जीवनपथ हिन्दी

₹ 10/-

JEEVANPATH HINDI

1

Vol. No. 13, Issue No. 7 (₹ १०/– प्रचार के लिए) Mumbai, 15th February 2025

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

"पतंग की मझा कितने अबोल जीव के लिए बनती है सजा ।"
कांच के पाउडर से बनाये हुए मांझे से घायल हुए कबूतर की दारुण स्थिति देखकर पतंग उड़ाने वालों को 'जीवन ज्योत जीवदया विंग' की और से नम्र विनंती है की पतंग उड़ाना छोड़ दे, ताकि बहोत सारे अबोल जीव (पंछीओं को) जीवतदान मिल सके ।

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

श्री मेघजी लखमशी शाह (घाटकोपर)

तस्वीर बोल रही हैं रक्तदान शिबिर की

श्री माधापर जख्खबौतेरा संघ मुंबई और मातुश्री भाग्यवंतीबेन जख्खुभाई रवजी नंदु (नाना भाड़िया) के सौजन्य से जीवन ज्योत ट्रस्ट द्वारा रक्तदान शिबिर का आयोजन किया गया । तस्वीर में दीप प्रागट्य और शिबिर का उद्घाटन कर रहे दाता परिवार तथा अन्य महानुभाव दृष्टिमान हो रहे हैं ।

रक्तदान शिबिर में इकट्ठा किया गया रक्त बाहरगाँव से आये हुए बाल कैंसरग्रस्त मरीज़ों के लिए उपयोग किया जाता है । तस्वीर में रक्तदान कर रहे वीर सैनिक प्रमाण पत्र और उपहार प्राप्त कर रहे दृष्टिमान हो रहे हैं ।

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
दूरध्वनि:०२५७-२२२४१५६ मो: 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 - खाटू वाले ने ७
व्यक्ति विशेष - फ्रैंक वूलवर्थ ९
ज्वाइंट व्हील ११
पथ के दावेदार १३
दयालुता का प्रभाव १९
दो साथी २१
काव्य २५
मुद्रा चिकित्सा २७
बवासीर (बादी या खूनी) का सरल उपचार ३०
को-क्यू-१० की कमी और हार्ट फेल्योर ३३
जवाब अब मौजूद है। ३५
सेवा से शीघ्र ही श्रेष्ठ फलोपलब्धि ३७
दो प्रकार - दो पक्ष ३९
हास्य का हसगुल्ला ४२

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,

दिखावटीपन से बचें !

एक व्यक्ति को किसी बड़े पद पर नौकरी मिल गयी। वह इस नौकरी से खुद को और बड़ा समझने लगा, लेकिन वह कभी भी खुद को बड़े पद के मुताबिक़ नहीं ढाल सका। एक दिन वह अपने ऑफिस में बैठा था, तभी बाहर से उसके दरवाजे को खटखटाने की आवाज आई। खुद को बहुत व्यस्त दिखाने के लिए उसनें टेबल पर रखे टेलीफोन को उठा लिया और जो व्यक्ति दरवाजे के बाहर खड़ा था उसे अन्दर आने के लिए कहा। वह अन्दर आकर इंतजार करने लगा, इस बीच कुर्सी पर बैठा अधिकारी फ़ोन पर चिल्ला-चिल्ला कर बात कर रहा था।

बीच-बीच में वह फोन पर कहता, कि मुझे वह काम जल्दी करके देना, टेलीफोन पर अपनी बातों को बहुत बढ़ा-चढ़ाकर बता रहा था। ऐसे ही कुछ मिनट तक बात करने के बाद उस आदमी ने फ़ोन रखा और सामने वाले व्यक्ति से उसके ऑफिस आने की वजह पूछी।

उस आदमी ने अधिकारी को जवाब देते हुए कहा, सर, मुझे बताया गया था कि ३ दिनों से आपके इस ऑफिस का टेलीफ़ोन ख़राब है और मैं इस टेलीफ़ोन को ठीक करने के लिए आया हूँ।

दोस्तों इस कहानी में एक बड़ा मेसेज छिपा है कि हमें कभी भी दिखावा नहीं करना चाहिए। हम दिखावा करके क्या साबित करना चाहते हैं, इससे हम कभी भी कुछ हासिल नहीं कर सकते, हमें किसी के सामने झूठ बोलने की क्या जरूरत? दिखावा करके हम खुद की नजरों में कभी भी ऊपर नहीं उठ सकते। दिखावा करने से बचिए क्योंकि इससे लोग पीठ पीछे आपकी ही बुराई करेंगे। मुखौटा मत लगायें..!!

■

–: 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
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 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 *और* मातुश्री लाछबाई हीरजी करमशी भेदा (समाघोघा)	: हल्दी दूध योजना
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

अकेले खुश रहना सीखो पता नहीं कब कौन साथ छोड़ दें ।

भजन

खाटू वाले ने

(तर्ज : रेशमी सलवार कुर्ता जाली का...)

लुटा दिया भण्डार खाटू वाले ने,
कर दिया माला माल खाटू वाले ने ।।

जैसी जो भावना लाया, वैसा ही फल वो पाया।
नहीं खाली उसे लौटाया, वो मन ही मन हरषाया।
कर दिया उसे निहाल, खाटू वाले ने ।।

लुटा दिया भण्डार....

जो लगन लगाया सच्ची, कभी उसकी नाव न अटकी।
बेड़े को पार लगाया, करी देर नहीं एक पल की।
अरे मिटा दिया जंजाल, खाटू वाले ने।

लुटा दिया भण्डार....

चरणों की करी जिसने सेवा, वो पाए मिसरी मेवा ।
जिसने है मांगा बेटा, वो चांद सा मुखड़ा पाया।
कर दिया सबको निहाल, खाटू वाले ने।

लुटा दिया भण्डार....

जिसने शृंगार सजाया, वो श्याम का दर्शन पाया।
वो मन ही मन हरषाया, नैनों में रूप सजाया।
अरे दिया है जन्म सुधार, खाटू वाले ने

लुटा दिया भण्डार....

दोस्ती टूटती नहीं हैं हम उसे तोड़ देते हैं ।

गत महीने की संस्था की गतिविधियाँ

- अन्नक्षेत्र में भोजन के ४३ तथा हल्दी दूध के २३ कार्ड बनाए।
- १५३ कैंसरग्रस्त परिवारों को अनाज वितरित किया गया ।
- प्रतिदिन ९५४ मरीज़ों को फल दिया गया ।
- २८ मरीज़ों को रक्त के लिए सहायता प्रदान की गई।
- ३ मरीज़ों के रहने की व्यवस्था की गई।
- ११ 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 ८,५३,२४०/- रु. की दवाएँ दी गई ।
- अन्य मरीजों को ४,८२,२०५/- रु. की दवाएँ दी गई ।
- १४७ घायल पशु-पक्षीओं को ईलाज के लिए अस्पताल पहुँचाया गया ।
- पशु-पक्षीओं के ईलाज के लिए रु. ५,७९,६००/- की दवाएँ दी गई ।
- अपंग व्यक्तिओं को ४ वोकर, ३ वॉकिंग स्टीक, ६ कमोड चेअर, ४ व्हिलचेअर, ४ पलंग, ६ ऑक्सिजन मशीन और ८ ऑक्सिजन सिलेण्डर दिए गये।
- ११ कैंसरग्रस्त मरीज़ों की फाईल बनाई गई ।
- १३९ मरीज़ों ने निःशुल्क ऐम्ब्युलेंस् सेवा का लाभ लिया ।
- ४ कर्करोग पीड़ितों को कोलोस्टॉमी बेग कम कींमत पर दी गई ।
- २ 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।

अपने कर्मों पर विश्वास रख नसीब तो पल पल बदलता है ।

व्यक्ति विशेष

फ्रैंक वूलवर्थ (1852–1919)

न्यूयॉर्क स्टेट के रोडमैन में जन्मे फ्रैंक वूलवर्थ चेन स्टोर की अवधारणा के प्रवर्तक थे । वे ग़रीब परिवार में पैदा हुए थे और उन्होंने अपने कैरियर की शुरुआत में बहुत सी मुश्किलें झेली थीं, लेकिन इसके बावजूद वे अपने ज़माने में अमेरिका के सबसे अमीर आदमी बन गए। उन्होंने 'पाँच और दस सेंट' में सामान बेचने की अवधारणा को पूरे अमेरिका में लोकप्रिय कर दिया। १८७९ में एक छोटे से स्टोर से शुरुआत करके उन्होंने ४० साल के भीतर १,००० स्टोर खोल डाले। वूलवर्थ की स्टोर्स चेन पहली रिटेल चेन थी, जो कम कीमत वाले सामान बेचने पर केंद्रित थी।

फ्रैंक वूलवर्थ की सफलता का रहस्य क्या था? सिर्फ़ यह कि उनके पास एक विचार था... एक अद्भुत विचार ! जिस वक्त उनके मन में यह विचार आया, उस वक्त वे दस डॉलर प्रति सप्ताह की तनख़्वाह पर मिडवेस्ट की एक दुकान पर काम कर रहे थे । उस वक्त मिडवेस्ट की दुकानों में पाँच सेंट की टेबल रखने की प्रथा शुरू हो गई थी। इस टेबल पर वह पुराना या बेकार सामान रखा जाता था, जो स्टोर में काफ़ी समय से पड़ा होता था और बिक नहीं रहा था । ग्राहक सस्ता सामान ख़रीदने के प्रलोभन में फँस जाते थे और इस चक्कर में स्टोर से दूसरे सामान भी ख़रीद लेते थे। वूलवर्थ के मालिक मूर एक बार न्यूयॉर्क से हर माल पाँच सेंट वाली १०० डॉलर की चीजें लेकर आए । वूलवर्थ ने वह काउंटर जमाया और उन्हें यह देखकर आश्चर्य हुआ कि पूरा सामान एक ही दिन में बिक गया।

इससे वूलवर्थ की आँखें फटी रह गई। उन्होंने सोचा कि क्यों न एक ऐसा स्टोर शुरू किया जाए, जहाँ हर सामान पाँच सेंट में ही बेचा जाए। अगर एक टेबल पर रखा सामान इतनी जल्दी बिक जाता है, तो फिर उस स्टोर का सामान भी जल्द ही बिक जाएगा और उन्हें ढेर सारा मुनाफ़ा होगा। इस बेहतरीन विचार के आते ही वूलवर्थ ने तीन सौ डॉलर उधार लिए और फरवरी १८७९ में यूटिका, न्यूयॉर्क स्टेट में अपना द ग्रेट फाइव सेंट स्टोर खोला। इसमें ३२१ डॉलर का सामान था और हर सामान की कीमत पाँच सेंट थी। बहरहाल, यह स्टोर ज़्यादा नहीं चला और जल्द ही बंद हो गया। लेकिन वूलवर्थ ने हिम्मत नहीं हारी और उसी साल जून में लैंकास्टर, पेनसिल्वेनिया में एक और स्टोर खोल लिया। यहाँ उन्होंने पाँच और दस सेंट में सामान बेचा। लैंकास्टर की दुकान सफल हो गई। नवंबर १८८० में उन्होंने पेनसिल्वेनिया के स्क्रैन्टन -में एक और स्टोर खोला। यह भी सफल रहा और इसके बाद वूलवर्थ ने पीछे मुड़कर नहीं देखा।

१८९५ तक वूलवर्थ के पास २८ स्टोर हो चुके थे, जिनमें उनके पुराने मालिक विलियम मूर का स्टोर भी शामिल था। तब तक उनकी आमदनी १० लाख डॉलर से ज़्यादा हो चुकी थी। वूलवर्थ तेज़ी से तरक़्क़ी करते गए। जनवरी १९१८ में उनका १,००० वाँ स्टोर खुला । एक विचार से शुरू हुआ वूलवर्थ का रिटेल बिज़नेस अब विश्वव्यापी बन चुका था । अप्रैल १९१३ में जब वूलवर्थ बिल्डिंग बनकर तैयार हुई, तो यह उस समय दुनिया की सबसे ऊँची इमारत थी। १९१६ में वूलवर्थ की आमदनी ८.७ करोड़ डॉलर हो गई थी और ८,००० से अधिक जनसंख्या वाले हर अमेरिकी कस्बे में वूलवर्थ का स्टोर खुल चुका था।

वूलवर्थ कम कीमत पर सामान बेचने के प्रवर्तक थे । बाद में वॉलमार्ट जैसी कंपनियों ने उनका अनुसरण किया। वे चेन स्टोर्स और वॉल्यूम रिटेलिंग के दम पर रिटेल साम्राज्य बनाने वाले पहले व्यवसायी थे। फ्रैंक वूलवर्थ चेन स्टोर्स के शुरुआती प्रवर्तक थे । १९१६ में एफ.डब्ल्यू. वूलवर्थ के स्टोर्स ७० करोड़ ग्राहकों को सामान बेच रहे थे और वूलवर्थ करोड़पति बन चुके थे। ■

ज्वाइंट व्हील

एक बार देर रात को तेज़ बरसात में ओमप्रकाश जी ने अपने दोस्त गोपी के घर की घंटी बजाई और पूछा, ''जरा थोड़ी देर धक्का लगा दोगे प्लीज।'' गोपी भैया गहरी नींद में से उठकर आए थे। इसलिये वे उन्हें मना करके अंदर आकर बिस्तर पर लेट गये, लेकिन फिर उन्हें एहसास हुआ कि कभी वे खुद बारिश में फंस जायें और कोई उनकी मदद न करे तो कितनी मुसीबत हो सकती हैं ? यही सोचकर वह बाहर गए और बोले, ''क्या आपको अभी भी धक्के की जरूरत है?'' ओमप्रकाश जी ने कहा, ''हां भई हां ।''

गोपी ने पूछा, ''लेकिन आप मुझे कहीं दिखाई नहीं दे रहे।'' ओमप्रकाश जी ने कहा कि मैं यहां पार्क के झूले पर बैठा हूँ। ओमप्रकाश जी का यह व्यवहार देखकर गोपी भैया को गुस्सा तो बहुत आया, मगर इससे पहले कि वह उन्हें कुछ बुरा-भला कहते, वह यह सोचकर चुप रह गये कि क्रोध का धुआं सबसे पहले हमारी आँखों में ही आता है।

गोपी भैया ने ओमप्रकाश जी से पूछा कि आज आपको क्या हुआ है, जो आधी रात को यहां पार्क में बैठे हुए हो। उन्होंने बताना शुरू किया कि तुम तो जानते ही हो कि मैंने अपने इकलौते बेटे की कुछ समय पहले ही शादी की थी, न जाने किस वजह से इन दोनों में तालमेल नहीं बैठ पा रहा। अब यह दोनों एक ही जिद्द पर अड़े हुए हैं-हमें एक साथ नहीं रहना। मैंने सोचा था कि अब मेरी बाकी की जिंदगी आराम से कट जायेगी, लेकिन मेरा तो अपने ही घर में दम घुटने लगा है। गोपी भैया भी उनके साथ बैठते हुए बोले कि आपकी उम्र और तजुर्बा तो मुझसे कहीं अधिक है, लेकिन जहां तक मैं जिंदगी को समझ पाया हूँ तो यह एक ज्वाइंट व्हील यानी बड़े झूले की तरह है, जो हमें एक पल में ऊपर और अगले ही पल

नीचे ले जाता है। हममें से कुछ लोग इन झूलों को देखकर खुशी से झूमने लगते हैं और कुछ बच्चों की तरह डरकर सहम जाते हैं । अब आप चाहो तो इसका आनंद ले लो या फिर इसके उतार-चढ़ाव को देखकर चीखते-चिल्लाते रहो। ओमप्रकाश जी ने कहा कि मैं अपने घर से परेशान हूँ और तुम मुझे आधी रात को झूलों का विज्ञान समझा रहे हो। ओमप्रकाश जी की परेशानी दूर करते हुए जौली अंकल उनसे इतना ही कहते हैं कि आपके बहू-बेटा आज नहीं तो कल समझ जायेंगे, लेकिन आप इतना जान लो कि हमारी जिंदगी एक पुस्तक की तरह होती है, इसमें कभी-कभार दुःखद अध्याय आ जाते हैं, लेकिन आप चिंता मत करो, क्योंकि हो सकता है कि अगला अध्याय पहले से भी अधिक खुशियां लेकर आए। ■

मानवता के साद को मिला हुआ प्रतिसाद

नाम	एरिया	रुपया
❉ लीलाराम छापरेवाल	वाशी	५,५००/-
❉ संतोष सावंत	कांदिवली	४,१००/-
❉ अर्जुन हरीजन जयस्वार	अंधेरी	२,५००/-
❉ सुशीला राजाराम गुंड	घाटकोपर	५०१/-
❉ ज्योत्सना जर्नादन निकम	थाणे	५०१/-
❉ निकम परिवार	थाणे	५०१/-
❉ जर्नादन विठ्ठल निकम	ठाणे	५००/-
❉ सुवर्णा राशम - ह. शंकर राशम	परेल	५००/-
❉ मनोहर विनायक जोगलेकर	बोरीवली	३००/-
❉ भक्ति परब	परेल	२७५/-
❉ क्रिष्णा रवजी ताटे	परेल	२५१/-
❉ गयाबाई क्रिष्णा ताटे	परेल	२५१/-

कहानी

(गतांक से आगे)

पथ के दावेदार

– शरतचंद्र

एक सागौन का पेड़ दिखाकर भारती बोली- ''वहां सामने कई बंगाली रहते हैं, चलिए!''

''बंगालियों के अतिरिक्त और जातियों में भी आप लोग काम करती हैं?''

''करती हैं! हमें तो सबकी आवश्यकता है, लेकिन प्रेसीडेण्ट के अतिरिक्त और कोई सबकी भाषा नहीं समझता, उनके स्वस्थ रहने पर यह काम उन्हीं का है।''

''वे भारतवर्ष की सभी भाषाएं जानती हैं?''

''हां!''

''और डॉक्टर साहब?''

भारती हंसकर बोली - ''डॉक्टर साहब के सम्बन्ध में आपको बड़ी उत्सुकता रहती है। इस बात पर आपको क्यों विश्वास नहीं होता कि इस संसार में जो कुछ भी जान लेना सम्भव है, वे सबकुछ जानते हैं जो कुछ किया जा सकता है, वे कर सकते हैं, उनके लिए असाध्य या अज्ञान संसार में कुछ भी नहीं!''

दोनों ने आकर एक मकान में प्रवेश किया। भारती ने पुकारा- ''पंचकौड़ी, आज तबीयत कैसी है?''

भीतर से आवाज आई - ''आज कुछ ठीक है।'' इतने में एक बूढ़ा सामने आकर खड़ा हो गया। बोला- ''बेटी, लड़की को खूनी आंव आ रहा है, सम्भवतः बचेगी नहीं। लड़के को कल से फिर बुखार चढ़ रहा है, पास में एक पैसा नहीं है कि एक-दो खुराक दवा ला सकूं या एक कटोरी साबूदाना या बार्ली ही पकाकर खिलाऊँ।'' उसके दोनों नेत्र आंसुओं से भर गए।

अपूर्व बोला- ''पैसा क्यों नहीं है?''

वह फिर बोला- ''पुली'' की जंजीर गिर जाने से, दाएं हाथ में चोट लग गई है, लगभग एक महीने से मैं काम पर नहीं जा सका। पैसा कहां से रहेगा बाबूजी?''

अपूर्व बोला- ''कारखाने वाले इसका कोई प्रबन्ध नहीं करते?''

''मजदूर के लिए प्रबन्ध ? वह तो कह रहे हैं कि काम न कर सको तो मकान छोड़ दो, ठीक होकर आना तो काम दे दूँगा। ऐसी दशा में भला कहां जाऊँ? छोटे साहब के हाथ-पैर जोड़कर एक सप्ताह और रह सकूंगा। बीस वर्ष से काम कर रहा हूँ महाशय, ये लोग ऐसे ही नमकहराम हैं।''

सुनकर अपूर्व क्रोध से जलने लगा। मन में आया कि मैनेजर यदि मिल जाए तो उसकी गरदन पकड़कर दिखला दूँ कि अच्छे दिनों में जिसने लाखों रुपये कमाकर दिए हैं, आज बुरे दिनों में उसकी क्या दशा है! अपूर्व के मकान के पास बैलगाड़ी का एक अड्डा है, उसको वहां की एक घटना याद आ गई, एक जोड़ी बैल सारा जीवन बोझा ढोते ढोते अन्त में जब बूढ़े और अशक्त हो गए तो उस मनुष्य ने उन्हें कसाई के हाथ बेच दिया। उस मार्ग में जब भी वह गया है, तभी इस घटना का स्मरण करके उसके नेत्रों में आंसू आ गए हैं। बैलों के लिए नहीं, लेकिन उस धन की प्यास में इस तरह बर्बर निष्ठुर बने मनुष्य के लिए, जो अपने-आपको कितना छोटा बनाता जा रहा है!

कमरे के एक कोने में सैकड़ों स्थानों पर फटे-पुराने बिछौने पर एक लड़की और लड़का, दोनों अर्धमृत की भांति पड़े हुए थे। उनके निकट जाकर भारती उनकी नाड़ी परीक्षा करने लगी। अपूर्व भय के मारे वहां न जा सका, लेकिन दरिद्रता- पीड़ित उन दोनों बच्चों की निःशब्द वेदना उसकी छाती में चोट कर गई।

कुछ देर के बाद भारती बोली - ''चलिए ।'' पंचकौड़ी चुपचाप मलिन मुँह किए खड़ा था। भारती ने स्निग्ध स्वर में फिर कहा- ''तुम डरो मत, ये दोनों अच्छे हो जाएंगे ! मैं डॉक्टर और दवा सबका प्रबन्ध कर देती हूँ।''

उसकी बात पूरी हो ही रही थी कि अपूर्व जेब में हाथ डालकर रुपया निकालने लगा । भारती ने अपना हाथ बढ़ाकर उस हाथ को पकड़कर रोक दिया। पंचकौड़ी की दृष्टि दूसरी ओर थी । वह यह न देख सका, लेकिन अपूर्व को इसका कुछ कारण समझ में नहीं आया। तब भारती ने अपनी अँगिया की जेब से चार आने पैसे निकालकर उसके हाथ में देकर कहा- ''बच्चों के लिए चार पैसे की मिश्री, चार पैसे का साबूदाना और बाकी दो आने का चावल दाल लाकर, तुम इस समय का भोजन कर लो। पंचकौड़ी, कल तुम्हारे लिए प्रबन्ध कर दूँगी ! आज हम लोग जा रहे हैं।'' यह कहकर अपूर्व को साथ लेकर वह कमरे से बाहर निकल आई।

मार्ग में अपूर्व ने पूछा - ''आपने मुझको पैसे देने से रोक दिया और स्वयं भी नहीं दिया, यह क्यों?''

''देकर तो आ रही हूँ।''

''इसी को देना कहते हैं? उसके दुःसमय में पाई-पाई का हिसाब करके केवल चार आने ही पैसे देना उसका अपमान है।''

''आप कितना देने जा रहे थे?''

''कम-से-कम पांच रुपये।''

भारती जीभ काटकर बोली- ''बाप रे बाप! सब चौपट हो जाता!'' बाप तो मदिरा पीकर बेहोश पड़ा रहता और लड़का-लड़की दोनों की मृत्यु हो जाती ।''

''मदिरा पी लेता?''

''नहीं पीता? हाथ में रुपया मिलने पर मदिरा न पीए, ऐसा मनुष्य संसार में कौन है?''

अपूर्व बोला- ''आपकी सभी बातों में तमाशा है। बीमार बच्चे की दवा के रुपये से मदिरा खरीद कर पी जाएगी, यह क्या सत्य हो सकता है?''

''नहीं तो दाता का हाथ पकड़कर दुखी को देने से रोकूं-सच बताइए, क्या मैं इतनी नीच हूँ?''

''इनकी मां नहीं है?''

''नहीं।''

''कहीं कोई आत्मीय भी नहीं है?''

भारती बोली- ''रहने पर भी कोई काम नहीं आता। दस-बारह वर्ष पूर्व पंचकौड़ी एक बार अपने गांव गया था। अपने किसी पड़ोसी की एक विधवा स्त्री को फुसलाकर समुद्र पार करके यहां ले आया। लड़के-लड़की दोनों उसी के हैं। दो वर्ष बीत रहे हैं, गले में फांसी लगाकर वह संसार से मुक्त होकर चली गई। यही पंचकौड़ी के परिवार का संक्षिप्त इतिहास है।''

अपूर्व ने गहरी सांस लेकर कहा- ''नरक कुण्ड है!''

''इसमें तनिक भी संदेह नहीं, लेकिन कठिनाई तो यह है कि ये सभी लोग हमारे भाई-बहन हैं! रक्त का सम्बन्ध अस्वीकार कर देने से तो छुटकारा न मिलेगा अपूर्व बाबू! ऊपर बैठकर जो सबकुछ देख रहे हैं, वे कौड़ी छदाम जोड़कर हिसाब लेकर ही छोड़ेंगे।''

अपूर्व ने गम्भीर होकर कहा- ''अब जान पड़ता है कि यह असम्भव नहीं है।'' क्षण-भर पूर्व इस पंचकौड़ी के कमरे में ही खड़े रहकर जो सब विचार उसके मन उत्पन्न हुए थे, बिजली के वेग के समान वे सभी एक बार उसके मन में दौड़ गए। बोला- ''मैं भी जब मनुष्य हूँ, तब कुछ-न-कुछ दायित्व तो मेरा भी अवश्य ही है।''

भारती बोली - ''पहले-पहले तो मैं भी देख नहीं पाती थी, क्रोध में आकर झगड़ा करती थी। इन सब पर अज्ञान, दुखी, दुर्बल-चित्त भाई-बहनों की गरदन पर पाप का बोझ कौन लादता जा रहा है- अब देख रही हूँ, अपूर्व बाबू!''

पास वाले कमरे में एक उड़िया मिस्त्री रहता है । उसके पास वाले कमरे से बीच-बीच में तेज हंसी और कोलाहल की ध्वनि आ रही थी। पंचकौड़ी के कमरे के अन्दर से भी अपूर्व को यह सुनाई पड़ रही थी। उसी कमरे में दोनों जाकर उपस्थित हुए।

भारती को ये लोग पहचानते थे, सभी ने उसकी अभ्यर्थना की। एक ने दौड़कर एक स्टूल और एक बेंत का मोढ़ा लाकर दोनों को बैठने के लिए दिया। फर्श पर बैठकर, छः- सात पुरुष और आठ-दस औरतें, एक साथ ही मदिरा पी रहे थे । टूटी हारमोनियम और तबला बीच में रखा है, तरह-तरह के रंग वाली और तरह-तरह के आकार वाली खाली बोतलें चारों ओर लुढ़की पड़ी हैं। एक बूढ़ी-सी स्त्री मतवाली होकर सो रही है उसको एक प्रकार से नंगी ही कह सकते हैं। आठ से लेकर बीस-पच्चीस वर्ष तक की सब उमर के स्त्री-पुरुष बैठे हैं- आज रविवार है, पुरुषों की छुट्टी का दिन है। प्याज लहसुन की तरकारी और सस्ती जर्मन मदिरा की अवर्णनीय दुर्गन्ध, एक साथ मिलकर अपूर्व की नाक तक पहुंचने से उसका जी मिचलाने लगा। एक कम आयु की महिला के हाथ में मदिरा का गिलास था, सम्भवतः थोड़े ही दिन पूर्व घर छोड़कर आई है - वह बाएं हाथ से नाक बन्द करके, गिलास को मुँह में उड़ेलकर बार-बार थूकने लगी। एक पुरुष ने झटपट उसके मुँह में तरकारी ठूंस दी। एक बंगाली महिला को अपनी ही आँखों के सामने मदिरापान करते देखकर अपूर्व मानो एकदम स्तम्भित-सा हो गया। लेकिन उसने कनखी से देख लिया कि इतने भयंकर वीभत्स दृश्य से भी भारती के मुँह पर किसी प्रकार के विकार के चिह्न नहीं हैं। यह सब देखने-सुनने की वह अभ्यस्त हो गई है। लेकिन क्षण-भर के बाद, घर के स्वामी के कहने से जब टूनी ने गाना आरम्भ किया, "बह यमुना, बह यमुना और पास ही बैठे हुए मनुष्य ने हारमोनियम उठाकर झूठमूठ की एक कुंजी दबाकर जी-जान से बजाना आरम्भ किया, तब सम्भवतः इतना वजन भारती के लिए असह्य हो उठा। घबराकर बोल उठी, "मिस्त्रीजी, कल हम लोगों की सभा है-सम्भवतः यह बात तुम भूले नहीं हो? वहां जाना तो चाहिए ही!"

"चाहिए ही, बहनजी!" कहकर कालाचांद ने एक गिलास मदिरा ढाल ली।

(क्रमशः)

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

दाताओं के नाम	एरिया	योजना	रुपया
☛ महेन्द्र शामळदास शाह के जन्मदिन के अवसर पर	बोरीवली	जीवदया	५०००/-
☛ 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/-
☛ 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/-

कभी कभी तकलीफें बेहतरीन गुरू होती हैं ।

प्रेरक प्रसंग

दयालुता का प्रभाव

तेरहवीं शताब्दी में भारत में भयंकर दुर्भिक्ष पड़ा था। उन दिनों गोलकुण्डा-बेदरशाही के अंतर्गत मंगलबेड़ा प्रान्त का कारोबार संत दामाजी के जिम्मे था। वे तथा उनकी पत्नी, दोनों भगवद् भक्त होने के अलावा दयालु भी थे। क्षुधा से त्रस्त प्रजा का करुण क्रन्दन तथा पशुपक्षियों का आर्त-चीत्कार उनसे सुना न गया। राज्यभंडार में अनाज विपुल मात्रा में भरा पड़ा था। उन्होंने बादशाह की अनुमति लिये बिना ही अन्न भंडार के द्वार प्रजा के लिये खोल दिये। इससे क्षुधा से पीड़ित सहस्त्रों लोगों को राहत मिली।

संत दामाजी के सहायक नायब सूबेदार से यह न देखा गया। उन्होंने सोचा कि अवसर अच्छा है । बादशाह को खबर करने से पदोन्नति हो सकती है। उसने तुरन्त बादशाह को पत्र लिखकर सूचित किया कि दामाजी ने उनकी अनुमति के बगैर अपनी कीर्ति के लिए सारा अनाज लुच्चे लफंगों को लुटा डाला है।

पत्र पढ़ते ही बादशाह आगबबूला हो गया। उसने सिपाहियों को दामाजी को पकड़ लाने की आज्ञा दी। वे सिपाही दामाजी के पास पहुंचे भी न थे कि इधर एक चमत्कार हो गया। किशोर वय का एक ग्रामीण जिसके हाथ में एक थैली थी तथा कंधे पर कंबल था, निर्भीकतापूर्वक दरबार में आया। उसने बादशाह को प्रणाम कर कहा, ''बादशाह सलामत, यह सेवक मंगलबेड़ा से अपने स्वामी दामाजी पंत के पास से आया है।''

बादशाह उसके तेजस्वी रूप तथा मधुर वाणी से बेहद प्रभावित हुआ। उसने उसका नाम तथा आने का उद्देश्य पूछा। उस ग्रामीण ने जवाब दिया, ''दामाजी पंत के अन्न से पला मैं एक चमार हूँ। मेरा नाम 'बिठू' है । सरकार, मेरे स्वामी को आप क्षमा करें। आपकी प्यारी प्रजा भूख से मर रही थी, उनसे यह देखा न गया और

आपकी अनुमति लेने में विलम्ब होता, अतः उन्होंने भण्डार का गल्ला बाँटकर सबके प्राण बचाये। मैं उस गल्ले का मूल्य चुकाने आया हूँ। कृपया इसे सरकारी खजाने में जमा करें।''

यह सुनकर बादशाह को बड़ा ही पश्चाताप हुआ कि उन्होंने व्यर्थ ही एक बेकसूर को बंदी बनाने की आज्ञा दी। खजांची ने ज्योंही उसकी थैली उड़ेली, वह पुनः भर गयी। उसने पुनः उड़ेली, वह फिर भर गयी। इस तरह दो-तीन बार हुआ। आखिर उसने अनाज की पूरी कीमत गिनकर शेष रुपये उस ग्रामीण को लौटा दिये।

उसके जा चुकने पर खजांची ने वह चमत्कार बादशाह को बताया। बादशाह से न रहा गया। वह 'बिठू' के दर्शन के लिए उतावला हो गया और तुरन्त मंगलबेड़ा के लिए रवाना हुआ। वहाँ पहुँचने पर उसने दामाजी से 'बिठू' को बुलाने के लिए कहा। दामाजी की समझ में कुछ भी न आया । तब बादशाह ने पूरा किस्सा सुनाया। दामाजी ने बादशाह से कहा कि वे बड़े ही भाग्यवान् हैं, जो स्वयं भगवान् ने उन्हें दर्शन दिये। ■

हल्दी दूध योजना

दाताओं के नाम	एरिया	रुपए
☆ राजेश्वरी जगदीश दवे	पनवेल	२,०००/-
☆ आशा महेता	भायखला	१,४००/-
☆ स्व. सुमति विष्णु गोखले की याद में ह. हेमा विष्णु गोखले	दादर	८००/-
☆ स्व. विष्णु नारायण गोखले की याद में ह. हेमा विष्णु गोखले	दादर	८००/-
☆ सुनिल सुंदरदास मालाणी की याद में ह. आकाश सुनिल मालाणी	मीरारोड	७००/-

कहानी

(गतांक से आगे)

दो साथी

एफिम वहीं बैठकर बेटे के आने की प्रतीक्षा करने लगा। जिस समय वह घर लौटा तो उस वक्त दारू में धुत्त था। उसने इतनी शराब पी रखी थी कि उसे अपना ही होश नहीं था। लड़खड़ाते कदमों से उसने घर के अन्दर प्रवेश किया था। उसे देखकर एफिम को बड़ा दुःख हुआ।

उसने लड़के से घर की बाबत पूछताछ की, लेकिन वह तो स्पष्ट ही दिखाई दे रहा था कि बाप के पीछे उसने जमकर कुछ नहीं किया था। सारा पैसा उसने इधर-उधर खर्च कर डाला था।

एफिम ने खुद ही देख लिया था कि उसने काम की जरा भी परवाह नहीं की थी। हर काम को उसने लापरवाही के साथ अधूरा ही छोड़ दिया था। इसलिए उसने लड़के को डांटना शुरू कर दिया।

लड़के ने भी बेअदबी से जवाब दिया- ''तो फिर तुम्हीं ने ही यहां रहकर क्यों नहीं देखभाल की । सारा पैसा बांधकर आप खुद तो चले गये थे तीर्थ यात्रा करने के लिए और अब मुझसे कह रहे हैं कि मैं आपके लिए पैसा कमाकर रखता।

एफिम को उसकी बातें सुनकर बहुत तेज गुस्सा आ गया। उसने गुस्से में आकर उसे पीट डाला।

सुबह सवेरे ही एफिम गांव के चौधरी के पास अपने बेटे के चाल-चलन की शिकायत करने लगा। रास्ते में एलिशा का मकान पड़ता था। वहां उसकी पत्नी ओसारे में खड़ी थी, बोली- ''आओ जी आओ । कब आए? क्या हाल चाल है? तीर्थ यात्रा राजी खुशी हो गई?''

एफिम रुक गया, कहने लगा- ''हां ईश्वर की दया है-तीरथ सब राजीखुशी हुआ, मगर एलीशा तो बीच में छूट गए कि फिर दिखाई ही नहीं दिए। वह कुशल से घर आ गए हैं न?''

बिना आवाज के रोना रोने से ज्यादा दर्द देता है ।

स्त्री को बात करने का चाव था।

वह बोली- "हां जी, वह तो वापस घर आ गए हैं। उन्हें वहां से आए तो काफी दिन हो गए हैं। मेरे विचार से तो वह कार्तिक बीतते ही वापस आ गए थे। भगवान की कृपा हुई कि वह जल्दी घर वापस आ गए। उनके बिना यहां सब सूना लगता था। काम की तो उनसे अब बहुत आस नहीं है। काम करने की उमर तो अब उनकी रही नहीं पर तुम जानते हो कि वह ही घर के बड़े हैं। उनके रहने से ही हमारे घर में रौनक रहती है।

और हमारा लड़का तो उसके आनन्द की क्या पूछो- "कहता है सूरज छिप जाता है न, इसलिए पिताजी के बिना वैसी हालत हो जाती है, जैसे धूप उठ गई हो। अजी उनके पीछे तो सब बिरथा लगता है और घर में उमंग नहीं रहती। हम सब लोग उनका ख्याल रखते हैं। उन्हें पूरा आराम देते हैं और वे भी तो हम सब लोगों को कितना चाहते हैं !"

"वह इस समय घर पर हैं?" एफिम ने पूछा।

"जी हां, घर पर ही हैं। अपनी मधुमक्खियों के पास होंगे। हमेशा वहीं रहते हैं। कह रहे थे इस साल खूब शहद होगा। भगवान ने ऐसी कृपा की है कि खूब मक्खी फैली हैं। ऐसी कि कभी उन्होंने भी अपनी उमर में नहीं देखीं। वह कह रहे थे कि भगवान हमारे औगुन के माफिक तो यह हमें ईनाम नहीं दे रहे हैं। आओ भाई साहब, अन्दर आ जाओ। तुमसे मिलकर तो वह बहुत ही खुश होंगे।"

एफिम उधर बरामदे से निकलता हुआ दूसरी तरफ के घर में गया। वहां उसे एलीशा मिला। वही लम्बा चोगा था । न मुँह ढकने की कोई जाली थी, न हाथ में दस्ताने ।

पेड़ों की कुंज के नीचे, खुले सिर बाहें फैलाए खड़ा हुआ था। एफिम को येरुशलम के मन्दिर में दिखने वाले चित्र की याद आ गई। उसका सिर उसी प्रकार चमक रहा था और पेड़ों के ऊपर छनकर आने वाली धूप भी ठीक मन्दिर की अखण्ड ज्योति-सी दिखाई दे रही थी।

मक्खियों ने उसके सिर के आसपास उड़कर अपने सुनहरे पंखों से वहीं के जैसा उज्ज्वल प्रभामण्डल बना रखा था। प्रेम से सब चारों तरफ मंडरा रही थीं और कोई काटती नहीं थी।

दूर से एफिम खड़ा यह सब देख रहा था।

तभी एलीशा की पत्नी पुकार कर बोली- ''अजी देखो भी, वह बड़े भाई साहब आए हैं।''

एलीशा ने मुड़कर देखा तो उसका चेहरा काफी प्रसन्न लग रहा था । वह जल्दी से एफिम की ओर बढ़ा।

उसने कहा- ''आओ भाई एफिम ! कुशलता से तो हो, कहो तुम्हारी तीर्थ-यात्रा कैसी रही?''

''हां काया तो मेरी तीर्थ यात्रा करने गई थी और जार्डन से तुम्हारे लिए जल भी भरकर लाया हूँ, पर उसके लिए तो तुम हमारे घर पर आओगे, है न? लेकिन पता नहीं मालिक को मेरी तीर्थ यात्रा स्वीकार हुई कि नहीं?''

एलीशा बोला, ''भगवान तो सब का ही होता है। वही तारन तरन है। फिर ऐसा क्यों कहते हो।''

एफिम कुछ देर चुप रहा।

फिर बोला, ''काया तो मेरी वहां पहुंची, मगर सच पूछो तो आत्मा मेरी वहां पहुंची कि दूसरे की, यह...।''

बीच में एलीशा ने कहा- ''भाई यह तो भगवान के देखने का काम है । वह सब देख रहे हैं।''

एफिम ने बताया- ''मैं वापसी में उस घर भी ठहरा था, जहां तुम पीछे ही छूट गए थे।''

एलीशा सुनते ही जैसे भय से भर गया था।

किस्मत खराब नहीं थी भरोसा गलत लोगो पर था ।

वह तुरन्त बोला- ''भगवान का काम है भाई, सब भगवान का । आओ, अन्दर आओ । जरा हमारा शहद तो देखो।''

कहकर एलीशा ने बात बदल दी और घर के हाल-चाल का जिक्र एफिम से करने लगा।

एफिम दिल की सांस दिल में रोके रह गया। फिर उस घर के लोगों की बात उसने नहीं छोड़ी। न ही उसने यह बताया कि किस रूप में परमतीर्थ-येरुशलम के मन्दिर में ठीक वेदी के पास एलीशा को उसने तीन बार देखा था । लेकिन वह अच्छी तरह जान गया था कि ईश्वर की प्रतीक्षा और उसके आदर्श मार्ग क्या होते हैं ।

यही कि आदमी जब तक जीवित रहे, औरों की भलाई करे तथा सबके साथ प्रेमपूर्वक व्यवहार करे। ■

कर्करोग की भयानकता

दाताओं के नाम	एरिया	रुपए
❖ गीता हुक्कु	अंधेरी	१०,०००/-
❖ किरण एल. भोसले	प्रभादेवी	३,०००/-
❖ पूजन हेमंत बोहरा	विलेपार्ला	२,०००/-
❖ हेमंत आर. बोहरा	विलेपार्ला	२,०००/-
❖ अनुकंपा फाउन्डेशन	बेंग्लोर	२,०००/-
❖ वीणा एच. बोहरा	विलेपार्ला	२,०००/-
❖ वर्षा रविन्द्र साठे	माहिम	१,००१/-
❖ सुशीला जगन्नाथ पाटणकर	कांदिवली	१,०००/-
❖ शीतल रंजन लोखंडे	वर्ली	१,०००/-

बेवकूफ बने रहो रिश्ते मजबूत रहेंगे ।

काव्य

दमकती है कई सदियों पै ये जमीं,
तब जाकर पैदा होते हैं हम जैसे कवि।
पूछो ना मुझ से कोई
दिल का क्या टूटा है
शिवकुमार तो पुरानी दिल्ली है
जो गुजरा उसने लूटा है।
हम तो हंस भी लेते हैं
दिल हमेशा उदास रहता है,
मतलब जरूर होगा, वर्ना
कौन हम से मिलता है।
कहाँ चिराग जलायें
कहाँ जलायें दिल।
जलाने वाले तो मिलते हैं
जलने वाला ही नहीं मिलता ।

हर घड़ी खुद से
उलझना है मुकद्दर मेरा
मैं ही कश्ती हूँ
मुझ में समन्दर मेरा ।
किस से पूछूं कि कहाँ
गुम हूँ कई बरसों से,
ढूंढता फिरता हूँ उस
अपने को जो अपनाले मुझे।
उठ के कपड़े बदल
घर से बाहर निकल,
जो हुआ सो हुआ
लकड़ियों की तरह तू
फिर चूल्हे में जल
जो हुआ सो हुआ।

■

जलाराम अन्नदानक्षेत्र

नाम	एरिया	रुपया
कस्तुरी सालसकर	घोडपदेव	१०,०००/-
विनय धर्मेन्द्र गुप्ता	मुलुंड	४,०००/-
अतुल सदाशिव भीडे ह. सुनिता अतुल भीडे	मलाड	४,०००/-
क्रिष्णा दत्ताराम मजालकर ह. श्रध्धा संतोष चवाण	कालाचौकी	४,०००/-
स्व. महेन्द्र रुपचंद कावेडिया ह. प्रविण महेन्द्र कावेडिया	परेल	४,०००/-
प्रथम जैन	परेल	४,०००/-
शीतल रंजन लोखंडे	वर्ली	२,०००/-
शामसुंदर सीताराम नेवरेकर	वडाला	२,०००/-

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, गाय का शुद्ध घी ६५०/– रू. प्रति किलो और कच्ची घाणी का शिंगतेल ३८०/– रू. प्रति किलो जीवन ज्योत कैंसर रिलीफ एण्ड केअर ट्रस्ट में से सभी जरूरतमंद व्यक्तिओं को मिल पायेगा। सभी जरूरतमंद व्यक्ति इसका लाभ उठायें।

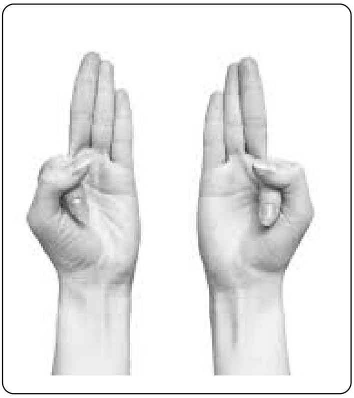
जीवन ज्योत कैंसर रिलीफ एण्ड केअर ट्रस्ट

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) (रविवार बंध)

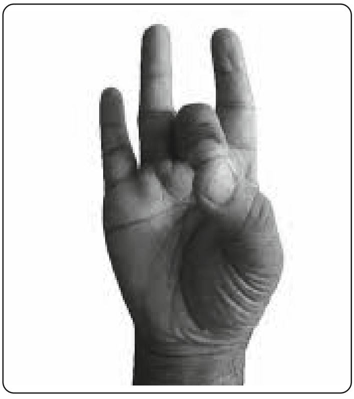
मुद्रा चिकित्सा

चन्द उपयोगी मुद्राएँ

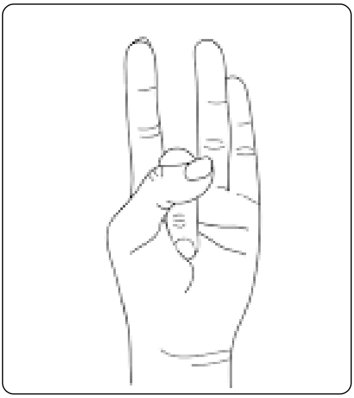
ज्ञान मुद्रा :– अंगुष्ठ व तर्जनी के ऊपरी पौर के स्पर्श करने से जहाँ हल्का सा नाड़ी स्पन्दन हो, ज्ञान मुद्रा बनती है। इस मुद्रा से स्मरण शक्ति तेज होती है, एकाग्रता बढ़ती है और बुद्धि निर्मल एवं मन नियन्त्रित होता है। आज्ञा चक्र सक्रिय होने से शरीर में हारमोनस का संतुलन एवं सभी अन्तः श्रावी ग्रन्थियों की सक्रियता बढ़ने लगती है। परिणामस्वरूप सभी कार्य व्यवस्थित होने लगते हैं।



वायु मुद्रा :– अंगुष्ठ से तर्जनी को दबाने से वायु मुद्रा बनती है जो शरीर में वायु के बढ़ने से होने वाले वात रोगों का शमन करती है, जैसे शरीर में कम्पन्न होना, जोड़ों का दर्द, गठिया, रीढ़ की हड्डी संबंधी दर्द, वात रोग, लकवा आदि के समय इस मुद्रा को करने से रोगों में राहत मिलती है।



आकाश मुद्रा :– अंगुष्ठ के ऊपरी पौर को मध्यमा के ऊपरी पौर से स्पर्श करने से आकाश मुद्रा बनती है। इससे अग्नि तत्त्व संतुलित होता है। हड्डियां मजबूत होती है। मुख का तेज और कान्ति सुधरती है। विचार क्षमता



बढती है। श्रवण शक्ति ठीक रहती है एवं कान के रोग ठीक होते हैं। मानसिक संकीर्णता कम होती है। हृदय रोग में भी यह मुद्रा प्रभावकारी होती है। मानसिक एवं शारीरिक विकलांगता के लिए यह मुद्रा बहुत अच्छी है।

शून्य मुद्रा :– मध्यमा के ऊपरी पौर को अंगुष्ठ के मूल पर स्पर्श कर अंगुष्ठ से दबाकर बाकी अंगुलियाँ सीधी रखने से बनती है। इस मुद्रा से शरीर में मणिपुर चक्र से विशुद्धि चक्र तक के सभी चक्र प्रभावित होते हैं। बहरापन, गले के रोग, कान का दर्द, हिचकी, गूंगापन, सिर दर्द, विचार एवं शारीरिक शून्यता दूर होती है। कामवासना नियन्त्रित होती है। मूत्रावरोध दूर होता है। रक्त संचार सुधरता है।

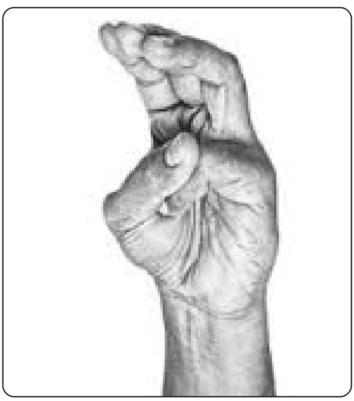
पृथ्वी मुद्रा :– अंगुष्ठ को अनामिका के ऊपरी पौर से स्पर्श से यह मुद्रा बनती है। पृथ्वी तत्त्व सन्तुलित होने से शरीर की ताकत और पैरों की शक्ति

बढ़ती है। हड्डियां एवं मांसपेशियां शक्तिशाली होती है। रक्त की कमी दूर होती है। नाभि के आसपास स्थित प्रायः सभी अंगों से संबंधित रोगों में लाभ होता है। भूख नियन्त्रित होती है।

सूर्य मुद्रा :– अनामिका के ऊपरी पौर को अँगूठे के मूल पर रख कर अंगूठे से दबाने पर यह मुद्रा बनती है। इस मुद्रा से मोटापा व

भारीपन घटता है। मानसिक तनाव में कमी आती है। सर्दी एवं जल तत्त्व की अधिकता वाले उल्टियें, दस्ते संबंधित रोग ठीक होते हैं। नेत्र ज्योति बढ़ती है और प्रारम्भिक स्तर का मोतिया बिन्द भी ठीक होता है। पाचन क्रिया ठीक होती है जिससे कोलस्ट्रोल भी कम होता है।

जल मुद्रा (वरुण मुद्रा) :– अंगुष्ठ का कनिष्ठ अंगुलि के ऊपरी पौर पर स्पर्श करने से यह मुद्रा बनती है। कनिष्ठिका जो शरीर में जल तत्त्व का संतुलन करती है। जल तत्त्व की कमी से होने वाले रोगों में जैसे- मांसपेशियों में खिचांव, चर्म रोग, शरीर में रुक्षता आदि ठीक होते हैं। रक्त शुद्धि और त्वचा में स्निग्धता लाने के लिए वरुण मुद्रा लाभदायक होती है। लू नहीं लगती। बाईटों (Cramps) में इस मुद्रा से तुरन्त आराम मिलता है। आकस्मिक दुर्घटना में इस मुद्रा से चमत्कारी लाभ होता है ।



जलोदर नाशक मुद्रा :– कनिष्ठिका को पहले अंगूठे की जड़ से लगा कर फिर अंगूठे से कनिष्ठिका को दबाने से जलोदर नाशक मुद्रा बनती है। इस मुद्रा से शरीर से जल की वृद्धि से होने वाले रोग ठीक होते हैं। जैसे फेफड़ों अथवा पेट में पानी भरना, शरीर के किसी भाग में सूजन, नाक से पानी आना, आँखों से पानी आना, मुँह से लार टपकना आदि। इस मुद्रा को करने से शरीर के विजातीय द्रव्य बाहर निकलने लगते है, जिससे शरीर निर्मल बनता है, पसीना आता है, मूत्रावरोध ठीक होता है। *(क्रमशः)* ■

चिकित्सा

बवासीर (बादी या खूनी) का सरल उपचार

एक इडली में एक नींबू निचोड़ लें और उसमें नींबू का रस मिलाने बाद सुबह खाली पेट खा लें। इसके खाने के दो घंटे बाद तक कुछ न खाएं। लगातार सात दिन यह प्रयोग करें। खूनी या बादी बवासीर ठीक होगी। प्रयोगकाल में तेज मिर्च और तले पदार्थों से परहेज रखे। कब्ज न रहने दें। कब्ज की स्थिति ही बवासीर की जननी है।

विशेष– (१) स्वमूत्र का बाहरी प्रयोग बवासीर में – बवासीर के मस्सों पर तरह-तरह के मलहम न लगायें। इससे रोग दबकर शरीर में अन्य तकलीफें उत्पन्न हो सकती है। (२) यदि किसी दवा से बवासीर की बीमारी न मिटती हो तो रोगी को चाहिए कि सुबह शौच से पहले किसी कांच के पात्र में मूत्र कर लें । शौच जाने के बाद साधारण पानी से सफाई करने के पश्चात् उस एकत्र मूत्र से गुदामुख को धोने या सिंचा लेने से सभी प्रकार की बवासीर और बवासीर के मस्से और तकलीफें नष्ट हो जाती है। शौच के बाद या स्नान के पहले, आवश्यकतानुसार लगातार एक से दो मास तक स्वमूत्र से धोयें। स्वमूत्र से धोने के बाद कम से कम दस मिनट तक स्वमूत्र बवासीर की जगह पर लगा रहने दें। तत्पश्चात् साफ पानी से धो डालें परन्तु साबुन का प्रयोग न करें। केवल स्वमूत्र के इस प्रकार बाहरी प्रयोग से अनेक बवासीर के केस पूर्णतः ठीक होने के प्रमाण मिले है।

लक्षण (१) बवासीर के प्रारम्भिक स्थिति के लक्षण जैसे गुदा में कठोरता, कोंचन-सी खुरखुराहट व अटपटा-सा जान पड़ना, हाथ लगाने से कष्ट, गुदामुख में कुछ अड़ा हुआ सा आदि प्रतीत होते हैं। खुजली, जलन चुभन मालूम होने लगती है। बाद में कभी गुदावल्ली में सूजन तो कभी ज्वार दाने जितना मस्सा तो कभी

अंगूर के गुच्छे के समान मस्से तो कभी गुदा से खून गिरना जैसे लक्षण दिखाई देते हैं।

(२) गणेश क्रिया – रोज सरसों का तेल गुदा में लगाने से बवासीर से बचाव होता है। योग में गुदा में तेल देने की क्रिया को गणेश क्रिया का नाम दिया गया है जो कि बवासीर नहीं होने देती। सरसों का तेल एन्टी सैप्टिक का कार्य करता है और भीतर के घाव को ठीक करने में सहायता करता है और उम्र के साथ गुदा की सूखती, चर्म-ट्यूबों को लचीला और चिकना रखता है जिससे खूनी बवासीर नहीं होती।

(३) (क) कब्ज निवारणार्थ दूध और घी का प्रयोग – रात्रि सोते समय एक कप दूध को गर्म करके उसमें से थोड़ा एक प्लेट में निकालकर उसमें १-२ चम्मच देशी घी डालकर पी लें और शेष दूध ऊपर से पी जाएं। इससे बिना किसी दर्द या कठिनाई के मलत्याग हो जाता है।

(ख) यदि बवासीर ठीक होकर दुबारा हो जाये तो – २५० ग्राम दूध में १-२ चम्मच देशी घी डालकर तीन दिन सोते समय पीने से कई बार बवासीर ठीक हो जाती है। फिर भी हृदय रोगी या जिन रोगियों को घी की मनाही है, उन्हें यह प्रयोग नहीं करना चाहिए।

बवासीर में परहेज के तौर पर अरबी, भिण्डी, बैंगन, लहसुन, गुड़, चटनी, अचार, खटाई, मलाई और गरिष्ठ पदार्थ, लाल मिर्च, चाय, अण्डा, शराब, गर्म, खट्टी और तली चीजों का सेवन न करें।

बवासीर का एक सरल नुस्खा

संतरे के छिलके (पीले) सुखा लें। बारीक पीसकर देशी खांड बराबर वजन मिलाकर रख लें। दवा तैयार है। इसे १-१ चम्मच की मात्रा में दिन में तीन बार पानी के साथ लें। कुछ खुराक लेने पर ही लाभ प्रतीत होगा। मिर्च-मसाले, गर्म और बादी करने वाली चीजें न लें।

खूनी तथा बादी बवासीर पर एक स्वानुभूत प्रयोग

नारियल की जटा (भूरे रेशें) निकाल कर उन्हें जलाकर भस्म करके १० ग्राम पांच दिनों तक रोजाना फांक लें और ऊपर से गाय के दही की छाछ पाव या आधा किलो, रूचि के अनुसार पी जायें। जब तक दवा ले तब तक तेल, गुड़ नहीं खायें। लाल मिर्च तो बवासीर के रोगी को कभी नहीं खानी चाहिए।

भगन्दर (Fistula)

चोपचीनी, देशी घी, चीनी-तीनों समभाग लेकर २०-२० ग्राम के लड्डू बनाकर रख लें। एक लड्डू प्रातः, एक लड्डू सायं २१ दिन तक खायें। प्रयोग काल में नमक, खटाई से परहेज रखें। आप देखेंगे कि २१ दिन में भगन्दर ऐसे नष्ट हो जाता है जैसे सूर्य देखकर अन्धकार।

इस खाने के योग के साथ लगाने के लिए निम्नलिखित योग (फिस्चुला लोशन) भी प्रयोग करें-

नारियल की गिरी आधा किलो, तूतिया ३० ग्राम, हरताल बर्का ३० ग्राम, चीनी १८० ग्राम इन सबको बारीक पीसकर पाताल यंत्र से तेल तैयार करवा कर, किसी अनुभवी वैद्य की देखरेख में इस्तेमाल करें।

विशेष (१) पथ्य में केवल गेहूँ की रोटी, घी और शक्कर के साथ खाएं।

(२) यदि दवा खाने से ज्यादा गर्मी मालूम हो तो दवा की मात्रा कम कर देनी चाहिए और घी, दूध कुछ अधिक सेवन करना चाहिए। ■

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।

को-क्यू-10 - कार्डियोमायोपैथी के मरीज़ों का इलाज

क्या आपको पता है कि हृदय प्रत्यारोपण में कितना खर्च आता है ? क्या आपने २,५०,००० डॉलर सोचा था ?

क्या आप यह बात जानते हैं कि ६५ साल से कम उम्र के २५ हज़ार से अधिक मरीज़ हृदय प्रत्यारोपण कराने वालों की सूची में प्रतीक्षारत हैं? ६५ साल से अधिक उम्र के भी हज़ारों मरीजों को कार्डियोमायोपैथी है, लेकिन अधिक उम्र के कारण वे हृदय प्रत्यारोपण के योग्य नहीं हैं। हालांकि हो सकता है इनका सर्वोत्तम इलाज हो रहा हो, लेकिन इनमें से अधिकांश पूरी तरह अक्षम हैं । दस में से सिर्फ़ एक मरीज़ ही हृदय प्रत्यारोपण के योग्य होता है। बाक़ी के नौ मरीज़ों को आमतौर पर बीमारी के कारण ही मरना पड़ता है। इन आँकड़ों में वे हज़ारों मरीज़ शामिल नहीं हैं, जो कंजेस्टिव हार्ट फेल्योर से पीड़ित हैं।

डॉ. फोल्कर्स तथा लैंग्सजोएन ने १९९२ में चिकित्सा साहित्य में एक अध्ययन प्रस्तुत किया। मैं मानता हूँ कि इसने इस बारे में तमाम विवादों का अंत कर दिया। उन्होंने प्रत्यारोपण का इंतज़ार कर रहे ग्यारह मरीजों को को-क्यू-१० देना शुरू किया। इनमें से तीन मरीज़ बुरी स्थितियों (श्रेणी IV) से सबसे अच्छी स्थिति (श्रेणी I) में पहुँच गए। चार मरीज़ श्रेणी III - IV से श्रेणी II में पहुँच गए और बाक़ी दो मरीजों की स्थिति में सुधार श्रेणी III से श्रेणी I में हुआ । (सभी श्रेणियों का वर्गीकरण न्यूयॉर्क हार्ट एसोसिएशन की मार्गदर्शिका के अनुसार किया गया था।)

चिकित्सा साहित्य में पहले से मौजूद शोधों के ख़िलाफ़ फ़ोल्कर्स और लेंग्सजोएन ने हृदय प्रत्यारोपण के इंतज़ार में बैठे मरीज़ों पर को-क्यू-१० को आज़माया और

इसके इस्तेमाल को पूर्णतः सुरक्षित करार दिया।

यह प्राकृतिक विटामिन या एंटीऑक्सीडेंट के अनेक चिकित्सीय प्रयासों का प्रभावी व सुरक्षित उदाहरण है। यह एक पोषक दवा है, जो अपनी उच्चावस्था में है । जब किसी कारण से हृदय की मांसपेशी कमज़ोर हो जाती है, तब हृदय की कोशिकाओं को ऊर्जा के निर्माण के लिए अधिक मात्रा में पोषक तत्वों की आवश्यकता होती है। चूँकि पोषक तत्वों का अधिक इस्तेमाल होता है, इसलिए हृदय की मांसपेशी में को-क्यू-१० की कमी हो जाती है, जो ऊर्जा उत्पादन का प्रमुख तत्व होता है । जब मरीज़ इन तत्वों को अतिरिक्त पोषक तत्वों के रूप में लेते हैं, तो हृदय की कमजोर मांसपेशी ताकतवर होकर को-क्यू-१० को संग्रहित करने लगती है और अधिक ऊर्जा उत्पन्न कर कमज़ोरी की अवस्था को संतुलित कर लेती है।

डॉक्टरों को को-क्यू-१० को पारंपरिक इलाज के सहायक के रूप में इस्तेमाल करना चाहिए न कि उसके स्थान पर यह एक सहायक दवा है न कि वैकल्पिक दवा । हालाँकि कई अध्ययनों से यह भी पता चला कि बहुत से मरीज़ों की स्थिति इतनी बेहतर हो गई थी कि उन्होंने अन्य दवाइयाँ लेना बंद कर दी थीं, जबकि उनकी हृदय की मुख्य बीमारी ठीक भी नहीं हुई थी।

यहाँ ध्यान देने योग्य बात यह है कि मरीज़ों को को-क्यू-१० लंबे समय तक लेना चाहिए। अध्ययनों से पता चला है कि जब मरीज़ को-क्यू-१० लेना बंद कर देते हैं, तो ईंधन के स्रोत में कमी आने से हृदय अपनी पहले वाली कमजोर स्थिति में पहुँच जाता है। वहीं दूसरी ओर डॉ. लैंग्सजोएन ने छह साल तक मरीज़ों के अध्ययन के बाद बताया कि जो मरीज सामान्य मात्रा में इस पोषक तत्व को लेते रहते हैं, उनके हृदय की स्थिति बेहतर बनी रहती है। ■

अगर दूसरों की खुशी में ही खुशी महसूस करो तो जिंदगी आसान है ।

जवाब अब मौजूद है।

काफ़ी कुछ इसी तरह, जब हम किसी नए विचार या समस्या का जवाब खोजने निकलते हैं, तो हमें यह मान लेना चाहिए कि जवाब पहले से ही कहीं न कहीं मौजूद है और हमें इसे बस खोजना भर है । डॉ. नॉरबर्ट वायनर ने कहा है, ''जब कोई वैज्ञानिक किसी समस्या पर आक्रमण करता है, जिसके बारे में वह जानता है कि उसका कोई जवाब है, तो उसका पूरा नज़रिया ही बदल जाता है। इसी से जवाब की दिशा में उसका पचास प्रतिशत रास्ता तय हो जाता है ।'' (नॉरबर्ट वायनर, द ह्यूमन यूज़ ऑफ ह्यूमन बीइंग्स)।

जब आप कोई सृजनात्मक कार्य करने निकलते हैं चाहे यह बिक्री में हो, कारोबार सँभालने में हो, कविता लिखने में हो, मानवीय संबंध बेहतर बनाने में हो या जो भी हो तो आप मन में एक लक्ष्य लेकर शुरुआत करते हैं, जिसे हासिल करना है। अब बस एक ''टार्गेट'' जवाब रह जाता है, जो हालांकि शायद थोड़ा अस्पष्ट है, लेकिन जब यह सामने आएगा, तो इसे ''पहचान'' लिया जाएगा। अगर आप इस बारे में सचमुच गंभीर हैं, आप में उत्कट इच्छा है और आप समस्या के सभी पहलुओं के बारे में गहराई से सोचने लगते हैं, तो आपका सृजनात्मक मेकेनिज्म कार्य शुरू कर देता है और जिस स्कैनर के बारे में हमने बात की है, वह संग्रहीत जानकारी को स्कैन करता है या जवाब को टटोलता है । एक विचार यहाँ से, एक तथ्य वहाँ से उठाया जाता है । यह कुछ पुराने अनुभवों को भी चुनकर उन्हें एक कर देता है, या उन्हें मिलाकर एक अर्थपूर्ण निष्कर्ष में बदल देता है, जो आपकी स्थिति के अधूरे हिस्से को भर देगा, आपके समीकरण को पूरा कर देगा या आपकी समस्या को सुलझा देगा । जब यह समाधान आपकी चेतना को दिया जाता है, अक्सर किसी अकस्मात पल में जब आप किसी दूसरी चीज़ के बारे में सोच रहे हैं या शायद सपने के रूप में भी, जब आपकी चेतना सोई होती है, कोई चीज़ क्लिक करती है और आप तुरंत पहचान जाते हैं कि यही वह जवाब है, जिसकी आपको तलाश थी।

इस प्रक्रिया में, क्या आपका सृजनात्मक मेकेनिज़्म शाश्वत मस्तिष्क में संग्रहीत जानकारी तक पहुँच सकता है? सृजनात्मक लोगों के बहुत से अनुभव बताते हैं कि ऐसा ही होता है । अन्यथा आप लुई अगासी के इस अनुभव को कैसे स्पष्ट कर सकते हैं, जो उनकी पत्नी ने बताया था ?

पत्थर की एक चट्टान में एक मछली के जीवाश्म की थोडी अस्पष्ट छाप मिली थी और वो इसे स्पष्ट करने की कोशिश कर रहे थे। काफी कोशिशों के बाद वे थक गए और चकरा गए। आखिरकार उन्होंने अपने कार्य को परे रख दिया और इसे अपने दिमाग से दूर रखने की कोशिश की। इसके कुछ समय बाद एक रात को वे जागे और उन्हें यकीन था कि उन्होंने सपने में अपनी मछली को देखा था, जिसके सभी खोए हुए अंग आदर्श रूप में दिख रहे थे।

वे जल्द ही जारदां दे प्लॉन्ट्स गए और उन्होंने सोचा कि नए सिरे से अस्पष्ट छाप देखने से उन्हें सपने में देखी छवि याद आ जाएगी। इससे कोई फायदा नहीं हुआ, धुँधली छाप पहले की तरह ही धुँधली रही। अगली रात उन्हें वह मछली दोबारा दिखी, लेकिन जागने पर यह उनकी स्मृति से पहले की तरह ही गायब हो गई। यही अनुभव एक बार फिर दोहराया जा सकता है, इस उम्मीद में तीसरी रात को उन्होंने सोने जाने से पहले अपने बिस्तर के बगल में एक पेंसिल और कागज़ रख लिया।

सुबह के करीब मछली एक बार फिर उनके सपने में प्रकट हुई, पहले तो धुँधले रूप में, लेकिन आखिरकार इतनी स्पष्टता के साथ कि उन्हें इसकी जीववैज्ञानिक आकृति के बारे में कोई शंका नहीं थी। आधे सपने और पूरे अँधेरे में उन्होंने बिस्तर के बगल में रखे कागज पर वह आकृति खींच दी।

सुबह वे यह देखकर हैरान हुए कि रात के अँधेरे में उन्होंने जो आकृति खींची थी, उसे देखकर यह असंभव लग रहा था कि जीवाश्म इसे प्रकट करेगा । वे तुरंत जारदां दे प्लॉन्ट्स पहुंचे और ड्रॉइंग के मार्गदर्शन के सहारे पत्थर की सतह खुरची, जिसके नीचे मछली के बाकी हिस्से छिपे हुए थे । जब जीवाश्म पूरी तरह से प्रकट हुआ, तो यह उनके सपने की आकृति और ड्रॉइंग के अनुरूप था तथा वे आसानी से इसका वर्गीकरण करने में सफल हो गए। ■

कहानी

सेवा से शीघ्र ही श्रेष्ठ फलोपलब्धि

विष्णुपुराण के छठवें अंश में एक कथा आती है। एक बार ऋषियों और मुनियों में विवाद छिड़ा कि किस प्रकार अल्पकाल में ही थोड़े से परिश्रम से महान् पुण्य अर्जित किया जा सकता है? जब किसी निष्कर्ष पर नहीं पहुंचे तो वे मुनि वेद व्यास के पास गए।

व्यास ऋषि उस समय गंगा नदी पर स्नान के लिए गए हुए थे। ऋषि-मुनि भी व्यासजी के जल से बाहर निकलने की प्रतीक्षा करने लगे। व्यासजी ने योग की शक्ति से जल के भीतर ही मुनियों के आने का उद्देश्य जान लिया।

कुछ देर पश्चात् उन्होंने नदी के बाहर अपना सिर निकाला और जोर से कहा - ''कलियुग ही सबसे श्रेष्ठ है।'' यह कहकर व्यासजी ने पुनः डुबकी लगा ली।

कुछ देर बाद उन्होंने अपना सिर बाहर निकाला और जोर से कहा - ''शूद्र ही सर्वश्रेष्ठ है, शूद्रस्साधुः कलिस्साधुरित्येवं...।'' और फिर डुबकी लगा ली।

तीसरी बार उन्होंने पानी से अपना सिर बाहर निकाला और कहा - ''स्त्रियां ही धन्य है, वे ही साधु हैं, उनसे अधिक धन्य और कौन हैं- योषितः साधु धन्यास्तास्ताभ्यो धन्यतरो अस्ति कः ।'' व्यासजी कुछ देर बाद जल से बाहर निकल आए। पूजा से निवृत्त हुए तो उनका ध्यान ऋषियों की ओर गया।

व्यासजी ने उनसे पूछा - ''साधुजनों ! मैं आप लोगों के आगमन का कारण जान सकता हूँ?''

ऋषि बोले- ''आप यह बताने की कृपा करें कि आपने यह क्यों कहा- कलियुग ही सबसे श्रेष्ठ है, शूद्र ही सर्वश्रेष्ठ है और स्त्रियां ही धन्य हैं?''

कलिस्साध्विति यत्प्रोक्तं शूद्रः साध्विति योषितः ।
यदाह भगवान् साधु धन्याश्चेति पुनः पुनः ।।

इस पर व्यास ने कहा - ''हजारों वर्ष पहले तप करने से ही पुण्य प्राप्त होता था, वह कलियुग में केवल भगवान् का नाम लेने से ही प्राप्त हो जाता है। शूद्र सफाई का काम करते हैं और मल-मूत्र तक साफ करते हैं। इसी प्रकार स्त्रियां कुटुंब की सेवा में दिन-रात लगी रहती हैं। वे अपने सेवा कार्यों से ही महान् पुण्यों का अर्जन करती हैं। इसीलिए मैंने कहा था कि कलियुग और शूद्र सर्वश्रेष्ठ धन्य हैं।''

ऋषियों ने कहा - ''महानुभाव हम जिस काम के लिए आए थे, वह अपने आप पूरा हो गया।'' ■

सफल जीवन

एक बेटे ने पिता से पूछा - ''पापा ये 'सफल जीवन' क्या होता है ?''

पिता, बेटे को पतंग उड़ाने ले गए। बेटा पिता को ध्यान से पतंग उड़ाते देख रहा था... थोड़ी देर बाद बेटा बोला, ''पापा.. ये धागे की वजह से पतंग और ऊपर नहीं जा पा रही है, क्या हम इसे तोड़ दें !!''

''ये और ऊपर चली जाएगी...'' पिता ने धागा तोड़ दिया । पतंग थोड़ी सी और ऊपर गई और उसके बाद लहरा कर नीचे आइ और दूर अनजान जगह पर जा कर गिर गई... तब पिता ने बेटे को जीवन का दर्शन समझाया...।

''बेटा ! जिंदगी में हम जिस ऊंचाई पर हैं, हमें अक्सर लगता की कुछ चीजें, जिनसे हम बंधे हैं वे हमें और ऊपर जाने से रोक रही हैं; जैसे : घर, परिवार, अनुशासन, माता-पिता, गुरू आदि और हम उनसे आजाद होना चाहते हैं । वास्तव में यही वो धागे होते हैं जो हमें उस ऊंचाई पर बना के रखते हैं । इन धागों के बिना हम एक बार तो ऊपर जायेंगे परन्तु बाद में हमारा वो ही हश्र होगा जो बिन धागे की पतंग का हुआ...।''

अतः जीवन में यदि तुम ऊंचाइयों पर बने रहना चाहते हो तो, कभी भी इन धागों से रिश्ता मत तोड़ना। धागे और पतंग जैसे जुड़ाव के सफल संतुलन से मिली हुई ऊंचाई को ही 'सफल जीवन' कहते हैं ! ■

दो प्रकार - दो पक्ष

प्रस्तुति - **चंद्रप्रभा पटेल** *(मुलुंड)*

एक व्यक्ति प्यास से बेचैन भटक रहा था, उसे गंगाजी दिखाई पड़ी, वह पानी पीने के लिए नदी की ओर तेजी से भागा लेकिन नदी तट पर पहुंचने से पहले ही बेहोश होकर गिर गया। थोड़ी देर बाद वहां एक संन्यासी आ पहुंचे, उन्होंने उसके मुंह पर पानी का छींटा मारा तो वह होश में आया, व्यक्ति ने उनके चरण छू लिए और अपने प्राण बचाने के लिए धन्यवाद करने लगा।

संन्यासी ने कहा-बचाने वाला तो भगवान है, मुझमें इतना सामर्थ्य कहां है ? शक्ति होती तो मेरे सामने बहुत से लोग मरे, मैं उन्हें बचा न लेता । मैं तो सिर्फ बचाने का माध्यम बन गया। इसके बाद संन्यासी चलने को हुए तो व्यक्ति ने कहा कि मैं भी आपके साथ चलूंगा । संन्यासी ने पूछा- तुम कहां तक चलोगे? व्यक्ति बोला-जहां तक आप जाएंगे।

संन्यासी ने कहा, मुझे तो खुद पता नहीं कि मैं कहां जा रहा हूं और अगला ठिकाना कहां होगा ? संन्यासी ने समझाया कि उसकी कोई मंजिल नहीं है । लेकिन वह अड़ा रहा, दोनों चल पड़े।

कुछ समय बाद व्यक्ति ने कहा-मन तो कहता है कि आपके साथ ही चलता रहूं लेकिन कुछ टंटा गले में अटका है, वह जान नहीं छोड़ता, आपकी ही तरह भक्तिभाव और तप की इच्छा है पर विवश हूं।

संन्यासी के पूछने पर उसने अपने गले का टंटा बताना शुरू किया, घर में कोई स्त्री और बच्चा नहीं है । एक पैतृक मकान है । उसमें पानी का कूप लगा है। छोटा बगीचा भी है । घर से जाता हूं तो वह सूखने लगता है । पौधों का जीवन कैसे नष्ट करूं ? नहीं रहने पर लोग कूप को गंदा करते हैं । नौकर रखवाली नहीं करते, बैल भूखे रहते हैं, बेजुबान जानवर है उसे कष्ट कैसे दूं

बहुत से संगी-साथी हैं जो मेरे नहीं होने से उदास होते हैं, उनके चेहरे की उदासी देखकर उनका मोह भी नहीं छोड़ पाता।

दादा-परदादा ने कुछ लेन-देन कर रखा था। उसकी वसूली भी देखनी है। नहीं तो लोग गबन कर जाएंगे। अपने नगर से भी प्रेम है। बाहर जाता हूं तो मन उधर खिंचा रहता है। अपने नगर में समय आनंदमय बीत जाता है लेकिन मैं आपकी तरह संन्यासी बनना चाहता हूं राह दिखाएं।

संन्यासी ने उसकी बात सुनी। फिर मुस्कराने लगे उन्होंने कहा-जो तुम कर रहे हो वह जरूरी है, तुम संन्यास की बात मत सोचो, अपना काम करते रहो। व्यक्ति उनकी बात समझ तो रहा था लेकिन उस पर संन्यासी बनने की धुन भी सवार थी।

चलते-चलते उसका नगर आ गया, उसे घर को देखने की इच्छा हुई, उसने संन्यासी से बड़ी विनती की-महाराज मेरे घर चलें, कम से कम १५ दिन हम घर पर रूकते हैं। सब निपटाकर फिर मैं आपके साथ निकल जाउंगा।

संन्यासी मुस्कुराने लगे और खुशी-खुशी तैयार हो गए, उसकी जिद पर संन्यासी रूक गए और उसे बारीकी से देखने लगे।

सोलहवें दिन अपना सामान समेटा और निकलने के लिए तैयार हो गए, व्यक्ति ने कहा-महाराज अभी थोड़ा काम बाकी है, पेड़-पौधों का इंतजाम कर दूं, बस कुछ दिन और रूक जाएं निपटाकर चलता हूं।

संन्यासी ने कहा-तुम हृदय से अच्छे हो लेकिन किसी भी वस्तु से मोह त्यागने को तैयार ही न हो, मेरे साथ चलने से तुम्हारा कल्याण नहीं हो सकता, किसी भी संन्यासी के साथ तुम्हारा भला नहीं हो सकता। उसने कहा-कोई है ही नहीं तो फिर किसके लिए लोभ-मोह करूं।

संन्यासी बोले-यही तो और चिंता की बात है, समाज को परिवार समझ

लो, उसकी सेवा को भक्ति। ईश्वर को प्रतिदिन सब कुछ अर्पित कर देना, तुम्हारा कल्याण ही इसी में हो जाएगा, कुछ और करने की जरूरत नहीं। वह व्यक्ति उनको कुछ दूर तक छोड़ने आया, विदा होते-होते उसने कहा कि कोई एक उपदेश तो दे दीजिए जो मेरा जीवन बदल दे। संन्यासी हंसे और बोले-सत्य का साथ देना, धन का मोह न करना। उन्होंने विदा ली।

कुछ साल बाद वह संन्यासी फिर वहां आए, उस व्यक्ति की काफी प्रसिद्धि हो चुकी थी, सभी उसे पक्का और सच्चा मानते थे, लोग उससे परामर्श लेते। छोटे-मोटे विवाद में वह फैसला देता तो सब मानते। उसका चेहरा बताता था कि संतुष्ट और प्रसन्न है।

संन्यासी कई दिन तक वहां ठहरे, फिर एक दिन अचानक तैयार हो गए चलने को।

उस व्यक्ति ने कहा, आप इतनी जल्दी क्यों जाने लगे, आपने तो पूछा भी नहीं कि मैं आपके उपदेश के अनुसार आचरण कर रहा हूं कि नहीं।

संन्यासी ने कहा, मैंने तुम्हें कोई उपदेश दिया ही कहां था ? पिछली बार मैंने देखा कि तुम्हारे अंदर निर्जीवों तक के लिए दया है लेकिन धन का मोह बाधा कर रहा था, वह मोह तुम्हें असत्य की ओर ले जाता था। हालांकि तुम्हें ग्लानि भी होती थी।

तुम्हारा हृदय तो सन्यास के लिए तैयार था, बीज पहले से ही पड़े थे, मैंने तो बस बीजों में लग रही घुन के बारे में बता दिया, तुमने घुन हटा दी और फिर चमत्कार हो गया, संन्यास संसार को छोड़कर ही नहीं प्राप्त होता, अवगुणों का त्याग भी संन्यास है।

हम सब में उस व्यक्ति की तरह सद्गुण हैं, जरूरत है उन्हें निखारने की, निखारने वाले की, अपने काम करने के तरीके में थोड़ा बदलाव करके आप चमत्कार कर सकते हैं। ■

हास्य का हसगुल्ला

प्रस्तुति : हेमु मोदी *(सुरत)*

टीचर : बेटा, बताओ जान कैसे निकलती है?

पप्पू : खिड़की से।

टीचर : क्या मतलब?

पप्पू : दीदी कल ही एक लड़के से कह रही थी- 'जान, खिड़की से निकल जाओ।'

❖ ❂ ❖

महिला : डॉक्टर साहब, मेरे पति नींद में बातें करने लगे हैं! क्या करूँ?

डॉक्टर : उन्हें दिन में बोलने का मौका दीजिए!

❖ ❂ ❖

रमेश ने शौख-शौख में व्रत रख लिया।

रमेश (पत्नी से) : देखो सूरज डूब चुका है, अब खाना खाते है।

पत्नी (रमेश से) : नहीं जी।

रमेश : देखो डूबा या नहीं?

पत्नी : नहीं जी !

रमेश : लगता है ये मुझे साथ लेकर ही डूबेगा।

❖ ❂ ❖

एक दिन की बात है। पप्पू अपने दोस्त के साथ सिनेमा हॉल में फिल्म देखने गया। फिल्म देखते-देखते बार बार टॉयलेट जाता, बैठता फिर जाता। अब उसके दोस्त को गुस्सा आ गया और वो पप्पू से बोला- साले तुझे चैन नहीं है क्या, जो बार बार जाता है ? पप्पू धीरे से बोला- चैन तो है पर खुल ही नहीं रही है यार !

❖ ❂ ❖

इसे कहते हैं स्मार्ट पति ! पति-पत्नी में झगड़ा हो रहा था।

पत्नी : मैं पूरा घर संभालती हूँ किचन संभालती हूँ, बच्चों को संभालती हूँ तुम क्या करते हो ?

पति : मैं खुद को संभालता हूँ, तुम्हारी नशीली आँखें देखकर!

पत्नी : आप भी ना ! चलो बताओ आज क्या बनाऊँ आपकी पसंद का? ■

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

तस्वीर बोल रही हैं जलाराम अन्नदानक्षेत्र की

श्रीमती मायाबेन और श्री रमेशभाई देढिया (भुजपुर) हरदम संस्था में ढाल बनकर गरीब निराधार कैंसरग्रस्त मरीज़ों के दूत बनकर जीवन ज्योत संस्था की ज्योत को जला कर रखा है ।
केन्सरग्रस्त मरीज़े शिघ्र स्वस्थ हो जाए एसी भावना के साथ श्री रमेशभाई प्रेमपूर्वक भोजन परोसते हुए दृष्टिमान हो रहे हैं ।

तस्वीर बोल रही हैं जीवन ज्योत वृद्धाश्रम की

जीवन ज्योत वृध्धाश्रम में बीमार बुजुर्ग भोजन कर रहे दृष्टिमान हो रहे हैं ।

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,

कौन बनेगा करोड़पति फेम

तस्वीर बोल रही हैं अनुकंपादान की

कैंसर जैसी भयानक बीमारी से ठीक हो गई महिला मरीज़ को आय का साधन उत्पन्न हो वह हेतु जीवन ज्योत संस्था द्वारा कालीन सिलाने का कार्य सिखाया जाता है । कैंसरग्रस्त महिला मरीज़ के हाथों रंगबेरंगी कालीन सीला कर फुटपाथ पर रहते हुए कैंसरग्रस्त मरीज़ को अर्पण कर रहे संस्था के संस्थापक एवं मेनेजींग ट्रस्टी श्री हरखचंदभाई सावला (बाडावाला) ।

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**