औषधीय गुणों से भरपूर होते हैं गुड़हल के फूल

लाल और गुलाबी रंग के गुड़हल के फूल देखने में जितने सुंदर होते हैं,

उतने ही यह औषधीय गुणों से भरपूर भी होते हैं। गुड़हल का पौधा सिर्फ अपनी खूबसूरती के लिए ही नहीं, बल्कि सेहत पर पड़ने वाले इसके फायदों के लिए भी जाना जाता है। इसे जवाकुसुम या जासुन के फूल के नाम से भी पहचाना जाता है। आयुर्वेद में इसे सेहत के लिए अमृत समान बताया गया है, जो कई बीमारियों को दूर करने में मदद करता है। विशेषज्ञों का मानना है कि गुड़हल का नियमित सेवन करने से शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है। इसमें आयरन, फाइबर, विटामिन सी, मैग्नीशियम, एंटी-एजिंग तत्व और कई एंटीऑक्सीडेंट प्रचुर मात्रा में पाए जाते हैं। यह शरीर को डिटॉक्स करने और कोशिकाओं की मरम्मत में भी सहायक होता है। इसके सेवन से शरीर को ऊर्जा मिलती है और कई गंभीर बीमारियों से बचाव होता है। गुड़हल का सबसे बड़ा फायदा यह है कि यह एनीमिया को दूर करने में मदद करता है। शरीर में खून की कमी को पूरा करने के लिए इसके फूलों का रस पीना लाभकारी माना जाता है। यह हाई ब्लड प्रेशर को नियंत्रित करने, वजन घटाने और सर्दी-जुकाम से राहत दिलाने में भी कारगर है। शोधों के अनुसार, गुड़हल की चाय का सेवन करने से मेटाबॉलिज्म तेज होता है और शरीर से अतिरिक्त चर्बी कम होती है, जिससे वजन नियंत्रित रहता है। बालों की समस्याओं के लिए भी यह फूल रामबाण साबित होता है। इसके फूलों से बना तेल बालों की जड़ों को पोषण देता है और उन्हें प्राकृतिक चमक प्रदान करता है।

काले बच्चे ही गोद लेता था कपल, राज खुलने पर हैरान हुए लोग

वेस्ट वर्जीनिया । बच्चे भगवान का दिया नायाब तोहफा होते हैं। कई कपल जब खुद मां-बाप नहीं बन पाते, तब वे बच्चे गोद लेते हैं। इन कपल की लोग काफी तारीफ करते हैं, क्योंकि इस कदम से अनाथ बच्चों को भी घर मिल जाता है। वेस्ट वर्जीनिया में रहने वाला एक कपल अपने जान-पहचान वालों के बीच काफी मशहूर था। इस कपल ने पांच बेसहारा बच्चों को गोद लिया था। हालांकि, ये गोरा कपल हमेशा काले बच्चे ही गोद लेता था। लेकिन राज खुलने पर सब हैरान हो गए। 63 साल की व्हाइटकेंदर और उसके पति 64 साल के डोनाल्ड लेट्ज को सर्किट कोर्ट की जज ने कुल 375 साल जेल की सजा सुनाई है। सुनवाई के दौरान जज ने कहा कि शायद ईश्वर तुम्हारे ऊपर रहम करे, क्योंकि कोर्ट ऐसा नहीं कर सकता। इस कपल पर पांच बच्चों को गोद लेने के बाद उनका शोषण करने का आरोप लगाया गया था। कपल सिर्फ काले बच्चे गोद लेकर बाद उन्हें गुलाम बनाकर घर के सारे काम करवाता था। कपल ने इन पांच बच्चों को अनाथालय से गोद लिया था। दोनों पहले मिन्नेसोटा में रहते थे। उसके बाद बच्चों के साथ वाशिंगटन और फिर वेस्ट वर्जीनिया आए थे। 2023 में पुलिस वेलफेयर चेकिंग के लिए कपल के घर गई, तब वहां की स्थिति देख घबरा गई। बच्चों को एक पिंजरा नुमा कमरे में बंद रखा गया था। टॉयलेट के लिए वहां सिर्फ एक बाल्टी रखी गई थी। बच्चे सीमेंट की फ्लोर पर सोते थे और उन्हें कई-कई घंटे वहां बंद रखा जाता था। जांच में पता चला कि कपल को काले लोगों से चिढ़ थी। इस कारण वे काले बच्चे ही गोद लेते थे। इसके बाद उन्हें गुलाम बनाकर रखते थे। लेकिन बदले में उन्हें ठीक से खाने को भी नहीं दिया जाता था।

सुपरफूड है कुल्थी की दाल, सेवन के है कई फायदे

वैज्ञानिक शोधों और आयुर्वेद में कुल्थी की दाल के कई फायदे बताए गए हैं, खासतौर पर किडनी स्टोन (पथरी) को गलाने और हृदय संबंधी बीमारियों को कम करने में इसका विशेष महत्व है। भारत में सदियों से पारंपरिक आहार में शामिल कुल्थी की दाल अब एक सुपरफूड के रूप में पहचानी जा रही है। प्राचीन ग्रंथों में भी इसका उल्लेख मिलता है और इसे औषधीय गुणों से भरपूर माना जाता है। कुल्थी की दाल, जिसे अंग्रेजी में हॉर्स ग्राम कहा जाता है, छोटे-छोटे काले या भूरे रंग के बीजों वाली दाल होती है, जो पोषण का भंडार मानी जाती है। आयुर्वेद के अनुसार, कुल्थी की दाल शरीर में जमा अतिरिक्त कैल्शियम और ऑक्सलेट को घोलने में मदद करती है, जिससे किडनी और पित्ताशय की पथरी को प्राकृतिक रूप से बाहर निकालने में सहायता मिलती है। विशेषज्ञों के मुताबिक, इसे रातभर पानी में भिगोकर सुबह इसके पानी का सेवन करने से गुर्दे की पथरी धीरे-धीरे गल सकती है। इसके अलावा, यह पाचन तंत्र को मजबूत करती है और शरीर से विषाक्त पदार्थों को निकालने में सहायक होती है। कुल्थी की दाल में भरपूर मात्रा में प्रोटीन, फाइबर, आयरन, कैल्शियम, फास्फोरस, एंटीऑक्सीडेंट और अन्य पोषक तत्व होते हैं। इसे नियमित रूप से खाने से हृदय रोग का खतरा कम होता है, क्योंकि यह खराब कोलेस्ट्रॉल को नियंत्रित करने में मदद करती है। इसमें मौजूद फाइबर रक्तचाप को नियंत्रित रखता है और दिल को स्वस्थ बनाए रखने में सहायक होता है।

पतझड़ की आहटों के बीच उमीदों को हवा-पानी देती ग़ज़लें

'बुरा इस वक्त को लिखता हूँ पर झूठा नहीं लिखता, मुझे दिखता अगर अच्छा तो क्या अच्छा नहीं लिखता, कहीं कुछ देखने को जागना पड़ता है रातों में, मैं यूँ ही जिंदगी को भोर का सपना नहीं लिखता...।' अमृता प्रीतम जी ने कहीं कहा है कि किसी ख्याल के बीज को पेड़ बनने के लिए धरती की छाती में टूटना होता है और कोई बीज किस तरह टूटता है, इसकी व्यथा सिर्फ उस छाती का अँधेरा जानता है..कुछ ऐसी ही व्यथा को अपने शब्दों में समेटकर डॉ विनय मिश्र अपने सद्यः प्रकाशित ग़ज़ल संग्रह 'रंग बारिश' के उपस्थित हैं। अपने जीवन से रूबरू कराते हुए विनय जी लिखते हैं, 'इधर जो धूप की बरसात है न, जिधर देखो यही बरसात है न, मेरी किस्मत में कैसे कुछ नहीं है, कभी सूखा कभी बरसात है न, इसी से प्यार का उपवन हरा है जो आँखों में मेरी बरसात है न, भले सब तीर निष्फल हो गए पर निशाने पर वही बरसात है ना।' इस सबके बीच कितनी सहजता से वह कितनी गंभीर बात कह जाते हैं, 'नदी के अगर बहते पानी ने पूछा, मुझे यूँ लगा जिंदगानी ने पूछा, तनों का रहा पूछता हाल सूरज, जड़ों को मगर खारट-पानी ने पूछा।' ऐसे ही इस दुनिया की हक़ीकत को बयाँ करते हुए वो लिखते हैं, 'अमीरों की खातिर अमीरों के मेले, गरीबों को कब राजधानी ने पूछा, बिका मोल भावों में ईमान दिल का, यूँ बाज़ार की बेईमानी ने पूछा।' लेकिन आज के इस बिकाऊ परिवेश में भी वो सावधानी बरतते हुए अपने उसूल को बचाए हुए हैं..'कभी बाजार की भाषा में लिखता मैं नहीं जीवन, मुनाफे को खुशी दुख को कभी घाटा नहीं लिखता, सियासत भी ग़ज़ब का जानलेवा खेल है यारो, बड़ी ही सावधानी से मैं इस पर क्या नहीं लिखता।' इस सबके बावजूद उनके मन में अभी भी आशा बची है और उसी को साकार करने का प्रयास भी रहता है, 'अपने विश्वास की फसल देखूँ जब भी अपनी कोई ग़ज़ल देखूँ, चाहता हूँ कि अंत से पहले प्यार के मैं अनंत पल देखूँ, एक सुंदर समाज का सपना नींद में भी मैं दरअसल देखूँ, इक गई है उदासी ही केवल बची रह गई है, कभी इस तरह मैंने सोचा नहीं था यहाँ जिस तरह जिंदगी रह गई है, यहाँ झूठ का दबदबा है तभी तो सचाई अकेली खड़ी रह गई है, किसी भी तरह से बचाना है इसको बहुत कम यहाँ रौशनी रह गई है।' लेकिन फिर भी इस संग्रह की अंतिम पंक्तियाँ पाठकों को आश्वस्त भी अवश्य ही करती हैं, 'नहीं दिखता है लेकिन वो मेरी आँखों में रहता है महज मैं कल्पना भर से कोई किस्सा नहीं लिखता, उमीदों को कहीं से कुछ हवा-पानी तो मिलता है नहीं तो जो भी लिखता पर उन्हें जिंदा नहीं लिखता।अनंत कल्पनाएँ, असीम भावनाएँ और असंख्य सौन्दर्यानुभूतियाँ जब नये-नये प्रतीकों, बिंबों और उपमाओं के साथ काव्य में बिंबित-प्रतिबिंबित होती हैं, तो काव्य-रस का आनन्द अनूठा हो उठता है। कविता हो या गीत सब कुछ भले ही स्वान्तः सुखाय के भाव से लिखा गया हो परन्तु कवि की आकांक्षाओं, भावनाओं का कैनवास विस्तृत वैश्विक हो बहुजन हिताय और बहुजन सुखाय होना ही इसकी परम उपलब्धि है। कवि युग-दृष्टा के साथ-साथ युग स्रष्टा भी होता है। शायद इसीलिए टेरेंस मैककेना कहती हैं-÷द इंजीनियर्स ऑफ़ द फ्यूचर विल बी पोएट्स अर्थात् भविष्य के इंजीनियर कवि होंगे÷। यह संग्रह अच्छी साफ सुथरी ग़ज़लें लिए उनकी सृजन क्षमता का आकर्षक और जीवंत उदाहरण है। भाषा और कथ्य को बोझिल होने से पूरी तरह बचाया गया है। सरल, सहज और प्रवाहमयी भाषा में सम्प्रेषणीयता लिए ये ग़ज़लें इतनी लयबद्ध हैं कि आप एक बार पुस्तक उठा लें तो फिर इसे पूरा पढ़े बिना नहीं रहेंगे और इस कथन से अवश्य सहमत होंगे कि उनकी रचना न केवल पाठक की समझ विकसित करती है, बल्कि जिन्दगी में आए बदलावों को रेखांकित करते हुए उसकी दृष्टि को नवोन्मेषी भी बनाती है। इत्यलम्।।

डॉ. सारिका मुकेश
प्रोफ़ेसर एवम् असोसिएट डीन,अंग्रेजी विभाग वी. आई. टी. यूनिवर्सिटी
वेल्लौर-632 014 (तमिलनाडु)

पुस्तक का नाम- रंग बारिश (ग़ज़ल संग्रह)
लेखक-डॉ विनय मिश्र
प्रकाशन- लिटिल बर्ड पब्लिकेशंस, दरियागंज, नई दिल्ली-110002
संस्करण- प्रथम, 2025
मूल्य-395/-रू, पृष्ठ-120

महावीर ने अपने स्वयं पर विजय पाई थी....

वर्तमान शासन नायक भगवान महावीर की जन्म जयंती को जैन समाज बड़े ही हर्षल्लास से मनाता है।अभी यह शुभ अवसर आया है। भगवान महावीर, महावीर इसलिए नहीं है कि उन्होंने किसी शत्रु पर विजय पायी थी । अपितु वह महावीर इसलिए है कि उन्होंने अपने स्वयं पर विजय पाई थी । उन्होंने अपनी इन्द्रियों को काबू में कर लिया था । उन्होंने अपने शरीर को इस तरह साधा था कि वह मोक्ष गामी हो गये थे । उनका अरि यानि शत्रु उनके स्वयं में रहने वाले क्रोध,मान,माया, लोभ थे। जिससे विरक्त हो कर उन्होंने उस पर विजय पाई थी । इस तरह वह जगत में अरिहंत कहलाये ।

जैसाकि जैन धर्म मानता है कि,किसी भी व्यक्ति का दुश्मन कोई बाहर का व्यक्ति नहीं होता है अगर होताभी है तो उसको हराना आसान है। लेकिन वास्तविक शत्रु उसकी इन्द्रियाँ है,जिस पर काबू पाना अत्यधिक कठिन है । उसकी इन्द्रिया उसको इस संसार रूपी समुद्र में भटकाती है। इस प्रकार,उसका दुश्मन स्वयं उसकेअंदर है। इन इन्द्रियों पर विजय से वह संसार भ्रमण को खत्म कर सकता है। जैन धर्म किसी भी शक्ति को कर्ता है, ऐसा नहीं मानता है । इस मायने में जैन धर्म को कई लोग नास्तिकों का धर्म मानते है।जैन दर्शन में कोई भगवान इस सृष्टि का निर्माता नहीं है। नाही इसका पालक है और नाहीं इसका विद्रवंसक है। उनका मानना है की यह सृष्टि अनादि अनन्त है। वह स्वयं संचालित होती रहती है। किसी सत्ता को नहीं मानने से वह नास्तिकों का धर्म कहां जा सकता है।इसी तरह जैन धर्म व्यक्ति वादी भी है। यह व्यक्तिवाद राजनैतिक यां सामाजिक रूप में नहीं है। यह व्यक्तिवाद धार्मिक रूप में है या यों कहें आध्यत्मिक रूप में है। जैन धर्म में माना जाता है कि हर व्यक्ति के पास असीमित शक्तियां है। वह हर व्यक्ति को शक्तिपुंज मानता है। उस पर मोह और आज्ञान का आवरण चढ़ा रहता है ।इस आवरण को केवल सम्यक दर्शन ,सम्यक ज्ञान और सम्यक चारित्र से ही हटाया जा सकता है।मनुष्य के शरीर के अंदर अपार संभावनाऐ है। जैन धर्म हर भारतीय धर्म से अपनी अलग पहचान रखता है। वह अपना अलग दर्शन रखता है। वह सनातन धर्म से मिलता जुलता होकर भी सनातन धर्म के सामने खड़ा है। सनातन धर्म ईश्वरीय सत्ता में विश्वास रखता है, जो सत्ता इस दुनिया को चला रही है। जबकि जैन धर्म कर्मवाद व पुनर्जन्म आदि में तो विश्वास रखता है। लेक़िन इस दुनिया को कोई चला रहा है, इसमें विश्वास नहीं रखता। जैन धर्म, बौद्ध धर्म और चार्वाक दर्शन किसी ईश्वर की सत्ता को नहीं मानते इसलिए इन्हें नास्तिक धर्म भी मानते है। यहाँ आस्तिक केवल उसे कहाँ गया है जो ईश्वरीय सत्ता में विश्वास रखता है। चर्वाक दर्शन को छोड़ दें तो जैन और बौद्ध दोनों कर्मवाद और पुनर्जन्म में विश्वास रख ते है। सनातन धर्म में भी कर्मवाद को जीवन का आधर माना है और पुर्जन्म में तो वे विश्वास करते ही है। इस तरह जैन धर्म आस्तिक ही है। उनकी आस्था अपने कर्मों पर है। सनातन और जैन दोनों धर्मों में मोक्ष की धारणा है। जैन धर्म में कठोर चारित्र निर्माण और अहिंसा पर अत्यधिक ज़ोर दिया गया है। जबकि ऐसा अन्य धर्मों में नहीं मिलता।

जैसाकि विदित है,छटवी शताब्दी ईसा पूर्व में अन्य धर्मों के साथ साथ जैन धर्म के भगवान महावीर के क्षभी विकास का काल था।उनका जन्म कुंडलपुर में और मोक्ष पावापुरी से हुआ था । उन्होंने तीस वर्षों तक जैन धर्म की प्रभावना फैलायी।भगवान महावीर का पूरा इतिहास मिलता है। जहाँ उनका जन्म हुआ वह जगह और जहाँ उनका मोक्ष हुआ वह जगह अभी भी प्रमाण सहित मिलती है। वहां आम इंसानो की तरह केवल 72 वर्ष तक जीवित रहे । जैन धर्म की यह परम्परा प्रथम तीर्थंकर आदिनाथ से प्रारम्भ हो गई थी। जिनका जन्म और मोक्ष तो लाखों वर्षों पहले ही हो चूका था। वही प्रथम तीर्थंकर कहलाये। उनके बाद तेइस तीर्थंकर और हुऐ।भगवान आदिनाथ के पहले से ही भगवान महावीर का जीव अलग अलग भवो में जन्म लेकर जन्म मरण के चक्र को काट रहा था। सब कर्मों को काट कर जब उनका मोक्ष हुआ तो वह काल,सबसे अन्तिम काल कहलाया । इस पंचमकाल में अब मोक्ष नहीं होग़ा ऐसा जैन लोग मानते है।अभी भी जैन धर्म के कई पक्के अनुयायी उसी शिद्दत से इस धर्म के कई नियमों का पालन करते है। उनके साधु कठिन तप में विश्वास करते है। जिससे कर्मों की निर्जरा की जा सके ।अल्पसंख्यक जैन धर्म के अनुयायीयों की संख्या भले ही वर्तमान में कम हो, लेक़िन उत्तर से लगाकर दक्षिण तक जिस तरह से इसके जिनायतनों की विशाल तादाद एवं उसमें उन्नत शिल्पकला का प्रयोग हुआ है ,उससे माना जा सकता है कि जैन धर्म का इतिहासअति उत्तम था। उन्हें राजाओं का पूर्ण प्रश्नर्य मिला हुआ था। प्राचीन काल में जैन धर्म को मानने वाले की संख्या विशाल थी। वे समृद्ध थे और लगभग पूरे भारत में फैले हुऐ थे। आताताइयों ने जैन मंदिरों का भी इतना ही टारगेट किया जितना हिन्दू मंदिरों पर किया। मध्ययुग में जैन धर्म को भी कठिन परीक्षा देनी पड़ी। लेक़िन फिर भी इस धर्म ने अपने आप को जीवित रखने की कोशिश जारी रखी।जो भी हो,यहधर्म अन्य धर्मों से इस प्रकार अलग है कि जहाँ अन्य धर्मों में व्यक्ति को अपने ईश्वर पर आस्था रखनी होतीं है, वहीं इस धर्म में व्यक्ति स्वयं को साबित करना पड़ता है कि वह इस धर्म के लिए पात्र है यां नहीं। चरित्र के कठोर मापदंड और अहिंसा का बहुत बारीकी क़े वर्णन की वज़ह से यह धर्म अपनी व्यापाकता से नहीं फैल सका है । फिर भी जितना भी है, अपने अच्छे काल में मौजूद है।

संगीता सनत जैन
9424552250

सहजयोग आज का महायोग

नवरात्रि शक्तियों की जागृति का पर्व

सहजयोग में सूक्ष्म चक्रों पर आसीन देवी के नव स्वरूपों का ध्यान उत्क्रांति प्रदान करता हैसहज योग में नवरात्रि बहुत महत्वपूर्ण है। आदिशक्ति ने ही नवरात्र में साधकों के लिये संसार की बाधाओं का अंत किया। सहज योगी अपनी नियमित ध्यान के साथ चक्रों पर आसीन मां की अलग अलग छवि का ध्यान, प्रार्थना और आराधना करते हैं, परमपूज्य श्री माताजी निर्मला देवी प्रणीत सहज योग चक्रों पर नियमित ध्यान धारणा है और नवरात्र देवी के स्वरूप के क्रम के अनुसार ही सूक्ष्म शरीर में चक्रों का भी स्थान है।- प्रथम दिन माँ शैलपुत्री के रुप में हम मूलाधार चक्र पर ध्यान करते हैं। माँ शैलपुत्री का जन्म हिमालय पर्वत पर होने के कारण ही उनका नाम शैलपुत्री पड़ा। इस दिन साधक प्रार्थना में माँ से अबोधिता व सत सत विवेक बुद्धि मांगते हैं, जो मूलाधार चक्र का गुण है। - दूसरा स्वधिष्ठान चक्र है और माँ के दूसरे रुप ब्रम्हचारिणी का स्थान? भी इसी चक्र पर है। इस दिन हम शुद्ध विद्या व कलात्मकता के लिए ध्यान? करते? हैं क्योंकि यही स्वधिष्ठान चक्र का गुण है। मां ब्रम्हचारिणी विद्या व कला की देवी हैं।- माँ का तीसरा रुप मां चंद्रघंटा का है व स्थान है मणिपुर या नाभि। इस चक्र पर ध्यान कर साधक संतोषी व धार्मिक बनता है क्योंकि यही नाभि चक्र का गुण है। - चौथे दिन कूष्माण्डा देवी के स्वरूप की उपासना की जाती है। इस दिन साधक का मन अनाहत या हृदय चक्र में अवस्थित होता है। यहाँ ध्यान कर साधक निर्भय व आत्मविश्वासी बनता है।- पांचवे दिन की माँ स्कंदमाता विशुद्धि चक्र की अधिष्ठात्री देवी हैं। विशुद्धि चक्र हमारे गले के उभरे हुए भाग के ठीक नीचे स्थित होता है। मां स्कंदमाता की उपासना से उपासक साक्षी भाव प्राप्त करता है व उसकी वाणी मधुर हो जाती हैं।- मां कात्यायनी, देवी दुर्गा के छठे स्वरूप हैं, और नवरात्रि के छठे दिन उनकी पूजा की जाती है। इस दिन साधक का मन %आज्ञा चक्र% में स्थित होता है। योग साधना में, आज्ञा चक्र को महत्वपूर्ण माना जाता है, जो दोनों आँखों के बीच, माथे के केंद्र में स्थित होता है। क्षमाशीलता इस चक्र का गुण है।- मां कालरात्रि नवरात्रि के सातवें दिन पूजी जाती हैं व सहस्रार चक्र में विराजमान हैं। यहाँ का ध्यान साधक के मन को शुद्ध चेतना से भर देता है और ब्रह्मण्ड की समस्त सिद्धियों का द्वार खोलता है। सहस्त्रार चक्र हमारे सिर के उपर तालु भाग में स्थित है।- महागौरी देवी का अष्टमी के दिन पूजन का विधान है। सहज योग में हम सहस्त्रार के उपर विराजमान मां गौरी की आराधना करते हैं। ?इनके ध्यान से पूजन करने से समस्त सुख की प्राप्ति? व दुखों का क्षय होता है व ईश्वरीय साम्राज्य का सुख मिलता है।- नौवें दिन देवी सिद्धिदात्री की पूजा की जाती है जो? अपने नाम के अनुरुप, सिद्धि देने वाली हैं, सभी चक्रों के संतुलित होने के उपरांत साधक में हर गुण प्रस्थापित होते हैं यानि साधक सर्वगुणसम्पन्न हो जाता है। देवी पुराण कहता है भगवान शिव ने देवी के इसी स्वरूप से कई सिद्धियां प्राप्त की।हम मानवों को ईश्वरीय अनुभूति देने के लिए ही हमारी परमपूज्य श्री माताजी ने सहज योग की स्थापना की है। नवरात्रि के पावन? अवसर पर सहज योग को गहनता से समझने,जुड़ने और आत्मसाक्षात्कार प्राप्त करने हेतु अपने नज़दीकी सहजयोग ध्यान केंद्र की जानकारी टोल फ्री नंबर 1800 2700 800 से प्राप्त कर सकते हैं या वेबसाइट 222.sahajayoga.org.in पर देख सकते हैं। सहज योग पूर्णतया निशुल्क है।

क्षमा वीरस्य भूषण

किसी को भी क्षमा करने का जो गुण है, वह हर किसी व्यक्ति में नहीं होता है। लेकिन जो व्यक्ति दूसरों की भूलों को पहचानते हुए भी उन्हें क्षमा प्रदान करता है, दरअसल वही मेरी नजरों में महामानव है। हम सभी उस परमपिता की संतान हैं, हर वक्त उसके अनुकंपा को अपने जीवन में धारण करके रहे, हमारा कल्याण सुनिश्चित हो उठेगा। परंतु हम आपस में एक दूसरे से छल कपट करने के कारण अपने चित्त को अशांति से भर लेते हैं, वरना कोई कारण नहीं कि हम परेशान हो। उसकी अनुकंपा को अपने जीवन में प्रथम स्थान प्रदान करें, हृदय में निरंतर अच्छे विचारों को ही स्थान दें, क्षमा करना कोई आसान कार्य भी नहीं है, किसी की भूल को क्षमा करने के लिए विशाल हृदय चाहिए, पर क्या हम जानबूझकर अपराध करने वाले को क्षमा करेंगे ? अगर ऐसा हम करते हैं तो संभव है वह व्यक्ति अपना दुर्गुण छोड़ दें, एक समय ऐसा आएगा जो परिवर्तन होगा वह सकारात्मक ही होगा, पर बारंबार क्षमा के उपरांत भी कोई दुर्गुण को ना छोड़े तो वह क्षमा के योग्य पात्र न होकर उपेक्षा का पात्र है क्योंकि एक दुर्गुणी व्यक्ति को अधिक बार माफ करने पर भी उसमें परिवर्तन का न होना और अधिक दु?साहसी हो जाना उसके नैतिक पतन का तो कारण बनता ही है। उस व्यक्ति की उपेक्षा न करने पर वह समाज के भी नैतिक पतन का कारण बन जाता है। हमें बड़ी ही सावधानी से ÷क्षमा वीरस्य भूषणः÷ की पंक्तियों को समझना होगा, अन्यथा हम अर्थ का अनर्थ कर देंगे। सामाजिक हित के जो भी विरुद्ध हो, वह निश्चित ही क्षमा का पात्र न होकर उपेक्षा योग्य ही है, अन्यथा वह समाज के लिए एक विचित्र स्थिति उत्पन्न कर देगा। ऐसे व्यक्ति की उपेक्षा न होने पर नैतिकता का पालन कर रहे व्यक्तियों में क्षोभ उत्पन्न होगा, जो कि उचित नहीं है। इस प्रकार हमें सोच समझकर ही निर्णय लेना चाहिए।विशेष-दुर्गुणी व्यक्तियों को एक सीमा तक ही क्षमा करना चाहिए, क्षमा के उपरांत भी सुधार न होने पर वह उपेक्षा के ही योग्य है।

सुनीलशर्मा, राजेंद्रनगर, इंदौर

हमारा परिवार और समाज

इंदौर (हीरालाल वर्मा) ।परिवार से ही बच्चों में अच्छे संस्कार पैदा होते हैं ।एक संयुक्त परिवार में माता-पिता भाई बहन पुत्र पुत्री बहु व पोते पोती का एक विशिष्ट समूह होता है ।इसमें एक ही परिवार को चलाने के लिए अपनी-अपनी जिम्मेदारियां आपस में बाटकर जीवन निर्वाह करते हैं ऐसे परिवार में संयुक्त रूप से प्रेम सहानभूति और कर्तव्य परायण मिशाल को अनोखी विचार देखने को मिलती है । जिसमें बड़ों के प्रति आदर सम्मान बराबर वालों के प्रति सद्भावना और छोटों के प्रति स्नेह का पारंपरिक समन्वय बना होता है ।जिसे हम भारतीय संस्कृति के लक्षण कह सकते हैं ।

आज के इस विलक्षण दौर में संयुक्त परिवार ही देखे जा सकते हैं । क्योंकि अब घर में टेलीविजन का प्रचलन भी एक कारण है । जिसमें अलग-अलग प्रकार के सीरियल दिखाए जाते हैं % जिसे पूरा परिवार डकैती बलात्कार और हत्याएं कैसी होती हैं उसका पूरा विवरण दिखाया जाता है . ताकि अधिक लोग प्रभहित हो सके ।ऐसे सीरियल भी दिखाए जाते हैं जिसे पूरा परिवार एक साथ बैठकर नहीं देख सकता । एक आदर्श परिवार की कहानी में विघटन और मतभेद का ऐसा जाल बिछा दिया जाता है जिसमें कहानी का सिलसिला कहां और कब खत्म होगा । इसका पता ही नहीं चल पाता है ।सास बहू का झगड़ा पति पत्नी का मनमुटाव ननदें भोजाई में कलह अन्य सभी बातें पारिवारिक विषमता को जन्म देती हैं ।

26 अक्टूबर 2006 में प्रभावशाली घरेलू हिंसा से महिलाओं का संरक्षण अधिनियम .2006 जब से लागू हो चुका है तब से इसमें मौन हिंसा मौलिक और भावनात्मक दुरुपयोग आर्थिक हिंसा दहेज के संबंध में काम शामिल है । इस अधिनियम के अंतर्गत कोई भी महिला अपने स्वाभिमान से अलग रहने का पूरी तरह स्वतन्त्र है । चाहे बात मौखिक रूप से ही कही गई हो । वास्तविकता में यह अधिनियम उन पीड़ित और असहाय महिलाओं है महिलाओं के शोषणके उत्पीड़न को राहत दिलाने के लिए बनाया गया है ।लेकिन .इसके दुरुपयोग में भी सामने आ रहे हैं इसका कारण है कि ना कुछ बात पर झूठा प्रकरण देकर इस अधिनियम का सहारा लिया जाती है ।ऐसे झूठे और मनगढ़ंत के क्राइम मामले न्यायालय में भी आज भी जोरदार है ।यानी चल रहे हैं जो फिर परिवार में पुनः सां पंजस्य कैसे हो पाएंगे ।प्रत्येक परिवार की अलग-अलग समस्याएं होती हैं ।जिसका निवारण आपस में मिल बैठकर हल कि जाएं % यदि हमने अपने माता पिता को बेबस और असहाय छोड़ दिया तो हम अपनी संतान से भी यही अपेक्षा करेंगे यह प्रकृति का नियम है । समाज की समाजिक बुराइयां भी सक्रामक रोग की तरह फैलती जा रही है । बाल विवाह दहेज का लेनदेन बालिकाओं की भ्रूण हत्याएँ और नशाखोरी जैसी अनेक बुराइयां पनपने से कितने ही परिवार तहस-नहस हो गए लेकिन समाज इन पर कोई पाबंदी नहीं लगा पाया ।समाज में अच्छी बातों का अनुसरण करना अच्छी बात है लेकिन इसके लिए शुरुआत घर से ही करनी चाहिए ।फिर धीरे-धीरे समाज में फैल जाती है % जड़ से मिटाने की बात सोचें तो पहले अपने घर से ही शुरू करें ताकि समाज तक पहुंच नहीं पाएं शादी होने के बाद बेटा अपने माता-पिता से अलग होने का मन बना लेता है यह नहीं सोचता की उन्होंने कितनी मुसीबत से पढ़ा लिखा कर योग्य बनाया है .यदि परिवार में थोड़ी सी कहा सुनी भी हो जाती है । तो समयके अनुकूल ।धैर्यता से हालात को डाला जा सकता है भलाआज में घी डालने का काम क्यों करें जिससे कि इस आज की लपटे एक परिवार के जो टुकड़े करने को वध्य हो जाए ।यदि हमने .अपने माता-पिता को ।देवराओर सहाय छोड़ दिया ।तो हम अपनी संतान से भी यही अपेक्षा करेंगे यह प्रकृति का नियम है ।

समाज की सामाजिक बुराइयां भी संक्रामक रोग की तरह फैलती ।जा रही है ।बाल विवाह दहेज का लेन .देन बालिकाओं की भ्रूण हत्याएंऔर नशाखोरी देसी अधिक बुराइयां पर अपने से कितने ही परिवार तहस नहस हो गए ।लेकिन समाज इन पर कोई पाबंदी नहीं लग पाया .समाज में अच्छी बातों का अनुसरण करना अच्छी बात है लेकिन इसके लिए शुरुआत घर से ही करनी चाहिए .क्योंकि अधिकांश बुराइयां .घर से ही शुरू होती है .फिर धीरे-धीरे समझ में फैल जाती है .मिटाने की बात सुनते .तो पहले अपने घर से शुरू करें .ताकि समाज तक पहुंच ही नहीं पाए ।