चेतना

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट

बागडपुर रोड, बृजघाट, हापुड़ (उ० प्र०)

भागीरथी

वृद्ध आश्रम के कार्यक्रमों की झलकियां

चेतना पत्रिका (द्वितीय अंक) वर्षः- 2025

वर्ल्ड विन्डो, नवयुग मार्केट, गाजियाबाद (उ०प्र०) द्वारा मुद्रित
सम्पर्कः 9911252121

सरस्वती वन्दना

या कुन्देन्दुतुषारहारधवला या शुभ्रवस्त्रावृता
या वीणावरदण्डमण्डितकरा या श्वेतपद्मासना।

जो कुन्द के फूल, चन्द्रमा, बर्फ और हार के समान श्वेत हैं. जो शुभ्र वस्त्र धारण करती हैं, जिनके हाथ उत्तम वीणा से सुशोभित हैं, जो श्वेत कमलासन पर विराजती हैं, ब्रह्मा, विष्णु, महेश आदि देव जिनकी सदा स्तुति करते हैं और जो सब प्रकार की जड़ता हर लेती है, वे भगवती सरस्वती मेरा पालन करें।

शुक्लां ब्रहमविचारसारपरामाद्या जगद्व्यापिनी
वीणापुस्तकधारिणीमभयदां जडयान्धकारापहाम्।
हस्ते स्फटिकमालिकां च दधतीं पद्मासने संस्थितां
वन्दे तां परमेश्वरी भगवतीं बुद्धिप्रदां शारदाम् ।।

जिनका रुप श्वेत है, जो ब्रह्मविचार की परम तत्व हैं, जो सब संसार में फैल रही है, जो हाथों में वीणा और पुस्तक धारण किए रहती है, अभय देती है, मूर्खतारूपी अन्धकार को दूर करती हैं, हाथ में स्फटिकमणि की माला लिए रहती है, कमल के आसन पर विराजमान होती है. और बुद्धि देने वाली है, उन आद्या परमेश्वरी भगवती सरस्वती की वन्दना करता हूँ।

सेवा धर्मः परो लोके नातः परमं तपः

हितोपदेश का यह श्लोक तब और भी सार्थक बन जाता है जब सेवा उन वृद्ध चरणों की हो रही हो जिन्होंने अपने पीछे सेवा समर्पण के निशान छोड़े हों। स्वयं को तपाकर अपने बच्चों के लिए सर्वस्व न्यौछावर कर देने वाले माता पिता ही जब स्वयं असहाय और निराश्रित हो जाएं, ऐसे में जो सेवावृति इनकी सेवा सुश्रुषा में संलग्न हों वो किसी भगीरथ से कम नहीं। भगीरथ ने तो अपने पितरों को तारने का कार्य किया था लेकिन श्री राजेंद्र त्यागी और इनके सहयोगी जैसे भागीरथी तो समाज के कितने ही असहाय और अकिंचन जनों के उद्धार और तारण में लगे हैं। उपरोक्त हितोपदेश का कथन है, सेवा करना इस संसार का सबसे बड़ा धर्म है, और इससे बढ़कर कोई तप नहीं है।

शास्त्र वचन है,

यः प्रीणयेत् सुचरितैः पितरं मातरं तथा। तस्य प्रीणन्ति सर्वाणि तस्मिन् प्रीता सदा सुराः।। जो पुत्र अपने सदाचरण से माता–पिता को प्रसन्न करता है, उस पर सभी देवता प्रसन्न रहते हैं, लेकिन कलियुग के बढ़ते प्रभाव के चलते ऐसे संकुचित और क्षुद्र लोगों की समाज में भरमार होती जा रही है जिनके लिए उनके अपने ही जीवन– दाता माता पिता भार बन जाते हैं, ऐसे में गढ़मुक्तेश्वर का भागीरथी वृद्ध आश्रम आशा की किरण नजर आता है। यह भी कितना सुखद संयोग है कि, जिस देवनदी गंगा का अवतरण एक पितृ भक्त भागीरथ ने कराया था उसी भागीरथी के पवन तट पर स्थित यह आश्रम पूरे प्राण पन से वृद्ध जनों की सेवा सुश्रुषा में लगा हुआ है। मैं स्वयं हल्द्वानी के बाबा नीम करौली वृद्धाश्रम के आध्यात्मिक सलाहकार के रूप में कार्य कर रह हूं, इसलिए ऐसी संस्थाओं के महती दायित्व और चुनौतियों को समझ सकता हूं। एक ओर हताश निराश बुजुर्गों के चेहरे पर मुस्कान लाने का प्रयास और दूसरी ओर उनके रखरखाव और स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं के निदान के लिए हर पल सजग प्रहरी की भांति सक्रिय रहना, किसी पूजा आराधना से कम नहीं है। ऐसे में मनुस्मृति का कथन ही वृद्धों की सेवा में जुटे सेवा साधकों का संबल बढ़ाता रहेगा..

अभिवादनशीलस्य नित्यं वृद्धोपसेविनः। चत्वारि तस्य वर्धन्ते आयुविद्या यशोबलम।।

अर्थात् जो व्यक्ति स्वयं में सुशील और विनम्र रहते हुए अपने से बड़ों का सम्मान और सेवा कार्य करते हैं, खासकर वृद्ध जनों का, उन्हें चार चीजें स्वयं ही प्राप्त होती हैं: आयु, विद्या, यश और बल।

मेरे अन्तःकरण से श्री राजेन्द्र त्यागी जी और उनके समस्त सहयोगियों, आश्रम व्यवस्थापकों व सेवादारों को अनंत कोटि शुभकामनाएं और साधुवाद। आपकी सेवा, समर्पण और सहयोग की यह भावना समाज के दूसरे सेवा व्रतियों के लिए भी प्रेरणा का स्रोत बनेगी!!

आदि देव शिवशंकर और श्री जी की अनुकम्पा सदैव आप पर बनी रहे!!

आचार्य सुशील मिश्र
भागवताचार्य एवम् आध्यात्मिक गुरु
हल्द्वानी (नैनीताल)
9917133199

सम्पादकीय

नरेन्द्र कुमार शर्मा
राष्ट्र-पुरस्कृत शिक्षक

आज के विकासशील युग में परिवर्तन तो होते रहते हैं। परन्तु कुछ परिवर्तन विडम्बना ही कहे जा सकते हैं। इनमे एक है- बुजुर्गो की, वृद्धो की उपेक्षा! प्रत्येक माता-पिता की इच्छा होती है कि उनका बेटा - बेटी अपनी पढाई पूरी करे, धन कमाए एवं उन्नति करे। परन्तु इसी यात्रा को पूरा करने के लिए बेटे - बेटी को उच्च स्तर की पढाई के बाद अपने घर से दूर या विदेश में प्रवास करना पड़ता है और ऐसी स्थिति में वे अपने बुजुर्गो से दूर, अति दूर होते चले जाते हैं। बुजुर्ग अपनी धुंधली आंखों से उनकी प्रतीक्षा करते रहते हैं शरीरिक रुप से अशक्त होने पर वे अपना नित्य कर्म भी ठीक से नहीं कर पाते है। कुछ वृद्ध तो अपने बच्चों की सुख सुविधा के लिए स्वयं ही अपने को अलग कर लेते हैं। ऐसी दशा में वृद्ध आश्रम उनके सहयोगी के रुप में सिद्ध होते हैं। आश्रम के वृद्धों की सेवा करने से इनको पुण्य की प्राप्ति हो जाती है तथा वृद्धों को भी सन्तोष जनक वातावरण एवं सुश्रुषा मिलती है।

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट के पदाधिकारियों एवं सदस्यों द्वारा आश्रम की गतिविधियों का दिग्दर्शन कराती, एक वार्षिक पत्रिका 'चेतना' का प्रकाशन उत्साहपूर्वक कराया गया है। इस पत्रिका में विद्वान लेखको द्वारा ज्ञान परक लेख, कविता, निबंध आदि का समावेश भी किया गया है जिनसे पाठक गण यथोचित लाभ प्राप्त कर सकते हैं। आश्रम की गतिविधियों का सचित्र चित्रण भी किया गया है एवं आश्रम की उपलब्धियों को भी बताया गया है श्री ओम प्रकाश गोयल, श्री सर्वजीत राम, श्री देवेन्द्र कुमार जैन (संरक्षक गण) का समय-समय पर सहयोग तथा आशीर्वाद हमे मिलता रहता है। इस कार्य में श्री महीपाल शर्मा, श्री सुशील चौधरी, श्री धर्मपाल सिंह चौहान, श्री राजेन्द्र त्यागी, श्री सुरेश चन्द शर्मा, श्री पवन शर्मा, श्री राकेश शर्मा आदि का महत्वपूर्ण योगदान रहा है। आपके समक्ष 'चेतना' पत्रिका का यह द्वितीय पुष्प है। आशा है, आपको सुवासित करेगा। अपने सहयोगियों (सम्पादक मण्डल) एवं वर्ल्ड विंडो मुद्रक का 'चेतना पत्रिका' को आकर्षक बनाने हेतु मैं आभार ज्ञापित करता हूँ एवं अन्त में मैं पदाधिकारियों का भी आभार प्रकट करता हूँ कि उन्होने मुझे पत्रिका हेतु सम्पादन जैसा महत्वपूर्ण कार्य सौंपा। भूल करना मानव का प्राकृतिक स्वभाव है यदि पत्रिका में कुछ न्यूनता रही हो तो हम क्षमा प्राथी हैं।

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट द्वारा

'चेतना'

पत्रिका के द्वितीय अंक के प्रकाशन पर

हार्दिक शुभकामनाएं

श्याम सिंह

मो०: 9654086687

(सपनावत वाले)

माँ सन्तोषी मार्बल्स

एण्ड़ सैनेट्री स्टोर

हमारे यहाँ पर सभी प्रकार के मार्बल, ग्रेनाइट,
कटनी स्टोन आदि मिलते है।

ब्रांच : शाप न० 29,30,34,46,47,48,54,55 सुपर-मार्किट,
अनाज-मण्डी, गोविन्द पुरम, हापुड-रोड़, गाजियाबाद।

चेतना
सम्पादक मण्डल

नरेन्द्र कुमार शर्मा
प्रधान सम्पादक

सुशील चौधरी

सुरेश शर्मा

पवन कुमार शर्मा

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट द्वारा

'चेतना'

पत्रिका के द्वितीय अंक के प्रकाशन पर
हार्दिक शुभकामनाएं

MANISH BHARDWAJ

MOB.: 8000600098

FOXSKY™
TECHNOLOGY BEYOND INAGINATION

FOXSKY ELECTRONICS INDIA PRIVATE LIMITITED

49/26, Site IV, Industrial Area, Sahibabad, Ghaziabad (U.P

Website : www.foxskyindia.com

स्मृति शेष....

स्व० रुप किशोर शर्मा

स्व० सत्यप्रकाश शर्मा

स्व० अनिल कुमार शर्मा

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट एवं परिवार द्वारा शत-शत नमन

पं० धर्मेन्द्र शर्मा
उप सभापति सहकारी संघ लि०
डासना, गाजियाबाद

स्व० इन्द्रजीत शर्मा

स्व० बीना शर्मा

पं० आदेश शर्मा (हरसांव)
अध्यक्ष, परिचय सम्मेलन
2025

चेतना

पत्रिका के द्वितीय अंक के प्रकाशन पर
हार्दिक शुभकामनाएं

R.K. TRADING CO.

SHARMA ELECTRONICS

LG Exclusive Showroom

गोविन्दपुरम्, गाजियाबाद (यू०पी०)

दूरभाष : 9818822082, 9810106896

आश्रम के बढते कदम....

मनुष्य एक सामाजिक प्राणी है। मनुष्य को परिवार से संस्कार और समाज से अनेकानेक अवसर मिलते है। मनुष्य ही अन्य लोगों की पशुपक्षियों की सेवा करने में सक्षम है और सेवा करने से समृद्धि एवं आत्म संतुष्टि मिलती है। हमारा एक दामित्व यह भी है कि हम असहायों, बेसहारा लोगों की जो भी बन पड़े सेवा करें। सेवा करनी भी चाहिए क्योंकि परमात्मा भी सबको देखता है। जो सेवा करते हैं उनपर प्रभु की कृपा तथा आशीर्वाद बना रहता है। इसी सोच को लेकर साथियों के मन में कुछ सेवा कार्य करने का विचार आया। विचार विमर्श के बाद ऐसी संस्था, जिसमें विशेष रूप से वृद्धों की सेवा की जा सके, बनाने का निर्णय लिया गया ।

पांच छः मित्रों ने एक मन से किसी तीर्थ क्षेत्र में एक आश्रम स्थापना की योजना बनाई। और आपसी सहमति से अपने ही जनपद के बृजघाट तीर्थक्षेत्र को चुना। कार्य योजना बहुत बडी थी। परन्तु सबके सतत् प्रयासों से यह योजना सफलता के, सोपान चढ़ती चली गयी। मित्रों ने अपने प्रभाव से अन्य दान दाताओं को जोडा और एक ऐसी मजबूत श्रृंखला बना डाली कि आश्रम का कार्य सोच से भी अधिक सुचारू रूप से चला। और कुछ हानि-लाभ सहित ठीक चलता रहा। कुछ वर्षो के परिश्रम से आश्रम में पर्याप्त भवन बन गया। प्रतिवर्ष के वृक्षारोपण के चलते आश्रम के पिछले भाग में अनेक वृक्ष पोषित हो गये हैं। आश्रम में जनोपयोगी क्रिया कलाप समय - समय पर आयोजित किये जाते हैं । आश्रम से संबद्ध प्रत्येक व्यक्ति बढ़-चढ़ कर भाग लेते हैं। कुछ लोग अपने अथवा अपने किसी प्रिय जन का जन्म दिन भी यहीं आयोजित करते हैं तथा हवन-पूजन के बाद सार्वजनिक रूप से भंडारे की व्यवस्था करते हैं। जाने-अनजाने सभी जन प्रसाद ग्रहण करते हैं। दिनांक 26 जनवरी, 2025 को आश्रम ट्रस्ट के सक्रिय सदस्य / सचिव स्व० रूप किशोर शर्मा, सत्यप्रकाश शर्मा व अनिल कुमार शर्मा के दिवंगत हो जाने पर ट्रस्ट कार्यालय में उनके चित्र स्थापित किये गऐ। बड़ी संख्या में आश्रम के जनों-परिजनों ने सहभाग किया था। दिनांक 27 अप्रैल को आश्रम में ही एक स्वेच्छा रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया था। जिसमें 39 यूनिट रक्तदान किया गया। इस कार्य में संगम ब्लड बैंक, गाजियाबाद का महत्वपूर्ण सहयोग रहा। माननीय नरेन्द्र मोदी जी एवं हमारे मुख्य मंत्री श्री योगी जी के सपनों को साकार करते हुए माह जौलाई, 25 में ही वृक्षारोपण कार्यक्रम का भी आयोजन किया गया। जिसमें फलदार एवं सघन छांव वाले पौधे रोपे गये। दिनांक 30 दिसम्बर 2024 को हमारे एक आश्रम वासी देवेन्द्र शर्मा का आश्रम में निधन हो गया था। यथोचित उपचार के बाद भी उन्हें बचाया नहीं जा सका। उनके परिजनों को भी सूचित किया गया परन्तु परिजन ठंड में आने में असमर्थ थे तब परिजनों की सहमति से आश्रम ट्रस्ट के सदस्यों ने मिल कर गंगातट पर विधि-विधान से उनका अत्येष्टी संस्कार कराया गया। इस प्रकार की गतिविधिया प्रायः सजगता ही लाती है।

आश्रम के निर्माण एवं सफल संचालन में श्री हेतराम व उनके होनहार पुत्र गौतम कुमार निवासी गांवडी का पूर्ण सहयोग मिला जो अभी भी मिल रहा है। इसके साथ ही श्री सत्यपाल जी द्वारा आश्रम की लग्न पूर्वक सेवा की जा रही है जिसमे आश्रम में हरियाली और बागवानी उन्ही के परिश्रम का फल है। आश्रम की रसोई सदैव तरो-ताजा रखने में, आश्रम वासियों तथा आगन्तुकों को जल-पान व स्वादिष्ट भोजन कराने का कार्य श्रीमति राधा रानी कर रही हैं। उनका कार्य एवं व्यवहार बहुत ही सराहनीय हैं। आश्रम में निवास करने वाले सभी सम्मानित जनों के हम हृदय से आभारी हैं कि उन्होने हमें उनकी सेवा करने का अवसर प्रदान किया भागीरथी वृद्ध आश्रम के सभी सदस्यों एवं इस पत्रिका के पाठकों से अनुरोध है कि आश्रम के प्रति अपना स्नेह बनाए रखें और आश्रम की उन्नति की कामना करें!

- सुशील चौधरी
सचिव

- महीपाल शर्मा
अध्यक्ष

समय पूर्व अस्त हुआ एक सितारा.....

कभी-कभी अंधेरे क्षितिज में विशेष रूप से प्रकाश फैलाने वाले सितारों का उदय होता है, और ये सितारे अपने भरसक प्रयासों से जगत को, क्षेत्र को प्रकाशित करते हैं। ऐसे ही स्व० अनिल शर्मा का जन्म भी दूसरों की सहायता के लिए, दूसरों को अंधेरे से निकालने के लिए तथा दूसरों का जीवन संवारने के लिए हुआ था। ग्राम रजापुर के मध्यमवर्गी परिवार में जन्मे स्व० अनिलशर्मा, अपने छात्र जीवन से ही लोगो की सहायता करने लगे थे। सरकारी सेवा में आने पर अपने अधिकारियों तथा जनता को अपने कार्य, उदारता एवं सद् चरित्र के कारण न केवल सन्तुष्ट रखते थे, अपितु प्रभावित भी करते थे, और यही कारण था कि वे जिस कार्यालय में रहे स्वाभिमान सहित रहे। विकट परिस्थितियो में भी चेहरे पर सरल-सहज मुस्कान उनकी पहचान थी। जनता के कितने ही लोग ऐसे आते थे जिन्हें वे भोजन-वस्त्र तथा आर्थिक सहायता देकर स्वयं को छुपा कर रखते थे। अनेक लोगों को मैं जानता हूं जिन्हें स्व० अनिल शर्मा से प्रत्यक्ष व अप्रत्यक्ष सहयोग मिला। जनवरी 03, 2025 को क्रूर काल ने अनिल शर्मा को हम से छीन लिया। पीछे सब बिलखते रह गए। उनकी शव यात्रा पर परिचित तो शोका कुल थे ही, परन्तु एक व्यक्ति जो हमारा परिचित नहीं था वह भी बहुत दुखी था। मैंने पूछ लिया भैया तुम इन्हे कैसे जानते हो? उस भाई ने बताया कि वह फल-विक्रेता है और शर्मा जी ने ही मेरा काम शुरु करवा कर मुझे व मेरे परिवार को जीवन-दान दिया है। इसी तरह एक वर्कशाप पर बातचीत चल रही थी वहां भी अनजान लोग अनिल जी के सत्कार्यों की चर्चा कर रहे थे। । सम्बधी, परिजन तो सबके लिए शोक करते हैं, परन्तु जब अनजान व्यक्ति उनके कार्यों को याद कर दुखी होता है तो अर्थ कुछ और ही होता है। हसमुख स्वभाव तथा गम्भीरता का विचित्र संयोग इस व्यक्तित्व में था! भागीरथी वृद्ध आश्रम जैसा बडा प्रोजेक्ट शुरु कर अच्छे स्तर तक लाने में स्व० अनिल शर्मा की महत्वपूर्ण भूमिका रही। उन्हें समय-समय पर याद किया जाता है और किया जाता रहेगा। मित्रो को, सम्बधियों को एवं परिजनो को ये मलाल है कि हम सब मिलकर भी उन्हें सुरक्षित नहीं रख सके। शायद ईश्वर को यही तक उनकी यात्रा स्वीकार्य थी।..... और समय से पूर्व ही एक चमकता सितारा अस्त हो गया....

- नरेन्द्र कुमार शर्मा
सम्पादक

आश्रम की मिटटी के कण-कण दर-ओ दीवारे, पेड-पौधे भी तरसती हुई निगाहो से फरियाद कर रहे हैं- जाना था तो ऐसे जाते कुछ हम कहते कुछ तुम सुनते। पर तुमने तो ऐसी ठानी थी कि हम रह गये हाथ मलते-मलते।।

- ओम प्रकाश गोयल
सरंक्षक, भागीरथी वृद्ध आश्रम (ट्रस्ट)

स्व० अनिल शर्मा बहुत सारी विशेषताओ का एक जीता-जागता संगम थें। उनकी सोच सदैव सकारात्मक रही। हम उन्ही के सुझाए मार्ग पर अग्रसर है और अग्रसर रहेगें।

- महिपाल शर्मा
(अध्यक्ष)

हमेशा मुस्कुराता चेहरा हम सभी के लिए मदद करने का जज्बा, रखने वाली महान आत्मा का अचानक छोडकर चला जाना अभी तक सहन नहीं हो पा रहा है। हर पल अब ऐसा महसूस होता है वह महान आत्मा मेरे इर्द-गिर्द ही है। और इस विछोह को सहन करने की शक्ति प्रदान कर रही है। मेरी भगवान से प्रार्थना है कि मैने यदि कोई अच्छा कार्य किया है- तो उसका पुण्य मेरे मित्र स्व० अनिल शर्मा को प्राप्त हो।

- धर्मपाल चौहान (ट्रस्टी)

सबके कार्य को अपना समझकर जुट जाना अनिल जी का स्वभाव था। सदैव मुस्कान लिए उनका चेहरा दूसरों का उत्साह बढा देता था। हमारी तो वे सम्पूर्ण शक्ति थे।

- केशोराम शर्मा
निवासी वसुन्धरा

सबको मिल जाएगी मंजिल, ये जरुरी तो नही जिन्दगी राहे सफर है यूं ही चलते रहना।
तुम चिरागों की तरह राह में जलते रहना, हर अधेरें को उजालों में बदलते रहना ।।

- जितेन्द्र खुराना

मैं अश्कों से कभी आँखों को नम नहीं करता चूँकि!
मै दोस्तों को शरीक्-ए- ऐश करता हूँ, शरीक्-ए-गम़ नही करता !!

- हाजी असगर अहमद

सुनील कुमार शर्मा
मंत्री
इलेक्ट्रानिक्स एवं सूचना प्रौद्योगिकी विभाग,
उत्तर प्रदेश

कार्यालय : कक्ष संख्या F1/2 षष्ठम तल,
बापू भवन, सचिवालय, लखनऊ।
0522–2235541
ई–मेल : it.electronicministerup@gamil.com

संदेश

मुझे यह जानकर खुशी हो रही है कि भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट, बागडपुर रोड, बृजघाट, हापुड़ उ०प्र० द्वारा गत वर्ष की भांति इस वर्ष भी 12 अक्टूबर 2025 को संस्था द्वारा चेतना पत्रिका के द्वितीय अंक का विमोचन किया जा रहा है।

मैं भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट को चेतना पत्रिका के द्वितीय अंक के विमोचन पर सफल आयोजन हेतु हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं देता हूँ।

(सुनील कुमार शर्मा)

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट द्वारा

चेतना

पत्रिका के द्वितीय अंक के प्रकाशन पर
हार्दिक शुभकामनाएं

YOGESH GARG
B.Com (Hons), LL.B F.C.A

SPERSH GARG
ADVOCATE

R-12/34, RAJ NAGAR, GHAZIABAD - 201001
Mobile : 7827427158

महानगर काग्रेस कमेटी गाजियाबाद (उत्तर प्रदेश)

कार्यालय : कम्पनी बाग घण्टाघर, गाजियाबाद मो0 9310160007

नरेन्द्र भारद्वाज
अध्यक्ष

शुभकामना संदेश

मुझे यह जानकर खुशी हो रही है कि भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट, बागडपुर रोड, बृजघाट, हापुड़ उ०प्र० द्वारा गत वर्ष की भांति इस वर्ष भी संस्था द्वारा चेतना पत्रिका के द्वितीय अंक का 12 अक्टूबर 2025 को विमोचन किया जा रहा है।

मैं भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट को चेतना पत्रिका के विमोचन के सफल आयोजन हेतु हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं देता हूँ।

(नरेन्द्र भारद्वाज)

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट द्वारा

चेतना

पत्रिका के द्वितीय अंक के प्रकाशन पर हार्दिक शुभकामनाएं

प्रवीन शर्मा

चंचल शर्मा
9899995754

RAJYOG GROUP

A Tradition of Trust

Bhoomi

ENCLAVE

Luxurious Villa

Office : Shiv Complex, Harishchand Bagh, Greater Noida

भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस

श्रीमती डौली शर्मा
एम.बी.ए
लोकसभा प्रत्याशी
12, गाजियाबाद

9971533006
9310160007

शुभकामना संदेश

मुझे यह जानकर खुशी हो रही है कि भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट, बागडपुर रोड, बृजघाट, हापुड़ उ०प्र० द्वारा गत वर्ष की भांति इस वर्ष भी 12 अक्टूबर 2025 को संस्था द्वारा चेतना पत्रिका के द्वितीय अकं का विमोचन किया जा रहा है।

मैं भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट को चेतना पत्रिका के विमोचन के सफल आयोजन हेतु हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं देती हूँ।

(डौली शर्मा)

Bhagirithi Vradh Aashram Trust.

Heartily congratulates on the publication of the second issue of the magazine.

'चेतना'

Mr. Sushil Kumar

Mr.Shobhit Varyan

JBB INDUSTRIES

THE BOND MATTERS.

JBB METALCRAFTS PVT. LTD.

we are specialised in high-Quality metal surface finishes, tailored to meet the precise demand of diverse industries. Our Core Electroplating services are :-

- Zinc- Nickel
- Zinc Iron Alloy
- Electroless Nickel
- Alkline- Zinc
- Anodizing

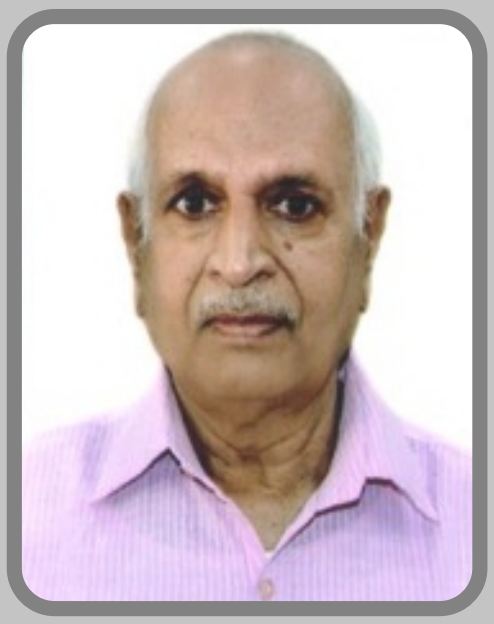
- Silver
- Tin
- Copper
- Zinc
- Hardchrome

WWW.JBBINDUSTRIES.IN SUSHILCHAUDHARY@INDUSTRIES.IN +120-4406468

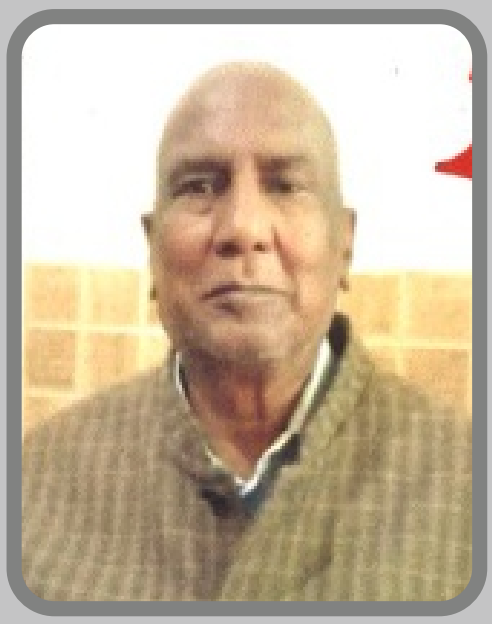
Khasra No- 331, Pandav Nagar, Industrial Area, Ghaziabad, Uttar Pradesh, 201001

संरक्षक

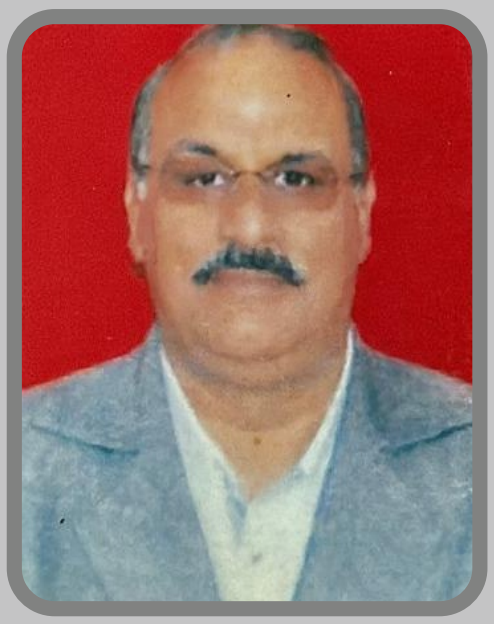
श्री सर्वजीत राम



श्री ओम प्रकाश गोयल



श्री देवेन्द्र कुमार जैन



श्री जितेन्द्र खुराना

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट

बागडपुर रोड़, बृजघाट, जिला – हापुड (उ0 प्र0)

आश्रम के ट्रस्टी

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट

बागडपुर रोड, बृजघाट, हापुड़ (उ0 प्र0), पिन -245205

Regd. Under Trust Act, 1860

(Bahi No. 04, Zild No. 816, Page No.131 to 188
Sl No. 89 Dated 12.05.2010)

Mob.: 9548487959, 9906031137, 9810856600

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट (रजि०)

आश्रम के संरक्षकों की सूची

क्र०सं०		पता	मोबाइल नं०
1	श्री ओम प्रकाश गोयल	आर-14/72 राज नगर गाजियाबाद	9891453002
2	श्री सर्वजीत राम	212, जनहित आपार्टमेन्ट, सैक्टर - 06, वसुन्धरा, गाजियाबाद	9310917161
3	श्री देवेन्द्र कुमार जैन	ए-25, लोहिया नगर, गाजियाबाद	9313284547
4	श्री जितेन्द्र खुराना	प्लॉट नं0 जी0-4, सैक्टर-03, वसुन्धरा, गाजियाबाद	9818313847
5	श्री जे०पी० जैन	बी-26, नेहरु नगर-11, गाजियाबाद	9810180510

आश्रम के ट्रस्टियों की सूची

क्र०सं०		पता	मोबाइल नं०
1	श्री महीपाल शर्मा	12/102, वसुन्धरा, गाजियाबाद	9313282470
2	श्री मंजू शर्मा	826,सैक्टर-09, वसुन्धरा, गाजियाबाद	9911240086 9891329795
3	श्री धर्मपाल सिंह चौहान	सी-71, सैक्टर-03, चिरंजीव विहार, गाजियाबाद	9891958775
4	श्री राकेश शर्मा	5ए/4, फर्स्ट फ्लोर, सैक्टर-05, चिंरजीव विहार, गाजियाबाद	9871736978
5	श्री पवन कुमार शर्मा	सी-96, न्यू पंचवटी कॉलोनी, गाजियाबाद	9350491814
6	श्री सुशील चौधरी	डी-91/बी, सैक्टर-3, चिंरजीव विहार, गाजियाबाद	9810856600
7	श्री राजेन्द्र कुमार त्यागी	363, त्यागी मार्केट, जागृति विहार, गाजियाबाद	9213600534
8	श्री कुशल पाल सिंह	बी-26, स्वर्ण जयंतीपुरम, गाजियाबाद	7303544926
9	श्री राजकुमार शर्मा	डी-1001, स्कार्डी ग्रीन, गोल्फ लिंक टावर, वन-डी, गाजियाबाद	9350693838
10	श्री वीर सिंह	सी-378, स्वर्ण जयंतीपुरम, गाजियाबाद	9650576624
11	श्री सतवीर सिंह	सी-83/77, गोविन्दपुरम, गाजियाबाद	9910435963
12	श्री ओमपाल सिंह	2/134, चिंरजीव विहार, गाजियाबाद	9810637726
13	श्री नक्षत्र त्यागी	आर-11/128ए,राजनगर, गाजियाबाद	9891676416
14	श्री नरेन्द्र कुमार शर्मा	3-ई 7/10, नेहरु नगर, गाजियाबाद	9811588316
15	श्री ब्रजराज सिंह	3017 मेन रोड, साहिबाबाद, गाजियाबाद	88000590030

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट (रजि०)

वृद्ध आश्रम के आजीवन सदस्यों की सूची

क्र०सं०		पता	मोबाइल नं०
1	श्री अभिमन्यु कुमार मिश्रा	9/937, एचआइजी डुप्लैक्स, वसुन्धरा, गाजियाबाद	9822945118
2	श्री सतीश चन्द त्यागी	मकान सं0-34, प्रहलाद गढ़ी, वसुन्धरा, गाजियाबाद	9312911323
3	श्री सुभाष यादव	डी-89, कौशाम्बी, गाजियाबाद	9310044128
4	श्री राजीव खुराना	355, हरमुखपुरी, गेट नं0 02, मोदीनगर, गाजियाबाद	9312631152
5	श्री मैसर्स कृष्णा इण्डस्ट्रीज	ए-7/75, साउथ साईड इण्डस्ट्रीयल एरिया, गाजियाबाद	9312631152
6	श्री नरेन्द्र पाल राठी	डी-95, सैक्टर-03, चिरंजीव विहार, गाजियाबाद	9582505342
7	श्री इन्दरपाल सिंह	एस0के0-102, शास्त्री नगर, गाजियाबाद	9818720041
8	श्री राजेन्द्र कपूर	एच-198, गोविन्दपुरम, गाजियाबाद	9313901951
9	श्री सविता शर्मा	564, हरसांव एन्क्लेव, गाजियाबाद	9953579538
10	श्री गगन शर्मा (राज)	9, बालाजी एन्क्लेव, जी0टी0 रोड, दादरी	9811611338
11	श्री रमेश चन्द शर्मा	1441, सैक्टर-05, मोहन मेकिन्स समिति, वसुन्धरा, गाजियाबाद	9999993043
12	श्री ओमबीर सिंह	ग्राम सदरपुर, गाजियाबाद	9871433160
13	श्री देवव्रत चौधरी	ए-162, शास्त्री नगर, गाजियाबाद	7011872302
14	श्री प्रभात कुमार	पी-202, संजय नगर, गाजियाबाद	9990350790
15	श्री अनिल कुमार हरित	मकान संख्या 32, धनवंत्रीपुरम, शास्त्री नगर, गाजियाबाद	7428609096
16	श्री योगेश चावला	0515 ए0टी0एस0 एडवांटेज, इन्द्रापुरम, गाजियाबाद	9811228177
17	श्री राजेश कुमार	12/114, वसुन्धरा, गाजियाबाद	9810338122
18	श्री अरविन्द चौधरी	के0बी0-4, कवि नगर, गाजियाबाद	9810112377
19	श्री अशोक भारतीय	के0के0-10, कवि नगर, गाजियाबाद	9810159175
20	श्री अमर सिंह चौहान	133, सैक्टर-02, चिरंजीव विहार, गाजियाबाद	9811151802
21	श्री संजीवन सेठ C/O सेठ इजी० वर्क्स	3-एफ-13, नेहरु नगर, गाजियाबाद, ए4/3/3 एस0एस0 जी0टी0 इन्डस्ट्रीयल एरिया	9910955228
22	श्री सुधीर कुमार	16/2, न्यू लायलपुर, कृष्णा नगर, गाँधी नगर, ईस्ट दिल्ली	9212718147

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट (रजि०)

वृद्ध आश्रम के स्थायी सदस्यों की सूची

क्र०सं०		पता	मोबाइल नं०
1	श्री संजीव कौशिक	सी-27, नीतिनगर, गाजियाबाद	9811080024
2	श्री कृष्णवीर सिंह	12/35, वृन्दावन एन्क्लेव, वसुन्धरा, गाजियाबाद	9717798727
3	श्री विजय शर्मा	नूर नगर सिहानी, गाजियाबाद	9911242740 9999483366
4	श्री सतीश मलिक	643, सूरजमल विहार, वार्ड नं0-9, शामली	9719261710
5	श्री रेसोरेन्स चैरिटेबिल ट्रस्ट	285, सैक्टर-5, चिरंजीव विहार, गाजियाबाद	9911642200
6	श्री सुरेश चन्द शर्मा	बी-202, श्रीगणेश अपार्टमेन्ट, इपैक्स, पटपड़गंज, दिल्ली-110092	9560527788
7	श्री संजय गर्ग, मनोज गर्ग	विला नं0 12, विला आनन्दम, मेरठ रोड़ गाजियाबाद	9901200066
8	श्री अमरपाल शर्मा	3-एच/250, नेहरु नगर, गाजियाबाद	9810025884
9	श्री प्रीतिपाल शर्मा	3-एच/268, नेहरु नगर, गाजियाबाद	8130017944
10	श्री अमर सिंह	43-ई, बैंक कालोनी, गली नं05, मण्डौली, नार्थ ईस्ट दिल्ली-110093	9213168085
11	श्री सुनील कुमार	24, पंचवटी एक्सटेंशन, जी0टी0 रोड़, गाजियाबाद	9205206097
12	श्री सतेन्द्र कुमार	ग्राम, आजमपुर मुलसम, टी बड़ौत, जिला बागपत	9953480538
13	श्री लक्ष्मी देवी	मकान संख्या 1027, संजय नगर, सैक्टर-23, गाजियाबाद	9310048735
14	श्री प्रियरंजन	सी-71, सैक्टर-03 चिंरजीव विहार, गाजियाबाद	9891159832
15	श्री राजीव कुमार गुप्ता	सी-222, गौड़ होम्स, गोविन्दपुरम, गाजियाबाद	7042102432
16	श्री रमेश तिवारी	ए-01/682, गौड़ होम्स, गोविन्दपुरम, गाजियाबाद	9811336773
17	श्री मनोज गोयल	आर-14/72, राज नगर, गाजियाबाद	8910040153
18	श्री सुनील राव	198, आर0पी0एस0 डी0डी0ए0 फ्लैट, एम0एस0 पर्कशाहदरा, दिल्ली-32	9818582443 9540508811
19	श्री योगेश गर्ग सी०ए०	आर-12/34, राज नगर, गाजियाबाद	9312437158
20	श्री गौरव कौशिक	ए-64, पटेल नगर द्वितीय, गाजियाबाद	9910061515
21	श्री सी० एल० गुप्ता	मकान सं0 12ए, सैक्टर-12, वसुन्धरा, गाजियाबाद	9899896865
22	श्री विनेश कुमार शर्मा	दुर्गा हाऊस, डी-33/34, गोवर्धन पार्क, सोसायटी न्यू सुमा रोड, वडोदरा, गुजरात 390008	8141519999
23	श्री विनीत वशिष्ठ	डी-157, महेन्द्रा एन्क्लेव, गाजियाबाद	9811585354
24	श्री तेजवीर सिंह त्यागी	ग्राम सिहानी सादिक नगर, गाजियाबाद	9818496782
25	श्री चंचल शर्मा	ग्राम-खेड़ा, धर्मपुरा, गौतमबुद्धनगर	9899995754
26	श्री दीपक भारद्वाज	जी-03 104 प्रमुख चोली दामन रोड, वापी जिला वलसाड़, गुजरात	9639001129 7060200000
27	श्री शक्ति सिंह	टी-76, गोल्फ लिंक, लैण्डक्राफ्ट, गाजियाबाद	9891246028
28	श्री विद्या प्रकाश त्यागी	एम-145, महाराणा प्रताप नगर, शास्त्री नगर, गाजियाबाद	9717766704
29	श्री ब्रिजेश कुमार शर्मा	25/1, बैंक कालोनी, मोदी नगर, गाजियाबाद	9927858956
30	श्री योगेन्द्र चौधरी	एस0आई0-36, शास्त्री नगर, गाजियाबाद	9810129081
31	श्री मंजीत सिंह	काजीपुरा, वेव सिटी एन0एच0-24, गाजियाबाद	9873465418
32	श्री राजवीर सिंह	ई-150, नन्दग्राम, गाजियाबाद	9717572646
33	श्री दीपक कुमार शर्मा	ए-49, गिरिराज सोसायटी, अभिलाषा चोकडी, सुमा, वेमाली, वडोदरा, गुजरात-390008	9825325405

क्र०सं०		पता	मोबाइल नं०
34	श्री आदेश कुमार शर्मा, धर्मेन्द्र कुमार शर्मा	एस0एफ0-02, शास्त्री नगर, गाजियाबाद	9818822082
35	श्री वेद बंसल	मण्डी कोटला, चांदपुर, बिजनौर	9818388812
36	श्री पीयूष कसाना	5, स्वरुप पार्क, लाजपत नगर, गाजियाबाद	9990090787
37	श्री श्रीकिशन रस्तोगी	ए-27, लोहिया नगर, गाजियाबाद	9212703456
38	श्री मुकेश कुमार	483ए, सदरपुर, गाजियाबाद	9313711554
39	श्री श्याम सिंह	बी-01, सैक्टर-02, चिंरजीव विहार, गाजियाबाद	9654086687
40	श्री जवाहर लाल रैना	आर-14/135, राज नगर, गाजियाबाद	6510814028
41	श्री सुधाकर बाबु पाल	सी-77, सैक्टर-108, नोएड़ा	8860019449
42	श्री सुभाष चन्द शर्मा	सी-77, सैक्टर-3, चिंरजीव विहार, गाजियाबाद	9999210643
43	श्री देवेन्द्र कुमार जैन	7, कुणाल कुँज, रामा-कृष्णा कालोनी, जी0टी0 रोड़ गाजियाबाद	8130698238
44	श्री अनिल आनन्द	सी-03, 804, ओलिव काउन्टी, सैक्टर-05, वसुन्धरा, गाजियाबाद	9213234797 9650003584
45	श्री अरूण कुमार ऑटो फ्यूल एण्ड सर्विसेज	18, राम नगर, गाजियाबाद	9810945010
46	श्री नितिन कुमार अग्रवाल	सी-210, ग्राउण्ड फ्लोर, न्यू पंचवटी, गाजियाबाद	9873652265 9958307200
47	श्री राजपाल सिंह	फ्लैट नं0 204, टावर-2, पंचशील प्रिमरोज, गाजियाबाद	9625615706
48	श्री राजवीर सिंह	मकान सं0 394, सैक्टर-02, चिरंजीव विहार, गाजियाबाद	9818074378
49	श्री मनोज सिंह	मकान सं0 399, सैक्टर-02, चिरंजीव विहार, गाजियाबाद	9958896087
50	श्री रजनीश कुमार	874, सैक्टर-46 गुरुग्राम, हरियाणा-122003	9953545557
51	श्री मधु बाला मेहरा	प्लॉट नं0 19, मकान सख्या 1451, गुलधर-2, सैक्टर-23 (एन आर इण्डियन एजुकेशन, स्कूल) गाजियाबद	9999151909
52	श्री पंकज चौधरी	मकान सं0 43, सैक्टर-09, चिरंजीव विहार, गाजियाबाद	9871018634
53	श्री सुरेश कुमार त्यागी	6-24-12, किरन एन्क्लेव, सिख रोड एन0आर0, डी0पी0एस0 गाजियाबाद	9848041242
54	श्री आशीष त्यागी	बी-24, अशोक नगर, गाजियाबाद	9810257599
55	श्री योगिता चौधरी	डी-1203ए, गोल्फ एवेन्यू-1, सैक्टर-75, नोएडा	9811602200
56	श्री रोहित धनकड	डी-1204ए, गोल्फ एवेन्यू-1, सैक्टर-75, नोएडा	9811502200
57	श्री ललित बिंदल	आर-14/84, राजनगर, गाजियाबाद	9810121438
58	श्री राहुल जैन	मकान सं0 47, सैक्टर-04, चिरंजीव विहार, गाजियाबाद	9312329900
59	श्री रेवती सरन बिस्वाल	गली नं0 11, ब्रिज विहार, मुरादनगर, गाजियाबाद	7452007977
60	श्री अभिषेक जैन	ए-25, लोहिया नगर, गाजियाबाद	9810609609
61	श्री राकेश कुमार शर्मा	मकान सं0 37, ग्राम नूर नगर, सिहानी, गाजियाबाद ।	9958926826
62	श्री रघुनन्दन शर्मा	सी-63, गगन एन्क्लेव, गाजियाबाद	997192595
63	श्री अरुण कुमार शर्मा	सी-22, टेवा आफिसर कालोनी, अमरोहा	9410608893
64	डा० सुधीर	एस0सी0-63/64ए, निकट वाटर टैंक, शास्त्री नगर, गाजियाबाद	9711005253
65	श्री ओमदत्त शर्मा	सी-731, गौड़ होम्स, गोविन्दपुरम, गाजियाबाद	9818494051
66	श्री धनन्जय सिंह	बी-39ए, नन्द ग्राम, गाजियाबाद	9871618921

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट (रजि०)

क्र०सं०		पता	मोबाइल नं०
67	श्री नरेश कुमार	प्लॉट नं0 279, सदरपुर, गाजियाबाद	9910406468
68	श्री सुनील खन्ना	10, फर्स्ट फ्लोर, न्यू गाँधी नगर, गाजियाबाद	9958936757
69	श्री प्रमोद कुमार शर्मा	सालारपुर-कलानूर, एन0टी0पी0सी0 दादरी ग्रेटर नोएडा उ0प्र0 201008	9871126650
70	श्री जी०एल० बख्शी	1/7145, स्ट्रीट नं0 04, शिवाजी पार्क, शाहदरा, दिल्ली 110032	9891028134
71	श्री सत्यनारायण मोदी	सी-3/329, यमुना विहार, दिल्ली-110053	8527962000
72	श्री प्रियंका द्विवेदी	23, निकट अयप्पा टैम्पल, गाजियाबाद	9911949237
73	श्री तरुण शर्मा	एच-274, नेहरु नगर-3, गाजियाबाद	
74	श्री नैपाल सिंह	जी-23, गोविन्दपुरम, गाजियाबाद	9837421962
75	श्री अशोक कुमार चुघ	मकान संख्या 35, परवाना रोड, राधेश्याम पार्क, कृष्णा नगर, दिल्ली110051	9654698981
76	श्री अजय सिरोही	2/58, चिरंजीव विहार, गाजियाबाद	8826125165
77	श्री अजय कुमार शर्मा	ग्राम रजापुर, गाजियाबाद	9311827355
78	श्री संजय कौरा, (पायल इलैक्ट्रिकल)	आर-14/118, राजनगर, गाजियाबाद	9810377510

संरक्षक की कलम से.....

मुझे यह जानकर प्रसन्नता हुई कि गत वर्ष की भॉति इस वर्ष भी आश्रम की वार्षिक पत्रिका का प्रकाशन कराया जा रहा है। इस प्रगतिशील युग में अपने विचार तथा आश्रम की गतिविधयों का प्रचार-प्रसार करनें का यह उचित माध्यम है। संस्था द्वारा इस वर्ष वार्षिक उत्सव पर भागवत कथा का आयोजन भी किया जा रहा है। इससें आश्रम में निवास कर रहे वृद्व जनों, आस-पास निवास करने वाले व्यक्तियों एवं संस्था से जुड़े परिवारों को निशचित ही आध्यात्मिक बल मिलेंगा । आश्रम के सदस्यों, पदाधिकारियों तथा सम्पादक मण्डल को हृदय से हार्दिक शुभकामनाऐं ज्ञापित करता हूँ।

(सर्वजीत राम)
अपर जिलाधिकारी (सेवा निवृत्त)
गाजियाबाद (उ०प्र०)

अध्यक्ष की कलम से.....

मैं ईश्वर को धन्यावाद देता हूँ कि उनकी ईच्छा से मुझे भागीरथी वृद्व आश्रम के अध्यक्ष पद का भार सौंपा गया। भागीरथी वृद्व आश्रम द्वारा जरुरतमंद वृद्व जनों को सभी आवश्यक सुविधायें उपलब्य करा रहा हैं जो प्रत्येक व्यक्ति को अच्छा जीवन जीने के लिए आवश्यक है। इस संस्था का एक मात्र उद्देश्य है कि समाज की सेवा बेहतर ढंग से की जाये। इस संस्था के कार्यो को सुचारु रुप से संचालित करनें में सभी संस्थापक सदस्यों एवं पदाधिकारियों तथा सदस्यों का भरपूर सहयोग मिल रहा है जिसके लिए मैं उन सभी का आभारी हूँ। हमारे पूर्व सचिव स्व० अनिल कुमार शर्मा द्वारा इस संस्था की जो सेवा गई है, वह अविस्मरणीय है। जिसे भुलाना सम्भव नहीं है । गत वर्ष की भॉति इस वर्ष भी आश्रम की वार्षिक पत्रिका चेतना के द्वितीय अंक के प्रकाशन पर मैं अपनी शुभकामनाऐं ज्ञापित करता हूँ।

महीपाल शर्मा
मो0 : 9313282470

सचिव की कलम से.....

आश्रम की गतिविधियों में लगे रहने में आनन्द की अनुभूति होती है। मैं इसे अपना सौभाग्य मानता हूँ कि संस्था ने मुझे सचिव पद का भार सौंपा है। मैं हमेशा प्रयासरत रहता हूँ कि मैं संस्था द्वारा सौंपे गये कार्यों की कसौटी पर खरा–उतरुं एवं अपना पूर्ण विश्वास बनायें रखूं। मैं पूर्व सचिव स्व० अनिल कुमार शर्मा के पद चिन्हों पर चलकर इस संस्था की सेवा को अपना अहोभाग्य समझूँगा तथा उनके अधूरे कार्यो एवं सपनों को पूरा करनें का सदैव प्रयास करुँगा। आश्रम की वार्षिक पत्रिका 'चेतना' के द्वितीय अंक के प्रकाशन पर मेरी हार्दिक शुभकामनाऐ।

सुशील चौधरी
मो0 : 9810856600

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट द्वारा

'चेतना'

पत्रिका के द्वितीय अंक के प्रकाशन पर
कौशिक एण्ड एसोसिएट्स् की तरफ से हार्दिक शुभकामनाएं

पंडित संजीव कौशिक

पूर्व अध्यक्ष

दस्तावेज लेखक एसोसिएशन, सदर तहसील, गाजियाबाद

Mob.: 9811080024

पंडित ओम दत्त कौशिक

एडवोकेट

अध्यक्ष, राज नगर मंडल, भाजपा

पंडित रवि दत्त कौशिक (एडवोकेट)

पूर्व प्रत्याशी सदस्य - बार काउंसिल

ऑफ उत्तर प्रदेश

पंडित आयुष कौशिक (एडवोकेट)

चैम्बर नं० 20, सदर तहसील गांधी नगर, गाजियाबाद

चैम्बर नं० 894, जिला एवं सत्र न्यायालय, गाजियाबाद

कोषाध्यक्ष की कलम से.....

इस पुनीत कार्य को करने में जन सहयोग की बहुत बड़ी भूमिका रही। हम संस्थापक सदस्य मध्यम वर्गीय हैं। इतने बड़े कार्य के लिए बड़ी धनराशि की आवश्यकता रही, जिसे केवल हम लोग पूरा नहीं कर सकते थे। अतः जन सहयोग लेना पड़ा और लोगों ने खुले मन से इस पुनीत कार्य में सहयोग किया तब कही जाकर यह बड़ा कार्य सम्पन्न हो सका। मैं उन सहयोगियो का हृदय से आभार प्रकट करता हूँ, साथ ही सम्पादक-मण्डल का भी तहे-दिल से आभार व्यक्त करता हूँ कि उन्होंने आश्रम का स्वरुप पत्रिका के रुप में प्रस्तुत किया। 'चेतना' पत्रिका के द्वितीय अंक के प्रकाशन पर मेरी ओर से बहुत-बहुत हार्दिक शुभ कामनाऐं

राकेश शर्मा
मो0 : 9871736978

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट द्वारा

'चेतना'

पत्रिका के द्वितीय अंक के प्रकाशन पर
हार्दिक शुभकामनाएं

MANOJ BHARDWAJ

हिन्दुस्तान पेट्रोलियम
HP

DHAULANA KISAN SEVA KENDRA

Dealers : Hindustan Petrolium Corporation Ltd.

MASOORI-GULAOTHI ROAD DHAULANA, HAPUR (U.P.)

Mobile : 9312262425

चेतना पत्रिका के प्रकाशन पर शुभकामनाऐं

चेयरमैन श्री जेपी सिंह ने अवगत कराया कि, जे.आर. हॉस्पिटल, ग्रेटर नोएडा 12 वर्षों से स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान कर रहा है। हम सस्ते दरो पर सरकारी, प्राइवेट और कॉर्पोरेट पैनल की व्यवस्था के साथ आयुष्मान भारत की सुविधाएं भी प्रदान करतें हैं । हमारे अस्पताल में 24x7 इमरजेंसी, आईसीयू और सीटी डायग्नोसिस की पूर्ण-व्यवस्था है। हमारे डॉक्टर वेल क्वालिफाइड है। हम सभी जनों से अपील करतें है कि वे अपने स्वास्थ्य के प्रति सचेत रहें और सरकार की गाइडलाइन का पालन करें। हम सभी देश-वासियों के स्वास्थ्य के लिए निरन्तर कार्य करने हेतु प्रण-बद्ध हैं।

सधन्यवाद,
जे.पी. सिंह
(चैयरमैन),
जे.आर. हॉस्पिटल
एन.एच-07, बी ब्लॉक
बीटा-1, ग्रेटर-नौएड़ा
गौतम बुद्धनगर (उ0प्र0)

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट द्वारा

'चेतना'

पत्रिका के द्वितीय अंक के प्रकाशन पर
हार्दिक शुभकामनाएं

Laxman Singh (Proprietor)
M: +91-9873498574

House of Trust ISO 9001:2008 Certified

Verma Engineers & Consultant

Channel Partner of : KEERTHI PUMPS, COIMBATORE

An ISO 9001-2008 Certified Company

**Manufacturer of : Paper,
Petrochemicals, Sugar, Fertilizer,
Air Conditioning &
Bulk Water Suppliers PUMPS etc.**

**Regd. Office : B4/TM1, Shalimar Garden Extn.-II,
Sahibabad, Ghaziabad. (U.P.)
E-mail : vec 1989@gmail.com | singhlaxmans@gmail.com**

Ajay Tyagi 9311016607
Arun Tyagi 9311403408

HIMANSHU MARBLE HOUSE

HOUSE OF ALL QUALITY STONES

ALL KINDS OF MARBLE

- Marble
- Dholpur
- Kota Stone
- Makrana
- Granite
- Green, Pink
- Polished Stone
- Black Stone & Buch Tile Etc.

Sec. 14, Plot No. 608, Main Jaipuria Road, Vasundhara, Gzb.

संस्थान सेवक की कलम से.....

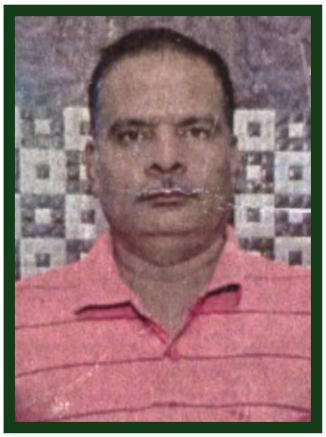
जीवन में हमेशा ही एक सोच रही कि अपने जीवन का कुछ समय समाज सेवा में भी दिया जायें क्योंकि हम समाज के ऋणी हैं। समाज ने हमें इस योग्य बनाने में हमारा मार्ग-दर्शन किया। इस कार्य को पूरा करनें में मेरे मित्रों का सहयोग मिला और इस प्रकार भागीरथी वृद्ध आश्रम के निर्माण की योजना बनाई गई जो अब फलीभूत हुई है आश्रम के कार्य करनें में मुझे सम्पूर्ण आनन्द की अनुभूति होती हैं तथा मेरा अधिकतम समय आश्रम के कार्यों में ही व्यतीत होता हैं। इस कार्य को करने का साहस, हिम्मत एवं प्रेरणा मुझे स्व० अनिल कुमार शर्मा से मिली। संस्था द्वारा वार्षिक पत्रिका चेतना के द्वितीय अंक के प्रकाशन पर मेरी ओर से अनेकानेक शुभकामनायें ।

धर्मपाल सिंह चौहान (ट्रस्टी)
मो0 : 9891958775

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट द्वारा

'चेतना'

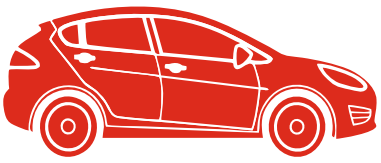
पत्रिका के द्वितीय अंक के प्रकाशन पर
हार्दिक शुभकामनाएं



RAJ KUMAR SHARMA

VIKAS TRAVELS

Mobile : 9350693838, 9350734537, 9313111375
E-mail : vikastravel36@ymail.com



JITENDRA SHARMA

VIKAS PRINTERS

Digital Printing, Offset Printing, Screen Printing,
Pads, Letter Pads, Visiting Cards, Bill Book, Bilty Book,
Vouchers, Envelops, Stickers, Brochures, Menu,
ID Card, Catalougue, Registers, Certificate, Pamphlets, Labels,
Signboard, Banner, Standee, Flex, Vinyl etc.

ALL TYPE OF PRINTING SOLUTION

1214, VIVEKANAND NAGAR, NEAR SHANI MANDIR, GHAZIABAD
Mobile: 9811129615, 9313111375
E-mail : vikas.printer21@gmail.com

शुभकामना संदेश

यह जानकर अत्यन्त प्रसन्नता हुई कि भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट स्मारिका प्रकाशित करने जा रहा है। भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट निराश्रित एवं वृद्धजनो की सेवा में तत्पर है। ट्रस्ट निराश्रित लोगों के लिए भोजन, वस्त्र, आवास एवं उनके आवश्यकता की वस्तुएं उपलब्ध कराकर जन कल्याण हेतु शुभ कार्य कर रहा है।

मैं स्मारिका के सफल प्रकाशनार्थ हेतु शुभ कामनायें प्रेषित करता हूँ।

सुधाकर बाबू पाल
अधीक्षण अभियन्ता
(सेवा निवृत्त)

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट द्वारा

'चेतना'

पत्रिका के द्वितीय अंक के प्रकाशन पर
हार्दिक शुभकामनाएं

ASHISH TYAGI
Managing Director

ASSOMAC MACHINES LIMITED

Five Decades of Service To Wire Industry

Corporate Off. & Works :

546, Bisrakh Road, Chapproula, Ghaziabad-2010009

Correspondence Address :

26/2, South of G.T. Road, Site 1, B.S.Road Indl. Area, Ghaziabad-201001

Phone: +91-120 2866505/06/07 Mobile: -91 98 102 97599

email : ashishtyagi@assomac.in

Website : www.assomac.in

मनोज भारद्वाज

धौलाना किसान – सेवा केन्द्र
मसूरी – गुलावटी रोड़
धौलाना (हापुड)

संदेश

यह अत्यन्त हर्ष का विषय है कि भागीरथी वृद्धाश्रम ट्रस्ट द्वारा भागीरथी वृद्धाश्रम, बृजघाट पर ११वें हवन एवं भण्डारे का आयोजन किया जा रहा है तथा भागीरथी वृद्ध आश्रम पत्रिका के द्वितीय अंक का भी प्रकाशन कराया जा रहा है। इस प्रकार के कार्यक्रमों से समाज के अन्य सदस्यों को भी सामाजिक कार्य करने की प्रेरणा मिलती है। वर्तमान समय में समाज को वृद्धाश्रम की नितान्त आवश्यकता है। इस कार्यक्रम में सहयोग करने वाले सभी सम्मानित व्यक्तियों की मैं हृदय से प्रशंसा करता हूँ और आशा करता हूँ कि इसी प्रकार इस संस्था को पूरे मनोयोग से संचालित करने में अपना सहयोग बनाये रखेंगें।

इस अवसर पर पत्रिका का भी प्रकाशन कराया जा रहा है जिसके माध्यम से इस संस्था के कार्य कलापों एवं इस कार्य में लगे व्यक्तियों / सदस्यों के विषय में अधिक से अधिक जानकारियाँ मिलेगी। मुझे आशा है कि पत्रिका में प्रकाशित लेख एवं विचार समाज एवं इस संस्था के लिए ज्ञानवर्धक एवं लाभकारी सिद्ध होगें।

मैं पुनः भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट के पदाधिकारियों एवं सहयोगियों का हृदय से आभार प्रकट करता हूँ कि इसी प्रकार सदैव आपको समाज की सेवा करते रहने की परमेश्वर क्षमता प्रदान करें

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट द्वारा

'चेतना'

पत्रिका के द्वितीय अंक के प्रकाशन पर
हार्दिक शुभकामनाएं

LALIT BINDAL
M : 9810121438

इंडियनऑयल IndianOil SERVO®
WORLD-CLASS LUBRICANTS
100% PERFORMANCE. EVERYTIME.

इंडियनऑयल
IndianOil

HP
GAS
your friendly gas

SANTOSH ASSOCIATES

- SSI-Indian Oil Corporation Ltd.
- HPCL - LPG Bottling Plant

Hindustan Petroleum Corporation Ltd

Plant : Attrasi-Hasanpur Road, AMROHA (U.P.)
Phone : 0120-4163463, 9810121438
E-mail : santoshgzb@yahoo.com

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट द्वारा

'चेतना'

पत्रिका के प्रकाशन पर
हार्दिक शुभकामनाएं

अभिषेक जैन

महासचिव

मो0 : 9810609609

गाजियाबाद पैट्रोलियम डीलर्स एसोसिएशन

संचार पता : अरिहंत सर्विस सेन्टर,
इण्डियन ऑयल पेट्रोल - पम्प, गाजियाबाद

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट द्वारा

'चेतना'

पत्रिका के द्वितीय अंक के
प्रकाशन पर हार्दिक शुभकामनाएं

आलोक चौधरी

ALOK
EV
HUB

ALOK EV HUB

Electric scooter showroom

आज का सही निर्णय, जो कल आपको गौरवान्वित करेगा।। इलेक्ट्रिक स्कूटर चुनें।।

A-7 LAJPATNAGAR, SAHIBABAD, MOHAN NAGAR, GHAZIABAD, U.P.

9871401430

''एक चुप रहा... दूसरा लड़ा''

''एक चुप रहा... इसलिए महान होते हुए भी अकेले मरा।
दूसरा लड़ा... इसलिए टूटकर भी अमर हो गया।''
महाभारत का सबसे तेज बुद्धि वाला योद्धा –भीष्म पितामह।

पूरा जीवन नीति, सेवा और समर्पण में गुजारा।
पर जब सभा में द्रौपदी को खींचा गया,
जब अधर्म ने धर्म की आँखों में देखा
भीष्म मौन रहे।
वो बोले नहीं... क्योंकि वो बंधे थे नियमों से।
उन्हें लगा, ''यह मेरा युद्ध नहीं है।''
और अंत में?

वो मरे तीरों की शय्या पर
शरीर छलनी था, आत्मा अपराध बोध से भरी थी।

रामायण का एक गिद्ध – जटायु।
न कोई दरबार, न कोई सत्ता।
केवल एक दृश्य – रावण सीता को ले जा रहा है।
और जटायु ने उड़ान भरी।
रावण से भिड़ा।
टूटा, गिरा, लहूलुहान हुआ।

पर जब प्राण निकले...
तो भगवान राम ने उसे गोद में लिया और कहा –
''तुमने धर्म निभाया है, जटायु। तुम मेरे पिता समान हो।''

अब रुकिए... सोचिए...
जिसके पास सब कुछ था – वो चुप रहा।
जिसके पास कुछ नहीं था – वो लड़ा।

आप किस दिन के लिए जिम्मेदार होंगे?
वो दिन जब आप बोले नहीं?
या वो दिन जब आपने अकेले खड़े होकर भी लड़ाई लड़ी?

''जब धर्म संकट में हो,
तो चुप रहना नीति नहीं,
नीचता है।''

''क्रोध, जब धर्म के लिए हो
तो वह वरदान है।
और मौन, जब अधर्म के साथ खड़ा हो
तो वह सबसे बड़ा पाप है।''

और उसी पल तय होता है
आप तीरों की शय्या पर मरेंगे,
या किसी राम की गोद में अमर हो जाएंगे।

Dr. Sanwar Lal Sharma
BE(E), MIE, FIE, BA, MA.
M.Phil, Ph.D

उपकार करो..... सोच-विचार कर

जंगल में शेर-शेरनी अपने बच्चों को अकेला छोडकर शिकार के लिए दूर तक निकल गये, शेर-शेरनी देर तक नही लौटे तो बच्चे भूख से छटपटाने लगे।

उसी समय एक बकरी आई उसे दया आई और उसने उन बच्चों को दूध पिलाया फिर बच्चे मस्ती करने लगे।

तभी शेर-शेरनी आये बकरी को देख लाल पीले हो गऐ शेर जब तक हमला करता उससे पहले बच्चों ने कहा इसने हमें दूध पिलाकर बड़ा उपकार किया है नही तो हम मर जाते ।

अब शेर खुश हुआ और उसने कृतज्ञता के भाव से कहा हम तुम्हारा उपकार कभी नही भूलेंगे, जाओ अब आजादी के साथ जंगल मे घूमो फिरो मौज करो।

अब बकरी जंगल में निर्भयता के साथ रहने लगी यहाँ तक कि वह शेर के पीठ पर बैठकर भी कभी कभी पेडों के पत्ते खाती थी।
यह दृश्य चील ने देखा तो हैरानी से बकरी से पूछा तब उसे पता चला कि उपकार का कितना महत्व है।

चील ने यह सोचकर कि एक प्रयोग मैं भी करती हूँ, उसने देखा चूहों के छोटे-छोटे बच्चे दल-दल में फंसे थे निकलने का प्रयास करते, परन्तु कोशिश बेकार हो जाती। चील ने उनको पकड कर सुरक्षित स्थान पर पहुंचाया

बच्चे भीगे थे सर्दी से कांप रहे थे तब चील ने अपने पंखों में छुपाया, बच्चों को बेहद राहत मिली। काफी समय बाद चील उडकर जाने लगी तो हैरान हो उठी चूहों के बच्चों ने उसके पंख कुतर डालें थे। चील ने यह घटना बकरी को सुनाई तुमने भी उपकार किया और मैंने भी फिर हमें फल अलग-अगल क्यों मिला।

बकरी हंसी और फिर गंभीरता से कहा...**उपकार करो, तो शेरों पर करो चूहों पर नही।**

इसका कारण है क्योकि कायर कभी उपकार को याद नही रखते और बहादुर कभी उपकार नही भूलते...!!!

इस कहानी से हमें निम्नलिखित शिक्षाएं मिलती है।

१. उपकार का महत्व : उपकार करना एक महान गुण है, लेकिन इसे सोच-समझकर सही व्यक्ति पर उपकार करना चाहिए, ताकि उसका सकारात्मक परिणाम मिलें।

२. आभार का मूल्यः साहसी और दयालु लोग हमेशा दूसरों के उपकार को याद रखतें हैं और उसका सम्मान करते हैं, जबकि स्वार्थी और कायर लोग उपकार का सम्मान नहीं करते।

३. सही व्यक्ति का चयनः मदद और दया दिखाने से पहले यह समझना जरुरी है कि सामने वाला व्यक्ति उस उपकार के योग्य है या नहीं ।

४. सतर्कता जरुरी हैः भले ही दया और उपकार हमारी प्रवृति हो, लेकिन यह भी महत्वपूर्ण है कि हम उन स्थितियों और लोगों का आकलन करें, जो हमारे प्रयासों का सही सम्मान करेगें।

यह कहानी हमें सिखाती है कि उपकार करना आवश्यक है, लेकिन विवेक और सावधानी के साथ!

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट द्वारा

चेतना

पत्रिका के द्वितीय अंक के प्रकाशन पर
हार्दिक शुभकामनाएं

चौ० ओमपाल सिंह चौहान
बैनामा लेखक
मो० 9810637726

आकाश चौधरी
एडवोकेट
मो० 9910405121

हमारे यहाँ बैनामा (रजिस्ट्री), वसीयतनामा, गोदनामा, दानपत्र
मुख्तारनामा आम, एग्रीमेंट, विवाह पंजीकरण (कोर्ट मैरिज)
पंजीकृत कराये जाते है।

चैम्बर नं० 59, तहसील कम्पाउड, सदर तहसील, गाजियाबाद

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट द्वारा

'चेतना'

पत्रिका के द्वितीय अंक के प्रकाशन पर हार्दिक शुभकामनाएं

प्रियरंजन (जैकी)
एडवोकेट
मो० 9891159832

कपिल कुमार चौधरी
एडवोकेट
मो० 8750109557

रोहित धामा
एडवोकेट
मो० 9958064174

चैम्बर नं० 996, प्रथम तल, न्यू बिल्डिंग, सिविल कोर्ट, राजनगर, गाजियाबाद

जीवन का मूल्य

एक बार एक व्यक्ति अकेला उदास बैठा कुछ सोच रहा था, कि तभी उसके पास भगवान प्रकट हुए। भगवान को अपने समक्ष देखकर उस व्यक्ति ने पूछा मुझे जीवन में बहुत असफलताएं मिलीं, अब मैं निराश हो चुका हूँ। हे भगवान मुझे बताओ कि मेरे इस जीवन की क्या कीमत है?

भगवान ने उस व्यक्ति को एक लाल रंगा का चमकदार पत्थर दिया और कहा जाओ इस पत्थर की कीमत का पता लगा लो, तुम्हें अपनी जिन्दगी की कीमत का भी पता चल जायेगा, लेकिन ध्यान रहे कि इस पत्थर को बेचना नहीं है।

वो व्यक्ति उस लाल पत्थर को लेकर सबसे पहले एक फल वाले के पास गया और कहा भाई ये पत्थर कितने का खरीदोगे ? फल वाले ने पत्थर को ध्यान से देखा और कहा मुझसे १० सन्तरे ले जाओ और ये पत्थर मुझे दे दो।

उस व्यक्ति ने कहा कि मै ये पत्थर बेच नहीं सकता, फिर वो व्यक्ति एक सब्जी वाले के पास गया और उससे कहा भाई... ये लाल पत्थर कितने में खरीदोगे? सब्जी वाले ने कहा कि मुझसे एक बोरी आलू ले जाओ और ये पत्थर मुझे बेच दो, लेकिन भगवान के कहे अनुसार उस व्यक्ति ने कहा कि नही, मै ये पत्थर बेच नहीं सकता।

फिर वो व्यक्ति उस पत्थर को लेकर एक सुनार की दुकान में गया जहॉ कई तरह- तरह के आभूषण पड़ें हुए थे उस व्यक्ति ने सुनार को भी वो पत्थर दिखाया और उस सुनार ने बड़े गौर से उस पत्थर को देखा और फिर कहा मै तुम्हें एक करोड़ रुपये दूँगा, ये पत्थर मुझे बेच दो फिर उस व्यक्ति ने सुनार से मॉफी मागी और कहा कि ये पत्थर मैं बेच नही सकता। सुनार ने फिर कहा कि अच्छा चलो ठीक है मैं तुम्हें दो करोड़ दूँगा ये पत्थर मुझे बेच दो।

सुनार की बात सुनकर वो व्यक्ति चौंक गया, लेकिन सुनार को मना कर वो आगे बढ गया और एक हीरे बेचने वाले की दुकान में गया, हीरे के व्यापरी ने उस लाल चमकदार पत्थर को पूरे १० मिनट तक देखा और फिर एक मलमल का कपड़ा लिया और उस पत्थर को उस पर रख दिया फिर उस व्यापारी ने अपना सर उस पत्थर पर लगा कर माथा टेका और कहॉ तुम्हें से कहॉ से मिला, ये इस दुनिया में सबसे अनमोल रत्न है, अगर इस दुनिया की पूरी दौलत भी लगा दी जाए तो इस पत्थर को कोई नहीं खरीद सकता।

ये सुन वो व्यक्ति बहुत हैरान हुआ और सीधा भगवान के पास गया और उन्हें आप बीती बताई और फिर उसने भगवान ये पूछा हे भगवान अब मुझे बताईये कि मेरे इस जीवन की क्या कीमत है?

भगवान ने कहा फल वाले ने, सब्जी वाले ने, सुनार ने और हीरे के व्यापारी ने तुम्हें जीवन की कीमत बता दी थी, हे मनुष्य किसी के लिए तुम एक पत्थर के टूकड़े समान हो और किसी के लिए बहुमूल्य रत्न समान।

हर किसी ने अपनी जानकारी के अनुसार तुम्हें उस पत्थर की कीमत बताई, लेकिन उस हीरे के व्यापारी ने इस पत्थर को पहचान लिया, ठीक उसी तरह कुछ लोग तुम्हारी कीमत नहीं पहचानतें, इसलिए जिन्दगी में कभी निराश मत हो। शिक्षा :- इस दुनिया में हर मनुष्य के पास कोई ना कोई ऐसा हुनर होता है जो सही समय पर निखर कर आता है लेकिन उसके लिए परिश्रम और धैर्य की जरुरत है!

प्रेषक- पवन कुमार शर्मा

जरा सोचिऐ...

भागदौड़ भरी जिंदगी में तनाव होना लाजमी है। ऐसे में इससे भागने की बजाय इसका मुकाबला करने की कोशिश कीजिए। अगर आप तनाव से जितना बचने की कोशिश करेंगे उतनी ही मानसिक पीड़ा होगी। कई प्रकार की मानसिक बीमारियो आपको अपना शिकार बना लेंगी।

तनाव से बचने के कुछ टिप्सः

१. अपनी सोच पर ध्यान दें।

ध्यान रखें जहां निगेटिव और फियरफुल सोच से तनाव और परेशानी बढ़ जाती है वहीं बुरी से बुरी परिस्थिति में भी पाज़िटिव सोचने से तनाव कम होता है।

२. कल्पना करना सीखें

ऐसी कल्पना करें कि आप जीवन में क्या चाहते हैं।

३. रोज व्यायाम करें।

शारीरिक श्रम करने से हमारे शरीर से बिना कारण की चिन्ता खत्म हो जाती है शरीर ठीक प्रकार से काम करता है व्यायाम करने से हमें चिन्ता से भी राहत मिलती है, चिन्ता चिता समान होती है।

४. आराम करना सीखें

हर दिन कुछ समय आराम करें, इससे हमें बुरी स्थितियों का सामना करने की ताकत मिलती है। आराम करना भी एक स्किल है। ऐसी किताबें पढ़े जिससे आपका आत्मबल बढे। अपना मनपंसद गाना सुनें।

५. तनाव के बारे में बात करें

अपने किसी प्रिय मित्र या किसी पारिवररिक सदस्य से अपनी बातें शेयर करें ऐसा करने से तनाव कम होता है।

६.अपना मनोरंजन भी करें

हर रोज अपने मनोरंजन के लिए थोड़ा समय भी निकालें। अपने आपको हर रोज ऐसे कामों में लगायें जिन्हें आप इन्जाय कर सकें। तनाव दूर करने का सबसे आसान तरीक है मनोरंजन।

७. गैजेट्स से दूरी

रात को सोने से कम से कम एक घन्टा पहले अपने मोबाईल, लेपटोप व टीवी आदि से दूर रहे ताकि गहरी नींद का सुख प्राप्त हो सकें

डॉ अंकित ओम
मेडिकल डायरेक्टर
जे०आर० हॉस्पिटल

गुजरे वक्त का आईना

(श्रीमति) जयश्री शर्मा

कड़कती धूप में वो शीतल छावं, तो कभी अंधियारे का दीपक,
जरुरी है सुननी उनकी नसीहतें, वो अनुभव जो आज है एक सबक।

उनके आशीर्वाद में खजाना है, खुशियों के माल का,
ना देखो उनके थके हाथ, और धीमी चाल को।

बुजुर्गों की हंसी से ही तो हमारे घर की पहचान है,
अपने मन को रख धैर्य से, देना इनको सम्मान है।

करे इनका सम्मान, ये हमारा कर्तव्य पूरा है,
उनके बिना तो ये जीवन सत्य-अधूरा है।।

बालक समान स्वभाव इनका 'बालक' ही कहलाते।
बालक-सा आचरण इनका, 'बालक' ही बन जाते ।।

करे प्रण इनकी सेवा-धर्म हो हमारा,
आशीष से इनके होगा जीवन में सवेरा।

(श्रीमति) जयश्री शर्मा

समझें और करें

बुरी आदतें भी एक अभिशाप की तरह ही होती हैं जो धीरे – धीरे किसी भी व्यक्ति के अपयश और अपकीर्ति का कारण बन जाती हैं।

बुरी आदतों का भी अपना एक नशा होता है अगर समय से इन्हें रोका न जाऐ तो ये भी लत बन जाती हैं। यदि एक बार किसी बुरी आदत कि लत लग गई तो स्वय को बुरी लगने के बावजूद भी हम उस काम को किए बिना रह ही नहीं पायेगे। हम आदतन उस काम को करने के लिए मजबूर हो जायेंगे।

बुरी आदतें हमारे प्रगति मार्ग में सबसे बड़ी बाधक होती है। कुछ बुरी आदतें हमारें व्यक्तिगत जीवन को दूषित करती हैं, कुछ सामाजिक जीवन को तो कुछ नैतिक जीवन को भी दूषित करती हैं।

गलत देखना, गलत सुनना, गलत बोलना, गलत खाना–पीना, गलत करना व गलत दिशा में जाना, ये सब हमारी बुरी आदतें ही तो हैं। हमें निरंतन इन सबसे बचनें के लिए प्रयासरत् रहना चाएिय।
महान दार्शनिक सुकरात् ने लिखा है कि हर वर्ष एक बुरी आदत को मूल से खोदकर फेंका जाए, तो कुछ ही वर्षों में बुरी से बुरी व्यक्ति भी भला हो सकता है।

अच्छी आदतें अच्छे इंसान को जन्म देती है और बुरी आदतें बुरे इसान को। बुरी आदतों से निरंतर बचने का? प्रयास न किया गया तो आपके भीतर कब एक बुरे इंसान ने जन्म ले लिया आपको खुद पता नही चलेगा।

आदतें बुरी त्यागने का कुछ तो जतन कर ले।
मिल जायेंगे प्रभु तुझे बस इतना भजन कर ले।।

यहाँ मैं घर घर खेली

वहाँ मैं घर–घर खेली थी,
कपड़े की गुड़िया सजाई थी।
माँ की साड़ी, पापा की टोपी,
अपना छोटा सा संसार बनायी थी।

आज उसी खेल की सच्चाई हूँ,
अब किसी घर की एक इकाई हूँ।
जब इस नए आँगन में कदम रखा,
मन थोड़ा काँपा, थोड़ा झिझका।

तब आपने मुस्कान से थामा,
आपकी नजरों में मैं बहू नहीं, आपका अभिमान बनी।
ना कोई सवाल, ना कोई रुकावट,
आपका साया बना जीवन का वट

आपकी बातों में था अपनापन,
हर लम्हा सिखाया जीवन–धर्म।
समझी बिना कहे हर बात,
बना दिया रिश्तों को मजबूत सौगात।

अब यहाँ भी मैं घर घर खेली,
बस उस खेल में जीवन की सच्चाई है ।
गुड़िया के खेल से निकलकर,
आज मेरी हर मुस्कान में आपके स्नेह की परछाई है।

–सृष्टि कुमार शर्मा

श्रद्धा और विश्वास के साथ गंगा स्नान का वास्तविक फल

(नित्यलीलालीन श्रद्धेय भाईजी श्री हनुमान प्रसाद जी पोहार)

गंगास्नानसे पापोंका अशेष नाश होना बतलाया गया है: परंतु नित्य गंगास्नान करनेवाले लोग भी पापमें प्रवृत्त होते देखे जाते हैं।

श्रद्धापर एक दृष्टान्त

एक समय शिव जी महाराज पार्वतीके साथ हरिद्वार में घूम रहे थे। पार्वतीने देखा कि सहस्रों मनुष्य गंगा में नहा नहाकर हर-हर करते चले जा रहे हैं: परंतु प्राय: सभी दुखी और पापपरायण हैं। पार्वतीने बड़े आश्चर्य के साथ शिवजी से पूछा 'कि हे देवदेव! गंगामें इतनी बार स्नान करनेपर भी इनके पाप और दु:खोंका नाश क्यों नहीं हुआ? क्या गंगामें सामर्थ्य नहीं रही ? शिवजीने कहा- प्रिये! गंगामें तो वही सामर्थ्य है: परंतु इन लोगोंने पापनाशिनी गंगामें स्नान ही नहीं किया है तब इन्हें लाभ कैसे हो? पार्वतीने साश्चर्य कहा कि स्नान कैसे नहीं किया? सभी तो नहा-नहाकर आ रहे हैं? अभीतक इनके शरीर भी नहीं सूखे हैं। शिवजीने कहा- ये केवल जलमें डुबकी लगाकर आ रहे हैं। तुम्हें कल इसका रहस्य समझाऊँगा। दूसरे दिन बड़े जोरकी बरसात होने लगी। गलियाँ कीचड़से भर गयीं। एक चौड़े रास्तेमें एक गहरा गड्ढा था, चारों ओर रपटीला कीचड़ भर रहा था। शिवजीने लीलासे ही वृद्ध-रूप धारण कर लिया और दीन-विवशकी तरह गड्ढेमें जाकर ऐसे पड़ गये, जैसे कोई मनुष्य चलता चलता गड्ढे में गिर पड़ा हो और निकलनेकी चेष्टा करनेपर भी न निकल सकता हो।

पार्वतीको यह समझाकर गड्ढेके पास बैठा दिया कि देखो। तुम, लोगोंको सुना सुनाकर यों पुकारती रहो कि "मेरे वृद्ध पति अकस्मात् गड्ढे में गिर पड़े हैं, कोई पुण्यात्मा इन्हें निकालकर इनके प्राण बचाये और मुझ असहायकी सहायता करे।' शिवजीने यह और समझा दिया कि जब कोई गड्ढेमेंसे मुझे निकालनेको तैयार हो तब इतना और कह देना कि भाई! मेरे पति सर्वथा निष्पाप हैं, इन्हें वही छुए जो स्वयं निष्पाप हो, यदि आप निष्पाप हैं तो इनके हाथ लगाइये, नहीं तो हाथ लगाते ही आप भस्म हो जायँगे।" पार्वती तथास्तु कहकर गड्ढेके किनारे बैठ गयीं और आने -जानेवालोंको सुना- सुनाकर शिवजीकी सिखायी हुई बात कहने लगीं। गंगामें नहाकर लोगोंके दल-के-दल आ रहे हैं। सुन्दरी युवतीको यों बैठी देखकर कइयोंके मनमें पाप आया, कई लोक लज्जासे डरे तो कइयोंको कुछ धर्मका भय हुआ, कई कानूनसे डरे। कुछ लोगोंने तो पार्वतीको यह भी सुना दिया कि मरने दे बुड्ढेको। क्यों उसके लिये रोती है? आगे और कुछ दयालु सच्चरित्र पुरुष थे, उन्होंने करुणावश हो युवतीके पतिको निकालना चाहा परंतु पार्वतीके वचन सुनकर वे भी रुक गये। उन्होंने सोचा कि हम गंगामें नहाकर आये हैं तो क्या हुआ, पापी तो हैं ही, कहीं होम करते हाथ न जल जायँ। बूढ़ेको निकालने जाकर इस स्त्रीके कथनानुसार हम स्वयं भस्म न हो जायँ। किसीका साहस नहीं हुआ। सैकड़ों आये, सैकड़ोंने पूछा और चले गये। सन्ध्या हो चली। शिवजीने कहा- पार्वती! देखा, आया कोई गंगामें नहानेवाला ?

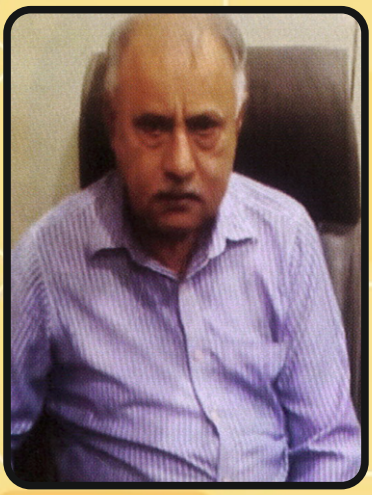
थोड़ी देर बाद एक जवान हाथमें लोटा लिये हर-हर करता हुआ निकला, पार्वतीने उसे भी वही बात कही। युवकका हृदय करुणासे भर आया। उसने शिवजीको निकालनेकी तैयारी की। पार्वतीने रोककर कहा कि भाई! यदि तुम सर्वथा निष्पाप नहीं होओगे तो मेरे पतिको छूते ही जल जाओगे। उसने उसी समय बिना किसी संकोचके दृढ़ निश्चयके साथ पार्वतीसे कहा कि "माता! मेरे निष्पाप होनेमें तुझे सन्देह क्यों होता है? देखती नहीं मैं अभी गंगा नहाकर आया हूँ। भला, गंगामें गोता लगानेके बाद भी कभी पाप रहते हैं? तेरे पतिको निकालता हूँ।" युवकने लपककर बूढ़ेको ऊपर उठा लिया। शिव-पार्वतीने उसे अधिकारी समझकर अपना असली स्वरूप प्रकटकर उसे दर्शन देकर कृतार्थ किया ! शिवजीने पार्वतीसे कहा कि "इतने लोगोंमेंसे इस एकने ही गंगास्नान किया है।" इसी दृष्टान्तके अनुसार जो लोग बिना श्रद्धा और विश्वासके केवल दम्भके लिये गंगास्नान करते हैं, उन्हें वास्तविक फल नहीं मिलताय परंतु इसका यह मतलब नहीं कि गंगास्नान व्यर्थ जाता है।

-कल्याण से साभार

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट द्वारा

'चेतना'

पत्रिका के द्वितीय अंक के प्रकाशन पर
हार्दिक शुभकामनाएं



ANIL ANAND

Mob.: 9213234797, 9650003584

AURPAN EQUIPMENTS

Manufacturer & Supplier of Commercial Kitchen, casting & Surgical Equipment
Specialist in: Chat Papri Counter, Trolleys, Chaffing Dishes & Kitchen Equipment

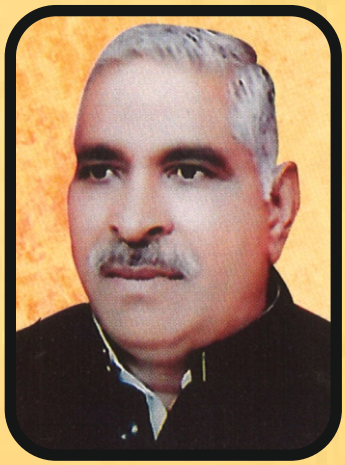
Works: 80-K Rajender, Nagar Indl. Area(Opp. Dass Factory
Mohan Nagar, Ghaziabad-201007 (U.P.) INDIA
Web.: aurpanequipments.com

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट द्वारा

'चेतना'

पत्रिका के द्वितीय अंक के प्रकाशन पर

हार्दिक शुभकामनाएं



Lt. Om Dutt Sharma

Vijay Sharma

VIJAY SHREE JEWELLERS

188, CHOPLA, SIHANI GATE, GHAZIABAD.

Mobile: 9911242740, 9999483366

पति के पिताजी

श्रीमति श्रुति शर्मा

जब पिता – पुत्री का दान करे तो पुत्री पर अभिमान करे,
जो दान में पाए वधू व वधू का सम्मान करे।
पर पुत्री पर क्या बीते जब बन जाए वो वधू,
स्मरण करे पिता का घर, प्यार – लाड दुलार।।

नए संबंधों में जब एक रिश्ता, पिता की याद दिलाता।
पति के पिता परम पूजनीय ससुर का रिश्ता कहलाता।।
जब वधू को पुत्री सा स्नेह मिले
तब घर आँगन महका जाता।
रहे वो खुश, निश्चिन्त, संरक्षित,
न कष्ट कोई उसे छू पाता।।

जैसे बरगद की छाँव गर्मी में ठंडक दे जाती है
वैसे ही आपका स्नेह दुलार जीवन पथ की हिम्मत बन जाती है
कोटि–कोटि नमन कि हमको ये सानिध्य मिला।
समय जितना भी मिला, वो गागर में सागर सा मिला।।

- श्रुति शर्मा
फ्रैन्क फर्ट
जर्मनी

सेवा से मोक्ष के द्वार खुलते है-

एक महान संत थे जो बहुत बड़े तपस्वी थे। उन्हें कई शास्त्रों का ज्ञान था। कई श्लोक मुँह जबानी याद थे। उनकी बुद्धिमानी के चर्चे मीलों तक थे। संत दिन रात प्रत्येक पल भगवान् की भक्ति में लगे रहते थे। कठिन से कठिन तपस्या करते थे, लेकिन उन्हें सेवा में रूचि नहीं थी। उन्हें लगता था सेवा से ज्ञान नहीं मिलता। केवल ईश्वर के ध्यान से ही जीवन सार्थक होता है। इसलिए वे दिन रात ईश्वर भक्ति में तल्लीन रहते थे। ना उन्हें किसी अन्य से लेना था, ना देना। ना किसी का भला करते थे और ना ही बुरा। ऐसे व्यक्ति से समाज को कोई खतरा नहीं होता। उन्हें लोग अच्छा ही मानते हैं। इसी कारण इनकी प्रसिद्धी सभी जगह थी।

एक दिन, संत अपनी साधना के लिए वट वृक्ष के नीचे बैठे। अचानक ही वही बैठे– बैठे उनके प्राण निकल गये। मृत्यु के बाद जब उनके सामने चित्रगुप्त आये तो उन्होंने संत से कहा, ष्हे तपस्वी ! तुम्हारी तपस्या और ईश्वर भक्ति को देख कर, तुम्हे एक कुलीन, प्रतिष्ठित परिवार में अगला जन्म दिया जायेगा।ष यह सुनकर संत दुखी स्वर में बोले, हे चित्रगुप्त ! मैंने वर्षो तपस्या की, उसमे कोई कमी नहीं रखी। किसी प्राणी को दुःख नहीं दिया। फिर भी मुझे मोक्ष की प्राप्ति क्यूँ नहीं हो रही? इस पर चित्रगुप्त ने संत को धर्मराज के सामने पैश किया।

संत ने अपनी सारी व्यथा धर्मराज से कही। अपने सारे धार्मिक कर्म कांड के बारे में विस्तार से कहा। यह सब सुनकर धर्मराज मुस्कराये और उन्होंने कहा, हे वत्स ! वास्तव में तुम मानव धर्म को जान ही नहीं पाये। मुझे पता है, तुमने कठिन से कठिन तप किया। किसी को कष्ट नहीं दिया, लेकिन तुमने परोपकार भी नहीं किया। अपने अर्जित ज्ञान से किसी अज्ञानी की मदद नहीं की। किसी रोगी का उपचार नहीं किया। किसी भटके राही को सही मार्ग नहीं दिखाया। वास्तव में तुम जानते ही नहीं हो कि परोपकार ही असल मायने में मानव धर्म है। सेवा भाव ही मानव जीवन का आधार होना चाहिये। इस तरह संत को अपनी भूल का ज्ञान हुआ, और उन्होंने अपने अगले जन्म में तप के साथ सेवा भाव को भी जीवन का लक्ष्य बनाया, और फिर उन्हें वर्षो बाद मोक्ष की प्राप्ति हुई।

सर्वे भवन्तु सुखिनः, सर्वे संतु निरामया को आधार बनाकर हमें ज्ञान के साथ साथ सेवा कार्य अवश्य करना चाहिए। यह सेवा अनेक रुपों में पृथ्वी पर विद्यमान है यथा – वृद्ध सेवा, रोगी सेवा, असहाय सेवा वृक्ष सेवा, पशु पक्षियो की सेवा इच्छुक अज्ञानियों के लिए ज्ञान देने की सेवा। अन्ततः.... कोई न कोई सेवा साधक को मनुष्य को अवश्य करनी चाहिए।

विद्या प्रकाश त्यागी

क्रोध - मुक्ति के उपाय

किसी गांव का एक युवक लगभग बारह वर्ष बाद अपने गांव लौटकर आया। परन्तु वेष बदला हुआ था। वह साधु वेश मे था। बढे बाल और दाढी, गेरुए वस्त्र पैरो में खड़ाऊ और कांधे पर एक अलपटी। युवक प्रफुल्लित भाव से चला जा रहा था। लोग पहचान नही पाये। परन्तु साधु के नाते उनके पीछे चल पडे। युवक ने चिर - परिचित मार्गों से गांव की परिक्रमाकी, और गांव के मन्दिर पर जाकर ठहर गया।

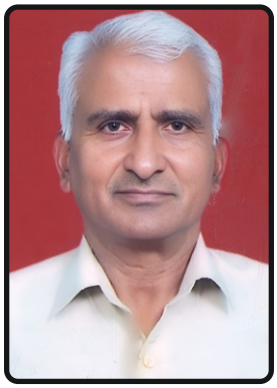
और दौडकर पानी लाया। किसी ने जलपान का अनुरोध किया। थोडी देर युवक आंख बन्द कर ध्यान मग्न होकर बैठा । शाम हो गयी थी। तो युवक ने अपना रहस्य प्रकट किया कि मैं तो इसी गांव का बेटा हूँ और अमुक का पुत्र हुँ। लोग बहुत प्रसन्न थें कि गांव को एक सन्त की प्राप्ति हो गयी। वह निव्यप्रति मन्दिर पर ही रहकर पूजा - अर्चना करने लगा। लोगों को प्रवचन करने लगा। उसने लोगों को बताया कि बाहर रहकर सन्तों की शरण मे रहकर मैनें कुछ प्राप्त किया है और वह है क्रोध पर विजय। मैंने क्रोध को जीत लिया है आदि आदि। ग्रामीण गदगद थे अपने ग्रामवासी की उपलब्धियों पर भोले भाले ग्रामीणों ने सन्त के सम्मान में एक परिक्रमा यात्रा का आयोजन किया। सन्त जी आगे-आगे चले उनके पीछे जय-जयकार करती हुई भीड चली। सन्तजी को फूल मालाओ से लाद दिया गया। और सन्त भी गर्वीले भाव से इधर-उधर देखते। बुजुर्गो को प्रणाम करते और सबको आशीर्वाद देते हुए चल रहे थे। यात्रा में आनन्द आ रहा था तभी एक युवक का पैर, सन्तजी की खडाऊ पर पड गया। युवक तो सहम गया। परन्तु सन्त मुस्कुराए और आगे चल दिये । कुछ दूरी चले थे, कि उसी युवक का पैर, फिर से खडांऊ पर पड गया। इस बार सन्तजी ने थोडी भृकुटि चढाई। युवक फिर डर गया और वह कुछ और पीछे हो गया। मन्दिर के पास पहुचनें ही वाले थें। कि एक अन्य युवक का पैर सन्तजी की खड़ाऊ पर फिर पड़ गया। सन्तजी से रुका नही गया.... हाथ का डन्डा ऊपर उठाया और भद्दी-भद्दी गालियां देते हुए उस युवक की ओर झपटे....। सब हैरान थे। सन्तजी ने क्रोध त्याग दिया था।

क्रमशः.....

और इतने दिन के प्रवास के बाद भी वही सब पुराना रुप....? यही हाल प्रायः सभी का होता है। क्रोध हमारे भीतर छिपा होता है। और यह बाहर आने का अवसर तलाशता है। और जैसे ही कोई काम हमारी आशा के, अपेक्षा के अथवा इच्छा के अनुसार नहीं होता तैसे ही हमारा क्रोध बाहर आ जाता है। और फिर क्रोध में ही हम वह सब कर डालते है, जिसका हमे शान्त होने पर पछतावा होता है ईश्वर ने हर प्राणी की रचना अति विशेष रूप से की है परन्तु मनुष्य को मस्तिष्क दिया है और वह भी इस प्रकार का कि यह सतत विकास करता रहे । हमारे मस्तिष्क की रचना न्यूरॉन्स से होती है। करोडों न्यूरान इस रचना में लगते हैं। परन्तु जब हमें क्रोध आता है, तो सिर का तापक्रम स्वाभाविक रूप से बढ जाता है। और उतने ही तापक्रम से हमारे हजारो न्यूरान खराब हो जाते हैं, जिनकी आपूर्ति कभी नहीं होती। जब हमें क्रोध आता है तो चेहरे की सौभ्यता विकृत हो जाती है। चेहरा डरावना हो जाता है। मन वाणी से नियंत्रण हट जाता है। तब ही क्रोध के समय अपशब्द बोलने लगते हैं। क्रोध को कम कराना चाहते हैं तो हमे अपनी उम्मीदें, अपेक्षाऐ, आवश्यकताऐं और इच्छाऐं नियंत्रित करनी होंगी। इरादा करके क्रोध के समय मौन रहने का अभ्यास करना होगा। उस स्थान से हट जाना चाहिए। पानी-पीना चाहिए ताकि मस्तिष्क को ठन्डक महसूस हो सके। हो सके तो अपना खान-पान सरल और सात्विक रखें। ऐसे लोगों का साथ रहने का प्रयास करें जो अपशब्दों का प्रयोग नहीं करते। जीवन को बाह्य आडम्बरों से बचाकर सरल जीवन चर्या अपनानी चाहिए। यदि हम शान्त रहने का अभ्यास कर लें तो क्रोध से छुटकारा मिल सकता है।

- मुकुल शर्मा

ओ माँ



जो दिल से निकलती हैं दुआऐ और होती है।
जो फलक तक जाती है सदाऐं और होती है।

तेरे छुअन की ठंडक कभी सह तक नहीं जाती
ओ माँ नेरे दामन की हवाऐं और होती हैं

जनम देना और माँ होना अलग अलग बाते हैं
देवकी और होती हैं यशोदाऐं और होती हैं

यूं ही नहीं मिलता किसी को भगवान का रुतवा
जो भगवान जैसी होती हैं वो माऐ और होती हैं

अफसोस माँ भी कैकेई को पागल समझती है
क्या आज कल ममता को सोमाऐं और होती हैं

लख्ते-जिगर को बेरुखी से सजा कौन देता है
पानी के बुलबुले जैसी सजाऐं और होती ह

पहली दोस्त हो पहनी दुश्मन क्यूं बनती हो
हर बेटी को माँ से आशाऐं और होती हैं

हँसने दे औरों की तरह मुझे भी खेलने दे
शर्मिदा करने वाली खताऐं और होती है

अगर दुश्मन है दुनिया तो बड़ी बात क्या हुई,
दुश्मन घर ये हो तो बलाऐं और होती हैं

बेटा शादी तक अपना बेटियो शमशान तक,
इस दौर में जईफी की असाऐं और होती है।

मैं तेरे घर में अपनी मर्जी से नहीं आई,
इस बाबत क्या मां की खताऐं और होती है।

- अमर सिंह

जीवन के अस्सी बसन्त

एक पड़ाव

भागती – दौड़ती जिन्दगी में , पता ही नही चला
कैसे बीते अस्सी बसन्त
जीवन की मस्ती, खेल – कूद, हँसतें – झगड़ते
बीत गया प्यारा बचपन
माँ कहती पढ़ लो, यही भविष्य है!
यही समय है, यही उद्देश्य है!
कल संवारना है, स्वयं को पहचानना है
स्वयं का जीवन, स्वयं ही जीना है!
रास्ता कठिन था, ड़गर ऊँची–नीची थी
भागते– गिरते, फिर संभलते–उठते
संघर्ष करते रहे, हिम्मत बढ़ती गई
ऐसे ही बीत गया जीवन का एक पड़ाव
मित्र पूछते थे, क्यों रोती हो?
आज पूछते है, कैसे हंसती हो?
असीम सुख माता–पिता का
बदल गया बच्चों के सुख में
कल का डर, चलने का डर
गिर कर संभलने का डर
इसी उधेड़–बुन में मैं
जीवन जीना ही भूल गयी
क्या खोया? क्या पाया?
जो खोया वह पीछे छूटा
जो पाया वो साथ रहा,
यही जीने का संबल बना
यही जीवन है, जी लो! सुख ढूँढ लो
जाने वालों की यादें, दोस्तो का साथ
बच्चों की खुशियां, हंसी का सहारा
यही अनुभव है, अस्सी बसन्त का।

सावन

प्यासी धरती को सावन मिला
प्यासे मन को जीवन मिला
बादल आऐ, दरस दिखाऐं
हवा के झोके, पुलकित कर जाऐं

आस–निराश के बंधन में
जीवन –मरन के झंझट में
कल क्या होगा? इसी के डर में
हम हंसना! भूल गऐं जीवन में

उठो! सूरज उगता देखो
पंछी दाना चुगता देखो
सावन में भीगना सीखो
बादल से बरसना सीखो

कल आऐगा, जब आऐगा
मन के द्वार खोल कर रखो
रात–दिन का अन्तर मिटेगा
तो दुःख भी हंसना सीखेगा

शीतल मन और शीतल जीवन
मन्त्र यही जीवित रहने का
ठहरा जीवन किस काम का
बादल जैसे चलना सीखो

चलते रहना ही जीवन है
यह जीवन ही सावन है।

Indu Khanna
Associate Professor (Retd.)
Delhi University
A-5, Vidisha Aptt. I.P. Ext. Delhi
Mob.: 8588008135

वृद्धावस्था

हर शाम सवालों से भरी
हर सुबह बिना उम्मीद की
चेहरे पे हँसी की चादर है
बस टूट गया विश्वास
अब फूल लगे हैं चुभने
दीये लगे हैं बुझने
मन्नतों में होती ताकत
कोई तो देता साथ
बस एक ही है गुजारिश,
ना बनाओ जिंदा लाश । ।

जो सुन सका न कोई कभी
वो दर्द लिखा है दीवारों पर
हर ख्वाब अधूरा रह गया
टूटे हैं अंदर हजारों घर
अपने घर से हुए बेघर
अब कुछ ना आता रास
भीड़ में हुए अकेले
बन के सबके दास
बस एक ही है गुजारिश,
ना बनाओ जिंदा लाश ।।

इस अजनबी सी दुनिया में
कुछ खुशियों की तलाश
हर मोड़ मिली बस तन्हाई
कोई अपना होता काश
धड़कनें लगी हैं थमने
रुसवा होने लगी हैं साँस
बुढ़ापा भी कहता है चुपचाप
ना हाड़ बचा ना मांस
बस एक ही है गुजारिश,
ना बनाओ जिंदा लाश । ।

अंकित भारद्वाज

सम्मान

(वरिष्ठ नागरिकों को समर्पित)

जो कल थामे थें उँगलियाँ हमारी,
आज थाम लें हम राहें उनकी सारी ।

संघर्षों से सींचा जिसने घर – आँगन,
उनके जीवन को दें हम स्नेह का संग।

वो चुप हैं, पर शब्दों के सागर हैं,
हर मुस्कान में अनुभव के नागर हैं।

थके हैं शायद, पर टूटे नहीं हैं,
वो नींव हैं जो जमीन से छूटे नहीं हैं।

सम्मान चाहिए उन्हें, सहारा नहीं
प्रेम चाहिए, किनारा नहीं।
उनके हर आशीर्वाद में हैं शक्ति अपार,
उनका साथ ही हैं सबसे बड़ा उपहार।

चलों झुककर करें प्रणाम उन्हें,
जिनसे रोशन हुआ हैं हर नाम उन्हें।
वो कल थे, आज हैं, कल भी रहेंगे,
सम्मान से ही रिश्ते सच्चे बनेंगे।

ऋचा बल्लभ खुल्बे
अध्यक्ष एवं सस्थापक
नींव शक्ति संस्था

कहानी दो दोस्तों की

एक गावं में दो बच्चें थे, एक लगभग आठ वर्ष की आयु का था, दूसरा लगभग छः वर्ष की आयु का था, दोनों में अच्छी दोस्ती थी और अक्सर साथ रहते थे। एक दिन खेलते-खेलते जंगल में चलेगये। जंगल में खेलते समय असावधानीवश बड़ा बच्चा कुएँ में गिर गया। इस घटना से छोटा बच्चा बहुत घबरा गया और उसको कुएँ से निकालकर बचाने की सोचने लगा। डर भी स्वाभाविक था कि यदि कुछ अनहोनी हो गयी तो गावं पहुँच कर क्या होगा? मार पड़नी तो तय है ही साथ ही मित्र की डूबकर मृत्यू भी हो सकती है तथा ऐसे तरह-तरह के प्रश्न मन-मस्तिष्क में दौड़ रहे थे। साथ ही छोटा बच्चा बड़े बच्चे को बचाने के लिए जुगत में लगा था। तभी उसे कुएँ के पास एक बाल्टी और रस्सी रखी थी। छोटे बच्चे ने अविलम्ब रस्सी और बाल्टी कुएँ में डाल दी। उधर बड़ा बच्चा जो छटपटा रहा था और बचाओं-बचाओं चिल्ला रहा था। उसने भी बाल्टी देखी और उसको भी उम्मीद जाग उठी। छोटे बच्चे ने पूरे जोर और यतन के साथ बड़े बच्चे को बाहर निकालने के लिए बाल्टी और रस्सी कुएँ में ड़ाल दी और कुएँ से बाहर खींच लिया। दोनों ने बाहर मिलकर अज्ञात् भयसे बचाव हाने के कारण खुशी से रोने लगें। एक दूसरे ने आपस में ढ़ाढस बढ़ाया और कहा कि इस घटना के बारें मे घर जाकर नहीं बतायेगें, नही तो बहुत मार पड़ेगी। लेकिन बड़े बच्चे को शरीर पर चोटें लगी थी तो उसके घर वालों ने चोट कैसे लगी ये जानना चाहा। पहले तो उसने इधर-उधर का बहाना बनाया लेकिन सख्ती से पूछने पर उसने पूरी घटना बयाँ कर दी। यह जान कर किसी को यकीन नहीं हुआ और गाँव मे चर्चा का विषय बन गया, तथा गाँव में खबर आग की तरह फैल गयी। कोई मानने को तैयार ही नहीं था कि छोटा बच्चा-बड़े बच्चे को कुएँ से इस प्रकार बाहर भी निकाल सकता है।

गाँव मे एक सकारात्मक सोच वाला बुद्धिमान व्यक्ति भी था। गाँव वाले उसके पास गये और जानना चाहा कि क्या यह सम्भव है? जिस प्रकार बच्चे बयान् कर रहे है। उस बुद्धिमान व्यक्ति ने थोड़ी देर सोचा और फिर सोचकर बताया कि हाँ! ऐसा अवश्य सम्भव है। ग्रामीणों ने प्रश्न किया कि आपने ऐसा अनुमान या विश्वास किस आधार पर किया। तब उस व्यक्ति ने कहा कि ऐसा इसलिए सम्भव है चूंकि वहाँ आप जैसी नकारात्मक सोच वाले व्यक्ति नहीं थें जो छोटे बच्चे को कहते कि यह आपके बस की बात नहीं है और आप इसे कर ही नहीं सकते। छोटे बच्चे के पास सकारात्मक सोच, जज्बा ओर एक लक्ष्य था कि उसे अपने दोस्त को डूबने से बचाना है। उसकी सोच सकारात्मक थी, 'Yes I can do it !'।

सुरेश शर्मा

निर्दयी पति

एक महिला ने 'अल-बगदादी' नामक एक कपड़ा व्यापारी से शादी की, जो कंजूस था। एक दिन उसने एक मुर्गी खरीदी और अपनी पत्नी से उसे पकाने को कहा। जब वे खाना खा रहे थे तो उन्होंने दरवाजे पर दस्तक सुनी। पति ने दरवाजा खोला और देखा कि एक गरीब आदमी कुछ खाना मांग रहा है। उसने उसे कुछ भी देने से इनकार कर दिया, उससे कठोरता से बात की और उसे भगा दिया, तथा उसके सामने दरवाजा बंद कर दिया। उनकी पत्नी, जिसका नाम खोला था, ने उनसे पूछा, 'आपने इस भिखारी के सामने दरवाजा इस तरह क्यों बंद कर दिया?' पति ने गुस्से से जवाब दिया, 'तुम मुझसे क्या करवाना चाहती थी?' उसने जवाब दिया, 'आप उसे चिकन का एक टुकड़ा दे सकते थे या उससे कुछ अच्छी बातें कह सकते थे।' अल-बगदादी ने अपना चिकन खाया और अपनी दुकान पर चला गया, जहां उसे पता चला कि आग ने उसका व्यवसाय नष्ट कर दिया है। वह निराश होकर घर लौटा और अपनी पत्नी से कहा, 'दुकान जलकर राख हो गई। मेरे पास कुछ भी नहीं बचा।' उसने उससे कहा 'परमेश्वर की दया से निराश मत हो।' उसने उससे कहा कि वह अपने पिता के पास लौट जाए, क्योंकि अब वह उसका भरण-पोषण नहीं कर सकता। अंततः उसने तलाक के लिए अर्जी दायर कर दी और वे अलग हो गये। दो साल बाद, खोला ने 'मैथम अल-कुफी' नामक एक व्यक्ति से दोबारा शादी कर ली, जो अपनी उदारता और दयालुता के लिए जाना जाता था। एक दिन, जब वे दोनों साथ में खाना खा रहे थे, दरवाजे पर दस्तक हुई। खोला यह देखने गई कि वह कौन है और अपने पति से यह कहते हुए वापस आई, 'वहां एक भिखारी है जो भूख से शिकायत कर रहा है।' उसके पति ने जवाब दिया, 'उसे इन दो मुर्गियों में से एक दे दो, हमारे लिए एक ही काफी है। जो भी हमारे पास आएगा हम उसे निराश नहीं करेंगे।' खोला ने मुर्गी को भिखारी को देने के लिए ले लिया, फिर अपने पति के पास लौट आई, उसकी आंखें आंसुओं से भरी हुई थीं। उसने उससे पूछा, 'तुम क्यों रो रही हो?' उसने जवाब दिया: 'मैं इसलिए रो रही हूँ क्योंकि वह भिखारी अल-बगदादी है, मेरा पहला पति।' उसने उससे कहा 'यदि वह भिखारी जिसने हमारे दरवाजे पर दस्तक दी, तुम्हारा पहला पति है, तो जान लो कि मैं ही पहला भिखारी था जिसने तुम्हारे दरवाजे पर दस्तक दी थी जब तुम उसकी पत्नी थी।' जीवन इसी प्रकार चलता रहता है... जितना हो सके अच्छा करो

प्रेषकः सुरेश शर्मा

बुद्धि का बल

एक समय की बात है दो राज्य थे एक बड़ा राज्य था उसमें कई रियासतें व जागीरें थीं तथा दूसरा पड़ोसी राज्य जो बहुत छोटा था उसमें केवल राजा ही समस्त दायित्वों का निवर्हन करता था। बड़े राज्य का राजा अपनी रियासतों व जागीरदारों के बल पर पड़ौसी राज्यों को पराजित कर उन पर कब्जा करने की योजना सदैव बनाता रहता था। राजा बड़ा अहंकारी, लालची और बदनीयत का था। राजा को बलशाली राज्य होने का भी अंहकार था। इस राजा के मन में पड़ौसी छोटे राज्य को अधीन करने का विचार अक्सर मन में विचरण करता था। एक दिन राजा ने अपने सभी रियासतदारों व जागीरदारों को अपने दरबार में उपस्थित होने के लिए आदेश जारी किया। सभी छोटे-छोटे रियासतदार व जागीरदार नियत समय व तिथि पर दरबार में उपिस्थत हुए। राजा ने सभी को बुलाने का अभिप्राय व अपनी योजना के बारे में विस्तार से बताया कि आज से एक माह बाद आप सभी अपने सैनिकों, युद्ध की सामग्री व रसद आदि का प्रबन्ध करके यहां आये हम सभी को आक्रमण कर एक राज्य को पराजित कर अपने अधीन करना है। यहां उल्लेखनीय है कि पहले सेना छावनियों में नही रहती थी अपितु आपातकाल अथवा युद्ध के समय सैनिकों को एकत्रित किया जाता था। इस प्रक्रिया में काफी समय लगता था। राजा ने अपने विश्वस्त मन्त्रियों व रियासतदारों को संकेत भी दिया कि कौन से पड़ौस के छोटे राज्य पर आक्रमण कर उसे अपने राज्य में मिलाना है इसलिए आज से ही युद्ध की तैयारी में आप लोग जुट जाऐं।

उधर छोटे राज्य का राजा बड़ा ही दयालु व अपनी प्रजा का पूर्ण हितकारी था। राजा बड़ा ही विवेकशील व तीव्र बुद्धि का स्वामी था। राजा ने अपने राज्य में गुप्तचरों का भी एक दल तैयार किया हुआ था क्योंकि इस छोटे राज्य को सदैव पड़ौसी राज्यों से सतर्क रहना पडता था छोटा राज्य होने के कारण सेना पर सीधे राजा और सेनापति का नियन्त्रण था। सभी योद्धा सेनापति की देख-रेख में सदैव उचित प्रशिक्षण व अभ्यासरत रहते थे। राजा के गुप्तचर जो बड़े राज्य में पैठ बनाये हुए थे उन्होने अपने राजा को बड़े राज्य के राजा के षडयन्त्र के बारे में अविलम्ब सूचित किया कि आज से एक माह के बाद हमारे राज्य पर कभी भी पड़ौसी राजा बदनीयत से आक्रमण करेगा एवं राजा ने अपने सभी मन्त्रियों व रियासतदारों को आक्रमण की तैयारी करने का आदेश दिया है। छोटे राज्य का राजा बड़ा सतर्क व कुशाग्र बुद्धिवाला था। राजा ने इस अन्देशे को भांपते हुए सेनापति को बुलाकर अपनी सेना को आत्मरक्षा के लिए दस दिन में तैयार रहने का आदेश दिया। इस राज्य की प्रजा अपने राजा के प्रति निष्ठावान तो थी ही, प्रेम भी करती थी, चूंकि राजा से सभी सन्तुष्ट थे। सेना के साथ-साथ नागरिक भी अपने-अपने सामर्थ्यानुसार तैयारी में जुट गये। राजा ने एक होशियारी यह की कि यह नहीं बताया कि हम बड़े राज्य पर आक्रमण की तैयारी कर रहे हैं। अपितु बताया कि हमे अपनी रक्षा के लिए तैयार रहना है (चूंकि इस आशंका से कि दूसरे राज्य के गुप्तचर हमारे राज्य में भी हो सकते हैं)। अतः अब सभी तैयारी में जुट गये।

बड़े राज्य के राजा को भी गुप्तचरों से सूचना मिल गयी कि छोटे राज्य में भी आत्मरक्षा के लिए तैयारियां हो रही है। यह जानकर राजा ने अपने रियासतदारों को सूचना भिजवाई कि हमें तैयारी पूरे जोर-शोर से करनी है ताकि हम पड़ोसी राज्य को पराजित कर अपने राज्य में निश्चित ही मिला सकें।

क्रमशः.....

इधर ज्यों ही दस दिन का समय पूरा हुआ छोटे राज्य की सेना पूर्ण दम-खम के साथ तैयार थी। राजा ने सेनापति व मन्त्रियों को सभी आवश्यक आदेश-निर्देश दिये और सभी को उनके दायित्वों की कार्य योजना बताने के उपरान्त सेनापति को निदेशित किया कि आज रात हम बड़े राज्य पर आक्रमण करेंगे। अपनी सेना को सीमा की ओर कूच कराओ। सेनापति को समझते देर नही लगी कि राजा की योजना क्या है? राजा स्वयं भी तैयार हुए और सेना के साथ राज्य की सीमा की ओर कूच कर दिया। राजा अपनी सेना के साथ शाम तक सीमा पर पहुंच गया। राजा ने सेना को आराम करने व रात्रिभोज के लिए आदेश दिया। रात्रि भोज के उपरान्त राजा ने घोषणा की कि अब हम पड़ौसी राज्य पर आक्रमण करेंगे। सेना में चारों ओर सन्नाटा था लेकिन राजा की आज्ञा का पालन तो होना ही था अतः सेना ने आक्रमण के लिए कूच किया। उधर बडे राज्य में सब गहरी नींद मे सोये थे और एक माह की तैयारी के हिसाब से तैयारी कर रहे थे। दोनो राज्यों की सीमा एक नदी से विभाजित होती थी जब सेना ने नदी का पुल पार कर लिया तब राजा ने सेनापति को आदेश दिया कि पुल को ध्वस्त कर दिया जाये थोडी देर के लिए पुनः चारों ओर फिर से सन्नाटा था। इसको देखते हुए राजा ने सेना का मनोबल बढाते हुए कहा कि अब आप वापिस जा नही सकते केवल और केवल एक ही रास्ता है हमे अपनी जान की रक्षा यदि करनी है तो युद्ध कर बडे राज्य पर विजय प्राप्त करनी होगी। मुझे विश्वास है कि आप सभी इस कार्य में सफल होंगे और हम राजा को शीघ्र ही बन्दी बना लेगे। इस घोषणा के बाद सेना से जयघोष की गूंज सुनाई देती है, हर-हर महादेव! शीघ्र आक्रमण शुरू हुआ और निष्कर्ष निकलता है ''मरता क्या न करता।'' सेना आगे बढती गयी, और बडे राज्य का राजा जो युद्ध के लिए अभी तैयार नही था, उसके महल तक पहुंच गयी तथा राजा को बन्दी भी बना लिया। इस प्रकार बडे राज्य पर छोटे राज्य के राजा का अधिपत्य हो गया। बन्दी बनाये गये राजा ने तब कहा-''हारा वही जो लडा नहीं।'' इस कहानी के बहुत से अभिप्राय है यह पढने वाले की सोच पर भी निर्भर करता है। हमें सदैव सजग रहते हुए सूझ-बूझ के साथ समय का सदुपयोग करना चाहिए। तभी तो कहते हैं- ड़र के आगे जीत है।

छोटे राज्य के राजा ने बडे राज्य के राजा से कहा कि राजन् आप हमें बदनीयत व बाहुबल के आधार पर पराजित करते हुए हमारे राज्य पर कब्जा करना चाहते थे लेकिन आप भूल गये कि बाहुबल से बुद्धि का बल सदैव बड़ा व श्रेष्ठ होता है।

सुरेश शर्मा

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट द्वारा

'चेतना'

पत्रिका के द्वितीय अंक के प्रकाशन पर
हार्दिक शुभकामनाएं

NAGENDRA TANWAR

Mob.: 9810427133

RAAJ TRADING CO.

(Whole Sale & Retailers)

asianpaints WELCOME Sirca JSW PAINTS ICA

115, G.T. Road, Opp. Railway Road
Near Palika Bazar, Ghaziabad-201001
Phone: 9810177594

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट द्वारा

'चेतना'

पत्रिका के द्वितीय अंक के प्रकाशन पर
हार्दिक शुभकामनाएं

विनय कुमार मिश्रा

मो०: 9897421691

अध्यक्ष, श्री गंगा सेवा समिति
सचिव, श्री गंगा सभा (आरती-समिति)
बृजघाट, गढ़मुक्तेश्वर, जिला - हापुड़ (उ०प्र०)

विश्वास.....

भारत की सनातन संस्कृति में आस्था एवं विश्वास का महत्वपूर्ण स्थान है। इन गुणों के आधार पर अनेक दुरूह कार्य सरल हो जाते हैं। अनेक परिणाम सकारात्मक हो जाते हैं अनेक ऐसी घटनाएं घटित हो जाती हैं जिन्हें साधारण मनुष्य चमत्कार मान लेते हैं। ऐसा ही एक अपना अनुभव मैं निवेदन कर रहा हूं-मेरे दादा जी पढ़े लिखे नहीं थे साक्षर मात्र थे। वे गांव में अपनी खेती-बाड़ी के साथ-साथ, शौकिया पशु चिकित्सा किया करते थे। पेड़ पौधों के गुण धर्म की उन्हें बहुत अच्छी जानकारी थी तो कुछ पेड़ पौधों की सहायता से कुछ सिद्धमंत्रों की सहायता से अनेक लोगों को भी सामान्यतः रोग मुक्त कर देते थे। ये सेवा वे निशुल्क किया करते थे। इसलिए उनके पास अपने गांव के अलावा आस पास के गांवों के लोग भी चिकित्सा के लिए आते रहते थे। मैं बचपन से ही उनके पास रहा और मुझ पर उनकी विशेष कृपा रही। उन्होंने कुछ बातें मुझे भी सिखा दीं जिनसे लोगों का भला हो सके और साथ ही मुझे निर्देश भी दे दिया कि सेवा निःशुल्क करनी है यदि बदलें में कुछ लिया तो सब कुछ व्यर्थ हो जाएगा। उनकी मृत्यु के बाद गांव के लोग मुझसे भी अनुरोध करने लगे, मैंने भी संकोच सहित चिकित्सादि कार्य शुरू कर दिया। दादा जी के आशीर्वाद स्वरूप लोगों को लाभ मिलने लगा। मुझे एक कठिनाई आने लगी कि १४ किमी साइकिल चलाकर मैं अपने विद्यालय (गाजियाबाद) जाता था वहां समय से पूर्व ही पहुंचना मेरी आदत रही तो सुबह के समय में सेवा देने में विवश हो जाता था। सायंकाल मैं अवश्य उनकी सेवा कर दिया करता। एक बार जून में ग्रीष्मावकाश चल रहे थे मुझे खेत में सिंचाई करनी थी और हमारे गांव में उस वक्त दोपहर एक बजे बिजली आने का समय होता था। बिजली आने पर नलकूप चलवा कर शीघ्र खेत में पहुंचना पड़ता था ताकि पानी बीच में बेकार न हो जाए। जैसे ही एक बजे बिजली आई। मैं नलकूप चलवाकर खेत की ओर तेजी से बढ़ा, थोड़ा चलते ही एक युवक ने मुझे रोक लिया, वह बोला-मास्टर जी, मुझे तेइया (तीसरे दिन होने वाला ज्वर) होने वाला है... आप कृपया ये मिर्च पढ़ दें। मैं पिसी हुई लाल मिर्चों को प्रायः अभिमंत्रित करके रोगी के हाथमें बंधवा देता था। प्रभु की कृपा से रोगी ज्वर-मुक्त हो जाते थे। इस कार्य के लिए मुझे स्वयं की पवित्रता का पालन करना होता था और प्रातः अथवासायं की संध्या के उपरांत करना होता था परंतु वह समय भी दोपहर का था और मेरे मस्मिष्क में सिंचाई का कार्य ज्यादा महत्वपूर्ण था तथापि मैं उस युवक को मना नहीं कर सका। मैंने उससे पूछा कि ज्वर किस समय क्रमशः पेज २....

होगा तो वह सकपकाता सा बोला, जी... तीनबजे। मैंने वहीं खड़े-खड़े उससे मिर्च लेकर मुंह फेर कर मिर्च अभिमंत्रित करने का नाटक सा किया और कपड़े में गांठ लगाकर युवक को दे दी कि दांये बाजू में बांध लेना। युवक की मुख मुद्रा व आंखों से लगा कि वह आभार मान रहा है परंतु मैं अपने द्वारा किए गये छल के कारण अंदर से कांप गया। मुझे लगा कि मैंने उस युवक को धोखा दिया है। मैं अपने खेत पर चला गया और युवक अपने घर चला गया। मेरे मन में तरह-तरह की बातें उठने लगी कि कहीं वह युवक ठीक नहीं हुआ तो लोग मेरा विश्वास नहीं करेंगे....। मैंने अपनी पवित्रता का ध्यान क्यों नहीं रखा? आदि-आदि बातें मेरे मन मस्तिष्क में घूमती रहीं। सिंचाई का कार्य भी चलता रहा। अब ईश्वर की लीला देखिए-तपती दोपहर में मुझे सर्दी का आभास होने लगा। और कुछ ही देर में मुझे तेज ज्वर हो गया। मैंने समय देखा तो तीन बज रहे थे। जैसे-तैसे सिंचाई का कार्य ज्वर में ही पूरा किया और सांय पांच बजे घर आया तो मुझे पता चला कि रोगी युवक को तीन बजे ज्वर नहीं हुआ। वह स्वस्थ था और मैंने चूंकि छल किया था तो बदले में मुझे ज्वर हो गया। मैं अपने किए पर रूआंसा हो गया, ईश्वर से और अपने दादा जी (आत्मा) को याद करके इस कृत्य के लिए क्षमा मांगी और भविष्य में इस भूल को न दोहराने का संकल्प भी किया तो दो दिन में स्वस्थ हो पाया। धन्य हैं युवक की आस्था एवं विश्वास !

नरेद्र कुमार शर्मा

लक्ष्य प्राप्ति का मन्त्र (5-C^{s})

Confusion: जब हम कन्फ्यूज होते है और विचरण करते है तो स्पष्टता आती है कि क्या सही है, क्या गलत है?

Clearity: जब स्पष्टता आती है तब रास्ता साफ होता है और लक्ष्य दिखाई देने लगता है तथा पकड़ मजबूत होती है।

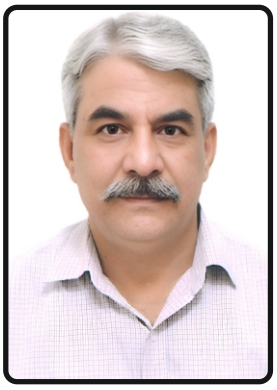
Confidence: जब पकड़ मजबूत होती है तब हम कार्य को सकुशल कर पाते है और कार्य पर कमाण्ड़ हो जाती है।

Command: जब हम कॉन्फिडेंन्स के साथ अपने कार्य पर पकड़ मजबूत कर लेते है तब अपने साथियों को लक्ष्य प्राप्त करने की कमाण्ड़ दे सकते है।

Control: इस प्रकार हम कठिन से कठिन कार्य पर अपना नियन्त्रण बना कर अपने उद्देश्य में सफल हो जाते है।

सुरेश शर्मा

समस्या एवं समाधान



एक प्रश्न मन में विचरण करता है कि समस्या से निजात किस प्रकार मिले? अब इस प्रश्न पर भी प्रश्न चिन्ह लगता है कि समाधान हो तो कैसे हो? इसका उचित उत्तर यही है कि समस्या या परिस्थितियां आपके न तो नियन्त्रण में होती हैं और न ही आपके अधीन होती हैं। अब समाधान का रास्ता ही है कि आप इसे किस प्रकार चुनौती देते हैं या सामना करते हैं। यही इस चक्रव्यूह का भेद है अपने आपकी तुलना कभी दूसरे से ना करें क्योकि विधाता ने सभी को अपने अनुसार जीवन दिया है इसमे यदि सनातन धर्म की मान्यता को मानकर चले तो पुर्नजन्म और कर्मो का फल भी निहित है। इससे फर्क नही पडता कि आप क्या बोलते हैं और क्या सोचते है अगर फर्क पड़ता है तो इस बात का पडता है कि आप क्या मानते हैं? और जो मानते हैं या स्वीकारते हैं वही बनते हैं। यही आपके विश्वास का परिणाम है किसी काम में डर लगे तो डरो नही बल्कि यह समझो कि यह कार्य बहादुरी से भरा है अगर ऐसा नही होता तो हर कोई कर लेता। कोई काम कठिन है या मुश्किल है यह केवल भ्रम है आप सभी जानते हैं कि मरी हुई मछली पानी में बहाव के साथ बहती है और जिन्दा मछली अपना रास्ता स्वयं पानी को चीरकर बनाती है। आप अपने को बदलो दुनिया को नहीं, इसी पर आपका फोकस होना चाहिए। आपका मार्ग सही है तो दुनिया आपके पीछे चलेगी और अपने आपको दुनिया स्वयं बदलने का प्रयास करेगी तथा आपके प्रति खुद व खुद बदल जायेगी। जीवन के इस रंग-बिरंगे खेल में आप आउट नही हो सकते, कब तक? जब तक आप मैदान छोडकर नही भागते समस्याओं से डरो नही! उसका सामना करो। समाधान स्वयं आपकी प्रतीक्षा करेगा।

पहाड़ों की ऊंचाई कभी भी आपको आगे बढ़ने से नही रोकती बल्कि आपके जूते में पड़ने वाले कंकड आपको आगे बढने से रोकते हैं। अपने होंसलों को यह मत बताओ कि तुम्हारी परेशानी कितनी बडी है अपितु अपनी परेशानी को बताओ कि तुम्हारा हौसला कितना बडा है। हमारे समाज में एक ज्वलंत समस्या ओर है कि नवयुवको को पढ-लिखकर भी नौकरी न मिल पाने की जब तक शिक्षा का मकसद केवल नौकरी पाना होगा तब तक यह समस्या बनी रहेगी और तब तक समाज में नौकर ही पैदा होंगे, मालिक नहीं। इसलिए कहते हैं कि बडा नौकर बनने से अच्छा है, छोटे मालिक बन जाओ, सदैव सुखी व प्रसन्न रहोगे। अपने फिल्ड के खिलाडी बनो, जो सीख रहा है, गढ़ रहा है ओर जिन्दा है। जिसने सीखना बन्द किया वह जिन्दा लाश! के समान है और केवल सांसे गिन रहा है तथा समय व्यर्थ ही नष्ट कर रहा है। टेलेन्ट की सीमा होती है इसी प्रकार मोटीवेशन की भी एक सीमा है जो बाहर से अन्दर की ओर आती है लेकिन इन्सपरेशन जो अन्दर से बाहर की ओर जा रही है यह असीमित है। इसी को आधार बनाकर जीवन में अग्रणी होना है। जिन्दगी में समस्या आये या कठिनाई आये तो उदास या परेशान न हो बस यह याद रखना कि मुश्किल किरदार अच्छे कलाकार को ही दिये जाते हैं। जीवन में असफल होना गलत या बुरा नही है लेकिन इस असफलता से कुछ सीख नही रहे हो और दुखी हो रहे हो यह गलती है। आपको शक्तिशाली बनना है इसलिए नहीं कि आपको दूसरों को दबाना है बल्कि शक्तिशाली बनना है ताकि दुनिया आपको न दबा सके। इसलिए आपदा में भी अवसर की तलाश जारी रखो। समस्या को स्वतः समझ आ जायेगा कि इस जुझारू प्राणी से दूर रहना ही हितकर है चूंकि यह तो समस्या में से भी रस निकाल कर उसके रसपान से आनन्दित होगा इसलिए पुरानी कहावत हैः ''हिम्मत-ए-मर्दा, मदद्-ए-खुदा''

क्रमशः.....

जब आपको लगे कि सब कुछ खत्म हो गया और अब कोई विकल्प नही बचा, तो याद रखना कि ये वही पल है, जहाँ आपका जीवन एक नया मोड़ लेने वाला है। इसी समय को पहचाना होगा और यह कला समस्या को आधा करेगी।

एक बार एक गुरु से शिष्य ने कहाः गुरुदेव! एक व्यक्ति ने आश्रम के लिए गाय भेट की है। गुरु ने कहा – अच्छा हुआ! दूध पीने को मिलेगा। एक सप्ताह बाद शिष्य ने गुरु से आकर कहाँः गुरु जी ! जिस व्यक्ति ने गाय दी थी, आज अपनी गाय वापस ले गया। गुरु ने कहा–अच्छा हुआ! गोबर उठाने से मुक्ती मिली। परिस्थिति बदले तो अपनी 'मनःस्थिति' बदल लो । बस दुःख–सुख में बदल जाऐगा। ये दोंनों मन के ही तो विचार है। यह केवल आपकी सोच पर निर्भर करता है कि आपके मन में कैसे विचार आते है? अगर सकारात्मक विचार अपने मन–मस्तिष्क में आयेगें तो आपका जीवन बदल जाऐगा। हमारी सोचने की क्षमता या मन में आया विचार सकारात्मक होना चाहिए न कि नकारात्मक।

एक कुम्हार जो मिट्टी के बर्तन आदि बनाता था एक दिन वह चिलम बना रहा था तभी उसकी पत्नी वहाँ आ गयी और पूछा कि ये क्या बना रहे हो? कुम्हार ने कहाँ कि 'चिलम' बना रहा हूँ। यह जानकर पत्नी ने कहा कि आप 'सुराही' क्यों नहीं बनाते? अभी गर्मी का मौसम भी आने वाला है। सुराही की माँग ज्यादा होगी और हमे चार पैसे का लाभ भी होगा। कुम्हार यह सुनकर सोच – विचार करता है और जो चिलम अभी बनाऐ ही थे उन सभी को तोड़कर फिर मिट्टी बना देता है और सुराही बनाना शुरु करता है तो अदंर एक से आवाज आती है मानो मिट्टी कह रही है कि तुम्हारी एक सोच ने तो मेरा जीवन ही बदल डाला पहले में 'चिलम' बनकर स्वयं भी तपती और चिलम पीने वाले को भी जलाती। अब 'सुराही' बनकर मै स्वयं भी शीतल रहुँगी और जो सुराही का जल पियेगा वह भी शीतल हो जाऐगा। अतः निष्कर्ष यही है कि आपके विचारो में या सोच में सकारात्मकता होना आवश्यक है। जीवन में अडचनें तो आयेंगी ही इन्हे आपको नियन्त्रित करना है। यह एक विचार की कला ही तो है जो समस्य को समाधान की ओर ले जायेंगी। किसी ने सही कहा है– ''झरनों की राहों में यदि कंकड न होते तो झरनों की बहती जल धारा में मधुर संगीत ना होता।''

जीवन है तो समस्या है और समस्या है तो समाधान है ईश्वर एक दरवाजा बन्द करता है तो दो अवश्य खोल देता है। इन्सान को यह पहचानना होगा, यही कला है और यही समस्या को पराजित कर उसका समाधान निकालेगी।

(स्व० अनिल शर्मा की स्मृति मे समर्पित) **सुरेश शर्मा**

कायाकल्पमें सहयोगी - ताली बजाना

(डॉ० ओमप्रकाश जी आनन्द)

ताली बजाने या करतल ध्वनिको सनातन धर्ममें भजन कौर्तनका एक अंग माना गया है। यह भक्तिभाव समन्वित किया तो है ही, इसके वैज्ञानिक एवं चिकित्सकीय लाभ भी है। ताली व्यायामको नये रूपमें जन्म देनेवाले लिम्का बैंक ऑफ रिकार्डस 1997 के संस्करणमें अपना नाम दर्ज करवानेवाले श्रीकृष्णचन्द्र बजाजीने इसके द्वारा न केवल अपने आपको स्वस्थ किया, अपितु अन्य हजारों लोगोंको रोगमुक्त किया।

तालियों का शरीर पर प्रभाव - तालियाँ बजाने के 4-5 मिनट के अन्दर शरीर का रक्त गर्म होना शुरू हो जाता है, जिसकी वजह से सर्दियों में कम तथा गर्मियों में अधिक पसीना आने लगता है। यह गर्म रक्त सिर से लेकर पैरों तक जाने वाली समस्त नाड़ियों में तेज रफ्तार से दौड़ने लगता है, जिससे वह उष्ण रक्त नाड़िया में जमे मवाद, खून की गाँठें और गन्दगी (विकार) को पिघलाते हुए दौड़ने लगता है। इसी गर्म खूनके कारण शरीरके रोम छिद्र खुल जाते हैं, जिससे खुलकर पसीना आता है। शरीर की समस्त गन्दगी पसीने के साथ बाहर निकल जाती है। हार्ट अटैक का खतरा टल जाता है, श्वास लेने की क्षमता बढ़ जाती है। फेफड़ों के तमाम पम्प तथा वाल्व ठीक तरह से कार्य करने लगते हैं। इन बीमारियों के अतिरिक्त अन्य तमाम बीमारियों से छुटकारा मिल जाता है।

तालियाँ बजाने की तकनीक तालियाँ बजाने का अभ्यास करते समय दोनों हाथों के बीच में 12 सेमी से 20 सेमी का फासला रखते हुए दोनों हाथों को सीधा करके बाजुओं को ढीला और हल्का छोड़कर आमने-सामने रखकर, दोनों हथेलियों को आपस में टकराते हैं, जिससे दोनों हाथों के एक्यूप्रेशर बिन्दुओं पर दबाव पड़ता है। धीरे-धीरे तालियाँ बजाने की गतिको बढ़ाते जाते हैं। पहले दिन आप सामर्थ्य भर ताली बजायें, फिर दिन-प्रतिदिन इसकी संख्या को बढ़ाते जायें। तालियों के अभ्यास में यदि आप थक जायँ या श्वास फूलने लगे, तो आप घबरायें नहीं। थोड़ी देर विश्राम के पश्चात्, पुनः ताली बजायें। 20-21 दिनों में ही आप ताली बजाने की क्रिया से अपने स्वास्थ्य में सकारात्मक परिवर्तन देखेंगे।

सावधानियाँ - तालियों का अभ्यास आरम्भ करने से पहले दोनों हाथों पर सरसों या नारियल का तेल अवश्य लगायें, जिससे हाथों और शरीर की गर्मी को तेल मे खपत होती रहे।

जूते और मोजे जरूर पहनें, ताकि तालियंकि बजाने से उत्पन्न होने वाली विद्युत् ऊर्जा शरीर में ही दौड़ती रहे।

ताली बजाना बन्द करने के बाद 20 मिनट तक हाथों को नहीं धोना चाहिये।

दोनों हाथों के नाखून कटे होने चाहिये।

यदि आप दवायें ले रहे हैं तो उन्हें एक दम से न छोड़ें। धीरे-धीरे स्वतः छूट जायेंगी।

उष्णता पंखे और एयर कन्डीशनरमें ताली बजाने से नहीं आती, अतः लाभ नहीं मिलता।

दाँये हाथको बाँये हाथ पर तथा बाँये हाथ को दाँये हाथ पर चोट मारकर ताली कभी न बजायें। इस प्रकार से चोट मारने से हाथों की नसें एवं नाड़ियाँ दब जाती हैं, जिससे खून का संचार बिगड़ जाता है और शरीर में अन्य किसी नयी बीमारी का खतरा उत्पन्न हो सकता है।

दोनों हाथों से समान रूप से ताली बजाने का अभ्यास करना चाहिये।

तालीसे ठीक होने वाली बीमारियाँ -

रूसी, बालोंका झड़ना, गंजापन, बालों का असमय सफेद होना।

सिर तथा माथे का हलका दर्द दूर हो जाता है।

दिमागी कमजोरी और धकावट दूर हो जाती है।

नजला, जुकाम, नाक का बन्द होना, खाँसी होना, श्वास फूलनेकी समस्याओं से छुटकारा मिल जाता है। गैस बनने एवं भूख के न लगने में लाभ होता है।

आँखों के रोग जैसे-दृष्टिदोष, धुंधलापन।

बुखार, जोड़ों का दर्द ठीक होने में मदद मिलती है तथा फेफड़ों, लीवर, छाती, पेट एवं आँतों को शक्ति मिलती है।

मोटापा, बार-बार पेशाब जाने, कब्ज और स्वप्न दोष की समस्या दूर होती है।

परहेज- मदिरा, धूम्रपान आदि मादक पदार्थ एवं अधिक तेल-मसालेके खाद्य पदार्थ, चीनी, नमक, रिफाइन्ड, मैदा, पॉलिश किया चावल न लें। ये सातों चीजें स्वास्थ्यकी दुश्मन हैं।

प्रेषक :- आदेश शर्मा

मिलकर बोझ उठाने से वह हलका पड़ जाता है।

एक नगर में समृद्ध किसान-परिवार रहता था। समय में परिवर्तन हुआ, जब उसके घर में एक समय के भोजन की व्यवस्था भी नहीं थी। दुखी होकर वह एक सन्त के पास पहुँच कर कहने लगा, महाराज! धन का अभाव हो गया, बच्चे भूखे मर रहे हैं, इस कष्ट से उबरने का कोई उपायबताइये। सन्त ने पूछा- बालक क्या करते हैं ? किसान ने कहा- अब तक उनसे कोई काम नही कराया, आजाद घूमते रहते हैं। सन्त ने कहा- भाई ! घर का खर्च चलाने के लिये प्रत्येक सदस्य को कुछ-न-कुछ काम करना चाहिये। विशेष कर जिस हालमें तुम रह रहे हो, इसमें तो मिल-जुलकर कार्य करने से ही उद्धार होगा, यह समझ लो कि मिलकर बोझ उठाने से वह हलका हो जाता है। सन्त की यह बात किसान की समझ में आ गयी। वह अपने घर आया और दोनों बच्चों और अपनी पत्नी को सन्त की सीख से अवगत कराते हुए बड़े बेटे से कहा- आज से तुम मेरे साथ खेती का काम सँभालोगेश और छोटे बेटे से कहा कि तुम पशुओं की देखभाल और वन में उन्हें चराने का कार्य करोगे, अपनी पत्नी को घर का कार्य तथा दोनों समय गाय-भैंस का दूध निकाल कर बेचने की जिम्मेदारी सौंप दी। कुछ ही दिनों में परिवार की आर्थिक स्थिति में चमत्कारिक ढंग से परिवर्तन आ गया। किसान ने खेती के लिये और जमीन खरीद ली, दुधारू पशुओं की संख्या में भी वृद्धि कर ली। एक दिन वह किसान अपनी पत्नी और दोनों पुत्रों को लेकर सन्त के पास आया, पूरे परिवार ने उनके चरणों में कृतज्ञता ज्ञापित करते हुए शीश नवाया। सन्त ने कहा- भैया, मानव-जाति की संरचना मिल-जुलकर कार्य करने के लिये ही की गयी है। याद रखो - जिस घर में सब प्राणी मिलकर परिश्रम करते हैं, वहाँ सदैव लक्ष्मी का वास रहता है। (श्री अर्जुन लाल जी बंसल,)

मां गंगा की महिमा

पवित्राणां पवित्रं या मङ्गलानां च मङ्गलम् । महेश्वरशिरोभ्रष्टा सर्वपापहरा शुभा ।।
गङ्गा गङ्गेति यो ब्रूयाद् योजनानां शतैरपि । मुच्यते सर्वपापेभ्यो विष्णुलोकं स गच्छति ।।
स्नानात् पानाच्च जाह्व्यां पितृणां तर्पणात्तथा। महापातकवृन्दानि क्षयं यान्ति दिने दिने ।।
तपोभिर्बहुभिर्यज्ञैव्रतैर्नानाविधैस्तथा । पुरुदानैर्गतिर्या च गङ्गां संसेव्य तां लभेत् ।।
पुनाति कीर्तिता पापं -दृष्टा भद्रं प्रयच्छति । अवगाढा च पीता च पुनात्यासप्तमं कुलम् ।।

भगवान् शंकर के मस्तक से होकर निकली हुई गंगा सब पापों को हरने वाली और शुभकारिणी हैं। वे पवित्रों को भी पवित्र करने वाली और मंगल मय पदार्थों के लिये भी मंगल कारिणी हैं। जो सैकड़ों योजन दूरसे भी गंगा-गंगा ऐसा कहता है, वह सब पापों से मुक्त हो विष्णु लोक को प्राप्त होता है। गंगा जी में स्नान, जल का पान और उससे पितरों का तर्पण करने से महापातकोंकी राशि का प्रतिदिन क्षय होता रहता है। तपस्या, बहुत-से यज्ञ, नाना प्रकार के व्रत तथा पुष्कल दान करने से जो गति प्राप्त होती है, गंगा जी का सेवन करने से मनुष्य उसी गतिको पा लेता है। गंगा जी नाम लेने मात्र से पापों को धो देती हैं, दर्शन करने पर कल्याण प्रदान करती हैं तथा स्नान करने और जल पीने पर सात पीढ़ियों तक को पवित्र कर देती हैं। (पद्मपुराण)

'कल्याण पत्रिका' से साभार
प्रेषकः- जितेन्द्र शर्मा

जीवन में गुरु की आवश्यकता

गुरू शब्द संस्कृत के गृ पद से बना है जिसका अर्थ आवाज देने वाला अथवा बोलने वाला, है। शाब्दिक अर्थ से स्पष्ट है कि गुरू हमारा मार्गदर्शक होता है और हमे अंधकार से प्रकाश की ओर से ले जाने मे हमारी सहायता करता है। सवाल यह उठता है कि जीव को इस सांसारिक युग में मनुष्य योनी में जन्म लेने के उपरान्त गुरू की क्यो आवश्यकता पडती है। हमारी आत्मा जो परमपिता परमात्म, अकाल-पुरुष की अंश है और वह युगों-युगों से परमपिता परमात्मा से बिछुडकर इस काल देश में भटक रही है। यह काल देश जीवात्मा की भोग योनी है। बडे पुण्य कर्म करने के उपरान्त बडे भाग्य से हमें यह मनुष्य चोला मिला है। सन्तो ने भी इस मनुष्य चोला मिलने के बारे में तुलसीदास जी ने रामचरित्र मानस में भी यही कहा है कि बडे भाग्य मानुष तन पाया,। देवी देवता भी इस योनी को प्राप्त करने के लिए तरसते है। क्योकि मनुष्य चोले में जीवात्मा, का मिलाप पूर्ण सतगुरू द्वारा बख्शें गये नाम का भजन-सुमरिन करने पर परमपिता परमात्मा से मिलाप हो सकता है अथवा मोक्ष की प्राप्ति हो सकती है। देवी देवता स्वर्ग में अपने पूर्व जन्मों के कर्मो का फल भोग रहे है जब कर्मो का हिसाब पूर्ण हो जायेगा फिर इस चौरासी के चक में आना पडेगा। जीवात्मा जब इस काल के देश में मनुष्य योनी में जन्म लेती है तो वह इस संसार में आने के उद्देश्य से अनभिज्ञ होती है। आत्मा से चेतना लेकर मन आत्मा को मोह माया के जाल में फंस लेता है। इस मोह माया के जाल से जीवात्मा को मुक्त कराने के लिए इस संसार मे समय-समय पर अनेको सन्त, महात्मा आये जिन्होने मनुष्य को इस संसार में आने के उद्देश्य के बारे में आध्यात्मिक ज्ञान कराया। सभी सूफी, सन्तो एवं महात्माओं ने भी मनुष्य को यह समझाने का प्रयास किया कि हमारी आत्मा परमपिता परमात्मा का अंश है, वह परमपिता परमात्मा से बिछडने के उपरान्त इस संसार में चौरासी लाख भोग योनियो में भटक रही है। यह मानव योनि ही एक ऐसी योनी है जिसमें हम पूर्ण सन्त सतगुरू से अध्यात्मिक ज्ञान प्राप्त करके अपने निज घर, धुरधाम पहुँच सकते है। परमपिता परमात्मा से मिलाप करने के रूहानी ज्ञान अर्थात आध्यात्मिक ज्ञान केवल समय से समय के देहधारी सतगुरू की दया मेहर से ही प्राप्त होता है। जिस प्रकार आत्मा के मनुष्य योनी में आने के उपरान्त बचपन में उसके माता और पिता उसके गुरू होते है जो बच्चे को इशारों से, तोतली भाषा में बोलना सिखाते है और कुछ समय बाद उसे उगंली पकडकर चलना सिखाते है। इसके उपरान्त बच्चों को स्कूल में शिक्षा प्राप्त करने के लिए शिक्षक या आचार्य के रूप में गुरू की आवश्यकता पडती है जिससे बच्चा अपने शिक्षक अथवा गुरू से ज्ञान प्राप्त करके अपनी जीविका चलने के लिए काम धन्धा, नौकरी, व्यापार करता है। मनुष्य शिक्षा प्राप्त करके अपनी योग्यता के अनुसार मिले व्यवसाय से अपने परिवार का पालन पोषण करता है। इसके अतिरिक्त मनुष्य को इस संसार में आने के असली उद्देश्य के पूर्ण करने के लिए आध्यात्मिक ज्ञान प्राप्त करने हेतु आध्यामिक गुरु अर्थात समय के देहधारी पूर्ण सतगुरू की आवश्यकता पडती है जिससे आध्यामिक ज्ञान अर्थात नाम की दीक्षा देकर भजन-सुमरिन के द्वारा परमपिता परमात्मा से मिलाप की तड़प पैदा करते है। अब प्रश्न यह पैदा होता है कि पूर्ण सतगुरू की क्या पहचान है। यह एक सीधा-साधा सवाल है कि यदि हम किसी रास्ते के बारे में अमुक व्यक्ति से जानकारी करे तो हमे सही रास्ता वही व्यक्ति बता सकता है जो उस रास्ता पर चल कर मंजिल पर पहुँच गया हो। इसी प्रकार हमारा आध्यात्मिक गुरू अर्थात सतगुरू वह देहधारी जीव हो सकता है जो जीवित अवस्था में शब्द रूपी हो तथा पारब्रहम का स्वरूप हो।

क्रमशः.....

कुछ सन्त जन्म से शब्द तीनों गुणों, पाँच विकारों एवं पच्चीस प्रकृतियों से परे होते है जैसे कबीर साहिब व नानक देव जी जन्म से शब्द के भेदी थे। पूर्ण सतगुरू शब्द स्वरूपी होते है जो शब्द में समा कर शब्द रूप हो चुके होते है। कुछ सन्त सतगुरू शब्द से अभ्यास से पूर्ण ज्ञान प्राप्त करके जीव के कल्याण के लिए नाम का भेद बताने योग्य हुए । पूर्ण सतगुरू की महिमा का बखान नही किया जा सकता। कबीर दास जी ने सतगुरू की महिमा के बारे में कहा है कि

सात समुद्र की मसि करू, लेखनि सब बनराय,
पृथ्वी का कागज करू, गुरू गुण लिखा न जाय ।

कबीर साहिब का कहने तात्पर्य है कि सात समुद्र की स्याही ली जाये और संसार के सभी बनों की लेखनी बनाई जाये तथा पूर्ण पृथ्वी का कागज बना लिया जाये इसके बाद भी सन्त सतगुरू के गुणो को लिखा नहीं जा सकता। यही पर सेजो बाई ने भी इसी कथन की पुष्टि करते हुए कहा है कि

सब पहाडों की स्याही कर, लेखनि सब बनराय
सतगुरू की महिमा, तब भी लिखी न जाये ।

सन्त सतगुरु हमारे सभी गुणों एवं अगुणों के बारे में सब जानते है। जैसे पहाड़ पर खडा व्यक्ति अपने पास एवं बहुत दूर से यह देख सकता है कि आग कहा लगी है। इसी प्रकार सन्त गुरू जीव को दूर से ही इसे जीवात्मा की पहचान कर लेते है जिसका जन्मों-जन्मों के कर्मा के अनुसार इस माया रूपी संसार से उद्धार होना है और उसे अपने निकट लाकर अर्थात सत्संग से जोडकर अपनी दया मेहर कर नाम दीक्षा दे देते है। इस प्रकार सन्त सतगुरू अनामी से अभेद होते है। कबीर साहिब ने तो सन्त सतगुरू एवं अनामी अर्थात पर मे पिता परमात्मा की तुलना करने पर सन्त सतगुरू को अधिक महत्व दिया है-

गुरू गोविन्द दोउ खडे काके लागू पांय।
बलिहारी गुरू आपने, गोविन्द दियो बताय ।।

कबीर साहिब कहते है कि सन्त सतगुरू एवं परमात्मा दोनो एक साथ खडे हो तो हमे पहले किस के पैर स्पर्श करने चाहिए, इस पर कबीर साहिब ने स्वयं ही उत्तर दिया कि मैं अपने सन्तसत गुरू पर बार-बार बलिहारी जाता हूँ, जिसने परमपिता परमात्मा के घर का रास्ता दिखलाया । इससे यह स्पष्ट है कि जीवात्मा का गुरू मात्र पूर्ण सन्त सतगुरू है। प्रत्येक जीव को उनकी शरण में जाकर उनसे नाम की बख्शीष लेकर उनके हुकमें रहकर नित भजन-सुमरिन करके अपने निज घर पहुँचने के लिए प्रयत्न करना चाहिए। यह कि इस यत्न में यदि कोई चूक होती है, तो यह पछतावा ही रह जायेगा क्योकि फिर यह मुनष्य जन्म मिले या ना मिले। गुरुवाणी में भी गुरू नानक देव जी ने कहा है कि इस पौडी से जो नर चूके आवै-जावै दुःख पायेगा ।

- धर्मपाल सिंह चौहान

सुखी जीवन का सार

मानव जीवन भी कितना विचित्र है। सुबह से शाम दिन से रात और फिर महीने से वर्ष, जीवन हाथ से रेत के समान फिसलता जाता है और एक दिन अचानक हम इस दुनिया को अलविदा कह देते हैं। दुनिया में कुछ लोगों का जीवन बडी सरलता से चलता जाता है जबकि कुछ का जीवन सदा कठिनाइयों से परिपूर्ण होता है। जीवन की गति कभी एक सी नहीं होती– कभी सुख तो कभी दुख। वास्तव में इसके पीछे कर्म का सिद्धांत है–

प्रत्येक कार्य का प्रतिफल होता है। कर्म एक बीज के समान है जो धीरे–धीरे पौधा और फिर वृक्ष बनता है सेब के बीज से सेब का वृक्ष ही बनेगा आम का नहीं। नकारात्मक कार्य का प्रभाव दुख और असंतोष ही होता है सुख और खुशी पाने के लिए खुशी का पौधा ही रोपना होगा। दुनिया को जब हम कुछ देते हैं तो उसका आनंद कुछ अलग ही होता है।जीवन में हम जो कुछ भी करते है उसका अंतिम लक्ष्य सुख, खुशी और संतोष पाना है। सुखी, संतुलित जीवन ईश्वर का सवाधिक सुंदर उपहार है– हमने जीवन का सदुपयोग किया। जीवन निरंतर गतिशील है नदी के समान अतः प्रत्येक मनुष्य को वह सब कुछ करना चाहिए जिससे खुशी मिलती है किंतु जिम्मेदारी के अहसास के साथ क्योकि यही खुशी जिंदगी का आधार है। खुशी एक आतंरिक गुण हैं जिसे निरंतर प्रयास से ही पाया जा सकता है। जीवन में घटनाएं–दुर्घटनाएं निरंतर घटती रहती है संकट आने पर अधिकांश जन परेशान हो जाते हैं और उससे छुटकारा पाने का हर संभव प्रयास करते हैं। सदा नकारात्मक सोचने में हमारे चहुं और निराशा का वातावरण बन जाता है और कार्य, विचार और व्यवहार उससे ही निर्देशित होते हैं किंतु संकर के निराकरण हेतु शांत, स्थिर सकारात्मक व आशावादी दृष्टिकोण जरूरी होता है जिससे शांति, साहस और खुशी का प्रवाह होता है। सकारात्मक दृष्टिकोण व्यक्ति के व्यावहार पर निर्भर करता है और सकारात्मकता आध्यात्मिकता से जुड़ी है। आंतरिक शक्ति हमें ईश्वर की इच्छा को जानने की शक्ति देती है। प्राणायाम और विभिन्न उपायों से आन्तरिक क्षमता को बढ़ाया जा सकता है। जियो और जीने दो के सिद्धांत का पालन कर ईश्वर की प्राप्ति की जा सकती है। सुख और खुशी दोनों बहुमुल्य है किंतु उन्हें प्राप्त करने का कोई रेडीमेड फार्मूला नहीं है। दुख दर्द हमें कमजोर करने के लिए आते है। लेकिन हमें मजबूत बनाकर जातें है। हम सब एक–दूसरे से जुडें है हमारा जीवन एक दूसरे से कई साधे धागों से बंधा है। कभी मजबूत पेड़, कमजोर पर को सहारा देते हैं तो कभी कमजोर पेड़ अपने भाग का सात पोषण अन्य पेडों और धरती को देते हैं। एक–दूसरे तक ऊर्जा का यह हस्तांरण चलता रहता है। जीवन हमारे हिसाब से नहीं बस ईश्वर की इच्छानुसार चलता है। समय हमें कुछ भी साथ ले जाने की अनुभाते नहीं देता पर अपने बाद अमूल्य कुछ छोड़ जाने का भरपूर अवसर अवश्य देता है। मनुष्य को सदा सत्कर्मो में प्रवृत्त रहना चाहिए यहीं सुखी – सार्थक जीवन का सार है।

डॉ अंजलि गुप्ता
पूर्व प्राचार्या
विद्यावती मुकंदलाल महिला महाविद्यालय
गाजियाबाद मो०: 9871973626

!! बंजर हो जाओगे तुम !!

यदि ,तुम बहुत व्यवस्थित रहने लगोगे
किसी से बात करने से पहले सोचने लगोगे
अपने भाव अपने ही दिल में रखने लगोगे
दिल की जमीं पे प्रेमबीज नहीं पनपने दोगे !
हां, तुम बंजर हो जाओगे.....

अपना दुख,सुख किसी से सांझा नहीं करोगे
कभी तन को आसूंओं से जो नहीं सींचोगे
कभी खिलखिलाहट की खाद नहीं डालोगे
रिश्तों की तपिश महसूस ना करोंगे !
हां ,तुम बंजर हो जाओगे.....

किसी के आनेजाने को महसूस ना करोगे
किसी को अपने बहु पाश में न जकड़ोगे
किसी के बिछोह की वेदना न सहोगे
किसी के मिलन से खुशगवार ना होंगे !
सच में तुम बंजर हो जाओगे.....

एक रेगिस्तान तुम्हारे जीवन में रहेगा
दूर तलक प्रेम का पानी न होगा
गला सूख कर तेरा रूध जायेगा
आसपास कोई नजर न आएगा!

तो सींचते रहना खुद को बक्त,बेवक्त
मिलते रहना छोटे,बड़े हर पौध से तुम
बीजों का छिड़काव करते रहना तुम
बारिशों का दौर है हरियाली छा जाएंगी
ये बंजर जमीन खुशी से लहलहायेगी...!!!!

!! साईड ग्लास !!

तलाश जिंदगी की थी
दूर तक निकल पड़े
जिंदगी मिली नहीं
तजुर्बे बहुत मिले
किसी ने मुझसे कहा
कि तुम इतना खुश
कैसे रह लेते हो ?
तो मैंने कहा कि
मैंने जिंदगी की गाड़ी से
वो साइड ग्लास ही हटा दिये
जिसमें पीछे छूटते रास्ते और
बिछुड़ते लोग नजर आते थे

प्रेषकः सुरेश शर्मा

धर्मराज युधिष्ठिर का अनुकरणीय चरित्र

महाभारत में अनेक कथाएं, अनेक प्रसंग तथा अनेक पात्र अनुकरणीय हैं इसमें अनेक शिक्षा, प्रचुर मात्रा में व्यवहारिक नीतियां तथा कर्त्तव्य-अकर्त्तव्य का समावेश है। इसीलिए इसे छठा वेद भी कहा जाता है। महाभारत के पात्रों में भी अधिकांश गुणवान हैं इसमें भगवान श्री कृष्ण, भीष्म पितामह, महात्मा विदुर, गुरु द्रोणाचार्य, कृपाचार्य आदि महान गुणज्ञ एवं नीतिज्ञ हैं। वहीं धर्मराज युधिष्ठर, महाबली भीम, अर्जुन, दुर्योधन, दानवीर कर्ण आदि रणबांकुरे योद्धा थे। सबमें कुछ न कुछ विशेषता है। परन्तु धर्मराज युधिष्ठिर को सर्वाधिक अनुकरणीय मानना संभवतः अनुचित न होगा। एक जुआ खेलना तथा दूसरा अश्वत्थामा की मृत्यु का छल-युक्त मिथ्याभाषण, उनके पश्चाताप का मुख्य कारण रहे। इन दो तथ्यों के अतिरिक्त उनमें गुण ही गुण थे-

<u>असीम धैर्यवान</u> - शकुनि द्वारा छलपूर्वक पांडवों को हराकर दांव पर रखी द्रोपदी को जीत लिया और दुर्योधन ने कर्ण की सहमति से द्रोपदी को भरी सभा में केशों को पकड़कर घसीटा। द्रोपदी के करुणा पूर्ण सदन को देखकर सारी सभा दुखित थी परंतु दुर्योधन के भय के कारण किसी ने इस कुकृत्य का विरोध नहीं किया। द्रोपदी परिस्थिति वश मात्र एक ही वस्त्र में आवरित थी। दुशासन ने भरी सभा में उसी वस्त्र को खींचना आरंभ कर दिया ताकि वह निर्वस्त्र हो जाए। कर्ण व दुर्योधन ने द्रोपदी के अपमान की सीमा पार कर दी। वास्तव में द्वापर युग में किसी भारतीय अबला के प्रति यह सबसे घिनौना अत्याचार था। सभी पांडव कुपित थे उनकी भुजाएं तथा होंठ फडफड़ा रहे थे। परंतु वे धर्मराज युधिष्ठिर के संकेत तथा आज्ञा के बिना कुछ नहीं कर सके और महाराज युधिष्ठिर तो वचनबद्ध थे इसी लिए वे शांत भाव से चुपचाप बैठे रहे। द्रोपदी सहायता के लिए चींखती रही सभा में सब से अनुरोध किया परंतु सब निष्फल रहा। सबसे. निराश होकर द्रोपदी ने भगवान श्री कृष्ण को पुकारा, उन्होंने द्रोपदी की लाज बचाई। तनिक सोचें, महाराज युधिष्ठिर के एक इशारे पर वहां भयंकर अनिष्ट हो जाता। परन्तु उन्होंने अपने असीम धैर्य को सिद्ध कर दिया असीम धैर्य को प्रत्यक्ष दिखला दिया।

<u>सत्यव्रती -</u> धर्मराज युधिष्ठर की सत्यता पर उनके शत्रुओं को भी विश्वास था। ऐसा कहा जाता है कि सत्यव्रती होने के कारण उनका रथ पृथ्वी से चार अंगुल ऊपर उठकर चलता था। महाभारत में कहा गया है कि एक सहस्त्र अश्वमेघों का फल केवल सत्य के फल के साथ तोला जाए तो सत्य का फल ही भारी होगा।

अश्वमेघसहस्त्रं च सत्यं च तुलया धृतम
अश्वमेघसहस्त्राद्धि सत्येव विशिष्यते ।।
(शान्तिपर्व 262रु/26)

एक बार वनवास के काल में भीमसेन ने, अपने भाईयों तथा द्रोपदी के कष्टों की ओर ध्यान दिलाकर दुर्योधन से अपने राज्य को बलपूर्वक वापिस लेने की प्रार्थना की। इस पर महाराज गंभीर हो गये और भाई को उत्तर दिया राज्य, पुत्र, कीर्ति और धन इन सबको मिलाकर भी सत्य के १६वें भाग के बराबर होता। अमरता और प्राणों से भी बढ़कर सत्य का पालन करना चाहिए और मैं अपनी प्रतिज्ञा भूला भी नहीं हूं। अतः तुम बीज बोकर फल की प्रतीक्षा करने वाले किसान की तरह वनवास एवं अज्ञातवास के समाप्तिकाल की प्रतीक्षा करो भीमसेन ने पुनः प्रार्थना की कि अब तो हमारा वनवास तेरह माह का हो चुका है तो क्यों न वेदानुसार हम इसे तेरह वर्ष का मान लें और वापिस अपने राज्य में जाएं। परन्तु धर्मराज तो धर्मराज ही ठहरे उन्होंने कहा यह तो छलपूर्ण मिथ्या होगी जो मुझे स्वीकार्य नहीं है। अर्थात किसी भी प्रकार सत्य का ही पालन करना उचित है।

क्रमशः.....

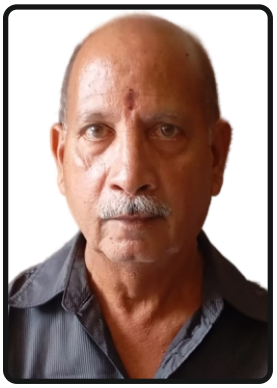
उदारमना– अपने वनवास काल में पांडव द्वैत नामक वन में निवास करते थे तो उन्हें कष्ट पहुंचाने के दृष्टिकोण से दुर्योधन कर्ण आदि के साथ सेना लेकर वहां पहुंचा। देवराज इन्द्र को जब इस बात का पता चला तो उन्हें बुरा लगा और चित्रसेन गंधर्व को तुरंत यह कहकर भेजा कि दुर्योधन को बंदी बनाकर यहां ले आओ। चित्रसेन गंधर्व ने तुरंत इंद्र की आज्ञा का पालन किया और एक युद्ध के बाद दुर्योधन आदि को बंदी बनाकर ले चला। दुर्योधन की सेना या साथी चित्रसेन का कुछ नहीं बिगाड़ सके और परास्त हो गये। दुर्योधन का वृद्ध मंत्री पांडवों के पास पहुंचा और महाराज युधिष्ठिर को बताया कि दुर्योधर आदि को एक चित्रसेन नाम का गांधर्व बंदी बनाकर ले जा रहा है। महाराज उनकी मदद करें। महाराज युधिष्ठिर एक यज्ञ करा रहे थे परन्तु भाई को पर वश होते देख तिलमिला गये और अपने भाईयों भीमसेन, अर्जुन, नकुल और सहदेव को उद्बोधित करते हुए बोलेष हमारा भाई संकट में है तुम सब लोग जाकर शीघ्र उसे छुड़ाकर लाओ और यदि युद्ध भी करना पड़े तो अवश्य करना क्योंकि शरणागत एवं भाई की रक्षा करना हमारा धर्म है। महाराज युधिष्ठिर दुर्योधन के द्वारा किए गए सभी अत्याचारों को भूल गए और भाई की रक्षा के लिए उद्यत हो गए। इसके अतिरिक्त महाभारत के युद्ध के पन्द्रह वर्षों बाद धृतराष्ट्र वन में तपस्या करने तथा युद्ध में मारे गये भीष्म, जयद्रथ, सोमदत्त, दुर्योधन आदि पुत्रों की शांति हेतु श्राद्धादि करने के लिए तैयार हुए, परन्तु श्राद्धआदि में धन का खर्च भी होता है। ऐसी स्थिति में उन्होंने महात्मा विदुर को धर्मराज युधिष्ठिर के पास धन की याचना हेतु भेजा। ये वही धृतराष्ट्र थे जिन्होंने पांडवों के साथ हर कदम पर अनुचित कार्य ही किये। पांडवों को जलाने के लिए लाक्षागृह में भेजा। ये वही धृतराष्ट्र थे जिन्होंने पांडवों के साथ हर कदम पर अनुचित कार्य ही किये। पांडवों को जलाने के लिए लाक्षागृह में भेजना, धूत क्रीड़ा की सहमति देना, निर्वस्त्र होती द्रोपदी की करूण पुकार को अनसुना करना। अभिमन्यु की हत्या, द्रोपदी के सोते पुत्रों की हत्या आदि सभी कार्य पुत्र मोह में धृतराष्ट्र के संज्ञान में ही हुवे थे। परन्तु महात्मा विदुर का उद्देश्य जानकर भी धर्मराज युधिष्ठिर, धृतराष्ट्र के सभी अपकृत्यों को भूल गये और सहर्ष धन देने को सहमत हो गये और कहलवा दिया, मेरा तन, मन और सम्पत्ति सब आपकी (धृतराष्ट्र) की ही है, जितना आप लेना चाहें निसंकोच ले लें धृतराष्ट्र युद्ध में मारे गये सभी पुत्रों एवं संबंधियों के श्राद्ध में खूबदान दिया वह भी महाराज युधिष्ठिर के यहां से लेकर। ये है महाराज युधिष्ठिर की उदारता, महानता, देवत्व !उपरोक्त के आधार पर हम कह सकते हैं कि महाभारत में धर्मराज युधिष्ठिर साक्षात धर्म की मूर्ति थे। यज्ञ, दान, तप, तेज, शांति, सरलता, निराभिमानता, भक्त वत्सलता आदि अनेक गुण उनमें भरे थे। ऐसे महामानव को यदि हम भी अपना आदर्शमान लें और उनके गुणों का अनुसरण करें तो कई जन्म धन्य हो जाएं।

क्रमशः.....

प्रखर मेधावान – पांडवों को वनवास काल में अनेक कठिनाइयों एवं परीक्षाओं से गुजरना पड़ा था। एक बार धर्मराज ने महाराज युधिष्ठिर की परीक्षा ली जिसमें उन्होनें एक वेदपाठी ब्राह्मण की यज्ञ संबंधी काष्ठ पात्र को एक हरिण के रूप में ले जाने की बात कही गयी है। वह ब्राह्मण दुखित होकर पांडवों के पास पहुंचा और अपनी खोई वस्तु को लाने के लिए निवेदन किया। सभी पांडव ब्राह्मण देवता की सहायतार्थ वन में उस हरिण के पीछे चले गये। वन में काफी अंदर तक जाने में सब को प्यास लगी और पानी लाने की जिम्मेदारी कनिष्ठ नकुल को दी गई। नकुल ने अपने प्रयासों से एक बहुत रमणीक सरोवर ढूंढ निकाला। वहां शीतल एवं सुगन्धित हवा के साथ स्वच्छ जल भरा हुआ था। नकुल प्यास न रोक सके, तभी एक आकाशवाणी हुई कि यह स्थान मेरा है यहां कोई प्राणी बिना मेरे प्रश्नों के उत्तर दिये जल ग्रहण नहीं कर सक सकता। अतः तुम मेरे प्रश्नों के उत्तर पहले दो फिर जल ग्रहण करोगे वरना प्राणों की क्षति संभव है। नकुल ने चेतावनी को अनसुना कर दिया और पीने की चेष्टा की। चेतावनी के अनुरूप ही नकुल की मृत्यु हो गयी। जब काफी देर तक नकुल वापिस नहीं लौटे तो महाराज युधिष्ठर को चिंता हुई और उन्होंने सहदेव, भीमसेन व अर्जुन को भी भेजा सबके साथ ही वही चेतवनी दुहराई गयी। चेतावनी न मानने पर सबकी मृत्यु सरोवर पर ही हो गयी। अब स्वयं धर्मराज युधिष्ठर उस स्थान पर पहुंचे। वहां सबको मृत अवस्था में देखकर बहुत दुखी हुए। उनके मृत शरीरों पर कहीं चोट या घाव भी नहीं थे। उनकी ये दशा देखकर धर्मराज आश्चर्यचकित भी थे। उन्हें भी प्यास लगी और जैसे ही उन्होंने भी जल पीना चाहा वही आकाशवाणी फिर हुई, धर्मराज जल पीने से रूक गये और आकाशवाणी करने वाले से उनका परिचय मांगा। आकाशचारी ने स्वयं को यक्ष बतलाया और कहा तुम्हारे भाईयों ने चेतावनी के बाद भी मेरा कहना नहीं माना और जल पी लिया। इसी कारण उन्हें मैंने मारा है। तुम भी पहले मेरे प्रश्नों का उत्तर दो तब जल पियो वरना तुम्हारी भी यही दशा होगी तब तक महाराज युधिष्ठिर संभल चुके थे अतः उन्होंने यक्ष से प्रश्न पूछने के लिए कहा यक्ष ! आप प्रश्न पूछो मैं स्वविवेक के अनुसार आपके प्रश्नों के उत्तर देने का प्रयास करूंगा । यक्ष ने अनेक विषयों से संबंधित अनेक प्रश्न पूछे परंतु धर्मराज युधिष्ठिर सभी प्रश्नों के उत्तर धैर्य एवं विवेक पूर्वक देते गए। यक्ष– युधिष्ठर संवाद अपने आप में विलक्षण है। वैसे भी लगभग सभी विद्वानजन जानते हैं। महाराज युधिष्ठिर के उत्तर सुनकर यक्ष प्रसन्न हो गए। और उन्होंने बताया कि मैं स्वयं धर्म हूं तुम्हारी परीक्षा के लिए ही मैंने हरिण का रूप रखकर ब्राह्मण के काष्ठपात्र ले लिए थे। मैं तुमसे बहुत प्रसन्न हूं और तुम्हारे सभी भाईयों को जीवित करता हूं। तुम अर्थ और काम से भी अधिक धर्म को मानते हो, तुम तो धर्मात्मा हो। कोई वर मांगलो युधिष्ठिर ने प्रार्थना की देव ! आप तो सर्वज्ञ हैं सनातन हैं हम पर यही कृपा बनाए रखें और मुझे आप यही वर दें कि मैं क्रोध, मोह, लोभ आदि को सदा के लिए जीत सकूं धर्म ने कहा– हे युधिष्ठिर! ये गुण तो स्वभाव से ही तुम में विद्यमान है।

नरेद्र कुमार शर्मा

समाज में वृद्ध आश्रम की स्वीकार्यता



लगभग 50 वर्ष पूर्व तक हमारे समाज में अधिकार संयुक्त परिवार में रहने का प्रचजन था। परिवार के जवान सदस्य अपने बुजुर्गों का पूरा सम्मान करतें थें, उनकी बातों को सुनते भी थे तथा मानते भी थे और उन्हें खूब लाड़ प्यार भी करते थें कुल मिलाकर दोनों पीढ़ियों अच्छें ताल-मेल के साथ और खुशनुमा माहौल में संयुक्त परिवार में रहती थी।

किन्तु समय के साथ धीरे-धीरे सब कुछ बदलता चला गया, संयुक्त परिवार के स्थान पर नई पीढ़ी अब अपने नये परिवार के साथ अलग रहना चाहती है। उन्हें अब अपने बुर्जुग माता- पिता का साथ मे रहना अच्छा नहीं लगता है उनकी कोई भी सलाह उन्हें अच्छी नहीं लगती है। उनका साथ रहना अब उन्हें बोझ लगने लगा है। मान-सम्मान की जगह अब दुर्व्यवहार, तिरस्कार और उपेक्षा ने लें ली है। जिन बच्चों को पाल-पोस कर बड़ा करने तथा पढा-लिखाकर कामयाब करने में मां-बाप ने अपना सारा जीवन खपा दिया, अब वही बच्चे उनके साथ बद से बदतर व्यवहार करने लगते हैं ऐसे माहौल में आखिर वे कहां जाये जहाँ वे अपना बचा हुआ, थोडा सा जीवन शान्ति - सुकून व सम्मान पूर्वक व्यतीत कर सकें।

ऐसे ही बुजुर्गो के लिये उम्मीद की एक नई किरण के समान है ''वृद आश्रम'' जहां उन्हे पूरा आदर- सम्मान मिलता है, जहां उनकी सभी जरुरतों का पूरा ख्याल रखा जाता है और जहां पर वे खुशी - खुशी अपना जीवन व्यतीत कर सकते है।

सरकार ने सभी जिलों में वृद्व आश्रम खोल रखे है। इसके अलावा समाज के सम्पन्न लोग भी अपनी निजी संस्था बनाकर वृद्व आश्रम चला रहे है जहां पर रहने वाले सभी बुजुर्गो का पूरा खयाल रखा जाता है। उनके रहने व खाने - पीने की बढिया व्यवस्था की जाती है उनके स्वास्थय का भी पूरा ख्याल रखा जाता है कुल मिला कर उन्हें एक खुशनुमा माहौल में रहने का अवसर प्रदान किया जाता है

अब बारी आती है हमारे समाज की, हमारा समाज इस विकट समस्या को किस रुप में देखता है एक तरफ समाज के कुछ अच्छी सोच वाले भलें ही ''वृद्व आश्रम'' के माध्यम से हजारों बुजुर्गो का जीवन खुशहाल बना रहें है तो दूसरी तरफ उन बुजुर्गो के ही रिश्तेदार तथा जान-पहचान वाले व्यक्ति उन्हें तंज कसते है उनकी परेशानी का उनके पास कोई समाधान नहीं होता लेकिन उनका वृद्व 'आश्रम' में रहना उनको अच्छा नहीं लगाता है ये बड़ी दुखदायी स्थिति है हमे इस सोच को बदलने की जरुरत है वृद्व 'आश्रम' में रहना किसी भी बुजुर्गो के लिये मजबूरी तो हो सकती है लेकिन शर्मिन्दगी बिल्कुल नहीं।

इस पर समाज के सभी वर्गो को सकारात्मक रुप से गहन विचार करने की जरुरत है

अनिल कुमार शर्मा
भागीरथी वृद्ध आश्रम
ब्रजघाट, हापुड़

निष्ठा पूर्ण कार्य

सोमवार का दिन सुबह करीब 11:30 का समय था, कार्यालय की खिड़की पर लोगो का तांता लगा हुआ था । खिड़की के ठीक सामने बने ब्रांच मैनेजर के कमरे का दरवाजा खुला हुआ था अपने कार्य मे व्यस्त मैनेजर ने तिरछी निगाह से देखा कि सभी व्यक्ति खिड़की पर भीड़ जमाये खड़े है परंतु एक व्यक्ति उनके कमरे के दरवाजे पर खड़े होकर उन्हे देख रहा है मानो जैसे मैनेजर से आंखे मिलने का इंतजार कर रहा हो। मैनेजर ने जैसे ही उस व्यक्ति को देखा तो उसने दोनों हाथ जोड़ते हुऐ और सर झुका कर नमस्ते की।

हाँ दादा, बोलो?– मैनेजर के ऐसा पूछते ही व्यक्ति ने दरवाजे पर चप्पल उतारी और अंदर कमरे मे आया दुबला –पतला शरीर, सांवला रंग और चेहरे के बाएँ तरफ सर्जरी के निशान, मैनेजर समझ गया कि यह व्यक्ति निश्चित ही किसी गंभीर रोग से ग्रसित है। साहब मेरा नाम हरीशंकर है। मेरा पेमेंट बहुत दिनो से अटका हुआ है और अब तो हस्पताल वाले मेरा इलाज करने से भी मना कर रहे हैं। वो कहते हैं कि जाओ जाकर लोकल ऑफिस मे बात करो वही तुम्हारा कार्ड वापस से चालू करेगें मुझे मुँह का कैंसर है सर इलाज नहीं हुआ तो कैसे करुगा। व्यक्ति ने प्रश्न किया। मैनजर ने उससे बीमा कार्ड लिया और अपने कम्प्युटर पर देखने लगे। इतने में ही आफिस सहायक कमरे मे आया और उस व्यक्ति को देख कर एकदम से बोला–अरे दादा, आपको कितनी बार बोला है अपने पूरे कागज लेकर आओ। ऐसे आधे अधूरे पेपर से नहीं पता लगेगा। आपको ये बताया ना खिड़की पर? फिर भी आप यहाँ आकर सर को परेशान कर रहे हो । अरे नहीं सर मेरा वो मतलब नहीं था, मै तो केवल सर को बता रहा था ''व्यक्ति ने उत्तर दिया। आप पहले सारे कागज लेकर आओ शुरू से लेकर अब तक, मना थोड़ी कर रहे है आपका काम करने से। आप जाओ लेकिन अभी – सहायक ने कहा । मैनेजर ने बीमा कार्ड व्यक्ति को वापस करते हुए कहा की आप कभी भी आ जाना और आश्वासन दिया कि हर संभव मदद की जाएगी। व्यक्ति ने बीमा कार्ड लिया और मायूस से चेहरे के साथ चला गया ।

क्या परेशानी है इनके केस मे ? हस्पताल वालों ने इलाज क्यूँ बंद कर दिया इसका ? – मैनेजर ने सहायक से पूछा। सहायक ने उत्तर दिया – अरे सर, इस आदमी ने तीन–चार महीने हस्पताल मे कैंसर का इलाज कराया और हमने पेमेंट भी किया इसे लेकिन उसके बाद ये गाँव चला गया और बहुत समय बाद आया। इस बीच ही इसकी पात्रता समाप्त हो गई जिसकी वजह से इलाज और पेमेंट दोनों रुक गए है। यह व्यक्ति पहले भी बहुत बार आ चुका है और हमने इसे समझाया कि अपने सारे इलाज के कागज ले आए तो हम स्वीकृति लेकर आपका इलाज और पेमेंट दोबारा शुरू कर देंगे। पर ये समझता ही नहीं है । आप जरा सोचिए, यह आदमी मेडिकल सर्टिफिकेट को गेट पास बोलता है । हा! हा ! हा, मैनेजर भी धीरे से मुस्कुराया और पूछा ''गेट पास ? । ''अरे हाँ सर, जैसे कंपनी से आकस्मिक बाहर जाने के लिए गेट पास चाहिए होता है ना, उसी तरह मेडिकल सर्टिफिकेट को वो गेट पास बोलता है क्यूंकि उसे दिखा कर उसे कंपनी से छुट्टी मिल जाती है –सहायक ने उत्तर दिया। मैनेजर ने कहा– चलिये कोई बात नहीं । अगली बार आए तो देख लेना एक बार जो भी सहायता हो सके। सहायक ने आश्वासन मे सर हिलाते हुए जी सर बोला और फिर सभी अपने–अपने काम मे व्यस्त हो गए। –

करीब एक महीने बाद शाम के समय वह व्यक्ति फिर ऑफिस आया और अबकी बार सीधे मैनेजर के कक्ष मे जाकर खड़ा हो गया। उसने मैनेजर का अभिवादन तो किया परंतु मैनेजर उसके शरीर के हाव–भाव से यह समझ गया कि आज ये व्यक्ति उस विनम्रता और धैर्य के साथ नहीं आया है। इसका मतलब यही था कि उस व्यक्ति का काम अभी भी पूरा नहीं हुआ है। किसी भी सरकारी कार्यालय, खासकर वे जो की अधिकांश रूप से जन साधारण के संपर्क मे रहते हैं, मे दैनिक कार्यभार के अतरिक्त ऐसे बहुत से काम होते है जिनकी गणना कर पाना लगभग असंभव ही रहता है। ऐसे मे किसी एक व्यक्ति विशेष पर ध्यान दे पाना या उसे याद रखना आसान नहीं है । सब कुछ समझ जाने के बाद भी मैनेजर ने एक लंबी सांस ली और पूछा – बताओ दादा, कैसे आना हुआ ? । इस बार व्यक्ति ने थोड़ी कडक आवाज मे बोला – साहब अभी तक पेमेंट नहीं आया है । अब तो मेरी दवाई भी खतम होने वाली है, मेरे पास बाहर से दवाई खरीदने के पैसे नहीं है । मै कैसे अपना घर चलाऊँगा बिना पैसो आप ही बताइये''।

हरीशंकर जी, आप पहले आराम से बैठिए, मै आपको समझाता हूँ– मैनेजर ने बोलना शुरू करा, बस इतना सुनते ही उस व्यक्ति के चेहरे के सारे भाव परिवर्तित हो गए । अब व्यक्ति एकदम सहज होकर बात सुनने और उसका कारण केवल ये था की मैनेजर महोदय को उस व्यक्ति का नामयाद था जिसकी उसने कभी कल्पना भी नहीं की थी।आपका केस थोड़ा सा पेचीदा है, सहायक जी ने मुझे बताया था कि आप कुछ दिन पहले कागज लेकरआए थे परंतु वे किसी भी निष्कर्ष पर नहीं पहुँच सके। हमे मुख्यालय और चिकित्सा प्रभारी से स्वीकृति लेकर ऑनलाइन आपका इलाज पुनः शुरू करना रहेगा जिसके बाद ही हम आपका पेमेंट शुरू कर पाएंगे। आपके द्वारा पूर्व मे जमा करे हुए पर्ची पर कोई भी मोबाइल नंबर नहीं था जिससे

हम आपको बुला सके मैनेजर ने कहा। – इतना सुनकर शायद उस व्यक्ति के मन मे एक छोटी सी उम्मीद जगी की अब उसका काम हो जाएगा क्यूंकि अब व्यक्ति काम ना होने की शिकायत करने की बजाए आराम से बैठ कर मैनेजर को बताने लगा की – मै अपनी बीमारी से बहुत परेशान हुँ सर । चार महीने होने आए है, अब तक आगे का पेमेंट नहीं आया है। आप यकीन मानिए, मुझे ऐसे सपना आता है कि मैं घर का किराया कैसे दूंगा, दूध वाले के पैसे कैसे दूंगा, अपनी दवाई कैसे लूँगा अगर वापस इलाज शुरू नहीं हुआ तो। मैनेजर को उस व्यक्ति की बात सुन कर दुःख हुआ और वह इस सोच मे पड़ गया की कैसे किसी व्यक्ति को जीवन की इतनी सामान्य रोजमर्रा की चीजों के लिए भी संघर्ष करना पड़ता है । हरीशंकर जी, मै आपको आश्वासन देता हूँ, आपका इलाज भी चालू हो जाएगा और आपकी रुकी हुई पेमेंट भी सब क्लियर हो जाएगी। परंतु, आपको थोड़ा और धैर्य रखना पड़ेगा और मुझे पन्द्रह दिन का समय देना होगा । आप कल शाम साढ़े चार बजे सारे कागज लेकर सीधे मेरे पास आइये और मै कल खुद ही आपका केस आगे प्रेषित करूंगा'' मैनेजर ने कहा। उसके बाद व्यक्ति मैनेजर महोदय को धन्यवाद कह कर चला गया और अगले दिन बताए गए समय पर आकर सभी औपचारिकताएँ पूरी कर दी। –

मैनेजर ने अपने स्टाफ की मदद से आवश्यक कार्यवाही पूरी की और सारी स्वीकृति प्राप्त की । कुछ दिन बाद उस व्यक्ति का हस्पताल में इलाज भी शुरू हो गया और रुकी हुई पेमेंट भी उसके बैंक खाते मे धीरे धीरे आने लगी। अब जब भी वह व्यक्ति ऑफिस आता तो सहायक महोदय पूछते अरे हरीशंकर जी, कैसे हो, सब बढ़िया ?। बदले मे वह व्यक्ति भी मुस्कुराकर स्टाफ का अभिवादन कर धन्यवाद करता। ऐसा लगने लगा था जैसे उस व्यक्ति को रुकी हुई पेमेंट के साथ रुका हुआ सम्मान और अधिकार भी वापस मिल गया हो ।

फिर एक दिन, किसी भी अन्य सोमवार की तरह खिड़की पर भीड़ थी और लोग अपने अपने कार्ड हाथ मे लेकर अपनी बारी की प्रतीक्षा कर रहे थे। सारी नजरे खिड़की की और उत्सुकता से देख रही थी, सिवाए एक के। वो नजरे मैनेजर के कमरे की तरफ देख रही थी और इंतजार मे थी की मैनेजर महोदय फिरसे एक बार उनकी ओर देखे और पूछे –अरे हरीशंकर जी, कैसे हो ?। मैनेजर ने उस व्यक्ति को देखा, पहचान भी लिया परंतु, शायद काम के तनाव के चलते हाल चाल ना लेते हुए सीधे बोले – हरीशंकर जी, आपका आगे का पेमेंट हमने आगे बढ़ा दिया है परंतु बैंक की तरफ से लंबित है आ जाएगा एक दो दिन मे आप परेशान मत हो यहाँ आकर । उस व्यक्ति ने मुसकुराते हुए मैनेजर का अभिवादन किया और अंदर आया, और बोलने लगा – सर मै पेमेंट का पूछने नहीं आया हूँ। मै साथ वाली डिस्पेन्सरी आया था दवाई लेने तो इधर भी आ गया। जब तक आप हो, तब तक मुझे पेमेंट की चिंता नहीं है। एक दो दिन के बजाए ५–६ दिन भी लग जाए तो भी कोई बात नहीं। मै तो बस आपको देखने आया था। उस व्यक्ति के इतना कहते ही कुछ क्षण के लिए मैनेजर का हृदय भावनाओ से भर गया।ऐसा लगने लगा जैसे कि मानों जीवन का मूल उद्देश्य् पूर्ण हो गया हो। यकीन नहीं हो रहा था, कि केवल थोड़ी सी निष्ठा के साथ किए गए कार्य को, कोई कैसे इतना बड़ा उपकार मान सकता है। अपनी भावनाओ पर नियंत्रण रखते हुए मैनेजर मुसकुराते हुए बोला – अरे आप कैसी बात कर रहे है। ऐसा कुछ नहीं है। कोई भी होता तो ऐसा ही करता। व्यक्ति ने एक बार हाथ जोड़ कर अभिवादन करा और चला गयामैनेजर ने उस व्यक्ति द्वारा कही गई बात पर कुछ पल अपने मन में अभिमान करा और फिर वापस अपने कार्य में जुट गए। अंतर सिर्फ इतना था कि अबसे शायद मैनेजर महोदय थोड़ा और ज्यादा प्रेरित होकर कार्य करने लगे थे। इसीलिए मित्रो, जरा अपने परिवेश पर ध्यान दीजिएगा। क्या पता कब और कहाँ, हरीशंकर या कोई और इसी प्रतीक्षा मे हो कि आप उससे नजरे मिलाएँ ।

आशीष कुमार शर्मा

जो बोया सो काटो

एक दिन गुरु गोबिंद सिंह जी महाराज के दरबार में एक मदारी अपने रीछ के साथ प्रस्तुत हुआ। मदारी के द्वारा सिखाए गए करतब रीछ ने संगत के सामने प्रस्तुत करने शुरू किए। कुछ खेल इतने हास्य से भरपूर थे, कि संगत की हसी रोके से ना रुक रही थी। करतब देख कर गुरु जी मुस्कुरा रहे थे,, एक सिख के ठहाकों से सारा दरबार गुंजायमान था। वो सिख था, गुरु गोबिंद सिंह जी महाराज पर चवर झुलाने की सेवा करने वाला भाई कीरतिया....

''भाई कीरतिया आप इन करतबों को देख, बड़े आनंदित हो'' गुरु साहब जी ने कहा। महाराज इस रीछ के ''करतब हैं. ही इतने हास्य पूर्ण सारी संगत ठहाके लगा रही है। मुस्कुरा तो आप भी रहें हैं, दातार'' भाई कीरतिया ने कहा।

''हम तो कुदरत के करतब देख कर मुस्कुरा रहे हैं, भाई कीरतिया'' कुदरत के करतब? कैसे महाराज ''भाई कीरतिया, क्या आप जानते हो इस रीछ के रूप में ये जीवात्मा कौन है? नही दाता, ये बात मुझ जैसे साधारण जीव के बस में कहाँ? भाई कीरतिया,, रीछ के रूप में संगत का मनोरंजन करने वाला और कोई नही,, आप का पिता भाई शोभाराम है'' भाई कीरतिया जी को जैसे एक आघात सा लगा। सर से लेकर पाँव तक सारा शरीर कांप गया। कुछ संभला तो हाथ में पकड़े चंवर को गुरुपिता के चरनों में रख दिया और बोले– ''सारा संसार जानता है, मेरे पिता भाई शोभाराम ने गुरु दरबार की ताउम्र सेवा की,, उन्होंने एक दिन भी गुरुसेवा के बिना व्यतीत नही किया। अगर उन जैसे सेवक की गति ऐसी है, तो गुरु जी,, सेवा करने का कोई लाभ नही'' भाई कीरतिया,, आपके पिता भाई शोभाराम ने गुरुघर में सेवा तो खूब की लेकिन सेवा के साथ स्वयं की हस्ती को नहीं मिटाया। अपनी समझ को गुरु विचार से उच्च समझा। एक दिन हमारा एक सिख (शिष्य) अपनी फसल बैलगाड़ी पर लाद कर मण्डी में बेचने जा रहा था। राह में गुरुद्वारा देख मन में गुरुदर्शन करके कार्य पर जाने की प्रेरणा हुई। बैलगाड़ी को चलता छोड़,, वो सिख गुरुघर में अंदर आ गया। गुरबानी का पाठ चल रहा था। पाठ सम्पूर्ण हुआ, भाई शोभाराम ने प्रसाद बाँटना शुरू किया, भाई शोभाराम जी, मुझे प्रसाद जरा जल्दी दे दीजिये, मेरी बैलगाडी चलते चलते कहीं दूर ना निकल जाएं। सिख ने विनती की.. मेरे सिख के मैले कपड़ों से अपने सफेद कपड़े बचाते हुए, तेरे पिता भाई शोभाराम ने कहा अच्छा, अच्छा, थोड़ा परे हो कर बैठ, बारी आने पर देता हूँ। बैलगाड़ी की चिंता, सिख को अधीर कर रही थी। सिख ने दो तीन बार फिर बिनती की तो तेरे पिता भाई शोभाराम ने प्रसाद तो क्या देना था मुख से दुर्वचन कह दिए। कहा– अपनी जगह पर बैठ, समझ नहीं आती क्या। क्यों रीछ के जैसे उछल उछल कर आगे आ रहा है। तेरे पिता के ये कहे अपशब्द मेरे सिख के साथ साथ, मेरा भी हृदय वेधन कर गए। सिख की नजर जमीन पर गिरे प्रसाद के एक कण पर पड़ी, उसी कण को गुरुकृपा मान कर अपने मुख में डाल कर सिख तो अपने गन्तव्य को चला गया लेकिन व्यथित हृदय से ये कह गया कि सेवादार होने का मतलब जो सब जीवों को गुरु नानक जान कर सेवा करे। गुरु नानक जान कर आदर दे, जो सेवा करते समय सोचे कि वह वचन गुरु नानक जी को कह रहा है। प्रभु से किसी की भावना कहाँ छिपी है। हर कोई अपने कर्म का बीजा खायेगा,, रीछ मैं हूँ या आप,, गुरु पातशाह जाने सिख तो चला गया,

क्रमशः.....

लेकिन तेरे पिता की सर्व चर्चित सेवा को गुरु नानक साहब ने स्वीकार नही किया, उसी कर्म की परिणिति तेरा पिता भाई शोभाराम आज रीछ बन कर संसार में लोगो का मनोरंजन करता फिरता है। इस का उछलना,, कूदना,, लिपटना, आंसू, सब के लिए मनोरंजन है। गुरु पिता, मेरे पिता को इस शरीर से मुक्त कर के अपने चरणों में निवास दीजिये। हम बारिक मुर्ख इसान,, पिता समझावेंगे मोहे दूजी नाही ठौर, जिस पे हम जावेंगे। हे करुणा निधान, कृपा करें, मेरे पिता की आत्मा को इस रीछ के शरीर से मुक्त करें,, गुरु जी ने अपने हाथों से रीछ बने भाई शोभाराम को प्रसाद दिया, भाई शोभाराम ने रीछ का शरीर त्याग, गुरु चरणों में स्थान पाया। गुरु जी से क्षमा मांग, चवर को उठाकर भाई किरतिया फिर से चवर की सेवा करने लगे। इससे हमें यह शिक्षा मिलती है, कि हमें अपनी बोलवानी सभी के प्रति ठीक रखनी चाहिए। चाहे वो कोई भी हो! बूढ़ा हो, जवान हो, या फिर बच्चा हो। अगर हम अपनी बोल वाणी और अपना व्यवहार दूसरों के प्रति अच्छा रखते हैं। तो उस परमात्मा को उतनी ही खुशी मिलेगी। अगर हम किसी से दुर्व्यवहार करते हैं, तो वह गुरु का निरादर होगा। इसलिए सभी से अच्छे बोल बोलिए, अच्छी वाणी बोलिए, अच्छा व्यवहार कीजिए। तभी परमात्मा हमारे ऊपर खुश होंगे। अगर हम किसी का निरादर करते हैं, तो वह भगवान का निरादर होगा। तो गुरु कतई नहीं चाहेगे कि, कोई भी उन के किसी भी शिष्य का निरादर करें।

-राजेन्द्र कुमार त्यागी
(ट्रस्टी) उपाध्यक्ष

-ः सुविचार ः-

एक बारहसिंघा हिरण घने जंगल में रहता था उसके सींग बडे सुन्दर थे जिन पर उसको बडा नाज़ था और बडा गर्व महसूस करता था लेकिन अपने पैरों (खुर) को देखकर हमेशा उदास हो जाता था क्योकि पैर इतने सुन्दर नहीं थे।

एक दिन जंगल में शेर ने हिरण पर हमला कर दिया। हिरण अपनी जान बचाने के लिए जी – जान से दौड़ पडा। जब दौड़ते – दौड़ते थक गया तो उसे एक झाड़ी दिखाई दी और उसमें छुप गया। शेर के ड़र से उसे ध्यान ही नहीं रहा कि उसके सींग झाड़ी में फँस गये। शेर दौडता हुआ निकट आ रहा था तब हिरण को आपने सींगों पर बड़ा गुस्सा और पश्चाताप हुआ कि मैं जिन पर जीवन भर गर्व करता रहा आज वही सींग मेरे जान के दुश्मन बन गयें और पैरों (खुर) को जीवन भर कोसता रहा आज उन्हीं पैरों (खुर) ने मेरा साथ दिया।

इसलिए जीवन में किसी की महत्ता को कम नहीं आँकना चाहिए क्यों कि ईश्वर ने जो दिया है वो हमारी अवश्यकता के अनुसार सोच – समझकर दिया है।

सुरेश शर्मा

! हार को जीत लिखता हूँ ! !

मैं हार को भी अक्सर जीत लिखता हूँ
नफरतों को अक्सर प्रीत लिखता हूँ!

यों तो दुश्मनी निकाली कइयों ने मुझसे
फिर भी मैं उनके लिए गीत लिखता हूँ!

बदल गए रिश्ते दुनिया बदल गई है सबकी
फिर भी मैं वही पुरानी सी रीत लिखता हूँ!

यो तो दर्द है मेरे भी जिंदगी में कई, मेरे यार!
पर मैं मुस्कुरा कर प्रेम का संगीत लिखता हूँ!

रोने की वजह ना जाने कैसे खोज लेते है लोग
मैं तो बस पन्नों में सबको मन-मीत लिखता हूँ!

सब भाग रहे है, ना जाने क्या पाना है उन्हें!
मैं तो आज में खुश दिन व्यतीत करता हूँ!

यो तो झूठ का बोल-बाला है हर तरफ यारों
मैं आस का दिया जला सत्यजीत लिखता हूँ!

देश का खाकर देशद्रोह करते है काफिर
अपनी कलम से बस राष्ट्रगीत लिखता हूँ!

हां टूट जाते है हम भी मंजिल की चाह में
फिर भी हर बार ही मंजीत लिखता हूँ!

शहर है बेगानों से भरा हुआ हर तरफ ही
फिर भी मैं सबसे की गई बात-चीत लिखता हूँ!!!!

चूँकि मै भारत हूँ!

मैं वह नही जो आगे बढ़ ना सकूँ
मैं ठहरा पानी नहीं जो बह ना सकूँ
मै हवा मे हूँ, जो रुकती है, बहती है
कभी ठड़क-कभी गर्मी देती है
मै मरु की तपिश भी हूँ
मै बारिश की बूंद में भी हूँ
जो जीवन देती है,
चूँकि मै भारत हूँ!
मैं माँ हूँ, जो ममता देती है
मैं अस्तित्व देता हूँ, पहचान देता हूँ
गर्वित होने का सुअवसर देता हूँ
चूँकि मैं भारत हूँ!
मैं राम-मय हूँ, जो आर्दश सिखाता
मैं कृष्ण-मय हूँ, जो जन्म-मरण समझाता
राम-कृष्ण की इस पावन धरती पर
मैं सनातनी हूँ, शांति का प्रेरक हूँ
है गर्व! मुझे अपनी सभ्यता और संस्कृति पर
ऋषि-मुनियों की विरासत पर
चूंकि मैं भारत हूँ!
गंगा - जमुना का निर्मल जल हूँ
शुभ्र-मुकुट हिमालय सा मस्तक हूँ
पैरों में लहराता महा समर सा महासागर
सोमनाथ और जगन्नाथ हैं मेरी विशाल 'बाँहें'
विंध्य मेरा हृदय! मैं आक्रान्ताओं से खूब लड़ा हूँ
फिर भी निर्भिक निरन्तर आगे बढ़ा हूँ
और गर्व से अड़िग खड़ा हूँ,
चूँकि मै भारत हूँ!

Indu Khanna
Associate Professor (Retd.)
Delhi University
A-5, Vidisha Aptt. I.P. Ext. Delhi
Mob.: 8588008135

जंगल की पीड़ा

एक जगंल था जिसमे मंगल था
बहती नदीयों-झरनों का जल
करता था कल-कल, कल-कल
हाथी, भालू, शेर और बन्दर
सब रहते थे जंगल के अन्दर
जल-चर, नभ-चर सुखी थे सब
चूँकि ये कुदरत का था जंगल
जंगल ने मानव को बहुत दिया
साँसें दी, दवा-दारु और फल दिया
लेकिन मानव पर विकास का ऐसा भूत चढ़ा
उसने सभी जीवों का जीवन कष्टों से
भरकर जंगल काट दिया!
अब जंगल से सड़क गुजरी
और सड़क से लोग गुजरे
फिर सड़क किनारे शहर बसा
अब शहर में बाढ़ आई
बाढ़ का खुला-खेल चला
यह खेल प्रगति को बहा ले गया
पानी उतर गया विकास हाँफ रहा है
मानव थर-थर काप रहा है
अब परिवर्तन की दरारों से
जंगल झाँक रहा है अपनी
जमीन वापिस माँग रहा है
सभल जाओं, ऐ प्रगति वालो यदि चाहते हो
कि आने वाली नस्लें सुखी रहे,
तो जंगल को उसका हक़ लौटा दो!
फिर से जंगल का जीवन मंगल मय कर दो

सुरेश शर्मा

मन का अंतर्द्वंद्व मैं कौन हूँ?

सेवानिवृत्ति के बाद ,
न कोई नौकरी,
न कोई दिनचर्या,
और एक शांत घर, जो अब सिर्फ सन्नाटे की गूंज है।
मैंने अंततः अपने असली अस्तित्व को खोजना शुरू किया।
मैं कौन हूँ?
मैंने बंगले बनवाए,
छोटे-बड़े कई निवेश किए,
पर आज,
चार दीवारों में सिमट गया हूँ।
साइकिल से मोपेड,
मोपेड से बाइक,
बाइक से कार तक की रफ्तार और स्टाइल का पीछा किया
पर अब, धीरे-धीरे चलता हूँ,
वो भी अकेले, अपने कमरे के भीतर।
प्रकृति मुस्कराई और पूछा,
''तुम कौन हो, प्रिय मित्र?''
मैंने कहा,
''मैं... बस मैं हूँ।''
राज्य देखे, देश देखे, महाद्वीपों की सैर की,
पर आज,
मेरी यात्रा
ड्राइंग रूम से रसोईघर तक सीमित है।
संस्कृतियाँ और परंपराएँ सीखी,
पर अब,
केवल अपने ही परिवार को समझने की इच्छा है।
प्रकृति फिर मुस्कराई,
''तुम कौन हो, प्रिय मित्र?''
मैंने उत्तर दिया,
''मैं... बस मैं हूँ।''
कभी जन्मदिन, सगाई, शादियाँ धूमधाम से मनाई
पर आज,
सब्जियाँ खरीदने के लिए
सिक्के गिनता हूँ।
प्रकृति ने फिर पूछा,
''तुम कौन हो, प्रिय मित्र?''
मैंने कहा,
''मैं... बस मैं हूँ।''
सोना, चाँदी, हीरे
लॉकर्स में चुपचाप पड़े हैं।
सूट-ब्लेजर
अलमारी में टंगे हैं, बिना छुए।
पर अब,
मैं नरम सूती कपड़ों में जीता हूँ,
सादा और आजाद।
कभी अंग्रेजी, हिंदी में दक्ष था
अब, माँ की बोली में
सुकून मिलता है।
काम के सिलसिलों में देश-देश घूमता रहा,
अब, उन मुनाफों और नुकसानों को
सिर्फ यादों में तौलता हूँ।

व्यवसाय चलाया,
परिवार बसाया,
अनेक रिश्ते बनाए,

पर अब, मेरे सबसे प्रिय साथी
पड़ोस के स्नेही बुजुर्ग हैं।

कभी नियमों का पालन किया,
शिक्षा में आगे बढ़ा
पर अब, समझ आया कि वास्तव में मायने क्या रखता है।

जिंदगी की हर ऊँच-नीच के बाद,
एक शांत पल में,
मेरी आत्मा ने मुझसे फुसफुसा कर कहारू

बस अब तैयार हो जा,
हे यात्री! अंतिम यात्रा की तैयारी कर।

प्रकृति ने कोमलता से मुस्कराते हुए पूछा,
''तुम कौन हो, प्रिय मित्र?''
और मैंने उत्तर दिया
''हे प्रकृति,
तुम मैं हो
और मैं तुम।
कभी मैं आकाश में उड़ता था,
अब जमीन को सम्मान से छूता हूँ।
मुझे क्षमा करो
एक और मौका दो जीने का
पैसा कमाने की मशीन नहीं,
एक सच्चा इंसान बनने का
मूल्यों के साथ,
परिवार के साथ,
प्यार के साथ।

प्रेषक - कुशलपाल सिंह

अतिथी सेवा

भारतीय संस्कृति में सेवा को भी एक धर्म बताया गया है। सेवा का विस्तार तो बहुत है परन्तु अतिथि सत्कार या अतिथि सेवा का अपना एक महत्वपूर्ण स्थान है। अतिथि सेवा हमारे देश में सनातन काल से चली आ रही है। युग चाहे जो भी रहा हो हर युग में अतिथि सेवा के प्रेरणास्पद आख्यान देखने को मिलते हैं। त्रेता युग में भगवान राम की लीला एवं कृपा नित्य स्मरणीय है। सीता माता की खोज में वे वन में भटक रहे थे तभी शबरी का आतिथ्य ग्रहण कर एक उदाहरण प्रस्तुत किया–

ताहि देई गतिराम उदारा सबरी के आश्रम पगु धारा ।।
सबरी देख राम गृह आये मुनि के वचन समुझि जियं भाए ।।
स्याम गौर सुन्दर दोऊ भाई– सबरी परी चरन लपटाई ।।
प्रेम मगन मुख बचन न आवा पुनि पुनि पढ़ सरोज सिर नावा ।।

सबरी के आश्रम में भगवान राम का आना और सबरी का भाव विहल होना अतिथि सेवा का ही सुफल था शबरी का कोई लालच नहीं था उसने बिना किसी आडम्बर के जो कुछ भी बन पड़ा, कन्द मूल फल से ही भगवान राम की सेवा की। वहीं भगवान भी प्रेम के भूखे हैं भाव के भूखे हैं उन्होंने भी शबरी की आतिथ्य सामग्री को सहर्ष स्वीकारा–

कन्दमूलपुल सुरस अति दियें राम कहुं आनि।
प्रेम सहित प्रभु खाये बारंबार बखानि ।।

परन्तु शबरी को अभी अपने सेवा कार्य से संतुष्टि नहीं थी वह अपने राम को और अधिक संतुष्ट करना चाहती थी सो संकोचवश कहा

केहि विधि अस्तुति करौं तुम्हारी अधम जाति मैं जडमति भारी ।।
राम ने समझाया– उत्साह बढ़ाया–
कह रघुपति सुनि भामिनी बाता– मानऊ एक भगति कर नाता ।।
जोगि बृन्द दुरलम गति जोई तो कुछ आज सुलभ भई सोई ।।

यहां भगवान राम की करूणा भी कम नहीं है। उन्होंने भी बिना किसी ऊंच–नीच के बिना किसी भेदभाव के शबरी का आतिथ्य स्वीकार किया और शबरी को दर्शन देकर कृतार्थ भी कर दिया। धन्य हैं प्रभु की लीला।

इसी प्रकार द्वापर युग में भी अनेक उदाहरण अतिथि सेवा के देखने को मिलते हैं। भगवान श्रीकृष्ण महाभारत काल में कौरव पांडवों के बीच समझौते के उद्देश्य से हस्तिनापुर पधारे। वहां आडम्बर प्रिय अभिमानी, स्वार्थी श्रद्धाहीन दुर्योद्धन का राजसी आत्यि ग्रहण न करके परम सात्विक विदुर जी के यहां जाकर अतिथि बने। विदुर जी की पत्नि भगवान श्रीकृष्ण को अपने द्वार पर पाकर गद्गद हा गई और भावातिरेक के कारण शाक–पात से ही भगवान की सेवा कर दी भगवान नेभी बड़े प्रेम से उनके आतिथ्य को स्वीकार कर लिया।

इसी प्रकार पंचतंत्र की कथाओं में भी एक कपोत–कपोती की आतिथ्य सेवा का प्रसंग आता है जो कि अपने आप में विशेष है। इस कथा के अनुसार–गोदावरी नदी के निकट एक पर्वत पर एक व्याध रहता था। व्याध बड़ा ही क्रूर था वह नित्य ब्राह्मणों, तपस्यारत साधुओं, पशु–पक्षियों की हत्या कर अपने व अपने परिवार की क्षुधा तृप्ति किया करता था। एक दिन वह व्याध घने जंगल में चला गया और पशु–पक्षियों को मारने के उद्देश्य से जंगल में ही रहा। देवयोग से उसे उस दिन मात्र एक कपोती ही मिल सकी उसे वह पिंजरे में डालकर चल पड़ा। तभी जंगल में तेज हवाओं के साथ मेघ गर्जन होने लगा। अंधेरा छा गया और मूसलाधार वर्षा शुरू हो गयी बीच में ओले भी पड़े। वह व्याध पूरी तरह से भीग गया और ओले लगने की वजह से सर्दी महसूस करने लगा। घर की ओर जाने में वह रास्ता भटक गया और एक बड़े वृक्ष के नीचे आकर बैठ गया और निश्तेष्ट हो गया।

इसी वृक्ष पर एक कपोत अपनी कपोती के साथ रहता था। आंधी पानी के कारण कपोत बहुत परेशान था कि घाँसले में उसकी कपोती नहीं थी वह दाना चुनकर लौटी नहीं थी। कपोत अपनी ही भाषा में दुख प्रकट कर रहा था न जाने मेरी कपोती किस हाल में होगी। कहीं कुछ अनिष्ट न हो जाए। न जाने कहां होगी...? उसके बिना मेरा जीवन भी व्यर्थ है मैं उसे बिना नहीं रह सकता। आदि बातें वह बार–बार दुहरा रहा था। कपोती व्याध के पिंजरे में बंद थी उसने भी जान लिया कि उसका पति कपोत ही है। जो परेशान हो रहा है। वह पिंजरे से ही अपनी वाणी में बोल उठी। हे नाथ! मैं यहीं इसी वृक्ष के नीचे इस व्याध के पिंजरे में कैद हूं। आप मेरे लिए इतने परेशान न हों। यदि हमारा पति–पत्नि व्रत सच्चा है तो हम अवश्य ही मिलेंगे परन्तु आपसे विनय है कि यह व्याध हमारे द्वार पर है और वह ठंड तथा पानी के कारण बेहोश है आप कहीं से सूखे तिनके व आग का प्रबंध कर दीजिए ताकि यह होश में आ जाए। कपोत तो आश्चर्य चकित रह गया। उसने तुरंत ही अपने वृक्ष की कोटर में संचित सूखी घास ली तथा कहीं पास से ही अग्नि की एक चिंगारी ली और व्याध के सम्मुख अग्नि जला दी। अग्नि की तेजी के साथ–साथ व्याध का होश लौटने लगा। तभी कपोती ने कहा, नाथ! यह व्याध भूखा भी है आप आज्ञा दें तो मैं इसका भोजन बन जाऊं... हमें बड़ा पुण्य लगेगा और हमारा कर्तव्य भी है कि अपने अतिथि को भोजन करायें।

कपोती की बात सुनकर कपोत बोला तुम तो व्याध की कैद में हो इस कार्य को मैं करूंगा। उसने भगवान विष्णु का ध्यान करते हुवे इस जलती अग्नि की तीन परिक्रमा की और अग्नि में प्रवेश कर गया। अब तक व्याध भी पूरी तरह होश में आ चुका था तथा इन दोनों कपोत–कपोती के वार्तालाप से ये अनुमान भी लगा चुका था कि ये पति–पत्नि हैं। उस व्याध ने जैसे ही कपोत को अग्नि में प्रवेश करते हुए देखा वह चींख उठा, नहीं... नहीं.। कपोत भाई ऐसा न करो, मेरे कारण तुम्हारा परिवार नष्ट हो गया मुझे माफ कर दो उस क्षण उस व्याध में न जाने कहां से करूणा फूट पड़ी। उसने तुरंत ही कपोती को भी पिंजरे से निकाल कर स्वतंत्र कर दिया और अपने शिकार की सामग्री भी वहीं फेंक दी। बाहर आकर कपोती ने भी मृत कपोत व अग्नि के तीन परिक्रमा की और यह कहती हुई पति से अलग मेरा क्या अस्तित्व है? मुझे भी पति के साथ ही जाना है...

क्रमशः.....

अग्नि में प्रवेश कर गयी। आकश में जय-जयकार होने लगी तभी एक दिव्य प्रकाश हुआ आकाश मार्ग से एक रथ आया और दोनों कपोत-कपोती सुन्दर शरीर धारण कर उस रथ पर सवार होकर दिव्य लोक को चले गए।धन्य हैं उनकी आतिथ्य सेवा और धन्य प्रभु की करूणशीलता। संत एक नाथ तथा महर्षि रन्तिदेव की अतिथ्यि सेवा और उससे मिलने वाली मेवा से सब भलीभांति परिचित हैं।

उपरोक्त सभी प्रसंगों में अतिथि सेवा, जो कि निष्काम रूप से की गई के परिणाम कितने सुखद रहे। पहले में भगवान का साक्षात दर्शन तो तीसरे में दिव्य लोक की प्राप्ति। कितने भाग्यशाली थे वे प्राणी जिन्होंने आतित्य सेवा की। आज शायद इन भावों में न्यूनता आती जा रही है। इसका मुख्य कारण आज का जनमानस अपनी भारतीय परंपराओं तथा भारतीय संस्कृति से विमुख होता जा रहा है। वह विकास के नाम पर छिन्न-भिन्न पराई संस्कृति को ओढ़ने का प्रयास कर रहा है। सेवाभाव तो समाप्त प्राय है और निष्काम सेवा को शायद समझ ही न पायें। प्रभु कृपा करें हम भारतीयों पर भी ताकि पुनः अपने मूल्यों को पहचान कर अपनाएं।

नरेन्द्र कुमार शर्मा

भागीरथी वृद्ध आश्रम

रक्त – दान शिविर का आयोजन (27अप्रैल,2025)

सम्मानित रक्त – दाताओं की सूची

Sr.	DONORS NAME	CONTACT NUMBER	BLOOD GROUP
1.	प्रदीप कुमार	9811340975	O+ve
2.	सत्यपाल यादव	9810855732	B+ve
3.	गगन शर्मा	9818636261	AB+ve
4.	उषा त्यागी	9971660105	B+ve
5.	नवीन कुमार	9310770143	A-neg
6.	अजय भारद्वाज	9761504786	O-neg
7.	हैप्पी	9871473836	B+ve
8.	प्रशांत शर्मा	9528191614	A+ve
9.	सुशील चौधरी	9810856600	A+ve
10.	अवधेश	9911559789	B-neg
11.	आकाश गोस्वामी	7428872362	O+ve
12.	आकाश चौधरी	9910405121	O+ve
13.	गौरव शर्मा	8750732271	O+ve
14.	प्रशांत	9528191614	A+ve
15.	प्रियरंजन	9891159832	A+ve
16.	मोहन शर्मा	9810216422	B+ve
17.	आकाश शर्मा	9456877249	A+ve
18.	एम.डी. खान	8191947095	A+ve
19.	आशुतोष शर्मा	9643173301	O+ve
20.	संदीप सिंह	8279576733	O+ve
21.	आशीष कुमार शर्मा	9891329795	B+ve
22.	अरुण कुमार शर्मा	9410608893	AB+ve
23.	जितेन्द्र शर्मा	9313113750	B+ve
24.	अनिल कुमार शर्मा	9810103958	A+ve
25.	रविंदर त्यागी	9818035790	A+ve
26.	संजीव त्यागी	7838953350	O+ve
27.	पुष्पेंद्र	7817914331	B+ve
28.	लवीश कुमार	7830420754	O+ve
29.	सचिन कुमार	9557467101	AB+ve
30.	मुकेश कुमार	9410639034	AB+ve
31.	दीपक कुमार	9557445763	A+ve
32.	नीरज आर्य	9968110357	AB+ve
33.	विनीत कुमार	8006933256	O+ve
34.	निशांत यादव	7982873821	A+ve
35.	सार्थक	8076450516	A+ve
36.	शोभित	9810854412	B+ve
37.	जतिन	7303608012	A+ve
38.	मनीष खोखर	8510063212	A+ve
39.	अंकित भारद्वाज	8010494859	A+ve

श्रीराम-कृष्ण वचनामृत

वाद – विवाद न करो जिस प्रकार तुम अपने धर्म और विश्वास पर दृढ रहते हो, उसी प्रकार दुसरों को भी अपने धर्म और विश्वास पर दृढ रहने का पूरा अवसर दो। केवल बाद विवाद से तुम दूसरों को उनको गलती ने समझा सकोगे। परमात्माको कृपा होने पर ही प्रत्येक मनुष्य अपनी गलती समझेगा।

एक बार एक महात्मा नगर में से होकर कहीं जा रहे थे। संयोग से उनके पैरसे एक दुष्ट आदमी का अँगूठा कुचल गया। उसने क्रोधित होकर महात्मा जी को इतना मारा कि वे बेचारे मूर्छित होकर जमीनपर गिर पड़े। बहुत उपचार करके उनके चेले बड़ी कठिनता से उन्हें होशमें लाये। तब तो एक चेलेने महात्मा से पूछा, यह कौन आपकी सेवा कर रहा है? महात्मा ने उत्तर दिया, जिसने मुझे पीटा था। एक सच्चे साधु को मित्र और शत्रु में भेद नहीं मालूम होता।

यह सच है कि परमात्मा का वास व्याघ्रमें भी हैं, परंतु उसके पास जाना उचित नहीं। उसी प्रकार यह भी ठीक है कि परमात्मा दुष्ट से भी दुष्ट पुरुषों में विद्यमान है, परंतु उसका संग करना उचित नहीं।

एक गुरुजी ने अपने चेले को उपदेश दिया कि संसार में जो कुछ भी है, वह सब परमेश्वर ही है। भीतरी मतलब को न समझकर चेले ने उसका अर्थ अक्षरशः लगाया। एक समय जब वह मस्त होकर सड़क पर जा रहा था कि सामने से एक हाथी आता दिखलायी पड़ा। महावतने चिल्लाकर कहा, हट जाओ, हट जाओ। परंतु उस लड़के ने एक न सुनी। उसने सोचा कि मैं ईश्वर हूँ और हाथी भी ईश्वर है, ईश्वर को ईश्वर से किस बात का डर। इतने में हाथी ने सूँडसे एक ऐसी चपेट मारी कि वह एक कोने में जा गिरा। थोड़ी देर बाद किसी प्रकार सँभलकर उठा और गुरुके पास जाकर उसने सब हाल सुनाया। गुरुजी ने हँसकर कहा ठीक है, तुम ईश्वर हो और हाथी भी ईश्वर है, परंतु जो परमात्मा महावतके रूपमें हाथी पर बैठा तुम्हें सावधान कर रहा था, तुमने उसके कहने को क्यों नहीं माना। एक किसान ऊख के खेत में दिनभर पानी भरना था, किंतु सायं काल जब देखता, तब उसमें पानी का एक बूँद भी दिखलायी नहीं पड़ना था। सब पानी अनेकों छिद्रोंद्वारा वह जाता था। इसी प्रकार जो भक्त अपने मनमें कीर्ति, सुख, सम्पत्ति, पदवी आदि विषयों को चिन्ना करना हुआ ईश्वरकी पूजा करता है, वह परमार्थ के मार्ग में कुछ भी उन्नति नहीं कर सकता। उसकी सारी पूजा वासना रूपी बिलों द्वारा बह जाती है और जन्म भर पूजा करनेके अनन्तर वह देखता है कि जैसी हालत मेरी पहले थी, वैसी ही अब भी है, उन्नति कुछ नहीं हुई है।

हरि जब सिंह का चेहरा अपने मुँहमें लगा लेता है, तब बड़ा भयंकर दिखलायी पड़ता है। उसको लगाये हुए वह अपनी छोटी बहिन के पास जाता है और दहाड़ मारकर उसे डराता है। वह घबराकर एकदम जोरसे चिल्लाने लगती है और सोचती है कि अरे! अब तो मैं भाग भी नहीं सकती, यह दुष्ट तो मुझे खा ही जायगा। किंतु हरि जब सिंहका चेहरा उतार डालता है, तब बहिन अपने भाईको पहचान लेती है और उसके पास जाकर प्रेम से कहती है, अरे, यह तो मेरा प्यारा भाई है। यही दशा संसारके मनुष्योंकी भी है। वे मायाके झूठे जाल में पड़कर घबराते और डरते हैं किंतु मायाके जालको काटकर जब वे ब्रह्म के दर्शन कर लेते हैं, तब उनकी घबराहट और उनका डर छूट जाता है। उनका चित्त शान्त हो जाता है। और तब परमात्माको वे हौवा न समझकर अपनी प्यारी आत्मा समझने लगते हैं।

पानी और उसका बुलबुला एक ही चीज है। बुलबुला पानीसे बनता है और पानीमें तैरता है तथा अन्तमें फूटकर पानीमें ही मिल जाता है उसी प्रकार जीवात्मा और परमात्मा एक ही चीज है, भेद केवल इतना ही है कि एक छोटा होनेसे परिमित है और दूसरा अनन्त है एक परतन्त्र है और दूसरा स्वतन्त्र है।

रेलगाड़ीका इंजन वेगके साथ चलकर ठिकानेपर

अकेला ही नहीं पहुँचताः बल्कि अपनें साथ-साथ बहुत से डिब्बों को भी खींच खींचकर पहुंचा देता है। यही हाल अवतारों का भी है। पापके बोझसे दबे हुए अनन्त मनुष्यों को वे ईश्वर के पास पहुँचा देते हैं।

राजहंस दूध पी लेता है और पानी छोड़ देता है। दूसरे पक्षी ऐसा नहीं कर सकते। उसी प्रकार साधारण पुरुष मायाके जाल में फँसकर परमात्मा को नहीं देख सकते। केवल परमहंस ही माया को छोड़ कर परमात्मा के दर्शन पाकर दैवी सुख का अनुभव करते हैं।

दूसरों की हत्या करनेके लिये तलवार और दूसरे शस्त्रों की आवश्यकता होती है, किंतु अपनी हत्या करने के लिये एक आलपीन ही काफी है उसी प्रकार दूसरोंको उपदेश देनेके लिये बहुतसे धर्मग्रन्थों और शास्त्रोंको पढ़नेकी आवश्यकता है, किंतु आत्म-ज्ञानके लिये एक ही महावाक्यपर दृढ़ विश्वास करना काफी है।

जब हाथी खुल जाता है, तब वह वृक्षों और झाड़ियोंको उखाड़कर फेंक देता है लेकिन महावत जब उसके मस्तकपर अंकुश मार देता है, तब वह तुरंत ही शान्त हो जाता है। यही हाल अनियन्त्रित मनका है। जब आप उसे स्वच्छन्द छोड़ देते हैं, तब वह आमोद - प्रमोदके निस्सार विचारोंमें दौड़ने लगता है लेकिन विवेकरूपी अंकुशकी मारसे जब आप उसे रोकते हैं, तब वह शान्त हो जाता है।

चित्तको एकाग्र करनेके लिये तालियाँ बजाकर हरिका नाम जोर-जोरसे लो। जिस प्रकार वृक्षके नीचे तालियाँ बजानेसे उसपर बैठे हुए पक्षी इधर-उधर उड़ जाते हैं, उसी प्रकार तालियाँ बजा-बजाकर हरि (ईश्वर) का नाम लेनेसे कुत्सित विचार मनसे भाग जाते हैं।

जबतक हरि (ईश्वर) का नाम लेते ही आनन्दाश्रु न बहने लगे, तबतक उपासनाकी आवश्यकता है। ईश्वरका नाम लेते ही जिसकी आँखोंसे अश्रुधारा बहने लगती है, उसे उपासनाकी आवश्यकता नहीं है।

एक लकड़हारा जंगलकी लकड़ी बेच-बेचकर बड़े ही कष्टपूर्वक अपना जीवनयापन कर रहा था। अकस्मात् उस मार्गसे एक संन्यासी जा रहे थे। उन्होंने लकड़ हारे के दुःख को देखकर उससे कहा- बेटा! जंगल में और आगे बढ़ो, तुमको लाभ होनेवाला है। उसने बहुत-सी लकड़ियाँ काट लीं और उसे ले जाकर बाजार में बेचा। इससे उसको बहुत लाभ हुआ। उसने सोचा- संन्यासीने चन्दनके वृक्षका नाम क्यों नहीं लिया ? इतना ही क्यों कहा कि और आगे बढ़ो। दूसरे दिन जंगलमें और आगे बढ़ा, तब उसे ताँबेकी एक खान मिली। उसने मनमाना ताँबा निकाला और बाजार में बेचकर रुपया प्राप्त किया। तीसरे दिन वह और आगे बढ़ा और उसे एक चाँदीकी खान मिली। उसने उसमेंसे मनमानी चाँदी निकाली और बाजारमें बेचकर और अधिक रुपया प्राप्त किया। वह और आगे बढ़ा, उसे सोने और हीरेकी खानें मिलीं। अन्तमें वह बड़ा धनवान हो गया। ऐसा ही हाल उन लोगोंका है, जिन्हें ज्ञान प्राप्त करनेकी अभिलाषा होती है। थोड़ी-सी सिद्धि प्राप्त करनेपर वे रुकते नहीं, बराबर बढ़ते ही जाते है अन्तमें लकड़हारेकी तरह ज्ञानका कोष पाकर आध्यात्मिक क्षेत्रमें वे धनवान् हो जाते हैं।

एक छोटे पौधे की रक्षा उसके चारों और तार बाँधकर करनी पड़ती है। नहीं तो बकरे, गाय और छोटे बच्चे उसे नष्ट कर डालते हैं किंतु वह एक बड़ा वृक्ष बन जाता है, तब अनेकों बकारी और गायें स्वच्छन्दता के साथ उसीके नीचे विश्राम करती हैं और उसकी पत्तियाँ खाती हैं। उसी प्रकार जबतक तुममें थोड़ी भक्ति है, तबतक बुरी समस्यों और संसारके प्रपंचसे उसकी रक्षा करनी चाहिए लेकिन जब उसमें दृढ़ता आ गयी, तब फिर तुमहारे सामने कुवासनाओंको आनेकी हिम्मत न होगी अनेकों दुर्जन तुम्हारे पवित्र सहवाससे सज्जन बन जायँगे।

इंसानियत की कीमत

एक बार किसी रेलवे प्लैटफश्वर्म पर जब गाड़ी रुकी तो एक लड़का पानी बेचता हुआ निकला। ट्रेन में बैठे एक सेठ ने उसे आवाज दी ऐ लड़के इधर आ।लड़का दौड़कर आयाए उसके हाथ में एक प्लास्टिक की बाल्टी थी जिसमें कुछ खाली गिलास और एक बड़ा स्टील का जग रखा था। चप्पल घिस चुकी थी, पांव धूल से सने हुएए पर आंखों में एक चमक थी-जैसे कुछ बड़ा करने का सपना अभी भी जिंदा हो। क्या नाम है तेरा सेठ ने पूछा।

राजू, साब। पढ़ता भी है या सिर्फ पानी ही बेचता है राजू थोड़ा झिझकते हुए बोलाए पढ़ता था साब, लेकिन पापा नहीं रहे तो अब स्कूल छोड़ दिया। घर चलाने के लिए काम करता हूँ। सेठ की आंखों में एक क्षण के लिए हलचल हुई, पर उन्होंने फिर सामान्य होते हुए कहा, एक गिलास पानी देना। राजू ने मुस्कुराते हुए जग से पानी गिलास में डाला और बड़े आदर से सेठ को थमाया। पानी पीकर सेठ ने 10 रुपये का नोट दिया। राजू बोलाए भैया, पाँच रुपये ही होते हैं। सेठ ने कहा, बाकी रख ले.... मेहनत की इज्जत करनी चाहिए। राजू की आंखों में चमक थी, जैसे कोई उसके संघर्ष को पहली बार समझा हो। ट्रेन चल पड़ी। राजू फिर से पानी ले लो.... की आवाज लगाता हुआ आगे बढ़ गया। लेकिन सेठ के मन में कुछ रह गया। वो चेहरा, वो मासूमियत, और जिम्मेदारियों का बोझ उठाए वो छोटी उम्र का लड़का। सेठ अब बूढ़े हो चुके थे। व्यापार अब बेटे ने संभाल लिया था। एक दिन अचानक से उन्हें हार्ट अटैक आया। उन्हें तुरंत शहर के सबसे अच्छे अस्पताल में भर्ती कराया गया। डॉक्टर आया- साफ सुथरी ड्रेस, आत्मविश्वास से भरी चालए और आंखों में गहराई। नमस्ते अंकल, मैं डॉ. राजेश शर्मा। आपकी देखभाल मैं खुद करूंगा। सेठ ने ध्यान से डॉक्टर की शक्ल देखी, कुछ जाना पहचाना सा लगा। इलाज शुरू हुआ। कुछ दिन बाद सेठ की तबीयत में सुधार आया। एक सुबह सेठ ने डॉक्टर को बुलाया और पूछा, बेटा, मैंने तुम्हें पहले कहीं देखा है, डॉ. राजेश मुस्कुरा कर बोले, जी अंकल, शायद याद नहीं होगा आपको। एक बार किसी रेलवे स्टेशन पर आपने एक लड़के को पानी लेते समय 10 रुपये दिए थे और कहा थाए मेहनत की इज्जत करनी चाहिए। वो लड़का मैं था 'राजू' सेठ की आंखें भर आई। उनके हाथ कांपने लगे। तू वही लड़का.... लेकिन तू तो स्कूल छोड़ चुका था राजू ने कहा, आपके उन पाँच अतिरिक्त रुपयों ने सिर्फ एक गिलास पानी नहीं खरीदा था, एक सपना खरीदा था। उस दिन पहली बार लगा कि मैं कुछ कर सकता हूँ। उस रात मैंने माँ से कहा कि मैं फिर से पढ़ना चाहता हूँ। माँ ने भी मेहनत की, मैं भी करता गया। कभी बर्तन धोए, कभी अखबार बाँटे, लेकिन पढ़ाई नहीं छोड़ी। सेठ की आंखों से आंसू बहने लगे। उन्होंने राजू का हाथ थाम लिया बेटा, मैंने तो कभी नहीं सोचा था कि एक छोटा-सा काम किसी की पूरी जिंदगी बदल सकता है। राजू ने कहा, अंकल, हर इंसान को जरूरत होती है बस एक बार किसी के विश्वास की। आपने वो विश्वास दिया था। सेठ ने अस्पताल से छुट्टी के बाद राजू को अपने घर बुलाया। पूरे परिवार से मिलवाया और गर्व से कहा, यही है वो लड़का, जिसने मेरी दी हुई इंसानियत की कीमत अपने जीवन की ऊँचाई से चुकाई है। राजू अब हर साल अपने कॉलेज में सेठ रामप्रसाद स्कॉलरशिप के तहत गरीब बच्चों की पढ़ाई का खर्च उठाता है। जब लोग उससे पूछते हैं क्यों? वह बस एक ही जवाब देता है क्योंकि कभी किसी ने मेरे लिए ऐसा किया था। कभी किसी के साथ थोड़ा-सा भी अच्छा व्यवहार कीजिए क्योंकि आपका एक गिलास पानी, किसी के लिए पूरी जिंदगी का रास्ता बन सकता है

प्रेषकः Dr. Sanwar Lal Sharma

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट गाजियाबाद (रजि०)
(स्थायी सदस्यता हेतु आवेदन पत्र)

1. नाम :.....
2. पिता का नाम :.....
3. स्थायी पता :.....
   :.....
   :.....
4. पत्र व्यवहार का पता :.....
   : .....
   :.....

5. मोबाईल नं० :.....वाट्सअप नं० .....
6. आधार संख्या : ..... पेन नं० .....
7. ई-मेल आई०डी० .....
8. सदस्यता शुल्क :.....
   (चैक, कैश अथवा ई-बैंकिग द्वारा)
9. ई-बैंकिग हेतु बैंक खाता सं०91351700013242, आई०एफ०एस०सी० कोड-PUNB0SUPGB5, सर्व यू० पी० ग्रामीण बैंक शाखा-गोविन्दपुरम, गाजियाबाद में (उ०प्र०) सीधे जमा कराये जाने की रसीद .....
10. नामिनी का नाम एवं उससे सम्बन्ध :- .....
11. नामिनी का पता एवं मोबाईल नम्बर :- .....

दिनांक :-

हस्ताक्षर

नोट–वार्षिक अंशदान अंकन 11,000–00रु0 प्रत्येक वर्ष, माह 01 अप्रैल से 30, जून तक नगद/चैंक अथवा ई–बैंकिग द्वारा जमा कराया जाना है।

भागीरथी वृद्ध आश्रम

वृक्षारोपण कार्यक्रम

भागीरथी वृद्ध आश्रम

भागीरथी वृद्ध आश्रम

भागीरथी वृद्ध आश्रम ट्रस्ट

बागडपुर रोड, बृजघाट, जिला-हापुड़ (उ० प्र०)

SCAN & PAY USING ANY BHIM UPI APP