मैत्री समूह

Year - 9, Issue - 3, April - June 2012

Chirping Sparrow

A Newsletter of Maitree Jankalyan Samiti

आशा का दीपक

वह प्रदीप जो दिख रहा है झिलमिल, दूर नही है ।
थककर बैठ गए क्या भाई! मंजिल दूर नही है।।

चिंगारी बन गई लहू की बूंद जो पग से,
चमक रहे, पीछे मुड़ देखो चरण-चिन्ह जगमग से।
शुरू हुई आराध्य-भूमि यह, क्लान्त नही रे राही
और नही तो पाँव लगे हैं क्यों पड़ने डगमग से
बाकी होश तभी तक जब तक जलता तूर नही है।
थककर बैठ गए क्या भाई! मंजिल दूर नही है।।

दिशा दीप्त हो उठी प्राप्त कर पुण्य प्रकाश तुम्हारा
लिखा जा चुका अनल-अक्षरों में इतिहास तुम्हारा
जिस मिट्टी ने लहू पिया, वह फूल खिलाएगी ही
अम्बर पर घन बन छाएगा, ही उच्छवास तुम्हारा
और अधिक ले जाँच, देवता इतना क्रूर नही है।
थककर बैठ गए क्या भाई! मंजिल दूर नही है।।

-दिनकर

Young Jaina Award 2012

विगत वर्षों की तरह इस वर्ष भी मैत्री समूह विशिष्ट योग्यता प्राप्त करने वाले जैन छात्र-छात्राओं से Young Jaina Award 2012 के लिए आवेदन आमंत्रित करता हैं।

वर्ष 2012 में 12वीं कक्षा (State/CBSE) में 75%से अधिक, 10 वीं कक्षा (State/CBSE) में 90%से अधिक अंक प्राप्त करने वाले एवं CPMT/State PMT, IIT, NTSEe में चयनित होने वाले जैन छात्र-छात्राएँ हमारी Website www.maitreesamooh.com पर visit कर online form भर सकते हैं या form download कर उसे भर कर भेज सकते हैं।

Form भेजने हेतु पता है-मैत्री समूह, पोस्ट बॉक्स नं. 15, विदिशा, पिन-464002

अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें- 09827440301, 09425424984

Maitree Samooh invites applications from the talented Jain students for Young Jaina Award 2012.

Students with more than 75% in class XII or more than 90% marks in class X or selection in IIT JEE/ AIEEE/ NTSE/ AIPMT/ PMT in the academic year 2011-12 can either fill the form online or send the filled form to the following address:

Address: Maitree Samooh, Post bag No. 15 Vidisha, Madhya Pradesh
Phone No.: +91 94254 24984, +91 9827440301
Email: samooh.maitree@gmail.com, maitreesamooh@hotmail.com
Apply Online / Download Form: www.maitreesamooh.com

Chirping Sparrow

Year - 9, Issue - 3, April - June 2012

Chirping Sparrow is published by
Maitree Jankalyan Samiti
Post Box No. 15, Vidisha, Madhya Pradesh - 464001
E-mail : maitreesamooh@hotmail.com, samooh.maitree@gmail.com
Website : www.maitreesamooh.com Mobile: 94254-24984
http://maitreesamooh.blogspot.com

It is circulated to all Young Jaina Awardees and friends of **Maitree Jankalyan Samiti.**

JAINISM AND MODERN SCIENCE

INTRODUCTION

Jains claim that Jainism is a rational and a scientific religion. One of my American friend who had come down to India to study Jainism remarked cynically that all religions claim to be scientific, but Jains are quite pre-occupied to prove that Jainism is a very scientific religion. Hence one needs to understand as to what one means by being scientific. It does not necessarily have to confirm with the current scientific thinking. About two centuries back almost none of the Jain beliefs - especially existence of microbes and atoms - confirmed with the scientific thinking at that time. It was only later that science could validate many of these beliefs.

Of course, there are many concepts in Jainism that may not confirm with current scientific thinking. However, in the following essay, I will try to draw out some parallels between modern science and Jain concepts. But first let me discuss the methodology adopted by the Jains to describe this universe. One can say that Jainism is scientific in the sense that acceptability of its principles is not based on any divine revelation; rather, the principles are considered as true as they are borne out by the nature of reality. Although Jain system of thought is often referred to as revealed by Omniscient Teachers, the Jain thinkers attach more importance to absence of contradiction rather than to revelation. Accordingly, a doctrine must not contradict with accepted standards of truth and logic. Those who have read ancient texts would have noticed that Jain authors took pains to examine the various opposing views, which were rejected only when they were found to be self-contradictory or inconsistent with accepted standards of truth and logic.

In ancient Jain philosophy, the elements of scientific traditions were already established. The study of Astronomy (Stars, Planets, Universe etc.) , Physics (Matter, Atoms, Space and Motion and Time), Biology (Living beings, Microbes etc.), Mathematics, etc has been extensively mentioned in ancient Jains Texts.

It never fails to excite a great sense of wonder and amazement that thousands of years before the modern science understood the concepts of atoms, microbes, space and time, Jainism already had a vast literature on these subjects. The fact that these wise men have not been concerned with technological applications of this knowledge shows that technology is but one of innumerable ways of applying it. It is, indeed remarkable that when Western civilization discovers relativity it applies it to the manufacture of atom-bombs, whereas Indian civilization applies it to the development of new states of consciousness. That many parallels can be drawn with modern science makes one wonder that Jain thinkers did possess a vast storehouse of unique knowledge and perception, which was not available to other ancient philosophies.

A discussion of six Dravyas or Realities described in Jainism is enough to convince anyone that Jain Physics was quite ahead of its time. The Jain seers were primarily interested in the study of self i.e. soul. The study of matter, space etc. gets a mention as it was incidental in their quest for true self, in so far as how these non-life realities interacted with the soul.

The Six Dravyas or realities as defined in Jainism are:-

Jiva i.e. Living Substance	Domain of Metaphysics or Soul Reality
1) Jiva i.e. Souls,	and main topic of concern for Jains.

Ajiva i.e. or Non-Living Substance

2) Pudgala i.e. Matter,
3) Dharmastikaya i.e Principle of Motion,
4) Adharmastikaya i.e. Principle of Rest,
5) Akasha i.e Space, and
6) Kala i.e. Time

Domain of Physics or Non-soul and non-life Realities and main topic of concern for Scientists.

We will draw out the parallels in Jainism and Science in non-living substances.

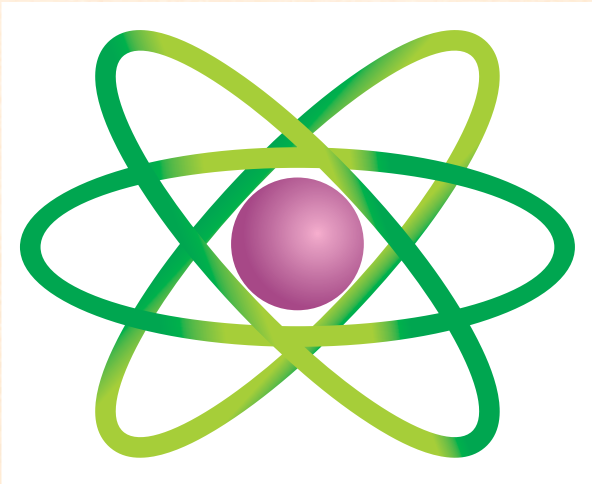
PUDGALA i.e. MATTER

As Pudgala i.e. matter carries a lot of influence on the mundane souls as a source of bondage, Jain monks carried out a deep study of matter. Following are the contentions on matter in Jainism as compared with the current scientific thinking:

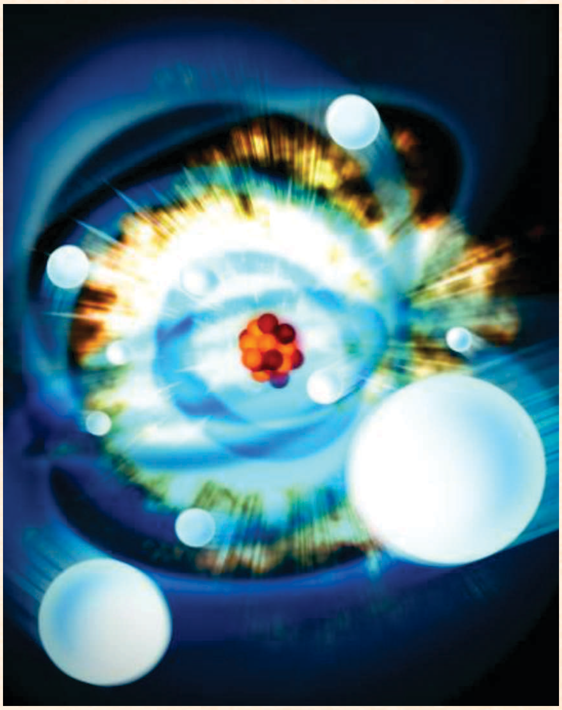
Matter as Energy. Pudgala or Matter in Jainism is classified as Solid, Liquid, Gaseous, Energy, Fine Karmic materials and extra-fine matter i.e. ultimate particles. Jains were aware that energy is considered as part of matter. For example - Bhadra-Sukshma (gross-fine) form of matter includes Light and Electricity. One of the aggregates of matter is Taijas Vargana i.e. aggregate of energy. The modern science arrived at the same conclusion, when it was proved by Einstein that matter can be converted into energy by his famous equation E=MC2.

Light as Particles. As per Jainism, the light is made up of particles. This is recognized in wave-particle duality of light where light simultaneously exhibits properties of both waves and particles.

Structure of Atoms and sub-atomic particles. According to Jainism, Paramaanu or ultimate particle (atoms) is the basic building block of all matter. They have been described as so subtle that they cannot be apprehended by sensory organs or instruments. Yet Jain scriptures have been able to describe atoms and sub-atomic particles even thousands of years ago. As recent as 2 centuries back many scientists doubted the existence of atoms. The corresponding scientific term for Paramaanu is Atom, but also includes the sub-atomic particles (such as Electrons, Protons, Neutrons, Quarks, Fermions and Bosons) although these are not separately defined in Jainism. This can be inferred on the basis of descriptions of certain characteristics of Paramaanu which correspond with sub-atomic particles. For eg. Paramaanu is characterized by continuous motion either in a straight line or in case of attractions from other Paramaanus, it follows a curved path. This corresponds with the description of orbit of electrons across the Nucleus. Ultimate particles are also described as particles with positive (Snigdha i.e. smooth charge) and negative (Ruksa - rough) charges that provide them the binding force.



Speed and movement of sub-atomic particles. In a smallest unit of time, one samaya, a Paramaanu can travel from one point of space in universe to farthest point in universe. While, as per theory of relativity, no object can travel faster than the speed of light, at quantum level, things are different. Electrons are known to jump orbits without traveling across any intervening space which is often known as quantum leap. As per the exclusion principle, sub-atomic particles have a quality known as spin quality according to which, two particles can simultaneously influence another even though they maybe trillions of miles away. Tachyons are particles that can travel faster



than the speed of Light. So the Jain postulate of particles traveling far distances within one samaya cannot be ruled out.

Indestructibility and Creation of Atoms. One of the qualities of the Paramaanu and Pudgala is that of permanence and indestructibility. It combines and changes its modes but its basic qualities remain the same. According to Jainism, it cannot be created nor destroyed. Before Lavoisier articulated his law of conservation of mass/ energy, it was believed that the matter can be destroyed, for eg. Wood is destroyed by burning.

Compounds and Molecules. In Jainism matter has four divisions - Skandha (aggregates), Skandhadesa (aggregates occupying space), SkandhaPradesha (aggregates occupying limited space) and Ultimate Particles (Paramaanus). This can be compared with modern day classification of matter compounds, molecules and atoms /sub-atomic particles.

Sound. One of the characteristics of matter is sound. Sound itself is not a Pudgala but is described as wave produced by friction between two or more molecules (skandhas). According to Jainism sound can travel from one end of universe to another. It is quite amazing that this phenomenon similar to microwaves and radiowaves, which were discovered hardly 100 years ago, was known to Jains 2600 years back. Microwaves have been captured as hissing sound by astronomer's communications antenna at Bell Laboratories emanating from an estimated distance of 90 Billion Trillion miles away. They are probably the cosmic background radiation left over from Big bang explosion traveling from the edge of the visible universe. This substantiates the Jain theory, which seemed fantastic at one time, that sound can travel from one end of universe to another end.

Karmic Particles. As per Jain theory of Karma, matter also includes very fine karmic particles, which are so subtle that they cannot be perceived by humans or by instruments. From the scientific point of view, the existence of karmic matter although not proved, cannot be ruled out. Today the count of the particles discovered or postulated by physicists is well over 150 with 100 or more so still suspected to be existing. Many of the particles are imaginary or postulated to exist to fit into existing theories. Then there are certain types of massless particles called neutrinos that visit earth every second often passing right through the planet as if it did not exist. According another theory by physicists like Fritz Zwicky, 99% of the universe is made of dark matter that is invisible and unknown to us. A hundred year ago anyone suggesting the existence of such invisible particles would have been subjected to ridicule of scientific community. That science has not yet discovered or studied karmic particles (as it does not fit into the Standard model) does not state anything against its existence.

Anish Shah
anishshah19@hotmail.com

1. Viennese physicist Ernst Mach wrote - "Atoms cannot be perceived by senses…….they are the things of thought."
2. Panchastikaya Sara , "Matter in reality cannot be created or destroyed; it has only permanent substantiality. But through its modes, it secures triple qualities of permanence, appearance and disappearance."
3. The law of conservation of mass/ energystates - "Matter/ Energy cannot be created or destroyed, but can change its form. The total amount of mass/ energy in the entire universe remains the same."
4. Various particles as per the standard model includes the following - leptons, quarks, fermions, bosons, muons, pions, hyperons, mesons, k-mesons, Higgs bosons, tachyons, gravitons and so on.
5. Standard model itself is considered as inelegant by the physicists because it requires existence and postulation of many particles, has 19 open parameters, which cannot be explained and does not describe gravitational interaction.

आपके प्रश्न

Q. सरल, सहज, विनम्र और संयमी बनने के लिए हर क्षण कौन से भाव रखना चाहिए या क्या करना चाहिए।

A. चार भावनाएँ – मैत्री, प्रमोद, कारूण्य और मध्यस्थ ये भावनाएँ रखने से जीवन सरल, सहज और विन्रम बनता है।

प्रेमभाव हो सब जीवों से, गुणीजनो में हर्ष प्रभो।
करूणा स्त्रोत बहे दुखियों पर दुर्जन में मध्यस्थ विभो।।

सामायिक पाठ में इन चार प्रकार की भावनाओं का उल्लेख मिलता है। प्राणी मात्र के प्रति मैत्री भाव, मैत्री का अर्थ मित्रता नहीं है, मैत्री का अर्थ है कि किसी भी जीव को दु:ख न हो, कि सब जीव सुखी रहें, ऐसी भावना होना ही मैत्री भाव है। जिसके भीतर ऐसा मैत्री भाव आ जाता है वह सरल, सहज और विन्रम हो जाता है। गुणवान लोगों को देखकर, उनके प्रति हर्ष प्रकट करने का भाव ही प्रमोद भाव है। सामान्यत: दूसरे के गुणों को हम सहन नहीं कर पाते हैं और उससे ईर्ष्या करने लगते हैं। यदि गुणवान व्यक्तियों के प्रति हर्ष का भाव आ जाये तो जीवन अच्छा बन सकता है। दीन दु:खी जीवों के प्रति करूणा भाव या दया भाव आना चाहिए। जो बुरे मार्ग पर चल रहे हैं, ऐसे लोगों के प्रति तटस्थता का भाव अर्थात् न स्नेह और न द्वेष। इस प्रकार इन चारों भावनाओं से जीवन में सरलता और विनम्रता आ सकती है।
मेरी भावना में कहा है –

मैत्री भाव जगत में मेरा, सब जीवों से नित्य रहे।
दीन दु:खी जीवों पर मेरे, उस से करूणा स्त्रोत बहे।।
दुर्जन क्रूर, कुमार्ग रतों पर, क्षोभ नहीं मुझको आवे।
साम्य भाव रखूं मैं उन पर, ऐसी परिणति हो जावे ।।
गुणीजनों को देख हृदय में, मेरे प्रेम उमड़ आवें ।
बने जहां तक उनकी सेवा, करके यह मन सुख पावे।।

Q. जो लोग जिनेन्द्र भगवान की प्रतिमा का अभिषेक करने का निषेध करते हैं और कहते हैं कि अभिषेक जन्म के समय किया जाता है। ऐसे लोगों को क्या उत्तर है?

अतुल जैन (एम.पी.सी.4009), गोटेगांव

A. अभिषेक और पूजा जिनत्व के अत्यन्त समीप आने का उपक्रम है। जिनालय मानों एक आध्यात्मिक प्रयोगशाला है जहां जिनबिंब के सम्मुख जाकर हम अभिषेक और पूजन के द्वारा स्वयं को निर्मल बनाने का प्रयोग करते हैं। अभिषेक को पूजा का एक अंग माना गया है। अभिषेक पूर्वक ही पूजा सम्पन्न होती है। प्रासुक जल की धारा जिनबिंब के ऊपर इस तरह प्रवाहित करना जिससे कि जिनबिंब पूरी तरह अभिसिंचित हो सके– यह अभिषेक कहलाता है। जैनाचार्यों ने चार तरह के अभिषेक का उल्लेख किया है– जन्माभिषेक, राज्याभिषेक, दीक्षाभिषेक और चतुर्थाभिषेक या प्रतिमाभिषेक। तीर्थंकर बालक को सुमेरूपर्वत पर स्थित पाण्डुक शिला पर ले जाकर जब क्षीरसागर के जल से अभिसिंचित किया जाता है, वह जन्माभिषेक कहलाता है। तीर्थंकर कुमार का राजतिलक के अवसर पर जो अभिषेक किया जाता है, वह राज्याभिषेक कहलाता है। जिनदीक्षा लेने से पूर्व तीर्थंकर का जो अभिषेक किया जाता है वह दीक्षाभिषेक कहलाता है।

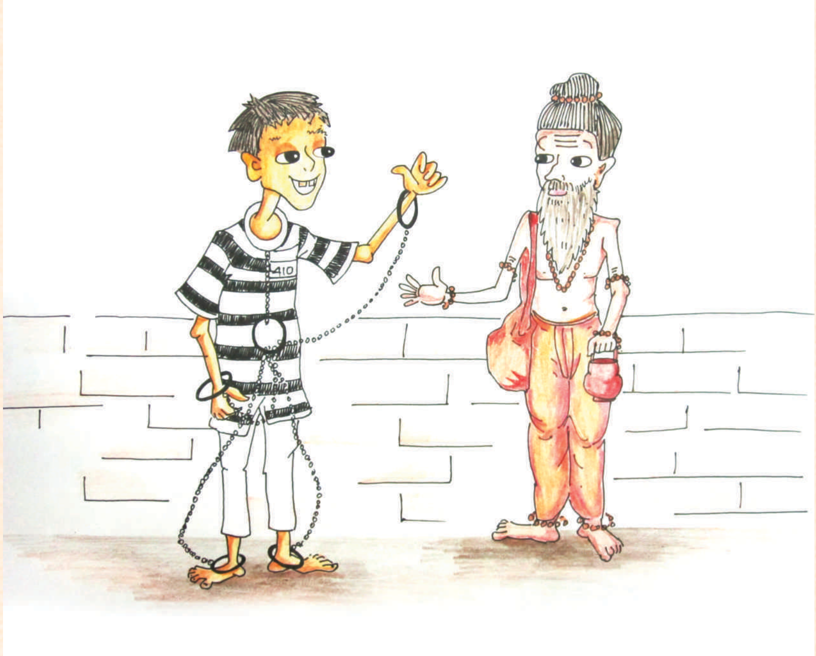
विधि–विधान पूर्वक प्रतिष्ठित जिनबिंब का अभिषेक करना चतुर्थाभिषेक या प्रतिमाभिषेक कहलाता है। प्रतिदिन पूजन से पूर्व जो जिनबिंब का अभिषेक होता है वह चतुर्थाभिषेक या प्रतिमाभिषेक है। इसलिए जो लोग ऐसा कहते हैं कि प्रतिदिन पूजा से पहले जो जिन बिम्ब का या जिन प्रतिमाओं का अभिषेक होता है वह जन्माभिषेक है उसे करना आवश्यक नहीं है उनका यह कहना आगम के विरूद्ध है। अभिषेक की परम्परा अनादि–निधन है। चतुर्निकाय के देव अष्टाह्निका पर्व में नन्दीश्वर द्वीप में जाकर चारों दिशाओं के अकृत्रिम चैत्यालयों में क्रमश: दो–दो प्रहर करके चौबीसों घंटे भगवान का अभिषेक एवं पूजन करते हैं। यह बात बड़ी महत्त्वपूर्ण है कि सौधर्म आदि इन्द्र और सभी देवगण विदेह क्षेत्र में सदा विद्यमान रहने वाले तीर्थंकरों के कल्याणक एवं साक्षात् दर्शन का सौभाग्य प्राप्त होने पर भी अक्रत्रिम चैत्यालयों में भक्तिभाव से अभिषेक करने जाते हैं और स्वयं को धन्य मानते हैं।

असल में, अभिषेक के दौरान जिनबिंब के अत्यन्त निकट आने और भाव–विभोर होकर भगवान का स्पर्श करने का सुखद अवसर प्राप्त होता है जिससे भावों में बड़ी निर्मलता आती है, मन गद्‌गद् हो जाता है और जीवन की सार्थकता मालूम पड़ती है। अभिषेक का उद्‌देश्य बताते हुए लिखा गया है – हे भगवन्! आप सहज ही परम पवित्र हैं, आपकी पवित्रता के लिए मैंने अभिषेक नहीं किया। मैंने तो स्वयं को राग–द्वेष रूप मलिनता से मुक्त करने के लिए आपके पवित्र बिंब पर जलधारा प्रवाहित की है और क्षणभर को समस्त पापाचरण छोड़ करके मानों आपका साक्षात् स्पर्श करने का पुण्य अर्जित किया है। इस तरह अभिषेक आत्म–निर्मलता के लिए किया गया एक अत्यंत महत्तवपूर्ण अनुष्ठान है। अभिषेक के दौरान उच्चारित मंत्रों से भक्ति और जिनबिंब के स्पर्श से पवित्र हुआ सुगंधित जल गन्धोदक कहलाता है – जिसे अपने संचित पापों का क्षय करने की उत्तम भावना से नेत्र और ललाट पर धारण किया जाता है।

यदि आपकी कोई शंका या प्रश्न है, तो हमें लिख भेजिये। मुनिश्री द्वारा उसका उत्तर दिया जाकर शंका का समाधान किया जायेगा।

विश्वास हमारे भीतर होना चाहिए...

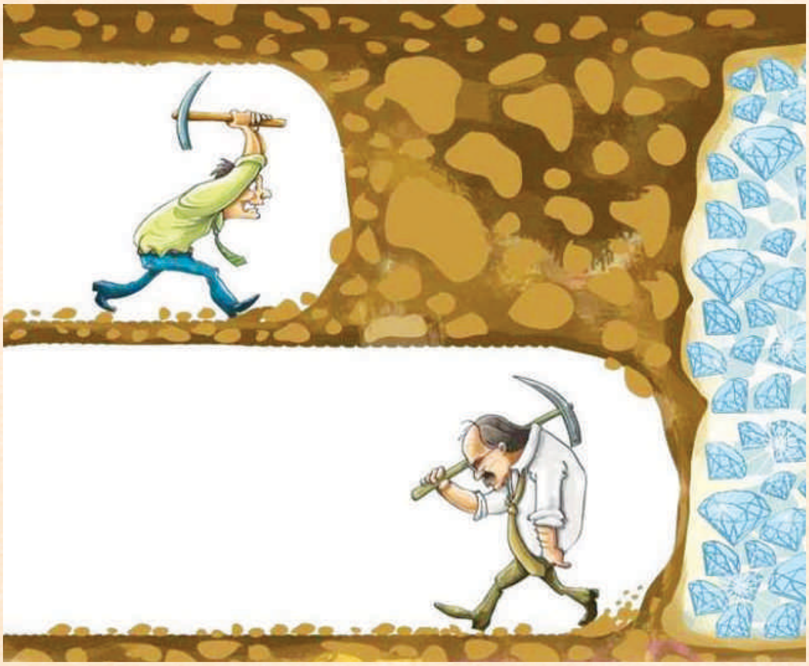
एक बहुत बड़ा कलाकार था। जंजीरें बनाता था और उसकी बनायी जंजीर पर वह आखिरी में अपनी सील लगा देता था कि इस जंजीर को कोई नहीं तोड़ सकता। और वाकई दूर-दूर तक इस बात की प्रसिद्धि थी कि उस की बनायी जंजीर को कोई नहीं तोड़ सकता। उसके भीतर भी यह भाव बैठ गया और बहुत गहरे बैठ गया कि मेरी बनायी जंजीर को कोई नहीं तोड़ सकता।



एक दिन किसी अपराध में उस कलाकार को कैद कर लिया गया और जंजीर पहना दी गई। जब उसे जंजीर पहनाई जा रही थी तो उसको कोई भय नहीं था। बहुत खुश था क्योंकि प्रसिद्धि उसकी इस बात की भी थी कि दुनिया की कोई भी जंजीर ऐसी नहीं है जिसे वह न तोड़ सके, बस उसकी बनायी हुई जंजीर को कोई नहीं तोड़ सकता है। जंजीरें बंधवाते हुए वह मुस्कुरा रहा था - बस एक झटका देना है । आज तक कोई जंजीर ऐसी नहीं बनी जिसे मैं न तोड़ सकूँ।

एक साधु ने रास्ते से गुजरते हुए उसे वहाँ देखा, तो सोचा कि कोई पहुँचा हुआ आदमी लगता है, क्योंकि जंजीर में जकड़े हुए होने के बाद भी चेहरे पर कोई मलिनता नहीं थी, जबकि प्रसन्नता का कोई कारण नहीं था। जब वह कलाकार भीतर कटघरे में खड़ा हो गया तो बाहर से साधु ने उससे कहा कि तुम्हारे मुस्कुराने का कारण क्या है? तो उसने कहा, "सुनो, दुनिया में ऐसी कोई भी जंजीर नही है, जिसे मैं न तोड़ सकूँ। बस इन्हें जरा हटने दो मैं तोड़ दूँगा, इसीलिए मैं मुस्कुरा रहा हूँ।"

लेकिन अगले ही क्षण वह सुबक सुबक कर रोने लगा । साधु ने पीछे मुड़कर देखा और सोचा -क्या हुआ? अभी तो उसने कोई पुरूषार्थ भी नहीं किया कि जंजीर तोड़नी शुरू की हो और ना टूट रही हो। आखिर रोने का कारण क्या है? पूछने पर उसने कहा, "अब तो मेरे सारे जीवन का अन्त इसी कारागार में हो जाएगा। मुझे यहीं पर मरने को मजबूर होना पड़ेगा।" साधु ने पूछा, "अरे आखिर बताओ तो सही की कारण क्या है?" कलाकार बोला, " इस जंजीर पर मेरी सील लगी हुई है।" इतना कह कर वह सुबक-सुबक फिर से रोने लगा।



बंधुओं सबकी बनायी जंजीर को वह तोड़ सकता है लेकिन अपनी बनायी जंजीर को नहीं तोड़ सकता। लेकिन जीवन में तो मैं खुद ही अपने बांधे कर्मों की जंजीर तोड़ सकता हूँ, मैं ही अपने बांधे हुए कर्मों को काट सकता हूँ। ये बात, ये विश्वास हमारे भीतर होना चाहिए।

-मुनिश्री क्षमा सागर जी,
"कर्म कैसे करें" से साभार

विजेता मेंढक

बहुत समय पहले की बात है। एक सरोवर में बहुत सारे मेंढक रहते थे। सरोवर के बीचों-बीच एक बहुत पुराना धातु का खम्भा भी लगा हुआ था जिसे उस सरोवर को बनवाने वाले राजा ने लगवाया था। खम्भा काफी ऊँचा था और उसकी सतह भी बिलकुल चिकनी थी। एक दिन मेंढकों के दिमाग में आया कि क्यों ना एक रेस करवाई जाए। रेस में भाग लेने वाले प्रतियोगियों को खम्भे पर चढ़ना होगा और जो सबसे पहले ऊपर पहुँच जाएगा वही विजेता माना जाएगा। रेस का दिन आ पहुँचा, चारों तरफ बहुत भीड़ थी, आस-पास के इलाकों से भी कई मेंढक इस रेस में हिस्सा लेने पहुँचे। माहौल में सरगर्मी थी, हर तरफ शोर ही शोर था। रेस शुरू हुई......

......लेकिन खम्भे को देखकर भीड़ में एकत्र हुए किसी भी मेंढक को ये यकीन नहीं हुआ कि कोई भी मेंढक ऊपर तक पहुँच पायेगा.....

हर तरफ यही सुनाई देता...."अरे ये बहुत कठिन है।"

"वो कभी भी ये रेस पूरी नहीं कर पायेंगे।"

"सफलता का तो कोई सवाल ही नहीं, इतने चिकने खम्भे पर चढ़ा ही नहीं जा सकता।" और हो भी यही रहा था, जो भी मेंढक कोशिश करता, वो थोड़ा ऊपर जाकर नीचे गिर जाता । कई मेंढक दो-तीन बार गिरने के बावजूद अपने प्रयास में लगे हुए थे...

पर भीड़ तो अभी भी चिल्लाये जा रही थी, "ये नहीं हो सकता, असंभव।" उत्साहित मेंढक भी ये सुन-सुनकर हताश हो गए और उन्होंने प्रयास करना छोड़ दिया। लेकिन उन्हीं मेंढकों के बीच एक छोटा सा मेंढक था, जो बार-बार गिरने पर भी उसी जोश के साथ ऊपर चढ़ने में लगा हुआ था....वो लगातार ऊपर की ओर बढ़ता रहा और अंततः वह खम्भे के ऊपर पहुंच गया और वह रेस का विजेता बना।

उसकी जीत पर सभी को बड़ा आश्चर्य हुआ। सभी मेंढक उसे घेर कर खड़े हो गए और पूछने लगे, "तुमने ये असंभव काम कैसे कर दिखाया ? भला तुम्हे अपना लक्ष्य प्राप्त करने की शक्ति कहाँ से मिली, जरा हमें भी तो बताओ कि तुमने ये विजय कैसे प्राप्त की?"
तभी पीछे से एक आवाज आई..."अरे उससे क्या पूछते हो, वो तो बहरा है।"

शाकाहार : उत्तम आहार

एक प्रेस समाचार के अनुसार अमरीका में डेढ़ करोड़ व्यक्ति शाकाहारी हैं। दस वर्ष पूर्व नीदरलैंड की 1.5% आबादी शाकाहारी थी, जबकि वर्तमान में वहाँ 5% व्यक्ति शाकाहारी हैं। सुप्रसिद्ध गैलप मतगणना के अनुसार इंग्लैंड में प्रति सप्ताह 3000 व्यक्ति शाकाहारी बन रहे हैं। वहाँ अब 25 लाख से अधिक व्यक्ति शाकाहारी हैं। सुप्रसिद्ध गायक माइकेल जैकसन एवं मैडोना पहले से ही शाकाहारी हो चुके हैं। अब विश्व की सुप्रसिद्ध टेनिस खिलाड़ी मार्टिना नवरातिलोवा ने भी 'शाकाहार' व्रत धारण कर लिया है। बुद्धिजीवी व्यक्ति शाकाहारी जीवन प्रणाली को अधिक आधुनिक, प्रगतिशील और वैज्ञानिक कहते हैं एवं अपने आपको शाकाहारी कहने में विश्व के प्रगतिशील व्यक्ति गर्व महसूस करते हैं।

संसार के महान बुद्धिजीवी, उदाहरणार्थ अरस्तू, प्लेटो, लियोनार्दो दविंची, शेक्सपीयर, डारविन, पी.एच.हक्सले, इमर्सन, आइन्सटीन, जार्ज बर्नार्ड शा, एच.जी.वेल्स, सर जूलियन हक्सले, लियो टॉलस्टॉय, शैली, रूसो आदि सभी शाकाहारी ही थे।

विश्वभर के डॉक्टरों ने यह साबित कर दिया है कि शाकाहारी भोजन उत्तम स्वास्थ्य के लिए सर्वश्रेष्ठ है। फल-फूल, सब्जी, विभिन्न प्रकार की दालें, बीज एवं दूध से बने पदार्थों आदि से मिलकर बना हुआ संतुलित आहार भोजन में कोई भी जहरीले तत्व पैदा नहीं करता। अन्य विशिष्ट खोजों के द्वारा यह भी पता चला है कि जब किसी जानवर को मारा जाता है तब वह इतना भयभीत हो जाता है कि भय से उत्पन्न ज़हरीले तत्व उसके सारे शरीर में फैल जाते हैं और वे ज़हरीले तत्व मांस के रूप में उन व्यक्तियों के शरीर में पहुँचते हैं, जो उन्हें खाते हैं। हमारा शरीर उन जहरीले तत्वों को पूर्णतया निकालने में समर्थ नहीं हैं। नतीजा यह होता है कि उच्च रक्तचाप, दिल व गुरदे आदि की बीमारियाँ माँसाहारियों को जल्दी आक्रांत करती हैं। इसलिए यह नितांत आवश्यक है कि स्वास्थ्य की दृष्टि से हम पूर्णतया शाकाहारी रहें।

पोषण : अब आइए, कुछ उन तथाकथित आँकड़ों को भी जाँचें जो माँसाहार के पक्ष में दिए जाते हैं। जैसे, प्रोटीन की ही बात लीजिए। अक्सर यह दलील दी जाती है कि अंडे एवं माँस में प्रोटीन, जो शरीर के लिए एक आवश्यक है, अधिक मात्रा में पाया जाता है। किन्तु यह बात कितनी गलत है यह इससे साबित होगा कि सरकारी स्वास्थ्य बुलेटिन संख्या 23 के अनुसार ही 100 ग्राम अंडों में जहाँ 13 ग्राम प्रोटीन होता है, वहीं पनीर में 24 ग्राम, मूंगफली में 31 ग्राम, दूध से बने कई पदार्थों में तो इससे भी अधिक एवं सोयाबीन में 43 ग्राम प्रोटीन होता है। अब आइए कैलोरी की बात करें। जहाँ 100 ग्राम अंडों में 173 कैलोरी, मछली में 91 कैलोरी व मुर्गे के गोश्त में 194 कैलोरी होती है वहीं मूंगफली में 550 कैलोरी और मक्खन निकले दूध एवं पनीर से लगभग 350 कैलोरी प्राप्त होती है। फिर अंडों के बजाय दाल आदि शाकाहार सस्ता भी है। तो हम निर्णय कर ही सकते हैं कि स्वास्थ्य के लिए क्या चीज जरूरी है। फिर कोलस्ट्रोल को ही लीजिए जो कि शरीर के लिए लाभदायक नहीं है। 100 ग्राम अंडों में कोलस्ट्रोल की मात्रा 500 मि.ग्रा. है और मुरगी के गोश्त में 60 मि.ग्रा. है तो वहीं कोलस्ट्रोल सभी प्रकार के अन्न, फलों, सब्जियों, मूंगफली आदि में 'शून्य' है। अमरीका के विश्व विख्यात पोषण विशेषज्ञ डॉ. माइकेल क्लेपर का कहना है कि अंडे का पीला भाग विश्व में कोलस्ट्रोल एवं जमी चिकनाई का सबसे बड़ा स्रोत है जो स्वास्थ्य के लिए घातक है। इसके अलावा जानवरों के भी कुछ उदाहरण लेकर हम इस बात को साबित कर सकते हैं कि शाकाहारी भोजन स्वास्थ्य के लिए लाभप्रद है। गेंडा, हाथी, घोड़ा, ऊँट, क्या ये ताकतवर जानवर नहीं हैं? यदि हैं, तो इसका मुख्य कारण है कि वे शुद्ध शाकाहारी है। इस प्रकार शाकाहारी भोजन स्वास्थ्यप्रद एवं पोषण प्रदान करने वाला है।

स्वाभाविक भोजन : मनुष्य की संरचना की दृष्टि से भी हम देखेंगे कि शाकाहारी भोजन हमारा स्वाभाविक भोजन है। गाय, बंदर, घोड़े और मनुष्य इन सबके दाँत सपाट बने हुए हैं, जिनसे शाकाहारी भोजन चबाने में सुगमता रहती है, जबकि माँसाहारी जानवरों के लंबी जीभ होती है एवं नुकीले दाँत होते हैं, जिनसे वे मांस को खा सकते हैं। उनकी आँतें भी उनके शरीर की लंबाई से दुगुनी या तिगुनी होती है। अर्थात मनुष्य शरीर की रचना शाकाहारी भोजन के लिए ही बनाई गई हैं, न कि माँसाहार के लिए।

अहिंसा और जीव दया : आज विश्व में सबसे बड़ी समस्या है बढ़ती हुई हिंसा को रोकने की। चारों ओर हिंसा एवं आतंकवाद के बादल उमड़ रहे हैं। उन्हें यदि रोका जा सकता हैं तो केवल मनुष्य के स्वभाव को अहिंसा और शाकाहार की ओर प्रवृत्त करने से ही। महाभारत से लेकर गौतम बुद्ध, ईसा मसीह, भगवान महावीर, गुरूनानक एवं महात्मा गाँधी तक सभी संतों एवं मनीषियों ने अहिंसा पर विशेष जोर दिया है। भारतीय संविधान की धारा "51 ए (जी)" के अंतर्गत भी हमारा यह कर्त्तव्य है कि हम सभी जीवों पर दया करें और इस बात को याद रखें कि हम किसी को जीवन प्रदान नहीं कर सकते तो उसका जीवन लेने का भी हमें कोई हक नही है।

रामनिवास लखोटिया

दिल्ली किससे दूर किसके पास

संसद में लोकपाल अधिनियम पर बातचीत जारी है। अनेक दलों ने जल्दबाजी नहीं करने की बात सामने रखी है। अभी तक प्रचारित रहा कि कांग्रेस अवरोध है, अब धीरे-धीरे विरोध कई क्षेत्रों से प्रकट हो रहा है। जनता जानती है कि सभी एक ही थाली के चट्टे-बट्टे हैं। धीरे-धीरे सबके मुखौटे गिर रहे हैं। यह नेताओं के लिए अपने मृत्युदंड पर दस्तखत करने के समान है। भीतरी लहर यह है कि हम सब भ्रष्टन के हैं और भ्रष्ट हमारे। कोई भी सत्तापक्ष केन्द्रीय जाँच ब्यूरो पर हुकुमत क्यों छोड़ना चाहेगा? इसे हथियार की तरह इस्तेमाल किया गया है। अपने नए आकाओं की भी वह खिदमत ही करेगा।

अब प्रस्ताव है कि इसे लोकायुक्त के अधीन किया जाए, अत: अधिनियम द्वारा शक्ति का ऐसा केन्द्र रचा जाए, जो ऐसा पीसेगा कि गेहूँ के साथ घुन भी पिस जाएगा। जिस बेशर्मी और दबंगई से डंके की चोट पर रिश्वत लेकर सरेआम धांधली हो रही है, उसी के प्रतिक्रियास्वरूप जनता में आक्रोश धीमी आंच की तरह बहुत पहले से मौजूद था। अण्णा महज बहाना या कहें कि कैटेलैटिक एजेंट है। इतिहास अपनी पटकथा के अनुरूप पात्र गढ़ता है। दरअसल हर व्यक्ति को अपने भीतर एक मजबूत इरादा बनाकर निष्ठावान बनना होगा, क्योंकि दलों के पास सुशासन की कोई राजनीतिक इच्छा नहीं है। सब असुरक्षा के भाव से त्रस्त हैं। सदियों से भारत में अनिश्चय के कारण समस्याओं को टालते रहने की नीति रही है। टालते-टालते समस्या ही बुढ़ा जाती है, क्योंकि मरीज ही भूल जाता है कि उसे रोग क्या हुआ है। आज की चरमराती और ढहने की कगार पर खड़ी इस व्यवस्था का दोष मात्र नेता, दल या तंत्र को दे देने से काम पूरा नहीं होता, क्योंकि अवाम भी कहीं न कहीं दोषी है। रिश्वत दरख्त से फलों की तरह गुरूत्वाकर्षण के कारण नहीं टपकी है। हमने सहर्ष दी है, क्योंकि हम उलझन देख बचकर निकलने के आदी हैं। हम झंझट से बचते-बचते स्वयं झंझट हो गए हैं। युद्ध को टालने से शांति नहीं मिलती, उसके लिए युद्ध करना पड़ता है। हमने प्राय: समझौते करते हुए अपने मन को दिलासा देने का एक बहाना गढ़ा है कि हम अपने बच्चों और परिवार के लिए रिश्वत ले रहे हैं। हम यह आधारभूत सत्य ही भूल गए कि बच्चों और परिवार को असली सुरक्षा एक स्वस्थ देश ही दे सकता है। मुजरिम और न्यायाधीश एक ही आदमी है। हर मनुष्य के हृदय में नैतिकता का आग्रह होता है, जिसे समाज का वातावरण कमजोर करता है। सुविधाओं का मोह मजबूत होता है। एक समता आधारित धर्मनिरपेक्ष न्यायसंगत देश ही सुरक्षा है, अमन है। सारे जुलूसों, रथयात्राओं और तमाशों में शामिल हर आदमी अपने दिल से पूछे कि क्या हमने निष्ठा और मेहनत से काम किया है? इस संकट में एक ओर अनिश्चय है, निष्क्रियता है, दूसरी ओर जिद है और आग्रह है कि जो हमसे सहमत नहीं, हम उसका जीना मुहाल कर देंगे।

जयप्रकाश चौकसे-दैनिक भास्कर से साभार
jpchoukse@bhaskarnet.com

पूर्ण संतोष

यूनान के प्रसिद्ध दार्शनिक सुकरात भ्रमण करते हुए एक शहर में पहुँचे। वहाँ उनकी एक वृद्ध व्यक्ति से भेंट हुई दोनों काफी घुल-मिल गए। सुकरात ने उनके व्यक्तिगत जीवन में काफी रूचि ली और उनसे काफी खुलकर बातें की।

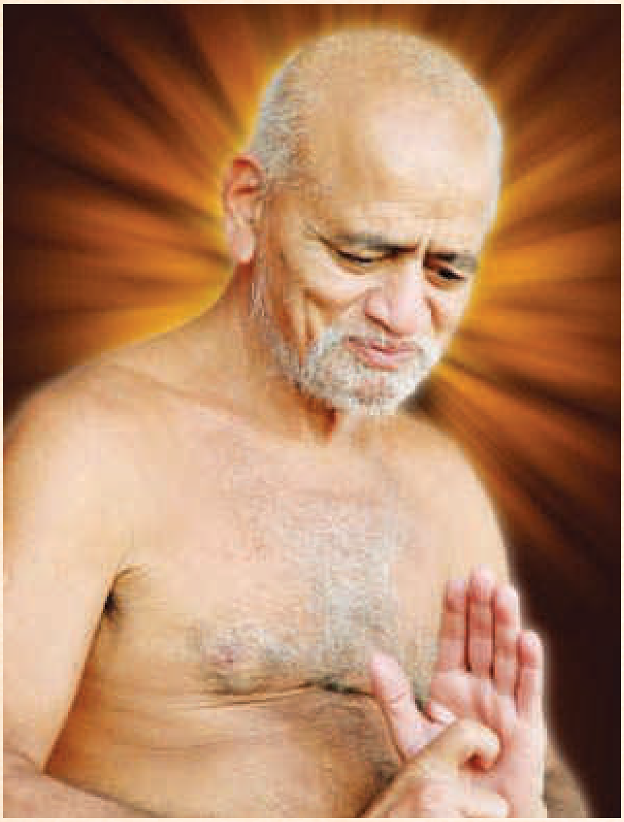
सुकरात ने कहा – आपका गत जीवन तो बड़े शानदार ढंग से बीता है पर वृद्धावस्था कैसी बीत रही है यह तो बताइए?

वृद्ध ने किंचित् मुस्कराते हुए कहा – जनाब मेरी वृद्धावस्था बड़ी अच्छी बीत रही है। मैं अपने पारिवारिक उत्तरदायित्व को अपने समर्थ पुत्रों को देकर निश्चिंत हूँ, वे जो कहते हैं कर देता हूँ। जो खिलाते हैं, खा लेता हूँ और पौत्र-पौत्रियों के साथ हँसता-खेलता रहता हूँ। बच्चे कुछ भूल करते हैं, फिर भी मैं चुप रहता हूँ। मैं उनके कार्य में बाधक नहीं बनता । पर जब कभी वे परामर्श लेने आते हैं, मैं अपने जीवन के सारे अनुभवों को उनके सामने रख देता हूँ और की गई भूलों से उत्पन्न दुष्परिणामों की ओर उन्हें सचेत कर देता हूँ । वे मेरी सलाह पर कितना चलते हैं, यह देखना मेरा काम नहीं है। वे मेरे निर्देशों पर चलें, यह भी मेरा आग्रह नहीं है। परामर्श देने के बाद भी यदि वे भूल करते हैं तो मैं चिंतित नहीं होता। उस पर भी यदि वे पुन: मेरे पास आते हैं तो उनके लिए सदैव दरवाजा खुला रहता है, मैं पुन: उन्हें सलाह देकर विदा कर देता हूँ।

वृद्ध की बात सुनकर सुकरात बहुत प्रसन्न हुए । उन्होंने कहा – इस आयु में भी जीवन सुन्दर ढंग से कैसे जिया जाए, यह आपने बखूबी समझ लिया है। इसीलिए आपकी वृद्धावस्था अच्छी बीत रही है।

-डॉ. बी.आर.नलवाया

सजगता



अचानक खबर मिली कि आचार्य महाराज अत्यधिक अस्वस्थ हैं। तीव्र ज्वर है। तमाम बाह्य -उपचार के बावजूद भी लाभ नहीं हो पा रहा है। सुनकर मन बेचैन हो उठा। तुरन्त ही उनके समीप पहुँचने का निश्चय कर लिया। जीवन भर व्यक्ति अपने ऊपर आने वाली सैकड़ों आपदाएँ सहन कर लेता है, पर किसी रोज जब उसे यह मालूम पड़ता है कि वे चरण पीड़ा से गुजर रहे हैं जिन चरणो में उसने स्वयं को समर्पित किया है, तब वह पीड़ा असह्य हो जाती है। स्वयं को सँभालना मुश्किल हो जाता है। जैसे-तैसे अपने को सँभालकर रात्रि के अंधेरे में उन तक पहुँचने के लिए यात्रा प्रारम्भ कर दी।

रात के सन्नाटे में नैनागिरि के उस सुनसान जंगल से गुजरते वक्त जरा भी भय नहीं लगा । एक समय था जब इस जंगल में दस्यु-दल के आतंक की छाया डोलती थी और आदमी दिन के उजाले में भी इस ओर यात्रा करने से डरता था। आज सब ओर अभय की स्वच्छ, शीतल और पवित्र चांदनी फैली हुई है। यह सब उनकी चरण-रज का प्रताप है।

वहाँ पहुँचकर जब समीप जाकर उन्हें देखा तो लगा मात्र उनकी देह ही रूग्ण है, वे आत्मस्थ हैं, स्वस्थ हैं। सेवा में लगे लोगों ने बताया - अभी कुछ देर पहले ज्वर की असह्य पीड़ा से जकड़ी उनकी तप्त और रूग्ण देह को सहारा देकर उठाते वक्त उनकी सजगता देखते ही बनती थी। करवट बदलने से पहले उन्होंने बड़ी तत्परता के साथ पिच्छिका से स्थान परिमार्जित किया और पुनः लेट गए। मैं जितनी देर उनके समीप रहा यही सोचता रहा कि ऐसी शारीरिक पीड़ा के बावजूद भी इतनी आत्म जाग्रति कैसे रह पाती है?

इसी बीच यह भी मालूम पड़ा कि कल वेदना की तीव्रता इतनी रही कि रोग असाध्य मानकर आचार्य महाराज ने बहुत संयत और शान्त भाव से अपने सभी शिष्यों को बुलाकर अपना आचार्य पद त्याग करने और सल्लेखना लेने की बात सामने रखी। सभी शिष्य चकित और हतप्रभ हो गए। आँखों में आँसू भरे, सिर झुकाए सब एक ओर हाथ जोड़े खड़े रह गए। सब सोच में डूब गए कि जाने अब क्या होगा? उन क्षणों में आचार्य महाराज की पद के प्रति अलिप्तता और आत्म-कल्याण के लिए अतुल्य सजगता उनकी उत्कृष्ट साधना का परिचय दे रही थी।

धीरे-धीरे वह रात भी बीत गई। अब सुबह होने को थी। सुबह आकाश में ऊपर उठते सूरज के साथ-साथ उन्हें भी उठकर बाहर रोशनी में आते देखा। क्षण भर को मैंने चाहा कि आगे बढ़कर उन्हें थाम लूँ, पर उनकी मुस्कान में झलकते आत्म बल के सामने स्वयं ही थम गया। वे द्वार पार करके शायद देहमल को विसर्जित करने जंगल की ओर जा रहे थे। मैं उनके पीछे कमंडलु लिए चलते-चलते सोचता रहा कि क्या कभी ऐसे ही अपने अंतस् के तमाम विकारों को विसर्जित करने और आत्म-निर्मलता को पाने के लिऐ मैं भी घर का द्वार पार कर वन की ओर जा पाऊँगा। क्या जगत की सारी माया-ममता को त्यागकर ऐस ही कभी मैं भी वीतरागी हो पाऊँगा। उनका सहारा पाकर लग रहा है कि हम जो भी चाहें वह सब संभव है। जंगल से वापिस आते ही मैंने उनके श्री-चरणों में अपना माथा रखा और स्वयं को समर्पित कर दिया।

आज यह तीसरा दिन था। ज्वर की वेदना और अन्तराय कर्म की प्रबलता के कारण पिछले दो दिन निराहार ही बीत गए। इन दिनों पीड़ा के जिस दौर से वे गुजरे हैं उसे देख/सुनकर सभी लोग चिंतित थे। सैकड़ों लोग मन्दिर के बाहर प्रांगण में बैठकर णमोकार-मंत्र का स्मरण कर रहे थे। आहार्य-चर्या से पूर्व शुद्धि कराने के लिए कुछ लोगों ने उन्हें सहारा देना चाहा, पर वे अकेले ही शुद्धि के लिए आगे बढ़ गए। सचमुच, आत्म शुद्धि के लिए ऐसे ही एकाकी होना होगा। हमें स्वयं ही अपने आत्म-शोधन की तैयारी करनी होगी।

अगले ही क्षण जैसे ही उन्होंने आहार-चर्या के लिए मन्दिर के बाहर पहला पग रखा, मैंने देखा सभी का मन भर गया। उनका अपनी रूग्ण देह में भी मुस्कराते हुए आगे बढ़ना, चौके में पहुँचना, और नवधा-भक्ति पूरी होने पर पाणिपात्र में शान्त भाव से आहार ग्रहण करना-सभी कुछ सहजता से हुआ, पर लोग साँस थामें, अपलक खड़े देखते रहे और णमोकार जपते रहे। सभी ने यह महसूस किया कि आज हम सभी का मनुष्य जन्म सार्थक हो गया है। इन महामुनि के खड्ग धार पर चलते कदम हमें जीवन भर सचाई के रास्ते पर चलने का साहस दे रहे हैं।

-नैनागिरि, 1978

आदत

चिड़ियों का
आकाश में
ऊँचे उड़ना
प्रकृति का
सहज-सरल
और उन्मुक्त होना,
अब हमें प्रेरणा नहीं देता।

वृक्षों का
हवाओं में लहलहाना
और फल-फूलों से भरकर
कृतज्ञता से झुक जाना
अब हमें आन्दोलित नहीं करता।

किसी का
सच्चा होना
भला और अच्छा होना
अब हमें चुनौती नहीं देता।

असल में
हमारी आदत नहीं रही
आदतें बदलने की।

HABIT

The bird
flying high in the sky,
and nature
vast in its spontaneity,
no longer
inspire us.

The tree swaying with the
wind,
bending low with its
flower and fruit blessings,
no longer thrills us.

We are not impressed also,
by anyone's
uprightness
or honesty.

I think, we no longer
wish to change
our set habits.

-Muni Shri Kshamasagar Ji,
English translation by
Sunita Jain (Courtesy "Mukti")

लड़की को बड़ी मत होने दो (व्यंग्य)

लड़की को बड़ी मत होने दो
तुम इधर क्या ऊँघ रहे हो?
उधर लड़की बड़ी होने लगी है-
धीरे-धीरे
पाँव पर खड़ी होने लगी है!
धरती को हिलाओ,
लड़की को हिलाओ,
अगर वह सचमुच खड़ी हो जाएगी
तो हमसे भी बड़ी हो जाएगी!

फिर हाथ पसारती
राखियों का क्या होगा?
हमारी सौंपी
बैसाखियों का क्या होगा?

वह पाँव खड़ी हो गयी,
तो चलने भी लगेगी
नया-नया देखेगी,
मचलने भी लगेगी!
संविधान देख लेगी,
तो अधिकार माँगेगी
पिता की पास-बुक से
कार माँगेगी!

फिर सनातन पगडंडियो का
क्या होगा?
होनहारों की मंडियों का
क्या होगा?

उसे कंचे, पाँचे और
कौड़ियाँ ही झिलाओ,
सिलाई-बुनाई के
झुनझुनों से खिलाओ!

उसे देवरानी, जेठानी की
कहानी ही कहने दो
आँचल में दूध,
पानी आँखों में रहने दो!

चादर को
माथे की पगड़ी मत होने दो,
लड़की है,
लड़की को बड़ी मत होने दो!

-सरोज कुमार, इन्दौर
"शब्द कुली है" से साभार

किसी मेघ का पानी

सौ बार उतरता जल में
मोती वाला, मोती लाने

तब मिलती कभी-कभी, कभी-कभी
गहरे जाकर एक सीपी

खुलने पर दिप्दिप् करती
सागर की ज्वाला ले जलती
बरसों-बरसों सोया जिसमें
किसी मेघ का पानी

लिखना भी तो वैसा सा -
बार-बार, बार-बार अपने में जाना
और खाली-खाली, खाली आना
तो भी तो यह जिद है
फिर-फिर मोती लाना

-सुनीता जैन, नई दिल्ली

चिंतन

• हम जब किसी मुनि को नमन करते हैं, तो किसी मानव को नमन नहीं, मानव मात्र में निहित उस शक्ति को नमन करते हैं, जिसका प्रत्यक्ष प्रमाण मुनि काया है। हम मुनि को नमन करते हुए अपने भीतर के शिवत्व को नमन करते हैं।

• एक मुनि को नमन करते समय हम अपरिग्रह की उस सीमा को नमन करते हैं जिसके साधने से तन का अंतिम वस्त्र भी हमारी आवश्यकता नहीं रहता। हम अपरिग्रह के concept को नमन करते हैं। मुनि में मूर्तिमय अपरिग्रह को नमन करते हैं।

• हम जब किसी मुनि को नमन करते हैं, तो उस संयम संकल्प को नमन करते हैं, जिसके कारण मात्र एक समय का भोजन और जल ही हमारी आवश्यकता रह जाता है।

• जब हम किसी मुनि को नमन करते हैं तो विश्व भर के प्राणियों-समस्त जीवधारियों के कल्याण की कामना को नमन करते हैं, ऐसी कल्याण कामना जिसके रहते एक चींटी की अकस्मात हत्या तक हमें प्रमाद लगती है।

• हम वाणी के उस प्रसाद को प्रणाम करते हैं जो केवल हितु और मितु हो ....औरों के हित में मीठी तथा संक्षिप्त हो। हम मुनि में स्वयं अपनी जिजीविषा को नमन करते हैं।

-सुनीता जैन, नई दिल्ली

बुरा है अच्छाई में भी बुराई ढूंढ़ना

बादशाह नसिरूद्दीन बहुत ही नेक व रहम दिल थे। वे कभी भी अपने किसी व्यक्तिगत कार्य के लिए सरकारी खजाने से एक भी पैसा नहीं लेते थे। वे अपने हाथ से लिखी धार्मिक पुस्तकों की बिक्री से होने वाली आमदनी से अपना खर्चा चलाते थे।

एक बार एक रईस उनसे मिलने आया । वह बहुत ही विद्वान था। बादशाह ने उसे अपने हाथ से लिखी पुस्तक की एक प्रति दिखाई। बादशाह की लिखावट इतनी सुन्दर और व्यवस्थित थी कि कोई भी उससे प्रभावित हुए बिना न रहे। लेकिन रईस ने उस पर कोई प्रतिक्रिया व्यक्त नहीं की बल्कि वह बहुत ही ध्यान से उसके एक-एक पर्चे को पलटकर देखने लगा। सारे पर्चे पलटने के बाद वह बोला इसमें ढेर सारी गलतियाँ हैं, इन्हें सुधरवा लीजिएगा।

रईस की बात सुनकर पूरा दरबार स्तब्ध रह गया, क्योंकि ऐसा हो ही नहीं सकता था कि बादशाह के हाथों लिखी किसी भी किताब में कोई गलती रह जाए। वे खुद ही विद्वान थे और जो भी लिखते थे, बड़ी ही सतर्कता से लिखते थे। दरबारियों को रईस पर बहुत गुस्सा आया लेकिन कोई कुछ कहता, इसके पहले ही बादशाह मुस्कराकर बोले आपका बहुत-बहुत शुक्रिया जो आपने मेरी गलतियों को पकड़ा। आपसे बस छोटी सी गुजारिश है कि सभी गलतियों पर निशान लगवा दीजिए, ताकि बाद में मैं उन्हें सुधार सकूं। रईस ने वैसा ही किया। इसके बाद बादशाह ने उसे सम्मान पूर्वक विदा कर दिया। रईस के जाने के बाद बादशाह ने उसके द्वारा निकाली गई गलतियों को देखा तो पाया कि वे असल में गलतियां थी ही नहीं। दरअसल रईस को अपनी विद्वत्ता पर घमंड था, साथ ही वह आलोचक प्रवृत्ति का भी था, इसलिए उसने अपनी विद्वत्ता दिखाने के चक्कर में सही को भी गलत बता दिया था। इस पर दरबारियों को बहुत क्रोध आया। उन्होंने बादशाह से चुप रहने का राज पूछा तो वे बोले – मुझे पहले से ही पता था कि रईस सही को गलत बता रहा है, लेकिन उसकी बात को न मानकर मैं उसका अपमान नहीं करना चाहता था। आखिर वह हमारा मेहमान था उसका दिल रखना भी तो हमारी जिम्मेदारी थी।

सही किया बादशाह ने। हर व्यक्ति को ऐसी स्थिति में ऐसा ही व्यवहार करना चाहिए। यानि जब गलती न होने पर भी कोई आपकी गलती बता रहा हो तो आपका चुप रहना ही श्रेयस्कर है, क्योंकि जब आपकी कोई गलती है ही नहीं तो परेशान होने की बात ही क्या है। इसलिए ठंडे दिमाग से उसे सुनें और एक बार क्रॉस चेक कर लें, क्योंकि एक बार फिर से जाँच करने से क्या जाता है। आखिर आप सही हैं इस बात की पुष्टि ही होगी न । जबकि अस्वीकार करने पर परेशानी हो सकती है।

कई बार आप सोचते हैं कि हम सही हैं, क्योंकि अपनी गलती किसी को आसानी से नजर नहीं आती, न ही कोई आसानी से स्वीकार करता है, उल्टे सामने वाले से बहस करने लग जाता है । इसमें बात बिगड़ती है और दोनों का मन खट्टा होता है वो अलग। अत: बेहतर यही है कि सामने वाले से बहस में पडने या उसकी बात का बुरा मानने की बजाय हम एक बार जाँच परख कर लें कि हम सही हैं या गलत। आखिर हम भी इंसान हैं, हो सकता है अनजाने में कोई गलती रह गई हो।

दूसरी ओर कुछ लोगों की आदत होती है कि वे अच्छाई में भी बुराई ढूंढते रहते हैं । उन्हें लगता है कि उनके अलावा कोई सही काम कर ही नहीं सकता। उन्हें अपनी विद्वत्ता पर बहुत घमंड होता है और वे उसका प्रदर्शन करते हुए दूसरे के अच्छे कार्यों की भी आलोचना करते हैं । इससे उनके अहं को यह संतुष्टि मिलती है कि उन्होंने दूसरे को मूर्ख साबित कर दिया। ऐसे लोग कितने ही विद्वान क्यों न हो अपनी इस आदत की वजह से धीरे-धीरे दुनिया से कटते जाते हैं, क्योंकि लोग इनसे दूर ही रहना पसंद करते हैं । यदि आप में यह प्रवृत्ति है तो समय रहते इसे सुधार लें। हम यह नहीं कह रहे कि गलत को गलत न कहें, हम तो यह कह रहे हैं कि कम से कम सही को तो गलत न ठहराएं। ऐसा करने पर लोग समझ जाते हैं कि आप कहीं न कहीं पूर्वाग्रह से ग्रसित हैं। इसलिए थोड़ा बडप्पन दिखाएं और दूसरे के अच्छे कामों को भी प्रोत्साहित करें । फिर देखिएगा कि आपके सम्मान में कभी कोई कमी नहीं आएगी, न ही कोई आपसे दूर भागेगा।

-मनीष शर्मा

जीवन का सफर

इस विशाल शहर में
मेरा एक दोस्त हुआ करता था।
शहर तो बेछोर है,
लेकिन समय की थी सीमा।
दिन और रात गुजरते रहे
और देखते ही देखते
एक पूरा साल भी बीत चला।
इस दौरान एक बार भी मैंने
अपने दोस्त का चेहरा नहीं देखा।

मानो जिंदगी एक दौड़ हो,
जिसमें जो सबसे तेज दौड़ता है,
उसके साथी पीछे छूट जाते हैं।
कामयाबी शायद एक किस्म का
अकेलापन है !

वह जानता है कि मैं आज भी
उसे उन दिनों की तरह ही चाहता हूँ।
जब मैं बेधड़क दे दिया करता था
उसके दरवाजे पर दस्तक।
लेकिन तब हम नौजवान थे
और अब हम तजुर्बेदार लोग हैं !
मूर्खतापूर्ण दौड़ से बेहाल,
नाम कमाने की जद्दोजहद से तंग।
कल' मैंने कहा
'कल' मैं जिम से मिलने जाऊंगा,
यह जताने के लिए
'मैं अब भी उसे भूला नहीं हूँ।'

'लेकिन कल जब भी आता है
आज बनकर आता है
और आज के पास कोई वक्त नहीं होता।
देरी को दूरी बनते देर नही लगती
जो बहुत पास हैं, वे भी बहुत दूर हो जाते हैं।
और तभी एक दिन मेरे पास टेलीग्राम आता है।
'आज जिम की मौत हो गई।'
और बस इतना ही।
हमारी तमाम दौड़-धूप से हासिल बस इतना ही
कि हम अपने करीबी दोस्तों को गंवा देते हैं ।

थोड़ी मस्ती थोड़ा सा ईमान बचा पाया हूँ,
ये क्या कम है मैं अपनी पहचान बचा पाया हूँ।
मैंने सिर्फ़ उसूलों के बारे में सोचा भर था,
कितनी मुश्किल से मैं अपनी जान बचा पाया हूँ।
कुछ उम्मीदें, कुछ सपने, कुछ महकी-महकी यादें,
जीने का मैं इतना ही सामान बचा पाया हूँ।
मुझमें शायद थोड़ा-सा आकाश कहीं पर होगा,
मैं जो घर के खिड़की रोशनदान बचा पाया हूँ।
इसकी कीमत क्या समझेंगे ये सब दुनिया वाले,
अपने भीतर मैं जो इक इंसान बचा पाया हूँ।

-अंकुर जैन, कोतमा

जीवनदान

अक्सर तरूणों एवं युवाओं को उच्छृंखलता का पर्याय ही माना जाता है। वे गरीब व बुजुर्गों की हंसी उड़ाते हैं, पशु-पक्षियों को सताते हैं। जब वे ऐसा ही कुछ करते हैं तो इसे सामान्य दृष्टि से देखा जाता है कि यह तो उनकी उम्र का तकाजा है। आश्चर्य तब होता है जब वे कोई विध्वंसक कार्य करने के बजाए कोई मानवता का कार्य कर दिखाएँ। यह कार्य सभी को आनंदित कर देता है और ऐसे में उन तरूणों के प्रति आस्था तो जागेगी ही।

उस दिन कक्षा दसवीं के छात्र और उनके कुछ क्रिकेट के दीवाने दोस्त, खेलकर वापस लौट रहे थे। रास्ते में एक नन्हीं सी बछिया पूरी डामर में लथपथ पड़ी थी। लोगों के अलग-अलग विचार थे उस निरीह बछिया के बारे में -'कैसा मालिक है जिसे अपने जानवर की भी सुध नहीं' या 'अरे देखो बिचारी बछिया कैसी पड़ी है, अब तो वह मर ही जाएगी।' कुछ उसे दृष्टिभर देखकर चलते बनते और कुछ तो अनदेखा ही कर देते।

तभी इस मित्र मंडली ने उसे देखा, और मालूम हुआ कि वह दो दिन से यूँ ही पड़ी है। वह बछिया मुश्किल से सांस ले पा रही थी। अंग-प्रत्यंग में डामर लगा होने से उसकी प्राकृतिक क्रियाएं भी नहीं हो रही थीं । अत: उसका पेट फूल गया था। छात्र बिना समय गँवाए घासलेट लाए और अपने हाथों से उसका डामर निकालने लगे। कुछ लोगों ने इनकी हंसी भी उड़ाई तो किसी ने कहा, 'तुम्हें क्या पड़ी है?' पर ये छात्र उस मरणासन्न बछिया की जीवन-रक्षा हेतु जुट गए।

आखिर उनका श्रम बेकार नहीं गया । काफी मेहनत के बाद वे बछिया का पूरा डामर छुड़ा पाए। बछिया कुछ समय तक तो निढाल पड़ी रही पर फिर काफी समय बाद उसने उन छात्रों द्वारा दिए भोजन पानी को ग्रहण किया। जब वह कुछ समय बाद चलने फिरने लगी, तब छात्रों के चेहरे पर खुशी देखते ही बनती थी। वास्तव में उनकी मानवता के आगे यमदूत को भी झुकना ही पड़ा।

-कविता शर्मा (मीनू)

बाज की उड़ान

एक बार की बात है कि एक बाज का अंडा मुर्गी के अण्डों के बीच आ गया। कुछ दिनों बाद उन अण्डों में से चूजे निकले, बाज का बच्चा भी उनमें से एक था। वो उन्हीं के बीच बड़ा होने लगा। वो वही करता जो बाकी चूजे करते, मिटटी में इधर-उधर खेलता, दाना चुगता और दिन भर उन्हीं की तरह चूँ-चूँ करता। बाकी चूजों की तरह वो भी बस थोड़ा सा ऊपर उड़ पाता और पंख फड़-फड़ाते हुए नीचे आ जाता। फिर एक दिन उसने एक बाज को खुले आकाश में उड़ते हुए देखा। बाज बड़े शान से बेधड़क उड़ रहा था। तब उसने बाकी चूजों से पूछा कि - "इतनी ऊंचाई पर उड़ने वाला वो शानदार पक्षी कौन है?" तब चूजो ने कहा - "अरे वो बाज है, पक्षियों का राजा, वो बहुत ही ताकतवर और विशाल है, लेकिन तुम उसकी तरह नहीं उड़ सकते क्योंकि तुम तो एक चूजे हो।"

बाज के बच्चे ने इसे सच मान लिया और कभी वैसा बनने की कोशिश नहीं की। वो जिन्दगी भर चूजों की तरह रहा और एक दिन बिना अपनी असली ताकत पहचाने ही मर गया। दोस्तों, हममें से बहुत से लोग उस बाज की तरह ही अपना असली potential जाने बिना एक second बसें जिन्दगी जीते रहते हैं। हमारे आस-पास की mediocrity हमें भी mediocre बना देती है। हम ये भूल जाते हैं कि हम अपार संभावनाओं से पूर्ण एक प्राणी हैं। हमारे लिए इस जग में कुछ भी असंभव नहीं है, पर फिर भी बस एक औसत जीवन जी के हम इतने बड़े मौके को गँवा देते हैं।

आप चूजों की तरह मत बनिए अपने आप पर, अपनी काबलियत पर भरोसा कीजिए। आप चाहे जहाँ हों, जिस परिवेश में हो, अपनी क्षमताओं को पहचानिए और आकाश की ऊँचाइयों पर उड़ कर दिखाइए क्योंकि यही आपकी वास्तविकता है।

BOOK-POST

Chirping Sparrow

Year - 9, Issue - 3, April - June 2012

A Newsletter of Maitree Jankalyan Samiti

From
MAITREE SAMOOH
Post Box No. 15, Vidisha, Madhya Pradesh - 464001
E-mail : maitreesamooh@hotmail.com,
samooh.maitree@gmail.com
Website : www.maitreesamooh.com
http://maitreesamooh.blogspot.com
Mob.: 94254-24984

To, ______________________

____

____