



पृष्ठ संख्या 2

संस्कार सृजन

हिन्दी पाठिक

सम्पादक: राम गोपाल सैनी
मो.: 9214996258

वर्ष: 02

अंक: 22

पृष्ठ: 4

जयपुर, गुरुवार 22 फरवरी, 2024

मूल्य: 05 ₹.

वार्षिक मूल्य: 150 ₹.

दुनिया के पहले ओम आश्रम में प्राण प्रतिष्ठा महोत्सव

पाली (संस्कार सृजन)। मुख्यमंत्री भजनलाल शर्मा ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में देश का अमृतकाल भारत की संस्कृति और आस्था का उदयकाल है। काशी विश्वनाथ में कारिडोर एवं उज्जैन के महाकाल मंदिर में महाकाल लोक के निर्माण के अभूतपूर्व कार्यों के साथ ही भारत की संस्कृति एवं विरासत पूरी दुनिया में फिर से स्थापित हो रही है। उन्होंने कहा कि अयोध्या में श्रीराम मंदिर की प्राण प्रतिष्ठा से देशवासियों का सदियों पुराना सपना पूरा हुआ है। मुख्यमंत्री शर्मा पाली के जाडन में ओम आश्रम मंदिर में प्राण प्रतिष्ठा समारोह को संबोधित कर रहे थे। मुख्यमंत्री ने



महामण्डलेश्वर स्वामी महेश्वरानन्दपुरी के साथ ओम आश्रम में द्वादश ज्योतिर्लिंग की स्थापना व प्राण प्रतिष्ठा के तहत शिवालय

में विशेष पूजा अर्चना की। उन्होंने कहा कि दुनिया के पहले ओम आश्रम का यह भव्य मंदिर भारतीय वास्तुकला, शिल्पकला और

स्थापत्य कला का अनुपम उदाहरण है। इस आश्रम में द्वादश ज्योतिर्लिंग, श्री नंदी महाराज, सूर्य मंदिर और दिव्य मंदिर की स्थापत्य कला अद्भुत है। उन्होंने कहा कि विश्वगुरु कहलाने वाला भारतवर्ष अनादि काल से अध्यात्म का केंद्र रहा है, जिसने सम्पूर्ण विश्व का मार्गदर्शन किया है। शर्मा ने कहा कि राज्य सरकार प्रदेश में धार्मिक पर्यटन को बढ़ावा देने के लिए प्रतिबद्ध है। इसी दिशा में जयपुर से अयोध्याधाम दर्शन के लिए विशेष विमान सेवा एवं सात संभागा मुख्यालयों से बस सेवा प्रारंभ की गई है। साथ ही 31 मार्च 2024 तक 3 हज़ार तीर्थयात्रियों को अयोध्याधाम के लिए दर्शन यात्रा भी करवाई जाएगी।

सरकार द्वारा इसी वर्ष के बजट (लेखानुदान) में पूँछी का लौटा, मेहदीपुर बालाजी, गोविन्द देव जी सहित विभिन्न मन्दिरों के जीर्णोद्धार के लिए 300 करोड़ रुपए का प्रावधान किया गया है। साथ ही महाराणा प्रताप के जीवन से जुड़े विभिन्न स्थलों को पर्यटन सर्किट के रूप में विकसित करने की भी घोषणा की गई है। इस अवसर पर सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता मंत्री अविनाश गहलोत, देवस्थान मंत्री जोराराम कुमावत, सांसद पी.पी. चौधरी, मुख्य सचिव जोगेश्वर गर्ग, विधायक बालमुकुन्दचाराय, शोभा चौहान सहित बड़ी संख्या में संत, महंत तथा दर्शनार्थी उपस्थित रहे।

राज्यसभा चुनाव 2024: भाजपा के दो और कांग्रेस का एक प्रत्याशी निर्वाचित

जयपुर (संस्कार सृजन)। राजस्थान से राज्यसभा चुनाव के लिए तीनों प्रत्याशियों को निर्वाचित घोषित किया गया। मंगलवार को यहां विधान सभा में राजस्थान विधानसभा के प्रमुख सचिव एवं राज्यसभा के निर्वाचन अधिकारी महावीर प्रसाद शर्मा ने भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) के उम्मीदवार चुन्नी लाल गरासिया व मदन राठौर और इंडियन नेशनल कांग्रेस की उम्मीदवार सोनिया गांधी को निर्वाचित घोषित किया। उल्लेखनीय है कि कांग्रेस की पूर्व अध्यक्ष और रायबरेली से लोक सभा सीट से निर्वाचित हुई सोनिया गांधी पहली बार राज्य सभा के लिए निर्वाचित हुईं हैं। कांग्रेस ने उन्हें पूर्व प्रधानमंत्री डॉ. मनमोहन सिंह की जगह प्रत्याशी बनाया था जिनका कार्यकाल इस साल 3 अप्रैल को समाप्त हो



रहा है। इस बात के कयास लगाए जा रहे थे कि इस साल होने वाले आम चुनाव में सोनिया रायबरेली से चुनाव नहीं लड़ेंगी। उनकी जगह उनकी बेटी प्रियंका गांधी वाड्रा वहां से चुनाव लड़ सकती हैं, इसलिए उन्हें पार्टी ने ऊपरी सदन के लिए उम्मीदवार बनाया था। परिणाम को घोषणा के बाद भाजपा के दोनों निर्वाचित सांसदों

ने स्वयं प्रमाण पत्र प्राप्त किए, जबकि सोनिया गांधी का प्रमाण पत्र उनके एजेंट ने प्रमाण पत्र प्राप्त किया। राज्यसभा के लिए सोनिया गांधी ने 14 फरवरी को, जबकि भाजपा के प्रत्याशियों - चुन्नी लाल गरासिया और मदन राठौर ने आवेदन करने की अंतिम तिथि 15 फरवरी को नामांकन भरा था।



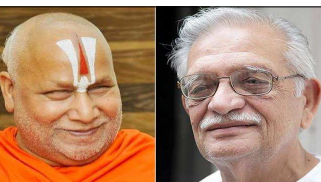
एमएसपी की गारंटी के लिए अड़े किसान, चौथे दौर की वार्ता रही बेनतीजा

नई दिल्ली (संस्कार सृजन)। केंद्र सरकार के साथ चौथे दौर की बातचीत में नतीजा नहीं निकलने के बाद किसान नेताओं ने फिर से बुधवार को दिल्ली कूच का आह्वान किया है। इसके बाद से दिल्ली पुलिस अलर्ट मोड पर है। इसे लेकर सुरक्षा से जुड़े वरिष्ठ अधिकारियों ने बैठक की है। तमाम सुरक्षा तैयारियों के बीच हरियाणा-पंजाब को जोड़ने वाले शंभू बॉर्डर के सुरक्षा इंतजाम का भी दिल्ली पुलिस ने जांचा लिया है। इसके मकसद हरियाणा पुलिस की रणनीति को समझना था, ताकि दिल्ली पुलिस को और

से सीमावर्ती इलाकों में की गई तैयारियों के बीच अगर कुछ घाटंटे पर या फिर सुरक्षा लेबर बढ़ाने की गुंजाइश है तो उस पर काम किया जा सके। किसानों को दिल्ली में घुसने से रोकने के लिए पूरी तरह तैयार दिल्ली पुलिस ने सीमावर्ती इलाकों में मट्टी लेजर वरिष्ठ अधिकारियों का इंतजाम किया। रास्ते में बैरिकेड लगाकर कटेनर खड़े कर दिए गए हैं। साथ ही सुरक्षा घेरे को मजबूत करने के लिए बैरिकेडिंग पर लोहे की तार लगाई गई है। भारी संख्या में पुलिस बल और अर्धसैनिक बल की तैनाती की गई है।

ज्ञानपीठ पुरस्कार: स्वामी रामभद्राचार्य व गुलजार को मिलेगा 58वां ज्ञानपीठ पुरस्कार

नई दिल्ली (संस्कार सृजन)। संस्कृत के विद्वान जगदुरु रामभद्राचार्य और प्रसिद्ध उर्दू कवि गुलजार को 58वां ज्ञानपीठ पुरस्कार दिया जाएगा। सुप्रसिद्ध साहित्यकार प्रतिभा राय की अध्यक्षता में हुई बैठक में यह निर्णय लिया गया। संस्कृत को दूसरी और उर्दू को पांचवीं बार यह सम्मान दिया जा रहा है। वर्ष 2022 के लिए यह प्रतिष्ठित पुरस्कार गोवा के लेखक दामोदर मावजो को दिया गया। यूपी के जैनपुर में 1950 में जन्मे चित्रकूट स्थित तुलसी पीठ के संस्थापक श्रीरामभद्राचार्य प्रख्यात



शिक्षाविद्, बहुभाषाविद्, रचनाकार, प्रवचनकार और दार्शनिक हैं। वे 1988 से रामनंद संप्रदाय के चार जगदुरु रामानंदचार्यों में से एक हैं। उन्होंने 240 से अधिक पुस्तकों-ग्रंथों की रचना की। इनमें 2 संस्कृत और 2 हिंदी के महाकाव्य हैं। वे

चित्रकूट स्थित जगदुरु रामभद्राचार्य विकलांग विश्वविद्यालय के संस्थापक व आजीवन कुलधिपति हैं। वर्ष 2015 में उन्हें दूसरे सबसे नागरिक सम्मान पद्म विभूषण से अलंकृत किया गया था। गुलजार नाम से प्रसिद्ध सम्पूर्ण सिंह कालरा प्रसिद्ध गीतकार, कवि, पटकथा लेखन, फिल्म निर्देशक, नाटककार और शायर हैं। उन्होंने मुख्यतः हिंदी, उर्दू और पंजाबी में लिखा है। वर्ष 2009 में डैनी बॉयल निर्देशित फिल्म स्लमडॉग मिलेनियम में उनके लिखे गीत जय जे के लिए ऑस्कर और ग्रेमी अवार्ड भी मिल चुका है।

जनसेवक रविकांत शर्मा से ग्राम पंचायत फतेहपुरा प्रशासन ने सफाई व्यवस्था को लेकर की वार्ता

चौमूं (संस्कार सृजन)। जनसेवक रविकांत शर्मा से ग्राम पंचायत फतेहपुरा प्रशासन ने सफाई व्यवस्था को लेकर वार्ता की है। पंचायत समिति गोकुलदाह की ग्राम पंचायत फतेहपुरा में चरमार्थ सफाई व्यवस्था को दुरुस्त करने के लिए लिखे पत्र के बाद ग्राम पंचायत प्रशासन ने जन सेवक रविकांत शर्मा से आज सभागार



में वार्ता की। वार्ता में सरपंच बाबूलाल गुजर व ग्राम विकास अधिकारी सरोज शेखवार ने आश्वासन देते हुए कहा कि दिन में पूरे गांव

की सफाई व्यवस्था दुरुस्त करवा दी जाएगी। जनसेवक रविकांत शर्मा ने पंचायत प्रशासन के इस आश्वासन को स्वागत योग्य बताते हुए कहा कि आशा है। दिन में पूरी सफाई व्यवस्था सही हो जाएगी, नहीं हूँ तो आगामी कदम उठाए जाएंगे। इस दौरान उन सरपंच सहित सभी वार्ड पंच भी मौजूद रहे।

शुभांगी शर्मा ने वडनगर गुजरात में आयोजित प्रेरणा कार्यक्रम में जिले का किया प्रतिनिधित्व

भवानीमंडी (संस्कार सृजन)। पीएम श्री सेठ आनंदीलाल पोद्दार राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय भवानीमंडी में कक्षा 11 में अध्ययनरत छात्रा शुभांगी शर्मा वडनगर गुजरात के प्रेरणा स्कूल में आयोजित प्रेरणा; एक अनुभावनात्मक ज्ञान कार्यक्रम में सक्रिय रूप से भाग लेकर और भारत निर्माण भारतीय विरासत एवं विकसित भारत के प्रति प्रेरित होकर 11 फरवरी से 17 फरवरी तक आयोजित कार्यक्रम में भाग लेकर भवानीमंडी लौटी। शुभांगी शर्मा ने बताया कि एक सप्ताह तक चलने वाले इस कार्यक्रम में व्यक्तित्व एवं राष्ट्र निर्माण के लिए मूल्य आधारित गतिविधियों का आयोजन हुआ, जिसमें स्वाभिमान और विनय शौर्य और साहस परश्रम और समर्पण करुणा और सेवा विविधता और एकता सत्य निष्ठा और शुचिता नवाचार और जिज्ञासा श्रद्धा और विश्वास स्वतंत्रता और कर्तव्य जैसे जीवन मूल्य सिखाए गए प्रेरणा कार्यक्रम देश के युवाओं को प्रेरित और प्रबुद्ध करने के लिए डिजाइन किया गया है जो पारंपरिक शिक्षा की सीमाओं को पार कर विद्यार्थियों को अन्वेषण के एक मनोरम मार्ग पर ले जाता है। शुभांगी ने बताया कि उनके प्रेरणा उत्सव के 5 दिनों का अनुभव बहुत ही अच्छा रहा उन्हें वहां बहुत सारी नई सीख मिली जो एक विकसित भारत बनाने में मदद करेगी। शुभांगी ने ये भी बताया कि उनका दिन प्रेरणा विद्यालय में योग से शुरू होता था और विभिन्न प्रकार की गतिविधि होती थी। प्रेरणा के इसी कार्यक्रम में उन्हें वडनगर की ऐतिहासिक धरोहर के भ्रमण के लिए भी ले जाया जाता था, जिससे वडनगर के इतिहास के बारे में बहुत कुछ जानने को मिला। प्रेरणा उत्सव में उनके साथ पी एम श्री जवाहर नवोदय विद्यालय पंचपहाड़ से छात्र दीपेश मीणा व मेडम गोपिका जी साथ गए। शुभांगी का झालावाड़ जिले का वडनगर गुजरात में प्रतिनिधित्व करने पर विद्यालय के प्रधानाचार्य सुरेश मालवीय व स्टाफ ने भव्य स्वागत किया व बधाइयां दी है।



संपादकीय

दिव्यांगों का ख्याल रखने को दिव्य दृष्टि भी चाहिए

पापलकर अच्छी तरह जानते थे कि एक बार जिस बच्चे को उसके अपनों ने त्याग दिया, वह पूरी उम्र लावारिस ही रहता है। ऐसे में, 18 साल के बाद अनाथालयों से निकलने को मजबूर लड़कियां प्रायः दोजख में पहुंच जाती... सदियों पहले किसी दार्शनिक ने कहा था, इस दुनिया में दो तरह के लोग हैं। एक वे, जो अंधेरे में बैठे-बैठे उसे बस कोसते रहते हैं और दूसरे वे, जो उठकर दीया जलाने का उद्यम करते हैं। अमरावती (महाराष्ट्र) जिले के वज्जर गांव में रहने वाले 81 वर्षीय शंकर बाबा पुडलीकरवा पापलकर को जब पिछले दिनों पंचश्री देने की घोषणा हुई, तब एक बार फिर यह दार्शनिक-कथन स्मरण हो आया। पापलकर 'अंबादासपंत वैद्य मतिमंद मूक-बधिर बेवारिस बालगृह' नाम से एक अनाथालय चलाते हैं, जिसमें दिव्यांग बच्चों की परवरिश व देखभाल की जाती है। लगभग सवा सौ बच्चों की क्षमता वाले इस केंद्र में ज्यादातर बच्चियां हैं। पापलकर इन सबके पिता हैं। सामाजिक रूप से ही नहीं, बल्कि वैधानिक रूप से भी। दरअसल, नौजवान पापलकर 1970 के दशक से ही देवकीनंदन गोपाल नाम से एक मराठी पत्रिका निकाला करते थे। एक 'स्टोरी' के दौरान उन्होंने देखा कि कई सारी मूक-बधिर व दिव्यांग बच्चियों को वेश्यावृत्ति के पेशे में धकेल दिया गया था। उनमें से कई तो शारीरिक रूप से इतनी अक्षम थीं कि वे प्रतिरोध भी नहीं कर सकती थीं। कई बच्चियों को मरने के लिए छोड़ दिया गया था। इस अमानवीय घटना ने पापलकर को बुरी तरह आहत कर दिया था। उनके मन में बाल-सदन खोलने की योजना का बीज उसी क्षण पड़ गया था। मगर यह बहुत बड़ी जिम्मेदारी थी और पापलकर सिर्फ भावुकता में फौरन कोई कदम नहीं उठा सकते थे। लेकिन कुछ ही दिनों के अंतराल पर 1990 में घटी दो घटनाओं ने उन्हें फिर से झकझोरा। इन दोनों मामलों में जैविक माता-पिता ने अपनी दिव्यांग संतानों को लावारिस छोड़ दिया था। पापलकर ने उसी वर्ष ऐसे परित्यक्त बच्चों के लिए एक बालगृह की शुरुआत की। शुरुआत में मुंबई और नासिक पुलिस ने दो दिव्यांग बच्चियां उनके हवाले कीं, पर अगले पांच वर्षों में ही नवजातों की तादाद 123 पहुंच गई। 98 लड़कियां और 25 लड़के। पापलकर ने उसके बाद हाथ जोड़ दिए, क्योंकि 18 साल के बाद भी ये दिव्यांग उनके आश्रम में ही रहने वाले थे। देश का कानून कहता है कि 18 की उम्र के बाद अशिक्षितों को अनाथालय छोड़ना होगा, मगर पापलकर उन्हें कैसे छोड़ देते, उन्होंने तो उन सबको अपनी संतान माना है? वह अच्छी तरह जानते थे कि एक बार जिस बच्चे को उसके घरवालों ने त्याग दिया, वह पूरी उम्र लावारिस ही रहता है। ऐसे में, 18 साल के बाद अनाथालयों से निकलने को मजबूर लड़कियां प्रायः दोजख में पहुंच जाती हैं और लड़के सड़क पर भीख मांगते हुए दुनिया के अंधेरे में खो जाते हैं। इसीलिए पापलकर ने 20 लाख रुपये के सरकारी अनुदान को भी तुसरा दिया, क्योंकि धन लेने पर उन्हें सरकारी नियम मानना पड़ता। करीब 25 एकड़ भूमि के बीचोबीच बने इस बालगृह के मुखिया के तौर पर पापलकर के ऊपर 123 बच्चों के सुख-सुविधा की महती जिम्मेदारी आ गई थी। ये सभी नवजात के रूप में यहां आए थे और अब सब 18 साल से ऊपर के हो चुके हैं। सोचिए, कितना कठिन रहा होगा इन्हें संभालना! मगर पापलकर ने जिम्मेदारी उठाई, तो एक उदार पिता की तरह इसे निभाया। नतीजतन, जो दृष्टिबाधित या मूक थे, उनमें से कई आज कॉलेज में पढ़ रहे हैं और जो मानसिक रूप से अक्षम हैं, उनको कुछ यूँ प्रशिक्षित किया गया है कि वे बालगृह के पेड़-पौधों की सिंचाई कर पाएं। इनके परिश्रम की बदौलत वहां 200 से अधिक किस्म की वनस्पतियां लहलहा रही हैं।

बालगृह की माला ने तो पिछले साल महाराष्ट्र लोकसेवा आयोग की गुप-बी और सी परीक्षा में उत्तीर्ण होकर एक मिसाल कायम की है। जन्म से ही दृष्टिबाधित माला को उनके माता-पिता ने जलगांव रेलवे स्टेशन पर करचरे के डिब्बे में फेंक दिया था। तब पापलकर ने उन्हें अपनाया और अनाथालय ले आया। अमरावती की प्रतिष्ठित वीएमवी कॉलेज से कला-स्नातक माला ने 2019 से प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी शुरू कर दी थी। उनकी प्रतिभा व प्रतिबद्धता को देखते हुए कॉलेज के कई शिक्षकों ने उनकी आर्थिक मदद की, नतीजतन आज वह समाज की मुख्यधारा में शामिल हो सकी हैं।



इस व्रत कथा का पाठ करने से मिलता है जया एकादशी व्रत का फल

हिंदू धर्म में जया एकादशी का विशेष महत्व है। हर साल माघ मास के शुक्ल पक्ष की एकादशी को जया एकादशी व्रत रखा जाता है। जया एकादशी के दिन भगवान विष्णु की विधि-विधान के साथ पूजा की जाती है। इसके साथ ही इस दिन व्रत रखने का भी विधान है। मान्यता है कि एकादशी के दिन व्रत करने वाले जातकों को सभी सुखों की प्राप्ति होती है। एकादशी व्रत के दिन व्रत कथा का पाठ अवश्य करना चाहिए।

जया एकादशी व्रत कथा- एक बार अर्जुन ने भगवान श्री कृष्ण से प्रश्न करते हैं - हे भगवान ! अब कृपा कर आप मुझे माघ माह के शुक्ल पक्ष की एकादशी का क्या महत्त्व है विस्तारपूर्वक बताएं। माघ शुक्ल पक्ष की एकादशी में किस देवता की पूजा करनी चाहिए तथा इस एकादशी व्रत की कथा क्या है ? उसके करने से किस फल की प्राप्ति होती है शीघ्र ही बताएं?

भगवान श्रीकृष्ण कहते हैं हे अर्जुन ! माघ माह के शुक्ल पक्ष की एकादशी को जया एकादशी कहते हैं। इस दिन उपवास रखने से मनुष्य भूत, प्रेत, पिशाच आदि की यौनि से छुटकारा मिल जाता है। इस दिन विधिपूर्वक उपवास व्रत करना चाहिए। मैं अब तुमसे जया एकादशी व्रत की कथा कहता हूँ। एक समय की बात है नंदन वन में उत्सव का आयोजन हो रहा था। देवता, ऋषि मुनि सभी उस उत्सव में मौजूद थे। उस समय गंधर्व गा रहे थे तथा गंधर्व कन्याएं नृत्य कर रही थीं। इन्हीं गंधर्वों में एक माल्यवान नाम का गंधर्व भी था जो बहुत ही सुरीला गाता था। जितनी सुरीली उसकी आवाज थी उतनी ही रूपवान भी था। गंधर्व कन्याओं में एक पुष्यवती नामक नृत्यांगना भी थी। पुष्यवती नामक गंधर्व कन्या ने माल्यवान नामक गंधर्व को देखते ही उस पर आसक्त हो गई तथा अपने हाव-भाव से उसे रिझाने का प्रयास करने लगी। माल्यवान भी उस पुष्यवती पर आसक्त होकर अपने गायन का सुर-ताल भूल गया। इससे संगीत की लय टूट गई और संगीत का सारा आनंद विगड़ गया। सभा में उपस्थित देवगणों को यह अच्छी नहीं लगी। माल्यवान के इस कुचल से इंद्र भगवान नाराज होकर उन्हें श्राप देते हैं कि स्वर्ग से वंचित होकर मृत्यु लोक में पिशाचों सा जीवन भोगो क्योंकि तुमने संगीत जैसी पवित्र संधाना का तो अपमान किया ही है साथ ही सभा में उपस्थित गुरुजनों का भी अपमान किया है। इंद्र भगवान के शाप के प्रभाव से दोनों पृथ्वी पर हिमालय पर्वत के जंगल में पिशाची जीवन व्यतीत करने लगे।



अमूल्य ज्ञान का बोध

* सोलह संस्कार

1.गर्भाधान संस्कार 2. पुंसवन संस्कार 3. सीमन्तोन्नयन संस्कार 4. जातकर्म संस्कार 5. नामकरण संस्कार 6.निष्क्रमण संस्कार 7. अन्नप्राशन संस्कार 8. मुंडन संस्कार 9. कर्णविधन संस्कार 10. यज्ञोपवीत संस्कार 11. वेदारथ संस्कार 12. केशांत संस्कार 13. समावर्तन संस्कार 14. विवाह संस्कार 15. सन्यास संस्कार 16. अन्त्येष्टि संस्कार

* अष्ट सिद्धि

1.अणिमा 2. महिमा 3. गरिमा 4. लधिमा . 5.प्राप्ति 6. प्राकाम्य 7. ईशित्व 8. वशित्व

* नव निधियां

1.पंच निधि 2. महापंच निधि 3. नील 4. मुकुंद निधि 5. नंद निधि 6.मकर निधि 7. कच्छप निधि 8. शंख निधि 9. खर्व निधि

* 27 नक्षत्र

1.आश्विन, 2.भरणी, 3.कृत्तिका, 4.रोहिणी, 5.मृगशिरा, 6.आर्द्रा 7.पुनर्वसु, 8.पुष्य, 9.आश्लेषा, 10.मघा, 11.पूर्वा फाल्गुनी, 12.उत्तरा फाल्गुनी, 13.हस्त, 14.चित्रा, 15.स्वाति, 16.विशाखा, 17.अनुराधा, 18.ज्येष्ठा, 19.मूल, 20.पूर्वाषाढा, 21.उत्तराषाढा, 22.श्रवण, 23.धनिष्ठा, 24.शतभिषा, 25.पूर्वा भाद्रपद, 26.उत्तरा भाद्रपद और 27.रेवती

* 12 राशियाँ

1. मेष 2. वृषभ 3. मिथुन 4. कर्क 5. सिंह 6. कन्या 7. तुला 8. वृश्चिक 9. धनु 10. मकर 11. कुम्भ 12.मीन

* नवग्रह

1.सूर्य 2.चंद्र 3.मंगल 4.बुध 5.बृहस्पति 6.शुक्र 7.शनि 8.शुक्र 9.केतु

* चार वेद

1.ऋग्वेद 2.यजुर्वेद 3.सामवेद 4.अथर्ववेद

* सप्त ऋषि

1.वशिष्ठ 2.विश्वामित्र 3.कण्व 4.भारद्वाज 5.अत्रि 6.वामदेव 7.शौनक

* 18 पुराण

1.ऋग्वेद पुराण 2.पंच पुराण 3.विष्णु पुराण 4. वायु पुराण (शिव पुराण) 5.भागवत पुराण 6.नारद पुराण 7. मार्कण्डेय पुराण 8.अग्नि पुराण 9.भविष्य पुराण 10.ब्रह्मवैवर्त पुराण 11.लिंग पुराण 12.वाह्य पुराण 13.स्कन्द पुराण 14.वायव्य पुराण 15.कूर्म पुराण 16.मत्स्य पुराण 17.गण्ड पुराण 18.ब्रह्मसंहिता पुराण

* सोलह श्रृंगार

1.बिंदी, 2. सिंदूर, 3. काजल, 4. मेहनदी, 5. चूड़ियाँ, 6. मंगल सूत्र, 7. नथ, 8. गजरा, 9. मांग टिका, 10. छुमके, 11. बाजूबंद, 12. कमरबंद, 13. बिछिया, 14. पायल, 15. अमूटी, 16. स्नान

उम्र के साथ कमजोर होने लगा है दिमाग? तो इन तरीकों से बढ़ाएं उसकी क्षमता

जैसे-जैसे उम्र बढ़ती है, हमारी त्वचा, बोन्स और मांसपेशियों पर इसका असर दिखाई देने लगता है। इनके साथ ब्रेन भी यह शिकार बनने लगता है कि अब वह पहले की तरह चीजें याद नहीं रख सकता। ऐसी स्थिति में आपको इन 5 तकनीकों का इस्तेमाल करना चाहिए। आज के समय में मानसिक स्वास्थ्य संबंधी समस्याएं बढ़ती जा रही हैं। ऐसे में शारीरिक देखभाल के साथ साथ मानसिक स्वास्थ्य के प्रति भी विशेष देखभाल की आवश्यकता होती है। अपने ब्रेन को मांसपेशियों की तरह इमैजिन करें। जिस प्रकार आपके मसल्स को एक्टिव और स्ट्रॉंग रहने के लिए एक्सरसाइज की आवश्यकता पड़ती है, ठीक उसी तरह ब्रेन कैपेसिटी और कैपेबिलिटी को एन्हांस करने के लिए ब्रेन एक्सरसाइज की जरूरत होती है। ऐसे कई तरीके हैं, जिनकी मदद से आप सक्रिय रूप से ब्रेन फंक्शन और कैपेसिटी को बूस्ट कर सकती हैं। योग, इंस्टीट्यूट की डायरेक्टर, योग गुरु और हेल्थ कोच हंसा जो योगेंद्र ने ब्रेन कैपेसिटी को बूस्ट करने के लिए पांच स्ट्रेटिजियां बताई हैं। तो चलिए जानते हैं, इनके बारे में आखिर यह आपकी ब्रेन के लिए किस तरह काम करते हैं।

संस्कृत या कोई अन्य नई भाषा सीखने का प्रयास करें-संस्कृत या अन्य किसी नए भाषा को सीखने से ब्रेन पर इसका सकारात्मक असर पड़ता है। लैंग्वेज के ग्रामर, साउंड और स्ट्रक्चर रूल को समझना इसे एक यूनिवर्सल मेंटल वर्कआउट बनाता है। यह उतना ही प्रभावी है जितना की एक पजल सॉल्व करना। संस्कृत का कॉम्प्लेक्स ग्रामर लॉजिकल

थिंकिंग को इंफ्लू करता है और लर्नर को कई नई और प्रभावी चीजें सीखने का मौका देता है। वहीं संस्कृत साउंड एंड वाइब्रेशन रिलीज करती है, साथ ही इसमें स्मिचुअल कनेक्शन भी होता है। यह केवल एक लैंग्वेज नहीं है, बल्कि एक स्मिचुअल विजडम है। आप सभी को हमेशा कुछ नया सीखने का प्रयास करना चाहिए, खासकर संस्कृत को समझने की कोशिश जरूर करें।

अनुलोम-विलोम-यह एक बेहद खास योगिक प्रैक्टिस है। अब आप सोच रही होंगी ये ब्रेन के लिए किस तरह काम करता है! तो आपको बताएं कि ब्रीदिंग एक्सरसाइज ब्रेन में पर्याप्त मात्रा में ऑक्सीजन सप्लाई करता है,

जिससे की ब्रेन अधिक प्रभावी रूप से कार्य कर पता है। ये आपके नॉस्ट्रैल्स के माध्यम से सांसों के अल्ट्रासॉन्ड पल्स को इवॉल्व करता है, जिससे कि ब्रेन के अलग-अलग हैमिस्फोरियर तक पर्याप्त मात्रा में ब्लड पहुंचता है।

इसके साथ ही अनुलोम विलोम परिसिंथेटिक नर्वस सिस्टम को एक्टिवेट कर देता है, जिससे दिमाग पर स्ट्रेस का असर कम हो जाता है और आपका ब्रेन अधिक प्रभावी और फोकस्ड होकर काम करता है। अनुलोम विलोम के दौरान आपको टिडम और काउंट पर अधिक अटेंशन देने की आवश्यकता होती है। वहीं

ये आपके कंसंट्रेशन पावर को भी बढ़ा देता है। ब्लड शुगर लेवल के मैनेजमेंट पर ध्यान दें- डायबिटीज डिमेंशिया का एक सबसे बड़ा रिस्क फैक्टर हो सकता है। बाँडी में बढ़ता ब्लड शुगर लेवल ब्रेन को कई प्रकार से प्रभावित



करता है ऐसे में मेटल हेल्थ ब्लड शुगर लेवल के मैनेजमेंट पर ध्यान देना बहुत जरूरी है। खान-पान, नियमित व्यायाम और वेट मैनेजमेंट पर ध्यान दे डायबिटीज कंट्रोल करने में मदद मिल सकती है। लेकिन यदि आपका ब्लड शुगर लेवल हाई रहता है, तो आपको मेडिकल ट्रीटमेंट की जरूरत

पड़ सकती है। ब्लड कोलेस्ट्रॉल को कंट्रोल करें-एलडीएल (खराब कोलेस्ट्रॉल) का उच्च स्तर डिमेंशिया के बढ़ते जोखिम से जुड़ा हुआ है। डाइट, एक्सरसाइज, वेट

मैनेजमेंट और तंबाकू से परहेज रख आपको कोलेस्ट्रॉल के स्तर में सुधार करने में प्रभाव मिलेगा। बाँडी में कोलेस्ट्रॉल का बढ़ता स्तर आपके हार्ट को प्रभावित कर सकता है, जिससे की ब्लड वेसल्स संकुचित हो जाते हैं और ब्लड फ्लो प्रभावित होती है। ऐसे में ब्रेन तक पर्याप्त मात्रा ऑक्सीजन नहीं पहुंचता और ब्रेन फंक्शन पर नकारात्मक असर पड़ता है। इसलिए अपनी बाँडी को कोलेस्ट्रॉल फ्री रखने का प्रयास करें।

स्लीपिंग स्ट्रेटेजी को समझना है जरूरी-स्लीपिंग स्ट्रेटेजी आपके ब्रेन कैपेसिटी को बढ़ा सकती है। यदि आप उचित मात्रा में नींद नहीं ले रही हैं, तो इससे आपकी मानसिक स्वास्थ्य पर बेहद नकारात्मक असर पड़ता है और डिप्रेशन, डिमेंशिया, मेमोरी लॉस जैसी तमाम समस्याओं का खतरा बढ़ जाता है। ऐसे में 7 से 9 घंटे की उचित नींद लेने से आपकी मेमोरी बूस्ट होती है, साथ ही साथ ब्रेन कैपेसिटी, प्रोबलम सॉल्विंग स्किल्स और क्रिटिकल थिंकिंग स्किल्स भी इंफ्लू होता है। यह सभी आपके डे-टू-डे लाइफ के काम को बेहद आसान बना देते हैं। वहीं ये ब्रेन बूस्टिंग टिप्स में से सबसे आसान है।

धर्म दर्शन

प्राक्षिक राशिकल



अंतर्राष्ट्रीय भविष्यवाका पंडित रविदाचार्य

होगे। माता का सानिध्य मिलेगा। वाहन सुख में वृद्धि हो सकती है।

मिथुन राशि - अपनी भावनाओं को वश में रखें, आत्मविश्वास में कमी आएगी। क्रोध के अतिक से बचें, परिवारिक जिम्मेदारी बढ़ सकती है। कुटुम्ब के किसी बुजुर्ग से धनलाभ हो सकता है, परिवार के साथ किसी धार्मिक स्थान की यात्रा पर जा सकते हैं। किसी रुके हुए धन की प्राप्ति हो सकती है। स्थान परिवर्तन की संभावना बन रही है।

कर्क राशि - धैर्यशीलता में कमी रहेगी, आत्म संयत रहें, शैक्षिक कार्यों में व्यवधान आ सकता है। किसी मित्र के सहयोग से कारोबार विस्तार होगा, लाभ के अवसर मिलेंगे। परिवारिक जीवन सुखमय रहेगा। कार्यक्षेत्र में परिश्रम की अधिकता रहेगी। परिवार के साथ किसी धार्मिक स्थान की यात्रा पर जा सकते हैं।

सिंह राशि - मन में निराशा व असंतोष के भाव रहेंगे, आत्म विश्वास में कमी रहेगा। पठन-पाठन में रुचि रहेगी, परिवारिक जीवन

सुखमय रहेगा। नौकरी में तर्क की अवसर मिलेंगे, संपत्ति का विस्तार हो सकता है। माता का सहयोग मिलेगा, खर्चों में वृद्धि होगी। मोटे खान-पान में रुचि बढ़ेगी, अफसरों मतभेद हो सकते हैं।

कन्या राशि - आत्मविश्वास में कमी रहेगी लेकिन परिवार का सहयोग मिलेगा। परिवार के साथ किसी धार्मिक स्थान की यात्रा पर जाना हो सकता है। खान-पान के प्रति सचेत रहें, स्वास्थ्य में गड़बड़ी हो सकती है। किसी पुराने मित्र के सहयोग से रोजगार के अवसर मिल सकते हैं। बातचीत में संयत रहें, खर्चों में वृद्धि होगी।

तुला राशि - मन में प्रसन्नता के भाव तो रहे, फिर भी आत्म संयत रहें। क्रोध के अतिक से बचें, माता से वैचारिक मतभेद हो सकते हैं। नौकरी में किसी दूसरे स्थान पर जाना हो सकता है। रहन-सहन कष्टकारी हो सकता है। परिवार का सहयोग मिलेगा, खर्चों आदि पर खर्चों में वृद्धि हो सकती है।

वृश्चिक राशि - कार्यों के प्रति उत्साह रहेगा। परंतु बातचीत में संतुलित रहें। मन

अशांत रहेगा, धर्म-कर्म के प्रति रुझान बढ़ेगा। पिता को स्वास्थ्य विकार हो सकते हैं, माता का सहयोग मिलेगा। बौद्धिक कार्यों से धनार्जन होगा, नौकरी में स्थान परिवर्तन की संभावना बन रही है। परिवार के संग किसी धार्मिक स्थान की यात्रा पर जाना हो सकता है।

धनु राशि - आत्मविश्वास से लबरेज रहेंगे, लेकिन आत्म संयत रहें। आलस्य की अधिकता रहेगी, घर-परिवार की सुख सुविधाओं का विस्तार होगा। जीवनसाथी से मनमुटाव हो सकता है। कार्यक्षेत्र में परिवर्तन संभव है। माता का सानिध्य व सहयोग मिलेगा। लाभ में वृद्धि की संभावना है। कार्यक्षेत्र में परिवर्तन की संभावना बन रही है।

मकर राशि - थोड़ा सतर्क रहें आत्मविश्वास में कमी आएगी, शांत रहें। सुस्वाद खान-पान में रुचि बढ़ेगी, स्वास्थ्य के प्रति सचेत रहें। परिवार में धार्मिक कार्य होंगे, किसी मित्र के सहयोग से संपत्ति में निवेश कर सकते हैं। कला व संगीत में रुचि



बढ़ेगी। नौकरी में कार्यक्षेत्र में वृद्धि संभव है।

कुंभ राशि - आर्थिक पक्ष मजबूत होगा। नौकरी में अफसरों का सहयोग मिलेगा। तर्क की मार्ग प्रशस्त होंगे। संचित धन में वृद्धि होने के योग बन रहे हैं। वाणी में कठोरता के भाव रहेंगे, बातचीत में संयत रहें। माता से विचारों में मतभेद हो सकते हैं लेकिन धन प्राप्ति भी है।

मीन राशि - धैर्यशीलता में कमी आएगी। आत्म संयत रहें। किसी धार्मिक संस्थान कार्यक्रम में जाना हो सकता है। रहन-सहन में असहज रहेगी। मोटे खान-पान की ओर रुझान बढ़ेगा। संपत्ति से आय में बढ़ोतरी हो सकती है, नौकरी में स्थान परिवर्तन संभव है। आय में वृद्धि होगी लेकिन स्थान परिवर्तन की संभावनाएं बन रही हैं।

मेघ राशि - नौकरी में परिवर्तन की संभावना बन रही है, किसी दूसरे स्थान पर जाना पड़ सकता है। सतान के स्वास्थ्य विकार हो सकते हैं, रहन-सहन असुविधापूर्ण रहेगा। आत्मविश्वास से परिश्रम रहेंगे, अध्ययन में रुचि रहेगी। जीवनसाथी को स्वास्थ्य विकार हो सकता है, चिकित्सा कार्यों में खर्च बढ़ सकते हैं।

वृषभ राशि - कारोबार के विस्तार की योजना साकार होगी, भाइयों का सहयोग मिलेगा लेकिन परिश्रम की अधिकता रहेगी। घर-परिवार में मांगलिक कार्य होंगे, आयात-निर्यात कारोबार में लाभ के अवसर प्राप्त



भगवान विष्णु का गंगा में होता है वास, पूजा, जप-तप, पूजा पाठ से नहीं इस दिन स्नान से प्रसन्न होते हैं विष्णु भगवान

माघ पूर्णिमा 'कल्पवास' की पूर्णता का पर्व है। इस दिन गंगा स्नान करके कल्पवासी अपनी एक माह की तपस्या पूरी कर घर लौटते हैं। जो एक माह तक वहां नहीं रुकते, वे इस एक दिन गंगा स्नान करके न केवल पूरे माह का बलिष्ठ वर्षभर का पुण्य लाभ ले लेते हैं। ऐसा माना जाता है कि इस दिन सभी देवी-देवता भी प्रयाग में गंगा में स्नान करके वापिस अपने लोक को लौट जाते हैं। हमारी संस्कृति की यह विशेषता है कि तमाम तरह के भागों के बीच व्यक्ति को योगी होने का भी अवसर देती है। माघ का महीना ऐसा ही अवसर है। इस माह साधना के लिए वन में कठोर जप-तप नहीं, सिर्फ सूर्योदय से पूर्व स्नान करना होता है। गंगाजी में स्नान हो जाए तो अच्छा। घर में हो जाए तो भी अच्छा। पूरे माह हो जाए तो बहुत अच्छा वरना सिर्फ एक दिन माघ पूर्णिमा पर ही गंगा स्नान करने से पूरे वर्ष की साधना का फल मिल जाता है। यह भी न हो जाए तो घर में पानी में गंगाजल मिलाकर स्नान कर लो तो वह भी अच्छा। इतना भी नहीं हो पा रहा है, तो गंगाजल के छिटे मार लो। और यह भी नहीं तो मानसिक स्नान की भी व्यवस्था है। यानी धर्म आपकी सुविधा का पूरा ध्यान रख रहा है। कितना उदार है हमारा धर्म और कितने व्यावहारिक हैं हमारे धार्मिक विश्वास। हमारे वैदिक ऋषि इस बात को जानते थे कि मन की शुद्धि के साथ-साथ तन की शुद्धि भी बहुत जरूरी है। क्योंकि गंदे पात्र में रखी हुई अच्छी वस्तु भी खराब हो जाती है इसलिए आप को रखनेवाले तन रूपी पात्र का भी साफ रहना जरूरी है और यों शुरू हुई स्नान की प्रथा। पौराणिक कथाएं कहती हैं, इस दिन भगवान विष्णु का वास गंगा में होता है। 'पद्मपुराण' के अनुसार अन्य मास में जप-तप-दान से भगवान विष्णु उतने प्रसन्न नहीं होते, जितने माघ मास में गंगा स्नान करने से होते हैं। गंगा यानी मां। सृष्टि के पालक विष्णु यानी पिता। यह एक पिता के घर आने का दिन है। जिस प्रकार व्यक्ति दिनभर काम करने के बाद अपने घर लौटता है, उसी प्रकार सृष्टि के कार्यों में व्यस्त श्रीहरि के यह घर लौटने का दिन है। अपने परिवार के पास। पिता जब घर आता है तो परिवार में सभी के लिए कुछ-न-कुछ उपहार ही जरूर लाता है। सुख-समृद्धि, आरोग्यता और मोक्ष-प्राप्ति ऐसे ही उपहार हैं। हमारे पर्व और धार्मिक मेले दान से भी जुड़े हैं।

(कहानी) पछतावा

राजवीर मंदिर में बैठे कुछ सोच रहा है। तभी एक व्यक्ति आता है उसके हुलिये को देख कह सकते हैं वो एक मुस्लिम है। वो मंदिर में आकर पूजा करता है। उसे देख एक ही सवाल दिमाग पर दस्तक देता है - एक मुस्लिम, मंदिर में कैसे? वही एक सवाल राजवीर को उसकी सोच से बाहर निकालता है और वो उस शख्स की तरफ देखता ही है, कि वह शख्स उस अनपूछे सवाल को भांप लेता है और वही मंदिर की डेल पर राजवीर के पास बैठ जाता है और खुद ही कहता है - मेरा नाम अशफाक है मैं मुस्लिम समाज से हूँ, रोजाना मंदिर आकर पूजा करता हूँ। राजवीर सुनकर आश्चर्य से पूछता है - यह अनोखा है, क्या इसके पीछे कोई कारण है? अशफाक मुस्कुराते हुये जवाब देता है - बरखुरदार ! हर एक बड़े काम या बदलाव के पीछे वजह जरूर होती है। यहाँ भी है। हमारी बीवी हिन्दू थीं - उन्होंने हमारे धर्म को दिल से अपनाया। यही एक उम्मीद उनकी आंखों में हमारे लिए थी थी। पर हम जानकर भी अंजान बने रहे, क्योंकि यह हमारी शान के खिलाफ जो था। जो जीवन भर हमारे खातिर अपने भगवान से दूर रही और एक दिन वो हमसे दूर अपने भगवान के पास ही चली गई। उन्होंने हमें एक खत लिखा था, जो उनके इंतकाल के बाद हमें मिला। उसमें लिखा था उन्हें अपने ईश्वर से बहुत प्रेम था, वो हमसे छिपकर, यहाँ इस मंदिर में आ जाया करती थी। हमें बुरा ना लगे, इसलिए कभी बोल नहीं पाई, पर धोखा नहीं देना चाहती थी, इसलिए खत लिख दिया। उन्होंने, हमारे प्यार के खातिर, हमारे अभिमान के खातिर, अपनी इच्छा कभी जाहिर ना की। पर मरते- मरते वो हमें सच कह कर गईं। तब हमें प्यार की कीमत समझ आई। इसलिए उनके जाने के बाद ही सही, पर हमने उनकी वो एक इच्छा पूरी की। अशफाक की बात खत्म हो जाती है। दोनों कुछ दर खामोश बैठ जाते हैं। अशफाक की बातों से राजवीर के चेहरे पर बैचनी सी है जिसे देख, अशफाक राजवीर से पूछता है - जनाब ! आप कुछ परेशान से लग रहे हो। राजवीर कुछ असहज सा हो जाता है और कहता है। नहीं ! ऐसा कुछ नहीं। अशफाक कहता है - बरखुरदार ! आपकी बैचनी देख, कह सकता हूँ आप भी किसी सच से ही भाग रहे हो। राजवीर तेजी से वहाँ से उठकर जाने लगता है, जैसे अशफाक ने उसकी कोई चौरी पकड़ ली हो। अशफाक उसे रोकता है पर राजवीर तेजी से वहाँ से निकलकर अपनी कार में बैठकर चला जाता है। राजवीर के दिमाग में अशफाक की सारी बातें घूमने लगती हैं। राजवीर को रातभर नींद नहीं आती। सुबह होते ही वो फिर उसी मंदिर में जाकर बैठ जाता है। फिर से उसकी मुलाक़ात अशफाक से होती है। अशफाक राजवीर के पास आकर बैठ जाता है। अशफाक समझ जाता है कि राजवीर उससे कुछ कहना चाहता है पर अशफाक चाहता है राजवीर खुद अपने अभिमान को तोड़कर सच को उनके सामने रखे, जिससे वो भाग रहा है। पर वही राजवीर चाहता है अशफाक उससे आगे से सवाल करे। पर, राजवीर कुछ नहीं बोल पाता। दो तीन दिनों तक यही चलता

रहा है। आखिरकार एक दिन राजवीर खामोशी तोड़कर बोलता है। अलम में मेरी नौकरी में थोड़ी दिक्कत है, बस इसलिये परेशान हूँ। अशफाक जोर- जोर से हँसने लगता है - बरखुरदार ! इतने दिनों बाद, अपनी खामोशी तोड़ी भी तो झूठ बोलने के लिये। मियां ! हमारे बाल धूप में सफ़ेद नहीं हुये है। आपका चेहरा साफ कह रहा है आप खुद से खफा हैं। खुद की गलती मानने की हिम्मत नहीं है आपमें। आप इस पुरुष प्रधान समाज के वही पुरुष हैं, जो अपने मन रूपी अकड़ में इतने जकड़ गए, कि सच को स्वीकार नहीं कर पाते। अशफाक राजवीर को उसके ही असली रूप से पहचान करवाता है। राजवीर के दिल पर एक बोझ है, जिसे वो खुद से भी खुलकर नहीं कह पाया है और आज वो अपने जीवन के उस एक पहलू को अशफाक के सामने रखता है और कहता है - मैं एक मॉडर्न लड़की से शादी करना चाहता था। पर मेरे माता- पिता ने मेरी शादी गाँव की लड़की शिखा से करवा दी। मैं उससे ठीक से बात तक नहीं करता था।

वो मेरे परिवार के साथ ऐसे घुलमिल गई थी, जैसे बरसों से उनके साथ रह रही। मुझे ये भी पसंद नहीं आ रहा था। फिर भी वो मेरी हर जरूरत को, बिना मेरे कहे पूरा कर देती थी। मैं तर्की पर तर्की कर रहा था। मुझे अपने आप पर बहुत अभिमान था। एक दिन नशे में धुत कर आकर, मैंने शिखा के साथ बंद सलुकी की। मैंने कहा - तुम मेरी ज़िंदगी की सबसे बड़ी गलती हो। शरम आती है मुझे, जब तुम्हें पत्नी कहना पड़ता है। मैं बोलता ही गया। शिखा के लिए यह सब नया नहीं था। पर मेरे माता-पिता के लिए ये एक कड़वे घूँट के समान था। बिना मुझसे बात किए वो शिखा को अपने साथ ले गए। मैंने ऐसे बहिष्कृत किया, जैसे मुझे काले पानी की सजा से मुक्ति मिल गई हो। जाते वक्त शिखा ने मेरी मेज पर एक डायरी रखी थी, जिसमें मेरी सारी जरूरतों की लिस्ट थी। यह देखकर मुझे गुस्सा आ गया - क्या समझती है वो खुद को ? मैं क्या उस पर डीपेंड करता हूँ ? फिर मैंने सोचा - मैं क्या चिड़ रहा हूँ। वो तो थी ही गंवार अब चली गईं मैं आजाद हूँ, ऐसा सोच मैं ऑफिस चला गया। ऑफिस में लंच ब्रेक में जैसे ही मैंने टिफिन खोला। मैंने उस महक को मिस किया, जो रोजाना मैंने थकें चेहरे पर मुस्कान बिखेर देती थी। एक पल के लिये मुझे एक अजीब सी कमी महसूस हुई, पर उस वक्त मुझे अपनी आजादी का गुमान ज्यादा था।

समय गुजर रहा था मैं अपनी हर एक जरूरत के लिए डायरी पर डिपेंड करता था। कमी का कुछ अहसास तो था, पर मेरा इगो मेरे सामने आ जाता और मैं फिर अपनी अकड़ में जीने लगता। मैं परेशान जब हो गया, जब मेरा वर्किंग परफॉर्मेंस बिगड़ने



प्रभाती लाल सैनी

लगा। हमेशा अपनी प्रोग्रेस के लिए खुद को सारा क्रेडिट देता था। मैं ये मानना ही नहीं चाहता था, कि मेरी प्रोग्रेस में शिखा का भी पूरा हाथ था। उसी के कारण मैं अपने जीवन को कल छोटी बड़ी परेशानियों और जिम्मेदारियों से बहुत दूर था और केवल अपने काम पर फोकस करता था। बेस्वाद घर में, मरुझाये फूलों में, बिखरे घर में, हर उस जगह, जहाँ मैं शिखा को देख चिड़ता था, उसे गंवार कहकर निकल जाता था, मुझे उसकी कमी

महसूस होने लगी थी, पर मैं ये मान कैसे लेता। एक दिन मन भारी हो गया, फिर मैंने माँ को कॉल किया। वो मेरी आवाज से ही समझ जाती थी, कि मैं परेशान हूँ पर समझते हुये भी माँ ने मुझे इगनोर कर दिया और कहा कि शिखा ने दूसरी शादी का फैसला कर लिया है। यह सुनकर मुझे और गुस्सा आ गया और मैंने कॉल कट कर दिया। कुछ दिनों पहले ही मुझे डाक से तलाक से कागज मिला। पता नहीं क्यूँ मैं खुश नहीं हूँ। मैं चाहता तो यही था कि शिखा मेरी ज़िंदगी से दूर हो जाये पर आज मैं बैचन हूँ। अशफाक थोड़ी देर रुककर कहता है - अब तुम क्या सोच रहे हो ? राजवीर कहता है - शिखा मुझसे बहुत प्यार करती थी, फिर वो कैसे दूसरी शादी के लिये सोच भी सकती है ? अशफाक बोलता है - वाह मियां ! क्या अभी भी वो आपसे पुछेगी कि आगे बढ़ूँ या नहीं ? आज जब आपको उसकी अहमियत पता चल गई है, तब भी उससे सच कहने से इच्छाकंठ रहे हो। सब कुछ सामने है। पर फिर माफ़ी मांगने में खुद को छोटा महसूस कर रहे हो। मियां ! समझलो अगर अब भी अपने इगो में रहे, तो फिर मौका नहीं मिलेगा।

दोस्तों आदमी का यह इगो ही उसे ज़िंदगी से हरा देता है। राजवीर सब जानता है, पर उसके अहम के कारण वो शिखा से बात नहीं कह पा रहा है। शायद उसे डर है कि इस बार शिखा उससे ना कह दे। अशफाक राजवीर को झेंडोड़ कर कहता है - जब मैं अशफाक होकर मरी हुई बीवी के खातिर मंदिर जा सकता हूँ, तो क्या तुम एक सच स्वीकार नहीं कर सकते ?

राजवीर को अशफाक की बात दिल पर लग जाती है, वो कॉल तो नहीं, पर शिखा को एक मैसेज करता है मैसेज डेलीवर होते ही, उधर से कॉल आ जाता है। दोनों के बीच लंबी बात होती है और यह एक लंबा कॉल दोनों को वापस मिला देता है।

दोस्तो एक टेक्स्ट के बाद शिखा एक पल नहीं रुकती और कॉल कर देती है। यह एक औरत का दिल है, वो जिससे प्यार करती है, उसे कभी नहीं झुकाती और वहीं एक आदमी, हर उस औरत को झुकाता है, जो उससे प्यार करती है। वक्त किसी का बंधक नहीं, वक्त रहते काम हो जाए तो वह अमूल्य है, वरना पछताने के अलावा कुछ नहीं रह जाता।

