्चे गुरू की शरण मिलने पर घोर बर्बादी के जीवन की समझ आई। इस दर पर पंहुच कर ऐसे हितकर प्रभाव प्राप्त हुए हैं, जिनसे अश्चर्य्यजनक परिवर्तन आया है। इस उपकार की महिमा गाई नहीं जा सकती।

1.4.2013 , सुबह 8.00 बजे: – सभापति श्रीमान बलदेव सिंह जी: – उन्होंने बताया के कल उच्च भावों के विषय में वर्णन किया गया था। उच्च भावों द्वारा ही उच्च व्यवहार होते हैं, पवित्रता, ईमानदारी, श्रद्धा, शुक्रगुजारी वा दया भाव के बिना न अच्छा इन्सान बनता है, न धर्म आता है। पवित्रता और ईमानदारी हमारी हानिकारक जीव बनने से रक्षा करते हैं। श्रद्धा भाव क्या होता है, कैसे पैदा होता है, यह समझने की अवश्यकता है। किसी महान व्यक्ति की महानता (उच्च गुणों) को देखकर महान महसूस करना, अपनी तुच्छता देखनी, सन्मान करना, उसके आगे झुकना, उसकी महिमा गाना, इसे श्रद्धा वा श्रद्धा की आंख कहा जाता है, श्रद्धा भाव से दूसरों के गुण नज़र आने लगते हैं। एक लकड़ी का कैश बाक्स लेकर आदमी शत को थानें जमा करवाने के लिए जाता था और सुबह सवेरे लेकर आता था। हमेशा सिर पर उठाकर लेकर जाता था, उसको सन्मान देता था। श्रद्धा की आंख का विरसा जन्मजात मिलता है। श्रद्धावान

Published on 5th of the month
20
मई - जून - 2013
WPP - Regd. Postal No.CHD (0077) 2012-14
Regd. with Registrar News Paper No. 72258/88

ज्यों ज्यों गुण देखता है, झुकता जाता है। "जो सिर सांई न निवें, वह सिर घप्प उतार" "श्रद्धा वान लगते जीवनम"। श्रद्धा के बिना मनुष्यों का सही मुल्यांकन नहीं होता, क्योंकि किसी की महानता नज़र नहीं आती। घरों में नर्क इसलिए है कि राम, भीष्म वा श्रवण कुमार जैसे पुत्र नहीं हैं "जितने हसीन जीवन हैं, मेरी तसवी के दाने हैं, मैं उन्हें देख लेता हूं, ईबादत हो ही जाती है।" इब्राहिम महान पुरूष थे, उनकी इतनी जीवनियां लिखी गई हैं कि कई लाइब्रेरियां बन सकती हैं। श्रद्धावान का पता विरोधी हालातों में लगता है। स्वामी विवेकानन्द जी साथियों से मिलकर राम कृष्ण परमहंस से मिलने गए थे। सारे साथी उनके न बोलने से भाग गए, विवेकानन्द जी नहीं भागे, उन्हें आखिर गुरू धारण कर लिया। जो अपने खिलाफ सुन सकता है, वह श्रद्धावान होता है। इस मण्डी में शिवदर्शन जी गुणों से भरपूर हैं।

1.4.2013 , राम 8.30 बजेः – सभापति श्रीमान बलबहादुर सिंह जी। श्रीमान जी ने बताया कि देव धर्म और प्रचलित धर्मों से अलग धर्म है। हमारे देश में अधिकतर ईश्वर को मानने वाले धर्म हैं। उनका विश्वास है कि ईश्वर ने ही यह ब्रह्मांड बनाया है। हर घटना उसके द्वारा ही होती है। उसके हुक्म के बिना पता नहीं हिलता। ईश्वर हर जगत वर्तमान है, वह परम कृपालु वा सर्वशक्तिमान है। ईसाई धर्म ये मानता है कि ईश्वर ने यह सारी कायनात 6 दिन में बनाई है और सातवें दिन आराम किया। इस्लाम धर्म भी यही कहता है कि यह सारा ब्रह्मांड अल्ला मियां का बनाया हुआ है। सनातन धर्म कहता है कि एक ही नूर से सब जग उपजा। कई किस्म की अजीबो गरीब फिलासफीयां हैं। परन्तु देव धर्म विकासवाद की थ्यूरी को मानता है। देव धर्म विश्व को किसी का पैदा किया हुआ नहीं मानता। नेचर की हर घटना किसी विधि के द्वारा होती है, इस खास विधि को नेचर का नियम कहते हैं। यह नियम किसी की इच्छा से नहीं बदलते, यह सब के लिए समान हैं। मनुष्य ने नेचर के बहुत से नियमों को जाना है, इन नियमों को जानकर अपनी बहुत सी समस्याओं को हल निकाला है। हितकर नियमों को पालन करना मनुष्य मात्र का फर्ज़ है। नेचर के चारों जगतों में यह नियम काम करते हैं। मनुष्य जगत में दुख वा हानि से बचने का नियम है। यह नियम है कि वह उच्च संगत को जाने और उससे लाभ उठाए। परम पू० भगवन देवात्मा के देव असरों में कैसे मनुष्य बदल कर हितकर जीव बन जाते हैं, इसकी कई सुन्दर उदाहरणें दी। सरदार अनोख सिंह जी, श्रीमान स्वामी गोबिन्द राम जी के महान परिवर्तन इसी महान नियम के द्वारा हुए हैं। सभापति जी ने इस नियम के अपने जीवन में पूरा होने से जो तबदीली आई वह बताकर इस नियम को स्पष्ट

शेष पेज 17 पर

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