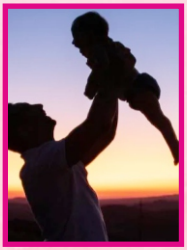
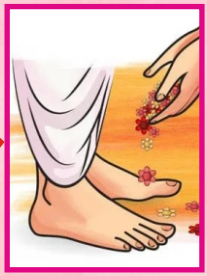


जीवनपथ

₹ 10/- 1



JEEVANPATH

Vol. No. 12, Issue No. 1 (₹ १०/- प्रचार के लिए) Mumbai, 15th June 2023
Website : www.jeevanjyot.in Total 44 Pages E-mail : jeevan_jyot@yahoo.in

ॐ सर्वे भवन्तु सुखिनः सर्वे सन्तु निरामया ।

श्री जलाराम अन्नदान क्षेत्र... जय श्री जलाराम बापा' समाज के लोकहित की भावना में पूर्ण रूप से गैरव्यावसायिक मुखपत्र जीवन ज्योत' कैंसर रिलीफ एण्ड केअर ट्रस्ट की भेंट

तस्वीर बोल रही हैं मातुश्री कांताबेन चुनीलाल गगलदास शाह (सेरीसा-खेतवाडी) प्रेरित जीवदया की

कौंए की चोंच से घायल कबूतर को डॉक्टर को दिखाते हुए जीवन ज्योत संस्था के जीवदया विंग के कार्यकर्ता ।

गरीब, निराधार कर्करोगग्रस्त मरीजों को अन्नक्षेत्र में, जीवदया में और टॉयबैंक में अनुदान देने वाले और इस अंक के सौजन्यदाता
मातुश्री देवकाबेन मुलजी कानजी गाला की ८ वीं पुण्यतिथि पर और
श्रीमती नलिनीबेन वृजलाल मुलजी गाला की ५ वीं पुण्यतिथि पर (दुर्गापुर-नवावास)

बाल केन्सरग्रस्त मरीज़ों को नोटबुक और स्कूल बैग वितरीत कर रहें
जीवन ज्योत संस्था के संस्थापक व मेनेजींग ट्रस्टी
श्री हरखचंदभाई सावला (बाड़ावाला)।

अस्पताल में लगातार ४ माह तक संस्था द्वारा मरीज़ों
को आम व आम जूस का वितरण ।

विशेष सूचना : यह पुस्तिका आपको सप्रेम भेंट के रूप में भेजी है । इस पुस्तिका को आप अपने मित्र-परिवार को पढ़ने के लिए दीजिए, ताकि उनसे कॅन्सर पीड़ित रोगियों को आपके अनुदान व सहयोग का कवच मिल सके । आपकी इस सेवा के लिए हम आपके चिरकाल तक ऋणी रहेंगे ।

स्थापना : १९८३

जीवनपथ

पथदर्शक : श्री खेतशी मालशी सावला

मार्गदर्शक : श्री बुद्धिचंद मारू

मुद्रक/स्थापक/प्रकाशक : हरखचंद सावला

संपादक : चन्द्रा शरद दवे

सह संपादक : आशा दसोंदी

मुख्य कार्यालय

जीवन ज्योत कैंसर रिलीफ एण्ड केअर ट्रस्ट

५/६ कोंडाजी चाल, जेरबाई वाडिया रोड,
टाटा हॉस्पिटल के पास, पेट्रोल पंप के सामने, परेल,
मुंबई-१२. मो.: ९८६९२०६४००/९०७६१६९३५५

कोलकता कार्यालय

विनेश शेठ (गोपाल), ५, तल मजला,
खीरुप्लेस, कोलकता- ७०० ०७२. टे.: २२१७७८३४

जलगांव कार्यालय

शाह राघवजी लालजी सतरा (गुंदाला)
१०९, पोलनपेथ, जलगांव- ४२५००१
दूरध्वनि:०२५७-२२२४१५६ मो: ०९६७३३६४२९०

पनवेल कार्यालय

सी६-१३:०४, सेक्टर-१८,
रोड नं.-२, अभ्युदय बेंक के पास,
न्यु पनवेल (ईस्ट) पीन - ४१० २०६

(कायदाकीय अधिकार क्षेत्र मुंबई रहेगा)

इस पुष्प की पंखुडियाँ

सम्पादक की लेखनी से...	४
भजन : चरणों में जगह देना	७
अमीरों का पहला नियम - नया काम करना.	९
काव्य : माँ	११
पथ के दावेदार	१२
सही सूझबूझ	१५
परनिंदा से सकारात्मक ऊर्जा का सफाया ...	२०
महाराष्ट्र की संत परंपरा	२१
स्वकर्मो से व्यक्तित्व का निर्माण/पहचान ..	२४
आत्म-छवि : सीमारहित जीवन की कुंजी ..	२७
आजमाकर देखिए - दमा और हांफनी	२९
दोषी	३०
धर्मपुत्र	३१
निदान की सरलतम पद्धति एक्युप्रेशर	३५
सोच में परिवर्तन	३६
श्रद्धा की खरल में घंटी हुई चिकित्सा	३९
हास्य का हसगुल्ला	४२

इस अंक में प्रकाशित होने वाले लेख लेखक के अपने स्वतंत्र विचार हैं । उसके साथ संस्था के संपादक और पदाधिकारी सहमत हो यह आवश्यक नहीं है । अंक में दिए गए उपचार और सलाह का उपयोग अनुभवी की सलाह लेकर ही करें ।

अब वेबसाइट पर "जीवनपथ" पढ़ सकते हैं

www.jeevanjyot.in

ट्रस्ट रजि. नं. P.T.R.E.-17259 (M) - F.C.R.A. 083780700 ❁ CSR Registration No. CSR 00002659
TI.T. EXEMPTION, DIT (E), MC/8E/80G/53(2009-11) ❁ **Email :** jeevan_jyot@yahoo.in

ॐ अरिहंते नमो नम:
संसार के प्रत्येक जीव का हर क्षण मंगलमय हो।

संपादक की लघु लेखनी से...

प्रिय मान्यवर पाठको,

सदा निडर रहो

एक बार एक तालाब में बहुत सारी मछलियाँ रहती थीं। हर दिन, वे सुबह एक खौफ के साथ उठते - मछुआरे का जाल!

मछुआरा हर सुबह वहाँ होगा, बिना अपना जाल डाले। और बिना चूके हर सुबह उसमें बहुत सारी मछलियाँ फँस जातीं। कुछ लोग आश्चर्यचकित हो जाएँगे, कुछ झपकी लेते हुए पकड़े जाएँगे, कुछ को छिपने के लिए कोई जगह नहीं मिलेगी, जबकि कुछ अन्य, भले ही छिपे हुए खतरे से अवगत हों, घातक जाल से बचने का कोई उपाय नहीं खोज पाएँगे। मछलियों में एक युवा मछली थी जो हमेशा खुश रहती थी। उसे मछुआरे के जाल से कोई डर नहीं था और ऐसा लगता था कि उसने जिंदा रहने और जिंदा रहने की कला में महारत हासिल कर ली है।

सभी वरिष्ठ मछलियाँ सोच रही थीं कि इस छोटी मछली का रहस्य क्या हो सकता है। यह इतना अच्छा प्रबंधन कैसे कर सकता था जब उनका संचयी अनुभव और ज्ञान उन्हें नेट से बचाने के लिए पर्याप्त नहीं था। अपनी जिज्ञासा को सहन करने में असमर्थ और जाल से बचने का रास्ता खोजने के लिए बेताब, सभी मछलियाँ एक शाम इस छोटी मछली के पास गईं और पूछा, ''क्या आपको मछुआरे के जाल में फँसने का डर नहीं है, कल सुबह वह फिर कब वापस आएगा ??''

छोटी मछली मुस्कुराई, ''नहीं! मैं कभी उसके जाल में नहीं फसूँगी!

''हमारे साथ साझा करें, आपके आत्मविश्वास और सफलता के पीछे का रहस्य,'' बड़ों ने निवेदन किया।

''बहुत आसान,'' छोटी मछली ने कहा।

''जब मछुआरा अपना जाल डालने आता है, तो मैं दौड़कर उसके चरणों में ठहर जाती हूँ। यह एक ऐसी जगह है जहाँ नेट कभी नहीं पहुँच सकता, भले ही मछुआरा डालना चाहे! इसलिए, मैं कभी पकड़ी नहीं जाती।''

सभी मछलियाँ छोटी मछली के ज्ञान की सरलता पर अचंभित थीं।

इसी तरह जब हम सर्वशक्तिमान को समर्पण करते हैं, तो हम चिंता और तनाव के जाल से बच सकते हैं। ■

–: दानवीर दाताओं के लिए विशेष सूचना :–

दानवीर दाताओं द्वारा जीवन ज्योत संस्था के बैंक खाते में दान करने के बाद, जीवन ज्योत संस्था के कार्यालय पर ईमेल : jeevan_jyot@yahoo.in या वोट्सएप नं. ९८६९२०६४०० पर अपना नाम, पत्ता, पॅनकार्ड नं. और दान कोर्पस या सामान्य में हैं यह जानकारी दे ।

दाता के उपरोक्त विवरण के अभाव में, संस्था को आपके दान की राशि पर ३५% कर का भुगतान करना पड़ता है। जिसके कारण कैंसरग्रस्त मरीज़ों के लिए उपलब्ध धनराशि में कमी आती है ।

भारत सरकार के वित्त मंत्रालय से विदेश से अनुदान स्वीकार करने के लिए विशेष स्वीकृति प्राप्त हुई है। अतः विदेश से दान देने के इच्छुक दानवीर दाताओंसे FCRA का बैंक खाता नंबर संस्था के कार्यालय से प्राप्त करने का अनुरोध है । प्राप्त जानकारी के अनुसार कोई अज्ञात व्यक्ति जीवन ज्योत संस्था के नाम का उपयोग करके डुप्लीकेट रसीद और प्रमाणपत्र पर अनुदान एकत्र कर रहा है। यदि दाताओं को कोई संदेह हो, तो अनुदान देने से पहले कृपया जीवन ज्योत संस्था के कार्यालय में संपर्क करें ।

बैंक का नाम / IFSC नं.	खाता नं.	ब्रांच
बैंक ऑफ महाराष्ट्र MAHB0000563	20059826756	परेल, (भोईवाडा)
बैंक ऑफ बरोडा (देना बैंक) BARB0DBSUNX (5th Character is Zero)	99290100008461	लोअरपरेल
स्टेट बैंक ऑफ इंडिया SBIN0001884	31171138885	परेल
एच.डी.एफ.सी. बैंक HDFC0001473	14731450000017	परेल

संस्था के अनेक समाजसेवी प्रकल्पों में से कुछ प्रकल्प दाताओं के नाम पर कार्यान्वित हैं

१) श्रीमती नलिनीबेन बिपीनचंद्र मेहता : कैंसर डिटेकशन सेन्टर
२) श्रीमती चंपाबेन झुमखराम शाह : कोलोस्टोमी बैग सेन्टर
३) श्रीमती साकरबेन एल. डी. शाह (बिदड़ा) : जलाराम अन्नदान क्षेत्र
४) श्रीमती पुष्पावंती किशोरभाई भोजराज (मेराउ) : ऐम्ब्युलन्स् सेवा
५) श्रीमती नयनाबेन बिपीनभाई दाणी : वरिष्ठ नागरिक आइकार्ड सेवा
६) श्रीमान महेन्द्रभाई मणिलाल गांधी (लिंबोद्रा) : ब्लैक मोलाइसीस दवा
७) श्रीमान डुंगरशीभाई मुलजी मारू (काराघोघा) : आधुनिक उपकरण.
८) कु. साईशा - नाईशा दाणी : टॉय बैंक
९) मातुश्री खेतबाई देवराज मारु (हालापुर) : चेरी. डिस्पेन्सरी
१०) मातुश्री कांताबेन चुनीलाल गगलदास शाह (सेरीसा) : जीवदया
११) मातुश्री चंद्राबेन जयंतिलाल चत्रभुज मोदी : हल्दी दूध योजना
और मातुश्री लाछबाई हीरजी करमशी भेदा (समाघोघा)
१२) श्री हरीराम माथुराम अग्रवाल (चेम्बुर) : फल वितरण
१३) मातुश्री सुशीलाबेन कांतिलाल दाणी (हरसोल) : एनिमल ऐम्ब्युलन्स् मेईन्टनन्स
१४) मातुश्री ललिताबेन बिहारीलाल शाह (सांताक्रुझ) : ओजोन थेरेपी सेन्टर
१५) मातुश्री ताराबेन जयंतिलाल वाघाणी (माटुंगा) : जीवन ज्योत ड्रग बैंक
१६) देविका सोमचंद लालका (अमलनेर)
(स्व. कु. हंसाबेन रतनशी लोडाया) : कॉम्पिटिशन् योजना
१७) मयुरभाई महेता और जितेन्द्र पारेख : ऐम्ब्युलन्स् मेईन्टनन्स
१८) मातुश्री इन्दुमति महेन्द्र गांधी (लिंबोद्रा-बोरीवली) : पेथोलोजी सेन्टर
१९) श्रीमती मंजुलाबेन नटवरलाल शाह (हरसोल) : ब्लड बैंक
२०) श्रीमान नटवरलाल बुलाखीदास शाह (हरसोल) : मेडिकल कैम्प
२१) श्रीमती नलिनीबेन रसीकभाई जादवजी शाह : ऐम्ब्युलन्स् सेवा
२२) स्व. श्री इन्दरचंद लख्खीचंद खींवसरा (धुलिया) : पस्ती योजना
२३) डॉ. रमेश मंत्री : अनाज वितरण

भजन

चरणों में जगह देना

(तर्ज : ऐ मेरे दिले नादान...)

गुरुदेव दया करके, मुझको अपना लेना।
मैं शरण पड़ा तेरी, चरणों में जगह देना ।।

करुणा निधि नाम तेरा, करुणा दिखलाओ तुम ।
सोए हुए भाग्यों को, हे नाथ जगाओ तुम ।
मेरी नाव भंवर डोले, उसे पार लगा देना।
गुरुदेव दया करके .....

तुम सुख के सागर हो, निर्धन के सहारे हो।
इस तन में समाए हो, मुझे प्राणों से प्यारे हो।
नित माला जपूं तेरी, नहीं दिल से भुना देना।
गुरुदेव दया करके .....

पापी हूँ या कपटी हूँ जैसा भी हूँ तेरा हूँ।
घर बार छोड़कर मैं, जीवन से खेला हूँ।
दुःख का मारा हूँ मैं, मेरा दुःखड़ा मिटा देना।
गुरुदेव दया करके .....

मैं सबका सेवक हूँ, तेरे चरणों का चेरा हूँ।
नहीं नाथ भुलाना मुझे, इस जग में अकेला हूँ।
तेरे दर का भिखारी हूँ, मेरे दोष मिटा देना।
गुरुदेव दया करके .....

गत महीने की संस्था की गतिविधियाँ

- अन्नक्षेत्र में भोजन के ३५ तथा हल्दी दूध के १७ कार्ड बनाए।
- १४७ कैंसरग्रस्त परिवारों को अनाज वितरित किया गया ।
- प्रतिदिन १७४ मरीज़ों को फल दिया गया ।
- प्रतिदिन ६० मरीज़ों को सुबह का नाश्ता दिया गया ।
- प्रतिदिन ६१ मरीज़ों को दोपहर का नाश्ता दिया गया ।
- ८ मरीज़ों को रक्त के लिए सहायता प्रदान की गई।
- १४ मरीज़ों के रहने की व्यवस्था की गई।
- १९ मरीज़ों को अलग-अलग संस्था में आवेदन पत्र देकर उपचार पत्र बनाकर दिए गए, जिससे उन्हें अच्छा प्रतिसाद मिल रहा है।
- कैंसर पीड़ित मरीजों को ५,९९,३२०/- रु. की दवाएँ दी गई ।
- अन्य मरीजों को ३,४७,५००/- रु. की दवाएँ दी गई ।
- २३ घायल पशु-पक्षीओं को ईलाज के लिए अस्पताल पहुँचाया गया ।
- पशु-पक्षीओं के ईलाज के लिए रु. ४,८०,३००/- की दवाएँ दी गई ।
- अपंग व्यक्तिओं को ३ वोकर, १ वॉकिंग स्टीक, २ कमोड चेअर, ४ व्हिलचेअर, ४ पलंग, ४ ऑक्सिजन मशीन और ८ ऑक्सिजन सिलेण्डर दिए गये।
- १७ कैंसरग्रस्त मरीज़ों की फाईल बनाई गई ।
- १३४ मरीज़ों ने निःशुल्क ऐम्ब्युलेंस् सेवा का लाभ लिया ।
- १४ कर्करोग पीड़ितों को कोलोस्टॉमी बेग कम कींमत पर दी गई ।
- ४ लावारिस कैन्सरग्रस्त मरीजों का अंतिम संस्कार किया गया ।

देहदान प्रतिज्ञा पत्र

जीवन ज्योत कैंसर रिलीफ एन्ड केअर ट्रस्ट की विभिन्न प्रवृत्तियों में से एक प्रवृत्ति 'देहदान' की है, किसी भी भाई-बहन की इच्छा वसियत (विल) (मरने से पहले के घोषणापत्र) बनाने की हो, तो स्वतः के हाथ से एक प्रतिज्ञापत्र भरना होगा। स्वतः के शरीर या शरीर के किसी भी भाग को आधुनिक प्रगति के लिए या मेडिकल साइन्स के विद्यार्थियों के काम में आए इस हेतु से प्रतिज्ञापत्र बनाए गये हैं। प्रतिज्ञापत्र जीवन ज्योत संस्था के कार्यालय से आपको मिलेंगे या कुरियर द्वारा आपको पहुंचा दिये जाएंगे।

विशेष जानकारी

अमीरों का पहला नियम
नया काम करना

नया काम करने की आदत ही इंसान को पशुओं से अलग करती है। पशु नया काम नहीं करते हैं। उदाहरण के लिए, तोता दूसरों की सुनी कुछ बातें ही दोहरा सकता है । कुत्ता आज तक पेड़ पर चढ़ना नहीं सीख पाया है और गाय-बैल पालतू बनने के बाद भी दो पैरों पर चलना नहीं सीख पाए हैं। निष्कर्ष यह है कि पशुओं में कोई नया काम करने या सीखने की इच्छा नहीं होती, जब तक कि इंसान उन्हें सिखा न दे। उनमें सीखने की क्षमता तो होती है, जैसा हम अक्सर सर्कस में देखते हैं, जब शेर आग के गोले में से छलांग लगाते हैं या भालू दो पैरों पर खड़े होकर नाचते हैं। बहरहाल, ये काम पशु तभी कर पाते हैं, जब इंसान उन्हें सिखाता और प्रशिक्षित करता है। उनके मन में स्वयं कोई नया काम या प्रगति करने का विचार नहीं जागता है । ऐसा इसलिए है, क्योंकि पशुओं को ईश्वर ने बुद्धि का वरदान नहीं दिया है। बुद्धि मनुष्य को मिला वह ईश्वरीय वरदान है, जिसकी वजह से वह नया काम कर सकता है और स्वयं को प्रगति के पथ पर ले जा सकता है।

मनुष्य ने आज तक जितनी भी प्रगति की है, वह सब नया काम करने की आदत का ही परिणाम है । उसने आहार के लिए प्रकृति पर निर्भर रहने के बजाय स्वयं फसल उगाना सीखा। उसने अपने काम के बोझ को हल्का करने के लिए पशुओं को पालतू बनाया। उसने मौसम के आघातों से बचने के लिए कपड़े बनाना और पहनना सीखा। उसने गुफा के बजाय घर बनाना सीखा। उसने विचारों के संप्रेषण के लिए भाषा का आविष्कार किया और भाषा के स्थायी संप्रेषण के लिए पुस्तकों का। उसने प्रकृति के रहस्यों को समझते हुए वैज्ञानिक आविष्कार किए। उसने आग जलाना सीखा, हथियार बनाना सीखा और पहिए का आविष्कार किया । नया काम करने की आदत की बदौलत ही मनुष्य ने औद्योगिक क्रांति और संचार क्रांति करके मानव जाति को सुख-समृद्धि

के अभूतपूर्व सोपान पर लाकर खड़ा कर दिया है । नया काम करने की आदत ही इंसान की समूची प्रगति की नींव है । यदि मनुष्य में यह आदत नहीं होती, तो हम अब भी गुफाओं में रह रहे होते और पुरुष शिकार पर जाते तथा महिलाएँ गुफा में बैठकर आग की रखवाली कर रही होतीं।

हमारे आस-पास की हर वस्तु चाहे वह सेफ्टी पिन हो या टेलीफ़ोन, इस दुनिया में सिर्फ़ इसलिए आई, क्योंकि किसी व्यक्ति ने उसके निर्माण के बारे में सोचा और अपने विचार को साकार करने के लिए मेहनत की। नया काम करने की आदत वह मूलभूत आदत है, जो प्रगतिशील समाज के केंद्र में होती है। यही वह आदत है, जिसकी वजह से इंसान घिसे-पिटे पारंपरिक रास्ते पर चलने के बजाय अपना अलग रास्ता बनाता है। यही वह आदत है, जिसकी वजह से इंसान अपना वजूद खोजता है और लोकप्रियता पाता है । यही वह आदत है, जिसकी वजह से इंसान समाज को सुखी और खुद को अमीर बनाता है।

जॉर्ज वॉशिंगटन कार्वर ने कहा है, ''सफलता का कोई शॉर्टकट नहीं होता।'' लेकिन अमीरी का अगर कोई शॉर्टकट है, तो वह है नया काम करना, नई चीजों का आविष्कार करना, काम करने के नए तरीके खोजना । जब कोई व्यक्ति समाज की किसी आवश्यकता को पूरा कर देता है, तो समाज खुश होकर उसे पुरस्कार देता है और नया काम करने वाला अमीर बन जाता है। गौर करने वाली बात यह है कि अमीरी का मानदंड हमेशा बदलता रहता है। पहले पशु धन को अमीरी का पैमाना माना जाता था, फिर भूमि को, फिर स्वर्ण या हीरों को । औद्योगिक क्रांति के बाद ये पारंपरिक मानदंड बदल चुके हैं। संचार क्रांति होने के बाद अमीरी सिर्फ़ एक नए विचार तक सिमटकर रह गई है। आज सिर्फ़ एक क्रांतिकारी नए विचार से ही आप अमीर बन सकते हैं। व्यवसाय की दुनिया अब असेम्बली लाइन के युग से बाहर आ चुकी है और विचारों के युग में क़दम रख चुकी है, इसलिए विचार पहले से कहीं अधिक मूल्यवान हो गए हैं। जैसा नेपोलियन हिल ने कहा है, ''विचार ही समस्त दौलत का शुरुआती बिंदु है।''

■

काव्य

माँ

तुम्हारे ही मोह के बन्धन में
माँ मेरा यह हृदय
पागलों की भांति
तुम्हें पाने की आशा में
भाग रहा है, पवन की गति से
माँ तुम मुझे हँसाओ
या चाहे मुझे रुलाओ
पर करूँ क्या
तुम्हारी तरफ देखते ही
तुम्हारी आंखों में देख ममता
मेरी आंखें छलक पड़ती हैं
तुम्हारे स्वर्णिम रूप को देखकर
ये तन-मन दोनों जलने लगते हैं
तुम्हारे स्नेह को पाने के लिये आतुर हो,
आकुल व्याकुल हो जाता है मन
माँ मैं तुम्हारे दर का भिखारी
चाहता हूँ अर्पित करना, अपना सबकुछ
निष्काम कामना रहित होकर
स्वीकार करोगी ना बोलो, डर रहा हूँ मैं
माँ पाया था स्वप्न में तुम्हें
पुनः खोया भी स्वप्न में तुम्हें
माँ तुम हो अनामिका चितचोर
ख्याल आते ही
अभी क्षणिक पहले
पोंछा है आँखों का काजल
आज प्यार में तुम्हारे, अकेला में
मन भरे नहीं, फिर भी
मन चाहता है स्पर्श करना
तुम्हारे चरणों को भिखारी की तरह

■

कहानी

पथ के दावेदार

(गतांक से आगे)

– शरतचंद्र

कैसी आश्चर्यजनक बात है कि सव्यसाची नहीं पकड़ा गया। डेरे पर लौटकर, दाढ़ी-मूंछ बनाने से लेकर सन्ध्या-पूजा, स्नान, भोजन, कपड़े पहनने, ऑफिस जाने आदि नित्य के कार्यों में कोई बाधा नहीं हुई। लेकिन उसका मन किस बात पर सोच-विचार करने लगा था, उसका कोई पता नहीं। उसके नेत्र, कान और बुद्धि- अपने सभी सांसारिक विषयों से एकाएक विछिन्न होकर किसी एक अनजान, अदृष्ट राजद्रोही की चिन्ता में ही निमग्न हो गए। अपूर्व की ऐसी अन्यमनस्कता देखकर, तलवलकर ने पूछा - ''आज घर से कोई चिट्ठी आई है क्या?''

अपूर्व ने कहा - ''नहीं तो।''

''घर में सब कुशल तो है न?''

अपूर्व बोला - ''जितना जानता हूँ-सब कुशल ही है।''

रामदास ने फिर कोई प्रश्न न किया। टिफिन के समय दोनों एक ही साथ जलपान करते थे। रामदास की स्त्री ने एक दिन अपूर्व से अत्यन्त आग्रहपूर्वक अनुरोध किया था कि जितने दिनों तक आपकी मां अथवा घर की और कोई आत्मीय नारी, इस देश में आकर डेरे की उपयुक्त व्यवस्था नहीं करती, उतने दिनों तक इस छोटी बहन के हाथ की बनाई हुई थोड़ी-सी मिठाई प्रतिदिन आपको लेनी ही पड़ेगी। अपूर्व सहमत हो गया था। ऑफिस का एक ब्राह्मण चपरासी वह सब ला देता था। आज भी जब वह पास के एकान्त कमरे में भोजन सामग्री सजाकर रख गया, तब भोजन करने बैठकर अपूर्व ने स्वयं ही प्रसंग छेड़ दिया - ''कल मेरे डेरे पर चोरी हो गई, सबकुछ चला जा सकता था, मगर केवल ऊपर की मंजिल पर रहने वाली उस क्रिस्तान लड़की की कृपा से रुपये-पैसे के अतिरिक्त और सबकुछ बच गया।'' फिर सविस्तार सब कह सुनाया - ''वास्तव में वह ऐसी कार्य कुशल लड़की है, ऐसा तो मुझे नहीं मालूम होता था।''

रामदास ने पूछा - ''इसके बाद ?''

अपूर्व ने कहा - ''तिवारी घर में था नहीं-बर्मी नाच देखने चला गया था, उसी

बीच यह घटना हो गई। उसका विश्वास है कि यह काम उस लड़की के अतिरिक्त और किसी ने नहीं किया। मेरा भी कुछ-कुछ ऐसा ही अनुमान है। चोरी भले ही न करे, मगर सहायता उसने अवश्य की है।''

''इसके बाद ?''

''फिर सवेरे पुलिस में खबर देने गया, लेकिन पुलिस में जाकर ऐसा तमाशा देखा कि फिर उस बात का स्मरण ही न रहा। आज सोच रहा हूँ कि पुलिस से चोर डाकुओं को पकड़वाना व्यर्थ है। यही अच्छा है कि वे लोग विद्रोहियों को ही गिरफ्तार करते रहें।'' यह कहते ही उसको गिरीश महापात्र की बात याद पड़ गई। हंसी रुकने पर उसने अपने विज्ञान और चिकित्सा शास्त्र के असाधारण ज्ञाता, विलायत के डॉक्टर उपाधिधारी, राजशत्रु महापात्र के स्वास्थ्य, उसकी शिक्षा और रुचि, उसका बल वीर्य, इन्द्रधनुषी रंग का कुर्ता, हरे रंग का मोजा, लोहे का नाल लगा पम्प-शू, नीबू के तेल से सुवासित केश और सर्वोपरि परहिताय गांजे की चिलम का आविष्कार करने की कथा विस्तारपूर्वक वर्णन करते-करते अपनी उत्कट हंसी का वेग किसी प्रकार और एक बार रोककर, अन्त में कहा- ''तलवलकर, महाचतुर पुलिस दल को आज की तरह नासमझ और मूर्ख बनते सम्भवतः किसी ने कभी नहीं देखा!''

रामदास ने पूछा - ''क्या ये लोग आपके बंगाल की पुलिस के हैं?''

अपूर्व ने कहा - ''हां! इसके अतिरिक्त लज्जाजनक बात यह है कि इनके जो अध्यक्ष हैं, वे मेरे पिताजी के मित्र हैं। बाबूजी ने ही एक दिन इनकी नौकरी लगाई थी।''

''तब तो आपको किसी दिन इसका प्रायश्चित करना पड़ेगा।'' यह बात कहकर रामदास एकाएक अप्रतिभ-सा हो गया । अपूर्व उसका मुँह देखकर उसका तात्पर्य समझ गया। बोला - ''मैं उनको चाचा कहता हूँ। वे हमारे आत्मीय हैं, शुभाकांक्षी हैं, लेकिन क्या इसी से वे मेरे लिए देश से बढ़कर हैं? नहीं ! वरन् जिनको वे देश के रुपये खर्च करके, देश के ही आदमियों द्वारा, शिकार की भांति पकड़ने के लिए घूम रहे हैं, वे ही मेरे परम आत्मीय हैं।''

रामदास बोला - ''बाबूजी, यह कहने में भी विपत्ति है।''

अपूर्व बोला - ''भले ही हो। तलवलकर, केवल अपने ही देश में नहीं, संसार के

जिस किसी देश में, जिस किसी युग में, जिस किसी ने अपनी जन्म भूमि को स्वतन्त्र करने की चेष्टा की है उनको अपना कहने की सामर्थ्य और किसी में चाहे न हो, मुझमें है!'' यह कहते कहते उसका कण्ठ-स्वर तीक्ष्ण और नेत्रों की दृष्टि प्रखर हो उठी - ''बिना अपराध के ही फिरंगी लड़कों ने जब मुझे लात मारकर प्लेटफार्म से बाहर निकाल दिया और जब मैं इसका प्रतिवाद करने के लिए गया, तब अंग्रेज स्टेशन मास्टर ने मुझे केवल देशी आदमी समझकर ही दफ्तर से कुत्ते की तरह निकाल दिया। उसकी लांछना इस काले चमड़े के नीचे कम जलन नहीं पैदा करती तलवलकर! जो लोग इन जघन्य अत्याचारों से हमारी बहनों, माताओं और भाइयों का उद्धार करना चाहते हैं, उनको अपना कहकर पुकारने में जो भी कष्ट झेलने पड़ें, मैं सहर्ष झेलने को प्रस्तुत हूँ।''

रामदास का सुन्दर, गौर मुख क्षण-भर के लिए लाल हो उठा, बोले - ''यह दुर्घटना तो मुझसे आपने कभी नहीं बताई।''

अपूर्व बोला - ''कहना सरल नहीं रामदास ! वहां हिन्दुस्तान के कम आदमी नहीं थे, लेकिन मेरा अपमान किसी के भी शरीर पर न लग सका। लात की चोट से मेरी हड्डी पसली नहीं टूटी-इसी कुशल- समाचार से वे लोग प्रसन्न हो गए। तुमको मैं क्या बताऊँ स्मरण पड़ने पर दुख, लज्जा तथा घृणा से अपने ही आप मानो मैं मिट्टी में गड़ जाता हूँ!'' *(क्रमशः)*

कर्क रोग की भयानकता

दाताओं के नाम	एरिया	रुपए
☆ लीलाराम छापेरवाल	वाशी	१३,५००/-
☆ अमरलाल लक्ष्मनदास कालरा	अंधेरी	१०,०००/-
☆ शैलेष गणपत चव्हाण	ठाणे	५,०००/-
☆ प्रभाकर एस. शिरीशकर	लोअर परेल	५,०००/-
☆ शंकर जी. गारगोटे	परेल	५,०००/-
☆ जयकिशन जिंदे	सायन	२,०००/-
☆ शीतल रंजन लोखंडे	वर्ली	२,०००/-
☆ अर्चना सुबोध केंम्भावी	कलवा	१,०००/-

कहानी

सही सूझबूझ

पहले समय में विंध्य प्रदेश के एक गाँव में हरिहरन नाम का एक किसान रहता था। उसके तीन बेटे थे - हरिमोहन, हरिशरण एवं हरिप्रकाश । हरिहरन एक बुद्धिमान व्यक्ति था। खेती से जो भी कमाई होती, वह उसमें से प्रतिवर्ष पैसा बचाकर रखता था, ताकि वह पैसा आड़े समय में काम आए। इस प्रकार बचत करके उसने काफी धन जमा कर लिया था।

जब उसके तीनों बेटे जवान हुए तो एक दिन उसने उन्हें अपने पास बुलाया और उनसे कहा - ''देखो बेटो। अब तुम युवा हो गए हो। मेरी इच्छा है कि तुम अब शहर जाकर अपने लिए कोई काम ढूंढो या फिर कोई व्यापार करो। गाँव में रहकर तो तुम मात्र एक किसान बनकर ही रह जाओगे। मेरी कुल जमा पूंजी इस समय दस हजार अशर्फियां हैं। उनमें से मैं तुममें से प्रत्येक को तीन हजार अशर्फियां दिए देता हूँ। एक हजार अशर्फियां मैं स्वयं के लिए रख लेता हूँ। तुम उन अशर्फियों के द्वारा अपने धन में वृद्धि करो । खुद परिश्रम करो और स्वावलम्बी बनो, क्योंकि स्वावलम्बन का आनंद ही कुछ और है।'' ऐसा कहकर हरिहरन ने अपने प्रत्येक बेटे को तीन हजार अशर्फियां देकर उन्हें शहर में भेज दिया।

एक साल बाद हरिहरन के तीनों बेटे शहर से लौटे। हरिहरन ने उन्हें फिर अपने पास बुलाया और बड़े बेटे हरिमोहन से पूछा - ''हाँ तो बेटा हरिमोहन पहले तुम बताओ। इतने दिन में तुमने शहर में झाकर क्या कुछ कमाया ?''

इस पर हरिमोहन ने अपने थैले से एक दर्पण निकाला और पिता के सामने रख दिया। बोला ''पिताजी, मैं बड़ी मेहनत के बाद ही इस दर्पण को प्राप्त कर सका हूँ। इस दर्पण को आप कोई मामूली दर्पण न समझो, यह एक जादुई दर्पण है।''

''भला मैं भी तो सुनूं कि क्या गुण है इसमें ?'' पिता ने उत्सुकता से पूछा।

''पिताजी, इस दर्पण के द्वारा आप दुनिया के किसी भी दृश्य को घर बैठे देख सकते हैं। यह मेरे संकेत के अनुसार काम करता है। यदि कोई दूसरा व्यक्ति इससे कहे

कि मुझे अमुक दृश्य या अमुक व्यक्ति को दिखाओ तो यह उसका आदेश नहीं मानेगा। तब यह एक सामान्य दर्पण ही बना रहेगा ।''

हरिहरन ने अब अपने दूसरे बेटे हरिशरण से पूछा - ''तुम बताओ बेटे, तुम शहर से क्या अर्जित करके लाए ?'' इस पर हरिशरण ने निकट ही खूंटे से बंधे एक घोड़े की ओर संकेत करके कहा - ''पिताजी, मैं यह घोड़ा लाया हूँ। इस पंचकल्याणी घोड़े को आप साधारण घोड़ा न समझें, बहूत चमत्कारी घोड़ा है यह।''

''अच्छा, क्या चमत्कार कर सकता है यह घोड़ा ?'' पिता ने पूछा ।

हरिशरण बोला - ''यह घोड़ा न सिर्फ जमीन पर दौड़ता है, बल्कि जल और आकाश में भी समान गति से दौड़ सकता है। इसकी गति इतनी तेज होती हैं कि पलक झपकते ही यह कोसों दूर निकल जाता है। किन्तु यह केवल मेरा आदेश मानता है। दूसरा कोई आदमी इस पर बैठना चाहे, तो पहले तो यह उस व्यक्ति को सवारी करने ही नहीं देगा और यदि वह व्यक्ति किसी तरह इस पर चढ भी गया तो यह टस से मस नहीं होगा, चाहे इस पर कितने ही चाबुक क्यों न बरसाए जाएँ।''

इसी प्रकार तीसरे पुत्र से पूछने पर उसने अपनी उँगली में पहनी अंगूठी पिता को दिखा दी और कहा - ''पिताजी, देखिए इस अंगूठी को, यह किसी सितारे की भांति रात को चमकती है।''

''रात को तो दूसरे भी कई रत्न चमकते हैं।'' पिता ने बेसब्री से कहा - ''तुम तो मुझे यह बताओ कि इसका विशेष गुण क्या है ?''

''पिताजी, इसका विशेष गुण यह है कि इसे पहनकर दूसरे लोगों की निगाहों से ओझल हुआ जा सकता है। यदि आप इस अंगूठी को पहने हुए हैं तो बेशक आप लाखों लोगों की भीड़ में चले जाईये, कोई आपको देखेगा नहीं, जबकि आप सब कुछ देख सकेंगे।''

''तब तो यह भी एक चमत्कारी वस्तु हुई।'' पिता ने कहा - ''अच्छा, यह तो बताओ, क्या इसे पहनकर हर कोई व्यक्ति ओझल हो सकता है या कि यह तुम्हारी अंगूठी भी सिर्फ तुम्हारे ही संकेतो को पहचानती है।''

''अंगूठी पहनने के बाद कुछ संकेतात्मक शब्द बोलने पड़ते हैं, पिताजी, तभी यह अंगूठी अपना कार्य करती है और उन संकेतात्मक शब्दों को सिर्फ मैं जानता हूँ। मेरे बताने पर ही कोई व्यक्ति इस अंगूठी का उपयोग कर सकता है।''

तीनों पुत्रों की लाई हुई चीजों को देखकर हरिहरन ने कहा - ''पुत्रो ! तुम अद्भुत शक्तियों वाली चीजें ले तो अवश्य आए, पर रोजमर्रा की जरूरतें पूरी करने के लिए इनकी क्या उपयोगिता है ? यह दर्पण, घोड़ा और यह अंगूठी धन कमाने में कैसे सहायक सिद्ध हो सकते हैं? मेरे विचार से तो यह चीजें निरर्थक ही सिद्ध होंगी। इससे तो अच्छा था कि तुम शहर जाकर कोई व्यापार करते और खूब धन कमाकर घर लौटते।''

जिस समय हरिहरन अपने पुत्रों से वार्तालाप कर रहा था, उसी समय उन्होंने गाँव में ढोल बजने और फिर किसी के चिल्लाने की आवाज सुनी। तीनों उठकर घर से बाहर आ गए और यह जानने की कोशिश करने लगे कि यह ढोल किसलिए पीटा जा रहा है।

कुछ ही देर बाद ढोल बजाने वाला एक ढिंढोरची उन्हें नजर आ गया। ढिंढोरची ने ऊँचे स्वर में कहना शुरू किया - ''सुनो सुनो, सब लोग ध्यान से सुनो। हमारे राजा बसंतसेन की इकलौती बेटी मालविका को एक दुष्ट मांत्रिक उठाकर ले गया है। राजकुमारी मालविका इस राज्य की इकलौती वारिस हैं। राजा का आदेश है कि जो भी व्यक्ति उसकी परम सुन्दरी बेटी मालविका को उस मांत्रिक के चंगुल से छुड़ा लाएगा, राजकुमारी का विवाह उसी व्यक्ति के साथ कर दिया जाएगा। इतना ही नहीं, उसे राज्य के एक सम्मानित पद पर सुशोभित किया जाएगा।'' *(क्रमशः)*

हल्दी दुध योजना

दाताओं के नाम	एरिया	रुपए
❖ बीजल परीन शाह	दादर	२,१००/-
❖ निमिषा निलेश नकाशे	सात रस्ता	२,१००/-
❖ तन्वी दोशी	भांडुप	१,४००/-
❖ कमलेश टी. महेता	डोंबिवली	१,२००/-
❖ स्व. अर्चना परेश जयवंत की पुण्यस्मृति में ह. परेश जयवंत	दादर	७००/-
❖ नेहा संजय शर्मा	कामाठे	७००/-
❖ प्रीथा सुशांत गुप्ता	प्रभादेवी	७००/-

दुनिया का सबसे शक्तिशाली इंसान कौन ?

एक पिता ने अपने पुत्र की बहुत अच्छी तरह से परवरिश की ! उसे अच्छी तरह से पढ़ाया, लिखाया, तथा उसकी सभी आर्थिक, शैक्षणिक, सभी कामनाओ की सभी तरह से पूर्ती की ! फलस्वरूप उसका पुत्र एक सफल इंसान बना और एक मल्टीनेशनल कंपनी में सी.इ.ओ. बन गया ! उच्च पद, अच्छा वेतन, सभी सुख सुविधाएँ उसे कंपनी की और से प्रदान की गई ! समय गुजरता गया, उसका विवाह एक सुलक्षणा कन्या से हो गया ! और उसके एक सुन्दर कन्या भी हो गई ! पिता अब बूढा हो चला था ! एक दिन पिता को पुत्र से मिलने की इच्छा हुई और वो पुत्र से मिलने उसके शहर में उसके ऑफिस में गया ! वहाँ उसने देखा की उसका पुत्र एक शानदार ऑफिस का मालिक बना हुआ है । उसके ऑफिस में सेकड़ो कर्मचारी उसके मातहत कार्य कर रहे है ! ये सब देख कर पिता का सीना गर्व से फूल गया ! वो चुपके से उसके चेंबर में पीछे से जाकर उसके कंधे पर हाथ रख कर खड़ा हो गया ! और प्यार से अपने पुत्र से पुछा "इस दुनिया का सबसे शक्तिशाली इंसान कौन है?" पुत्र ने पिता को बड़े प्यार से हँसते हुए कहा, "मेरे आलावा कौन हो सकता है पिताजी !" पिता को इस जवाब की आशा नहीं थी, उसे विश्वास था की उसका बेटा गर्व से कहेगा 'पिताजी इस दुनिया के सब से शक्तिशाली इंसान आप है, जिन्होंने मुझे इस दुनिया का इतना शक्तिशाली बनाया !' उनकी आँखे छलछला आई ! वो चेंबर के गेट को खोल कर बाहर निकलने लगे ! उन्होंने एक बार पीछे मुड़ कर पुनः बेटे से पुछा, एक बार फिर बताओ "इस दुनिया का सब से शक्तिशाली इंसान कौन है ?" पुत्र ने इस बार कहा, "पिताजी आप है इस दुनिया के सब से शक्तिशाली इंसान !" पिता आश्चर्यचकित हो गए । उन्होंने कहा "अभी तो तुम अपने आप को इस दुनिया का सब से शक्तिशाली इंसान बता रहे थे । अब तुम मुझे बता रहे हो !" पुत्र ने हँसते हुए उन्हें अपने सामने बैठाते हुए कहा, "पिताजी उस समय आप का हाथ मेरे कंधे पर था, जिस पुत्र के कंधे पर या सर पर पिता का हाथ हो, वो पुत्र तो दुनिया का सबसे शक्तिशाली इंसान ही होगा ना, बोलिए पिताजी !" पिता की आँखे भर आई उन्होंने अपने पुत्र को कस कर के अपने गले लग लिया ! ■

लक्ष्य

एक लड़के ने एक बार एक बहुत ही धनवान व्यक्ति को देखकर धनवान बनने का निश्चय किया। वह धन कमाने के लिए कई दिनों तक मेहनत कर धन कमाने के पीछे पड़ा रहा और बहुत सारा पैसा कमा लिया। इसी बीच उसकी मुलाकात एक विद्वान से हो गई। विद्वान के ऐश्वर्य को देखकर वह आश्चर्यचकित हो गया और अब उसने विद्वान बनने का निश्चय कर लिया और अगले ही दिन से धन कमाने को छोड़कर पढने-लिखने में लग गया।

वह अभी अक्षर ज्ञान ही सिख पाया था, की इसी बीच उसकी मुलाकात एक संगीतज्ञ से हो गई। उसको संगीत में अधिक आकर्षण दिखाई दिया, इसीलिए उसी दिन से उसने पढाई बंद कर दी और संगीत सिखने में लग गया। इसी तरह काफी उम्र बित गई, न वह धनी हो सका, ना विद्वान और ना ही एक अच्छा संगीतज्ञ बन पाया। तब उसे बड़ा दुख हुआ। एक दिन उसकी मुलाकात एक बहुत बड़े महात्मा से हुई। उसने महात्मन को अपने दुःख का कारण बताया।

महात्मा ने उसकी परेशानी सुनी और मुस्कुराकर बोले, ''बेटा, दुनिया बड़ी ही चिकनी है, जहाँ भी जाओगे कोई ना कोई आकर्षण ज़रूर दिखाई देगा। एक निश्चय कर लो और फिर जीते जी उसी पर अमल करते रहो तो तुम्हें सफलता की प्राप्ति अवश्य हो जाएगी, नहीं तो दुनियां के झमेलों में यूँ ही चक्कर खाते रहोगे। बार-बार रूचि बदलते रहने से कोई भी उन्नत्ति नहीं कर पाओगे।'' युवक महात्मा की बात को समझ गया और एक लक्ष्य निश्चित कर उसी का अभ्यास करने लगा।

उपर्युक्त प्रसंग से हमें यह शिक्षा मिलती हैं कि हमें भी शुरुआत से ही एक लक्ष्य बनाकर उसी के अनुरूप मेहनत करनी चाहिए। इधर-उधर भटकने की बजाय एक ही जगह, एक ही लक्ष्य पर डटे रहने से ही सफलता व उन्नति प्राप्त की जा सकती हैं। ■

परनिंदा से सकारात्मक ऊर्जा का सफाया

दृष्टि कैसी हो, इसका सदैव ध्यान रखना चाहिए और दृष्टि का निरंतर परिष्कार करने का प्रयत्न करते रहना चाहिए। शेख सादी जब छोटे थे, तो उनके पिताजी ने एक बार मक्का जाने का कार्यक्रम बनाया। शेख सादी प्रत्येक बात में पिता का अनुसरण करते थे। पिताजी जैसा करते, वे वैसा ही करते। जिस दल में शेख सादी थे, उसका यह नियम था कि अलसुबह उठकर नहाने के उपरांत ख़ुदा की इबादत करना।

शेख सादी के पिताजी इस नियम का पालन करते और उन्होंने अपने पुत्र को भी ऐसा ही करने की सलाह दी। शेख सादी अपने पिता की आज्ञानुसार सुबह जल्दी उठते और इबादत में शामिल होते। एक दिन बालक शेख सादी ने गौर किया कि दल के कई लोग इबादत के समय उठते ही नहीं और आराम से सोए रहते हैं। उन्होंने यह बात अपने पिता को बताई और कहा - ''देखो न बाबा! ये लोग कितने आलसी हैं, न उठते हैं और न इबादत करते हैं। क्या ये ख़ुदा के बंदे हैं? ख़ुदा इन्हें कभी माफ नहीं करेगा।''

यह सुनकर उनके पिताजी बोले - ''बेटा तू भी न उठता तो अच्छा होता।'' शेख सादी ने कारण पूछा, तो वे बोले - ''जल्दी उठकर किसी की निंदा करने से तो अच्छा है कि तू सोया ही रहता, तुम उठते ही औरों की निंदा करने लग गए हो।''

पिताजी की बात शेख सादी को गहराई तक प्रभावित कर गई। दरअसल पिताजी से उस दिन यह सार्थक जीवन-दर्शन प्राप्त हुआ, जिसे उन्होंने सदा के लिए अपने आचरण का अंग बना लिया और सदाचरण तय किया।

इस प्रसंग का निष्कर्ष यह है कि दूसरों की निंदा करने से स्वयं की रचनात्मक और सकारात्मक ऊर्जा नष्ट होती है, इसलिए परनिंदा से बचते हुए निरंतर आत्मपरिष्कार पर अपनी दृष्टि रखनी चाहिए। ■

महाराष्ट्र की संत परंपरा

श्री कोलबा स्वामी
योगसिद्धि का चमत्कार

उस युग में मुसलमानों का हिंदुओं पर आतंक छाया हुआ था। उनके पीर फकीर भी अपना प्रभाव हिंदुओं पर जमाये हुए थे। हिंदू देवी-देवताओं के प्रति आस्था कम होने लगी थी। गाँव, शहरों पर दुश्मनों के आक्रमण हुआ करते थे। मराठे अपनी ''चौथ'' वसूल करने के लिए भी आक्रमण किया करते थे ।

ऐसे में कोलबा स्वामी उमरेड कीर्तन करने गये । उमरेड से पौनी गाँव २० मील दूर है। जहाँ एक फकीर कौड़ियाँ डालकर भविष्य बताता था। उसने कौड़ियाँ डाली और घोषणा की कि दो दिन में दुश्मन का आक्रमण होनेवाला है। लोग अपनी संपत्ति जमीन में छिपाने गाड़ने लगे। बाल-बच्चों की सुरक्षा के लिए सब चिंतित हो उठे। यह समाचार पौनी से उमरेड पहुँचा और कीर्तन में उपस्थित समाज भयभीत होकर भागने लगा।

कोलबा स्वामी ने जब इसका कारण जाना तब उन्होंने तुरंत समाधि लगाई। समाधि टूटने पर उन्होंने कहा कि दुश्मनों ने रास्ता बदल दिया है। अब आक्रमण नहीं होगा।

यह समाचार पौनी पहुँचा तो उस फकीर ने फिर कौड़ियाँ फेंकी। तब उसने भी बताया कि दुश्मन ने रास्ता बदल दिया है। अब आक्रमण नहीं होगा। इस धारणा से समाज का ध्यान मुसलमानों से हिन्दू समाज के कोलबा स्वामी की ओर घूम गया। ऐसे अनेक प्रसंग आए जब कोलबा स्वामी ने हिंदू समाज में आस्था जगाई और उन्हें हिंदू धर्म, देवी-देवता की ओर उन्मुख किया।

समाज में ''साधुता'' के नाम पर लोग पेट भरते हैं। अनपढ़ समाज को अपने साथ बांधे रखकर हंसापुरी का एक गुलजार नाम का फकीर अपनी रोजी रोटी चलाता था। जब से इस कोलबा स्वामी का नाम सामने आया था, नागपुर के हलबा अपने समाज के कोलबा स्वामी के पास अपने दुःख का निवारण करने पहुँचने लगे थे और

गुलजार बाबा की झोली खाली रहने लगी थी।

एक बार कोलबा स्वामी नागपुर पधारे । लोग उन्हें जागनाथ बुधवारी ले जा रहे थे। हजारों लोग उनके दर्शन को उमड़ रहे थे। कोलबा स्वामी को हाथी पर सवार कराया गया था। रास्ते में गुलजार फकीर का डेरा पड़ता था।

उस फकीर ने अपने चेले के साथ प्रसाद भेजा। प्रसाद था खारीक और सुपारी। दोनों नकली थी। पत्थर की बनी हुई । वह ऐसी कलाकारी का नमूना था जो असली-नकली का भेद भुला रहा था। चेले ने जाकर वह प्रसाद कोलबा स्वामी के हाथों में देते हुए कहा-

''यह गुलजार बाबा का प्रसाद है। खा लीजिए।''

सुपारी और खारीक हाथ में लेते ही कोलबा स्वामी समझ गये कि वे दोनों नकली है। वे चुप रहे पर अपने पास अबीर की एक पुड़िया बाँधकर अपने शिष्यों के साथ गुलजार फकीर के पास भेजा। शिष्यों ने जाकर वह पुड़िया गुलजार को दी और कहा कि कोलबा स्वामी ने यह प्रसाद भेजा है। गुलजार ने वह पुड़िया खोली। देखा तो अबीर । उसने नफरत से वह अबीर जमीन पर फेंका । योगायोग से वह अबीर मरी हुई एक छीपकली पर पड़ी। मरी हुई छीपकली सूख गई थी पर अबीर पड़ते ही वह

सेंधा नमक : आरोग्यप्रद नमक

समुद्री सफेद नमक से पहाड़ी सफेद नमक में औषधीय गुण है। सफेद समुद्र नमक जो हमलोग रोजाना रसोई में उपयोग करते हैं वह हाई ब्लडप्रशर और उससे संलग्न अनेक दर्दों को आमंत्रित करता है। कैंसर जैसी भयानक बीमारी में जब समुद्री नमक खाना वर्जित है वहाँ पर ये पहाड़ी नमक उपयोग में लिया जाता है। मरीज़ों के लाभार्थ में सेंधा नमक ५०/- रू. प्रति किलो और गाय का शुद्ध घी ६५०/- रू. प्रति किलो जीवन ज्योत कैंसर रिलीफ एण्ड केअर ट्रस्ट में से सभी जरूरतमंद व्यक्तिओं को मिल पायेगा। सभी जरूरतमंद व्यक्ति इसका लाभ उठायें।

जीवन ज्योत कैंसर रिलीफ एण्ड केअर ट्रस्ट

६, कोंडाजी चाल नं.५, जेरबाई वाडिया रोड, टाटा हॉस्पिटल के पास, पेट्रोल पंप के सामने, परेल, मुंबई- १२. मो.: ९८६९२०६४००/९०७६१६९३५५ (समय : ११ से ५)

जीवित होकर खुशी से इधर-उधर दौड़ने लगी। यह चमत्कार सबने देखा और कोलबा स्वामी की जयजयकार से आसमान फटने लगा। इधर लोग जान गये थे कि गुलजार का भेजा हुआ प्रसाद पत्थर के बने हुए खारीक और सुपारी थी।

कोलबा स्वामी के चमत्कारों की अनेक घटनायें घटी हैं। स्वामी का एक कोंडबा नामक शिष्य था । जिसका कंठ बड़ा मधुर था। कीर्तन करता था तब श्रोता जमीन से बंधकर रह जाते थे। वह सप्ताह में एक बार कोलबा स्वामी के यहाँ आता और भजन सुनाता था। अचानक उसकी मृत्यु हो गई। अब दूसरा शिष्य कीर्तन करने लगा। उसका गला भी मधुर था परन्तु वह कभी समय पर नहीं आता था। एक दिन समय हो गया ओर वह नहीं आया। कोलबा स्वामी ने उसे बुलाने तीन बार आदमी भेजे पर उसे गर्व हो गया था इसलिए वह नहीं आया। इधर समय बीता जा रहा था। सभा में देवबा नामक कोलबा स्वामी का एक शिष्य बैठा था। स्वामी ने उसे कहा ''देवबा, आज तुम ही कीर्तन करो।''

देवबा ने शर्म से माथा नीचे कर लिया, कारण कि वह कभी मंच पर खड़ा नहीं हुआ था। उसे कीर्तन आते ही नहीं थे और सबसे बड़ा कारण था, उसका कर्कश गला। उसके दिल की बात कोलबा स्वामी समझ गये। उस समय कोलबा स्वामी पान खाते थे और पान का एक बीड़ा उनके हाथ में था।

उन्होंने देवबा को अपने पास बुलाया और वह पान उसे खाने के लिए दिया। पान खाते ही उसमें साहस भर गया। दबे पड़े संस्कार जाग उठे। सरस्वती उसकी जुबान पर आ बिराजी । उसका गला अति मधुर हो गया था। उस रात देवबा ने जो कीर्तन किये वह अनमोल थे। सुबह हो गई तब कीर्तन समाप्त हुए। *(क्रमशः)* ■

अवयव दान, नेत्रदान और त्वचादान

जीवन के बाद भी एक सत्कार्य अर्थात नेत्रदान और अवयव दान । आज के वैज्ञानिक युग में मृत्यु के पश्चात शरीर के कुछ विभिन्न अंगों से यदि किसी अन्य व्यक्ति को जीवनदान देना संभव हो तो उसे जलाना, नष्ट नहीं करना चाहिए, उसे दान करना चाहिए। मृत्यु के बाद भी सत्कार्य संभव है। अतः जीवन पश्चात का अवयव दान एक उत्तम दान हो सकता है।

स्वकर्मो से व्यक्तित्व का निर्माण/पहचान

– टीजीएल अय्यर

डीगैलेट की एक प्रसिद्ध इक्ति है कि ''मैं इस रास्ते (जीवन यात्रा) से एक ही बार गुजरूंगा । यदि राह में किसी प्रकार की दयालुता दिखा सकता हूँ तो इसे आज ही दिखाना होगा, इसे टालना नहीं है क्योंकि इस रास्तें में दोबारा नहीं आऊँगा ।'' एक बार मेरा एक पड़ौसी कहने लगा ''कल मैं एक फिल्म देखने गया, वह बेहतरीन थी''। जब मैने इससे पूछा कि इसमें क्या विशेषता थी तो वह कुछ भी नहीं समझा पाया और सिर्फ इतना ही बार-बार बोला कि बहुत बेहतरीन फिल्म थी। लोग चीजों की तभी तारीफ करते हैं जब इसमें इनके व्यक्तित्व से मिलते जुलते कारण कुछ प्रभावी वर्णन होता है । वे इस सुपरस्टार को बेहद चाहते हैं जो दर्शक करना चाहते हैं लेकिन कर नहीं पाते ।

एक बार मैकोल ने कहा था ''ख्याति या लोकप्रियता ही शक्ति है ।'' अपने यार दोस्तों, जान पहचान, रिश्तेदारों में प्रसिद्ध होने के लिये आवश्यक है कि वे आपको चाहते हों । वे आपको तभी चाहेंगे जब आप में आपके व्यक्तित्व के समान गुण, विशेषतायें होंगी । ऐसे व्यक्ति जो दूसरों के जीवन में प्रकाश लाते हैं इस प्रकाश से कभी वंचित नहीं हो सकते हैं ।खश होने के लिये आपको दूसरों को खुश करना होगा ।जब आप अपने आपको खुश नहीं रख सकते तो यह इम्मीद कैसे करते हैं कि दूसरों से आपको खुशी मिलेगी । अमेरीकी राष्ट्रपति वूड्रे विल्सन ने एक हास्य जनक कविता में लिखा है ''खूबसूरती के हिसाब से मैं कोई सितारा नहीं हूँ । मुझसे भी अधिक सुंदर लोग हैं । लेकिन मैं कोई फिक्र नहीं करता हूँ जो बाहर होते हैं इन्हेंशशारीरिक/मानसिक धक्का लगता है ।'' दुनियां में सबसे आसान काम है दूसरों को सलाह देना । इससे ज्यादा तकलीफ है इसे न करना ।यहां तक कि दोस्त भी जब सलाह मांगते हैं तो इम्मीद करते हैं कि जिसके लिये वे मानसिक रूप से तैयार हैं, वह सलाह इन्हें मिले । हमें याद रखना चाहिये जो दूसरे चाहते हैं, वही आप भी चाहते हैं । मार्क ट्वेन ने लिखा था '' अच्छे संस्कार, अच्छे प्रजनन में, आप अपने बारे में होते हैं, बनते हैं । दूसरे लोगों के कंधे से कंधा मिलाना ही व्यक्तित्व है ।बहुत से लोग अपनी नौकरी

से इसीलिये निकाल दिये जाते हैं कि वे दूसरों के साथ मिलकर काम नहीं कर पाते, न कि इसीलिये कि वे अक्षम होते हैं ।

आस्कर वाईल्ड लिखते हैं कि ''एक ही वर्ग के लोग धन, पैसा, संपत्ति के बारे में ज्यादा सोचते हैं ज्यादा बात करते हैं वे धनी नहीं बल्कि निर्धन होते हैं । वास्तव में गरीब और किसी विषय में सोच ही नहीं पाता ।'' जब आप किसी चीज में रूचि रखते हैं तो वह आपसे बच निकलती है । जब आप धन में रूचि रखेंगे तो वह आपसे बचकर निकल जायेगी, जब आप नाम प्रसिद्धि के पीछे पड़ जायेंगे तो वह भी आपसे बचकर निकल जायेगा । आप अपनी गरीबी के लिये स्वयं जिम्मेदार होते हैं । जिग जिगलर ने लिखा है ''आप जो भी चीज चाहते हैं वह आपको प्राप्त होगी यदि आप दूसरों को इस चीज के मिलने में सहायक हों जिसकी इनमें चाहत है ।''

बुद्ध महान ने कहा था ''जीवन कठिनाईयों से भरा है जिसमें इतार-चढ़ाव भरे हैं । घाटी से ही आप पर्वत की चढ़ाई चढ़ जाते हैं ।'' आप पर्वतों पर कई स्तरों से चढ़ते हैं, आप शिविर बनाते हैं, योजना बनाते हैं,नक्शा, कंपास आपके पास होता है और साथ ही कुछ इपकरण भी होते हैं।इस बीच में कभी तूफान आ जाने से आपको रूक जाना पड़ता है । तूफान थम जाने के बाद चढ़ाई पुन: आरंभ कर सकते हैं । जब आप एक खाली दिवार के सामने आ जाते हैं तो दृष्टिकोण बदलना होता है, दिशा परिवर्तन करते हैं, दूसरा रास्ता अख्तियार करते है। याद रखिये कि रूकावटें आगे बढ़ने में सहायक होती हैं, कोई भी असफलता का मजा लिये बिना सफलता का आनंद नहीं इठा सकता।

आप ऐसे एक कमरे में बैठे है जिसके खिड़की दरवाजे सब बंद हों और इसमें आग लग गई । आप एकाएक इतनी ताकत एकत्र कर सकते हैं कि दरवाजा तोड़ दें क्योंकि आपमें स्वतंत्र होने की इत्कट आकांक्षा है । आपकिसी व्यक्ति को लंबे अरसे तक दबाकर नहीं रख पाते हैं जब भी वह स्वतंत्र होना चाहेगा तो इठेगा, तोड़ डालेगा, ताजी हवा में सांस लेगा और कुछ न कुछ इपलब्धि हासिल कर लेगा । रतन टाटा एक सस्ती कार बनाना चाहते थे । तीव्र, इत्तेजित लालसा के कारण वे ऐसा कर पाये । तथापि तीव्र, इत्तेजित प्रार्थना के कारण चमत्कार भी हो सकते हैं ।

एक व्यक्ति को सांस/दमें की शिकायत थी । डॉक्टर ने दवाई कंपनी को एक दवा का आदेश दिया और इस व्यक्ति को दी । कुछ मिनिटों में ही इसे राहत महसूस हो गई । वह आसानी से सांस लेने लगा । अगली बार मरीज को जब सांस का अटैक आया तो डॉक्टर ने प्लेस बो- झूठमूठ की दवा दी तो मरीज को राहत मिली । यह मात्र कल्पना और विश्वास का असर था ।

नेपोलियन हिल ने एक पुस्तक लिखी है ''सोचो और समृद्ध हो''।इन्होंने इसका शीर्षक यह नहीं रखा कि 'मेहनत करो और अमीर बनो' या 'करो और अमीर हो' । इन्होंने सोचो शब्द इसीलिये चुना क्योंकि लोग ऐसा नहीं करते हैं। जैसा विलियम शेक्सपीयर ने कहा था ''दुनियां में अच्छा या बुरा कुछ नहीं होता है बल्कि आपकी सोच इन्हें वैसा बना देती है ।'' जब आप विचार नहीं करते हैं तो कुछ नहीं होता है आप जैसे होते हैं वैसे ही रह जाते हैं । वह भी कोई जीवन है या वास्तविक जीवन है, मरे बिना या सांस लेते हुये जीना । नकारात्मक सोच वाले लोग जल्दी-जल्दी बार-बार बीमार होते हैं क्योंकि नकारात्मकता न सिर्फ बीमारी की ओर ले जाती है बल्कि कभी-कभी विकलांगता की ओर भी भेजती है । इसी तरह से सकारात्मक सोच दवाई खाने की अपेक्षा जल्दी स्वास्थ्य लाभ देती है । दवा तो एक माध्यम है और वह सकारात्मक सोच के साथ और भी दुगुने रूप से प्रभावकारी हो इठती है । ■

मानवता के साद को मिला हुआ प्रतिसाद

दाताओं के नाम	एरिया	रुपए
☆ मीना मोहन धनोरिया	बोरीवली	२०,०००/-
☆ जयश्री फाउन्डेशन	ठाणे	१४,०००/-
☆ डॉ. नरोत्तम कुमार जैन	बेंग्लोर	१०,०००/-
☆ अर्जुन एच. जयस्वार	अंधेरी	३,०००/-
☆ श्री शंकर महाराज भक्त परिवार ह. सुरेन्द्र विश्वकर्मा	पुने	२,००१/-
☆ रविन्द्र सखाराम पाथारे	प्रभादेवी	१,५००/-
☆ संजय अयोध्यसिंघ चौव्हाण	दादर	१,१००/-

जीवन दृष्टि

आत्म-छवि : सीमारहित जीवन की कुंजी

अनुवाद : डॉ. सुधीर दीक्षित

उन लोगों के सिवा किसी ने भी कभी कोई बेहतरीन चीज हासिल नहीं की, जिन्होंने यह विश्वास करने की हिम्मत की कि उनके भीतर की कोई चीज़ परिस्थितियों से श्रेष्ठ थी। – ब्रूस बार्टन

१९६० के दशक के उत्तरार्ध में मनोविज्ञान में एक क्रांति शुरू हुई, जिसका विस्फोट १९७० के दशक में हुआ । जब मैंने १९६० में साइको साइबरनेटिक्स का पहला संस्करण लिखा था, उस वक़्त मैं मनोविज्ञान, मनोविश्लेषण और चिकित्सा के क्षेत्रों में एक विराट परिवर्तन के दौरान सबसे आगे की क़तार में था। रोग-विषयक मनोवैज्ञानिक, अभ्यासी मनोविश्लेषक और यहाँ तक कि मेरे जैसे तथाकथित ''प्लास्टिक सर्जन्स'' के कार्यों और खोजों से ''सेल्फ'' संबंधी नए सिद्धांत तथा अवधारणाएँ सामने आ रही थीं। इन खोजों से विकसित हुई नई विधियों के फलस्वरूप व्यक्तित्व, स्वास्थ्य और बुनियादी योग्यताओं व गुणों में भी नाटकीय परिवर्तन हुए। जो लोग लंबे समय से असफल होते आ रहे थे, वे सफल होने लगे। शिक्षकों की अतिरिक्त मदद के बिना ही ''एफ'' ग्रेड वाले विद्यार्थी ''ए'' ग्रेड वाले बन गए। संकोची, एकांतप्रिय और अंतर्मुखी लोग खुश तथा बहिर्मुखी बन गए । उस वक्त कॉस्मोपॉलिटन मैग्जीन के जनवरी १९५९ अंक में मेरा उदाहरण दिया गया, जिसमें टी. एफ. जेम्स ने विभिन्न मनोवैज्ञानिकों और एमडी द्वारा हासिल परिणामों का सार इस तरह दिया :

सेल्फ़ या वास्तविक स्वरूप के मनोविज्ञान को समझने से जीवन में सफलता और असफलता, प्रेम और नफरत, कटुता और खुशी के बीच का फर्क पड़ सकता है। सच्चे स्वरूप को खोजने से टूटता वैवाहिक जीवन बच सकता है, गड़बड़ाता करियर दुरुस्त हो सकता है और ''व्यक्तित्व की असफलताओं'' के शिकार लोगों का कायाकल्प हो सकता है। यदि आप अपने सच्चे स्वरूप को खोज लेते हैं, तो एक अन्य धरातल पर, रूढ़िवादिता और स्वतंत्रता के बीच फर्क पड़ सकता है।

बाद के चार दशकों में जो सामने आया, यह उसकी सिर्फ़ छोटी सी झलक थी।

कभी मुश्किल, अब आसान!

मैं कृतज्ञ हूँ कि विचारों, जानकारी और लोगों का यह आधुनिक विस्फोट साइको साइबरनेटिक्स पर आधारित नज़र आता है, जिसकी सहायता से आप किसी भी क्षेत्र में सफलता पा सकते हैं, चाहे यह टालमटोल की आदत पर विजय पाना हो या अपने गोल्फ़ स्कोर को बेहतर बनाना हो । आप कह सकते हैं कि मेरा मूल कार्य अपने समय से आगे था या आप यह कह सकते हैं कि यह अच्छी तरह से लंबी अवधि तक सफल हुआ है। आप इनमें से चाहे जिस नतीजे पर पहुँचें, आपके लिए व्यक्तिगत रूप से सबसे महत्त्वपूर्ण बात यह है कि साइको साइबरनेटिक्स का बुनियादी वादा बिना किसी शक या बहस के सत्य साबित हुआ है - यह वादा है, ''कभी मुश्किल, अब आसान।''

जलाराम अन्नदानक्षेत्र

नाम	एरिया	रुपया
❖ स्व. धुंडीराज लोखंडे की याद में ह. मनोहर धुंडीराज लोखंडे	दादर	१०,५००/-
❖ लक्ष्मीबाई जयस्वाल, शिवचरणलाल जयस्वाल, वसंतराव भोसले, निर्मला भोसले ह. सुरेखा एस. जयस्वाल	दादर	८,०००/-
❖ शीतल रंजन लोखंडे	वर्ली	४,०००/-
❖ शामसुंदर सीताराम नेवरेकर	वडाला	४,०००/-
❖ गजानन पांडुरंग खोरजुवेकर की पुण्यस्मृति पर ह. विराज जी. खोरजुवेकर	कांदिवली	३,५००/-
❖ विनीत जैन	लालबाग	३,५००/-
❖ उर्मिला अशोक चव्हाण	चेम्बुर	३,५००/-
❖ जन्नाबाई हिरामल परकाले ह. सुधीर विष्णु परकाले	कालाचौकी	२,०००/-
❖ स्व. अर्चना परेश जयवंत की पुण्यस्मृति में ह. परेश जयवंत	दादर	२,०००/-
❖ सुधीर विष्णु परकाले	कालाचौकी	२,०००/-
❖ गोपाल गोविंद देशपांडे	दादर	१,०००/-

आजमाकर देखिए

दमा और हांफनी

केले के पत्तों को सुखाकर, किसी बड़े बर्तन में जला ले। फिर कपड़छान कर लें और इस केले के पत्ते की भस्म को एक कांच की साफ शीशी या डिब्बे में रख लें। बस, दवा तैयार है।

सेवन की विधि – एक साल पुराना गुड़ ३ ग्राम (चिकनी सुपारी का आधा से थोड़ा कम वजन) को २-३ चम्मच पानी में भिगो दें। उसमें १/४ (चौथाई) चम्मच दवा (केले के पत्ते की राख) डाल दें और पांच- दस मिनट बाद ले लें। दिनभर में सिर्फ एक बार ही दवा लेनी है, कभी भी ले सकते हैं।

हृदय रोगों में अर्जुन की छाल

अर्जुन की छाल हृदय रोगों की विशिष्ट औषधि है। हृदय रोगों में अर्जुन की छाल का प्रयोग कई प्रकार से सफलतापूर्वक किया जाता है। गाय के दूध के साथ अर्जुन की छाल के चूर्ण का काढ़ा बनाकर किया जाने वाला प्रयोग वास्तव में अत्यन्त प्रभावशाली है।

(१) अर्जुन की छाल का चूर्ण (दूध में घोलकर)- अर्जुन की छाल (भीतर तक लाल रंग की छाल) लेकर छाया में सुखा लें। फिर उसे कूटकर चूर्ण बनाकर किसी साफ शीशी में रख लें । एक छोटे (चायवाले) चम्मच की मात्रा में प्रातः और सायं दूध के साथ लें। इससे हृदय में शक्ति आने के साथ शरीर का बल भी बढ़ता है।

विशेष– कुछ चिकित्सक अर्जुन की छाल का चूर्ण एक चम्मच की मात्रा में एक कप गर्म दूध में घोलकर उसमें थोड़ी शहद मिलाकर प्रातः खाली पेट दिन में एक बार लेने का परामर्श देते हैं।

(२) अन्य विधि (चाय के रूप में) आधा या पौन चम्मच अर्जुन की छाल का चूर्ण, चाय बनाते समय इसमें डालकर उबालें। फिर चाय की पत्ती डालकर उबालें। ऐसी चाय के रूप में भी अर्जुन की छाल के चूर्ण का सेवन किया जा सकता है। ■

दोषी

अभिषेक ने अपनी मम्मी से कहा कि मैं किसी जरूरी काम से अपने दोस्त के घर जा रहा हूँ। पापा फैक्ट्री जाते समय कह गये थे कि अभी कुछ ही देर में उनका एक व्यापारी कुछ पैसे देने आयेगा। उन पैसों जरा अच्छे से गिनकर संभाल लेना, क्योंकि वह आदमी अक्सर हिसाब-किताब में गड़बड़ करता रहता है। जब पापा शाम को फैक्ट्री से घर आये तो उन्होंने अपने बेटे से उस रकम के बारे में पूछा। अभिषेक अपनी मम्मी की ओर देखने लगा। उसकी मम्मी ने आँखें नीची करते हुए कहा की एक आदमी बैग में कुछ पैसे छोड़ तो गया है, लेकिन मैंने उसे खोलकर नहीं देखा कि उसमें कितनी रकम है?

पापा ने जैसे ही बैग खोला तो उसमें ५००० रुपये कम थे। उन्होंने अपनी पत्नी से कहा कि तुम इतनी छोटी-सी जिम्मेदारी भी ठीक से नहीं निभा सकतीं। अब आप लोग ही बताओ कि मैं इस नुकसान को कैसे पूरा करूँ या यह बताओ कि इस लापरवाही के लिये किसको दोषी मानूं ? पापा ने अभिषेक से कहा कि आज तुमने ऐसी बेवकूफी की है कि न तो इस बारे में कुछ कहा जा रहा है और न ही मेरे से चुप रहना सम्भव हो पा रहा है। इससे पहले कि पापा अभिषेक की मम्मी को और गुस्सा करते, उसने अपनी गलती कबूल करते हुए कहा कि असल में सारा दोष मेरा ही है। आपने यह काम मुझे करने को कहा था और मैं अपनी जिम्मेदारी को अनदेखा करते हुए दोस्तों के साथ घूमने चला गया। पापा आज मुझे इस गलती से यह एहसास हो गया है कि हर इंसान को अपना काम पूरी जिम्मेदारी के साथ खुद ही करना चाहिये। जौली अंकल अभिषेक के स्वभाव में इस बदलाव से प्रभावित होकर यही सुझाव देना चाहते हैं कि हमें सदा एक बात याद रखनी चाहिये कि कभी भी दूसरों के कंधों पर चढ़कर सफलता हासिल नहीं की जा सकती। ■

जलाराम अन्नदानक्षेत्र : कायमी मिती योजना

नाम	एरिया	रुपया
❖ आनंद आश्रम चेरीटेबल ट्रस्ट	माहिम	३०,०००/-

❖ जिसको शांति व दृढ़ता नहीं, वह ईश्वर को नही पा सकता ।

प्रेरक कहानी

धर्मपुत्र

बहुत पहले की बात है, एक बहुत गरीब किसान था। काफी दिनों के बाद उसकी पत्नी ने एक बच्चे को जन्म दिया । होने वाला बच्चा लड़का था, वह लड़का बड़ा सुन्दर था।

किसान ने लड़के का मुँह देखकर अपने भाग्य को सराहा और बड़ा ही कृतार्थ हुआ। फिर वो खुशी-खुशी अपने एक पड़ौसी के घर पर गया। उसने जाकर अपने पड़ौसी से कहा कि वह उसके पुत्र के धर्मपिता बन जाएँ, मगर गरीब के बेटे को कौन अपनाता । इसलिए पड़ौसी ने साफ इन्कार कर दिया कि वह उसके पुत्र का धर्मपिता नहीं बन सकता।

बेचारा किसान निराश होकर दूसरे पड़ौसी के यहाँ पहुँचा। उससे जाकर कहा तो उसने भी साफ इन्कार कर दिया। फिर वह इसी प्रकार घर-घर में गया और सभी से जाकर इस बात का प्रस्ताव रखा। लेकिन कोई भी बालक का धर्मपिता बनने को राजी नहीं हुआ।

किसान बेचारा बड़ा दुःखी हुआ। फिर उसने दूसरे गाँव में जाने का इरादा किया। वह सोचने लगा कि शायद दूसरे गाँव में कोई मेरे पुत्र का धर्मपिता बनने को राजी हो जाए।

फिर वह सोच-विचार करने के बाद दूसरे गाँव चल दिया। चलते-चलते उसे रास्ते में एक आदमी मिला। उस आदमी ने पूछा - ''जय रामजी की भाई ! कहाँ जा रहे हो?''

किसान ने बताया - ''हमारे घर भगवान की दया हुई है कि हमारे जीवन को सारथ करने और बुढ़ापे का सहारा बनने हमारे घर में उजियारा बनकर हमारा बेटा जन्मा है। मरने के बाद वही हमारी चिता में आग लगायेगा। फिर हमारी आत्मा को दया-धर्म से सींचेगा। मगर मैं तो गरीब हूँ और गाँव में कोई भी इसका धर्मपिता बनने को राजी नहीं हो रहा है। इसलिए में उसके धर्मपिता की खोज में दूसरे गाँव जा रहा हूँ।

मुसाफिर ने कहा - ''तुम्हें दूसरे गाँव जाने की क्या जरूरत है, चाहो तो मैं उसका धर्मपिता बन सकता हूँ।''

उसकी बात सुनकर किसान खुश हो गया।

फिर उसने उस व्यक्ति का शुक्रिया अदा किया और सोचने के बाद बोला - ''यह तो आपने मुझे धन्य कर दिया, लेकिन अब मैं सोच रहा हूँ कि धर्ममाता के लिए मैं किसे कहूँ?''

मुसाफिर ने सोचकर कहा - ''धर्ममाता के लिए सुनो, सीधे उस नगर में जाओ। वहां चौक में एक पत्थर की हवेली होगी । सामने नीली खिड़कियां दिखाई देंगी। वहां पहुँचोगे तो दरवाजे पर ही तुम्हें मकान के मालिक मिलेंगे। उनसे कहना कि अपनी बेटी को बालक की धर्ममाता बन जाने दे । तुम सीधे चले जाओ।''

सुनकर किसान हैरान रह गया।

फिर उसने कहा - ''एक धनी आदमी से ऐसी बात कैसे कर सकता हूँ, वह मुझे तिरस्कार की दृष्टि से देखेंगे और अपनी लड़की को मेरे पास भी न आने देंगे।''

''तुम चिन्ता मत करो। तुम जाओ, कहो तो । और कल सवेरे तैयारी रखना। मैं ठीक संस्कार के वक्त पहुँच जाऊँगा।'' उस मुसाफिर व्यक्ति ने उसे सान्त्वना दी । यह बात सुनकर किसान को तसल्ली मिली।

फिर वह किसान अपने घर लौट आया। फिर वह उस धनी व्यापारी की तलाश में शहर की तरफ चल दिया। चौंक में पहुँचकर उसने बहली खोली और मकान की ड्योढ़ी पर पहुँचा ही था कि सेठ उन्हें वहीं टकरा गये। पूछने लगे - ''कहो चौधरी, कैसे आना हुआ?''

किसान बोला - ''भगवान ने मुझ पर दया की है और मेरे घर पर एक बालक जन्मा है, वह हमारी आँखों का तारा है, बुढ़ापे का सहारा है और हमारी मौत के बाद हमारे प्रेत को पानी देगा। बड़ी मेहरबानी होगी जो आप अपनी बेटी को उसकी धर्ममाता बनने दें।''

व्यापारी सोच में पड़ गया।

फिर बोला ''संस्कार कब है?''

''कल सवेरे।''

''अच्छी बात है। तुम तसल्ली रखो, कल सवेरे संस्कार के समय वह आ जाएगी।'' उन्होंने कहा।

अगले रोज संस्कार की तैयारियां हो गई।

संस्कार में धर्ममाता भी आ पहुँची और धर्मपिता भी वहाँ आ गये थे । शिशु का संस्कार किया गया। संस्कार होते ही धर्मपिता चले गए। किसी को पता भी नहीं चला कि वह कौन है, कहाँ रहते हैं? न फिर कभी वह दिखाई ही दिए थे।

दिन-प्रतिदिन बालक चाँद की तरह बढ़ने लगा।

बच्चे के बढ़ने के साथ-साथ ही मां-बाप का उत्साह भी बढ़ने लगा। बढ़ने के साथ ही माता-पिता के लिए वह बालक छोटी सी उम्र में ही उनका सहायक बनने लगा। वह बच्चा बड़ा ही तन्दुरस्त था और काम के लिए हर समय तैयार और चतुर तथा आज्ञाकारी।

दस साल का होते ही उसे लिखना पढ़ना सीखने के लिए मदरसे भेज दिया गया। जो कुछ उसे पाँच साल में सीखना चाहिए था, वह उसने पूरे एक साल में ही सीख लिया। थोड़े ही समय में उस बालक ने वहां की पूरी विधा समाप्त कर ली।

इसी प्रकार दिन गुजरते रहे।

पूजा-दशहरे के दिन आए और छुट्टियों में वह अपनी धर्ममाता को प्रणाम करने गया। उसने जाकर माता को आदरपूर्वक प्रणाम किया, चरण छूए फिर भेंट उनके सामने रख दी ।

माता ने आशीर्वाद दिया।

कुछ दिन रुककर वह अपने घर लौट आया तो मां-बाप से उसने पूछा - ''जी धर्मपिता मेरे कहाँ रहते हैं? इस विजयदशमी के दिन में उनको प्रणाम करना चाहता हूँ और दक्षिणा भेंट दूँगा।''

पिता ने बताया - ''बेटे, तुम्हारे धर्मपिता का हमें कुछ भी पता नहीं है। अक्सर हम लोगों को उनका ख्याल आता है। तुम्हारा नामकरण संस्कार हुआ उसी दिन से उनकी कोई खबर नहीं मिली। यह तक मालूम नहीं कि वह कहाँ रहते हैं और अब हैं भी कि नहीं?''

पुत्र कुछ सोचकर बोला - ''माताजी और पिताजी, आप दोनों मुझे अब इजाजत दीजिए।''

''कैसी इजाजत बेटा?'' माता-पिता ने आश्चर्य से पूछा।

''पिताजी, मैं अपने धर्मपिता की तलाश में जाना चाहता हूँ। मैं उन्हें अब तलाश करके ही घर लौटूंगा। मैं उनको खोजकर उनके चरणों की धूल अपने माथे से लगाना चाहता हूँ।''

''लेकिन बेटा तुम उन्हें कहाँ ढूंढ़ोगे, इस प्रकार तुम्हारा जाना ठीक नहीं है।'' माता-पिता ने चिंतित स्वर में कहा।

''वो आप मेरे ऊपर छोड़ दीजिए, भगवान मेरी रक्षा करेगा।'' धर्मपुत्र ने सान्त्वना देते हुए कहा।

हारकर माता-पिता ने धर्मपुत्र को जाने की आज्ञा दे दी। फिर वह अपने धर्मपिता की तलाश में चल पड़ा।

घर से निकलकर वह सीधी सड़क पर चल दिया। घन्टों इसी प्रकार चलता रहा। चलते-चलते एक मुसाफिर उसे रास्ते में टकरा गया। उस मुसाफिर ने उससे पूछा - ''ऐ लड़के तुम कहाँ जा रहे हो?''

लड़के ने उत्तर दिया - ''मैं धर्ममाता के दर्शन करने और उन्हें प्रणाम करने गया था। फिर घर जाकर मैंने अपने धर्मपिता के बारे में पूछा, जिससे उनके भी दर्शन कर पाऊँ, और उनके दर्शन कर उनके चरणों की धूल अपने माथे से लगा सकूँ।''

''फिर?''

''फिर क्या, मेरे माता-पिता को उनका पता ही नहीं मालूम। उन्होंने मुझसे कहा कि जब मेरा संस्कार हुआ था, उसके बाद से ही उनकी कोई खबर नहीं मिली, न जाने अब जिन्दा भी हैं कि नहीं, लेकिन मैं अपने धर्मपिता को तलाश करके ही रहूँगा, मैं उनके चरणों की धूल अपने माथे से अवश्य लगाऊँगा, इसलिए में उनकी खोज में निकला हूँ।''

उसकी बात सुनकर मुसाफिर मुस्कुराया ।

मुसाफिर ने कहा - ''तुम्हारा धर्मपिता तो में ही हूँ। अब तुम्हें आगे जाने की जरूरत नहीं।'' *(क्रमशः)* ■

एक्युप्रेशर चिकित्सा

विश्वसनीय निदान की सरलतम पद्धति एक्युप्रेशर

ले. चंचलमल चोरडिया

शरीर के सूक्ष्म से सूक्ष्म भाग का संबंध पूरे शरीर से होता है। इसी कारण जब शरीर के किसी भाग में तीव्र पीड़ा होती है अथवा कष्ट होता है तो, हमें कुछ भी अच्छा नहीं लगता। शरीर में प्रत्येक अंग, उपांग, अवयव, अन्तः श्रावी ग्रंथियों आदि से संबंधित कुछ महत्त्वपूर्ण प्रतिवेदन बिन्दु हमारी हथेली और पगथली में होते हैं। जिस प्रकार किसी भवन की बिजली का सारा नियन्त्रण मुख्य स्विच बोर्ड से होता है। ठीक उसी प्रकार ये प्रतिवेदन बिन्दु शरीर के किसी न किसी भाग का प्रतिनिधित्व करते हैं।

जिस प्रकार कोई व्यक्ति किसी का पिता, किसी का भाई, किसी का पति तो अन्य किसी का दादा, नाना, पुत्र, चाचा, मामा, मित्र आदि भी हो सकता है। यदि किसी व्यक्ति का फोटों अलग-अलग स्थानों से लिया जायें तो एक ही व्यक्ति के फोटों में अन्तर हो सकता है। ठीक उसी प्रकार से ये प्रतिवेदन बिन्दु भी शरीर के अलग-अलग भागों से संबंधित हो सकते हैं। यानी एक ही प्रतिवेदन बिन्दु के शरीर में अनेक संबंध हो सकते हैं।

सुजोक और रिफ्लेक्सोलॉजी एक्युप्रेशर के सिद्धान्तानुसार हथेली और पगथली में दबाव देने पर जिन स्थानों पर दर्द होता है, उसका मतलब उन स्थानों पर विकार अथवा अनावश्यक विजातीय तत्त्वों का जमाव हो जाना होता है। परिणाम स्वरूप शरीर में प्राण ऊर्जा के प्रवाह में अवरोध हो जाता हैं । ये प्रतिवेदन बिन्दु बिजली के पंखों, बल्ब या अन्य उपकरणों के स्विच की भांति शरीर के अलग-अलग भागों से संबंधित होते हैं। जिस प्रकार स्विच में खराबी होने से उपकरण तक बिजली का प्रवाह सही ढंग से नहीं पहुँचता, ठीक उसी प्रकार इन प्रतिवेदन बिन्दुओं पर विजातीय तत्त्वों के जमा होने से संबंधित अंग, उपांग, अवयवों आदि में प्राण ऊर्जा के प्रवाह में अवरोध हो जाने से व्यक्ति रोगी बनने लगता है। *(क्रमशः)*

सोच में परिवर्तन

अनुवाद : डॉ. अविनाश श्रीवास्तव

मुझे यह यक़ीन नहीं था कि में अब और कितनी निराशा सहन कर सकता था । मेरी पत्नी की सेहत दिनोदिन बिगड़ती जा रही थी, लेकिन मैं दूसरे पतियों की तरह इसे लेकर ख़ास चिंतित नहीं था। मैं एक डॉक्टर था और पिछले तीस सालों से इस पेशे में था। इस कारण मैं हर तरह की चिकित्सीय समस्याओं के जवाब देने का अभ्यस्त हो गया था। यूनिवर्सिटी ऑफ कोलोराडो के मेडिकल स्कूल से ग्रेजुएट होने के बाद मैंने सैन डियागो के मर्सी हॉस्पिटल से पोस्टग्रेजुएशन किया था। इसके बाद मैं पश्चिम में स्थित साउथ डेकोटा के छोटे से शहर में सफलतापूर्वक प्रैक्टिस करने लगा। इसी दौरान मेरी लिज़ से मुलाक़ात हुई और हम दोनों ने शादी कर ली। लिज़ को सेहत संबंधी कुछ समस्याएँ थीं, लेकिन उसे यह पूरा विश्वास था कि यदि उसकी शादी किसी डॉक्टर से होगी, तो उसकी सेहत सुधर जाएगी क्या वह थी।

शादी के चार सालों के भीतर ही हमारे परिवार में तीन बच्चे भी शामिल हो गए। उन तीनों की देखभाल में व्यस्त लिज़ की थकान लगातार बढ़ती जा रही थी। हालाँकि हर माँ अपने छोटे बच्चे की देखभाल में काफ़ी थक जाती है, लेकिन लिज़ की थकान कुछ असामान्य सी थी । वह सिर्फ़ तीस साल की थी, लेकिन मुझसे कहती थी कि वह खुद को साठ का महसूस करने लगी है। साल-दर-साल लिज़ में थकान के अधिक लक्षण दिखने लगे। उसकी स्वास्थ्य संबंधी समस्याएँ बढ़ने लगीं, जिनके लिए अब कई तरह के इलाज की जरूरत थी। हमारी शादी की दसवीं सालगिरह पर लिज़ बहुत थकी हुई लग रही थी, क्योंकि उसने आगे बढ़कर पूरे समय खूब काम किया। उसे लगातार बदन दर्द, अत्यधिक थकान, एलर्जी, बार-बार साइनस (सर्दी-जुकाम) और फेफड़ों में संक्रमण होने लगा।

आख़िरकार, कई जाँचों के बाद डॉक्टरों ने उसकी बीमारी को फ़ाइब्रोमाएल्जिया (fibromyalgia) के रूप में पहचाना। इस बीमारी में कई लक्षण दिखाई देते हैं, जिसमें सबसे ख़राब बेहद दर्द और थकान होना है।

सालों पहले फाइब्रोमाएल्जिया को साइकोसोमैटिक रूमेटिज़्म कहा जाता था और डॉक्टरों का मानना था कि यह सिर्फ़ रोगी की दिमागी बीमारी है। लिज़ की पीड़ा के बाद हम जान गए कि फ़ाइब्रोमाएल्जिया वास्तव में एक बीमारी है और खतरनाक भी है।

चूँकि लिज़ घुड़सवारी का प्रशिक्षण देने का काम करती थी और यही उसका शौक भी था, इसलिए वह अपना शौक पूरा करने के लिए किसी भी प्रकार का इलाज कराने के लिए तैयार थी । लेकिन बदन दर्द और थकान ने उसे उसके प्यारे घोड़ों से दूर कर दिया था। वह इतनी ज़्यादा थक जाती थी कि रात ८ बजे के बाद ठीक से खड़ी भी नहीं हो पाती थी। उसे घरेलू काम करने में भी भारी दिक्कतों का सामना करना पड़ता था।

चूँकि फाइब्रोमाएल्जिया का कोई इलाज नहीं था, इसलिए में सिर्फ़ दवाइयों के ज़रिये ही लिज़ की बीमारी के लक्षणों को कुछ कम कर सकता था। मैं उसे रात में नींद के लिए एमीट्रिप्टाइलिन और दर्द कम करने व मांसपेशियों को आराम देने के लिए एंटी-इन्फ्लेमेटरी दवाएँ (सूजन को कम करने वाली दवा) देता था, जबकि अस्थमा व हेवी फीवर के लिए इन्हेलर्स और एलर्जी के लिए सेल्डान दिया करता था। कभी-कभी सप्ताह भर में एलर्जी शॉट्स भी देने पड़ते थे। मेरी तमाम कोशिशों और दवाओं के बावजूद लिज़ की सेहत लगातार बदतर होती जा रही थी।

जनवरी १९९५ में हम दोनों इस नतीजे पर पहुँचे कि व्यायाम से हमें फ़ायदा हो सकता है। हम दोनों का वज़न कुछ अधिक बढ़ गया था, इसलिए नए साल पर हमने शरीर को फिर से सामान्य आकार में लाने का निश्चय किया। लिज़ ने कठिन परिश्रम किया, लेकिन जितने दिन उसने व्यायाम किया उससे ज़्यादा दिन उसकी छुट्टी हो गई। एक के बाद एक संक्रमण ने उसे अधिक बीमार बना दिया था और एंटीबायोटिक्स (प्रतिजैविक दवाएँ) ने उसे पहले से ज़्यादा कमजोर कर दिया था।

मार्च में उसे गंभीर न्यूमोनिया हो गया। उसे साँस लेने में बहुत मुश्किल होने लगी, क्योंकि उसके फेफड़ों के एक हिस्से में संक्रमण हो गया था और वह बंद हो गया था। लिज़ की देखभाल करने वाले डॉक्टर उसके फेफड़े को लेकर काफ़ी चिंतित थे।

उन्हें लग रहा था कि हो सकता है यह ठीक न हो और उसे सर्जरी कर अलग करना पड़े। हमने संक्रमित बीमारियों का इलाज करने वाले एक विशेषज्ञ से संपर्क किया और उन्होंने हमारी मदद की। उन्होंने लिज़ को शिराओं (intravenous) के माध्यम से एंटीबॉयोटिक्स, स्टेरॉयड्स तथा नेबुलाइज़र (दवा को फुहार में बदलने वाला उपकरण) दिए । क़िस्मत से दो हफ़्तों में ही न्यूमोनिया ठीक हो गया। बहरहाल, लिज़ को कफ़ बना हुआ था और अभी उसे कई महीने दवाइयों के सहारे बिताने थे।

उसकी थकान अभी भी हमारी बहुत बड़ी चिंता थी, जो अब तक की सबसे बुरी स्थिति में पहुँच चुकी थी। लिज दिन में बमुश्किल दो घंटे के लिए बिस्तर छोड़ पाती थी । उसके अस्थमा और एलर्जी लगातार गंभीर रूप लेते जा रहे थे । वह सिर्फ़ क़िस्मत के भरोसे ही फार्म हाउस में घोड़ों को देखने जा पाती थी। लिज़ इतनी बीमार थी कि बच्चे भी स्कूल न जाकर घर पर ही रहकर उसकी देखभाल करने लगे थे। लगातार बिस्तर पर लेटे रहने के कारण उसे टीवी देखने या पढ़ने में भी कमज़ोरी महसूस होती थी । ऐसा कई महीनों तक चलता रहा। बाहरी तौर पर मैं अपना डॉक्टरी स्वरूप बनाए था, लेकिन भीतर कहीं न कहीं मेरी हताशा बढ़ रही थी।

मैं कई बार फेफड़ा रोग विशेषज्ञ तथा संक्रमण रोग विशेषज्ञ के पास गया। उन्होंने मुझे आश्वस्त किया कि वे लिज़ का उपचार करने की हरसंभव कोशिश कर रहे थे। मैंने जब उनसे पूछा कि उसे ठीक होने में कितना वक्त लगेगा, तो उनका जवाब था, छह से नौ महीने या फिर कभी नहीं।

इसी दौरान हमारी एक पारिवारिक मित्र ने लिज़ को बताया कि उसके पति को भी न्यूमोनिया हो गया था और ठीक होने के दौरान उन्हें बहुत अधिक थकान महसूस होती थी। उन्होंने कुछ अतिरिक्त पोषक तत्व (nutritional supplements) लिए थे, जिनसे उन्हें ठीक होने में काफ़ी मदद मिली। लिज़ और उसकी मित्र अतिरिक्त विटामिनों के प्रति मेरे नकारात्मक रवैये से वाकिफ थीं, इसलिए लिज़ जानती थी कि अतिरिक्त खुराक लेने से पहले उसे मेरी सहमति लेनी होगी। जब उसने मुझसे इस बारे में पूछा, तो मुझे खुद मेरे जवाब पर आश्चर्य हुआ, क्योंकि मेरा जवाब था, ''हनी, तुम जो चाहे ले सकती हो । हम डॉक्टर निश्चित ही तुम्हारे लिए कुछ अच्छा नहीं कर पा रहे है।'' ■

श्रद्धा की खरल में घंटी हुई चिकित्सा

मानवजीवन में सबसे बड़ी चिंता की बात यदि कोई है तो वह है बीमारी या रोगग्रस्तता। और सबसे बड़ा आनंद है स्वस्थता । स्वास्थ्य सुख से बड़ा सुख हो ही नहीं सकता क्योंकि बाकी सारे सुख इसी एक सुख पर आधारित है। इसीलिए कहा गया है 'एक तंदुरुस्ती, हजार नियामत !'

एक नए दिन की शुरुआत होती है और स्वास्थ्य के लिए नए-नए उपाय खोजे जाते हैं, किन्तु साथ ही साथ रोगों की भयंकरता बढ़ती जाती है। अनगिनत अस्पतालों, चिकित्सकों, वैद्यों की फौज बढ़ती जा रही है फिर भी रोगों की संख्या में लगातार वृद्धि होती जा रही है । जिंदगी और मौत के बीच जबरदस्त संघर्ष चल रहा है।

रोग हटाने व स्वस्थ रहने के जो उपाय बढ़ते जा रहे हैं उनको देखकर आश्चर्यचकित रह जाना पड़ता है। नई-नई दवाईयाँ, इंजेक्शन, अत्याधुनिक यंत्र व उनकी सहायता से होने वाली शस्त्रक्रियाएं, कृत्रिम अंग अवयवों का निर्माण व शरीर में उनका प्रत्यारोपण जैसे प्रयास चमकृत कर देते हैं। मनुष्य को पुनः स्वास्थ्य प्राप्ति की दिशा में किये जा रहे प्रयास वंदनीय लगते हैं।

लेकिन फिर भी रोग तो बढ़ते ही जा रहे हैं। रोगीयों की संख्या में दिन दूनी रात चौगुनी वृद्धि होती जा रही है। अस्पतालों में जैसे रोगीयों की बाढ़ सी आई हुई हैं।

क्या कारण होगा ?

जैसे जैसे विश्व प्रगति करता है वैसे-वैसे उसके प्रति प्रभाव भी भुगतता है। जल्दबाजी, तेजगति, तनाव, धूल-धुआँ, मिलावट, भीड़ ये नए समाज के लक्षण हैं। और ये सब हमारे मन व शरीर को प्रदूषित करते हैं। जीवन की गति इतनी तेज हो गई है कि इसका तनाव सहने में मन असमर्थ होता जा रहा है।

जिसे हम 'रोग' कहते हैं वह मात्र शारीरिक नहीं होता मानसिक भी होता है। जहां एक तरफ तेज गति का तनाव है तो वहीं दूसरी ओर अपेक्षाओं का तनाव है। इन दोनों के बीज पिसनेवाला व्यक्ति बीमार पड़ता है। अब बीमारी शुद्ध शारीरिक न रहकर 'मनोशारीरिक' बन जाती है जिसके परिणाम स्वरुप चिकित्सक का कार्य जरा कठिन हो जाता है। इसीलिए कई बार चिकित्सक के पूर्ण निष्ठावान प्रयासों एवं

आधुनिक चिकित्सा के बावजूद रोगी की स्थिति में अपेक्षाकृत सुधार नहीं होता, कई बार उसकी स्थिति ज्यादा बिगड़ जाती है ।

इसीलिए अब चिकित्सक, विचारक आदि मात्र 'औषधियों' पर ज्यादा जोर न देकर रोगी के मानसिक स्वास्थ्य पर भी ध्यान देते हैं। इस विषय पर काफी शोधकार्य हो रहा है। नई-नई पद्धतियां खोजी जा रही हैं, कई प्रयोग किये जा रहे हैं। इन सारी खोजों संशोधनों के पश्चात चिकित्सक इस विचित्र निष्कर्ष पर आए हैं कि 'आध्यात्मिक श्रद्धा व्यक्ति को स्वस्थ करने में महत्वपूर्ण योगदान देती हैं।'

प्रयोगशालाओं में लाखों रुपये खर्च करनेवाले वैज्ञानिक क्या ओझाओं तांत्रिकों पर श्रद्धा रखने लगे हैं ?

नहीं, ऐसा नहीं हैं। यहां अंधश्रद्धा की बात नहीं है, किन्तु हजारों रोगीयों की मनःस्थिति का अध्ययन कर, उन पर विविध प्रयोग करके 'श्रद्धा' का जो बल, जो प्रभाव देखा है उसे देखकर ही वे लोग इस निष्कर्ष पर पहुंचे हैं।

कई बड़े वैज्ञानिक व चिकित्सक फिर भी इसे स्वीकारने को तैयार नहीं थे किन्तु कई उदाहरण प्रत्यक्ष देखने के पश्चात वे इसे डरते-डरते स्वीकार करने लगे हैं।

मनुष्य धीरे धीरे सीख रहा है कि व्यवस्थित रुप से समझाई और अपनायी हुई श्रद्धा रोग दूर करने एवं पुनः स्वास्थ्य प्राप्ति में प्रभावक परिबल के रुप में कार्य करती हैं। कई विश्व विख्यात चिकित्सक भी ऐसी ही राय रखते हैं।

कुछ वर्षों पूर्व वियेना के तत्कालीन समाचारपत्र ने वहां के एक डॉ. हेन्स फिन्स्टरर के विचारों का उल्लेख करते हुए लिखा था कि इस डॉक्टर का मानना है कि उनके द्वारा किए हुए ऑपरेशनों की सफलता में ईश्वर का अदृष्य हाथ काम करता है। उन्होने लगभग बीस हजार बड़े ऑपरेशन 'गैस्ट्रिक रिसेक्सन्स' (आमाशय को आंशिक या पूर्ण रूप से दूर करना) के थे । जो उन्होने लोकल ऐनेस्थेसिया में ही किये थे। डॉक्टर का कहना था कि दवाईयों व शस्त्रक्रियाओं में असाधारण प्रगति हुई है किन्तु ये सारी खोजें ऑपरेशन को सफल बनाने व मनुष्य को सुखी करने में पूरी तरह सफल नहीं हुई हैं।

अनेक घटनाओं में डॉक्टर ये मानते हैं कि सीधे सादे ऑपरेशन में भी रोगी की मृत्यु हो जाती है जबकि अनेक मामले ऐसे भी हुए हैं जिनमे डॉक्टरों ने अपने हाथ खड़े

कर दिये हों, रोगी के बचने की संभावना अत्यंत क्षीण हो फिर भी वह बच जाता है व स्वस्थ हो जाता है।

डॉक्टर आगे कहते हैं कि, उनके अनेक मित्र इसे एक घटना या संयोग मात्र मानते हैं किन्तु कई ऐसे भी हैं जो इन कठिन मामलों में ईश्वर की अदृष्य सहायता की बात स्वीकार करते हैं।

दुर्भाग्यवश विगत कुछ वर्षों से रोगी व चिकित्सक की श्रद्धा उठती जा रही है इस बात में से कि 'सभी कुछ ईश्वर की कला ही है ।'

जब हम पुनः अपनी सारी प्रवृत्तियों में ईश्वर की सहायता के महत्त्व को स्वीकार करने लगेगें, विशेष रूप से रोगी को स्वस्थ करने में तभी हमारी सच्ची प्रगति हो रही है ऐसा माना जायेगा ।

डॉ. नार्मन विन्सेंट पील, अमेरिका के एक अग्रणी श्रद्धा चिकित्सक एवं अच्छे लेखक अपना अनुभव लिखते हैं, एक बार ये अमेरिका के प्रतिष्ठित उद्योगपति के यहाँ भोजन समारोह में गए थे। वहां तो आयकर, बढ़ती दाम, उत्पादन खर्च, महंगाई, व्यवसाय संबंधी समस्याएं आदि की चर्चाएं चल रही थी। तभी एक अग्रणी उद्योगपतिने पूछा, 'डॉ. पील, क्या आप मानते हैं कि श्रद्धा से व्यक्ति स्वस्थ हो सकता है ?'

डॉ. पील ने जवाब दिया, 'ऐसी घटनाएँ हुई हैं। हां शारीरिक रोग में केवल श्रद्धा पर आधार नहीं रखा जा सकता। डॉक्टर और ईश्वर दोनों पर श्रद्धा होनी चाहिए। दोनों के समन्वय से अवश्य ही स्वस्थ हुआ जा सकता है।'

'तो फिर मेरी कहानी सुनिये,' उस उद्योगपतिने कहा, 'बहुत साल पहले मुझे एक विचित्र रोग हुआ था । उसे जबड़े की हड्डी की गांठ' (आस्टियोमा) कहते हैं । डॉक्टरों के अनुसार यह एक असाध्य रोग था । आप समझ सकते हैं कि मैं कितना निराश हुआ होऊंगा। इस रोग को मिटाने के लिए मैने कई प्रयत्न किये, कई डॉक्टरों से मिला किन्तु वही जवाब ।

मैं नियमित चर्च जाता था, किन्तु कभी भी बाईबल नहीं पढ़ता था । मैं अपने आपको धार्मिक भी नहीं मानता था। किन्तु एक दिन बिस्तर में बेचैनी में करवटें बदलतें हुए अचानक विचार आया कि चलो आज बाईबल पढ़ा जाए।

(क्रमशः)

हास्य का हसगुल्ला

प्रस्तुति : हेमु मोदी *(सुरत)*

टीचर ने पप्पू से कहा ''मैं २ वाक्य दूंगा तुझे उसमें अंतर बताना है !''
पहला वाक्य : उसने बर्तन धोये । दूसरा वाकय : उसे बर्तन धोने पड़े !
पप्पू : पहले वाक्य में कर्ता Unmarried है और दुसरे वाक्य में कर्ता Married है।
पप्पू की knowledge और जवाब सुन के टीचर अभी तक बेहोश है।

* * *

''जीवन में इतनी संपत्ति का क्या करोगे ?'' ऐसा बताने वाले बाबा एक प्रवचन का २ लाख मांगते है ।

* * *

आज के जमाने में बिजली विभाग ही एकलौता ऐसा विभाग है जो Pure माल सप्लाई कर रहा है। अगर यकीन नहीं है तो बिजली की तार से हाथ लगा कर देख लो ।

* * *

जहाँ आपकी दाल न गले, वहां मैगी भी बना कर खायी जा सकती है ! ज्ञान समाप्त।

* * *

जिंदगी की भागदौड़ में अपनी सेहत का भी ख्याल रखे! कहीं ऐसा न हो की आप पीछे रह जाए और आपका पेट आगे निकल जाए ।

* * *

Teacher ने होमवर्क में चार पेज का निबंध लिखने को दिया, आलस क्या है????
पप्पू ने चार में से तीन पेज खाली छोड़ दिए और चौथे पेज पर लिखा ''यही आलस है ।''

* * *

सरकारी स्कूल की Teacher स्कूल में ही गहरी नींद में सो रही थी, तभी कलेक्टर साहब स्कूल में आ पहुंचे और मेडम पकड़ी गयी ।
बहुत देर तक आवाज लगाने के बाद मेडम उठी और कलेक्टर को देखकर बोली ''समझ गए न बच्चो कुंभकर्ण ऐसे सोता था !''

डिझाईनिंग एवं टाईप सेटींग : समीर पारेख, *क्रिएटिव पेज सेटर्स,* घाटकोपर

तस्वीर बोल रही हैं जीवन ज्योत वृध्धाश्रम की

जीवन ज्योत वृध्धाश्रम में फिजियोथैरेपी के जरिए इलाज देती हुई नर्स ।

तस्वीर बोल रही हैं जीवन ज्योत ड्रगबैंक की

जीवन ज्योत ड्रगबैंक के अंतर्गत नि:शुल्क दवा
देते हुए संस्था के कार्यकर्ता ।

RNI. MAHHIN/2012/45662 Post Reg. MCE/141/2021-23.
Licence to Post Without Prepayment No. MR/TECH/WPP-208/EAST/2021-23
Posted at Mumbai Patrika Channel Sorting Office, Mumbai- 400 001
Published and Posting on 15th of every month.

To

तस्वीर बोल रही हैं दानदाताओं को अपील की

जीवन ज्योत
'सिकबेड सर्विस' के अंतर्गत
ऑक्सिजन सिलिंडर सेवा
कार्यतर हैं ।
दाताओं को अपील :
सिकबेड सर्विस में
२० ऑक्सिजन सिलिंडर
की जरूरत हैं ।
एक ऑक्सिजन सिलिंडर
की किंमत ५,०००/– रु. हैं ।

Printed, Published, Edited & Owned by - **Mr. H. K. Savla,** Published from **Jeevan Jyot Cancer Relief & Care Trust,** 3/9, Kondaji Chawl, Jerbai Wadia Road, Opp. Tata Hospital, Parel, Mumbai-400 012. & Printed at **Paras Prints,** Gala # 32, Singh Indu. Estate-3, Ram Mandir Road, Goregaon (W), Mumbai 400104 ***Editor*** : **H. K. Savla**