

# Chirping Sparrow

A Newsletter of Maitree Samoo

## और और अपना

जिसे पाकर लगे  
कि अपने को पा लिया,  
समझना वह अपना है।

और जिसे पाकर  
लगे कि अपने को  
खो दिया,  
समझना वह और भी  
अपना है।



मुनि क्षमासागर जी  
मुनि दीक्षा - 20 अगस्त 1982  
समाधि - 13 मार्च 2015

# Pride of Society



**Ritesh Jain**

Ritesh Jain is one of the leading career counsellors in the country. He regularly writes for leading news dailies and features frequently on National TV channels for live career counselling and Q&A sessions. Mr. Jain has developed a unique and integrated approach to career counselling which encompasses both parents and teachers in the decision-making process. With his relevant experience and systematic approach he has been instrumental in right career choices for hundreds of young students.

He has earlier worked for a leading software company and served as director of T.I.M.E. Institute (Ghaziabad) and currently serves as Principal Career Counsellor at T.I.M.E. He is also an active member of MENSA, an exclusive international society of high IQ individuals. He is a strict follower of moral values which he inherited from his religious family. He lives in Delhi and spends his time in guiding students and social and in various religious activities.

e-mail : riteshtime@gmail.com

## Young Achievers



**Nimit Jain**

Noida

Developer, Jain Library



**Namrata Jain**

Sagar

AIR 1 in CS Final



**Sheenu Jain**

Mumbai

AIR 4 in CS Final



**Samkit Jain**

Mungaoli

AIR 44 in CA-IPCC



**Anshul Nayak**

Sagar

Gold Medalist in  
CBSE Clusters Athletics



**Rajat Kumar Jain**

Bhilai

Gold Medalist, Cricket  
Tournament 'Aman ki Asha'



**Rashi Jain**

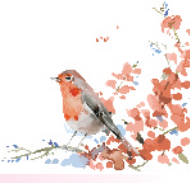
Sagar

1<sup>st</sup> rank and  
SGPA 9.0 (M. Pharm)

# Chirping Sparrow

Chirping Sparrow is published by **MAITREE SAMOOH**. Post Box No. 15, Vidisha, Madhya Pradesh - 464001  
E-mail : [samooh.maitree@gmail.com](mailto:samooh.maitree@gmail.com), Website : [www.maitreesamooh.com](http://www.maitreesamooh.com), Mob.: **94254-24984, 7694005092**  
[www.facebook.com/maitreesamooh](http://www.facebook.com/maitreesamooh)

It is circulated to all Young Jaina Awardees and friends of Maitree Samooh.



## उज्जैन 2004 के प्रवचनों पर आधारित



जीवन को अच्छा बनाने के लिए जरूरी है कि हम अहिंसक जीवन पद्धति अपनायें। अहिंसा एक विचार न होकर के हमारा अचारण बन जाये, इसके लिए पिछले दिनों हम लोगों ने बहुत सारी बातों पर विचार किया है। अहिंसा के लिए जरूरी है कि हम जीवन में स्वावलम्बी बनें और साधनों का सदुपयोग करें। अहिंसा के लिए यह भी जरूरी है कि हम अपनी प्रतिक्रिया सकारात्मक रखें और हमारे सम्बन्धों के बीच स्वार्थ न आ पाए क्योंकि ये चीजें हमें हिंसा की तरफ ले जाती हैं। जितनी हमारी पराधीनता है वह हमें हिंसा की तरफ ले जाती है। मन, वचन जो हमें साधन के रूप में मिले हैं यदि वे पवित्र न हों तो भी हम हिंसा की तरफ चले जाते हैं।

यदि हम किसी भी क्रिया की प्रतिक्रिया नकारात्मक करते हैं तो वह भी हमें हिंसा की तरफ ले जाती है। हम सम्बन्धों को जीते तो हैं, हिल-मिलकर एक दूसरे के साथ रहते हैं, लेकिन हमारे स्वार्थ

टकराने लगते हैं तब फिर हिंसा हमारे जीवन में अवश्यम्भावी है, इसीलिए हमें सब बातों पर विचार करके अपने आचरण को परिवर्तित करना चाहिए। हिंसा और अहिंसा का विचार बहुत भावनात्मक है। हिंसा कोई कृत्य नहीं है, न ही अहिंसा कोई कृत्य है। हिंसा एक भाव है, अहिंसा भी एक भाव है। हमारे मन में जिस तरह के भाव होते हैं उसी से हमारे कर्म अहिंसात्मक हैं या हिंसात्मक हैं, यह निर्धारित होता है। इसीलिए जरूरी है कि हम सदा अपने भावों को परखते रहें। हमारे भीतर उठने वाले भावों से हमारे कर्म निर्धारित होते हैं। हो सकता है कि हमने बाहर में कोई धार्मिक कार्य किया हो, जैसे कि रावण ने शांतिनाथ भगवान के जिनालय में शांतिनाथ भगवान की आराधना का अनुष्ठान शुरू किया था। बहुत अच्छा लगता है, लेकिन रावण के मन में शांतिनाथ भगवान की आराधना के समय एक ही भाव था कि मैं किसी भी तरह से ऐसी सामर्थ्य प्राप्त कर लूँ जिससे राम की मृत्यु हो जाए। बताइये, इस तरह के भाव से जो धर्म का कृत्य है वह अहिंसक कहलायेगा? निर्धारित हो गया अपने आप ही। हमारा कोई भी कृत्य हिंसक है या अहिंसक है, वह भावों के द्वारा निर्धारित होता है। इसीलिये हिंसा कोई कृत्य नहीं है कि किसी को मार दिया तो हिंसा हो गई। नहीं, मेरे अन्दर मारने का जो विचार आया है वह हिंसा है। कितने ही जीव हैं जो मेरी अपनी क्रिया से घात को प्राप्त होते हैं। मैं अगर सावधान होकर उनके बचाने का भाव रखता हूँ और अगर फिर मेरे द्वारा वे घात को प्राप्त होते हैं तो भी आचार्य भगवन्तों का कहना है कि मेरे द्वारा वह कृत्य हिंसा का नहीं है। एक मुनि महाराज सावधानीपूर्वक विहार करते हैं, अपनी दूसरी क्रियायें भी करते हैं, उन्होंने जीवन भर किसी भी जीव को दुःख न पहुँचाने का संकल्प लिया है, वे पूरी सावधानी से क्रियायें कर रहे हैं, फिर भी सम्भव है कि जीवों का घात हो जाए। जीवों का घात निरन्तर होता ही है, लेकिन इसके बाद भी उनका कृत्य हिंसक नहीं कहलाता है। वे अहिंसा के लिए ही निरन्तर सारी क्रियायें करते हैं। ये बात हमारे मन में बहुत दृढ़ होना चाहिए ताकि हम अपने भावों को संभाल सकें। हम अपनी क्रियाओं को तो संभाल लेते हैं, लेकिन जब तक हमारे भाव नहीं संभलते हैं तब तक वे क्रियायें कितनी ही संभालली जावें, मैं बाहर से जीवों को नहीं मारने का संकल्प ले लूँ, भीतर में जीवों को कष्ट पहुँचाने का, उन्हें दुःख पहुँचाने का, उनका घात करने का विचार अगर निरन्तर बना रहे, तो मानियेगा कि वह बाहर से लिया हुआ संकल्प मेरे जीवन को ऊँचा नहीं उठा पायेगा। सुबह से शाम तक गृहस्थ जीवन में निरन्तर जो कार्य करते हैं, उसमें हिंसा होती ही रहती है। अपनी आजीविका के भी जो साधन हम अपनाते हैं गृहस्थ जीवन में, उनमें भी हिंसा होती है।

कोई व्यक्ति अगर हमारे जीवन को क्षति पहुँचाता है, उससे बचने के लिए हम जो भी उपाय करते हैं, उसमें भी हिंसा होती है। इन तीनों प्रकार की हिंसा को गृहस्थ जीवन में क्षम्य माना गया है। सिर्फ एक ही प्रकार की हिंसा से बचने के लिए गृहस्थ के लिए कहा गया है। सिर्फ एक ही प्रकार की हिंसा छोड़ी है कि मैं संकल्पपूर्वक किसी को भी मारने का विचार नहीं करूँगा, मारने का भाव नहीं रखूँगा, किसी को दुःख पहुँचे, मैं ऐसा भाव नहीं करूँगा। बस इतना ही। माँ सुबह से शाम तक घर-गृहस्थी के काम करती है और पिता दुकान पर बैठकर चार पैसे कमाने का व्यापार करता है। सौ रूपये में लाकर सौ रूपये में कोई भी नहीं बेचता, डेढ़ सौ, दो सौ रूपये में बेचता है, वह भी जानता है, सब जानते हैं। इतना सब होने के बाद भी एक ही बात कही गई कि बस इतना करना है कि दूसरे का घात करने का विचार नहीं करना, किसी का बुरा हो जाए, ऐसी दुर्भावना नहीं रखना। इतने में ही तुम्हारी अहिंसा का पालन हो जावेगा। बताइए श्रीगुरु किस तरह से सब जीवों का उपकार चाहते हैं। एक सामान्य गृहस्थ जीवन के लिए, अहिंसक जीवन-पद्धति के लिए बस इतनी सी बात कह रहे हैं कि ऐसी भावना बनी रहे कि मैं अपने जीवन में क्या करूँ जिससे कि दूसरे का उपकार हो सके, मेरे द्वारा किसी का अपकार न हो जाए, मेरे द्वारा किसी को दुःख न पहुँचे, मैं इतना विचार रख रहा हूँ, इतना ही विचार पर्याप्त है। दो छोटी सी घटनायें एक मुनि महाराज के साथ घटित हुईं। विचार करें, मालूम पड़ेगा कि भावों की महिमा है या हमारे किए गए कार्यों का महत्व है। उसके बाद विचार करेंगे कि जो भी हम कार्य करते हैं उसके पीछे जो छिपा हुआ भाव है उससे निर्धारित होता है हमारा अपना जीवन, हमारे अपने जीवन की पद्धति। मुनि महाराज ध्यान में लीन हैं, गर्मी के दिन हैं और तेज गर्मी है, शिला पर बैठकर वे ध्यान कर रहे हैं, शायद उन्होंने योग धारण कर रखा है। आज वर्तमान में हम सिर्फ वर्षायोग



धारण करते हैं, उसे भी हम वर्षा—योग ईमानदारी से नहीं कह सकते क्योंकि वर्षा—योग धारण करने वाले मुनि महाराज तो आषाढ़ शुक्ल चतुर्दशी को ध्यानस्थ होते हैं और भगवान के निर्वाण के दिन ध्यान खुलता है, वह कहलाता है वर्षा—योग। हम तो वर्षायोग के पहले दिन उपवास कर लेते हैं और आखिरी दिन कर लेते हैं। और याद करते हैं कि करना तो पूरे चार माह था लेकिन अब शरीर में सामर्थ्य नहीं है। ये वर्षा—योग तो हमारा एक बहुत उपचार मात्र है। ऐसे ही तीन योग धारण किये जाते हैं एक वर्ष में— एक ग्रीष्म—योग जिसे आतापन योग बोलते हैं और ठण्ड में किए जाने वाला अश्रावकाश योग दो—दो महीने का। मुनि महाराज—महामुनि किसी आतापन योग में शिला पर ध्यानस्थ थे, तेज गर्मी पड़ रही है, एक ग्वाला जिसने अपनी ढेर सारी गायों का दूध दुहकर नवनीत निकाला था वह अपने नवनीत की मटकी भरकर चला जा रहा था। उसने देखा कि कोई साधु पुरुष तपस्या में लीन हैं, मैं इनका क्या उपकार कर सकता हूँ, मैं उनकी क्या सेवा कर सकता हूँ। उसका यह एक विचार है, सेवा का विचार है, सद्भाव है, उपकार का भाव है वह भी किसके प्रति? एक तपस्वी के प्रति, धर्मात्मा के प्रति और उसने अपनी छोटी सी बुद्धि में यह निर्णय लिया कि एक ही उपाय है कि मेरे पास, जो नवनीत है उसे उनके सिर पर लगा दूँ, उन्हें थोड़ी राहत मिलेगी इतनी भीषण गर्मी में। उसने बहुत सारे नवनीत का एक गोला सा बनाकर टोप जैसा पहना दिया, जरा ठण्डक हो जावेगी। वह तो अपनी सेवा करके यही जान रहा है कि उसने बहुत अच्छा काम किया और चला जाता है वह। सारा का सारा नवनीत धूप में गर्मी में पिघल कर उनके सारे शरीर पर चिपक जाता है और उस नवनीत को खाने के लिए सैकड़ों जीव, चींटियाँ इत्यादि आकर के उनके शरीर पर लिपट जाती हैं। वे पहले नवनीत खाती हैं और बाद में नवनीत चमड़ी को लगा है, इसीलिये चमड़ी को भी खाना शुरू कर देती हैं, और उसमें से रक्त निकलना शुरू हो जाता है। ये क्या किया उसने? यह तो सेवा न हुई, यह तो उपद्रव और हो गया, ऐसा जान पड़ेगा। यह कृत्य ठीक नहीं जान पड़ता न?

अब एक दूसरा व्यक्ति आया है वहीं पर। “कैसा, ये बिना वस्त्र धारण किए निर्वस्त्र बैठा हुआ है, निर्लज्ज होकर के, इसे जरा भी शर्म नहीं आती? तपस्या का ढोंग करता है, अभी तक दुःख में जीवन गुजर रहा है और कहता है कि ऐसी तपस्या से सुख मिलेगा। अभी बताता हूँ इसको,” यह उसके भीतर विचार है, यह उसके भीतर का भाव है और वह कौन सा कृत्य करता है? गन्ना हाथ में लिए है उसको चूसकर के उनको फेंक कर मारता है। मुनि महाराज के शरीर से टकराकर छिलके वहीं गिरते जाते हैं। और गन्ने में तो मीठापन ज्यादा है। जितनी भी जीव राशि उनके शरीर पर चढ़ी थी, वह धीरे—धीरे उनके शरीर से उतरती है और गन्ने के उन छिलकों में आना शुरू हो जाती है। मेरे ख्याल से उसके इस कृत्य ने मुनि महाराज को राहत पहुँचाई। वह जो पहले वाला था उसके कृत्य ने तो मुनि महाराज के दुःख का उपाय किया, ऐसा जान पड़ता है। इसने कोई राहत कार्य किया है, लेकिन दोनों के कर्मों का लेखा—जोखा देखते हैं तो एक ने अपार पुण्य का बंध किया है और एक ने अपने हाथ से अपने नरक का द्वार खोल लिया है। दोनों के कृत्य की अपेक्षा से देखेंगे तो यह तो अन्याय जान पड़ेगा कि जो पीड़ा का निमित्त बना है, उसे तो पुण्य का संचय करवा दिया और जिसने मुनि महाराज को राहत दी है उसे नरक का द्वार खोल दिया। नहीं, यह कृत्य से निर्धारित किया जाने वाला न्याय—अन्याय नहीं है, ये तो हमारे भीतर की जो मनोवृत्ति है, हमारे भीतर जो भावना है उससे निर्धारित होगा। इसीलिए बहुत सावधानी की आवश्यकता है कि हम जो भी कार्य करते हैं उसमें हमारे भाव कैसे हैं, उससे हमारा जीवन निर्धारित होगा। हमारी जीवन—शैली अहिंसक है यानि हमारे अन्दर दूसरे की मदद के, दूसरे के सहयोग के, दूसरे के उपकार के भाव हैं। अपना जीवन देकर भी दूसरे के प्राणों की रक्षा करने का भाव हो तो मेरी जीवन पद्धति अहिंसक है। और अपने जीवन की सुख—सुविधा के लिए दूसरे के प्राण लेने के लिए मैं तैयार हूँ और मुझे तो सिर्फ अपने सुख सुविधा से मतलब है तो ये हिंसक पद्धति है। निर्धारित कर लें अपन कि हमने अपने जीवन को अहिंसक पद्धति से जीना शुरू किया है या कि हम अहिंसक की जगह हिंसक जीवन पद्धति अपनाये हुए हैं। भले ही हम अहिंसा को अपना धर्म मानते हैं, भले ही हम अहिंसा के गीत गाते हैं, सम्भव है। लेकिन हमारी अपनी जीवन पद्धति किस तरह की है, ये सिर्फ हम अपने भावों और विचारों से ही निर्धारित कर सकते हैं।

होता ये है, हम जरा सा विचार करें जैसा कि पुरुषार्थ सिद्धिउपायमें आचार्य अमृतचन्द्र स्वामी विचार कर हमें बता रहे हैं — हम देखते हैं कि वर्तमान में कार्य एक व्यक्ति करता है उनका फल कई लोगों को भोगना पड़ता है। हमने तो अभी तक यही जाना था कि जो जैसा कृत्य करेगा वैसा फल भोगना पड़ेगा। उसे ही भोगना पड़ेगा। दूसरे को किसी दूसरे के किए हुए कर्म का फल भोगना नहीं पड़ेगा। लेकिन ऐसा नहीं है, हमारे अपने भावों से कर्म निर्धारित होते हैं। अगर कोई व्यक्ति बाहर कोई खेल दिखा रहा है जिसमें कि वह दो जानवरों को, जो कि जन्म—जात बैरी हैं उनको लड़वा रहा है। कृत्य तो एक व्यक्ति कर रहा है, लेकिन बाकी सारा हुजूम जो उसको देखने के लिए खड़ा है और वह कह रहा है कि यह जीत जाए या कि यह हार जाए, ऐसा वह उसका समर्थन भी कर रहा है तो मानियेगा कि किसी के द्वारा किया गया वह कृत्य कितने लोगों को भोगना पड़ेगा? उन सबको जो वहाँ पर शामिल हैं। ठीक इसी तरह परिवार में परिवार की सुख—सुविधा की सामग्री जुटाने के लिए और दुकान पर बैठकर पिताजो भी कृत्य कर रहा है, उस सबका समर्थन परिवारजन करते हैं, उसका फल उन सबको भी भोगना पड़ेगा। उनके अपने परिणामों का फल भोगना पड़ेगा, क्योंकि आपने उसका समर्थन किया है और अगर आप उस कृत्य का समर्थन नहीं करते हैं, तो बात जुदी है। ऐसा तो कोई बिरला ही होगा। इस तरह हिंसा—अहिंसा के निर्धारण में हमारे भावों की स्थिति बहुत महत्वपूर्ण है।



**Q:** क्या कोई ऐसा सूत्र है जो हमें पूरे दिन धार्मिक बनाए रखे ?

**A:** मेरे तो अनुभव से यही आया कि सुबह से शाम तक मुझे अपने जीवन को बेहतर बनाना है। एक क्षण पहले जैसा जीवन बीता था, अगले क्षण उससे अच्छे ढंग से जीऊँगा, एक क्षण मेरे मन में गुस्सा था, अगले क्षण नहीं होना चाहिए। एक क्षण पहले मेरे मन में झूठ था, अब नहीं होना चाहिए। जो—जो बुराइयाँ मेरे में हैं, अगले क्षण वे ना हों। ये हमेशा अगर ध्यान में बना रहे तो पूरा दिन, धर्मपूर्वक निकल सकता है। अभी थोड़ी देर पहले मैंने सामने वाले व्यक्ति से कड़ी बात कह दी, अरे, अब अगले क्षण में कड़ी बात नहीं कहूँगा। हो गया धर्म! भले ही कड़ी बात फिर से मुँह से निकल जाए, फिर अगले क्षण विचार करें, अरे ये क्या हुआ, मैंने तो सोचा था कि मैं कड़ी बात नहीं बोलूँगा, ये तो मैंने बहुत कठोर वचन बोल दिए, अब नहीं बोलूँगा। अब फिर try कर रहे हैं। Trial and error, again and again! हम निरंतर इस चीज़ के लिए प्रयत्नशील रहें कि अपने जीवन को मुझे प्रतिक्षण अच्छा बनाना है। यही तो धर्ममय जीवन है भैया।

**Q:** कोई आदमी सच्चाई की राह पर चलता है, लेकिन लोग उसे मूर्ख समझते हैं। तो उसे क्या करना चाहिए ?

**A:** ऐसा ही संसार है। लेकिन अपने जीवन में कितनी भी कठिनाई आये, उसे सच्ची राह पर ही चलना चाहिए। कितनी भी मुश्किलें आयें, सच्चाई की राह नहीं छोड़ना चाहिए। मैं हमेशा आपको बच्चन की वो चार लाइनें सुनाता हूँ। मेरी मृदुता, बहुत गयी रगड़ी मसली है। मेरी मृदुता, बहुत गयी रगड़ी मसली है। पर नहीं हुई कठोर, लगता है असली है। अगर आपके अंदर वास्तव में सच्चाई है तब फिर कितना भी हमें विपरीत परिस्थितियों का सामना करना पड़े, कितनी भी मुश्किलों का सामना करना पड़े लेकिन सच्चाई का आनंद एक बार मिल जाता है तो वे मुश्किलें हमें उस आनंद को लेने से रोक नहीं पाती हैं। एक बार जैसे किसी को किसी अच्छी चीज़ का स्वाद मालूम पड़ जाए फिर और कितनी भी चीज़ें उसको दे जाएँ वो उनको पसंद नहीं करता। इसी तरह सच्चे रास्ते पर चलने वाला मुश्किलों के बावजूद भी सच्चा रास्ता नहीं छोड़ेगा। अगर छोड़ देता है तो इसके मायने हैं कि उसने अभी सच्चे रास्ते का वास्तव में आनंद नहीं लिया है।

**Q:** मंदिर में जब माला फेरते हैं तो ध्यान क्यों भटकता है?

**A:** अपन लोग अपने मन को चौबीस घंटे तो संसार में घुमाते हैं और पांच मिनट में चाहते हैं कि वो रुक जाये। अगर पंखा चल रहा है और अगर कोई off कर दे तब भी फोकट में पांच मिनट तो चलता ही रहता है। ऐसा ही अपना मन है। चौबीस घंटे में तेईस घंटे पचास मिनट तो दुनिया में घुमाया, दस मिनट के लिये बैठ गये हाथ में हाथ धरे तो वो तो जहाँ का संस्कार है वहीं जायेगा। कम से कम दो घड़ी चुपचाप बैठो, दो घड़ी, अड़तालीस मिनट बैठने पर, तीस सेकण्ड के लिये रुक जावे अगर, तो पीठ थपथपाना, success, मिल गयी सफलता। वो तो जिन विषयों के contact में रहता है हमेशा वहीं जाता है। हमें अभ्यास बदलना पड़ेगा। सुबह—शाम रोज अभ्यास करेंगे तब फिर मन हमारे control में होगा, हम जहाँ ले जाना चाहेंगे वहाँ जायेगा। और मन को सिर्फ divert करना, आचार्य महाराज हमेशा कहते हैं कि मन को रोकने के मायने ऐसा नहीं है कि आप उसको पकड़ लें, नहीं मन को पकड़ ही नहीं सकते, न रोक सकते, वहाँ तो निरंतर विचार चलते हैं। अशुभ विचारों से शुभ विचारों में उसको divert कर दो। बस इतना ही हम आसानी से कर सकते हैं, अभ्यास करेंगे तो संभव भी है, इसीलिये अपने को अभ्यास करना चाहिए।



**Q:** क्रोध को जीतने का उपाय बतायें?

**A:** पहले हम क्रोध आने के कारणों पर विचार करें। हमारी अपेक्षाएं ही क्रोध का कारण हैं। हम दूसरे से अपेक्षा रखते हैं कि वह हमारे अनुकूल कार्य करे, और उसके विपरीत कार्य करने पर हम क्रोधित हो जाते हैं या कि कोई कार्य हमारे अनुरूप नहीं होता तो हम क्रोध से भर जाते हैं। इसीलिए क्रोध को जीतने का सीधा सा उपाय है— कम से कम अपेक्षा दूसरों से रखें और सब कुछ हमारे मन का हो, ये भाव रखना छोड़ दें। क्रोध को जीतने का दूसरा उपाय यह भी है कि जब क्रोध आवे तो अपने आप को किसी रचनात्मक कार्य में व्यस्त कर लें। बचपन में जिस प्रकार जहाज या नाव बनाकर खेलते हैं उसी प्रकार आप भी क्रोध आने पर इस प्रकार के कार्यों में लग जायें जिससे आपका मनोरंजन होता हो। एक और उपाय करें कि क्रोध आने पर पानी पी लें तो क्रोध के उदय में जो हार्मोन। adrenalin निकलता है, वह पानी पीने से dilute हो जाता है। क्रोध आने पर हम प्रतिक्रिया स्वरूप कुछ ना बोलें, क्रोध के समय मौन हो जाना भी क्रोध को जीतने का उपाय है। क्रोध के समय विचार करें कि यदि इस समय हमारा प्रिय व्यक्ति सामने होता तो उसके सामने क्या हम क्रोध कर सकते हैं? इस प्रकार से क्रोध को जीता जा सकता है।

## विनम्रता का मतलब कमजोरी नहीं

किसी महापुरुष ने कहा है कि यदि जीवन में ऊँचाई चाहिए, तो अपने अन्दर के अहंकार को निकाल कर खुद को हल्का कीजिये, क्योंकि ऊँचा वही उठ सकता है, जो हल्का होता है। हमारे जीवन में कई ऐसे मौके आते हैं, जो हमें अहंकारी और कटु होने को प्रेरित करते हैं। लेकिन इतिहास गवाह है कि उन लोगों ने ही अपने जीवन में ऊँचाइयां हासिल की, जिन्होंने अपनी विनम्रता से लोगों को प्रभावित किया। कई बार हम ऐसा सोचते हैं कि विनम्रता कमजोरी की निशानी है और इससे हमारी छवि एक कमजोर व्यक्ति की बनती है। यह सोचना गलत है, क्योंकि जो लोग सफलता मिलने पर विनम्रता को त्याग देते हैं, उन्हें पतन की ओर जाने से कोई नहीं रोक सकता। एक बार अमेरिका के पूर्व राष्ट्रपति अब्राहम लिंकन किसी शहर में भाषण देने गए। लोग बड़ी संख्या में उनको सुनने के लिए आये हुए थे। भाषण के बीच एक महिला बोली, "अरे, यह जो राष्ट्रपति है न, इसका बाप एक मोची था और उसने कई बार मेरे जूते ठीक किये हैं, मेरे जूते ठीक करने वाले का बेटा अब भाषण देने आया है।"

यह सुनते ही लिंकन के सुरक्षाकर्मी उस महिला की ओर लपके, लेकिन लिंकन ने उनको इशारे से मना कर दिया। इसके बाद लिंकन ने उस महिला से कहा, "मैं आपका बेहद शुक्रगुजार हूँ कि आपने मेरा असली परिचय यहाँ इतने लोगों से करा दिया, अब यदि आपकी इज़ाजत हो तो क्या मैं आपसे एक सवाल पूछ सकता हूँ?" महिला ने कहा, "पूछिए"। लिंकन बोले "जब मेरे पिता ने आपके जूते को ठीक किया, तो आपको उनका काम कैसा लगा? मेरे पिता के काम से आपको कोई शिकायत तो नहीं हुई?" महिला बोली "मुझे उनके काम से कोई शिकायत या परेशानी नहीं हुई, क्योंकि मैं देखती थी कि वे अपना काम बेहद मेहनत और ईमानदारी से करते थे, और मुझे उनका काम पसंद था, इसी कारण मैं अपने सारे जूते उनको ही ठीक करने देती थी।" जवाब सुन कर लिंकन मुस्कुराये और बोले "मैडम, जिस प्रकार मेरे मोची पिता ने अपने काम से आपको कभी भी किसी शिकायत का मौका नहीं दिया, उसी प्रकार मैं भी आपने पिता की ही तरह अपना काम बहुत मेहनत और ईमानदारी से करूँगा और आपको कभी भी कोई शिकायत का मौका नहीं दूँगा।" लिंकन का जवाब सुन कर महिला की आँखें नम हो गयीं और वहाँ आये लोग देर तक खड़े होकर ताली बजा कर लिंकन का अभिवादन करते रहे। कहने की जरूरत नहीं कि अपने आचार-विचार और विनम्रता से अब्राहम लिंकन आज भी दुनिया के सबसे लोकप्रिय राजनेता माने जाते हैं।

### असली जीवन

एक बगीचे में एक छोटा सा फूल था। घास का वह फूल दीवार की ईंटों में दबा हुआ जीता था। ईंटों की आड़ होने के कारण आंधी-तूफान का उस पर कोई असर नहीं होता था। सूरज का भी कोई असर नहीं होता था। जमीन से सटा था, इसीलिए बारिश भी कुछ नहीं बिगाड़ पाती थी। उस घास के फूल के पास कई गुलाब भी खिले हुये थे। एक रात उस घास के फूल ने भगवान से प्रार्थना की, "मैं कब तक घास का फूल बना रहूँगा। मुझे गुलाब का फूल बना दो।" भगवान ने उसे बहुत समझाया कि तू इस झंझट में मत पड़। जब तूफान आते हैं तो गुलाब की जड़ें भी उखड़ी-उखड़ी हो जाती हैं। गुलाब का फूल खिल भी नहीं पाता कि कोई तोड़ लेता है। बारिश में उसकी पंखुड़ियाँ बिखरकर जमीन में गिर जाती हैं। तू क्यों परेशानी मोल लेना चाहता है, तू यहीं ठीक है। घास के फूल ने कहा, "बहुत दिन सुरक्षा में रह लिया, अब झंझट लेने का मन होता है।" पास-पड़ोस के फूलों ने भी खूब समझाया, "हमारे कुछ पूर्वजों ने भी यही किया था। कुछ नहीं मिलेगा। घास के फूल ने कहा, "मैं कभी सूरज से बात नहीं कर पाता, मैं कभी तूफानों से नहीं लड़ पाता, मैंने कभी बारिश का अनुभव नहीं किया।"



पास के फूलों ने कहा कि जरूरत क्या है? फूल लेकिन जिद पर अड़ा रहा। भगवान ने उसे वरदान दे दिया और वह सुबह गुलाब का फूल हो गया। सुबह होते ही मुसीबतें शुरू हो गयीं। जोर की आंधी चली, फूल काँपने लगा, जड़ें उखड़ने लगीं। उसकी अपनी जाति के फूल कहने लगे कि समझाया था न, मत पड़ झंझट में। दोपहर होते-होते सूरज तेज हुआ। फूल मुरझाने लगा। शाम होते-होते बारिश इतनी तेज होने लगी कि गुलाब के फूलों का वह पौधा जमीन पर गिर पड़ा। अपने पहले वाले घास के फूलों के करीब। उन फूलों ने उससे कहा कि पागल, तूने बेकार में ही अपनी जिंदगी गंवाई। माना पहले भी मुश्किलें थीं, पर हम उनसे परिचित थे। हमारी पुरानी सुविधा थी। उस मरते हुए गुलाब के फूल ने कहा, "मैं आज भी यही कहूँगा कि जिंदगी भर ईंट की आड़ में छिपे हुये घास का फूल होने से चौबीस घंटे के लिए गुलाब का फूल हो जाना बहुत आनंदपूर्ण है। मैंने अपनी आत्मा पा ली, मैंने तूफानों से लड़ लिया, मैंने सूरज से बात की, मैं हवाओं से जूझा। मैं ऐसे ही नहीं मर रहा हूँ, मैं जी कर मर रहा हूँ, तुम मरे हुये जी रहे हो।"

# Feelings

## Young Jaina Award 2016

• In my life this is the first time when I am feeling proud to be a Jain. I am influenced by the words and teachings of Munishri Kshamasagar Ji Maharaj. I really liked his answer on the importance of religion in student life that some amount of salt (Dharma) must be added to the flour (Studies) in our student life, so that it becomes tastier and we get success in our life.

- Akshat Jain (CBX16039), Etah

• The program and lectures are very motivational. We learnt many small-small things to achieve our goals and overcome the obstacles which may come in our life.

- Sidhhi Jain (CBX16373), Indore

• I had the most unforgettable time of my life which I will cherish whole of my life. I feel really blessed and lucky enough to be awarded by the Young Jaina Award. It was an amazing experience.

- Ashi Nayak, Korba

• I really appreciate Maitree Samooh's efforts in preparing us to face the real world. This award helped me realise the importance of hard work and made me special among my parents and relatives. My father used to say Hriti is my daughter but now he says that I am Hriti's father.

- Hriti Jain (CBX16017), Roha

• It was an exquisite experience. Due to some reason my parents were not there in the program, but the family like behaviour of Maitree Samooh made me feel as if I was their own child. I really feel lucky to get this wonderful opportunity.

- Divyanshi Jain, Garhakota

• Visiting Gommatgiri for my sister's YJA ceremony was an amazing opportunity. It is an unforgettable place where we not only got to see the natural beauty but also felt an inspirational environment under the benign guidance of Poojya Muni Shree Kshamasagar Ji. I am definitely going to bring positive changes in my life as per the guidance got in the event and wish to attend this event again.

- Ashika Nayak

• मैत्री समूह को साधुवाद, जो किया जैन युवा प्रतिभा सम्मान।  
आपके इस प्रयास से, सब युवा हो गये 'रॉक आन'।।

- अंतिम कुमार जैन, Sidhhi Jain's Father

• Programme was awesome. We salute you all for making such excellent arrangements for us. I am so glad to join Maitree Samooh group. Thank you for the honour and respect you gave us. Our three days were really fruitful.

- Akanshi Jain (CBX16079), Indore

• यह कार्यक्रम अद्भुत, अविश्वसनीय है। मेरे लिए गौरव की बात है कि मेरा चयन इसके लिए हुआ। इसमें जीवन शैली, जैन धर्म की प्रभावना आदि के बारे में बताया गया, इसके लिए मैं आभारी हूँ।

- सिद्धान्त जैन (RBA16007)

• This is one of the best awards that I have pursued in my life. In this event, I got answers to all my questions through Munishri's teachings.

- Aman Jain, Kanpur

• It is my pleasure to be a part of this auspicious ceremony. The hospitality you offered during these three days will last in my memory forever. All the volunteers were so enthusiastic as if this was their own family function. Your diligent efforts in organizing this ceremony are reflected in perfect and well planned arrangements.

- Preksha Jain, Jabalpur

## साधनों का उचित उपयोग

बात सन् 2001 की है, मुनि श्री क्षमासागर जी, महावीर जी के प्रवास पर थे। अत्यन्त गर्मी का मौसम और उस पर से महाराज श्री की अस्वस्थता, भक्तजनों के लिए चिंता का विषय बनी हुई थी। मैं मुनि श्री के पास ही था। एक ब्रह्मचारिणी बहन उषा ने मुझे घी-कपूर दिया, और कहा कि रात्रि में मुनि श्री की वैयावृत्ति इससे करना, ताकि शरीर की गर्मी कम हो जाए। रात्रि में जब मैं मुनि श्री की वैयावृत्ति के लिए घी-कपूर लगाने लगा, तो वे एकदम से चौंकर उठ गये, और उन्होंने वह नहीं लगवाया। सुबह हम सभी से महाराज श्री ने कहा, हमारे देश में लाखों लोगों को रोटी पर घी लगाने को नहीं मिलता, तो मैं घी को शरीर और पैरों में कैसे उपयोग कर सकता हूँ। चाहे कुछ हो पर मैं यह नहीं कर सकता। मुनि श्री की इस बात से हम सभी नतमस्तक हो गए। मुनिश्री की चर्या में उनका मैत्रीभाव और प्राणीमात्र की चिंता का भाव स्पष्ट झलकता था। साथ ही साधनों के उचित उपयोग करने की शिक्षा भी हमें मिल गई। ऐसे निस्पृही गुरुवर के चरणों में शत शत नमन।

- अमित जैन, बीना

## विधि मिल गई

छतरपुर चातुर्मास का समय था, दीपावली के बाद भाई-दोज के दिन मैं और मेरी बहन उपमा महाराज श्री के दर्शन के लिये पहुँचे। लगभग 10 बजे का समय हो रहा था और मुनिश्री आहार चर्या के लिये उठने वाले थे। हमने भी नमोस्तु किया और शुद्ध वस्त्र पहन कर एक चौके में पड़गाहन के लिये खड़े हो गए। मुनिश्री आहार के लिये निकले, पर विधि नहीं मिली। मुनिश्री ने दो चक्कर लगा लिये पर फिर भी कहीं विधि नहीं मिली। सब लोग चिंतित और तरह-तरह की विधि बना कर मुनिश्री के पड़गाहन को आतुर थे और मैंने और उपमा ने सोचा कि आज शायद हमारा पुण्य पड़गाहन का नहीं है तो हम मुनिश्री के पीछे-पीछे चल दिए। इस भाव से कि जहाँ भी पड़गाहन होगा वहीं आहार दे देंगे। चलते-चलते एक dead-end आया और मुनिश्री वहाँ से पलटे। अब उनके सामने मैं और उपमा ही थे और हम दोनों ने मुनिश्री का पड़गाहन कर लिया और फिर अरविन्द भैया (समाधिस्थ मुनिश्री सुमतिसागर जी महाराज जो उस समय मुनिश्री के साथ ब्रह्मचारी अवस्था में थे) की ओर देखा तो उन्होंने अपने पीछे आने का इशारा किया। उनके पीछे हम चले और हमारे पीछे मुनिश्री भी। महाराज जी के निरंतराय आहार हुए और आहार के बाद हम सभी उनके पास बैठे थे। सबने महाराज जी से पूछा कि आपकी विधि क्या थी? तब महाराज जी बोले कि भाई-बहन की विधि थी। और कुछ दिन पहले किन्हीं बहनजी ने मुझे बोला था कि आपकी कोई विधि नहीं होती तो हमने सोचा कि आज अपना पुण्य ही आजमा लेते हैं। आज ऐसी विधि लें जो थोड़ी मुश्किल हो सो भाई- बहन में संजय और उपमा और सिर्फ वे दोनों ही पड़गाहन करें ऐसी विधि ले ली। मुझे उम्मीद नहीं थी, मैं तो बस अपना चक्कर पूरा करके वापस लौटने का ही सोच रहा था पर पुण्य था तो कठिन विधि भी मिल गई। मुनिश्री के मुख से ये सब सुनकर हम नतमस्तक हो गए गुरु चरणों में। अपने व्रतों के प्रति इतनी सजगता मुनिश्री को अनूठा संत बनाती है।

- संजय जैन (सरवी), जबलपुर  
सतह से ऊपर से साभार

फिर आया मौसम पतझड़ का,  
फिर बौराए आम।  
एक ओर हैं सूखे पत्ते  
एक ओर हैं मधु पिक गान ॥

एक ओर यादों का मंजर  
लिए तेरी हर बात।  
दूजा है गुमगीन हृदय तल  
ले सूने संवाद ॥

तप्त दिवस हैं एक दिशा में  
शुष्क शेष अहसास।  
दूजे हैं उपदेश चहूँ दिश  
निर्मल सहज सुभाष ॥

निशा गहन इक ओर सघन  
राह विहीन पदताल।  
आस एक है शांत चंद्रसम  
लिए तुम्हारा नाम ॥

इक है सच अचरज मय  
तेरा जाना मुझसे दूर।  
दूजा है विश्वास सदा शिव'  
मैं हूँ तुझसे भरपूर ॥

'शिव- अमिट/सदावर्त  
राकेश जैन, शाहपुर



## प्रखर प्रज्ञा के धारक

बात सन् 83—84 की होगी। मेरी पोस्टिंग दमोह (म.प्र.) में थी। बैंक में एक पुस्तक आयी जो लगभग 300—350 पेज की थी। उसमें जैन धर्म से सम्बन्धित लेखों के अतिरिक्त अन्य आलेख भी पठनीय थे। चूँकि पूज्य क्षमासागर जी अच्छी पुस्तकें खूब पढ़ते थे, चाहे वे किसी भी लेखक की ही क्यों न हों। या यूँ कहूँ कि उन्हें स्तरीय पुस्तकें, आलेखों को पढ़ने का व्यसन था तो कोई अतिशयोक्ति नहीं होगी। मैंने बहुत गौर से, नजदीक से देखा है — वे अपने अमूल्य जीवन का एक क्षण भी जाया नहीं करते थे। वह पुस्तक मैंने उन्हें विशेष आग्रह के साथ दी — “आप जब समय हो, आराम से पढ़ लीजिएगा। “आश्चर्य तो तब हुआ जब दूसरे ही दिन उन्होंने वह पुस्तक वापस कर दी। मैंने उनसे कहा — “आप इसे रखें, जब पूर्ण हो जावे तो दे दीजिएगा। ऐसी कोई जल्दी नहीं है।” उन्होंने कहा — “मैंने इसे देख (पढ़) लिया है।” जब मैंने इस पुस्तक में से कुछ आलेखों पर चर्चा की तो मैं दंग रह गया। उन्होंने सारी बातों, तथ्यों का उल्लेख बड़ी सटीकता और प्रामाणिकता के साथ किया कि वह बात पुस्तक में कहाँ विद्यमान है। ऐसी प्रखर प्रज्ञा—स्मृति के धारक थे मेरे गुरुदेव। मुझे लगा कि किसी जमाने में अगर ‘अकलंक’ को एक बार में और ‘निकलंक’ को दो बार में याद हो जाता था इसमें क्या आश्चर्य! ऐसी एकाग्रता और प्रखरता, मेरे लिए तो एक अनोखा और सुखद एहसास था। ऐसी प्रखर प्रज्ञा बुद्धि के धारक गुरुदेव के चरणों में सादर नमन।

— राज कुमार जैन, बिलासपुर  
सतह से ऊपर से साभार

## तुमको आ गया

सबका होने के लिए, खुद से तोड़ना नाता  
तुमको आ गया गुरुवर, हमको क्यों नहीं आता ?

परखना और चुनना, जो है श्रेष्ठ और सच्चा  
तुमको तो गया गुरुवर, हमको क्यों नहीं आता ?

बसंत सब छोड़ कर, दिशाएं ओढ़ ले ऐसा  
तुमको आ गया करना, हमको क्यों नहीं आता ?

पिघलना और धुलना, सजल होना, समा जाना  
तुमको आ गया करना, हमको क्यों नहीं आता ?

गुरु पाना गुरुवर सा, उसी का हो के रह जाना  
तुमको आ गया करना, हमको क्यों नहीं आता ?

चर्या यूँ निभाना कि, साँसों ने हवन डाला  
तुमको आ गया गुरुवर, हमको क्यों नहीं आता ?

हर बात में समता, सरलता जी कर दिखलाना  
तुमको आ गया करना, हमको क्यों नहीं आता ?

राकेश जैन, शाहपुर

## अपना स्वभाव

मुनि श्री क्षमासागर जी महाराज का व्यक्तित्व, उनकी चर्या और उच्चकोटि के ज्ञान ने सहज ही मेरे मन को आकर्षित कर लिया था। सन् 1998 में जब मुझे ज्ञात हुआ कि मुनिश्री का विहार बीना की ओर हो रहा है, तब बुखार होते हुए भी मैं भक्तिवश विहार के लिए चला गया।

नरयावली में जहाँ मुनिश्री रुके हुए थे, वहाँ पहुँच कर अत्यंत शांति का अनुभव हुआ। दोपहर में प्रश्नमंच के दौरान, एक छोटा बच्चा शैतानी कर रहा था, रो रहा था, इसीलिए सबका ध्यान बार—बार उसी की ओर जा रहा था। परंतु महाराज श्री अत्यंत शांतभाव से प्रश्नों के उत्तर दे रहे थे। सबके भटकते ध्यान को देखकर, महाराज श्री ने समझाया कि वह छोटा बच्चा अपने स्वभाव के अनुरूप कार्य कर रहा था, परन्तु हम जिनवाणी सुनने आये हैं, फिर भी हमारा ध्यान दूसरे की तरफ जा रहा है। हमें दूसरों के तरफ ध्यान न देकर अपने स्वभाव की तरफ ध्यान देना चाहिए। इस छोटी सी घटना से महाराज श्री ने हमें जीवन की अनमोल शिक्षा दे दी और साथ ही पूरे अध्यात्म को परिभाषित कर दिया। धन्य हैं ऐसे गुरुवर और उनकी आत्मीयता।

— अमित जैन, बीना

## कुछ अच्छे विचार



- जो अपनी उपस्थिति को अलग से प्रकट नहीं करना चाहता, जो सबके बीच उन सब में मिलकर के वातावरण को सुगन्धित बनाकर के अपना जीवन जीने की भावना रखता है, वास्तव में वो अपने जीवन से अहंकार हटा करके विनय और मृदुता को अपने जीवन का श्रृंगार बनाता है।
- अपने को बहुत विशिष्ट और आसाधारण मानकर विनय नहीं आ सकती। अपने को बहुत साधारण और सामान्य मानकर ही सम्भव है कि हमारे भीतर विनय आ सके।
- मैं अपने को चार लोगों के बीच में विशिष्ट मानूँ – ये बात अच्छी नहीं है। विशिष्ट होना बुरा नहीं है किन्तु विशिष्टता की आकांक्षा या विशिष्ट कहलाने का जो भाव है वह हमारे अन्दर अहंकार उत्पन्न करता है।
- क्रोध का एक ही कारण है – अपेक्षा। जिसकी जितनी ज्यादा अपेक्षा है वह तुरन्त ही उतने ज्यादा क्रोध में गिर जायेगा।
- जो जितना सामर्थ्यवान होगा वह उतना ही क्षमावान भी होगा, जो जितना क्रोध करेगा, मानियेगा वह उतना ही कमजोर होगा।
- लगता यह है कि जो जितना terror (आतंक) करके रखता है वह उतना ही सशक्त और बलवान है लेकिन जो जितना प्रेमपूर्वक अपने जीवन को जीता है वह उतना ही सशक्त और बलवान है।
- 'मेरे पास बहुत कुछ है, मुझे और नहीं चाहिये' यह सन्तोष है। जो भी कुछ मिलता है उसमें सन्तोष नहीं होता, इसी का नाम लोभ है।
- मन की कलुषता हटाने का बहुत सा आसान उपाय है – हम हमेशा भलाई के काम करते रहें। दूसरा कोई हमारे साथ बुरा भी करे, फिर भी हम उसका बुरा ना चाहें। मेरे को धन की जितनी आवश्यकता है उतना रख लूँ उसके अलावा की आसक्ति ना रखूँ।
- बाह्य वातावरण से जितनी जल्दी हो सामंजस्य बना लेना चाहिये! कर्मों के उदय मे यह स्थिति गड़बड़ जाती है! सामंजस्य नहीं रह पाता! या तो बहुत हर्षित हो जाते हैं या कि विषाद कर लेते हैं! दोनों ही चीजें हो जाती हैं, दोनों ही सामंजस्य नहीं हैं! सद्भाव और अभाव दोनों ही स्थितिओं मे सामंजस्य बना कर रखना !

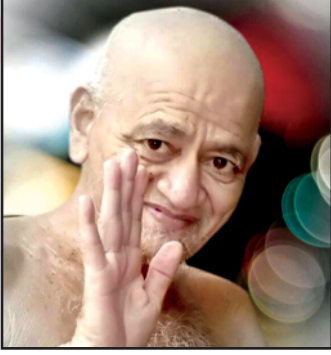
मुनिश्री क्षमासागर महाराज जी

### मगर जाना तुम्हारा

मगर जाना तुम्हारा...  
 वो भोर से पहले,  
 चला इस बार ऐसे कि,  
 न सांझ लौटी फिर,  
 न वो घर लौट कर आया  
 कोई जाता है तो !  
 कर जाता है एक घर सूना,  
 मगर जाना तुम्हारा यूँ  
 हुआ हर घर में सन्नाटा.....  
 राकेश जैन, शाहपुर



## परम समीप



अहार जी सिद्ध क्षेत्र पर चातुर्मास के उपरांत आचार्य महाराज संघ—सहित सिद्ध क्षेत्र नैनागिरि आ गए। शीतकाल यहीं बीत गया। एक दिन अचानक दोपहर में आचार्य महाराज ने बुलाया। मुनि श्री योगसागर जी भी आए। मैं भी पहुँचा। आचार्य महाराज बोले कि “ऐसा सोचा है कि तुम दो—तीन साधु मिलकर सागर की ओर विहार करो। वहाँ स्वास्थ्य लाभ भी हो जाएगा और धर्म—प्रभावना भी होगी। तुम सभी को अब बाहर रहकर धीरे—धीरे सब बातें सीखना है।”

संघ में पहली बार हम लोगों पर यह जिम्मेदारी आई थी, सो हम घबराए कि ऐसा तो कभी सोचा भी नहीं था। हम तो अपना जीवन आचार्य महाराज के चरणों में समर्पित करके निश्चिन्त होकर आत्म—कल्याण में लगे थे। कुछ समझ में नहीं आया। गुरु की आज्ञा

अनुल्लंघनीय हुआ करती है, पर मन को कैसे समझाएं? मन भर आया। हमने कहा कि “महाराज जी! आपसे दूर रहकर हम क्या करेंगे? कैसे रह पाएंगे?”

आचार्य महाराज गंभीर हो गए। बोले —“मन से दूर चले जाओगे क्या?” हमने फौरन कहा, “यह तो कभी संभव ही नहीं। स्वप्न में भी नहीं।” तब वे हँसने लगे। बोले कि “जाओ हमारा खूब आशीर्वाद है। घबराना नहीं। अध्यात्म में मन लगाना। मेरी आज्ञा में रहने वाला मुझसे दूर रहकर भी मेरे अत्यंत समीप ही है और मेरी आज्ञा नहीं मानने वाला मेरे निकट रहकर भी मुझसे बहुत दूर है।”

आज भी हम उनसे दूर रहकर भी उन्हें अपने अत्यंत समीप पाते हैं। कभी उस दूरी का अहसास नहीं होता। सचमुच, आत्मा के निकट रहना ही सच्चा सामीप्य है।

नैनागिरि

## कविता

### दाता

उसने कुछ नहीं जोड़ा,  
लोग बताते हैं  
पहनने का एक जोड़ा भी  
उसके पास  
नहीं मिला,  
जिन्दगी भर अपना सब  
देता रहा,  
दे-देकर  
सबको जोड़ता रहा।



मुनि क्षमा सागर जी  
अंग्रेजी अनुवाद - सुनीता जैन  
साभार 'मुक्ति' से

### Giver

He did not save  
anything.  
People say, he did not leave  
even a pair of clothing.  
He gave away what he had  
all through his life.  
By giving, he collected  
every one around him.

# महत्वपूर्ण चिट्ठी

## 'ब्लैक स्पॉट'

एक दिन एक प्रोफेसर अपनी क्लास में आते ही बोले, "चलिए, Surprise Test के लिए तैयार हो जाइये। सभी स्टूडेंट्स घबरा गए, कुछ किताबों के पन्ने पलटने लगे तो कुछ सर के दिए नोट्स जल्दी-जल्दी पढ़ने लगे। "ये सब कुछ काम नहीं आएगा।", प्रोफेसर मुस्कुराते बोले, "मैं Question Paper आप सबके सामने रख रहा हूँ, जब सारे पेपर बँट जाएँ तभी आप उसे पलट कर देखिएगा। "पेपर बाँट दिए गए। "ठीक है! अब आप पेपर देख सकते हैं!", प्रोफेसर ने निर्देश दिया। अगले ही क्षण सभी Question Paper को निहार रहे थे, पर ये क्या इसमें तो कोई प्रश्न ही नहीं था! था तो सिर्फ वाइट पेपर पर एक ब्लैक स्पॉट!

ये क्या सर, इसमें तो कोई Question ही नहीं है?, एक छात्र खड़ा होकर बोला। प्रोफेसर बोले, "जो कुछ भी है आपके सामने है, आपको बस इसी को एक्सप्लेन करना है और इस काम के लिए आपके पास सिर्फ 10 मिनट हैं, चलिए शुरू हो जाइए। "स्टूडेंट्स के पास कोई चारा नहीं था, वे अपने-अपने Answers लिखने लगे। समय खत्म हुआ, प्रोफेसर ने Answer Sheets Collect कीं और बारी-बारी से उन्हें पढ़ने लगे। लगभग सभी ने ब्लैक स्पॉट को अपनी-अपनी तरह से समझाने की कोशिश की थी लेकिन किसी ने भी उस स्पॉट के चारों ओर मौजूद White Space के बारे में बात नहीं की थी। प्रोफेसर गंभीर होते हुए बोले, "इस टेस्ट का आपके Academics से कोई लेना-देना नहीं है और ना ही मैं इसके कोई मार्क्स देने वाला हूँ। इस टेस्ट के पीछे मेरा एक ही मकसद है। मैं आपको जीवन की एक सच्चाई बताना चाहता हूँ। देखिये इस पूरे पेपर का 99% हिस्सा सफेद है लेकिन आप में से किसी ने भी इसके बारे में नहीं लिखा और अपना 100% effort सिर्फ उस एक चीज को Explain करने में लगा दिया जो मात्र 1% है। और यही बात हमारी life में भी देखने को मिलती है। समस्याएँ हमारे जीवन का एक छोटा सा हिस्सा होती हैं, लेकिन हम अपना पूरा ध्यान इन्हीं पर लगा देते हैं। कोई दिन रात अपने looks को लेकर परेशान रहता है, तो कोई अपने करियर को लेकर चिंता में डूबा रहता है तो कोई पैसों का रोना रोता रहता है।

क्यों नहीं हम अपनी Blessings को Count करके खुश होते हैं? क्यों नहीं हम पेट भर खाने के लिए भगवान को थैंक्स कहते हैं? क्यों नहीं हम अपनी प्यारी सी फॅमिली के लिए शुक्रगुजार होते हैं? क्यों नहीं हम लाइफ की उन 99% चीजों की तरफ ध्यान देते हैं जो सचमुच हमारे जीवन को अच्छा बनाती हैं? तो चलिए आज से हम Life की Problems को जरूरत से ज्यादा Seriously लेना छोड़ें और जीवन की छोटी-छोटी खुशियों को Enjoy करना सीखें, तभी हम जिन्दगी को सही मायने में जी पायेंगे।



मैत्री समूह

BOOK-POST

# Chirping Sparrow

Year - 15, Issue - 2

A Newsletter of Maitree Samooh

From

**MAITREE SAMOOH**

Post Box No. 15, Vidisha, Madhya Pradesh - 464001

E-mail : [samooh.maitree@gmail.com](mailto:samooh.maitree@gmail.com)

Website : [www.maitreesamooh.com](http://www.maitreesamooh.com)

[www.facebook.com/maitreesamooh](http://www.facebook.com/maitreesamooh)

Mob.: 9425424984, 7694005092

(Maitree Samooh is a Registered Trust in Delhi)

To, \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_