जीवनपथ हिन्दी

₹ 10/-

JEEVANPATH HINDI

Vol. No. 13, Issue No. 12 | (₹ १०/– प्रचार के लिए) | Mumbai, 15th July 2025

Website : www.jeevanjyot.in | Total 36 Pages | E-mail : jeevan_jyot@yahoo.in

ॐ सर्वे भवन्तु सुखिन: 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

जीवन ज्योत जीवदया विंग द्वारा नवजात गिलहरी के बच्चों को जीवतदान देने का प्रयास।

गरीब, निराधार कर्करोगग्रस्त मरीजों को अन्नक्षेत्र में, जीवदया में और टॉयबैंक में अनुदान देने वाले और इस अंक के सौजन्यदाता

श्री उदयान नटवरलाल शाह (अंधेरी)

तस्वीर बोल रही हैं 'साईशा-नाईशा दाणी टॉयबैंक' की

'साईशा–नाईशा दाणी टॉयबैंक' अंतर्गत जीवन ज्योत संस्था द्वारा आयोजित कार्यक्रम में बाल कैंसरग्रस्त मरीज़े जादु का शो देखकर, तरह तरह के गेम खेलकर, स्वादिष्ट भोजन का लुफ्त उठाकर, नए नए उपहार प्राप्त कर आनंदित हुए ।

जीवन ज्योत कैंसर रिलीफ एण्ड केअर ट्रस्ट

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

-: शाखा कार्यालय :-

कोलकता कार्यालय

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

जलगांव कार्यालय

शाह राघवजी लालजी सतरा (गुंदाला)
१०९, पोलनपेथ, जलगांव- ४२५००१
दूरध्वनिः०२५७-२२२४१५६ मोः ०९६७३३६४२९०

सांगली – कोल्हापुर

मीना जेठालाल मारू (हालापर)
मो. ७७०९९००४३३

नालासोपारा कार्यालय

१२, लक्ष्मी शोपिंग सेन्टर, राधा-कृष्णा होटेल
के बाजु में, तुलींज रोड,
नालासोपारा (ईस्ट)
खूश्बु गाला - मो. ८९२८७६५३०१

(कायदाकीय अधिकार क्षेत्र मुंबई रहेगा)

-: 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

इस पुष्प की पंखुडियाँ

सम्पादक की लेखनी से...	४
भजन - तुम मेरे श्याम	७
व्यक्ति विशेष -जिम क्लार्क (१९४४)	९
पथ के दावेदार	१२
भक्तिभाव की पराकाष्ठा	१७
कैंसर के कारण के रूप में ऑक्सीडेटिव तनाव	१८
काव्य	१९
दिल की आवाज़ भी सुनो	२१
मूरखराज	२२
गुमचोट, गुम्मड़ या रगड़ का आसान इलाज	२५
तेल चिकित्सा	२६
सभ्यता और शिष्टाचार	२८
१ जुलाई - डॉक्टर्स डे	२९
मन की शक्ति	३०
अभ्यास की लगन	३२
संबंधों को भी समय दो	३३
हास्य का हसगुल्ला	३४

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

TI.T. EXEMPTION, DIT (E), MC/8E/80G/53(2009-11)

CSR Registration No. CSR 00002659 **Email :** jeevan_jyot@yahoo.in

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

संपादक की लघु लेखनी से...

प्रिय मान्यवर पाठको,

बोलकर नहीं, करके दिखाए।

कोरा उपदेश भी तब तक किसी काम का नहीं, जब तक उसे चरितार्थ न किया जाए। वाणी के बजाय कार्य से दिए गए उदाहरण कई ज्यादा प्रभावी होते हैं। प्रत्येक सफल व्यक्तियों में एक बात की समानता मिलती है, कि उन्होंने केवल वाणी से नहीं अपितु अपने कार्यों से भी उदाहरण प्रस्तुत किये हैं। बिना पुरूषार्थ के हमारे महान से महान संकल्प भी केवल रेत के विशाल महल का निर्माण करने जैसे हो जाते हैं।

हमारे पास संकल्प रूपी मजबूत आधारशिला तो होनी ही चाहिए लेकिन पुरुषार्थ रूपी पिलर भी होने चाहिए, जिस पर सफलता रुपी गगनचुम्बी महल का निर्माण संभव हो सके। महत्वपूर्ण ये नहीं कि हम अच्छा कह रहे हैं अपितु महत्वपूर्ण तो ये है, कि हम अच्छा कर रहे हैं। सृजनात्मकता जीवन की माँग ही नहीं अपितु अनिवार्यता भी है। इसलिए केवल अच्छा कहना नहीं अपितु अच्छा करना भी हमारी प्राथमिकता होनी चाहिए। ■

-: 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 वॉट्सअप 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 डुप्लिकेट 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
एच.डी.एफ.सी. बैंक HDFC0000357	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
२४) श्रीमति उषाबेन मणिलाल गाला (कंडागरा-गोरेगाम) : जलाराम अन्नक्षेत्र
२५) श्रीमती साकरबेन प्रेमजी चेरीटेबल ट्रस्ट (वर्ली) : केमोथेरेपी विभाग

रहिमन जो तुम कहत हो, संगति ही गुन होय । बीच उखारी रसभरा, रस काहे ना होय ।।

भजन

तुम मेरे श्याम

(तर्ज : ये मेरा प्रेम पत्र पढ़कर...)

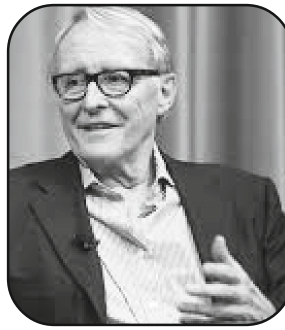
तेरे चरणों को छोड़कर मैं कहीं और ना जाऊँगा ।
कि तुम मेरे श्याम धणी हो,
कि तुम मेरे श्याम धणी हो ।।
तेरी सेवा में रह लूँगा, तेरी चौखट पे रह लूँगा ।
यहीं खाटू में रहकर के, गुजारा अपना कर लूँगा ।
मैं क्या-क्या ना कर लूँगा, मगर बस तुमसे प्यार है।
कि तुम मेरे श्याम धणी हो...
ना तुम सा देव है कोई, ना मुझ सा दीन है कोई ।
उमर भक्ति में खोकर के, झलक देखूं तेरी कोई ।
ना दूजा है मेरा कोई, मेरा तुमसे ही प्यार है।
कि तुम मेरे श्याम धणी हो...
मेरा ना आसरा कोई, मेरा साथी नहीं कोई ।
मेरी कश्ती नहीं कोई, सहारा है नहीं कोई ।
मेरे बस आप हो केवल, मेरा बस तुमसे प्यार है।
कि तुम मेरे श्याम धणी हो...
यही वरदान दो मुझको, अटल भक्ति को पाऊँ मैं ।
तुम्हारा नाम लेकर श्याम, तुम्हारा दर्शन पाऊँ मैं ।
तुम्हीं में लीन हो जाऊँ, मेरा बस तुमसे प्यार है ।
कि तुम मेरे श्याम धणी हो....

बिपीनभाई दाणी (हरसोल) एकता परिवार (I.G.) माटुंगा की प्रेरणा से

दाताओं के नाम	एरिया	योजना	रुपया
☛ स्व. शांताबेन शामलदास शाह के आत्मश्रेयार्थे			
ह. भावेश महेन्द्र शाह (हरसोल)	बोरीवली	जीवदया	५,०००/-
☛ स्व. अरविंदभाई वल्लभदास सोनेचा के आत्मश्रेयार्थे			
ह. हंसाबेन अरविंदभाई सोनेचा परिवार	कांदिवली	दवाइयाँ	२,०००/-
☛ स्व. महेन्द्रभाई मणिलाल गांधी (लिंबोद्रा) के आत्मश्रेयार्थे			
ह. ईन्दुबेन, अल्पेश, संजय गांधी परिवार	बोरीवली	जीवदया	१,२००/-
☛ दिनेश पोपटलाल शाह (हरसोल)	बोरीवली	जीवदया	१,०००/-
☛ संदिप दिनेश शाह (हरसोल)	बोरीवली	हल्दीदूध	१,०००/-
☛ गौतम दिनेश शाह (हरसोल)	बोरीवली	हल्दीदूध	१,०००/-
☛ स्व. नटवरलाल बुलाखीदास शाह (हरसोल) के आत्मश्रेयार्थे			
ह. मंजुलाबेन नटवरलाल शाह परिवार	कांदिवली	जीवदया	१,०००/-
☛ स्व. कमलाबेन और स्व. कांतिलाल नगीनदास शाह (हरसोल) के आत्मश्रेयार्थे			
ह. कांतिलाल नगीनदास शाह परिवार	भायंदर	दवाईयाँ	१,०००/-
☛ स्व. कमलाबेन और स्व. बेचरदास दोशी के आत्मश्रेयार्थे			
ह. दिलीप बी. दोशी	मुलुंड	दवाइयाँ	५००/-
☛ स्व. शारदाबेन और स्व. चिमनलाल साकळचंद शाह (उवारसद) के आत्मश्रेयार्थे			
ह. हेमा प्रदीप शाह	पूना	जीवदया	५००/-

व्यक्ति विशेष

जिम क्लार्क (१९४४)



जेम्स एच. क्लार्क १९७८ में स्टेनफोर्ड यूनिवर्सिटी में प्रोफ़ेसर थे। वहाँ नौकरी करते समय उन्होंने अमेरिकी रक्षा शोध संस्था से अनुदान लेकर अपने विद्यार्थियों के साथ कंप्यूटर ग्राफ़िक्स टेक्नोलॉजी में शोध किया। तीन साल के शोध के बाद उन्होंने एक 'ज्योमेट्री इंजन' बनाया, जो थ्री-डी ग्राफ़िक्स को सॉफ़्टवेयर से प्रोसेस करके हार्डवेयर में पहुँचा देता था। क्लार्क इस टेक्नोलॉजी से मंत्रमुग्ध थे। उन्होंने अपने इस इंजन को प्रतिष्ठित कंप्यूटर कंपनियों को बेचने की कोशिश की, लेकिन किसी ने इसमें दिलचस्पी नहीं दिखाई। क्लार्क इसकी भावी सफलता के बारे में इतने उत्साहित थे कि उन्होंने खुद मैदान में उतरने का फ़ैसला किया। अपनी शोध टीम के छह सदस्यों के साथ उन्होंने १९८२ में स्टेनफ़ोर्ड यूनिवर्सिटी छोड़ दी और सिलिकॉन ग्राफ़िक्स (बाद में एस.जी.आई.) की स्थापना की, जहाँ उन्होंने थ्री-डी इंजन बनाया।

एस.जी.आई. की मशीनों से कंप्यूटर पर वस्तुओं की कल्पना की जा सकती थी, उन्हें घुमाया जा सकता था और उसी तरह काम करवाया जा सकता था, जिस तरह असली वस्तुएँ असली दुनिया में करती हैं। एस.जी.आई. के ग्राहकों में नासा, ब्रिटिश एरोस्पेस और अमेरिकी सेना शामिल थे। जब हॉलीवुड फ़िल्म उद्योग ने एस.जी.आई. टेक्नोलॉजी की संभावना को देखा, तो जुरासिक पार्क और टर्मिनेटर-टू जैसी फ़िल्मों में विशेष प्रभाव डालने में इसका इस्तेमाल किया गया। परिणामस्वरूप कंपनी ने तेज़ी से तरक़्क़ी की और १९९४ में इसकी वार्षिक आमदनी २ अरब डॉलर हो गई। क्लार्क अमीर बन गए थे। बहरहाल, फरवरी १९९४ में क्लार्क ने एस.जी.आई. कंपनी छोड़ दी, क्योंकि वे एस.जी.आई. की

महँगी टेक्नोलॉजी को सस्ता करके आम ग्राहक की पहुँच में लाना चाहते थे, जबकि कंपनी के बाक़ी लोग इसके लिए तैयार नहीं थे ।

लेकिन क्लार्क हाथ पर हाथ रखकर बैठने वालों में से नहीं थे। जिस दिन उन्होंने कंपनी से इस्तीफ़ा दिया, उसी दिन उन्होंने एक प्रतिभावान युवा कंप्यूटर प्रोग्रामर मार्क एंड्रेसन को एक ई-मेल भेजा। क्लार्क की दिलचस्पी एन.सी.एस.ए. मोज़ेक ब्राउज़र के आविष्कार में थी, जो एंड्रेसन ने उसी समय किया था। एंड्रेसन को लग रहा था कि यह ब्राउज़र इंटरएक्टिव टेलीविज़न के लिए आदर्श रहेगा। उस वक़्त इंटरनेट शुरुआती दौर में ही था, लेकिन क्लार्क ने दूरंदेशी से भाँप लिया कि ब्राउज़र के लिए इंटरनेट से अच्छा बाज़ार दूसरा नहीं है। १९९४ में दोनों ने मिलकर मोज़ेक कम्युनिकेशन्स कॉरपोरेशन की स्थापना की, जिसमें क्लार्क ने ६० लाख डॉलर का निवेश किया। यही वह कंपनी थी, जो बाद में नेटस्केप नाम से मशहूर हुई ।

क्लार्क हर ग्राहक को नेटस्केप ब्राउज़र मुफ़्त देते थे, लेकिन कंपनियों से उसकी अच्छी क़ीमत वसूलते थे। इस चतुर रणनीति के चलते १९९६ तक नेटस्केप ने ८० प्रतिशत बाज़ार पर क़ब्ज़ा जमा लिया। जब अगस्त १९९५ में कंपनी का आई.पी.ओ. निकला, तो कंपनी का मूल्य लगभग २ अरब डॉलर आँका गया, जबकि क्लार्क का निवेश केवल ६० लाख डॉलर था। क्लार्क इंटरनेट के पहले अरबपति बन गए। अगर माइक्रोसॉफ्ट इस क्षेत्र में नहीं उतरता, तो नेटस्केप आज भी इंटरनेट का सबसे लोकप्रिय ब्राउज़र होता। हालाँकि शुरुआत में माइक्रोसॉफ्ट ने इंटरनेट की संभावना को परखने में बहुत देर कर दी, लेकिन

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।

जब उसे स्थिति समझ में आ गई, तो वह पूरी तेज़ी से इंटरनेट एक्सप्लोरर लेकर ब्राउज़र बाज़ार में उतरा। नेटस्केप इतने बड़े प्रतिद्वंद्वी से मुक़ाबला नहीं कर पाया और अंत में इसे अमेरिका ऑनलाइन ने ख़रीद लिया। आज क्लार्क के पास १ अरब डॉलर की संपत्ति है ।

लेकिन क्लार्क की उद्यमिता की भूख अभी ख़त्म नहीं हुई थी। उन्होंने स्वास्थ्य सेवा पर केंद्रित हैल्दियन नाम की कंपनी शुरू की। उनका यह तीसरा बिज़नेस भी मल्टी - बिलियन डॉलर बिज़नेस साबित हुआ। इस तरह दो दशक के अंतराल में जिम क्लार्क ने तीन अविश्वसनीय रूप से सफल कंपनियाँ शुरू कीं और यह साबित किया कि नया काम करना अमीर बनने की दिशा में पहला और अचूक क़दम है। ■

कर्करोग की भयानकता

दाताओं के नाम	एरिया	रुपए
❈ शामसुंदर सीताराम नेवरेकर	वडाला	४,०००/-
❈ सुधीर विष्णु परकाले	कालाचौकी	४,०००/-
❈ कुमार बी. फतनानी	मुलुंड	३,०००/-
❈ किरण भोसले	परेल	१,०००/-
❈ सुभाष पोदार	सांताक्रुझ	५००/-

मानवता के साद को मिला हुआ प्रतिसाद

नाम	एरिया	रुपया
☆ अलका हनुमंत माने	कांदिवली	५,००१/-
☆ विनीत जैन	दादर	२,०५१/-
☆ रविन्द्र पोरे	भायखला	२,०००/-
☆ सुनिता संतोक काकाडे	परेल	१,०००/-
☆ किआरा विनय मसुकर	परेल	१,०००/-

कहानी

(गतांक से आगे)

पथ के दावेदार

– शरतचंद्र

जो व्यक्ति गाड़ी लाने गया था, उसके दस मिनट बाद गाड़ी लेकर लौटने पर सुमित्रा चुपचाप भारती का हाथ पकड़कर धीरे-धीरे जाकर उसमें बैठ गई। बातचीत करने से उनके विचारों में विघ्न उपस्थित न हो - इस खयाल से किसी ने उनसे व्यर्थ का प्रश्न नहीं किया। विशेषकर आज वे अस्वस्थ, थकी हुई और उत्पीड़ित थीं। भारती ने कहा - ''चलिए!''

अपूर्व ने अपना मुँह ऊपर उठाकर देखा, कुछ देर तक न जाने क्या सोचकर पूछा - ''मुझे कहां चलने को कह रहीं हैं?''

भारती ने कहा - ''मेरे घर पर।''

अपूर्व कुछ क्षण तक चुप रहा। अन्त में धीरे-धीरे बोला - ''आप लोग तो जानती हैं कि मैं समिति के लिए कितना अयोग्य हूँ! वहां पर मेरे लिए कोई स्थान नहीं हो सकता।''

भारती ने प्रश्न किया - ''तो फिर इस समय कहां जाएंगे, डेरे पर?''

''डेरे पर ? एक बार जाना होगा।''इतना कहते ही अपूर्व की आँखें सजल हो उठीं, उन्हें किसी तरह संभालते हुए बोला - ''लेकिन इस विदेश में और एक जगह किस तरह जाऊँगा - मैं समझ नहीं पाता हूँ भारती!''

सुमित्रा गाड़ी में से बोली - ''तुम लोग आओ ।''

भारती बोली - ''चलिए!''

अपूर्व बोला - ''पथ के दावेदारों में मेरे लिए स्थान नहीं है।''

भारती एकदम मानो उसका हाथ पकड़ने जा रही थी, लेकिन अपने को संभालकर, एक पल उसके मुँह पर दोनों आँखों की सारी दृष्टि निबद्ध करके चुपके-चुपके बोली - ''पथ के दावेदारों में स्थान भले ही न हो, लेकिन और एक

दावे से आपको वंचित कर सके, संसार में ऐसी तो वस्तु है ही नहीं अपूर्व बाबू!''

गाड़ी में से सुमित्रा ने फिर असहिष्णु कण्ठ से प्रश्न किया - ''तुम लोगों के आने में क्या देर होगी, भारती?''

भारती ने हाथ हिलाकर गाड़ीवान को जाने का इशारा करते हुए कहा - ''आप जाइए, हम लोग जरा पैदल ही जाएंगे!''

रास्ते में चलते-चलते अपूर्व एकाएक बोल उठा - ''भारती, तुम मेरे साथ चलो न!''

भारती ने कहा - ''साथ ही तो चल रही हूँ।''

अपूर्व बोला - ''वह बात नहीं, तलवलकर की स्त्री से जाकर क्या कहूँगा - मेरी समझ में नहीं आ रहा है। राम को यहां पर साथ लाने की दुर्बुद्धि मुझे क्यों हुई?''

भारती चुप थी। अपूर्व कहता गया - ''एकाएक कितना बड़ा अनर्थ हो गया। अब वह अपना कर्तव्य मेरी समझ में नहीं आ रहा है।''

भारती फिर भी मौन थी। कुछ देर बाद अपूर्व व्याकुल होकर गरज उठा - ''मेरा क्या दोष है? बार-बार सावधान करने पर भी कोई गले में डोरी बांधकर झूले तो उसे मैं किस तरह बचाऊँगा ? स्त्री है, लड़की है, घर-गृहस्थी है, यह होश जिसे नहीं है - वह मरेगा नहीं तो और कौन मरेगा? और दो वर्ष की सजा भोगने दो।''

''आप क्या उनकी स्त्री के पास इस समय नहीं जाएंगे?''

अपूर्व बोला - ''जाऊँगा क्यों नहीं! लेकिन साहब को कल क्या उत्तर दूँगा? मैं तुमसे कहे देता हूँ भारती कि साहब यदि एक भी बात कहेंगे तो मैं नौकरी छोड़ दूँगा!''

''छोड़कर क्या कीजिएगा?''

"घर चला जाऊँगा। इस देश में मनुष्य नहीं रहते ?"

भारती ने कहा - "उनके उद्धार का प्रयत्न भी न करेंगे?"

अपूर्व झट बोल उठा - "चलो, किसी अच्छे बैरिस्टर के पास चलें। भारती! मेरे पास एक हजार रुपये हैं - क्या इनसे काम न चलेगा, मेरी घड़ी इत्यादि जो कुछ चीजें हैं, उनको बेच देने से और पांच-छः सौ रुपये मिल सकते हैं।"

भारती बोली - "लेकिन उनकी स्त्री के पास जाने की सबसे पहले आवश्यकता है अपूर्व बाबू! मेरे साथ अब मत चलिए, यहीं से एक गाड़ी लेकर स्टेशन चले जाइए। उनको क्या चाहिए, क्या अभाव है, कम -से-कम एक बार खबर देने की बड़ी आवश्यकता है।"

अपूर्व साथ-ही-साथ चलता रहा। भारती ने कहा - "अब तो मैं अकेली ही जा सकूँगी, आप लौट जाइए!"

अपूर्व कुछ हिचककर बोला - "मैं अकेला न जा सकूँगा।"

भारती बोली - "डेरे से तिवारी को ले लेना।"

"नहीं, तुम साथ चलो।"

"मुझे आवश्यक काम है।"

"रहने दो, चलो।"

"लेकिन मुझे क्यों इस झमेले में डाल रहे हैं, अपूर्व बाबू?"

अपूर्व चुप हो रहा।

भारती हंस पड़ी, बोली - "अच्छा, चलिए मेरे साथ। अपना काम पहले पूरा कर लूँ।"

रास्ते में एकाएक भारती बोली - "जिसने आपको नौकरी करने के लिए विदेश में भेजा है, उसे आपको पहचानने की बुद्धि नहीं है। वे यदि आपकी मां हों तो उनको भी नहीं है। तिवारी देश जा रहा है, मैं खुद जाकर प्रयत्न करके उसके साथ आपको भी घर भेज दूँगी।"

अपूर्व मौन था। भारती बोली - "आपने उत्तर क्यों नहीं दिया?"

अपूर्व बोला - "उत्तर देने की आवश्यकता नहीं। मैं गृहस्थी में न रहता तो मैं संन्यासी हो जाता ।"

भारती बोली - "संन्यासी? लेकिन मां तो जीवित हैं?"

अपूर्व बोला - "हां! देश के छोटे-से गांव में हम लोगों का एक छोटा-सा मकान है, मां को मैं वहीं ले जाऊँगा ।"

"उसके बाद?"

"मेरे पास जो एक हजार रुपये हैं, उन्हीं से छोटी-सी दुकान खोलूँगा। उसी से हम दोनों का खर्च चल जाएगा।"

भारती बोली - "खर्च तो चल सकता है, लेकिन अचानक इसकी आवश्यकता कैसे पड़ी?"

अपूर्व बोला - "आज मैं अपने को पहचान सका हूँ। केवल मां के सिवा और कहीं भी इस संसार में मेरा कोई मूल्य नहीं है। भगवान करे, इससे अधिक किसी से मुझे मांगना न पड़े।"

भारती ने क्षणमात्र में उसके मुँह की तरफ देखकर पूछा - "मां शायद आपको बहुत प्यार करती हैं?"

अपूर्व बोला - "हां! चिरकाल से मां का जीवन दुख-ही-दुख में बीता, मैं डरता हूँ कहीं यह दुख और न बढ़ जाए ! मेरी आधार मां है, इससे मैं एक मुहूर्त के लिए भी छुटकारा नहीं पाता, भारती ! इसीलिए मैं भीरु हूँ, सभी की अश्रद्धा का पात्र हूँ।" यह कहकर उसके मुँह से लम्बी सांस निकल पड़ी।

इसका उत्तर भारती ने नहीं दिया, केवल धीरे से अपूर्व का हाथ पकड़कर चुपचाप चलने लगी।

फिर अपूर्व ने उद्विग्न होकर पूछा - "रामदास के परिवार का क्या उपाय करोगी?"

भारती स्वयं कुछ समझ न सकी थी, लेकिन फिर भी साहस बढ़ाने के लिए ही बोली - "चलिए तो, जाकर देखेंगे, उपाय तो कुछ-न-कुछ किया ही जाएगा।

अपूर्व बोला - "तुमको शायद वहां रहना पड़े।"

"लेकिन मैं तो ईसाई हूँ, उन लोगों के किस काम आऊँगी?"

यह बात नए सिरे से अपूर्व को चुभी।

दोनों घर जब पहुंचे तब सन्ध्या बीत चुकी थी। इस रात को किस तरह क्या करना हो, यह सोचकर उन लोगों के मन में भय की सीमा न थी । अन्दर कदम रखते ही भारती ने देखा कि उस तरफ की खिड़की के पास आरामकुर्सी पर कोई लेटा हुआ है। देखते ही भारती पहचान कर उल्लास से कह उठी - "डॉक्टर साहब, आप कब आए? सुमित्रा जीजी से मुलाकात हुई?"

"नहीं।"

अपूर्व ने कहा - "आज भयंकर काण्ड हो गया डॉक्टर साहब! हमारे एकाउण्टेण्ट तलवलकर बाबू को पुलिस पकड़ ले गई।"

भारती बोली - "इनसिन में उनका घर है। वहीं उनकी स्त्री है, लड़की है। अभी तक कुछ खबर उन्हें नहीं मिली।

अपूर्व ने कहा - "यह कैसी भयानक आपत्ति आ पड़ी, डॉक्टर साहब!"

डॉक्टर हंसकर बोले - "भारती, मैं बहुत ही थका हूँ, मुझे चाय बनाकर पिला सकती हो क्या बहन?"

"क्यों नहीं? लेकिन हम लोगों को अभी बाहर जाना है।"

"कहां?"

"इनसिन। तलवलकर बाबू के घर।"

"कुछ जरूरत नहीं।"

अपूर्व विस्मय से बोला - "आवश्यक कैसे नहीं डॉक्टर साहब?"

डॉक्टर हंसकर बोले - "लेकिन इसका भार तो मेरे ऊपर है। आप बैठिए, तब तक भारती चाय तैयार करके लाए होटल का ब्राह्मण रसोइया, पवित्रता के साथ कुछ खाने की चीज तैयार करके दे जाए। आहार आदि करके, आप विश्राम कीजिए।" *(क्रमशः)* ■

भक्तिभाव की पराकाष्ठा

महाभारत काल की घटना है। धनुर्धर अर्जुन को सबसे बड़ा भक्त होने का गर्व हो गया था। श्रीकृष्ण इस पर अर्जुन को लेकर निकल पड़े। रास्ते में एक ऐसे ब्राह्मण को देखा जो नयन मूंदे बैठा हुआ सूखी घास खा रहा था।

आसपास सभी जगह हरी घास होने के बाद भी सूखी घास खाने के बारे में अर्जुन के पूछने पर श्रीकृष्ण ने कहा कि सूखी घास में चैतन्य भाव लुप्त हो जाता है। अर्जुन की दृष्टि सहसा ब्राह्मण की कमर में लटक रही तलवार पर पड़ी। अर्जुन ने तत्काल फिर प्रश्न किया।

श्रीकृष्ण ने कहा - ''इस विषय में भला मैं क्या बताऊँ? तुम स्वयं ही उनसे क्यों नहीं पूछ लेते?''

अर्जुन ने विनम्र भाव से पूछा - ''हिंसा का सबसे बड़ा प्रतीक तलवार आपके पास है।''

ब्राह्मण ने कहा - ''इससे मुझे चार लोगों को काटकर समाप्त करना है।''

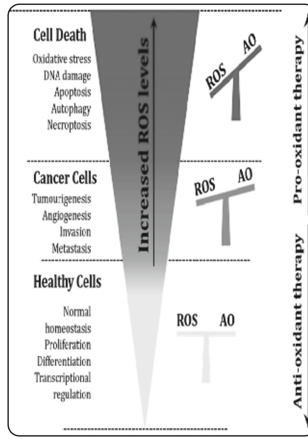
''किस-किसको?'' अर्जुन ने पूछा।

''सबसे पहले उस दुष्ट नारद को, जो न दिन देखे, न रात, जब चाहे गाते - बजाते आए और मेरे भगवान को जगा दे; दूसरा दुष्ट प्रहलाद है। धूर्त ने मेरे भगवान् की मक्खन जैसी कोमल देह को कठोर स्तंभ के भीतर से निकलने पर विवश कर दिया।'' ब्राह्मण दांत भींचता हुआ बोला।

''तीसरी, वह दुष्ट द्रौपदी है, जिसकी इतनी हिम्मत कि जब मेरे भगवान् भोजन करने बैठे, तभी उनको बुलाकर भोजन नहीं करने दिया। चौथा, वह अर्जुन, उसका इतना दुस्साहस कि त्रिलोक स्वामी, परमब्रह्म, जगत्पालक मेरे प्रभु को अपना सारथी ही बना डाला। उसको तो मैं किसी भी स्थिति में नहीं छोडूँगा।''

अभिमान से भरा हुआ अर्जुन सुन रहा था कि उस ब्राह्मण की वाणी कठोर से कठोरतर होती जा रही थी। ब्राह्मण के भक्तिभाव की गहराई को देख वीरवर अर्जुन का गर्व एकदम चूर-चूर हो गया। ■

कैंसर के कारण के रूप में ऑक्सीडेटिव तनाव



कई शोधकर्ताओं ने कैंसर के प्रमुख कारण के सिद्धांत प्रस्तुत किए हैं। दुर्भाग्य से, इनमें से एक भी सिद्धांत पूरी तरह से कैंसर के विभिन्न पहलुओं और शरीर में इस बीमारी के विकसित होने को विस्तार से बता पाने में सक्षम नहीं हैं।

चिकित्सा जगत की इस समस्या के मद्देनज़र, डॉ. पीटर कोवाकिक ने करंट मेडिसिनल केमिस्ट्री २००१ में एक सारगर्भित लेख लिखा। इसमें उन्होंने लिखा कि ''अनेक सिद्धांतों में से ऑक्सीडेटिव तनाव का सिद्धांत इस समय सही प्रतीत होता है। यह कैंसर को प्रभावित करता है तथा कैंसर को विकसित करने वाले विभिन्न पहलुओं से भी संबंधित है ।''

कोवाकिक का शोध उन चिकित्सा प्रमाणों का समर्थन करता है, जो यह बताते हैं कि जब कोशिका के केंद्रक के चारों ओर स्वतंत्र तत्व अधिक मात्रा में एकत्रित हो जाते हैं, तो परिणामस्वरूप कोशिका के डीएनए को बहुत अधिक क्षति पहुँचती है। कोशिका के विभाजन के दौरान केंद्रक का डीएनए विशेष रूप से कमज़ोर हो जाता है। ऐसे में डीएनए के सूत्र पूरी तरह खुले और फैले हुए होते हैं। शोधकर्ता अब न सिर्फ़ यह बताने में सक्षम हैं कि स्वतंत्र तत्वों के कारण कोशिका के डीएनए केंद्रक को नुक़सान पहुँच सकता है, बल्कि यह भी बता सकते हैं कि वे डीएनए के किस सूत्र को तेज़ी से नुक़सान पहुँचाते हैं ।

यदि कोई कार्सिनोजन शरीर पर आक्रमण करता है, तो मैश यूनिट क्षतिग्रस्त डीएनए की मरम्मत करने का प्रयास करती है। लेकिन इस दौरान अत्यधिक ऑक्सीडेटिव तनाव और स्वतंत्र तत्वों के कारण हुई क्षति से मरम्मत तंत्र हार जाता है और इस कारण डीएनए का परिवर्तन (mutation) तक हो सकता

है। स्वतंत्र तत्व डीएनए की आनुवंशिक संरचना को भी क्षतिग्रस्त कर सकते हैं, जिससे कोशिका में असामान्य वृद्धि हो सकती है। इन कोशिकाओं के लगातार बढ़ने से यह परिवर्तित डीएनए प्रत्येक नई कोशिका में चला जाता है। जब इस परिवर्तित डीएनए की कोशिका में ऑक्सीडेटिव तनाव अधिक होता है, तो अधिक क्षति होती है। इस तरह ये कोशिका अनियंत्रित वृद्धि करने लगती है और खुद का जीवन लील लेती है। इसमें शरीर के एक अंग से दूसरे अंग में जाने की क्षमता विकसित हो जाती है। इस तरह वास्तविक कैंसर रूप धारण कर लेता है। ■

काव्य

रूठे जो कभी हम से
जान देके मना लेंगे,
तेरी हर उदासी को
हम अपना बना लेंगे।
आँसू तेरी आँखों के
पलकों से उठा लेंगे,
तुम मुस्कराते सदा रहना
सारी दुनिया भुला देंगे।
तुम मेरे बने रहना
सारी पीड़ा सह लेंगे,
रूठे कभी जो हमसे
जान देके मना लेंगे,
जो न माने हमसे,
तो जान गँवा देंगे ।

मेरे सब्र की परीक्षा न लो
नहीं तो यह बाँध टूट जायेगा,
साथ जो अब तक निभाया है
तेरे संग वो भी छूट जायेगा ।
बड़ी मुश्किलों से साथ निभाया है
सारी खुशियों को बेमानी माना है,
जाने कितने दुःखों को पिया है
अब ना रोके कोई
ना मुझे टोके कोई,
जैसे जीता हूँ मैं
मुझ को जीने दो,
मेरी उम्र के सूरज को
स्वत: ही ढलने दो ।
■

गत महीने की संस्था की गतिविधियाँ

- अन्नक्षेत्र में भोजन के २४ तथा हल्दी दूध के १३ कार्ड बनाए।
- १४२ कैंसरग्रस्त परिवारों को अनाज वितरित किया गया ।
- प्रतिदिन ८०५ मरीज़ों को फल दिया गया ।
- ७ मरीज़ों को रक्त के लिए सहायता प्रदान की गई।
- १० मरीज़ों के रहने की व्यवस्था की गई।
- ४ 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 ८,९३,४००/- रु. की दवाएँ दी गई ।
- अन्य मरीजों को ३,६०,३५०/- रु. की दवाएँ दी गई ।
- २८ घायल पशु-पक्षीओं को ईलाज के लिए अस्पताल पहुँचाया गया ।
- पशु-पक्षीओं के ईलाज के लिए रु. ४,३१,५००/- की दवाएँ दी गई ।
- अपंग व्यक्तिओं को ३ वोकर, २ वॉकिंग स्टीक, ३ कमोड चेअर, ४ व्हिलचेअर, ५ पलंग, ४ ऑक्सिजन मशीन और २ ऑक्सिजन सिलेण्डर दिए गये।
- ४ कैंसरग्रस्त मरीज़ों की फाईल बनाई गई ।
- ४३ मरीज़ों ने निःशुल्क ऐम्ब्युलेंस् सेवा का लाभ लिया ।
- ४ कर्करोग पीड़ितों को कोलोस्टॉमी बेग कम कींमत पर दी गई ।
- १ लावारिस कैन्सरग्रस्त मरीज का अंतिम संस्कार किया गया ।
- रास्ते में बेहाल स्थिति में पड़े रहनेवाले ६ व्यक्तिओं को वृद्धाश्रम पहुँचाया 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।

कहानी

दिल की आवाज़ भी सुनो

आशा का पति आज भी जब दारू पीकर घर आया तो फिर से दोनों में झगड़ा शुरू हो गया। गुस्से में आशा ने कहा कि तुम अगर चिराग लेकर भी ढूंढोगे तो मेरे जैसी बीवी नहीं मिलेगी। आगे से पति ने जवाब दिया कि तुम्हें यह किसने कह दिया कि दूसरी बार भी मैं तुम्हारे जैसी ही बीवी ढूंढूंगा। वैसे मैं तुम्हारा यह शक दूर करने के लिये बता दूँ कि कल मैंने फेसबुक पर तुम्हारा नाम लिखा था। पांच मिनट में ७३७ मिल गई थीं। अभी इनकी यह बहस चल ही रही थी कि आशा की सहेली निशा उसके घर में दाखिल हुई। उसने आशा से कहा कि तुम्हारे इस मामले में मेरा बोलना ठीक तो नहीं लगता, लेकिन आए दिन इस तरह झगड़ा करने से तो अच्छा है कि तू वापस अपने मायके चली जा । आशा ने कहा कि मैं भी इस नारकीय जीवन से तंग आ चुकी हूँ, लेकिन मैं अभी मायके नहीं जा सकती, क्योंकि अभी मेरी छोटी बहन की शादी होने वाली है। रिश्तेदार कई किस्म की अड़चनें डालनी शुरू कर देंगे। दुनिया वाले तो न जाने क्या-क्या कहेंगे?

निशा ने हौसला देते हुए कहा, ''हम लोग अकसर दुनिया को खुश करने की कोशिश में अपना जीवन बर्बाद कर लेते हैं। दुनिया वाले हमारे बारे में क्या कहते हैं इसके बारे में सोचना छोड़ दे, क्योंकि यदि हम भी यही सोचते रहेंगे तो फिर दुनिया वाले क्या सोचेंगे? जितना समय हम यह सोचने में व्यर्थ कर देते हैं कि लोग हमारे बारे में क्या सोचेंगे, यदि इसी समय हम अपने जीवन की गाड़ी को पटरी पर लाने के लिये प्रयास करें तो आगे का सफ़र बहुत आसान हो जाता है। इतना तो तुझे भी याद होगा कि महाभारत का युद्ध दुनिया के कारण नहीं, बल्कि अपनों के कारण ही हुआ था। खुद को सुधारने और संवारने का सबसे अच्छा तरीका यही है कि हम दूसरों की बातों की ओर ध्यान ही न दें। इतना तो तू भी जरूर समझती होगी कि हम लोग सदा दूसरों को प्रभावित करने के लिए तो सोचते रहते हैं, परंतु अपने दिल की आवाज़ कभी नहीं सुनते।''

इतने गुणकारी और प्रभावशाली विचार सुनकर जौली अंकल भी यही कहना चाहेंगे कि दूसरों को सम्मान देना अच्छी बात है, परंतु अपने आत्मसम्मान को बनाए रखने के लिये जरूरी है कि हम अपने दिल की आवाज़ भी सुनें ।

दूसरों को खुश करने से पहले अपने दिल की बात सुनो। ■

कहानी

मूरखराज

(गतांक से आगे)

इतना कहकर कुल्हाड़ी घुमा, वह उसकी मूठ उसके सिर पर दे मारने वाला ही था कि वह चर दया के लिए गिड़गिड़ाने लगा !

बोला - ''मुझे मत मारो, मुझ पर दया करो, जो भी तुम मुझसे कहोगे, मैं तुम्हारा वही काम करूँगी।''

''तुम क्या कर सकते हो?''

''मैं हर काम कर सकता हूँ, अगर तुम कहो तो मैं तुम्हारे लिए अशर्फी भी बना सकता हूँ।''

''क्या तुम सच कह रहे हो?''

''हां, मैं सच कह रहा हूँ।'' चर ने विश्वास दिलाया।

''कितनी अशर्फियां तुम मुझे बनाकर दे सकते हो ?'' मूरखराज ने आश्चर्य से आँखें झपकाई ।

''जितनी कहो उतनी ।''

''अच्छी बात है तो फिर तुम मुझे ढेर सारी अशर्फियां बनाकर दिखाओ।'' प्यारे ने कहा ।

फिर वह चर अशर्फी बनाने की तरकीब बताने लगा ।

वह बोला - ''उस बड़ के कुछ पत्ते अपने हाथ में ले लीजिए, और फिर उनको मसलिए। जैसे ही वह धरती पर गिरेंगे। गिरते ही बस अशर्फियां-ही-अशर्फियां नज़र आएंगी।''

प्यारे ने कुछ पत्ते लिए और उन्हें हाथों से मला। कुछ ही देर में क्या देखता है कि हाथों से अशर्फियों की धार-की-धार गिर रही है । यह देखकर वह आश्चर्यचकित रह गया।

वह बोला - ''यह तो बड़ी अच्छी बात है। चलो, बाल-बच्चों के मन बहलाने का यह तो अच्छा सामान हो गया ।''

चर ने कहा - ''अब तो मुझे जाने दीजिए।''

''नहीं - तुम्हें ऐसे नहीं छोडूँगा। पहले तुम मुझसे वादा करो कि मुझे कभी परेशान नहीं करोगे ।''

''मैं वादा करता हूँ।''

प्यारे ने उसको पेड़ से छुड़ा दिया और बोला - ''अच्छी बात है, जाओ भगवान तुम्हारा भला करे ।''

भगवान का नाम सुनते ही वह चर धरती पर गिरकर अंतर्ध्यान हो गया और उसकी जगह बस एक सूराख रह गया ।

फिर दोनों भाइयों के लिए हवेलियां खड़ी हो गई, और वे अलग-अलग मकान में रहने लगे। प्यारे ने खेत की कटाई-लुनाई निबटाकर तैयारी की और एक त्यौहार के रोज भाइयों को अपने घर खाने का निमन्त्रण दिया, मगर दोनों भाई उसके घर आने को राजी नहीं हुए ।

कहने लगे - ''बड़ी आई कहीं की दावत! जो इन गंवारों को खाने का सलीका भी हो ! इसलिए भला हमीं उसमें जाने को रह गए हैं।''

भाई लोग नहीं आए तो प्यारे ने गांव के और स्त्री-पुरुषों को जिमाया जुठाया। बड़ी हँसी-खुशी से सब लोगों ने खाना खाया। दावत के बाद बाहर के चौक में प्यारे आया । वहां स्त्रियां मग्न होकर गरबा रही थीं ।

प्यारे ने आकर उनसे कहा - ''वाह-वाह ! एक नाच भाई, हमारे नाम का भी हो जाए । उसके बाद मैं ऐसी चीज तुम्हें बाटूंगा, कि पहले जिन्दगी में तुमने देखी भी न होगी ।''

स्त्रियां और भी ज्यादा खुश हो गईं और वह प्यारे की तारीफ में गाना गाती नाचने लगीं ।

उसके बाद उन्होंने प्यारे से कहा - ''लाओ अब दिखाओ कि वह क्या चीज है जो तुम हमें देना चाहते थे?''

''अभी लो।'' प्यारे ने कहा ।

इतना कहकर उसने अनाजभरी एक डलिया ली - और फिर जंगल की तरफ चल दिया ।

स्त्रियां हँसने लगीं, वह बोलीं - "है असल मूरख ।" उसके बाद वह इधर-उधर की बातें करने लगीं ।

इतने में क्या देखती हैं कि प्यारे डलिया लेकर जंगल की तरफ से भागा चला आ रहा है। डलिया किसी चीज से भरी मालूम दे रही थी ।

आकर कहने लगा - "बोलो चाहिए तुम्हें?"

"हां-हां दो न ।"

प्यारे ने एक मुट्ठी अशर्फियां लीं - और बीच में बिखेर दीं।

बस इसके बाद तो वहां भगदड़ मच गई। सभी स्त्रियां उन अशर्फियों को बीनने और छीनने-झपटने में लग गयीं। आस-पास के लोग भी टूट पड़े। एक बुढ़िया की तो जान जाते-जाते बच गई।

प्यारे बहुत हँस रहा था ।

वह बोला - "अरे बेवकूफों ! बुढ़िया बेचारी को क्यों कुचल रहे हो। जरा सबर तो करो, मैं और बिखेर देता हूँ।"

इतना कहकर उसने एक पर्स सोने की अशर्फियां और बिखेर दीं। फिर तो और भी ज्यादा लोग आकर जुट गए। प्यारे के पास जितनी मोहरें थीं, वह उसने वहीं बिखेर दीं। उसके बाद लोग उससे और अशर्फियां मांग रहे थे। प्यारे को पीछा छुड़ाना मुश्किल हो गया ।

लेकिन प्यारे ने कहा - "अब तो मेरे पास और नहीं रही। फिर किसी समय और दूँगा । आओ नाचें कूदें। तुम लोग इस प्रकार रुक क्यों गईं? अपना नाच-गाना जारी रखो न । कितना मजा आ रहा था !

स्त्रियां पहले की तरह गाने लगीं।

वह बोला - "नहीं - ये गाना अच्छा नहीं है ।"

"खूब अच्छा गीत हम कहां से लाएं?" स्त्रियों ने कहा ।

"देखो मैं बताता हूँ।" उसने कहा ।

इतना कहकर प्यारे खलिहान की तरफ बढ़ गया। उसने एक पूला लिया, नाज के दाने उसके अलग कर लिए, और फिर सकेरकर उसे धरती पर ही जमा करके रख दिया बोला -

''पूले-पूले सुन और मान मेरी तुझको यही जुबान ।
जहां-जहां हो तेरी सींक, वहीं हो उठे एक जवान ।''

उसका यह कहना था कि पूला विलीन हो गया और हर एक सींक की जगह एक सिपाही हथियारों से लैस खड़ा हो गया। ढोल-ताशे बजने लगे और तुरही बोलने लगी । प्यारे ने सिपाहियों को आदेश दिया कि हां, ऐसे ही गा-बजाकर सबको खुश करो। इसके बाद आगे-आगे वह और पीछे-पीछे बैंड-पार्टी, ऐसे गली-गली जुलूस घूमा । लोगों को बड़ा आनन्द आया । खूब गाते-बजाते थे । अन्त में प्यारे ने कहा-''अब कोई साथ मत आना ।''

कहकर सिपाहियों को अलग एक तरफ ले गया और फिर सबको सींक बनाकर पूले में बांध अपनी जगह डाल दिया ।

ऐसे सब हँसी-खुशी दिन गुजरा। उसके बाद रात हुई, और प्यारे घर जाकर तबेले में धरती पर अपना कम्बल डाल कर चैन से सो गया ।

(क्रमशः) ■

गुमचोट, गुम्मड़ या रगड़ का आसान इलाज

हथेली पर देशी घी लगाकर आंच पर हथेली को तापे । देशी घी लगी हुई हथेली जितना ताप सहन कर सके और जितनी गर्म हो सके उतनी गर्म-गर्म हथेली से तुरन्त चोट वाली जगह पर सेंक करे। बार-बार इस तरह घी लगी हथेली को बार-बार गर्म करके लगातार दस-बीस बार या चार-पांच मिनट तक दिन में दो-तीन बार सेंक करें । दो-तीन बार सेंक करने से पहले ही दिन दर्द एकदम समाप्त हो जाएगा। दूसरे दिन शायद ही सेंक करने की जरूरत पड़े।

विकल्प – चोट व सूजन पर देशी घी का गुड़ का हलवा बनाकर उससे चोट व सूजन पर गर्म-गर्म टकोर करने से आधे घंटे में आराम आ जाता है। इस हलवे में थोड़ी बारीक पिसी हुई हल्दी भी मिला ली जाये तो उत्तम रहता है। ■

चिकित्सा

तेल चिकित्सा

शरीर में रक्त ताप एवं रोग प्रतिरोधक ऊर्जा का प्रमुख स्रोत होता है। अतः रक्त शुद्धि से शरीर की प्रतिकारात्मक शक्ति बढ़ती है। रक्त विकार सभी रोगों का प्रमुख कारण होता है। अतः यदि किसी सरल प्रभावशाली विधि द्वारा रक्त में से उसके विकारों को अलग कर दिया जाये तो अनेक रोगों से राहत मिल सकती हैं।

सूर्यमुखी तेल की विशेषताएँ–

चीनी पंच तत्त्व के सिद्धान्तानुसार रक्त का संबंध ताप ऊर्जा से होता है और उसमें विकार आने से रक्त-प्रवाह प्रभावित होने लगता है। रक्तचाप बराबर नहीं रहता। सूर्यमुखी तेल में विटामिन ए, डी तथा ई अधिक मात्रा में होने से इसके सेवन से रक्त में कोलस्ट्रोल जैसे विकार की वृद्धि नहीं होती। अतः आधुनिक चिकित्सक हृदय एवं रक्तचाप के रोगियों को घी के स्थान पर सूर्यमुखी तेल का भोजन में उपयोग करने का परामर्श देते हैं। आयुर्वेद के अनुसार सूर्यमुखी का तेल कफ एवं वात-नाशक होता है। त्वचा के विकार, खुजली, दाद एवं कोढ दूर करने में सहायक होता है। खाने में स्वादिष्ट व पचने में आसान होता है।

तेल में भी आजकल शुद्धता संदिग्ध होती है। तेल शुद्धिकरण के नाम पर प्रायः ऐसे रासायनिक पदार्थों का मिश्रण होता है जो स्वास्थ्य के लिए बहुत हानिकारक होते हैं। अतः बिना छानबीन सूर्यमुखी के तेल का खाने में उपयोग भी हृदय रोगियों के लिये लाभदायक नहीं होता, अपितु कभी-कभी हानिकारक भी हो सकता है। बाह्य प्रयोग द्वारा भी सूर्यमुखी तेल का लाभ उपचार हेतु बिना किसी दुष्प्रभाव विशेष विधि द्वारा प्राप्त किया जा सकता है ।

तेलगंडूस का प्रभाव–

मुँह में तेल भरकर घुमाने की प्रक्रिया को तेल गंडूस कहते हैं। सूर्यमुखी तेल में सूर्य की ऊर्जा के विशेष गुण होते हैं। जिस प्रकार चुम्बक लोहे को आकर्षित करता है, फिटकरी पानी से गंदगी अलग करती है, ठीक उसी प्रकार सूर्यमुखी तेल में रक्त के विकारों को रक्त से अलग करने की क्षमता होती है। एक चम्मच सूर्यमुखी तेल को मुँह में भरकर १५ से २० मिनट अन्दर ही अन्दर घुमाने से चेहरे की समस्त मासपेशियां सक्रिय होने लगती है। रक्त भी सारे शरीर में लगभग १५ से २० मिनट में परिभ्रमण का एक चक्र पूर्ण कर लेता है। चेहरे, जीभ और दाँतों का संबंध शरीर के सभी प्रमुख अंगों से सीधा होता है। अतः जब रक्त मुँह की नाड़ियों से होकर गुजरता है तो जिस प्रकार चुम्बक लोहे को खिंचता है उसी प्रकार सूर्यमुखी तेल अपने स्वभाव के कारण रक्त में से उपस्थित रोगाणुओं और विकारों को अपनी तरफ आकर्षित कर लेता है और रक्त शुद्धि में सहयोग करता है। परिणामस्वरूप रक्त-विकार संबंधी सभी रोगों में लाभ होता है ।

त्वचा संबंधी रोगों का मुख्य कारण प्रायः रक्त में खराबी होता है। अतः उसमें भी इस प्रयोग से शीघ्र लाभ होता है। दांतों का संबंध शरीर में सभी हड्डियाँ से होता है । अत: तेल गंडूस से जोड़ों के दर्द में भी विशेष लाभ होता है। इस प्रक्रिया से थायराइड ग्रन्थि संबंधी रोग भी ठीक होते हैं, चेहरे की कान्ति बढ़ती है, स्वर सुधरता है, त्वचा की शुष्कता दूर होती है, भोजन में रुचि तथा स्वादों के प्रति सजगता बढ़ती है। कण्ठशोध, होठों का फटना, दाँतों का हिलना एवं दाँतों संबंधी रोगों में भी तेल गंडूस से बहुत लाभ होता है। इस चिकित्सा में रोग के निदान की आवश्यकता नहीं होती । स्वस्थ व्यक्ति भी यदि इस प्रयोग को नियमित करें तो सभी प्रकार के रक्त विकार संबंधी रोगों के होने की संभावनाएँ कम हो जाती हैं । अतः स्वस्थ और रोगी दोनों तेल गंडूस का लाभ उठा सकते हैं । उच्च अथवा निम्न रक्तचाप, हृदय रोग, सफेद दाग, सोरायसिस, दाद,

खुजली आदि चर्म रोगों एवं रक्तविकार संबंधी अन्य रोगियों को यह प्रक्रिया कुछ सप्ताह तक दिन में दो से तीन बार करनी चाहिये। कुछ ही दिनों के प्रयोग से चमत्कारी परिणाम सामने आने लग जाते हैं ।

१५ से २० मिनट उपयोग के पश्चात् तेल विकृत हो जाता है । अत: उसे ऐसे स्थान में थूकना चाहिए जिसे तुरन्त स्वच्छ किया जा सके। तेल को जहाँ भी डालें उस स्थान को एकदम साफ कर लें। अन्यथा उस तेल की गंध से जीव जन्तु उसका सेवन कर मर सकते हैं। साथ ही जीभ और दांतों को भी पानी से स्वच्छ कर लेना चाहिये ।

रूस के डॉक्टर कराच ने भी १९९१ में न्यूयार्क में आयोजित अन्तर्राष्ट्रीय कैंसर अधिवेशन में सूर्यमुखी तेल के दिन में २-३ बार गंडूस द्वारा मात्र तीन से छः मास के अन्दर रक्तकैंसर जैसे रोग के उपचार की पुष्टि की है। उन्होंने सैकड़ों सभी प्रकार के रक्तसम्बन्धित रोगियों पर प्रयोग करने के पश्चात् अनुभव किया कि उपर्युक्त विधि से तेल गंडूस द्वारा सिरदर्द, दमा, रक्तचाप, पक्षाघात, हृदयाघात, गुर्दे एवं आतों के रोगों में, दाँत, रक्त एवं त्वचा संबंधी रोगों में चंद दिनों के प्रयोग से ही अच्छे चमत्कारी परिणाम आते हैं । ■

सभ्यता और शिष्टाचार

एक बार फ्रांस का राजा चतुर्थ हेनरी अपने शरीर-रक्षक के साथ पेरिस की आम. सड़क से जा रहा था कि एक भिखारी ने अपने सिर का हैट उतारकर उसे अभिवादन किया। प्रत्युत्तर में हेनरी ने भी अपना सिर झुकाया। यह देख वह शरीर-रक्षक हेनरी से बोला, ''महाराज, आप सरीखे सम्राट् का एक तुच्छ भिखारी को अभिवादन करना शोभा नहीं देता।''

''शोभा देता है या नहीं, यह तो तुम लोगों के सोचने की बात है, मेरे नहीं।'' राजा आगे बोला, ''यदि मैंने उसे अभिवादन न किया होता तो मेरे अन्तरतम की मनुष्यता मुझे कोसती रहती कि है तू फ्रांस का सम्राट, किन्तु तुझमें एक भिखारी के जितनी भी सभ्यता और शिष्टाचार नहीं।''

१ जुलाई - डॉक्टर्स डे

प्रस्तुति – प्राची शर्मा *(विद्याविहार)*

एक इंसान के जीवन की शुरुआत से लेकर उसकी सुरक्षा के लिए हर पड़ाव पर एक डॉक्टर उसके साथ होता है। बच्चा जब जन्म लेता है तो डॉक्टर ही हैं जो मां के गर्भ से शिशु को दुनिया में लाते हैं। उसके बाद शिशु को रोगों से बचाने और सेहतमंद रखने के लिए जरूरी सभी जानकारी और वैक्सीनेशन आदि भी डॉक्टर की जिम्मेदारी होती है। जैसे जैसे बच्चा बड़ा होता है, उसके शरीर में बदलाव शुरू होते हैं। इन सब बदलावों, समाज व लाइफस्टाइल का असर इंसान के स्वास्थ्य पर पड़ता है। एक डॉक्टर ही शारीरिक, मानसिक तकलीफ से ग्रसित इंसान के सभी दर्द और रोगों का निवारण करता है। इसलिए भारत में डॉक्टर को भगवान का दर्जा दिया जाता है। डॉक्टरों के इसी सेवा भाव, जीवन रक्षा के लिए किए जा रहे प्रयत्नों और उनके काम को सम्मान देने के लिए हर साल जुलाई को राष्ट्रीय चिकित्सक दिवस मनाया जाता है।

कौन थे डॉ बिधान चंद्र राय

दरअसल डॉ बिधान चंद्र राय बंगाल के पूर्व मुख्यमंत्री हैं। वह एक चिकित्सक भी थे, जिनका चिकित्सा के क्षेत्र में बहुत बड़ा योगदान था। डॉक्टर बिधान चंद्र रॉय ने जादवपुर टीबी मेडिकल संस्थान की स्थापना में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई थी। वह भारत के उपमहाद्वीप में पहले चिकित्सा सलाहकार के तौर पर प्रसिद्ध हुए। ४ फरवरी, १९६१ को डॉ बिधान चंद्र रॉय को भारत रत्न के सम्मान से भी नवाजा गया। उन्होंने मानवता की सेवा में अभूतपूर्व योगदान को मान्यता देने के लिए केंद्र सरकार ने राष्ट्रीय चिकित्सक दिवस को मनाने की शुरुआत की।

१ जुलाई को ही क्यों मनाते हैं डॉक्टर्स डे?

एक जुलाई को ही डॉक्टर दिवस मनाने की एक खास वजह भी है। महान चिकित्सक डॉ बिधान चंद्र रॉय का जन्मदिन १ जुलाई १८८२ को हुआ था। इतना ही नहीं एक जुलाई १९६२ को ही डॉ बिधान का निधन हुआ था। इसी वजह से उनके जन्मदिन और पुण्यतिथि के दिन पर ही उनकी याद में हर चिकित्सक को सम्मान देने के लिए एक जुलाई को राष्ट्रीय चिकित्सक दिवस मनाने की घोषणा की गई। ■

मन की शक्ति

आप कल्पना शक्ति की तस्वीर से लंबे समय तक बच नहीं सकते। आप इस तस्वीर से आगे जाकर प्रदर्शन नहीं कर सकते ।

आप इसकी चीरफाड़ कर सकते हैं, इसका विश्लेषण कर सकते हैं, इसमें आपके बारे में जो सच न हो, उसे खोज सकते हैं और इसे बदल सकते हैं। आप अतीत की खुदाई किए बिना ही इसे बदल सकते हैं।

लेकिन आप इससे बच नहीं सकते। अपने और अपने परिवेश के बारे में आप जिसे सच मानते हैं, आप हमेशा उसी अनुरूप कार्य और प्रदर्शन करेंगे - और आपको उसी के अनुरूप परिणाम ही मिलते रहेंगे। यह मस्तिष्क का बुनियादी और आधारभूत नियम है। हमें इसी तरह बनाया गया है।

जब हम मस्तिष्क के इस नियम को किसी सम्मोहित व्यक्ति में नाटकीय रूप से प्रदर्शित होते देखते हैं, तो हम अमूमन यह सोचते हैं कि यहाँ कोई अदृश्य या असाधारण शक्ति कार्य कर रही है। या फिर हम इसे मंच का छलावा कहकर इसकी अहमियत कम कर देते हैं। वास्तव में, ये मानव मस्तिष्क और तंत्रिका तंत्र की सामान्य कार्यकारी प्रक्रियाएँ हैं, जिनके हम प्रत्यक्षदर्शी होते हैं।

मिसाल के तौर पर, अगर किसी अच्छी तरह सम्मोहित होने वाले व्यक्ति को बताया जाए कि वह उत्तरी ध्रुव पर है, तो वह न सिर्फ़ काँपने लगेगी और ठंड से परेशान नज़र आएगी, बल्कि उसका शरीर भी ठीक उसी तरह प्रतिक्रिया करेगा, मानो वह ठंडी हो । उसके रोंगटे खड़े हो जाएँगे। यही लक्षण कॉलेज के पूरी तरह जाग्रत विद्यार्थियों में भी नज़र आया, जब उनसे यह कल्पना करने को कहा गया कि उनका एक हाथ ठंडे पानी में डूबा हुआ है। थर्मामीटर से नापने पर पता चला कि 'उस' हाथ का तापमान सचमुच कम हो गया था। किसी सम्मोहित व्यक्ति को बताएँ कि आपकी अँगुली दरअसल गर्मी से दहक रही है, तो इसके बाद वह न सिर्फ़ आपके छूने पर दर्द से मुँह बना लेता है, बल्कि उसकी हृदयवाहिनी और लसीका तंत्र ठीक उसी तरह प्रतिक्रिया करेंगे,

मानो उसकी अँगुली दहक रही हो। इससे उनकी त्वचा लाल हो जाएगी और शायद उस पर फफोले भी पड़ जाएँ। एक प्रयोग में जब पूरी तरह जाग्रत कॉलेज विद्यार्थियों को यह कल्पना करने को कहा गया कि उनके माथे पर एक स्थान गर्म था, तो तापमान लेने पर पता चला कि वहाँ पर त्वचा का तापमान सचमुच बढ़ गया था।

ये प्रारंभिक प्रयोग बच्चों के क्रूर और सामान्य खेल से बस एक क़दम दूर रहते हैं, जिसमें अक्सर स्कूल में शरारती मज़ाक़ किए जाते हैं - और कई बार तो ऑफ़िस में वयस्क भी यही करते हैं । इस शरारत में कोई समूह गोपनीय रूप से एक व्यक्ति को चुन लेता है। यह व्यक्ति लक्ष्य बने व्यक्ति से बातचीत करते हुए पूछता है, ''क्या तुम्हारी तबियत ख़राब है, बॉब ?''

''तुम्हारा चेहरा तो बिलकुल सफ़ेद दिख रहा है।''

''बॉब, तुम बीमार तो नहीं हो गए ?'' यह सुनकर बेचारा बॉब रेस्टरूम की तरफ़ भागता है और शीशे में अपने चेहरे को देखने लगता है। जल्द ही बॉब बेचैनी और कमज़ोरी महसूस करने लगता है। हो सकता है कि बॉब सचमुच इतना बीमार हो जाए कि उसे लेटना पड़े या घर जाना पड़े।

संभवतः आपका तंत्रिका तंत्र किसी काल्पनिक अनुभव और 'वास्तविक' अनुभव में फ़र्क़ नहीं बता सकता। आपका तंत्रिका तंत्र ठीक वैसी ही प्रतिक्रिया करता है, जिसे आप सच मानते हैं या जिसके सच होने की आप कल्पना करते हैं।

यह लक्षण शरारती मज़ाक़ या मंच पर मनोरंजन करने वाले सम्मोहनकर्ता द्वारा भी उत्पन्न किया जाता है। यह दरअसल उस बुनियादी प्रक्रिया के अनुरूप होता है या उसका प्रदर्शन करता है, जो हमारे व्यवहार को शासित करती है। इसे सीखा जा सकता है और लाभ के लिए उसका जान-बूझकर इस्तेमाल किया जा सकता है। ■

अभ्यास की लगन

– भारती पी. शाह, *एहमदाबाद*

मेरे बच्चों की वार्षिक परीक्षा खत्म हुई और गर्मी की छुट्टियां शुरू हो गई। सोचा थोड़े दिन के लिए बड़ी दीदी के घर हो आऊं। घर में सब की अनुमति लेकर मैं अपनी बड़ी दीदी के घर आ गई।

एक दिन बड़ी दीदी बोली, ''मैं काम से जरा बाहर जाती हूँ, तू घर का ख्याल रखना।''

''ठीक है दीदी !'' मैंने जवाब दिया। दीदी चली गई और मैं समाचार पत्र पढ़ने लगी। थोड़ी देर बाद दरवाजे पर घंटी बजी। मैंने जाकर दरवाजा खोला तो सामने एक कॉलेज स्टूडेंट जैसी लड़की खड़ी थी। मैंने सोचा शायद वह सेल्सगर्ल होगी।

मैंने कहा, ''हमें कुछ नहीं लेना है, जाओ।''

''नहीं मैं सेल्सगर्ल नहीं हूँ, मैं तो काम करने....''

''ओ माय गॉड... काम करने वाली....'' मैंने तुरंत अपनी दीदी को कॉल लगाया। दीदी बोली, ''वह साँवरी होगी। कभी-कभी अपनी मां के बदले काम करने आती है। तु उसे फोन दे।''

दीदी ने साँवरी से बात कर ली। दीदी ने मुझसे भी बात की, मेरी उलझन सुलझ गई। साँवरी घर में आकर सारा काम करने लगी। मैंने उससे बात करना शुरू किया।

''क्या तूम पढ़ने जाती हो ?''

''जी हां ! मैं कॉलेज में प्रथम वर्ष में हूँ। मैंने साइंस लाइन ली है।''

''कॉलेज में... कॉलेज में... साइंस लाइन...? सरप्राइज !''

''आंटी मुझे बहुत पढ़ना है। आगे बढ़कर कुछ बनना है। मेरे घर के हालात अच्छे नहीं है। मैं और मेरी मां लोगों के घर में काम करके बड़ी मुश्किल से गुजारा करते हैं। मेरा एक छोटा भाई भी है। अच्छी डिग्री प्राप्त कर मैं कमाना चाहती हूँ ताकि अपने घर के हालात और मेरे भाई का भविष्य बना शकुं। मैं दिन भर काम करती हूँ, ट्यूशन करती हूँ और देर रात तक पढ़ाई करती हूँ।''

मैं सोचती रही, हम अपने बच्चों के अभ्यास के लिए कितनी सारी सुविधा देते हैं। फिर भी वह अभ्यास में मन नहीं लगाते। सारा दिन टीवी देखना, मोबाइल से खेलना, घूमने, मजा-मस्ती में समय और धन दोनों की बर्बादी। जीवन में कोई ऊंचा ध्येय ही नहीं और यह साँवरी धरती पर पांव है फिर भी आसमान को छूना चाहती है। धन्य है साँवरी, धन्य है... तेरे उच्च विचारों को...। मैं ईश्वर से तेरी सफलता के लिए प्रार्थना अवश्य करूंगी।

मैं विचारों में डूबी रह गई। साँवरी ने आवाज दी, ''आंटी काम हो गया, मैं चलती हूँ।''

''साँवरी रुक जा। आज से तेरे अभ्यास की जिम्मेदारी में उठाऊंगी। हर साल तेरे अभ्यास का खर्चा मैं भेजती रहूँगी। मुझे विश्वास है तू जरूर कामयाब होगी।''

साँवरी मेरे पांव में गिर पड़ी। उसकी आँखों से खुशी के आँसू बहने लगे। ■

संबंधों को भी समय दो

– सिद्धि यादव, *विद्याविहार*

मधुर और टिकाऊ संबंध प्रभाव दिखाने से नहीं अपितु परवाह करने से बनते हैं। संबंध बनाना मुश्किल नहीं होता बस उस संबंध को निभाना अवश्य मुश्किल होता है। बिना परवाह के कोई भी संबंध ज्यादा दिन टिक नहीं सकता।

अपनापन, परवाह और थोड़ा सा वक्त, ये वो दौलत है, जो आपके अपने आपसे चाहते हैं। अपनेपन के बिना रिश्तों का अहसास नहीं हो सकता है। अपनापन किसी भी संबंध के लिए एक प्राणवायु के समान ही होता है।

अपनापन वो चुंबक है जो अपनों के साथ-साथ पराये को भी अपनी ओर खींचने की सामर्थ्य रखता है। हमारे मृतप्राय संबंधों में प्राण लौट सकते हैं बस हम समय-समय पर थोड़ा सा समय एक दूसरे के साथ बिताना अथवा एक दूसरे के लिए निकालना सीख जाएं।

अपनेपन से संबंध बनते हैं, परवाह करने से संबंध निभते हैं और थोड़ा वक्त निकालने से संबंध आजीवन टिकते हैं। ■

हास्य का हसगुल्ला

प्रस्तुति : हेमु मोदी *(सुरत)*

❐ टीचर (छात्र से) :- बताओ हाथी और घोड़े में या फर्क होता है?
छात्र :- सर घोड़े की एक तरफ दुम होती है और हाथी की दोनों तरफ।

❐ लड़का :- मैं तुम्हारे साथ शादी नही कर सकता। घर वाले नही मान रहे।
लड़की :- तुम्हारे घर में कौन कौन है।
लड़का :- एक बीवी और २ बच्चे।

❐ एक ग़रीब आदमी बोला: - ऐसी जिंदगी से तो मौत अच्छी!
अचानक यमदूत आया और बोला: - तुम्हारी जान लेने आया हूँ।
आदमी बोला: - लो अब ग़रीब आदमी मज़ाक भी नही कर सकता?

❐ गर्लफ्रेंड - मेरे पापा ने मुझे नया मोबाइल खरीद कर दिया ।
बॉयफ्रेंड - अरे वाह कौन सी कंपनी का ??
गर्लफ्रेंड - लावारिस !!!
लड़का बेहोस होते होते बचा और बोला।।
अरे अकल की अंधी वो लावारिस नही lava iris hai ।

❐ पापा :- कितनी फ्रीक्वेंसी का भूकंप आया था।
बेटा :- ७.९ का।
पापा :- अरे वाह बेटा, आजकल तो भूकंप भी तेरे नंबर से ज्यादा आने लगे।

❐ संता को एक लावारिस बन्दर मिला तो वह उसे पुलिस स्टेशन लेकर गया!
इंस्पेक्टर ने कहा ''इसको चिड़िया घर ले जाओ!''
संता दूसरे दिन बन्दर के साथ बस स्टाप पर खड़ा था!
इंस्पेक्टर ने देखा तो पूछा, ''इसे चिड़िया घर लेकर नहीं गए?''
संता: ''कल गया था, खूब घूमे और बड़ा मजा आया! आज कुतुबमीनार जा रहे हैं!''

■

प्रकाशन कॉ–ऑर्डिनेटर : समीर पारेख, *क्रिएटिव पेज सेटर्स,* घाटकोपर

तस्वीर बोल रही हैं अनुकंपादान की

आप दानवीर दाताओं के घरों से आए हुए कपड़े
बाल कैंसरग्रस्त मरीज़ को देते हुए जीवन ज्योत संस्था के
संस्थापक व मेनेजींग ट्रस्टी श्री हरखचंदभाई सावला (बाडावाला)।

दानवीर दाताओं
के सहयोग से
दिव्यांग मरीज़
व्हिलचेअर
प्राप्त कर
आनंदित
हो गई ।

RNI. MAHHIN/2012/45662 Post Reg. MCE/141/2024-26.
Licence to Post Without Prepayment No. MR/TECH/WPP-208/EAST/2024-26.
Posted at Mumbai Patrika Channel Sorting Office, Mumbai- 400 001
Published and Posting on 15th of every month.

To,

तस्वीर बोल रही हैं अनुकंपादान की

आप दानवीर दाताओं के घरों से आए हुए खिलौने संस्था द्वारा बाल कैंसरग्रस्त मरीज़ को देकर उसके चेहरे पर खुशी लाने का प्रयास किया जा रहा है ।

Printed, Published, Edited & Owned by - **Mr. H. K. Savla,** Published from **Jeevan Jyot Cancer Relief & Care Trust,** 3/9, Kondaji Chawl, Jerbai Wadia Road, Near Tata Hospital, Parel, Mumbai - 400 012. & Printed at **P. H. Printer,** 18-P, D. L. Jain Compound, Opp. Voltas Ltd., 64, Dr. B. A. Road, Chinchpokli (E), Mumbai 400 012 ***Editor*** : **H. K. Savla**