## विचार बिन्दु

**अतिथि जिसका अन्न खाता है, उसके पाप धुल जाते हैं। –अथर्ववेद**

# अच्छे मित्र, व्यक्तिगत सामर्थ्य व सुदृढ़ आजीविका मानसिक रोगों से बचाते हैं

शोध से यह निर्विवाद रूप से स्पष्ट हो चुका है कि सामाजिक प्रतिकूलता खराब मानसिक स्वास्थ्य का एक महत्वपूर्ण कारक है। बचपन में गरीबी, प्रतिकूल परिस्थितियों और हिंसा के वातावरण में जीवन-यापन मानसिक रोगों की शुरुआत के प्रमुख जोखिम हैं। शिक्षा में कमी भी एक बड़ा जोखिम है। इसके कारण रोजगार में कमी और आय का नुकसान होता है। अशिक्षित रहने से कमजोर आर्थिक स्थिति मानसिक रोगों का एक प्रमुख हेतु है (द लैंसेट, 392:1553-1598, 2018)। मित्रों और परिवार के सदस्यों का वृद्ध वयस्कों के स्वास्थ्य परिणामों पर बेहतर प्रभाव तो पूर्व में ही सिद्ध हो चुके हैं (टी.ई. सीमान, अमेरिकन जर्नल ऑफ़ हेल्थ प्रमोशन, 14(6):362-370, 2000)। अकेलेपन की उच्च दर विशेष रूप से चिंताजनक है क्योंकि अकेलापन मनोवैज्ञानिक और शारीरिक स्वास्थ्य को नकारात्मक रूप से प्रभावित करता है और अल्जाइमर रोग, कोरोनरी हृदय रोग और समय से पहले मृत्यु दर के क्रमशः 50 प्रतिशत, 29 प्रतिशत और 26 प्रतिशत बढ़े हुए जोखिम से जुड़ा है (जे.एच. होल्ट इत्यादि, अमेरिकन जर्नल ऑफ़ प्रिवेंटिव मेडिसिन, 63(1):141-145, 2022)। स्वाभाविक है कि उत्तम लोगों से मित्रता का स्वास्थ्य पर महत्वपूर्ण प्रभाव पड़ता है। किन्तु बुरे लोगों के साथ मित्रता स्वास्थ्य के लिए घातक होती है। इस पर हम आगे चर्चा करेंगे, परन्तु उसके पूर्व मानसिक स्वास्थ्य के संबंध में कुछ महत्वपूर्ण बातें समझना आवश्यक है।

आयुर्वेद में इसे आप जीवन, धन और उत्थान की इच्छाओं और उससे जुड़े अवसरों की प्राप्तिन हो पाने से उत्पन्न भय से जोड़ सकते हैं (च.सू.11.3-6)। भय मानसिक रोगों का बीज है। चूंकि असमर्थता भयकारी होती है (असर्मथताभयकराणांश्रेष्ठम्। च.सू. 25.40),अतः अपने आपको आर्थिक, सामाजिक एवं पर्यावरणीय रूप से सक्षम बनाये बिना मानसिक रोगों से बचाव नहीं हो सकता। सामर्थ्य तभी ठीक कही जाती है जब आजीविका दुरुस्त हो। और आजीविका तभी दुरुस्त मानी जाती है जब आजीविका से जुड़ी सभी पूंजियों की स्थिति उत्तम हो।

आजीविका को समग्र रूप से सुदृढ़ करने के लिये वित्तीय पूँजी (धनैषणा, धन-संपत्ति आदि), भौतिक पूँजी (धनैषणा, मकान, वाहन आदि), प्राकृतिक पूँजी (धनैषणा, खेत-खलिहान, जल, जमीन, बाग़-बगीचे आदि), सामजिक पूँजी (सामाजिकसद्वृत्त, आपसी रिश्ते, मेलजोल की प्रगाढ़ता, मित्रता आदि), मानव पूँजी (प्राणैषणा, शिक्षा, ज्ञान, कौशल, स्वास्थ्य आदि), और आध्यात्मिक पूंजी (परलोकैषणा, सद्वृत्त, आचार रसायन) को बढ़ाते रहने कानिरंतर जीवन भर ठोस प्रयत्न आवश्यक है। इससे सामर्थ्य में बढ़ोत्तरी, असमर्थता में कमी और परिणामस्वरूप भय नष्ट होगा। भय को नष्ट करना मानसिक रोगों का सबसे बड़ा निदान-परिवर्जन है।

यदि आप संत ही न बन गये हों तो धन विहीन लम्बा जीवन किसी काम का नहीं है। जीवन में आजीविका और धन प्राप्ति का प्रयास न करनास्वयं में बहुत भारी ऋणात्मक कार्य है(च.सू.11.3-6): न ह्यतः पापात्पापीयोऽस्तियदनुपकरणस्यदीर्घमायुः। सुदृढ़ आजीविका प्रबंधन में आचार रसायन और सद्वृत्त का ठोस योगदान रहता है। इसके साथ ही प्राण बढ़ाने वाले कारकों में सबसे श्रेष्ठ अहिंसा, बलवर्धन करने वालों में वीर्य (जोश, बहादुरी), बृंहण या वृद्धि करने वालों कारकों में विद्या या समुचित शिक्षा, प्रशिक्षण और कौशल, समृद्धि करने वालों में इंद्रियों पर विजय या आत्म-नियंत्रण, मन को प्रसन्न करने वाले कारकों में तत्वज्ञान या सच्चाई का ज्ञान, और मार्गों में ब्रह्मचर्य का प्रयत्न करने वाले व्यक्ति की आजीविका सदैव सुदृढ़ होती जाती है (च.सू.30.15): तत्राहिंसाप्राणिनांप्राणवर्धनानामुत्कृष्टतमं, वीर्यंबलवर्धनानां, विद्या बृंहणानाम्, इन्द्रियजयोनन्दनानां, तत्त्वावबोधोहर्षणानां, ब्रह्मचर्यमयनानामिति; एवमायुर्वेदविदोमन्यन्ते॥

महर्षि चरक द्वारा निर्दिष्ट आहार, विहार, और आचार रसायन की युक्तियुक्त त्रिस्तरीय व्यूह रचना के माध्यम से शारीरिक, मानसिक और आत्मिक स्वास्थ्य सम्हालने का मूलमन्त्र देखिये (च.शा., 2.46-47): नरोहिताहारविहारसेवीसमीक्ष्यकारीविषयेष्वसक्तः। दाता सम:सत्यपर:क्षमावानाप्तोपसेवी च भवत्यरोगः।।मतिर्वचः कर्म सुखानुबन्धंसत्त्वंविधेयंविशदा च बुद्धिः। ज्ञानंतपस्तत्परता च योगेयस्यास्तितंनानुपतन्तिरोगाः।।

**अहंकार को एक विषम मानसिक-अग्नि के रूप में मानना चाहिये। इस विषमता का निदान-परिवर्जन या चिकित्सा युक्ति-व्यपाश्रय द्वारा नहीं बल्कि सत्वावजय द्वारा ही संभव है। चिकित्सा के अभाव में अंततः यह अहंकारी के दोष, धातु और मल जो शरीर के मूल हैं, को भोज्य बनाकर आयु का नाश करता है।**

तात्पर्य यह है कि हितकर भोजन व जीवन-शैली, समीक्षात्मक दृष्टिकोण, लोभ-लालच, मोह, ईर्ष्या, द्वेष आदि विषय-विकारों से मुक्त, उदार और दानी, समत्व-युक्त, सत्यनिष्ठ, क्षमावान, और महान लोगों के प्रति सेवाभावी व्यक्ति निरोगी रहता है। इसी प्रकार सुखदायी मति, बातचीत और कार्य वाले, सच्चाई-युक्त-अनुशासित, विशाल या निर्मल बुद्धि-युक्त, ज्ञान, तप (शाश्वत मूल्यों की प्राप्ति हेतु आत्म-नियंत्रण) एवं योग (चित्त की वृत्तियों के निरोध द्वारा आत्मस्थ होने का अनुशासन) में तत्पर व्यक्ति भी रोगों में नहीं फंसता।

समीक्षात्मक दृष्टिकोण रखते हुये कार्य संपादन एवं जीवनयापन करना; राग, द्वैष, लोभ, मोह, शोक आदि से दूर रहना; सदैव उदार रहते हुये लोगों की मदद, उपकार एवं दान करते रहना; सफलता-असफलता, सुख-दुख या लाभ-हानि की दशा में समत्व की स्थति में रहना; सत्यनिष्ठ रहते हुये परिवार एवं समाज के साथ व्यवहार करना उत्तम स्वास्थ्य के लिये आवश्यक है। लोगों से परिस्थितिवश त्रुटियाँ संभाव्य हैं। ऐसी दशा में क्षमावान रहना और क्षमा करते रहना मन-मस्तिष्क के बोझ को दूर करता रहता है। ऐसे व्यक्तियों जिनके शब्द स्वयं ही प्रमाण हों, अर्थात् जिनका कहना सब लोग मानते हों या जो अपने से वरिष्ठ हों, उन सबके प्रति सद्भावी रहना स्वास्थ्य के लिये हितकर होता है। अपना मन, बातचीत और कार्य-व्यवहार सुखकारी रखना चाहिये। विशाल दृष्टिकोण रखना चाहिये। सीखने-समझने, आत्म-नियंत्रित रहने एवं योग में तत्पर रहना चाहिये। व्यायाम, योग, यम, नियम, आसन, प्राणायाम, ध्यान इत्यादि प्रतिदिन करना बहुत उपयोगी है। आंख, नाक, कान, जीभ व चमड़ी मन के नियंत्रण हों तो मानसिक ही क्या कोई रोग नहीं होते (च.शा., 2.43)।

सद्वृत्तपालन के बिना इंद्रियां और मन स्वस्थ नहीं रह सकते। आरोग्य व इंद्रिय-विजय चाहिये तो सद्वृत्त का पालन अनिवार्य है। दरअसल ऐसा इसलिये होता है क्योंकि यदिसद्वृत्त का पालन ना हो तो मन स्वयं अपना नियंत्रण नहीं कर पाता। मन इंद्रियों का नियंत्रक है। लेकिन वह स्वयं अपना नियंत्रण ना कर पाये, तो इंद्रियों का नियंत्रण क्या ख़ाक करेगा। स्वाभाविक है कि ऐसी स्थिति में इंद्रियां अपनी मनमानीपरउतर जाती हैं। प्रज्ञापराध और असात्म्येंद्रियार्थ-संयोग क्रमशः अनियंत्रित मन और अनियंत्रित इंद्रियों की इसी मनमानी के परिणाम हैं (च.सू.8.17): तत्रेन्द्रियाणांसमनस्कानामनुपतप्तानामनुपतापायप्रकृतिभावेप्रयतितव्यमेभिर्हितुभिः;; तद्यथासात्म्येन्द्रियार्थसंयोगेनबुद्ध्यासम्यगवेक्ष्यावेक्ष्यकर्मणां सम्यक् प्रतिपादनेन, देशकालात्मगुणविपरीतोपासनेनचेति। तस्मादात्महितंचिकीर्षतासर्वेणसर्वं सर्वदा स्मृतिमास्थायसद्वृत्तमनुष्ठेयम्॥ ध्यान दीजिये कि असात्म्येन्द्रियार्थ-संयोग तो रोगों का एक जन्मदाता है ही, परजितने भी मनोविकार होते हैं, वे प्रायः प्रज्ञापराध-जन्य ही होते हैं (च.सू.7.52): ईर्ष्याशोकभयक्रोधमानद्वेषादयश्च ये। मनोविकारास्तेऽप्युक्ताः सर्वेप्रज्ञापराधजाः॥

सामाजिक पूंजी बढ़ाने में मित्रों का बड़ा योगदान होता है, परन्तु गलत लोगों के साथ मित्रता सामाजिक पूंजी को गिरा देती है। अतः गलत लोगों से दोस्ती बिल्कुल न करें (च.सू.7.56-57): पापवृत्तवचः सत्त्वाः सूचकाः कलहप्रियाः। मर्मोपहासिनोलुब्धाः परवृद्धिद्विषःशठाः॥ परापवादरतयश्चपलारिपुसेविनः। निर्घृणास्त्यक्तधर्माणःपरिवर्ज्यानराधमाः॥ मन, बातचीत और अपने कार्यों से गलत रास्ते में धकेलने वाले, चुगलखोर, झगड़ालू, मर्मप्रहारक उपहास करने वाले, लालची, दूसरे की उन्नति से जलने वाले, धूर्त, दूसरे की निंदा में आनंद लेने वाले, चपल,दुश्मनों का साथ देने वाले,निर्दयी,औरअपने नियत कार्यों को छोड़ने वाले लोगों के साथ दोस्ती नहीं करना चाहिये।

मित्रता उन्ही लोगों के साथ करें जोआपकी सामाजिक पूंजी को बढ़ाने में सक्षम हों (च.सू.7.58-59):बुद्धिविद्यावयःशीलधैर्यस्मृतिसमाधिभिः। वृद्धोपसेविनोवृद्धाःस्वभावज्ञागतव्यथाः॥ सुमुखाःसर्वभूतानांप्रशान्ताःशंसितव्रताः। सेव्याःसन्मार्गवक्तारःपुण्यश्रवणदर्शनाः॥ बुद्धि, विद्या, आयु, शील, धैर्य, स्मरणशक्ति और समाधि (असंभव या असाध्य कार्य करने के लिये कठिनाइयों में भी धैर्य के साथ लगे रहना) में कुशल, बड़ों की सेवा करने वाले, लोगों के स्वभाव को समझने की क्षमता रखने वाले, शारीरिक एवं मानसिक व्यथा से मुक्त, प्रसन्न मुख वाले, सबको शांत करने वाले, कहना मानने वाले, सही रास्ते में चलने की सलाह देने वाले, सुनने और देखना में कल्याणकारी लोगों का साथ करना ही उचित है।

इस सन्दर्भ में बृहदारण्यकोपनिषत् (5.5.2) में दम (आत्म-नियंत्रण), दान (दान, उपहार, गिफ्ट आदि), दया (सद्भावना, स्नेह, कल्याणार्थ परोपकार आदि) के सिद्धांत का पालन मानसिक स्वास्थ्य पर बहुत धनात्मक प्रभाव पड़ता है। अतः दम, दान और दया को जीवन का अंग बनाया जाना उपयोगी है। यह आचार्य चरक के उस सिद्धांत से मेल खाता है जिसमें कहा गया है कि इन्द्रियों पर विजय या आत्म-नियंत्रण आनन्ददायी है (च.सू. 30.15)। यह भी मानसिक रोगों निदान-परिवर्जन है।

अहंकार को एक विषम मानसिक-अग्नि के रूप में मानना चाहिये। इस विषमता का निदान-परिवर्जन या चिकित्सा युक्ति-व्यपाश्रय द्वारा नहीं बल्कि सत्वावजय द्वारा ही संभव है। चिकित्सा के अभाव में अंततः यह अहंकारी के दोष, धातु और मल जो शरीर के मूल हैं, को भोज्य बनाकर आयु का नाश करता है। अहंकारी के अहंकार का पोषण या वृद्धि स्वयं या अन्य अहंकारी का अहंकार ही करता है। सत्त्वावजय के द्वारा प्राप्त होने वाली विनम्रता ही अहंकार ह्रास कर सकती है। चूंकि अहंकार अंतःउद्भूत है और अहंकारवश अन्य की बात सुनना या मानना मुश्किल होता है, अतः सत्त्वावजय ही लाभदायक है। अहंकार से दूर रहना भी मानसिक रोगों का निदान-परिवर्जन है।

स्वस्थ व्यक्ति के स्वास्थ्य की रक्षा के लिये आयुर्वेद एकीकृत किन्तु बहु-आयामी और वैयक्तिक बचाव रणनीति का जनक है। इस उद्देश्य की पूर्ति आहार, विहार, सद्वृत्त, स्वस्थवृत्त, पंचकर्म, रसायन-वाजीकर और औषधि की एकीकृत और बहु-आयामी व्यवस्था से संपन्न होती है।

**–अतिथि सम्पादक,**
**डॉ. दीप नारायण पाण्डेय**
**(इंडियन फारेस्ट सर्विस में वरिष्ठ अधिकारी)**
**(यह लेखक के निजी विचार हैं और 'सार्वभौमिक कल्याण के सिद्धांत' से प्रेरित हैं।)**

# करीरी में पहलवानों ने की जोर आजमाइश

**टोडाभीम** (निस)। उपखंड क्षेत्र की ग्राम पंचायत करीरी-गाजीपुर के गांव करीरी में स्थित भैरों बाबा की सप्तमी पर पूर्वी राजस्थान के लगने वाले ऐतिहासिक लक्खी मेले में शनिवार को ग्राम पंचायत के सौजन्य से विशाल कुश्ती दंगल का आयोजन किया गया।

भैरो बाबा के लक्खी मेले के अवसर पर आयोजित प्रदेश स्तरीय कुश्ती दंगल में आखिरी कुश्ती दो लाख 51 हजार रूपये की हुई जिसमें आखरी मुकाबला हरकेश पहलवान हाथरस एवं मनीष पहलवान हरियाणा रोहतक के बीच बहुत ही रोचक मुकाबला हुआ जिसमे हरकेश पहलवान विजयी रहा। आखिरी कुश्ती के विजेता हरकेश पहलवान को आयोजन समिति ने दो लाख 51 हजार रूपये का नकद पुरुस्कार दिया। इस विशाल कुश्ती दंगल प्रतियोगिता का शुभारम्भ क्षेत्रीय विधायक पृथ्वीराज मीना ने किया।

- **कुश्ती दंगल में कई राज्यों के पहलवानों ने भाग लिया**
- **कुश्ती दंगल में महिला पहलवानों की कुश्ती भी करवाई गई**

**टोडाभीम विधायक पीआर मीणा ने भीड़ को संबोधित किया।**

भैरों बाबा के मेले पर आयोजित कुश्ती दंगल में 250 से अधिक कुश्तियां करवाई गई जिसमें राजस्थान सहित अन्य प्रांतों से आये पहलवानों ने जोर आजमाईश की। इस विशाल कुश्ती दंगल में राजस्थान प्रान्त के जिला भरतपुर, करौली, दौसा, अलवर, धौलपुर, सवाई माधोपुर सहित दिल्ली, हरियाणा, मध्यप्रदेश, उत्तरप्रदेश सहित कई प्रान्तों के पहलवानों ने हिस्सा लिया।

कुश्ती दंगल में एक साथ कई कुश्तियां करवाई गई। कुश्ती दंगल देखने के लिए ग्रामीण क्षेत्रों से सैकड़ों की संख्या में महिलाएं भी आई। कुश्ती दंगल में महिला पहलवानों की कुश्ती भी करवाई गई। कुश्ती दंगल में पहुंचे क्षेत्रीय विधायक पृथ्वीराज मीना ने दस करोड़ की लागत से बनवायाये गए स्टेडियम की सीढ़ि यों का फीता काटकर उद्घाटन किया । सुरक्षा व्यवस्था के लिए आरएसी के पर्याप्त पुलिस जाप्ते के साथ एसडीएम दुर्गाप्रसाद मीना, पुलिस उपाधीक्षक फूलचंद मीना, तहसीलदार पृथ्वीराज मीना, थानाधिकारी रामखिलाड़ी मीना, बालघाट थाना प्रभारी धर्मसिंह गुर्जर, नादौती थानाधिकारी बनेसिंह गुर्जर, महावीरजी थानाधिकारी अबिजित कुमार मीना, नायब तहसीलदार दिनेश मीना सहित चप्पे-चप्पे पर पुलिस व आरएसी के जवान तैनात रहे। दंगल में मुख्य अतिथि राजयसभा सांसद किरोडीलाल मीना, क्षेत्रीय विधायक पृथ्वीराज मीना, पूर्व विधायक घनश्याम महर, पंचायत समिति प्रधान कल्पना मीना, पालिका अध्यक्ष अमृता सियाराम, दुल्हेराम मीना, सेवानिवृत कमिश्नर तेजराम मीना, सेवानिवृत्त प्रधान आयकर आयुक्त एलआर मीना, पूर्वमंत्री रामस्वरूप मीना, आप पार्टी के करौली जिला प्रभरी आशाराम मीना, भाजपा के विधानसभा प्रत्याशी रहे रामराज मीना,पूर्व प्रधान मुकेश मीना, राघव मीना,पूर्व जिला प्रमुख एवं बौल सरपंच सगरबाई मीना, डॉ रामकेश मीना,भामशाह रामनिवास मीना, क्षेत्र के प्रगतिशील किसान नेता व पूर्व जिला प्रमुख शिवदयाल मीना, राजेन्द्र शेखपुरा, सहित सैंकड़ों जनप्रतिनिधी एवं लाखों की संख्या में दर्शक उपस्थित रहे।

# भर्तृहरि मेले में रोज आ रहा 1500 लीटर देसी घी

**अलवर**, (निसं)। सरिस्का के जंगल में महाराजा भर्तृहरि की तपोभूमि। अलवर शहर से करीब 30 किलोमीटर दूर जयपुर रोड पर जंगल में बाबा भर्तृहरि का धाम है। यहां इन दिनों मेला चल रहा है। मेले में हर साल बड़ी तादाद में श्रद्धालु पहुंचते हैं। मालाखेड़ा थाना अधिकारी राजेश मीणा ने बताया कि मेले को लेकर पुलिस द्वारा पुख्ता इंतजाम किया गया है। ताकि भक्तजनों को किसी भी प्रकार की असुविधा का सामना नहीं करना पड़े। मेले में पुलिस प्रशासन द्वारा 800 पुलिसकर्मी तैनात किए गए हैं ताकि असामाजिक व अपराधिक प्रवृत्ति के लोगों पर निगरानी रखी जा सके। इसके अलावा कुछ पुलिसकर्मी सिविल ड्रेस में भीड़ के बीच में रहकर जेब कतरों पर निगरानी रखने का कार्य कर रहे हैं।

खास बात ये है कि बाबा भर्तृहरि के धूने के लिए भक्त देसी घी लेकर आते हैं। मवेशियों की खैरियत के लिए यहां मन्नत मांगी जाती है। मवेशी पहली बार दूध देते हैं तो यहां भेंट के रूप में घी चढ़ाया जाता है। बाबा के धूने के लिए ग्रामीण श्रद्धालु भेंट के रूप में घी लेकर पहुंचते हैं। हालांकि अब अखंड धूना नहीं है। इसलिए घी को ड्रमों में स्टोर किया जा रहा है। मेले में इन दिनों रोजाना 70 से 100 टिन देसी घी के हिसाब से रोजाना करीब 1500 लीटर तक घी पहुंच रहा है। भर्तृहरि धाम के संत बाबा अशोक नाथ ने जानकारी देते हुए कहा कि देश में शायद ही ऐसा कोई मेला हो, जहां श्रद्धालु इतनी बड़ी मात्रा में देसी घी भेंट के तौर पर लेकर पहुंचते हैं। धाम से 80 से 100 किलोमीटर के एरिया के गांव के किसान गाय-भैंस के दुधारू होने पर 1 गिलास से लेकर 2 किलो तक देसी घी चढ़ावे के तौर पर लाते हैं। बाबा अशोक नाथ की मानें तो भर्तृहरि मेले में रोजाना 1 लाख तक श्रद्धालु आते हैं।

**मेले के दौरान आने वाले देसी घी को ड्रमों में भरते सेवक।**

80 परसेंट श्रद्धालु आस-पास के गांव-देहात के होते हैं। धाम में आकर ये मन्नत मांगते हैं और अनाज व घी लेकर आते हैं। पशु के बीमार होने, दूध न देने या कम देने पर पशुपालक मन्नत लेकर यहां आते हैं, मवेशी के ठीक होने पर घी चढ़ाते हैं।ऊ बाबा अशोक नाथ ने बताया कि मेले के 3 दिन में 4500 लीटर तक घी आ चुका है।

बहुत से भक्त एक साथ 10-10 टिन घी चढावे में दे जाते हैं। 2 सितंबर से शुरू हुआ यह लक्खी मेला 4 सितंबर तक चलेगा। मेला शुरू होने से कई दिन पहले और बाद तक श्रद्धालु आते हैं।

ग्रामीण श्रद्धालु मानते हैं कि बाबा भर्तृहरि की अखंड ज्योत के सामने मन्नत मांगने से वे पूरी होती हैं। ज्योत में देसी घी ही डाला जाता है। अखंड ज्योत में घी डालने के लिए भक्तों में होड लगती है। भर्तृहरि निवासी शंकर लाल ने बताया कि अब पुजारियों को पूरा घी मिल रहा है। मेले में आए ग्रामीणों ने बताया कि किसी कारण से गांव से कोई बाबा भर्तृहरि के मेले में न जा सके तो वह गांव से जाने वाले श्रद्धालु के हाथ देसी घी भेजता है। ताकि बाबा तक उनका भोग स्वरूप घी पहुंच जाए।

## गांव ख्याली बना सांप्रदायिक सौहार्द की मिसाल

**चूरू/मलसीसर**, 2 सितम्बर (का.सं.)। झुंझुनू जिले के मलसीसर तहसील का गांव ख्याली सांप्रदायिक सौहार्द की एक बड़ी अनूठी मिसाल बन गया है। यहां के 36 कोम के लोगों ने इकट्ठे होकर राजस्थान का सबसे बड़ा कुंवर केशरोजी महाराज का मंदिर बनाया है। यहां आगामी 3 सितंबर को रात्रि जागरण का आयोजन होगा और इससे अगले दिन 4 सितंबर को मेले का आयोजन किया जाएगा।

भगतजी रंगपाल सिंह शेखावत ने बताया कि महाराज की कृपा से आज तक जितने भी श्रद्धालु आए हैं, सभी ठीक होकर ही गए हैं। गांव के ही निवासी कलाकार करणी सिंह ने बताया कि रात्रि जागरण में यहां पर सांपों के साथ नृत्य, शांकल नृत्य, निशान नृत्य का आयोजन किया जाता है। मंदिर में हर वर्ष सांप निकलते हैं, इस वर्ष भी अब तक चार काले सांप निकल चुके हैं।

# उत्तम शौच धर्म से मोक्ष मार्ग प्रशस्त होता है

दशलक्षण धर्म के प्रथम तीन धर्म उत्तम क्षमा, मार्दव एवं आर्जव धर्म भावना से संबंधित है। आज चतुर्थ दिवस पर हम उत्तम शौच धर्म मना रहे है। उत्तम शौच सहित आगे के पांच धर्म उपाव यानी मोक्ष मार्ग की सीढ़िया है।

शौच धर्म का शाब्दिक अर्थ है शुद्धता एवं उत्तम शौच धर्म अर्थात आत्मा की पवित्रता। सम्यग दर्शन-आत्मा के श्रद्धान के साथ उत्तम शौच धर्म का नाम दिया जाता है। उत्तम शौच ही सम्यक चारित्र है, अंतश्चेतना की क्रांति है। शारीरिक शुद्धता/पवित्रता तो बहुत आसान है परंतु आत्मा की शुद्धता/पवित्रता के लिए लोभ कषाय को त्यागना पड़ता है।

इसीलिए कहा है - लोभ पाप का बाप बखाना अर्थात् सभी पापों की जड़ लोभ है। लोभ का अभाव एवं संतोष का भाव शौच धर्म कहा जा सकता है। लोभ कषाय के अभाव होने को शौच धर्म कहते हैं। विषयों के प्रति आसक्ति, भोग की वस्तुओं के प्रति आवश्यकता से अधिक झुकाव को लोभ कहते हैं। लोभ या लालच का संबंध केवल पैसे से ही नही है, अपितु किसी भी वस्तु के प्रति अधिक आसक्ति लोभ है। सारे पापों की जड़ यह लालच ही है लालची जीव किसी भी अवस्था में संतुष्ट नहीं होता वह तो सदैव ही असंतुष्ट रहता है, और असंतुष्ट जीव की लालसा, अदेय अपेक्षा कभी समाप्त नहीं हो सकती।

सामान्यतः जो लालची होगा वह अपनी विषय पूर्ति के लिए समय आने पर अवांछित प्रक्रिया चोरी, मायाचारी, छल-कपट, हिंसा, परिठाह, बैर-भाव भी करता ही रहेगा और इस तरह के कृत्य की आदत बनी रहेगी।

यही कारण है की इस लोभ से बचना परम आवश्यक है।

सामान्यत : शरीर की शुचिता, शुद्धता को ही पवित्र मान लेते है। जैन धर्म में शरीर की शुद्धता के बजाय परिणामों की शुद्धता पर बल दिया गया है।

आत्मा को पवित्र बनाने के लिए हमें तीनों योग मन, वचन और काय

**भागचंद जैन, मित्रपुरा**

को लोभ से दूर रखना होगा। लोभ के भाव का त्याग करना होगा। आत्म गुणों का चिंतन और मनन ही शौच धर्म का लक्षण है ।राग द्वेष, मोह रहित रहना शौच धर्म है।

आहार विहार, आचार विचार, व्यवहार की शुद्धता, भोजन की शुद्धता, रात्रि भोजन त्यागना, अनछने जल का त्याग, सभी जीवों पर करुणा,दया, मैत्री भावना आदि शौच धर्म के कुछ लक्षण हैं।

उत्तम शौच परमाणु शक्ति से भी अधिक शक्तिशाली है। इसका ज्वलंत उदाहरण अमर चांद दीवान का है।

गंगा निकलती है तब पवित्र होती है लेकिन बाहरी संसर्ग से अपवित्र हो जाती है। इसी प्रकार आत्मा पवित्र होती है लेकिन लोभ के वशीभूत होकर अपवित्र हो जाती है।

कविवर 'पंडित द्यानतराय जी' ने लिखा है :

**धरि हिरदै संतोष, करहु तपस्या देह सों।**
**शौच सदा निरदोष, धरम बड़ो संसार में॥**

जीव के हृदय अर्थात अंतर के परिणामों में संतोष होना चाहिए तथा देह से उसे सदैव तपस्या करनी चाहिए। शौच धर्म का पालन करने वाला सदैव निर्दोष होता है, इसलिये उसे सबसे बड़ा धर्म कहा गया है।

पण्डित की ने आगे लिखा हैं -

**प्रानी सदा शुचि शील-जप-तप, ज्ञान-ध्यान प्रभाव तें।**
**नित गंग जमुन समुद्र न्हाये, अशुचि-दोष स्वभाव तें॥**
**ऊपर अमल मल-भर्यो भीतर, कौन विधि घट शुचि कहे।**
**बहु देह मैली सुगुन-थैली, शौच-गुन साधु लहे॥**

प्राणी अर्थात जीव शील,जप-तप, ज्ञान-ध्यान के भावों से ही शुचि अर्थात स्वच्छ होता है। नित्य गंगा-यमुना अथवा समुन्द्रों के पूरे जल से भी यदि इस देह को स्वच्छ करने का प्रयास करेंगे तो भी यह स्वच्छ होने वाली नहीं है। यह ठीक उसी प्रकार है, जैसे कोई घड़ा ऊपर से तो स्वच्छ है हो तथा अंदर से उसमें मल भरा हुआ हो तो कौन उसे स्वच्छ कहेगा वैसे ही, यह देह भी ऊपर से तो सुंदर दिखाई देती है परंतु अंदर झांकने पर इसके समान अस्वच्छ वस्तु कोई नहीं है।

उत्तम शौच लोभ परिहारी, संतोषी गुण रतन भंडारी।

अर्थात् निर्दोष शुचिता से लोभ कषाय का हनन होता है और ज्ञानीजन इस मैली देह के राग को छोड़कर अनंत गुणों का पुलिंदा जो आत्मा तथा उत्तम शौच धर्म है, उसे धारण करते है।

**भागचंद जैन, मित्रपुरा**
**अध्यक्ष, अखिल भारतीय**
**जैन बैंकर्स फोरम, जयपुर।**

## राशिफल रविवार 4 सितम्बर, 2022

**पंडित अनिल शर्मा**

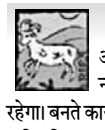
भाद्रपद मास, शुक्ल पक्ष, अष्टमी तिथि, रविवार, विक्रम संवत 2079, ज्येष्ठा नक्षत्र रात्रि 9:43 तक, विष्कुम्भ योग दिन 2:23 तक, बव करण दिन 10:41 तक, चन्द्रमा रात्रि 9:43 से धनु राशि में संचार करेगा।

**ग्रह स्थितिः** सूर्य-सिंह, चन्द्रमा-वृश्चिक, मंगल-वृष, बुध-कन्या, गुरू-मीन, शुक्र-सिंह, शनि-मकर, राहु-मेष, केतु-तुला राशि में।

आज सर्वार्थ सिद्धि योग रात्रि 9:43 से सूर्योदय तक है। रवियोग रात्रि 9:43 से आरम्भ होगा। आज दुर्गाष्टमी, राधाष्टमी व्रत, श्री दधीची जयन्ती है।

**श्रेष्ठ चौघड़िया:** चर 7:45 से 9:18 तक, लाभ-अमृत 9:18 से 12:26 तक, शुभ 1:56 से 3:28 तक।

**राहूकाल:** 4:30 से 6:00 तक। सूर्योदय 6:11, सूर्यास्त 6:41

**मेष**

अपनी योजना को सीमित रखें। नवीन कार्यों को टालना ठीक रहेगा। बनते कार्य बिगड़ने का भय बना रहेगा। पारिवारिक कार्यों के कारण भागदौड़ रहेगी। शुभ कार्यों में व्यवधान सामने आ सकते हैं।

**सिंह**

घर-परिवार में अतिथियों का आगमन बना रहेगा। परिवार में धार्मिक कार्य सम्पन्न हो सकते हैं। पारिवारिक सामाजिक समारोह में भाग ले सकते हैं। घर-गृहस्थी के खर्चों में अनावश्यक वृद्धि हो सकती है।

**धनु**

घर-परिवार के कार्यों के कारण भागदौड़ रहेगी। परिवार में अतिथियों के आगमन से दिनचर्या अस्त-व्यस्त हो सकती है। मन में असंतोष बना रहेगा। अनर्गल कार्यों में समय खराब हो सकता है। अनावश्यक धन खर्च होगा।

**वृष**

परिवार में आपसी सहयोग-समन्वय बना रहेगा। परिवार में सामूहिक प्रयासों से वर्तमान समस्या का समाधान हो सकता है। घर-परिवार में अतिथियों का आगमन बना रहेगा। परिवार में उत्सव जैसा माहौल रहेगा।

**कन्या**

परिवार में मन को प्रसन्न करने वाले संदेश प्राप्त होंगे। परिजनों के सहयोग से वर्तमान समस्या का समाधान हो सकता है। आज नये-पुराने मित्रों से मुलाकात हो सकती है। परिवार में उत्सव जैसा माहौल रहेगा।

**मकर**

आर्थिक/वित्तीय मामलों से संबंधित समस्या का समाधान हो सकता है। संभावित स्त्रोत से धन प्राप्त होगा। घर-परिवार में सुख-सुविधाएं बढ़ेगी। व्यक्तिगत प्रयासों से वर्तमान समस्या का समाधान हो सकता है।

**मिथुन**

घर-परिवार में सुख-शांति बनी रहेगी। सुख-सुविधाएं बढ़ेगी। परिवार में चल रही स्वास्थ्य संबंधित समस्या का समाधान हो सकता है। विवादित मामलों से राहत मिल सकती है।

**तुला**

घर-परिवार के कार्यों में व्यस्तता बनी रहेगी। परिवार में अतिथियों का आगमन रहेगा और परिवार में पारिवारिक समारोह सम्पन्न हो सकते हैं। आर्थिक/वित्तीय मामलों के लिए दिन अच्छा रहेगा।

**कुंभ**

परिवार में प्रसन्नता-हर्षोल्लास का माहौल रहेगा। परिवार में मनोरंजन के कार्यक्रम बन सकते हैं। आज अपने आवश्यक और महत्वपूर्ण कार्यों को प्राथमिकता से करने का प्रयास करें। महत्वपूर्ण कार्यों में सार्थक सफलता मिल सकती है।

**कर्क**

परिवार में शुभ-मांगलिक कार्य सम्पन्न हो सकते हैं। शुभ कार्य के लिए बाहर जाने का कार्यक्रम बन सकता है। धार्मिक कार्यों में भाग ले सकते हैं। धार्मिक स्थान की यात्रा हो सकती है।

**वृश्चिक**

अपने अति आवश्यक कार्यों को प्राथमिकता से करने का प्रयास करें। महत्वपूर्ण कार्यों में सफलता से मनोबल- ऊंचा रहेगा। मानसिक तनाव से राहत मिलेगी। मन:स्थिति ठीक रहेगी।

**मीन**

नवीन कार्यों के संबंध में सकारात्मक आश्वासन प्राप्त होंगे। अटके हुए कार्य बनने लगेंगे। महत्वपूर्ण कार्यों में आ रही अड़चनें दूर होने लगेंगी। आर्थिक मामलों में संतुलन बना रहेगा। परिवार में सामाजिक समारोह सम्पन्न हो सकते हैं।