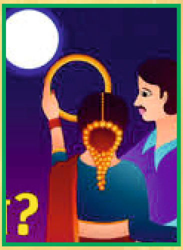
जीवनपथ हिन्दी

₹ 10/-



JEEVANPATH HINDI

Vol. No. 14, Issue No. 3 (₹ १०/– प्रचार के लिए) Mumbai, 15th October 2025

Website : www.jeevanjyot.in Total 36 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 है गांधी जयंती की

गांधीजी के सिद्धांतो को समर्पित जीवन ज्योत संस्था के कार्यालय में गांधी मंदिर की पूजा करते हुए जीवन ज्योत संस्था के संस्थापक और मेनेजींग ट्रस्टी श्री हरखचंदभाई सावला (बाडावाला) ।

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

मातुश्री देवकाबेन मुलजी कानजी गाला और श्रीमती नलिनीबेन वृजलाल गाला के स्मरणार्थे - गाम : दुर्गापुर (नवावास) - अंधेरी

तस्वीर बोल रही हैं अनुकंपादान की

सुनने की क्षमता में कमी से पीड़ित एक महिला को
उदार दाता की मदद से कान की मशीन (श्रवण यंत्र) दी गई।

जीवन ज्योत संस्था द्वारा एक अंध कैंसरग्रस्त मरीज को
निःशुल्क दवा दी गई।

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
दूरध्वनि:०२५७-२२२४१५६ 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 -बस श्याम नाम	७
व्यक्ति विशेष -एनरो रूबिक (१९४४)	९
सहानुभूति या समानुभूति	११
पथ के दावेदार	१२
पहचान	१७
काव्य	१८
माता का आदर्श	१९
सत्य कर्म और व्यवहार को तय करता है। ...	२२
मूरखराज	२६
स्वास्थ्यरक्षक व्यायाम 'स्वायसो'	३०
'सम्मोहक शक्ति' का रहस्य	३०
कैंसर का बचाव = कीमोप्रिवेंशन	३२
परहित का व्रत	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,

माँ का श्राद्ध

एक दोस्त हलवाई की दुकान पर मिल गया। अपने परिचित से कहा- ''आज श्राद्ध है, माँ को लड्डू बहुत पसन्द है, इसलिए लड्डू लेने आया हूँ।''

परिचित आश्चर्य में पड़ गया। अभी पाँच मिनिट पहले तो वो उसकी माँ से सब्जी मंडी में मिला था।

परिचित कुछ और कहता उससे पहले ही खुद उसकी माँ हाथ में झोला लिए वहाँ आ पहुँची। परिचित ने दोस्त की पीठ पर मारते हुए कहा- ''भले आदमी ये क्या मजाक है ? माँजी तो यह रही तेरे पास !''

दोस्त अपनी माँ के दोनों कंधों पर हाथ रखकर हँसकर बोला, ''भई, बात यूँ है कि मृत्यु के बाद गाय-कौवे की थाली में लड्डू रखने से अच्छा है कि माँ की थाली में लड्डू परोसकर उसे जीते-जी तृप्त करूँ। मैं मानता हूँ कि जीते जी माता-पिता को हर हाल में खुश रखना ही सच्चा श्राद्ध है।'' आगे उसने कहा, ''माँ को मिठाई,सफेद जामुन, आम आदि पसंद है। मैं वह सब उन्हें खिलाता हूँ। श्रद्धालु मंदिर में जाकर अगरबत्ती जलाते हैं। मैं मंदिर नहीं जाता हूँ, पर माँ के सोने के कमरे में कछुआ छाप अगरबत्ती लगा देता हूँ।

सुबह जब माँ गीता पढ़ने बैठती है तो माँ का चश्मा साफ कर के देता हूँ। मुझे लगता है कि ईश्वर के फोटो व मूर्ति आदि साफ करने से ज्यादा पुण्य माँ का चश्मा साफ करके मिलता है।''

यह बात श्रद्धालुओं को चुभ सकती है पर बात खरी है। हम बुजुर्गों के मरने के बाद उनका श्राद्ध करते हैं। पंडितों को खीर-पुरी खिलाते हैं। रस्मों के चलते हम यह सब कर लेते है, पर याद रखिए कि गाय-कौए को खिलाया ऊपर पहुँचता है या नहीं, यह किसे पता! ■

-: 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

अपने बूते अनंत काल मस्त रहना ही तो स्वतंत्रता है।

भजन

बस श्याम नाम

(तर्ज : मैं दुनिया तेरी...)

ऐसा समय आने वाला, बस इसका नाम रहेगा ।
दान किया जो श्री श्याम ने, ऐसा कौन करेगा ।।

अब ऐसा समय आ जाएगा, बस श्याम नाम रह जाएगा।
हर गांव-गांव और गली-गली, अपनी सरकार चलाएगा ।।

है ऐसा समय आने वाला, इसका डंका बजने वाला।
जो लिख देगा ये श्याम प्रभु, फिर उसको कौन मिटाएगा।
अब ऐसा समय आ जाएगा...

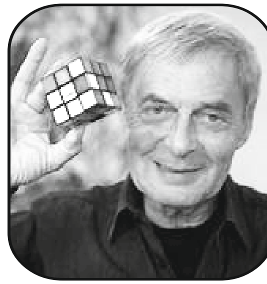
जो श्याम शरण में आएँगे, फिर कभी नहीं दुःख पाएँगे।
बाबा के हाथ बहुत लम्बे, भक्तों की लाज बचाएगा।
अब ऐसा समय आ जाएगा...

अब चाल समय की पहचानो, बाबा की हुकूमत को मानो ।
गर अब चूक गए मौका, फिर जीवन भर पछताएगा।
अब ऐसा समय आ जाएगा....

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

दाताओं के नाम	एरिया	योजना	रुपया
स्व. रीटा भावेश शाह के आत्मश्रेयार्थे			
ह. महेन्द्रभाई शामळदास 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/-
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. सरस्वतीबेन और स्व. रसीकलाल शाह (उनावा) के आत्मश्रेयार्थे			
ह. धवल शीरीष शाह	सायन	जीवदया	५००/-
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



एनरो रूबिक (१९४४)

बुडापेस्ट, हंगरी में जन्मे एनरो रूबिक के दिमाग़ में एक दिन यूँ ही एक विचार आया और उन्होंने एक खिलौना बना दिया। इस खिलौने में कई रंगों के ५४ छोटे-छोटे क्यूब थे, जिन्हें लगाकर एक बड़ा क्यूब बनाया गया था। इस क्यूब की ख़ासियत यह थी कि इसके सभी छोटे क्यूब घूम जाते थे, जिससे इसके रंगों का संयोजन बदल जाता था। चुनौती यह थी कि इसे ऐसी स्थिति में लाया जाए, ताकि क्यूब के सभी हिस्सों के रंग एक से हो जाएँ। इसे मैजिक क्यूब या रूबिक्स क्यूब कहा गया।

इस क्यूब के आविष्कारक रूबिक ने जब इसे पहली बार बनाया और घुमाया, तो उन्हें काफ़ी संतोष हुआ, लेकिन जब उन्होंने इसे दोबारा पुरानी स्थिति में लाने की कोशिश की, तो वे खुद ही चकरा गए। उन्होंने कहा, "मैंने क्यूबों को फिर से एक रंग में जमाने की कोशिश की। और उसी पल मेरे सामने एक बड़ी चुनौती आ गई । उन्हें जमाया कैसे जाए ?" रूबिक को जल्द ही पता चल गया कि क्यूब को इसकी मौलिक स्थिति में लाना आसान नहीं था। आखिर एक महीने में उन्होंने अपने क्यूब की गुत्थी सुलझा ली और पेटेंट ऑफ़िस की तरफ चल दिए। १९७७ में उन्हें पेटेंट मिला और धीरे-धीरे रूबिक्स क्यूब बनने लगे। शुरुआत में तो इसकी बिक्री धीमी रही, लेकिन तभी इस पर हंगरी के एक व्यवसायी टिबर लैक्ज़ी की नज़र पड़ी । जब उन्होंने कॉफी शॉप के एक वेटर को इससे खेलते देखा, तो वे इतने प्रभावित हुए कि अगले ही दिन उन्होंने रूबिक से मुलाक़ात की और इस क्यूब को पश्चिमी देशों में बेचने के अधिकार ले लिए।

लैक्जी ने १९७९ में क्यूब को न्यूरेमबर्ग टॉय फेअर में रखा, जहाँ ब्रिटिश खिलौना विशेषज्ञ टॉम क्रेमर को यह पसंद आ गया। क्रेमर ने आइडियल टॉय कॉरपोरेशन के सामने क्यूब ख़रीदने का प्रस्ताव रखा और दस लाख क्यूब्स

का ऑर्डर दे दिया। १९८० में क्यूब को लंदन, पेरिस, न्यूरेमबर्ग और न्यूयॉर्क के खिलौना मेलों में रखा गया। रूबिक्स क्यूब तत्काल लोकप्रिय हो गया । धड़ाधड़ ऑर्डर मिलने लगे, जिससे एक नई समस्या खड़ी हो गई, ऑर्डर इतने ज़्यादा थे कि इतनी बड़ी तादाद में क्यूब बनाना संभव नहीं था । बेतहाशा माँग को पूरा करने के लिए रूबिक्स क्यूब बनाने के लिए ताबड़तोड़ फैक्ट्रियाँ बनानी पड़ीं। यह क्यूब इतना लोकप्रिय हो गया कि १९८२ में ऑक्सफ़ोर्ड इंग्लिश डिक्शनरी में इसका नाम शामिल हो गया। इसकी अत्यधिक माँग के कारण नक़ली क्यूब भी बाज़ार में आ गए, जिस वजह से रूबिक्स क्यूब की बिक्री पर असर पड़ने लगा। लेकिन तब तक रूबिक मिलियनेअर बन चुके थे।

कभी डिज़ाइन के प्रोफेसर के रूप में हर महीने १५० डॉलर कमाने वाले रूबिक ने ५० करोड़ लोगों के दिमाग़ को चकराकर पैसे कमाए। इस खिलौने की ख़ासियत यह थी कि यह बाक़ी खिलौनों से हटकर था। यह बोलता नहीं था, सीटी नहीं बजाता था, गोली नहीं मारता था और इसमें बैटरियों की ज़रूरत नहीं पड़ती थी । इस सबके बावजूद वह दुनिया में सबसे तेजी से बिकने वाला खिलौना बन गया और शायद इतिहास की सबसे लोकप्रिय फज़ल भी । पाँच साल के बच्चों से लेकर विद्वान गणितज्ञ भी इसके आनंद में डूब जाते थे। यह खेल इतना लोकप्रिय हुआ कि इस पर पुस्तकें लिखी जाने लगीं। इस पर लगभग बारह भाषाओं में सौ से भी ज़्यादा पुस्तकें लिखी जा चुकी हैं । आज भी कई वेबसाइटों पर इसे हल करने की विधि मिलती है। इस एक खिलौने के आविष्कार के दम पर रूबिक हंगरी में मशहूर हो गए और अपने देश के सबसे अमीर व्यक्ति भी बन गए। ■

सहानुभूति या समानुभूति

रामकृष्ण परमहंस बहुविद् और बहुश्रुत संन्यासी थे। उन्होंने बाल्यकाल से ही गहन अध्ययन किया था । देशी-विदेशी चिंतकों दार्शनिकों का गहन मंथन भी उनके व्यक्तित्व और कृतित्व में झलकता था।

एक दिन उनसे मिलने आए कुछ लोगों से प्रसिद्ध दार्शनिक सात्र की चर्चा चल गई। परमहंस ने सात्र का एक वाक्य उद्धृत किया-

'दि अदर इज हैल' यानी द्वैत ही नरक है । यह तो खासा अद्वैतवाद था। थोड़ी देर बाद उन्हें नौका में बैठाकर यही भक्तगण उस पार ले जाने लगे। अचानक नाव में बैठे-बैठे परमहंस चिल्लाने लगे - ''मुझे मत मारो । मत मारो। क्यों मारते हो।''

सारे भक्त भौंचक्के होकर उनके पैर दबाने लगे और पूछने लगे, ''स्वामीजी! आपको कौन मार सकता है?'' परमहंस ने पीठ उघाड़ दी। वहाँ कोड़ों के निशान स्पष्ट थे। खून छलक आया था। भक्तगण घबरा गए। तभी नाव किनारे के पास पहुँच गई।

वहाँ कुछ मल्लाह एक मछुआरे को मार रहे थे। उसकी पीठ पर कोड़ों की मार के जो निशान बने, ठीक वैसे ही परमहंस की पीठ पर थे। भीड़ इकट्ठी हो गई। तय करना कठिन था कि चोट किसको ज्यादा है। मछुआरे को या परमहंस को ? निशान वही हैं लेकिन चोट तो परमहंस को ज्यादा लगी है।

मल्लाहों द्वारा मारे जाने पर मछुआरा तो विरोध कर रहा था, लेकिन परमहंस विरोध भी नहीं कर रहे थे। वे सिर्फ इतना कह रहे थे - ''मुझे मत मारो । क्यों मारते हो?''

जब उनके भक्तों ने उनकी पीठ पर कोड़े की चोटें देखकर गहन दुःख व्यक्त किया तब वे बोले कि देखो ! वह जो दार्शनिक सात्र की सूक्ति है कि दि अदर इज हैल। द्वैत ही नरक है। वह यही है । उसे मत मारो। यह द्वैत है। ऐसा कहकर सहानुभूति व्यक्त करते हैं। लेकिन, दूसरे को पिटता देखकर 'मुझे मत मारो' कथन अद्वैत है। यहां सहानुभूति यानी सिम्पैथी के बदले समानुभूति यानी एम्पैथी है। ■

कहानी

पथ के दावेदार

(गतांक से आगे) – **शरतचंद्र**

डॉक्टर ने आरामकुर्सी पर अच्छी तरह लेटकर अपने लम्बे पैर मेज पर फैला दिए और फिर आराम की सांस फेंककर बोल उठे - ''आह!''

भारती आश्चर्य से बोली - ''आप तो खूब सो रहे !''

डॉक्टर नाराज होकर बोले - ''क्यों, क्या मैं घोड़ा हूँ, जो जरा लेटते ही गठिया पकड़ लेगी? मुझे नींद आ रही है, तुम लोगों की तरह खड़े-खड़े मैं नहीं सो सकता।''

भारती ने कहा - ''खड़े-खड़े हम लोग भी नहीं सो सकते, लेकिन यदि कोई आकर कहे कि आप दौड़ते-दौड़ते सो सकते हैं तो मुझे उससे भी आश्चर्य न होगा। आपके इस शरीर से संसार में क्या नहीं हो सकता, यह तो कोई नहीं जानता, लेकिन समय हो गया, इस समय न चल देने से गाड़ी तो चली जाएगी।''

''चली जाने दो।''

''कैसे जाने दो?''

''ओह! बड़ी जोर से नींद आ रही है, भारती! आँखें नहीं खोल सकता।'' यह कहकर डॉक्टर ने दोनों आँखें बन्द कर लीं।

यह बात सुनकर भारती ने पुलकित चित्त से अनुभव किया कि केवल मेरे ही अनुरोध से आज उनका जाना स्थगित हो गया है। नहीं तो नींद तो दूर रही, बिजली गिरने की दुहाई देकर भी उनके संकल्प में बाधा नहीं दी जा सकती। उसने कहा - ''यदि सचमुच नींद ही आ रही हो तो ऊपर जाकर सो रहिए न।''

डॉक्टर ने आँखें बन्द किए ही पूछा - ''तुम्हारा अपना उपाय क्या होगा? अपूर्व की राह देखती हुई सारी रात बिता दोगी ?''

भारती बोली - ''मुझे क्या गरज, कोठरी में सो रहूँगी।''

डॉक्टर बोले - ''क्रोध करके लेटा जा सकता है, लेकिन सोया नहीं जा सकता। बिछौने पर पड़कर छटपटाते रहने से बढ़कर दूसरी कोई सजा नहीं होती। इससे तो यही अच्छा होगा कि तुम उसे ढूंढ़ लाओ मैं किसी से न कहूँगा।''

भारती का मुँह लाल हो उठा, कुछ देर तक मौन रहकर अपने को संभालकर बोली - ''अच्छा, डॉक्टर साहब, बिस्तर पर पड़कर छटपटाते रहने से बढ़कर और कोई सजा नहीं है यह बात आप कैसे जान गए?''

डॉक्टर बोले - ''लोग कहते हैं, वही सुनकर।''

''अपने अनुभव से कुछ भी नहीं जानते ?''

डॉक्टर बोले - ''बहन, हम अभागों को तो बिस्तर भी सोने के लिए नहीं मिलते, फिर छटपटाना कैसा? इतनी बाबूगीरी के लिए फुरसत कहां ?''

भारती बोली - ''अच्छा डॉक्टर साहब, सब लोग कहते हैं कि आपमें क्रोध है ही नहीं क्या यह बात सच है?''

डॉक्टर बोले - ''सच? कभी नहीं, कभी नहीं ! लोग झूठ कहते हैं। वे मुझे देख नहीं सकते।''

भारती हंसकर बोली - ''या बहुत अधिक प्यार करते हैं? वे तो यह भी कहते हैं कि न आपमें मान-अभिमान है, न दया-माया है, हृदय बिल्कुल आदि से अन्त तक पत्थर-सा हो गया है!''

डॉक्टर बोले - ''यह भी अत्यन्त प्यार की बात है। इसके बाद ?''

भारती बोली - ''इसके बाद, उस प्रस्तर मूर्ति पर केवल एक चीज खुदी है- जन्मभूमि ! उसका आदि नहीं, अन्त नहीं, क्षय नहीं उसकी भयानक मूर्ति हम लोगों को दिखाई नहीं देती, इसलिए हम लोग आपके पास रह सकते हैं, नहीं तो...।'' कहते-कहते वह अकस्मात रुक गई, फिर बोली - ''कैसे बता दूँ डॉक्टर साहब, एक दिन जब मैं सुमित्रा बहन के साथ बर्मा आयरन कम्पनी

के कारखाने के पास जा रही थी, उस दिन वहां उनके बॉयलर की परीक्षा हो रही थी, लोग खड़े-खड़े तमाशा देख रहे थे। काले पहाड़ की भांति वह एक प्रचण्ड जड़-पिण्ड से अधिक और कुछ भी नहीं था। अचानक उसका एक दरवाजा खुल जाने पर ऐसा मालूम हुआ, मानो उसके भीतर आग का तूफान उठ रहा हो। वहां इस पृथ्वी को उलटकर डाल देने से मानो उसे भी वह जलाकर क्षण-भर में भस्म कर डालेगा ! मैंने सुना है कि वह अकेला ही उस विशाल कारखाने को जला सकता है। दरवाजा बन्द हो गया, वह पूर्ववत शान्त जड़-पिण्ड बन गया, उसके भीतर का प्रकाश कुछ भी बाहर नहीं रह गया। सुमित्रा बहन के मुँह से गहरी सांस निकल पड़ी।

मैंने आश्चर्य में पड़कर पूछा - ''क्या बात है बहन?''

सुमित्रा ने कहा - ''इस भयंकर यन्त्र को याद रखना भारती, इससे तुम अपने डॉक्टर साहब को पहचान सकोगी। यही है उनकी यथार्थ प्रतिमूर्ति । यह कहकर भारती क्षणकाल तक डॉक्टर की तरफ देखती रह गई।''

डॉक्टर ने अन्यमनस्क की तरह मुस्कराते हुए कहा - ''सभी लोग क्या मुझे प्यार ही करते हैं? लेकिन नींद के मारे तो आँखों से अब कुछ देख भी नहीं सकता, भारती, कुछ उपाय करो! लेकिन इसके पहले वह आदमी कहां चला गया इसका एक बार पता नहीं लगाओगी?''

''लेकिन आप यह बात किसी से कह नहीं सकते।''

''नहीं! लेकिन मुझसे लज्जा करने की आवश्यकता नहीं है?''

''नहीं ! मनुष्य से ही मनुष्य को लज्जा होती है।'' यह कहकर वह लालटेन लेकर बाहर गई और करीब पन्द्रह मिनट में आकर बोली - ''अपूर्व बाबू चले गए।''

डॉक्टर आश्चर्य से बोले - ''इतने अंधेरे में अकेले ?''

''यही मालूम होता है।''

"आश्चर्य है!"

भारती बोली - "मैंने आपके लिए बिछौना ठीक कर दिया।"

"और तुम?"

"मैं फर्श पर एक कम्बल डालकर सो रहूँगी।"

डॉक्टर बोले - "अच्छा चलो। लज्जा मनुष्य मनुष्य से करता है-मैं तो पत्थर ठहरा।"

ऊपर के कमरे में डॉक्टर सो रहे, भारती ने फर्श पर बिस्तर बिछा लिया। डॉक्टर उसे देखकर बोले - "सब लोग मिलकर इस तरह मेरी उपेक्षा करते हैं तो मेरे आत्म सम्मान को चोट लगती है।... यानी मुझसे कोई भय नहीं है?"

भारती बोली - "एक बूंद भी नहीं ! आपसे किसी का लेशमात्र भी अकल्याण नहीं हो सकता।"

डॉक्टर हंसकर बोला - "अच्छा, किसी दिन पता चल जाएगा।"

बिछौने पर लेटकर भारती ने पूछा, "आपका सव्यसाची नाम किसने रखा था, डॉक्टर साहब?"

डॉक्टर हंसकर बोले - "यह नाम दिया है पाठशाला के पण्डित जी ने । उनके यहां एक बहुत ऊंचा आम का पेड़ था। उसका आम केवल मैं ही ढेले मारकर गिरा सकता था। एक छत से कूदने पर मेरा दायां हाथ मोच खा गया। डॉक्टर ने आकर उस पर पट्टी बांधकर उसे मेरे गले से लटका दिया। यह देखकर सभी हाय हाय करने लगे, लेकिन पण्डित जी ने खुश होकर कहा - "जाने दो, ढेले की चोट खाने से मेरे ये आम तो बच गए। पकने पर शायद दो-चार मुँह में डाल तो सकूँगा।"

भारती बोली - "आप बड़े दुष्ट थे?" (क्रमशः) ■

जलाराम अन्नदानक्षेत्र

दाताओं के नाम	एरिया	रुपए
❖ आदर्श नगर सार्वजनिक गणेशोत्सव मंडल	वर्ली	४४,०००/-
❖ सुशील बलवंत लोके की पुण्यस्मृति पर ह. बिपीन सुशील लोके	दादर	७,०००/-
❖ सुरेश दोंडीराम जाधव	दादर	७,०००/-
❖ रुजुल हिंडालेकर के १५वे जन्मदिन पर ह. उमेश आर. हिंडालेकर	विक्रोली	४,०००/-
❖ अनिल किशोरलाल पाटोडिया	वडाला	४,०००/-
❖ पिताश्री के जन्मदिन के अवसर पर ह. आरती तुषार थोसार	परेल	४,०००/-
❖ स्व. सतीशचंद्र गौतम की पुण्यतिथि पर ह. शशी गौतम	घाटकोपर	४,०००/-
❖ स्व. संजय पाटील के जन्मदिन पर ह. प्रिया खोट	शिवरी	४,०००/-
❖ हर्षद मनोहर पाटनकर की पुण्यतिथि पर ह. सानिका हर्षद पाटनकर	कोटनग्रीन	२,०००/-

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।

पहचान

नूतन देवी को अचानक दिल का दौरा पड़ा और उनकी मृत्यु हो गई। जब मौत के फरिश्ते ने उन्हें भगवान के सामने पेश किया तो उन्होंने उनका खाता देखते ही कहा कि इन्हें तो अभी एक साल और जीना है। फरिश्ता नूतन को तुरंत धरती पर वापस छोड़ गया। नूतन ने सोचा कि अब प्लास्टिक सर्जरी की मदद से मैं अपनी शक्ल बिलकुल पड़ोसन जैसी करवा लेती हूँ। फिर तो मौत का फरिश्ता मुझे कभी पहचान ही नहीं पायेगा। नूतन ने डॉक्टर से सलाह-मशविरा करने के बाद अपनी शक्ल और बालों का स्टाइल बिलकुल अपनी पड़ोसन जैसा बनवा लिया। जब वह अपने चेहरे की पुनर्सज्जा (फेसलिफ्ट) करवाकर अस्पताल से निकली तो एक तेज़ आती हुई गाड़ी ने इतनी जोर से टक्कर मारी कि नूतन देवी की उसी पल मौत हो गई। मरने के तुरंत बाद उन्होंने भगवान से शिकायत करते हुए कहा कि अभी कुछ दिन पहले ही तो आपने कहा था कि मेरे जीवन का अभी एक साल बाकी है। भगवान ने कहा कि असल में तुम्हारी पड़ोसन का आज धरती पर समय पूरा हो गया था। तुम्हारी इस बदली हुई शक्ल के कारण फरिश्ते ने तुम्हें पहचाना नहीं और गलती से तुम्हें यहां ले आया है।

नूतन देवी ने कहा कि क्या मैं एक बार अपनी बेटी से बात कर सकती हूँ। भगवान ने कहा कि वैसे तो यह मुमकिन नहीं होता, लेकिन फरिश्ते की भूल के कारण मैं तुम्हें एक मौका दे सकता हूँ। नूतन देवी ने बेटी से बात करते हुए कहा कि अब तुम इस दुनिया में अकेली हो, इसलिये मेरी बात गौर से सुनो, ''बेटी हर व्यक्ति के हालात अलग किस्म के होते हैं। इसलिये यह जरूरी नहीं कि किसी कामयाब व्यक्ति की नकल करके हम भी सफल हो जायेंगे। किसी दूसरे की नकल करने से नहीं, बल्कि अपनी अलग पहचान बनाने से ही हम अपनी छवि को सुधार सकते हैं। जब तक हमारी अपनी पहचान नहीं

बनती, न तो हमें संतुष्टि मिलती है और न ही खुशी । कभी किसी पड़ोसी या ख्यातिप्राप्त व्यक्ति की नकल करके हम जाने-अनजाने में अपना ही बुरा कर बैठते हैं। इससे हमारी अपनी पहचान सदा के लिये खत्म हो जाती है।''

भगवान के घर से आती हुई इस आवाज़ को सुनकर जौली अंकल ने भी यह निश्चय कर लिया है कि आज से अपने आत्मसम्मान को जगाने के लिये नकल को छोड़कर सारा ध्यान अपनी पहचान बनाने पर ही केंद्रित करेंगे। ■

काव्य

हिलता रहा मन, फिर भी
मौन रहे हम, हिले नहीं,
गैर कह दिया, जिसको घरवाली ने
उन अपनों से, हम मिले नहीं ।
राज फिर भी नहीं चला
तो भी अपनी ही चलाई,
शपथ अपनी खिला कर
अपने मन की कराई।
जड़ घर की खोदने लगी
खुद अपनी ही घरवाली
करनी थी, जिसको घर की रखवाली।
हारे नहीं फिर भी हम किसी से,
हार ही शर्मिन्दा है, आज हम से।
माना, बूढ़ा हो गया था, मन और शरीर,
किन्तु डरा नहीं, बन्दा तो फिर भी जिन्दा है।
इमारत लगी गिरने दीवारें लगी खिसकने
तभी दुनिया वाले ईंटें इसकी लगे बेचने ।
रिश्तेदार भी, धृतराष्ट्र नहीं दृष्टिधारी हैं
छोटी-छोटी खाकर सबकी,
कहलाते शाकाहारी हैं।
प्रस्थान शीघ्र हो इन नाते रिश्तेदारों का,
जिसके ये पूरे अधिकारी हैं,
ताकि घर मेरा कुछ तो बच जाये,
उन लोगों से, जो बुरी नजर धारी हैं।
फिर बच जायगा, मेरा अपना घर,
छोटा सा, प्यारा सा, सपनों सा सुन्दर,
ताकि उम्र भर, कोई ना लगाये नजर । ■

माता का आदर्श

सुलह के प्रयत्न निष्फल होने पर कृष्ण ने दुर्योधन के समक्ष पांडवों को केवल पाँच गाँव देने का प्रस्ताव रखा, किन्तु दुर्योधन ने उसे ठुकराकर स्पष्ट रूप से कहा कि 'वह पाँच गाँव तो क्या, सुई की नोंक के बराबर भी भूमि न देगा।' कृष्ण निराश होकर कुन्ती के पास गये।

कृष्ण से सारा वृतांत सुनकर कुन्ती निरुत्साहित नहीं हुई । वीरप्रसूता जननी और तेजस्विनी क्षत्राणी की तरह वह कृष्ण से बोली, ''हे कृष्ण, युधिष्ठिर से कहना कि वह क्षत्रिय-धर्म के अनुसार युद्ध करे । युद्ध अवश्यम्भावी है, अतः मृत्यु की परवाह न कर वह अत्याचारी को जड़ उखाड़ फेंके। राष्ट्र के आधार धर्म की रक्षार्थ जूझ मरने के लिये तुम अर्जुन और भीम से भी कहना और मेरा सन्देश देना कि क्षत्राणी जिस दिन के लिये पुत्र की कामना करती है, धर्म और कर्त्तव्य की वेदी पर आत्म-त्याग करने का वह दिन अब आ पहुँचा है। आड़े समय में वीर पुरुष कमर कसकर विपत्तियों से भिड़ जाया करते हैं - शिथिल नहीं होते।

''कहना कि विदुला का पुत्र जब युद्ध में पराजित हो अपनी माता के पास मुँह छिपाने आया था, तब उसने उसे प्रोत्साहित करके फिर युद्ध करने भेजा था और युद्ध में उसके द्वारा वीरगति प्राप्त करने पर परम सन्तोष के साथ एक क्षत्रिय माता का धर्म निवाहा था। मैं भी उसी प्रकार अपने पुत्रों का अन्याय और अत्याचार के विरुद्ध लड़कर मरना अधिक पसन्द करूँगी, न कि उनका कायरतापूर्वक जीवित रहना।''

कर्मयोगी कृष्ण कुन्ती के इन उत्साहभरे वचनों से इतने प्रभावित हुए कि इसे ही उन्होंने गीता के कर्मयोग का आधार बनाया। ये वचन आज की माता के लिये भी निस्संदेह उपादेय हैं। ■

गत महीने की संस्था की गतिविधियाँ

- अन्नक्षेत्र में भोजन के १७ तथा हल्दी दूध के ९ कार्ड बनाए।
- १५३ कैंसरग्रस्त परिवारों को अनाज वितरित किया गया ।
- प्रतिदिन ७२३ मरीज़ों को फल दिया गया ।
- ४ मरीज़ों को रक्त के लिए सहायता प्रदान की गई।
- ८ मरीज़ों के रहने की व्यवस्था की गई।
- ७ 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 ९,८३,२००/- रु. की दवाएँ दी गई ।
- अन्य मरीजों को ३,७१,३४०/- रु. की दवाएँ दी गई ।
- १९ घायल पशु-पक्षीओं को ईलाज के लिए अस्पताल पहुँचाया गया ।
- पशु-पक्षीओं के ईलाज के लिए रु. ४,८९,४०३/- की दवाएँ दी गई ।
- अपंग व्यक्तिओं को ३ वोकर, १ वॉकिंग स्टीक, ४ कमोड चेअर, ३ व्हिलचेअर, ४ पलंग, २ ऑक्सिजन मशीन और ४ ऑक्सिजन सिलेण्डर दिए गये।
- ३ कैंसरग्रस्त मरीज़ों की फाईल बनाई गई ।
- २७ 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 ३ 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।

पैर का घाव नीम का छिलका घिसकर लगाने से ठीक

''घांचियों के मन्दिर का पुजारी एक, घरबारी साधु था। उसके पैर में गम्भीर फोड़ा हो गया था । उसने, वैद्य डाक्टरों से अपना इलाज करवाया परन्तु ठीक नहीं हुआ। आखिर डाक्टरों ने कहा कि पैर कटवाना ही पड़ेगा तभी ठीक होगा। उसने कहा पैर तो मैं नहीं कटवाता । एक रोज स्वतः ही वह मेरे पास आ निकला और मुझसे कहने लगा कि आप मेरा पैर किसी तरह से ठीक कर दें तो जिन्दगी भर आपके अहसान को न भूलूँगा। मैंने कहा कि मैं तो न वैद्य हूँ न डाक्टर-हकीम हूँ यह काम तो उनका है। उसने कहा डाक्टर वैद्यों से तो निराश होकर आपकी शरण में आया हूँ। मैंने कहा फिर मैं कौन सा धन्वन्तरि या अश्विनी कुमार वैद्य हूँ जो तेरे पैर को अच्छा कर दूँ। उसने कहा जो कुछ आप अपने आप हाथ से दें या बता दें उससे ही मेरा पैर ठीक हो जाएगा। उसका ऐसा दृढ़ विश्वास देखकर मैंने कहा कि यह नीम नारायण है। इसमें सब प्रकार के रोग नाश करने की शक्ति है। इसके छिलकों की अंतरछाल पानी के साथ पत्थर पर घिस कर दिन में तीन-चार बार लगाया कर, आराम होना न होना तेरे प्रारब्ध पर निर्भर है, परन्तु मैंने सुना हैं कि नीम ऐसे रोगों की परमौषधि है। मेरे कहने के अनुसार नीम का छिलका लगाने से थोड़े दिनों के अन्दर उसके पैर का घाव भरकर ठीक हो गया। इसी तरह एक गरीब मनुष्य ने अपना नासूर नीम के पत्तों के पानी से धोकर तेल हल्दी का फोया बांध कर अच्छा कर लिया।'' ■

- होठों की हँसी को मत समझ हक़ीक़त ए-जिंदगी, दिल की गहराई में उतर के देख हम कितने उदास हैं ।
- जीवन में विपत्ति आना पार्ट ऑफ़ लाइफ है; विपत्ति में भी मुस्करा कर शांति से बाहर निकलना आर्ट ऑफ़ लाइफ है ।

सत्य कर्म और व्यवहार को तय करता है।

मानव मस्तिष्क और तंत्रिका तंत्र इस तरह बनाया गया है, ताकि परिवेश की समस्याओं और चुनोतियों पर अपने आप उचित प्रतिक्रिया कर सके। मिसाल के तौर पर, जंगल में जब किसी इंसान के सामने अचानक एक डरावना भालू आ जाता है, तो उसे रुककर यह सोचने की ज़रूरत नहीं होती कि जान बचाने के लिए क्या करना होगा । उसे डरने का निर्णय लेने की जरूरत नहीं होती। डर की प्रतिक्रिया स्वचलित और सही है। सबसे पहले तो इसकी वजह से वह भागना चाहता है । डर उसके शरीर के मेकेनिज़्म को प्रेरित कर देता है, जो उसकी मांसपेशियों की, 'शक्ति बढ़ा' देते हैं, ताकि वह पहले से भी ज़्यादा तेजी से भाग सके। उसके दिल की धड़कन तेज़ हो जाती है । एड्रीनलिन नामक शक्तिशाली मांसपेशी उद्दीपक रक्तधारा में पहुँच जाता है। दौड़ने के लिए जिन शारीरिक कार्यों की आवश्यकता नहीं है, वे सब बंद कर दिए जाते हैं । पेट कार्य करना बंद कर देता है और सारा उपलब्ध रक्त मांसपेशियों तक पहुँच जाता है । साँस ज़्यादा तेज़ हो जाती है और मांसपेशियों तक पहुँचने वाली ऑक्सीजन की आपूर्ति कई गुना बढ़ जाती है।

ज़ाहिर है, यह सब बिलकुल भी नया नहीं है। हममें से अधिकतर को यह बात हाई स्कूल में ही पता चल गई थी। बहरहाल, हम यह इतनी जल्दी नहीं समझ पाए कि जो मस्तिष्क और तंत्रिका तंत्र परिवेश के प्रति स्वचलित प्रतिक्रिया करते हैं, ये वही मस्तिष्क और तंत्रिका तंत्र हैं, जो हमें बताते हैं कि परिवेश क्या है । भालू के सामने आने पर मनुष्य की प्रतिक्रियाओं को आम तौर पर विचारों के बजाय 'भावना' के कारण माना जाता है। बहरहाल, यह बाहरी जगत से प्राप्त और मस्तिष्क द्वारा मूल्यांकित विचार जानकारी थी, जिसने तथाकथित 'भावनात्मक प्रतिक्रियाओं' को चिंगारी दी थी। इस तरह देखा जाए, तो बुनियादी तौर पर भावना नहीं, बल्कि विचार या विश्वास ही वास्तविक कारण था, जो परिणाम के रूप में मिला। संक्षेप में पीछा करने वाले व्यक्ति ने उसी तरह प्रतिक्रिया की, जिस तरह वह परिवेश को देखता था, उसके होने पर यकीन करता था, उसकी कल्पना करता था। परिवेश से हम तक आने वाले संदेश विभिन्न इंद्रियों

के स्नायु आवेग होते हैं । इन स्नायु आवेगों को मस्तिष्क में पढ़ा जाता है। वहाँ इनकी व्याख्या और मूल्यांकन किया जाता है। इसके बाद विचारों या मानसिक छवियों के रूप में हमें जानकारी दी जाती है। अंतिम विश्लेषण में हम मानसिक छवियों पर ही प्रतिक्रिया करते हैं।

ग़ौर करें कि मैंने विचार किया, विश्वास किया और कल्पना की शब्दावलियों का इस्तेमाल पर्यायवाची के रूप में किया है । आपके पूरे तंत्र को प्रभावित करने के मामले में वे एक ही हैं।

चीजें सचमुच जैसी होती हैं, उसके अनुसार आप कार्य नहीं करते और न ही महसूस करते हैं। आप तो मानसिक छवि के अनुसार कार्य करते और महसूस करते हैं, जो बताती है कि स्थितियाँ कैसी हैं । आपके दिमाग में अपनी, अपने संसार और अपने आस-पास के लोगों की कुछ मानसिक छवियाँ होती हैं और आप उन छवियों को सच, वास्तविक मानकर व्यवहार करते हैं। आप वास्तविकता के नहीं, बल्कि वास्तविक मानी गई छवियों के अनुरूप व्यवहार करते हैं।

मिसाल के तौर पर मान लें कि जंगल में जाने वाले आदमी को असली का भालू नहीं मिलता, बल्कि भालू के वेश में कोई फ़िल्म अभिनेता मिलता। तब क्या होता ? देखिए, अगर वह उस अभिनेता को भालू मान लेता और इस बात पर विश्वास कर लेता, तो उसकी भावनात्मक और तंत्रिका तंत्र की प्रतिक्रियाएँ हूबहू वही होतीं। या मान लें कि उसे कोई बड़ा झबरीला कुत्ता मिलता, जिसे वह अपनी डर से भरी कल्पना के चलते ग़लती से भालू मान लेता। एक बार फिर, वह अपने आप उसी पर प्रतिक्रिया करता, जिसे वह खुद के और अपने परिवेश के संबंध में सच मानता है।

इससे यह पता चलता है कि अगर खुद के बारे में हमारे विचार और मानसिक छवियाँ विकृत या अयथार्थवादी हैं, तो हमारे परिवेश पर हमारी प्रतिक्रिया भी उतनी ही अनुचित होगी।

क्या ये कारण उत्पन्न करने वाले घटक बदल सकते हैं ?

निश्चित रूप से । जातिवादी लोगों द्वारा जान-बूझकर अलग-थलग किए

हुए परिवेश में पले बच्चे के बारे में सोचें। बच्चा श्वेत श्रेष्ठता के हिमायती परिवार में पैदा हो सकता है, जिसका दृढ़ विश्वास है कि अश्वेत 'गंदे,' बुरे और उनके हितों के लिहाज से ख़तरनाक लोग होते हैं । या फिर वह बच्चा अश्वेत परिवार का हो सकता है, जो श्वेत लोगों से इतनी ही नफ़रत करता हो। दोनों में से चाहे जो भी स्थिति हो, बच्चे की प्रोग्रामिंग कुछ विश्वासों से हो जाती है, जो उसके व्यवहार को नियंत्रित करेंगे । अपनी कल्पना में वह कुछ सत्यों का निर्माण कर लेता है, जिन्हें बड़े होने पर बदलना बहुत मुश्किल होगा। कुछ लोग अपने जीवन में किसी बिंदु पर अपनी मान्यताओं और व्यवहार में १८० डिग्री का परिवर्तन कर लेते हैं। इन दिनों यह मुठभेड़नुमा डे टाइम टीवी टॉक शो का एक लोकप्रिय हिस्सा भी बन चुका है। इंसान कैसे बदलता है? अपनी पारिवारिक परवरिश से अधिक व्यापक और अधिक भिन्न जीवन के अनुभव द्वारा । समाज के दबाव द्वारा । जिस जाति से नफ़रत की प्रोग्रामिंग है, उसके लोगों की मित्रता द्वारा । चाहे इनमें से कोई भी कारण हो, वह इस मान्यता को चुनौती देता है कि जिसे उसने सच माना था, वह एक भ्रम पर आधारित था और उस सत्य की जगह पर वह दूसरे सत्य को रख देता है।

अब उस बच्चे के बारे में सोचें, जो ग़रीब परिवार में पला है, जिसमें रहने वाले लोग गहराई से यक़ीन करते हों कि उनकी दुखद परिस्थितियाँ बुरे अमीर लोगों और भ्रष्ट सरकार का दोष हैं। मान लें, ये लोग बच्चे की प्रोग्रामिंग वर्गसंघर्ष के विचारों से लगातार करते हों और जोर देते हों कि वे चाहे कुछ कर लें, जिंदगी में आगे नहीं बढ़ सकते। यह सच्चाई उस बच्चे की शैक्षणिक उपलब्धियों के रास्ते का रोड़ा बन सकती है, उसे कॉलेज से दूर रख सकती है, उसे फैक्ट्री या कोयले की खदान के करियर में अपने पिता का अंधानुकरण करने के लिए प्रेरित कर सकती है । (देखिए, मुझे लगता है कि, ''कोयले की खदान'' कहने वाली बात से आपको मेरी उम्र समझ आ रही होगी।) आज भी ग़रीबी को ''तथ्य'' के रूप में स्वीकार करने का बुनियादी रास्ता कई लोगों में प्रचलित है । लेकिन मिसाल के तौर पर कोई व्यक्ति ऐसी पृष्ठभूमि से निकलकर बेहद सफल उद्यमी कैसे बनता है? उन पुस्तकों से जिन्हें वह पढ़ता है, उन लोगों से जिन्हें वह टेलीविज़न पर देखता है, किसी मार्गदर्शक के प्रभाव से, जीवन

अनुभवों से, जो एक या दूसरी तरह से उसकी मानी हुई सच्चाई को चुनौती देते हैं, यह खोजने से कि उसकी पुरानी मान्यता भ्रम पर आधारित थी और उस सच्चाई की जगह पर दूसरी सच्चाई को रखकर।

मैंने पहले नाइट्स ऑफ़ स्पैनिश हार्लेम का ज़िक्र किया था, जो सड़क के आवारा बच्चों से चेस चैंपियन में बदल गए। वे संभावित अपराधियों से आदर्श नागरिक बन गए। आज वे डॉक्टरों, वकीलों और व्यवसायियों के वयस्क करियर में हैं। इसी तरह आप भी अपनी आत्म छवि बदलकर इसे नई सच्चाई प्रदान करके किसी भी चीज़ से किसी भी चीज़ में बदल सकते हैं।

मोटे और थुलथुल से फ़िट व मजबूत । संकोची और शर्मीले से आत्मविश्वासी तथा दबंग । फूहड़ और लापरवाह से सक्षम तथा मनोहारी । नए प्रमाण आत्म-छवि को विश्वास दिलाते हैं, चाहे ये वास्तविक, अनुभवजन्य प्रमाण हों और/या सजीव कल्पना, कृत्रिम प्रमाण और/या दूसरे प्रामाणिक प्रभावकर्ताओं की दी जानकारी हो। बदले में यह आपके सर्वो-मेकेनिज़्म को उचित नए आदेश प्रसारित करता है और एक नया सत्य अस्तित्व में आ जाता है, एक नई वास्तविकता का निर्माण होता है। ■

मानवता के साद को मिला हुआ प्रतिसाद

नाम	एरिया	रुपया
☆ जयश्री नविन जैन	मुलुंड	२५,०००/-
☆ अनुकंपा फाउन्डेशन	बेंग्लोर	६,०००/-
☆ रविन्द्र पोरे	भायखला	४,०००/-
☆ शामसुंदर सीताराम नेवरेकर	वडाला	२,०००/-
☆ शिवाली चंद्रकांत जंगम	परेल	१,५००/-
☆ संकेत ललित छाजेड	परेल	१,००१/-
☆ मनोहर विनायक जोगलेकर	बोरीवली	५००/-
☆ वीणा विनय सावंत	परेल	५००/-
☆ दर्शना तुषार कोठारे	परेल	५००/-

कहानी

मूरखराज

(गतांक से आगे)

"अजी मैंने सुना है कि तुम रोगों में आराम कर देते हो । बड़ी दया होगी कि अगर आप मेरे इस हाथ को आराम पहुँचा दें। मुझसे इस हाथ की वजह से कुछ भी नहीं होता।"

"अच्छी बात है।"

इतना कहकर बाकी बची जड़ी उसने निकाली और भिखारिन को दे दी। कहा - "लो इसे खा लो।"

जड़ी को मुँह के नीचे उतारते हि कि भिखारिन अच्छी भली हो गई। अब वह पहले की तरह अच्छी हो गयी थी और हर काम करने के लायक हो गई थी। इतने में ही अन्दर से प्यारे के मां-बाप भी राजा के यहां साथ चलने के लिए बाहर आए।

उन्हें बाहर आकर पता चला कि इस मूरख ने उस जड़ी को गंवा दिया। अब राजा की बेटी को कैसे आराम होगा?

वह दोनों प्यारे को खूब झिड़कने लगे । बोले - "एक भिखारिन पर दया करते हो। भला राजा की बेटी का तुम्हें ख्याल नहीं है। अब उसकी बीमारी को कैसे ठीक करोगे?"

प्यारे के मन में राजा की बेटी के लिए भी बड़ा दुःख था । इसलिए बैलगाड़ी जोत, पुआल से उसकी बैठक मुलायम बनाकर फिर उस पर सवार होकर प्यारे चल दिया।

मां-बाप ने पूछा - "अरे प्यारे, अब कहां चल पड़े? हमें कुछ बताकर तो जाओ कहां जा रहे हो?"

"क्यों, राजा की बेटी का औगुन हरने जा रहा हूँ।" वह जाते-जाते ही बोला और आगे बढ़ गया।

"बड़ा जा रहा है, अरे तेरे पास अब जड़ी कहां रह गई है, बेवकूफ।" पिता ने कहा।

"कोई बात नहीं । देखा जाएगा।"

इतना कहकर वह गाड़ी हांकता आगे बढ़ गया।

फिर वह चलता चलता राजा के महल में आया, मगर महल की देहली पर उसका पांव रखना था, कि राजकन्या को एकदम आराम हो गया । वह उठकर बैठ गई। राजा उस पर बड़ा खुश और हैरान हुआ । प्यारे का आदर-सत्कार किया और कीमती कपड़े दिए।

बोला - "अब तुम ही मेरे जमाई हो।"

"अच्छी बात है।" प्यारे ने कहा।

फिर राजकुमारी का मूरख के साथ विवाह हो गया। उसके थोड़े अरसे बाद राजा का देहान्त हो गया और मूरख ही राजा बना । इस प्रकार अब तीनों भाई राजा बन गए।

तीनों अपने-अपने राज्य में राज करने लगे । जेठा बलजीत खूब कामयाब हुआ। उसने अपने राज्य का विस्तार कर लिया। जादू के सिपाही तो थे ही, इसके अलावा भी उसने भर्ती किए।

सारे राज्य में दस घर पीछे एक सिपाही देने का हुक्म था । उसका अच्छा कद हो और बदन से हट्टा-कट्टा भी । ऐसे जवानों की बहुत बड़ी फौज उसने खड़ी की, और सबको कवायद सिखाई। कोई विरोध में चूं भी करता तो झट बलजीत अपनी फौज भेज देता।

इस प्रकार वह अपनी मनमानी करने लगा और आस-पास के राजा उसका डर मानने लगे। उसकी जिस चीज पर भी नज़र पड़ती और जो भी चाहता, वही उसका था, क्योंकि यह सिपाही थे और वह मनचाही चीज़ जीतकर उसको ला सकते थे।

धनवीर वैश्य भी अपने आनन्द से रहता था । प्यारे सिंह से जो रकम उसने प्राप्त की थी, उसमें से उसने रत्ती भर भी खर्च नहीं किया था, बल्कि उस दौलत को खूब बढ़ा-चढ़ा लिया था।

अपने राज्य में अपने अमन और चैन का दौर डाल लिया था। पैसा खजाने में जमा रखता था, ऊपर से लोगों से कर भी उगाहता था । चुंगी कर उसने जारी किया था और सड़क पर चलने या गाड़ी ले जाने का भी टैक्स डाला था कपड़ा लत्ता और सामान रसद इस प्रकार की चीज़ों पर भी टैक्स था । जो वह चाहता, उसे सुलभ हो जाता था। पैसे की खातिर लोग सब कुछ उसे ला देते थे । और खुद गुलामी को राजी थे क्योंकि हर किसी को पैसे की चाहत थी।

उधर उस मूरख प्यारे की भी हालत बुरी नहीं थी। ससुर का क्रियाकर्म करने के बाद उसने क्या किया कि सारी राजकीय पोशाक ली, और बीवी से कहा - ''इसे बक्सों में बन्द करके रख दो।''

उसने वही अपना खद्र का कुर्ता तन पर पहना और काम पर चल पड़ा। बोला - ''खाली तो मेरा जी नहीं लगता है । देखो, बदन पर चर्बी भी जमती जा रही है। भूख नहीं लगती और नींद भी खोई मालूम होती है।''

इसलिए वह मां-बाप को और अपनी गूंगी बहन को भी पास ले आया और पहले की तरह खेत पर काम करने लगा।

लोग कहने लगे - ''लेकिन आप तो राजा है।''

प्यारे बोला - ''हां, लेकिन राजा भी तो खाने को मांगता है न? उसे भी भूख लगती है।''

एक रोज राजा का मन्त्री आया।

वह बोला - ''तनख्वाह देने के लिए खजाने में पैसा नहीं है। सेवकों को कहां से वेतन दें?''

''अच्छी बात है, तो फिर सैनिकों को तनख्वाह मत दो।'' प्यारे ने लापरवाही से उत्तर दिया।

''इस प्रकार तो कोई नौकरी नहीं करेगा।''

''अच्छी बात है, मत करने दो। इस तरह उन्हें काम का और भी वक्त निकल

आएगा। चलो, सब लोग खाद ढोएँ। कितना तो घूरा जगह-जगह पड़ा हुआ है यह सब याद है कि नहीं।''

दूसरे लोग राजा के पास अपने मुकदमे लेकर आए। उनमें से एक ने कहा - ''अजी इसने मेरा धन चुराया है।''

प्यारे बोला - ''अच्छी बात है। चुराने से तो मालूम होता है कि उसके पास कुछ था ही नहीं।''

इसलिए सभी लोगों को यह अन्दाजा होने लगा कि हमारा नया राजा एकदम मूरख है।

उसकी पत्नी ने एक दिन मौका देखकर प्यारे से कहा - ''अजी सुनते हो, सब लोग आपको मूरख कहते हैं।''

''ठीक तो कहते हैं।'' मूरख ने कहा ।

अपने पति की बात सुनकर वह सोच में पड़ गई । लेकिन असल बात यह है कि वह भी बेवकूफ थी।

मन में बोली पति के खिलाफ मैं भला कैसे जा सकती हूँ। सूई जहां जाये धागे को भी तो वहीं से जाना है न।

इतना सोचकर उसने भी अपनी राजसी पोशाक उतारकर सन्दूक में बन्द कर दी- और अपनी गूंगी नन्द से काम सीखने लगी। काम सीखकर वह काफी होशियार बन गई। फिर वह अपने पति के साथ मिलकर उसके काम में मदद करने लगी।

इसका परिणाम यह हुआ कि चतुर-स्याने जितने भी लोग थे, सब प्यारे का राज छोड़कर चले गए। वहां बस अकेला मूरख उसकी पत्नी और गूंगी बहन रह गए।

किसी के पास कोई भी पैसा सिक्का नहीं था । सब रहते और काम करते थे। भरपेट खाते और दूसरे लोगों को भी खिलाते थे। ऐसा करने के बाद उन्हें बेहद खुशी होती। *(क्रमशः)* ■

चिकित्सा

स्वास्थ्यरक्षक व्यायाम 'स्वायसो'

स्वायसो क्या है ?

स्वायसो एक अत्यन्त सरल एवं अल्प समय में किया जा सकने वाला व्यायाम है। स्वायसों का प्रारम्भ चीन में कुछ दशक पूर्व ही हुआ। इसको बच्चे, युवक, महिलाएँ एवं वृद्ध सभी कर सकते हैं। इसमें किसी प्रशिक्षक की भी आवश्यकता नहीं होती है। बहुत साधारण होते हुए भी सैंकड़ों बीमारियों में यह अत्यधिक प्रभावशाली है। चीन एवं जापान में हजारों लोग इसके द्वारा असाध्य रोगों से मुक्ति पा रहे हैं। इसी कारण यह पद्धति चीन, जापान, हांगकांग, दक्षिण-पूर्व एशिया, अमेरिका, कनाडा, भारत आदि राष्ट्रों में दिनों-दिन लोकप्रिय होती जा रही है।

स्वायसो व्यायाम हमारे शरीर में एकत्र हुए अवरोध, तनाव व ऐंठन को समाप्त कर देता है जिससे रोगों से बचना संभव होता है, तथा रोग से मुक्ति मिलती है। इसके प्रणेता एवं प्रचारक मासाओ हयाशिमा ने चन्द वर्षों पूर्व जानबूझकर अपने शरीर में कैन्सर रोग उत्पन्न किया तथा स्वायसो कसरत द्वारा उसे ठीक भी कर दिया। स्वायसो व्यायाम तेओईस्ट के सिद्धान्तों पर आधारित है। उनके अनुसार पश्चिमी दवाइयों के १७० सालों और चीनी दवाइयों के १००० सालों से ज्यादा इतिहास में ऐसी कोई खबर नहीं है कि उन्होंने किसी पागल को ठीक किया हो।

स्वायसो कैसे करें ?

स्वाय शब्द का चीनी अर्थ होता है झूलना या दूर फेंकना। इस प्रकार स्वायसों का अर्थ होता है बाहों को आगे व पीछे झुलाना। स्वायसो द्वारा शरीर के विकारों को बाहर झटक दिया जाता है। ये विकार ही शरीर में ब्लोक्स व तनाव के

कारण होते हैं। इसका प्राथमिक उद्देश्य शरीर की विकृत ऊर्जा को बाहर निकालकर शरीर में शुद्ध ऊर्जा का संचार करना होता है। इस प्रकार यह व्यायाम शरीर में प्राकृतिक स्थिति पैदा कर देता है। यह चीन में प्रचलित सर्वाधिक लोकप्रिय व्यायाम है जो अनेक रोगों में रामबाण सिद्ध हो रहा है।

स्वायसो व्यायाम कैसे करें ?

१. सर्वप्रथम पैरों को सीधा रखते हुए जमीन पर तनकर खड़े हो जाएँ। बाँहों को धरती के समानान्तर फैलाएँ एवं अंगुलियों को इस प्रकार रखें जैसे कि जमीन को पकड़ रखा हो।

२. दोनों बाँहों को एक साथ आगे व पीछे झुलाएँ। बाँहों को पीछे की ओर धकेलते समय ही शक्ति का प्रयोग करें व आगे उन्हें स्वयं आने दें। कुहनियाँ सीधी रखें, हथेलियाँ पीछे की ओर मुड़ी हुई हों। आँखें ठीक सामने की तरफ देख रही हों। मस्तिष्क को बिल्कुल खाली छोड़ दें व तसल्ली से गिनती करते जाएँ।

३. पहली बार स्वायसो व्यायाम दो सौ अथवा तीन सौ से प्रारम्भ करें व धीरे-धीरे संख्या बढ़ाते जाएँ। अन्ततः अपनी क्षमता के अनुसार एक हजार या दो हजार तक पहुँचें । *(क्रमश:)* ■

कर्करोग की भयानकता

दाताओं के नाम	एरिया	रुपए
❖ प्राणनाथ के जन्मदिन के अवसर पर ह. किरण प्राणनाथ	प्रभादेवी	२०,०००/-
❖ संगीता सिंघ - ह. चंचल सिंघ	थाणे	१०,०००/-
❖ सुधीर विष्णु परकाले	कालाचौकी	३,०००/-
❖ संजय अयोध्यासिंग चौव्हाण	दादर	२,५००/-
❖ आशा तानाजी घोरपडे	वडाला	२,०००/-
❖ महेश मनोहर कोकाटे	लोअर परेल	१,५००/-

कैंसर का बचाव = कीमोप्रिवेंशन

जब हम कैंसर की जड़ को समझना शुरू करते हैं, तो इसके इलाज के तरीके भी मिलने लगते हैं। चूँकि कैंसर एक बहुचरणीय प्रक्रिया है, जिसे विकसित होने में कई साल लगते हैं, इसलिए इस प्रक्रिया में बाधा पहुँचाने वाले अनेक तरीके सामने आते हैं।

कैंसर की सबसे शुरुआती अवस्था में हमें डीएनए केंद्रक में परिवर्तन देखने को मिलते हैं। स्वतंत्र तत्वों के आक्रमण से हुआ यह परिवर्तन प्रभावित डीएनए के विभाजन द्वारा बनी प्रत्येक कोशिका में पहुँच जाता है। अंततः स्वतंत्र तत्वों द्वारा कोशिका को पहुँचाई गई क्षति से कैंसर-पूर्व ट्यूमर विकसित हो जाता है। यह कैंसर की पहली अवस्था है, जिसे हम चिकित्सीय परीक्षणों से पहचान सकते हैं। इसकी अंतिम अवस्था मेलिग्नेंसी या कैंसर होती है, जिसमें शरीर के एक अंग दूसरे अंग में फैलने की क्षमता होती है। कीमोप्रिवेंशन अंतिम अवस्था के कैंसर का इलाज करने की बजाय प्रारंभिक अवस्था में ही इसे विकसित होने से रोकने पर केंद्रित होता है। याद रखें यहाँ पर संतुलन महत्वपूर्ण है। यदि हमारे शरीर में पर्याप्त मात्रा में एँटीऑक्सीडेंट्स मौजूद होंगे, तो ऑक्सीडेटिव तनाव नहीं आएगा और डीएनए का केंद्रक प्रारंभिक क्षति से सुरक्षित रहेगा। एक बार फिर उस अँगीठी की कल्पना करें। यदि इसके आगे बचावकारी स्क्रीन रख दी जाए, तो कालीन पर आग नहीं फैलती।

कीमोप्रिवेंशन का उद्देश्य कोशिका में पहले हो चुके नुक़सान को पलटना भी होता है । शरीर में खुद को ठीक करने की अद्भुत क्षमता होती है (याद करें मैश यूनिट) । अगले माह में हम सावधानीपूर्वक कीमोप्रिवेंशन द्वारा कैंसर से लड़ने की रणनीति को पूर्वनियोजित तीन चरणों में समझेंगे तथा यह देखेंगे कि प्रत्येक का शरीर पर क्या प्रभाव पड़ता है।

(क्रमशः) ■

परहित का व्रत

महाराष्ट्र के संत तुकाराम के कई गुण मानवता के लिए प्रेरक हैं। वे जो कमाते थे, उसे लगे हाथों जरूरतमंदों में बांट देते थे। ऐसे ही कारणों से उनकी धर्मपत्नी उनसे बहुत नाराज थीं। वह अपने पति को निखट्टू कहकर संबोधित करतीं और सदैव दुर्वचन बोला करतीं।

एक दिन तो संतजी ने हद ही कर दी। घर में जो थोड़ा-बहुत था, उसे भी गरीबों में वितरित कर दिया। अब भूखे मरने की नौबत थी। उनकी पत्नी ने अत्यन्त दुखी होकर कहा कि - ''तुमसे अगर कुछ भी नहीं बनता, तो कम से कम खेत में जाकर थोड़े से गन्ने ही ले आओ।''

तुकाराम निकले और गन्ने के खेत की ओर चल दिए। वहाँ जाकर गन्ने तोड़े। एक से एक अच्छे, मोटे, रसीले गन्ने थे। उनका एक गट्टर बनाया। सिर पर रखा। खुशी-खुशी घर को चल दिए कि आज तो पत्नी प्रसन्न हो जाएगी। उन्होंने जैसे ही बस्ती में प्रवेश किया, उन्हें भिखारियों ने घेर लिया। संत ने सभी भिखारियों को एक-एक गन्ना थमा दिया।

रास्ते में आगे कुछ बालक मिल गए। उन्होंने संत को पहचान कर गन्ने मांगे। संतश्री ने उन्हें भी गन्ने दे दिए। सिर्फ एक गन्ना शेष बचा । संत तुकाराम ने दृढ़ निश्चय कर लिया कि अब यह गन्ना मैं किसी को भी नहीं दूँगा। वे उसे लेकर घर आ गए। उनकी पत्नी ने जब उनके हाथ में मात्र एक गन्ना देखा तो वह गुस्से के मारे लाल हो गई। उसे लगा कि यह कैसा निखट्टू पति है। इसकी वजह आज भी पेट में कुछ नहीं जा पाएगा। क्या इतनी देर के बाद इन्हें केवल एक गन्ना ही मिला? मारे क्रोध के उन्होंने तुकाराम के हाथ से वह गन्ना छीनकर उन्हें उसी से मारना चालू किया।

संतश्री पिटते रहे। थोड़ी देर में गन्ने के दो टुकड़े हो गए। अब सन्त से न रहा गया। वे बोले- ''भाग्यवान! अब पिटाई बंद कर दे। गन्ने के दो टुकड़े हो गए हैं। एक मैं चुसूं। एक तू चूस।'' संत तुकाराम के चेहरे पर मुस्कान थी और पत्नी का चेहरा तमतमाया हुआ था। ■

हास्य का हसगुल्ला

प्रस्तुति : हेमु मोदी *(सुरत)*

❐ एक बार एक आतंकवादी ने बूढ़ी औरत के घर में बम रख दिया। आसपास के लोगों ने देखा तो वो जोर-जोर से चिल्लाने लगे: ''बुढ़िया बम है, बुढ़िया बम है!''
बुढ़िया (शर्माते हुए बोली): धत। वो तो मैं जवानी में थी।! अब नहीं रही।

❐ डॉक्टर- आपकी परेशानी व बीमारी का कारण मुझे समझ में नहीं आ रहा है। असल में मैं समझता हुं कि यह नशे की वजह से हैं।
मरीज -कोई बात नहीं, जब आपका नशा उतरेगा, तब आ जाऊंगा।

❐ एक राजा ने अपने कर्मचारी को एक मरियल-सा घोडा इनाम में दिया। कर्मचारी खुशी-खुशी वो घोडा अपने घर ले गया। लेकिन उसी रात वह घोडा मर गया। अगले दिन राजा ने जब घोडे के बारे में पूछा तो कर्मचारी ने बताया - मेरे आका, ऐसा तेज रफ्तार घोडा मैंने कोई दूसरा अपने जीवन में नहीं देखा, वो एक ही रात में इस दुनिया से उस दुनिया में पहुंच गया ।

❐ टीचर: तुम कहां पैदा हुए?
स्टूडेंट: सर, तिरुवनंतपुरम में।
टीचर: स्पेलिंग बताओ।
स्टूडेंट: सर, अब मुझे लगता है, मैं गोवा में पैदा हुआ था।

❐ एक कंजूस सेठ जब मरने को हुआ तो एक रिश्तेदार ने कहा- अब तो आप मर ही रहे हैं, जाते-जाते समाज के लिए कुछ दे जाइए।
सेठ - अब जान तो दे रहा हूं, इससे ज्यादा क्या चाहिए समाज को।

❐ उडते हुए हवाई जहाज का चालक अचानक ही जोर से हंस पडा। जब उससे हंसने का कारण पूछा गया तो वह बोला - जब पागल खाने के अधिकारियों को पता चलेगा कि मैं वहां से भाग गया हूं तो वे बेचारे क्या सोचेंगे। ■

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

तस्वीर बोल रही हैं जीवन ज्योत वृद्धाश्रम की

जीवन ज्योत वृद्धाश्रम में बीमार बुजुर्ग
स्वादिष्ट भोजन का आनंद ले रहे हैं।

जीवन ज्योत वृद्धाश्रम में बुजुर्गों से मिलने के बाद
विद्यालय के छात्र भावुक हो गए।

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 कफन-दफन प्रवृत्ति की

कैंसरग्रस्त मरीज के उपचार का भारी खर्च उठाने में असमर्थ परिवार अपने प्रियजन को अस्पताल में अकेला छोड़ देते हैं, ऐसे मरीज के अंतिम समय में जीवन ज्योत संस्था नि:शुल्क दाह संस्कार करती 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**