हिन्दी दिवस विशेषाँक (भाग - 2) सितंबर 12, 2016

द ग्लोबल टाइम्स

दो कर्मयोग का वर अनूप

परमेश्वर की शक्ति दैवीय और आसुरी शक्ति से बहुत ऊँची है। वह निराकार और सर्वज्ञ है। सुर-असुर से कहीं ऊपर। उसकी व्यवस्था दोनों के लिए एक जैसी है जो हमारे कर्मों द्वारा फलित होती है

दिनेश कुमार, जीटी नेटवर्क

किताबें समाज का आईना हैं। सारे देश-काल का ज्ञान इनमें समाहित होता है। अब बदलते समय के साथ यह किताबी ज्ञान उनके पन्नों से निकलकर टेलीवीजन के रूपहले पर्दे पर आने लगा है और किताबें कहीं पीछे छूट रही हैं। पर ज्ञान तो ज्ञान है, चाहे वह जिस भी माध्यम से हमें मिले उसे ग्रहण करना तो मनुष्य होने के नाते हमारा धर्म है। आजकल टीवी पर एक कार्यक्रम आ रहा है - 'सिया के राम'। उसी का एक किस्सा प्रस्तुत करता हूँ।

रावण और उसका भाई कुंभकर्ण अपने पूर्व जन्म में बैकुंठ निवासी श्री हरि विष्णु के द्वारपाल थे। एक दिन जब भगवान विष्णु क्षीरसागर में पत्नी लक्ष्मी के साथ आराम कर रहे थे तब ब्रह्म देव के मानस पुत्र उनसे मिलने बैकुंठ पहुँचे। उन्होंने विष्णु से मिलने की इच्छा की किन्तु बैकुंठ के द्वारपालों- जय और विजय ने उन्हें अंदर जाने से रोक दिया। इससे कुपित होकर ब्रह्म देव के पुत्रों ने उन्हें शाप दे दिया कि जिस विष्णु भगवान से मिलने से वे लोग उन्हें रोक रहे हैं, वे भी एक दिन मनुष्य के रूप में जन्म लेंगे और भगवान विष्णु से दूर हो जाएँगे। शाप सुनकर दोनों दु:खी हो गए और उनसे क्षमा-याचना करने लगे। तभी भगवान विष्णु वहाँ प्रकट हुए। दोनों ने अपनी व्यथा भगवान विष्णु को बताई और ऋषियों के शाप से मुक्ति करने का निवेदन किया। लेकिन ब्रह्म देव के मानस पुत्रों ने अपना शाप वापस लेने में असमर्थता जताई। इस पर भगवान विष्णु ने जय-विजय से कहा कि वे भी इन ब्रह्म-पुत्रों के शाप से उन्हें मुक्त नहीं कर सकते अलबत्ता एक रास्ता जरूर है जिससे पुन: तुम मेरे पास लौट आओगे। दोनों ने कहा कि ठीक है। तब विष्णु ने कहा कि तुम सात जन्मों तक मनुष्य रूप में जन्म लेने के बाद आठवें जन्म में मेरे पास आ जाओगे। जय-विजय ने सात जन्म तक भगवान विष्णु से दूर रहने में अपनी असमर्थता जताई। तब विष्णु ने कहा कि, ठीक है। तुम तीन जन्मों तक मुझसे दूर रह सकते हो लेकिन मेरे दुश्मन के रूप में तुम्हें मेरा जन्म लेना होगा और मैं हर जन्म में तुम्हारा वध करूँगा।

इस बात पर दोनों सहमत हो गए कि उन्हें तीन मानव रूपी जन्म शत्रु के रूप में उन्हें स्वीकार हैं ताकि कम समय के लिए उन्हें अपने प्रिय भगवान से दूर रहना पड़े। विष्णु के द्वारपालों के ये तीनों रूप- क्रमश: रावण और कुंभकर्ण जिन्हें श्री राम के रूप में अवतरित हो उनका वध किया, दूसरा हिरण्यकश्यप, जिसका वध भगवान विष्णु ने नरसिंह अवतार में किया और अंतिम शिशुपाल था जिसका वध उन्होंने भगवान श्रीकृष्ण के रूप में लेकर किया। तत्पश्चात् वे दोनों फिर से बैकुंठ के द्वारपाल बन अपने प्रिय ईष्ट भगवान के पास जा सके।

इसके उलट एक और कथा भी सामने आई जिसमें, भगवान विष्णु को मनुष्य रूप में जन्म लेना पड़ा और सीता से उनका वियोग हुआ था। भगवान विष्णु ने किसी ब्रह्मऋषि की पत्नी का वध किया था जिसके परिणाम स्वरूप ऋषि ने विष्णु को शाप दिया था कि जिस तरह वह अपनी पत्नी की विरह वेदना को भोग रहे हैं एक बार मनुष्य रूप में उन्हें भी अपनी पत्नी लक्ष्मी से दूर रहना पड़ेगा। सीता वाले जन्म में ही विष्णु भगवान का सीता के रूप में जन्मी लक्ष्मी से वियोग हुआ। यह सब देखकर बड़ा आश्चर्य हुआ कि सारी दुनिया के पालनहार विष्णु भी शापित हो सकते हैं। इन सब से एक बात तो समझ आई कि ब्रहमा, विष्णु और शिव भगवान से ऊपर भी एक परम शक्ति है जिसके आदेशों का पालन ये तीनों महान भगवान भी करते हैं। ब्रह्मऋषि वशिष्ठ, और विश्वामित्र इन भगवानों से भी ज्यादा शक्तिशाली और ज्ञान के भंडार थे। गायत्री महामंत्र ब्रह्मऋषि के हजारों वर्षों की तपस्या से ही जन्मा है।

जब हम वेदों का अध्ययन करते हैं तो हमें ज्ञात होता है कि असुरों की भूमिका कहीं खलनायक की नहीं रही है। भारतीय सभ्यता में वेदों का समय करीब 4000 वर्ष पुराना है और शायद वेद ही मानवीय सभ्यता का पहला स्रोत भी हैं। इन्हें साक्षात ईश्वर की वाणी कहा जाता है। अनेकों बह्मऋषियों, महर्षियों की कठिन तपस्या के फलस्वरूप ईश्वर के माध्यम से उन्हें जो ज्ञान प्राप्त हुआ वही मानव सभ्यता के विकास के लिए आज तक उपयोगी रहा है। भारतीय संस्कृति में सबसे पुरातन ज्ञान की धारा वेदों से ही निकली है। इस सर्वाधिक पुरातन पुस्तक में भी असुरों के खलनायक होने का वर्णन कहीं नहीं मिलता। इसके विपरीत असुर एक दैवीय प्राणी है। इंद्र, वरुण, रुद्र और ज्यादातर वैदिक देवों को असुर की उपाधि दी गई है।

लेकिन पुराणों तक आते-आते बात वेदों के काफी उलट हो जाती है। पुराणों का समय वेदों से करीब 2000 वर्ष बाद का है। पुराणों में असुरों को बुरा माना गया है। उन्हें देवों का दुश्मन बताया गया। दरअसल, असुर और देव दोनों एक ही पिता लेकिन दो माताओं से जन्मी संतानें हैं। देव, अदिति से पैदा हुए थे इसलिए उन्हें आदित्य कहा गया और दिति से जो

रेखांकन: अंजू रावत, जीटी नेटवर्क

संताने पैदा हुईं उन्हें दैत्य यानी असुर कहा गया। देव और असुर हमेशा आपस में लड़ते रहते थे। उनके बीच स्वर्ग के राज को लेकर लड़ाई थी। देवों के पास अमर बना देने वाला अमृत था तो असुरों के पास जिंदगी लौटा देने वाली संजीवनी विद्या। ये दोनों ताकत और जवाबी ताकत की तरह थे। लेकिन इन्हें आपस में पूरक की तरह देखने की कोशिश होती थी, दुश्मन की तरह नहीं। एक और बात पर गौर कर सकते है कि देवों के राजा इन्द्र की पत्नी शचि असुर-पुत्री थी। मतलब असुर की पुत्री देव की पत्नी हो सकती थी। यानी पाताल में रहने वाले असुर तमाम संपदा के जन्मदाता हैं और आकाश के स्वर्ग में रहने वाले देवताओं के स्थान पर उस संपदा को उसका मोल प्राप्त होता है।

> जब हम वेदों का अध्ययन करते हैं तो हमें ज्ञात होता है कि असुरों की भूमिका कहीं भी एक खलनायक की नहीं रही है। भारतीय सभ्यता में वेदों का समय करीब 4000 वर्ष पुराना है और शायद वेद ही मानवीय सभ्यता का पहला स्रोत भी हैं।

पुराणों में स्थिति असमंजस में डालती है। यह साफ नहीं हैं कि देवता हर हाल में अच्छे होते हैं और असुर बुरे। एक ओर जहाँ कई असुर अच्छे हैं तो वहीं कई देव बुरे भी हैं। असुर-सम्राट बाली बहुत उदार थे, विरोचन बुद्धिमान और प्रह्लाद ईश्वरप्रेमी। दूसरी तरफ देवों के राजा इंद्र अहिल्या के पीछे पड़ गए और उन्हें शाप झेलना पड़ा। यह भी असमंजस की स्थिति है जिसमें यह वक्तव्य प्रस्तुत होता है कि असुर पिछले जन्म में देव थे। भारतीय ग्रंथों में इस बात का कहीं स्पष्ट पता नहीं चलता है कि अच्छे देवता और बुरे असुर हैं। मेरे विचार से तो यह विवाद ही गलत है। सच्चाई तो यह है कि बिना असुरों का साथ लिए देवता क्षीरसागर का मंथन नहीं कर सकते थे। देवता तभी चैन से रह सकते थे, जब उस मंथन से निकले रत्नों को वे असुरों के साथ ईमानदारी से बाँटेंगे। सबसे ऊपर यह बात कि परम पिता परमेश्वर की शक्ति दैवीय और आसुरी शक्ति से बहुत ऊँची है। परमेश्वर निराकार और सर्वज्ञ है। सुर-असुर से कहीं ऊपर। उसकी व्यवस्था दोनों के लिए एक जैसी है जो हमारे कर्मों द्वारा फलित होती है। कर्म फल के कारण ही भगवान विष्णु को भी मानव रूप में आना पड़ा था और सीता से वियोग झेलना पड़ा था। दोनों जय-विजय तथा श्री हरि विष्णु भी कर्म फल भोगने के लिए ही धरती पर अवतरित हुए।

विचारों द्वारा संस्कार परिवर्तन

कोई भी संस्कार दृढ़ व मजबूत होने से पहले कर्म का रूप लेता है और कर्म में आने से पहले विचार के रूप में आता है। अर्थात् संस्कार की उत्पत्ति विचार से होती है। किसी भी रोग को समाप्त करने के लिए उसकी जड़ में जाना होता है

ग्राफिक्स: अंजू रावत, जीटी नेटवर्क

डॉ.विनीता भण्डारी
ऐमिटी इंटरनेशनल स्कूल विराजखण्ड, लखनऊ

संस्कार! ये शब्द हमने कई बार सुना है। आइए आज इस पर कुछ देर विचार करें। 'संस्कार' शब्द को जब हम सरल शब्दों में व्यक्त करते हैं तो इसका अर्थ हमारी आदतों से होता है। साधारणतया जो कार्य हम प्रतिदिन करते हैं, वे प्रतिदिन किये जाने के कारण हमारा स्वभाव-संस्कार बन जाते हैं। उदाहरण के तौर पर किसी व्यक्ति का संस्कार अपना कार्य समय पर करने का होता है तो किसी का समय के बाद, किसी का सच बोलने का संस्कार होता है तो किसी का झूठ बोलने का।

वास्तव में 'संस्कार' या 'आदत ' एक दिन में नहीं बनती, इसकी एक लम्बी प्रक्रिया होती है। कोई भी संस्कार दृढ़ व मजबूत होने से पहले कर्म का रूप लेता है और कर्म में आने से पहले विचार के रूप में आता है। अर्थात् संस्कार की उत्पत्ति विचार से होती है।

कहते हैं किसी भी रोग को समाप्त करने के लिए उसकी जड़ में जाना होता है तभी उसका उपचार संभव होता है। अत: वे संस्कार जो हमारे लिए हानिकारक है, रोग का रूप लेने वाले हैं, उनका उपचार करना हमारे ही हाथों में है। यहाँ हमने यह जान लिया है कि संस्कार की उत्पत्ति विचार से होती है इसलिए हमें बीमारी की भाँति लगने वाले संस्कार जैसे- क्रोध, लोभ, आलस्य आदि के उपचार अर्थात विचार पर जाना चाहिए।

उदाहरण के लिए हम क्रोध के संस्कार को लेते हैं। क्रोध आने के अनेक कारण होते हैं जिनमें मुख्य है कि जब कोई हमें बुरा-भला कहता है या हमारे साथ बुरा करता है तो ऐसे समय में प्राय: हमारी प्रतिक्रिया उत्तेजना से भरी और नकारात्मक होती है क्योंकि उसके पीछे हमारे द्वारा निर्मित यह विचार काम कर रहा होता है कि 'जब कोई हमारा अपमान करेगा तो हम उससे बदला जरूर लेंगे, उसे नहीं छोड़ेंगे।' इस बदला लेने के कारण ही आज अनेक हिंसात्मक घटनाएँ बढ़ रही हैं। परन्तु इसके बाद भी बदला लेने वाले का मन शांत नहीं होता अपितु बदला लेने के बाद अशांति की मात्रा पहले से ज्यादा बढ़ जाती है जबकि बदला लेने का उद्देश्य खुद को शांति पहुँचाना था। यहाँ पर यही कहा जाएगा कि 'आग' को बुझाने के लिए 'पानी' का प्रयोग किया जाता है, पेट्रोल का नहीं।

अब यहीं पर हमें अपने विचार, जो क्रोध का बदला क्रोध द्वारा व्यक्त करने वाले थे, को बदलना होगा। यहाँ पर हमें एक सकारात्मक विचार का निर्माण करना होगा कि- 'मैं एक शांतिप्रिय व्यक्ति हूँ और शांति मेरा वास्तविक गुण है तथा इस शांति के बदले मुझे खुशी मिलेगी।' जब हर बार, इस प्रकार स्वयं को विचार दिये जाते हैं तब धीरे-धीरे कर्मों में परिवर्तन आने लगता है और हर परिस्थिति में शांत रहना हमारी आदत बन जाती है जो हमारे भीतर शांति के संस्कार को प्रकट करता है।

> संस्कार की उत्पत्ति विचार से होती है इसलिए हमें बीमारी की भाँति लगने वाले संस्कार जैसे- क्रोध, लोभ, आलस्य आदि के उपचार अर्थात विचार पर जाना चाहिए।

कहानी

जन्मदिन का तोहफा

रेखांकनः रवीन्द्र गुसाईं, जीटी नेटवर्क

गुंजिका कौशिक
ऐमिटी इंटरनेशनल स्कूल गुरुग्राम सै0 46, 9 बी

आज भी याद है मुझे वह दिन जब रजत सड़क के किनारे पड़ा हुआ था। बहुत चोट लगी थी उसे। खून बहुत बह चुका था उसका। घायल था वह बुरी तरह। उसकी पत्नी राखी उसकी तरफ बेतहाशा भागी जा रही थी। वह रो रही थी और अपने मन को समझा रही थी कि रजत ठीक है और उसे कुछ भी नहीं हुआ है। अब थोड़ी देर में ठीक हो जाएगा सब कुछ। राखी अपने मन को बहलाने की लगातार कोशिश कर रही थे। वह अपने मन को समझा रही थी कि यह सब तो एक बुरा सपना है। आँखें खोलते ही सपना टूट जाएगा और सब कुछ पहले की तरह ठीक हो जाएगा। लेकिन जो सच था उसे वह मानना नहीं चाह रही थी। या शायद उसका मन नहीं मान रहा था।

उस दिन एक सड़क हादसे में रजत की मौत हो गयी थी। वह अपनी पत्नी और बेटी को छोड़कर हमेशा के लिए चला गया था। कहीं दूर। उस सड़क हादसे में एक बस तथा एक कार आपस में टकराए थे। रजत कार चला रहा था। उसने सीट बैल्ट नहीं लगाई थी। कार की गति भी नियमित सीमा से अधिक थी। रजत जल्दी में था क्योंकि वह दिन उसके लिए बहुत मायने रखता था। उस दिन रजत की पत्नी राखी का जन्मदिन था और रजत उसके लिए तोहफा खरीदकर वापस घर आ रहा था।

हादसे से पहले रजत अपने एक दोस्त से फोन पर बात कर रहा था। वह उसे बता रहा था कि वह रास्ते में है और जल्दी ही जन्मदिन पार्टी में पहुँच रहा है। लेकिन उसकी जगह एक पुलिस इन्स्पेक्टर रजत के घर आया था उसकी गाड़ी के एक्सीडेंट की सूचना देने। इन्स्पेक्टर ने रजत की गाड़ी के एक्सीडेंट की सूचना के साथ एक लाल डिब्बा उसकी पत्नी राखी को देते हुए कहा, 'मैडम यह डिब्बा मिला है उस गाड़ी से। यही एक चीज है जिसे कोई नुकसान नहीं हुआ एक्सीडेंट में। बाकी सारी गाड़ी चकनाचूर हो गई है।'

सुनकर राखी सन्न रह गई थी। उसे महसूस हुआ कि रजत ने यदि ट्रैफिक नियमों का उल्लंघन न किया होता तो शायद आज वह उनके साथ होता। राखी ने उसी क्षण दृढ़ निश्चय किया कि जिस वजह से उसकी बेटी के सिर से बाप को साया उठा है राखी उस वजह को समाप्त करने में जान लगा देगी। राखी ने पुलिस विभाग की परीक्षा दी तथा पुलिस में उसका निर्वाचन हो गया। सालभर की ट्रेनिंग के बाद राखी को दिल्ली यातायात पुलिस में पोस्टिंग मिल गयी।

राखी ने जी जान से कोशिश की कि जनता को यातायात के नियमों के बारे में जागरूक करे। यातायात के नियमों को अनदेखा करने के दुष्परिणामों के बारे में बताये और जनता को समझाये। उसकी यह कोशिश धीरे-धीरे रंग लाने लगी। लोगों ने बहुत हद तक उसकी बात को समझा और उस पर अमल भी किया।

> उस दिन एक सड़क हादसे में रजत की मौत हो गयी थी। वह अपनी पत्नी और बेटी को छोड़कर हमेशा के लिए चला गया था। कहीं दूर। उस सड़क हादसे में एक बस तथा एक कार आपस में टकराए थे। रजत कार चला रहा था। उसने सीट बेल्ट नहीं लगाई थी। कार की गति भी नियमित सीमा से अधिक थी।

राखी की कोशिश को देखकर पुलिस विभाग भी बहुत खुश हुआ और उसे पदोन्नति दी। यह राखी की अथक मेहनत का ही परिणाम था कि दिल्ली में सड़क हादसों की संख्या में अब करीब-करीब 50 फीसदी तक की कमी आ गयी थी।

रजत के साथ हुए बुरे हादसे ने राखी को पूरी तरह बदल दिया। रजत की मौत के हादसे को आज तीन साल हो चुके हैं। राखी इस हादसे से टूटी नहीं। इसके उलट उसने हिम्मत से काम लिया जिसके चलते वह न सिर्फ उस बुरे हादसे को भुला पाई बल्कि और भी हजारों जिंदगियों को उस तरह के जानलेवा हादसों से बचाया।

तीन वर्ष बाद आज भी राखी ने रजत का लाया हुआ जन्मदिन का वह लाल तोहफा ड्रेसिंग टेबल पर सँजोकर रखा हुआ है। शायद यह तोहफा ही राखी के लिए रजत का उसके लिए लाया गया आखिरी तोहफा है। अलबत्ता यह तोहफा ही उसके इस कठोर निर्णय का प्रेरणास्रोत भी है। जी टी

रेखांकनः रवीन्द्र गुसाईं, जीटी नेटवर्क

चीड़ और नरकुल

तनु धिगान
ऐमिटी इंटरनेशनल स्कूल मयूर विहार, 4 ए

पहाड़ों में एक पेड़ का नाम चीड़ होता हैं और बाँस परिवार की घास का होती है जिसका नाम नरकुल होता है। यह कहानी चीड़ और नरकुल की है। चीड़ का पेड़ हमेशा तनकर खड़ा रहता था। झुकना तो जैसे उसने सीखा ही नहीं था। धूप में आस-पास के पेड़-पौधे अपनी पत्तियाँ ढीली कर लेते, पर चीड़ अकड़ कर खड़ा रहता। चीड़ को किसी से भी बात करना पसंद नहीं था। चीड़ के पेड़ के पास ही नरकुल की घास की बहुत-सी झाड़ियाँ थीं। नरकुल सदा हवा के साथ झूमती रहती थी। चीड़ को उसकी यह आदत अच्छी नहीं लगती थी। एक दिन चीड़ ने नरकुल से कहा, 'तुम हमेशा सबसे दबकर क्यों रहती हो। जब देखो तब झुककर सबको प्रणाम करती हो। मेरी तरह गर्व से सिर ऊँचा रखा करो।'

'परन्तु दादा जी! मेरे गुरुजी ने कहा है कि विनम्रता एक बहुत अच्छा गुण है,' नरकुल ने कहा।

'यह बकवास है। अकड़कर रहो तो सब तुमसे डरेंगे,' चीड़ ने कहा।

चीड़ और नरकुल आपस में बातें कर ही रहे थे, तभी आँधी-तूफान के साथ वर्षा होने लगी। नरकुल झुक गईं। परन्तु चीड़ अहंकार में निडर होकर खड़ा रहा। बहुत तेज बारिश आई। नदी-नालों में बाढ़ आ गयी। तभी बहुत तेज आँधी चली और उस चीड़ के पेड़ को उखाड़कर जमीन पर गिरा दिया।

अगले दिन सबने देखा कि चीड़ धरती पर पड़ा कराह रहा था। नरकुल उसे देखकर रो रही थी। चीड़ ने कहा कि तुम ठीक कह रही थीं विनम्रता अच्छा गुण है। जी टी

रेखांकनः रवीन्द्र गुसाईं, जीटी नेटवर्क

राघव की फसल

यशोवर्द्धन सिंह
ऐमिटी इंटरनेशनल स्कूल नौएडा,9 एफ

एक गाँव में राघव नाम का एक गरीब किसान रहता था। उसके पास खेती के लिए कम जमीन थी उसके बावजूद खेती करने में वह मेहनत नहीं करता था। यही कारण था कि उसकी फसल हर बार खराब हो जाती थी। इसके लिए वह हमेशा ईश्वर को दोषी मानता था। राघव का एक बेटा था रामदास। वह बहुत पितृभक्त था। फसल खराब होने पर अपने पिता को ईश्वर पर क्रोधित होते देख उसे बहुत बुरा लगता।

एक बार अपने पिता के पास जाकर उसने पूछा, 'पिताजी आपके इतना खेती करने के बाद भी हमारी फसल खराब क्यों हो जाती है?'

राघव ने दुःखी होकर कहा, 'बेटा रामदास हम पर ईश्वर की कृपा नहीं है क्योंकि हम निम्न जाति के लोग हैं और अच्छी पैदावार के लिए ईश्वर की कृपा होनी जरूरी है।'

यह सुनकर रामदास का मन खिन्न हो गया। उसने निश्चय किया कि वह ईश्वर की साधना करके उसे प्रसन्न करेगा और उससे पूछेगा कि वह हमारी फसल ठीक क्यों नहीं होने देता। पक्का इरादा करके वह ईश्वर की तपस्या करने निकल पड़ा। वर्षों तक वह ईश्वर की घोर तपस्या करता रहा। इस बीच रामदास के पिता का देहान्त भी हो गया पर उसने ईश्वर की आराधना बंद नही की। अंततः एक दिन ईश्वर उसकी तपस्या से प्रसन्न होकर रामदास के समक्ष प्रकट हुए। ईश्वर ने कहा, 'रामदास! मैं तुम्हारी तपस्या से बहुत प्रसन्न हूँ। बोलो क्या कष्ट है तुम्हें?' रामदास ने विनम्रता से कहा, 'हे ईश्वर! हम निम्न जाति के लोग हैं इसलिए आप हमारी साधना स्वीकार नहीं करते तो क्या यही कारण है कि हर बार हमारी फसल खराब हो जाती है?'

ईश्वर उदारतापूर्वक बोले, 'पुत्र रामदास! मैंने तो सभी मनुष्यों को बनाया है, जात-पात का जन्म तो तुम मनुष्यों ने ही किया है। मैंने इस धरती को बनाया है और इसे देशों में विभाजित तो तुम मनुष्यों ने किया है। मैं तो सभी का रचयिता हूँ। मेरे लिए सभी समान है। उच्च और निम्न का मेरे लिए कोई औचित्य नहीं। मैं किसी में कोई भेदभाव नहीं करता। सभी के लिए एक ही तरह के नियम बनाए हैं। मैंने और ये नियम मुझ पर भी उतने ही लागू होते हैं जितने तुम मनुष्यों पर और जहाँ तक तुम्हारी फसल खराब होने की बात है तो एक मौसम की सारी शक्तियाँ छह माह के लिए मैं तुम्हें देता हूँ। तुम जैसे चाहो इसका इस्तेमाल करो। छह माह पश्चात् मैं फिर से आऊँगा, तुम्हारे पास, तुमसे अपनी शक्तियाँ वापस लेने।' इतना कहकर रामदास को सारी शक्तियाँ देकर ईश्वर अंतर्ध्यान हो गये।

रामदास खुशी-खुशी वापस आया। हर बार की तरह इस बार भी खेती तो की परंतु खेती पर मेहनत नहीं की। छह माह बीतने पर ईश्वर पुनः रामदास के समक्ष प्रकट हुए। ईश्वर ने देखा रामदास खेत के एक कोने मे खड़ा रो रहा है। इस बार भी उसकी फसल खराब हो गई थी।

ईश्वर ने रामदास को समझाया, 'तुमने अपनी फसल को बिल्कुल भी मेहनत नहीं की। यही गलती तुम्हारे पिता ने भी हर बार की थी। जब तक किसी चीज को पाने के लिए मेहनत नहीं करोगे तो उसका फल नहीं मिलेगा। आग में तपाने से ही कुंदन बनता है। फसल की तरह ही इनसान भी जब तक कष्टों का सामना नहीं करता, उसका विकास नहीं होता और इस पर ईश्वर को दोष देने लगता है। पुरुषार्थ ही इनसान की सफलता की सीढ़ी है। फिर चाहे वह फसल हो या मनुष्य।' बात रामदास की समझ में आ गई थी और उसके बाद उसने अपनी फसल पर बहुत मेहनत की और उसे कभी खराब नहीं होने दिया। जी टी

> ईश्वर उसकी तपस्या से प्रसन्न होकर रामदास के समक्ष प्रकट हुए। 'रामदास ! मैं तुम्हारी तपस्या से बहुत प्रसन्न हूँ। बोलो क्या कष्ट है तुम्हें ?' रामदास ने विनम्रता से कहा, 'हे ईश्वर ! हम निम्न जाति के लोग हैं इसलिए आप हमारी साधना स्वीकार नहीं करते तो क्या यही कारण है कि हर बार हमारी फसल खराब हो जाती है ?'

दृष्टिकोण

संपूर्ण विकास का आधार नारी

इमेजिंग: रवीन्द्र गुसाईं, जीटी नेटवर्क

शिक्षित स्त्री जानती है कि परिवार की जरूरतों को कैसे पूरा किया जाए। घर की आवश्यकता की पूर्ति के लिए वह बाहर से सामान मँगवाना, हर चीज को सहेजना, हरेक की आवश्यकता को समझना, पति के सुख-दुःख की भागीदार बनना, अतिथियों का सत्कार आदि ये सभी सभ्य स्त्री की पहचान है

दिविशा मेहता
ऐमिटी इंटरनेशनल स्कूल नौएडा, 9 जे

नारी तुम केवल श्रद्धा हो,
विश्वास रजत नभ-पग तल में
पीयूष स्रोत सी बहा करो,
जीवन के सुंदर समतल में।

जयशंकर प्रसाद की ये पंक्तियाँ भारतीय नारी के गुणों को दशार्ती हैं तथा साथ ही यह भी स्पष्ट करती हैं कि भारतीय संस्कृति में नारी को कितना उच्च स्थान प्राप्त था। प्राचीनकाल में गार्गी, मैत्रेयी, अत्री, अनुसूया जैसी अनेकों विदूषी स्त्रियों का अस्तित्व इस बात का पर्याप्त प्रमाण है कि तब भी स्त्रियों को समाज में श्रद्धेय स्थान प्राप्त था। वे अपने पति एवं घर के कार्यों में बराबर हिस्सा लेतीं थीं। इसी कारण उन्हें अर्धांगिनी कहा गया।

प्राचीन भारतीय समाज में नारी प्रधान परिवार हुआ करते थे। बाद में ऐसा समय आया जब घर के समस्त कार्य नारियों को सौंप दिये गए और पुरुष ने अपना कार्यक्षेत्र बाहर चुन लिया। परिवार में नर और नारी को रथ के दो पहियों की उपमा दी गई है। रथ के दोनों पहिये यदि समान हो तो ही रथ ठीक प्रकार से चल पाएगा अन्यथा संतुलन बिगड़ जाएगा।

परन्तु आज नारी पुरुष की सहधर्मिणी के साथ-साथ अपने व अपने परिवार तथा समाज या कहें राष्ट्र तक की भाग्य-नियंता भी है। जीवन के हर क्षेत्र में स्त्री, पुरुष के समकक्ष है। आज की नारी शिक्षित है, गृहस्थी की कुशल संचालिका के साथ-साथ सार्वजनिक कार्यों में भी योगदान कर रही हैं। बाह्य कार्यक्षेत्र में अपनी उपस्थिति दर्ज करा कर नारी ने सर्वांगीण होने का प्रमाण दिया है।

इतना ही नहीं, परिवार में भी स्त्री की भूमिका पुरुष से अधिक महत्वपूर्ण है। सबसे पहले तो स्त्री जननी है। तत्पश्चात् माता के रूप में वह दुग्ध की गंगा रूपी स्नेह की धारा बहाकर सन्तान को पोषित करती है। पत्नी के रूप में वह पति के कष्टों को हर लेती है। स्त्री ही पुरुष के जीवन में सरसता, आनंद का समावेश करती है। पुत्री के रूप में वह गृहकार्यों में बढ़-चढ़कर हाथ बँटाती है। बहन के रूप में वह अपने सभी कर्तव्यों का निर्वाह करती है। इस प्रकार वह एक बेटी, बहन, पत्नी माँ के रूप में संपूर्ण परिवार की सहायिका सिद्ध होती है।

शिक्षित, सभ्य, कर्त्तव्य परायण और दक्ष स्त्री जानती है कि परिवार के भोजन, वस्त्र, विश्राम और स्वास्थ्य का पूरा ध्यान कैसे रखा जाए। घर की हर आवश्यकता की पूर्ति के लिए बाहर से सामान मँगवाना, घर की हर छोटी-बड़ी चीज को सहेज कर रखना, परिवार में प्रत्येक व्यक्ति की आवश्यकता को जानना-समझना, पति के सुख-दु:ख की भागीदार बनना तथा उसके कार्यों में हाथ बँटाना, संतान की भावनाओं को समझते हुए उनकी उचित इच्छाओं की पूर्ति करना, घर के बड़े बुजुर्गों और अतिथियों का समुचित सत्कार करना आदि ये सभी कार्य सभ्य एवं सुशिक्षित स्त्री की पहचान है। परिवार में जो नारी श्रद्धा, सात्विकता, प्रेम, करुणा एवं ममता की भावनाओं से पूर्ण होती है वह अवश्य ही आदर की अधिकारिणी होती है। ये भारतीय नारियाँ ही हैं, जो घर के साथ-साथ बाहरी कार्यक्षेत्र में भी निपुण हैं।

दिवा सिंह
ऐमिटी इंटरनेशनल स्कूल पुष्पविहार, 10 सी

'नार्यस्तु पूज्यते रमन्ते तत्र देवता:।'

इस श्लोक का अर्थ है कि जहाँ नारी को सम्मान दिया जाता है और उसके अधिकारों को प्रोत्साहित किया जाता है, वहाँ देवता वास करते हैं। इस बात में कोई संदेह नहीं है कि जिस स्थान पर ईश्वर का वास है, वहाँ तरक्की, खुशहाली और पवित्रता अवश्य होती है।

भारत में लिंग अनुपात हमेशा से ही एक महत्वपूर्ण मुद्दा रहा है। स्त्रियों की संख्या पुरुषों से कम होना एक बहुत ही गंभीर बात है। प्रतिदिन अखबारों में इस तरह की सुर्खियाँ छाई रहती हैं कि फलाँ जगह आज फिर एक अजन्मी बच्ची को मार दिया गया। या पाँच वर्ष की आयु में ही लड़की की शादी कर दी गई। हैरानी की बात तो यह होती है कि ज्यादातर ऐसी घटनाओं में किसी महिला का ही हाथ होता है। एक महिला अपने ही हाथों से दूसरी मासूम बच्ची का जीवन तबाह कर देती है।

हमें इस बात को कभी नहीं भूलना चाहिए कि यह दुनिया चलती है तो केवल स्त्रियों के कारण। स्त्रियों के बिना तो हम इस दुनिया की कल्पना भी नहीं कर सकते। स्त्री ईश्वर की बनाई सृष्टि को आगे बढ़ाने का जरिया है। इसी तरह यदि स्त्रियों का अनुपात कम होता गया तो वो दिन दूर नहीं जब धरती से हमारा अस्तित्व ही खत्म हो जाएगा। धीरे-धीरे मानव जाति का धरती पर मिलना भी दुर्लभ हो जाएगा, ठीक वैसे ही जैसे आज अन्य पशुओं का होता जा रहा है। इसलिए हमें प्रयासरत रहना चाहिए कि लिंगानुपात कम न हो।

स्त्री वह है जो दिन-रात अपने परिवार को खुश रखने में तत्पर रहती है। स्वयं को भुलाकर किसी अन्य के जीवन को सँवारने का अविरल प्रयत्न करती है। तभी तो कहा जाता है कि 'हर कामयाब आदमी के पीछे एक औरत का हाथ होता है।' पर एक बार अगर वह सोच ले तो उसी हाथ से वह अपनी सफलता की सीढ़ी चढ़ सकती है और अपने परिवार को, अपने देश को गौरवान्वित कर सकती है।

स्त्री के अंदर एक ऐसी ऊर्जा है जिसे अगर सही रास्ता दिखाया जाए तो वह किसी भी ऊँचाई चढ़ सकती है। वह बखूबी अपनी बुद्धिमत्ता से दुनिया का नक्शा बदल सकती है। इस बार भी रियो ओलंपिक खेलों में स्त्रियों ने ही भारत का नाम गौरवान्वित किया है। आज भी कल्पना चावला, अरुंधति राय, इंदिरा नूयी जैसे सैकड़ों हमारे समक्ष आज भी हैं। इस सबके लिए स्त्रियों को शिक्षित करना अत्यन्त आवश्यक है। उचित शिक्षा के अभाव में स्त्रियों का विकास थम जाता है। इसीलिए उन्हें शिक्षा दी जानी चाहिए जिससे वह अपने अंतर की ऊर्जा का सही प्रयोग कर सके और दुनिया में एक अलग बदलाव ला सके।

हमारे प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने हमसे कहा भी है-
बेटी को बढ़ाएँगे, बेटी को पढ़ाएँगे,
साथ मिलकर भारत को, आगे हम ले जाएँगे।
आज मिलकर प्रण लेते हैं,
बेटी को अपनाएँगे।
आकाश से भी आगे, चाँद पर ले जाएँगे। जी टी

स्वस्थ आहार सुखी जीवन का आधार है

खुशबू तिवारी
ऐमिटी इंटरनेशनल स्कूल साकेत, 10सी

आजकल की व्यस्तता भरी जिंदगी ने हमारी जीवनशैली को पूरी तरह बदल दिया है। हम कोई भी काम समय पर नहीं कर पाते। न हम समय पर खा पाते हैं, न सो पाते हैं। संतुलित भोजन जो हमारे स्वास्थ्य के लिए बहुत जरूरी है, उससे हम कोसों दूर हो गये हैं। यदि हमारा खान-पान अच्छा रहेगा तो हमारा स्वास्थ्य भी अच्छा रहेगा। हम निरोगी जीवन जीने में समर्थ होंगे। संतुलित भोजन हमारे शरीर के लिए अत्यन्त जरूरी है। हमारे दैनिक भोजन में संतुलित मात्रा में प्रोटीन, विटामिन और कार्बोहाइड्रेट्स का होना बहुत जरूरी है। संतुलित आहार हमें निरोगी और दीर्घायु बनाता है। हमारे दैनिक भोजन में निम्न खाद्य पदार्थों को सम्मिलित करना जरूरी है:

हरी सब्जियां: हरी सब्जियाँ हमारे स्वास्थ्य के लिए बहुत फायदेमंद होती हैं। हमें अपने भोजन में हरी सब्जियों को जरूर शामिल करना चाहिए। हरी सब्जियों में एंटीऑक्सीडेंट की मात्रा अधिक होती है। पत्तेदार हरी सब्जियों, जैसे पालक, मेथी, चौलाई आदि में आयरन की मात्रा अधिक होती है। इसके साथ ही लौकी तथा कद्दू आदि को भी अपने भोजन में शामिल किया जाना चाहिए। खीरा, टमाटर, हर प्याज को कच्चा भी खाया जा सकता है। हरी सब्जियों में विटामिन भी प्रचुर मात्रा में होता है जो शरीर के अंगों में फुर्ती लाता है।

अंकुरित अनाज: अंकुरित अन्न सेहत के लिए बहुत उपयोगी है। इससे शरीर को ताकत और उर्जा मिलती है। फाइबर युक्त अन्न आसानी से पच भी जाता है। यह पाचन तंत्र को भी मजबूत करता है। अंकुरित अनाज को हरी मौसम में खाया जा सकता है। इसमें चना, सोयाबीन, मूंग आदि में बहुत मात्रा में प्रोटीन होती है।

सूखा मेवा: सूखे मेवे का रोजाना सेवन भी बहुत फायदेमंद होता है। इससे शरीर को ताकत मिलती है शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाती है। मुठ्ठी भर नट्स खाने से हम दिनभर तरोताजा और सक्रिय महसूस करते हैं। सूखे मेवों में बादाम बहुत शक्तिदायक होता है। इससे शरीर में खून की मात्रा बढ़ती है और दिमाग भी तेज होता है। दैनिक आहार में हमें कम से कम बादाम और अखरोट को शामिल करना ही चाहिए।

फल: शरीर को स्वस्थ बनाए रखने के लिए फलों को भी हमें दैनिक आहार में शामिल करना चाहिए। इनमें विटामिन, आयरन तथा दूसरे तमाम तरह के पौष्टिक तत्व होते हैं। हर मौसम के अनुसार आने वाले फलों को हमें अपने दैनिक आहार में शामिल करना चाहिए। सेब, संतरा, अंगूर, अमरूद आदि सभी फलों को खाना चाहिए।

दूध: शरीर के संपूर्ण विकास के लिए दूध को भी हर दिन लेना चाहिए। इसमें प्रचुर मात्रा में प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट्स, विटामिन और मिनरल्स होते हैं। दूध को दही अथवा पनीर के रूप में भी दैनिक आहार में लिया जा सकता है।

पानी: यह बात तो हम सब जानते हैं कि पानी के बिना रहना मुश्किल है। पानी हमारे स्वास्थ्य के लिए बहुत उपयोगी है। हमारे मस्तिष्क का 85 प्रतिशत भाग पानी से बना हुआ है। शरीर में पानी की कमी एकाग्रता और याददास्त को प्रभावित करती है। हमें दिनभर में कम से कम 8 से 10 गिलास पानी पीना चाहिए।

इन सबके साथ-साथ हमारे लिए कार्बोहाइड्रेट्स भी बहुत जरूरी होता है। यह हमें गेंहूं, चावल, बाजरा आदि अन्न से मिलता है। इसलिए इसका सेवन भी स्वस्थ शरीर के लिए आवश्यक है। जी टी

चित्रकथा/अमिताशा

चित्रकथा

गाने वाला गधा

त्रिनय शर्मा, ऐमिटी इंटरनेशनल स्कूल वसुंधरा सैक्टर 6, 4 बी

अमिताशा का आँगन

हिन्दी की गरिमा

डॉ. मनोरमा सक्सैना
कोर्डिनेटर, अमिताशा स्कूल्स

चमके तारे अगणित नभ में,
पर ध्रुव तारे की है बात अलग।
हर भाषा है सम्मानजनक,
पर हिन्दी की है बात अलग।

बन सुहाग हर भाषा का,
चमके मस्तक हिन्दी का।
सौन्दर्य अधूरा जैसे,
माथा हो बिन बिन्दी का।

सहज सुबोध सुगम सरल,
है यह निर्मल भाषा।
भावों की अभिव्यक्ति में निपुण,
दक्ष और सक्षम है ये भाषा

ये जोड़े तार सभी के मन के,
उतरे पार दिल के सबके हिन्दी भाषा।
विनती है अपनी तो जन-जन से यही,
ज्ञान अपूर्ण है उनका जो न समझे हिन्दी भाषा।

हिन्दी भाषा माँ हमारी है,
सेवा कर लो तन-मन से तुम।
हाथ में लेकर ध्वज हिन्दी का,
छा जाओ जग जीवन में तुम।

हिन्दी है सबसे प्यारी

साक्षी, अमिताशा मयूर विहार, 5

हिन्दी है सबसे प्यारी
इसकी रक्षा धर्म हमारा,
जागो लोगो अब तो जागो
यही है बंधु आज का नारा।

हिन्दी का करो विस्तार
सबका होगा बेड़ा पार
हिन्दी है हमारी भाषा
यह है हमारे मन की आशा
हिन्दी भाषा है सबसे प्यारी
हम करेंगे इसकी रखवाली।

हिन्दी मेरी शान

साक्षी, अमिताशा, गुरुग्राम, 46, 5

हिन्दी दिवस आता है 14 सितम्बर को
पर मत भूलो इसके महत्व को
संस्कृत की लाडली बेटी है हिन्दी
सुन्दर मीठी बोली है हिन्दी।

अँग्रेजी से इसको बैर नहीं
हिन्दी भी साथ-साथ चलती है
अपनेपन से सबको रिझाती है
भारत का मान बढ़ाती है।

मत भूलो हिन्दी से है हिन्दुस्तान
हिन्दी से है हमारी शान
विदेशी इसको सीखना चाहते हैं
हिन्दी कर गुणगान कर हमें हर्षाते हैं।

अँग्रेजी का भूत

हिना, अमिताशा साकेत 6

सब पर अँग्रेजी का भूत चढ़ा है,
घर-घर इसका प्रचार बढ़ा है,
हैलो-हाय के बुखार चढ़ा है,
नमस्कार बेचारा! लाचार पड़ा है।

कभी कृष्ण, कभी राम हुए,
अब डिस्को ही भगवान हुए,
दूध-दही से टूटा नाता,
कॉफी-केक से दिल लग जाता।

सब दाल, भात से बचते हैं,
बस पिज्जा ही चखते हैं,
गीत-भजन अब समझ न आए,
माइकल जैक्सन सबको भाये।

सब ओर अँग्रेजी की आई बहार,
हिन्दी-संस्कृत पर हुआ प्रहार,
गर हमको है हिन्दी को बचाना,
इसका प्रयोग कभी भूल न जाना।

आओ हिन्दी दिवस मनाएँ

शांति सरोज, अमिताशा नौएडा, 6

श्रद्धा के दो फूल चढ़ाएँ,
आओ हिन्दी दिवस मनाएँ,
विद्या, बुद्धि, विवेक जगाएँ,
पशु से मानव हमें बनाएँ।

दूर भगा देती अँधियारा,
जला ज्ञान का दीपक प्यारा,
क्या-क्या कितनी करे बड़ाई,
हिन्दी ने जिन्दगी बनाई।

राधा-कृष्ण के गुण गाएँ,
आओ हिन्दी दिवस मनाएँ।

सबसे प्यारा अमिताशा

आरती सरोज, अमिताशा नौएडा, 12

सबसे प्यारा सबसे न्यारा,
अमिताशा स्कूल हमारा,
दूर-दूर से विद्यार्थी यहाँ आते
शिक्षा और अनुशासन पाते।
खेल-कूद से मन को बहलाते,
कठिन परिश्रम से जी न चुराते,
परीक्षा फल में चार चाँद लगाते।

सदा मीठे बोल बोलते
शिक्षकों का वे आदर करते,
बच्चे हैं हम वीर सिपाही,
करते न हम कभी लापरवाही।

नन्हीं-नन्हीं कलियों से है
बन जाएँगे फूल एक दिन
जो महकाएगी अमिताशा स्कूल हमारा
सबसे प्यारा सबसे न्यारा,
अमिताशा स्कूल हमारा।

मैं क्यों पढ़ती हूँ

रश्मि कुमारी
अमिताशा गुरुग्राम सैक्टर 43, कक्षा 6

मैं क्यों पढ़ती हूँ- यह सवाल बड़ा साफ है मेरे लिए। मैं इसलिए पढ़ती हूँ कि मैं बड़ी होकर एक अच्छी इनसान बन सकूँ। अपने माता-पिता का नाम खूब रौशन कर सकूँ। मैं पढ़ना चाहती हूँ ताकि अपने भविष्य को लेकर जो सपने मैंने देखे हैं, उन्हें पूरा कर सकूँ और समाज में चारों ओर फैले दकियानूसी विचारों के खिलाफ लड़ सकूँ। इसके साथ ही अच्छी नौकरी कर सकूँ। मैं अपने खुद के पैसे कमा सकूँ और दूसरों पर बोझ न बनूँ। मैं पढ़कर डॉक्टर बन सकूँ और गरीब तथा असहायों का इलाज कर सकूँ। मैं इसलिए पढ़ती हूँ कि दुनिया को बता सकूँ कि मैं भी लड़कों जितना ही अपना भविष्य उज्वल कर सकती हूँ। मैं चाहती हूँ कि बड़ी होकर मैं उन लड़कियों के लिए काम कर सकूँ जिन्हें लड़कों से कमजोर समझ कर नहीं पढ़ाया जाता है। मैं समाज में फैले अशिक्षा अंधकार को प्रकाशित करना चाहती हूँ। मैं इसलिए भी पढ़ती हूँ कि दुनिया में फैले अशिक्षा के अंधकार को मिटा सकूँ तथा मेरे जैसी तमाम न पढ़ सकने वाली लड़कियों को शिक्षित कर सकूँ। यदि मैं पढ़ जाऊँगी तो अपने से पीछे आने वाली पीढ़ी को शिक्षित और सभ्य बना सकूँ। शिक्षा से जीवन में रौशनी आती है जो खुद को तो प्रकाशवान करती ही है साथ ही संपर्क में आने वाले हर इनसान को भी प्रकाशवान करती है। मेरी अमिता मैम कहती हैं कि लड़कियों की शिक्षा बहुत जरूरी है। शिक्षित लड़की दो कुलों को रौशन करती है। एक तो अपने पिता का घर और शादी के बाद अपनी ससुराल का।