मनुष्यता

'मनुष्य बनो' के नियम

१—शारीरिक, मानसिक, आध्यात्मिकता के नियमों का वास्तविक दृष्टिकोण से प्रचार करना और प्रेम, सभ्यता, आदर, शिष्टाचार, सदाचार, सहनशीलता और संयम की शिक्षा देना इसका मुख्य उद्देश्य है मनुष्य बनना और बनाना।

२—सन्त महात्माओं और ऋषियों की वाणी को सरल, सुबोध और साधारण भाषा में प्रचार करना।

३—सामाजिक उन्नति कारक तथा देशहित कारक लेखों को भी स्थान दिया जायेगा।

४—किसी धर्म पन्थ या सम्प्रदाय के खण्डन सम्बन्धी लेख नहीं छापे जायेंगे।

५—यह पत्र प्रत्येक मास की २२ तारीख को प्रकाशित हुआ करेगा।

६—लेखों के घटाने बढ़ाने और छापने न छापने का अधिकार सम्पादक को होगा। लेख सम्पादक के नाम भेजे जांय।

७—ग्राहकों को पत्र लिखते समय ग्राहक नम्बर व पता साफ-साफ अवश्य लिखना चाहिए। उत्तर के लिये जवाबीकार्ड आना चाहिए वी० पी०पी० से पत्रिका नहीं भेजी जायेगी। इसका वार्षिक मूल्य ३०.०० है।

८—यदि किसी मास का पत्र ठीक समय पर न पहुंचे तो पहले अपने यहां डाकखाने से पूछताछ करके वहां से जो उत्तर न मिले व अगला अंक निकलने के एक सप्ताह पूर्व तक कार्यालय मे पहुंचने पर ही दूसरी प्रति बिना मूल्य भेजी जा सकेगी।

९—सबन्ध सम्बन्धी पत्र, ग्राहक होने की सूचना, मनीआर्डर आदि मैनेजर के नाम से भेजनी चाहिए। मनीआर्डर कूपन पर अपना पता साफ-साफ लिखना चाहिए। और पते की तबदीली भी।

—प्रकाशक

R. S.

ओ३म पूर्णमद पूर्णमिदं: पूर्णात्पूर्णमुदच्यते
पूर्णस्य पूर्णमादाय पूर्ण मेवावशिष्यते ॥

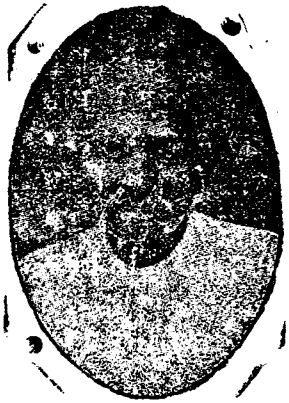
मनुष्य बनो

वर्ष ४४	अगस्त-६५	अङ्क—११

प्रेम धारा से :

शब्द

प्रेमदास जी क्या बतलाऊँ, बात नहीं बतलाने की।
बुद्धि जिसको पकड़ न सकती, कैसे वह समझाने की॥
समझ बूझ का दर्जा नीचे, ऊपर हालत अनुभव की।
अनुभव करे अनुभवी कोई, बाकी सर खपाने की॥
हर इक का है अनुभव अपना, दो अनुभव एक नहीं होते।
गुरु इशारा देता है, चेले को सुरत जगाने की॥
जब तक चेला करे न अनुभव, वह अनुभवी नहीं होता।
बिन अनुभव की बात है जितनी सारी पंथ चलाने की॥
चन्द्रमा को किया इशारा, कहा गुरु ने देखो वह।
उस दरखत के पार वह देखो, नजर उधर ले जाने की॥
जिस चेले की आँख नहीं है, देखेगा उसको कैसे।
जब तक न देखो अपनी नैनी, तब तक सब झुठलाने की॥
गुरु ने तुमको दिया इशारा, अब आँखों से देखो तुम।
एक दफा गर देख लिया, ताकत फिर किसे बहकाने की



महर्षि शिवव्रतलाल जी महाराज

कर्म धर्म निष्ठा के भक्त

नीवाँ जी की कथा

नीवाँ जी जाति के राजपूत थे। जो साधू उनके घर आता उससे बड़े प्रेम के साथ मिलते और उसे ईश्वर का रूप समझ कर पूजते थे। यह उनका नित्य नियम था। जीवन पर्यन्त इस प्रण का पालन किया और संसार में अमर कीर्ति ले गये। ऐसी श्रद्धा और भक्ति बहुत कम कहीं देखने में आती है।

साध मिले तो सब मिले, ज्ञान ध्यान सुविचार।
भक्ति भाव मन में उगे, फले मुक्ति फल सार॥
शान्त चित्त निःकामना पर उपकारी साध।
जो कोई पूजे साध को, मेटे जगत् का व्याध।
राधास्वामी तुम मिले, धर साधू का भेष।
क्यों नहिं पूजे साध को, सुन गुरु का उपदेश॥

कृष्ण दास जी की कथा

कृष्ण दास जी गलता (जयपुर) के रहने वाले थे। जहाँ और जब कभी साधू मिले इनके लिये कमल के फूल खिल गये और वह भंवरा बनकर उनके चारो ओर प्रेम से मँडलाने और परिक्रमा करने लगे। यह बड़े दानी हुये है। अतिथि सेवा को मुख्य समझते थे। यहाँ तक कि इसी के पीछे लोग इन्हें पागल समझने लगे।

ऐक बार ये गुफा में बैठे थे। जब समाधि से उठे देखा कि एक भूखा सिह (शेर) आया है और गुफा के किनारे बैठा हुआ है। इन्होंने उसे नरसिंह का रूप समझा उठे और अपनी टांग कुल्हाड़ी से काटकर उसके सामने रख दी। सिह ने सूंघकर उसे छोड़ दिया। तब आप उस से कहने लगे भगवन् ! आपके इस रूप का यही भोजन है। आप मेरे अतिथि है। यदि मेरी सेवा स्वीकार नहीं करते तो समझ लिजिये कि मुझे बड़ा दुःख होगा। मेरा प्रण जाता रहेगा और फिर कोई अतिथि सत्कार न करेगा।

सिह ने सर हिलाया मानो उनकी बातों को समझ रहा था, मुंह से टांग के लुह को चाटने लगा और जब चाट चुका तो नरसिंह के रूप में प्रगट होकर उसे उनके शरीर से जोड़ दिया। टांग फिर ठीक हो गई वह दर्शन देकर अन्तर्ध्यान हो गये।

शब्द

प्रेमी तजै न अपने पन को, लाख कलेश उठावै।
पपिहा स्वाँति बूंद को चाहै, लाख पियास सतावै॥

सती न छोड़ै सत मर्यादा, चिता शरीर जलावै।
सूरा रन से कभी न भागे, बान कलेजे खावै ।।
साधू साधूपन नहिं त्यागे, जग के फन्द न आवै।
भक्त न छोड़ै भक्ति भाव को, जिये कि वह मरजावै ।।
धर्म्मी धर्म्म की आज्ञा पालै, नहीं अधर्म कमावै।
कर्म्मी कर्म्म करै निष्कर्म्मी, स्वारथ चित नहिं लावै ।।
पन नहिं जाय, जाय तन मन धन, बिन पन तनहै निष्फल।
सेवक राधास्वामी का प्यारा, प्रेम पन्थ में निश्चल ।।

* प्रण

राजान बाई की कथा

राजान बाई रामराजा की रानी थी। दानी, ज्ञानी ध्यानी और भक्ति भाव में अद्वितीय ! उसके पति ने यह उपदेश दे रक्खा था कि चाहे कुछ हो दान देने से कभी न रुकना। इससे सारे दुख निवारण होते रहते हैं। दानी को कभी भी संसार का कोई दुख नहीं व्याप्ता। रानी ने इस आज्ञा का पालन बड़ी ही उत्मता के साथ किया।

एक बार रामराजा और राजान बाई दोनों मथुरा में आये। जो कुछ पास था सबका सब दान दे दिया। राह के खर्च तक का ध्यान नहीं रहा। रानी के हाथ में एक जड़ाऊ कंगन पड़ा था। उसे पांच सौ रुपये में बेचकर घर लौटना चाहा। इतने में नामा जी (भक्तमाल के लेखक) आ गये। कंगन उनके भेंट कर दिया। रानी ने दान करते समय नाभा जी से कहा 'यह कंगन आज काम में आया है नहीं तो अब तक हाथ का बोझ हो रहा था। फिर उधार लेकर घर चल दिये। यह दान कहलाता है।

अनेक रोगों का एक ही उपचार।
दूर करे जो दर्द हजार॥

प्रातः पानी-प्रयोग

(परम पूज्य सन्त श्री आशाराम जी बापू)

डायबिटिज, ब्लड प्रेशर, लकवा, पथरी, गैस, मस्सा, बवासीर, हृदयरोग जैसे खतरनाक रोगों का नाशक एक सफल प्रयोग।

प्यारे भाइयों और बहनों,

आज के इस दौर में, जहाँ हमारे देशवासी छोटी से छोटी तकलीफ के लिये बड़ी ही हाईपावर की दवा-गोलिमों का स्तेमाल कर अपने शरीर में जहर घोलते जा रहे हैं, वहीं हम हमारे ऋषि महर्षियों द्वारा अनुभव कर प्रकाश में लाया गया एक अत्यधिक आसान तरीका, जिसे भारतवर्ष के महान योगीराज सत्पुरुष प्रातः स्मरणीय पूज्यपाद संत श्री आशाराम जी महाराज भी वर्षों से अपनाकर सदैव स्वस्थ व प्रसन्नचित्त बने रहते हैं, आपको बतलाने जा रहे हैं।

पानी ! जी हाँ ! पानी !

नई तथा पुरानी अनेकों प्राणघातक बीमारियाँ दूर करने का एक मात्र उपाय...प्रातःकाल जल सेवन। प्रभातकाल में सूर्योदय से पूर्व उठकर, बिना मुँह धोये, बिना मंजन ब्रुश किये, प्रतिदिन करीब सवा लीटर (चार बड़े गिलास) रात का रखा हुआ पानी पी लें। तदनन्तर

प्रतिदिन ४५ मिनट तक कुछ भी न खाएँ-पीयें। पानी पीने के बाद मुँह धो सकते हैं। जब भी यह प्रयोग चलता हो उन दिनों में नाश्ता व भोजन करने के दो घन्टे बाद ही पानी पीयें। नियमित प्रातःकाल में जल सेवन से निम्नलिखित नई, पुरानी तथा अन्य बीमारियों में लाभ होता है —

• मधुमेह (डायबिटीज) • वृद्धत्व व त्वचा पर झुर्रिया पड़ना ० सिर दर्द • ब्लड प्रेशर • एनिमिया (रक्त की कमी) • जोड़ों का दर्द • लकवा (पेरालिसिस) • हृदय रोग व बेहोसी • कफ, खाँसी, दमा (ब्रोन्काईटीस) ० मोटापन • मेनोनजाईटीस • टी. वी. • पेशाब की समस्त बीमारियां (पथरी, धातुस्राव आदि) • आँख की समस्त बीमारियां • लीवर के रोग • स्त्रियों का अनियमित मासिकस्राव • गर्भाशय केन्सर • प्रदर ० गैस्टिक ट्रबल व कमर से सम्बन्धित रोग • बवासीर (मस्सा) • एसीडीटी (अम्लपित्त) • सूजन बुखार • पेट के रोग ० कील-मुहासे-फोड़े-फुन्सी • वात, पित्त, कफजन्य रोग ० मानसिक दुर्बलता आदि।

बीमार या बहुत ही नाजुक प्रकृति के लोग एक साथ चार गिलास पानी न पी सके तो पहले वे एक - दो गिलास से आरम्भ कर बाद में धीरे - धीरे बढ़ाकर चार गिलास पर आ जायें, फिर नियमित रूप से चार गिलास पीते रहें।

बीमार हो या स्वस्थ सभी के लिये प्रातःकाल सूर्योदय के पूर्व उठकर पानी पीना लाभदायक ही है। विभिन्न अनुभवों एवं परीक्षणों से निष्कर्ष मिला है कि इस प्रयोग से विभिन्न रोग निम्नलिखित समय में दूर हो सकते हैं—

हायपरटेन्शन (रक्त का दबाव) एक महीने में

गैस की तकलीफें, दस दिन में। डायबिटिज, एक महीने में। कब्ज, दस दिन में। कैंसर, छः महीने में। टी० बी० तीन महीने में।

पूर्व वर्णित अन्य रोग दस दिन से छः माह की अवधि में प्रकृति के अनुसार।

वायुरोग व जोड़ों के दर्द से पीड़ित रोगी यह प्रयोग एक सप्ताह तक दिन में तीन बार करें। चार गिलास पानी एक साथ पीने से स्वास्थ्य पर कोई कुप्रभाव नहीं पड़ता है। हाँ, आरम्भ के दो - चार दिनों में पेशाब तीन - चार बार कुछ - कुछ देर में आयेगी लेकिन बाद में पूर्ववत हो जयेगी।

प्रातःकाल सूर्योदय के बाद नीम व तुलसी के पाँच-पाँच पत्ते प्रतिदिन चबाकर ऊपर से थोड़ा पानी पीने पर लेग व कैंसर जैसे खतरनाक रोगों से बचा जा सकता है।

यह प्रयोग एक दम सरल व सादा है। इसमें एक भी पैसे का खर्च नहीं है। हमारे देश के गरीब लोगों के बिना खर्च व बिना दवाई के आरोग्यता प्राप्त करने का यह एक चमत्कारिक प्रयोग है। विदेशी लोग भी इसे अपनाने लगे हैं तो तुम क्यो नहीं अपनाते ?

तमाम भाई-बहनों से बिनती है कि इस प्रातः पानी प्रयोग का अधिक से अधिक प्रचार कर रोगियों के रोग दूर करने के प्रयासों में सहायक बने। हरि ॐ...?

जो लोग सुबह शौच के समय अथवा कुछ खाने पीने के बाद पान मसाला, तम्बाकू, बीड़ी, सिगरेट, गांजा, शराब आदि विषैली व्यसनी वस्तुओं का अपने जीवन में सेवन करते हैं, वे दिनोंदिन मौत के मुँह में जा रहे हैं।

मलावरोध को प्रातः पानी प्रयोग से दूर किया जा सकता है। ऐसे ही कुछ भी खाने - पीने के बाद दाँत व मुखशुद्धि सौंफ, मिश्री व आंवला खाकर, आलस्यता को जोर से तीन-चार बार श्वास बाहर फेंककर तथा व्यसन छोड़ने के बाद उसकी तलब लगने पर नींबूरस व नमक मिलाकर सेंके गये अजवाईन और सौंफ को मुखवास रूप से लेने पर उपरोक्त दोष दूर हो जाते हैं। मुखवास रूप में हरड़े खाना भी बहुत लाभदायक है। हरड़े को दूसरी मांय। बाल हरितकी भी कहते है।

आप भी व्यसन - मुक्त होवें तथा औरों को भी मुक्त करवाने में मददगार बनें।

मुद्रक—दाता दयाल प्रिन्टर्स-अलीगढ़

नन्द दास जी की कथा

नन्द दास जी ब्राह्मण थे। यह बरेली में रहते थे। साधु सेवा और भगवान की भक्ति को मुख्य समझते थे। इनक प्रतिष्ठित और माननीय होने के कारण एक मनुष्य के हृदय में द्वेष भाव उत्पन्न हुआ। उसने चाहा कि किसी प्रकार यह बदनाम हो जायं। और तो कुछ न हो सका एक गाय की बछिया का गला दबोच कर उनके खेत में डाल दिया और यह बात फैला दी कि नन्द दास जी ने गौहत्या का कर्म किया है। सब लोग खेत में गये। बछिया पड़ी थी। नन्द जी को सभी बुरा कहने लगे। नन्द दास जी ने सुना, पहिले तो विश्वास नहीं होता था। अन्त में आप भी वहां पहुँचे। बछिया को उखट पलट कर देखा। वह जी उठी। तब से लोग यह कहने लगे कि नन्ददास जी मरे हुये को भी जीवित कर सकते हैं। अब उनका नाम और भी प्रसिद्ध हो गया।

संसार को न बुरा कहते देर न भला कहते देर! इसकी किसी बात का विश्वास नहीं है। यही कारण है कि भक्त संसार से विरक्त होकर भक्ति में लगे रहते हैं और उसकी निन्द्या और स्तुति की ओर ध्यान नहीं देते।

शब्द

साधु दुखी तो मुझे भी दुख हैं, साध कि चिन्ता मुझको।
छिन पल में मैं परगट होकर, दुख क्लेश को दूं खो॥
तुझको क्या दुख सेवक प्यारे! मैं हूँ तेरा सहाई।
तेरा कष्ट मिटाया उस दिन, जब आया शरनाई॥
शरनागत की लाज गुरु को, सिष निचिन्त हो रहता।
राधास्वामी की किर्पा से, आपत बिपत न सहता॥

कान्हड़ा भक्त जी की कथा

कान्हड़ा जी विटठल दास चौवे के लड़के मथुरा के रहने वाले थे। जाति पांति को कम मानते थे। भगवान की भक्ति को मुख्य समझते थे। साधू चाहे किसी जाति, धर्म का या पन्थ का हो आदर सम्मान करते थे। यही कारण है कि जब कभी इनके यहाँ भण्डारा होता था तो प्रत्येक जाति और धर्म के मनुष्य एकत्रित हो जाते थे। इनका यह नियम था कि सबको एक दृष्टि से देखते थे। यह सेवा के अतिरिक्त राह का खर्च और कपड़े लत्ते भी बाँटा करते थे। जब कोई इन्हें साधु सेवक के नाम से पुकारता तो बहुत ही प्रसन्न होते थे। साधुओं को तो देखते ही फूल जाते थे और इनके बिदा होते समय रो दिया करते थे।

एक बार इनके यहाँ उत्सव हुआ। साधुओं का बहुत बड़ा जमघट इकट्ठा हुआ। नाभा जी महाराज (भक्त माल के लेखक) भी पधारे थे। यह बड़ी महिमा वाले थे इसलिये सब लोगों ने इस उत्सव पर उन नाभा जी को गोस्वामी की पदवी दी थीं।

शब्द

जात न जानूं पाँत न जानूं, मानूं भेद न कोई।
जो कोई मेरी भक्ति कमावे, मुझको प्यारा सोई॥
जात न पूछो मेरे भक्त की, उसकी जात निराली।
यह सब फूल बाग के मेरे, मैं उनका हूँ माली॥
फूल मुझे प्यारे लागैं, सर पर फूल चढ़ाओ।
जात पाँत को दुर्मति मेटो, साधू के गुन गाओ॥
पूछो ज्ञान न पूछो जाती, जन भर्म की खानी।
लो तलवार म्यान नहिं देखो, साध को लो पहिचानी॥

माधव ग्वाल जी की कथा

माधव ग्वाल जी ने साधु सेवा के ही लिये जन्म धारण किया था। उन्होंने प्रगट होकर अपने जीवन व्यवहार से संसार को दिखा दिया कि साधू की सेवा किस प्रकार की जाती है। चाहे किसी मत, सम्प्रदाय या पन्थ का साधू होता यह सबको मालिक का रूप समझते थे। इनका कथन था कि संसार में सब का भाव एक जैसा नहीं होता और न सब एक विशेष मत के हो सकते हैं। जैसे सब अपनी इच्छानुसार भोजन करते और कपड़ा पहिनते हैं वैसे ही भक्त भी अपनी रुचि के अनुसार मालिक के किसी विशेष रूप की पूजा करते और ध्यान लगाते हैं। खाने पीने का अभिप्राय यह है कि स्वास्थ्य ठीक रहे। ठीक इसी प्रकार अनेक निष्ठाओं का तात्पर्य केवल एक ही सच्चे मालिक की भक्ति है। जब सिद्धान्त एक है तो और बातों में भेद भाव हुआ करे। इससे किसी की हानि क्या होती है? भक्त व साधू की निन्दा भगवत और भगवान की निन्दा है। यही कारण था कि माधव ग्वाल जी भेद वाद की ओर ध्यान नहीं देते थे। उन्होंने आकर परमार्थ की कमाई की अपना काम कर गये और हजारों को भक्ति भाव की राह पर लगाकर ईश्वर भक्त बना गये।

शब्द

तुम जब किसी के भाई बेटे, साले और बहनोई।
फिर भगवान को ऐसा ही समझो, तज दो द्वन्द की दूई॥
एक रूप के नाम बहुत हैं, और व्यवहार घनेरे।
एक रूप से काम बनाओ, अपना आप सबेरे॥

गोपाली जी की कथा

गोपाली जी गिरधर ग्वाल जी भक्त की माता थीं। यशोदा जी तो केवल कृष्ण को प्यार करती थीं। इनको कृष्ण के सारे भक्त प्यारे थे। यह साधुओं को अपना पुत्र समझती थीं और माता के समान उनका लाड़ प्यार किया करती थीं। जो साधू आते थे उनका पुत्र भाव देखकर मोहित हो जाते थे।

इनकी दृष्टि में यह सब के सब कृष्ण ही की मूर्ति थे। कौन जाने यह पहिले जन्म की यशोदा माई ही रही हों। सम्भव है यह कसर रह गई हो और उसके पूरे करने के लिये फिर जन्म लिया हो। इनकी बातें भी प्रेम प्यार की हुआ करती थीं। भक्ति की टेक बहुत ही दृढ़ थी।

दोहा

एक प्रेम मन में बसे, कोई भेस बनाय।
साहिब भूखा प्रेम का, भेस नहीं पतियाय ।।

अब हम इस प्रकरण को यहाँ समाप्त करते हैं एवं अगले अङ्क में सत-सनातन धर्म आर्य का प्रकाशन करेंगे जिसमें वेदों के कर्म—कांड व ज्ञान कांड का वर्णन किया गया है।

सम्पादक