आदर्श कन्या

लेखक

उपाध्याय अमरमुनि

पुस्तक : आदर्श कन्या

लेखक : उपाध्याय अमरमुनि

प्रकाशक : सन्मति ज्ञानपीठ
लोहामण्डी, आगरा – 2

प्रथम	सन् 1950	1100
द्वितीय	सन् 1954	1100
तृतीय	सन् 1958	2100
चतुर्थ	सन् 1962	2200
पंचम	सन् 1965	2200
षष्टम	सन् 1968	5200
सप्तम	सन् 1976	3000
अष्टम	सन् 1979	3000
नवम	सन् 1982	3000
दशम	सन् 1985	2200
ग्यारह	सन् 1988	5200
बारहवां	सन् 1994	5200
तेरहवां	सन् 2012	3000

Typeset by :
K. Ramesh Khater
6 Samy Pillai Street
3rd Floor, Choolai
Chennai - 600 112.
Ph : 98400 85004

Copies can be had from

Veerayatan
Rajgir - 803 116.
Dist. Nalanda (Bihar)

Sugal & Damani Group

Mumbai
405, Krushal Commercial Complex
G.M. Road
Above Shopper's Stop
Chembur (W)
Mumbai - 400 089.

Chennai
Siyat House, IV Floor
961 Poonamallee High Road
Chennai - 600 084.
Ph : 044 - 4293 3300 / 3333

Delhi
6/35 WEA Karol Bagh
New Delhi - 110 005.
Ph : 011 - 4375 8882

Kolkata
Indraprastha Apartment
Ground Floor
46-A, Pandit Madanmohan
Malviya Sarani
Chakraberia Road North
Bhawanipur
Kolkata - 700 020.

आदर्श कन्या

आखों में हो तेज, तेज में सत्य, सत्य में ऋजुता ।
वाणी में हो ओज, ओज में विनय, विनय में मृदुता ।।

- उपाध्याय अमर मुनि

किसको ?

उन पुत्रियों को, जिनमें अभी सुन्दर–संस्कार के बीज पड़े नहीं हैं, पड़ गए हैं तो अंकुरित नहीं हुए हैं, अंकुरित भी हो गए हैं तो लहलहाए नहीं है, लहलहा भी गए हैं तो फूल नहीं आए हैं, फूल भी आ गए हैं तो फल नहीं आए हैं, वह भी आ गए हैं, तो उन फलों में रस नहीं पड़ा है। रस भी पड़ गया है तो मीठा रस नहीं पड़ पाया – उन्हीं स्वतन्त्र भारत की स्वतन्त्र और जागरण–शील पुत्रियों और सुनारियों के हाथों में।

* * *

आशीर्वचन

जैन समाज के हितचिन्तक, कविरत्न, राष्ट्रसन्त, परम श्रद्धेय गुरुदेव, उपाध्याय श्री अमरमुनिजी म. सा. की वाणी गागर में सागर समाहित करने वाली थी। गुरुदेव श्री के विचार उस समय जितने सम–सामयिक थे, उतने आज भी सम–सामयिक हैं। उनके कालजयी साहित्य ने उन्हें नाम से ही नहीं कर्म से भी अमर बना दिया है।

प्रस्तुत पुस्तक में गुरुदेव ने भारतीय नारी के शील, स्वभाव, गुण लज्जा, आत्म–गौरव, सेवा, तप आदि की पुरजोर व्याख्या की है। यह विषय आज भी सामयिक लगते हैं। छोटे–छोटे निबन्ध के माध्यम से तैयार यह पुस्तक भारतीय नारी के जीवन एवं विचारों को और अधिक सुन्दर एवं रमणीय बनाने में अवश्य सहभागी बनेगी।

गुरुदेव श्री के साहित्य–सागर में से कतिपय अमृत–कणों को सुगाल एवं दामाणी परिवार, चेन्नई – जो वीरायतन की विचारधारा से विगत दो दशकों से जुड़े हुए हैं – ने पुनः प्रकाशन कर पाठकों के समक्ष प्रस्तुत किया है।

भविष्य में भी आप इसी प्रकार गुरुदेव श्री के साहित्य के प्रचार–प्रसार में निरन्तर सहभागी बने रहें, इसी आशीर्वचन के साथ...

मुम्बई **- आचार्य मां चन्दना**

दि. 06.06.2012

पहले प्रेम किसको?

क्या करेगा प्यार वह
भगवान को ?
क्या करेगा प्यार वह
ईमान को ?
जन्म लेकर गोद में
इन्सान की !
प्यार कर न पाया जो
इन्सान को ।

- नीरज

दूसरी कलम से

भारतीय–संस्कृति के मूल स्वर को ध्यान पूर्वक सुना जाए तो स्पष्ट सुनाई देगा कि नारी पूज्य है, भगवती है, आराध्य है और अन्नपूर्णा है। मानव–संस्कृति का वह मूल बीज है और मानवता का मूलाधार भी। आज की नारी आत्मा की जड़ों में फिर से उसी ध्रुव धारणा को अंकुरित और पल्लवित करने के लिए ही आदर्श–कन्या नामक प्रस्तुत लघु–निबन्ध पुस्तक तैयार की गई है। यह पुस्तक आज से बहुत वर्ष पहले प्रकाशित की गई थी। तब से अब तक इसके तेरह संस्करण हो चुके हैं। इस कालावधि ने निबन्धों को कुछ धूमिल–सा कर दिया था और कुछ–कुछ खुरदरापन भी पैदा कर दिया था। अतः उन्हें पुनः संवारा सजाया गया है। प्रस्तुत प्रकाशन को कन्याओं के लिए उपयोगी बनाने का जितना प्रयास किया जा सकता था, किया है। फिर भी प्रकाशन कैसा है, यह पाठकों के निर्णय की चीज है, और सबसे बड़ी चीज है, उन बहनों के पसन्द की, जिनके लिए यह सब कुछ किया है।

ओमप्रकाश जैन

मन्त्री

सन्मति ज्ञान पीठ

लोहामण्डी, आगरा – 2

जो नारियां, शरीर तथा आस-पास के पदार्थों की स्वच्छता पर बराबर ध्यान देती हैं, वे अपना और परिवार आदि सबका मंगल करती है।

प्रकाशकीय

आज पाश्चात्य जीवन–शैली का असर हमारे सभ्य समाज में चहुंदिशा में नजर आ रहा है। हमारी मूलभूत भारतीय संस्कृति लगभग विकीर्ण होती जा रही है। राष्ट्र, समाज और परिजनों की परवाह करना तो दूर की बात है, व्यक्ति स्वयं को भी विस्मृत करता जा रहा है। आज के आधुनिक सन्दर्भ में भारतीय नारी का स्नेह, ममता और वात्सल्य की प्रतिमूर्ति होने का अभाव भी देखा जा रहा है।

भगवान महावीर ने कहा है – अपने लिए तो हर व्यक्ति जीता है, किन्तु जो सारे विश्व को ही कुटुम्ब मान कर चलता है, वह व्यक्ति धन्य है। कविवर्य, राष्ट्रसन्त उपाध्याय श्री अमरमुनिजी म.सा. ने समय–समय पर अपने प्रवचनों में नारी की बहुमुखी प्रतिभा को और अधिक सौम्य रूप प्रदान करने की विशद व्याख्या की है। इस पुस्तक में उन्होंने बहुत ही सरल और सहज रूप से भारतीय नारी के मौलिक गुण एवं सिद्धान्तों का सुन्दर विश्लेषण किया है।

उपरोक्त पुस्तक का प्रथम संस्करण सन् 1950 में प्रकाशित हुआ था, पर उस वक्त की लिखी गई बातें आज के इस युग में भी सटीक परिलक्षित होती है। उपरोक्त पुस्तक के पारायण से मन में संकल्प जगा कि इसे नवीन रूप से प्रकाशित करवाना चाहिए। आचार्य श्री मां चन्दनाजी ने एवम् विरायतन के मंत्री श्री टी.आर. डागाजी ने सहज स्वीकृति प्रदान कर हमें कृतार्थ किया।

हमें पूर्ण विश्वास है कि इस पुस्तक का अध्ययन कर भारतीय नारी अपने सुप्त विश्वास को जागृत करती हुई, भारतीय नारियों के मान–अभिमान में अभिवृद्धि करने का लक्ष्य अवश्य प्राप्त करेगी।

यह पुस्तक आज के वैवाहिक विघटन को रोकने का प्रयास करेगी। आज की पुत्री एवं कल की बहू, इस पुस्तक में दिए गए सुझावों का ध्यान रखेगी तो अपना ही नहीं अपने परिवार का, प्रान्त का और राष्ट्र का कल्याण करेगी।

मैं अपने सहभागी श्री जी.एन. दमाणी, श्री आर. एन. दमाणी, श्री प्रवीणभाई छेड़ा, श्री किशोर अजमेरा एवं मेरे सुपुत्र चि. प्रसन्नचन्द, चि. विनोद कुमार का भी आभार प्रकट करूंगा कि उन्होंने मुझे प्रोत्साहित किया तथा पुस्तक मुद्रण करवाने में हार्दिक सहयोग प्रदान किया।

– N. सुगालचन्द जैन

चेन्नई

अनुक्रम

विषय		पृष्ठ
1.	विचार–वैभव !	1
2.	सत्य ही भगवान है !	7
3.	विनय का चमत्कार !	11
4.	समय की परख !	15
5.	अस्वच्छता पाप है !	19
6.	कलह दूषण है !	23
7.	अपरिग्रह आवश्यक क्यों !	29
8.	आदर्श नारी कौन !	35
9.	विवेक का दीपक !	39
10.	वस्तु–व्यय पद्धति !	45
11.	आत्म–गौरव का भाव !	49
12.	व्यवस्था की बुद्धि !	53
13.	शील स्वभाव !	57
14.	मनुष्य का शत्रु : आलस्य !	61
15.	नारी का गौरव लज्जा !	67
16.	सरलता और सरसता !	71
17.	प्रेम की विराट शक्ति !	75
18.	हंसी–दिल्लगी !	79
19.	दरिद्रनारायण की सेवा !	83
20.	कोयल के मीठे बोल !	87
21.	ब्रह्मचर्य का तेज !	91
22.	भय मन का घुन है !	97

23.	हृदय अन्धकार : निन्दा !	101
24.	विलास विनाश है !	105
25.	नारी का पद : अन्नपूर्णा !	109
26.	मानवता के ये अमृत कण !	113
27.	ये है तप की परिभाषाएं !	119
28.	आदर्श सभ्यता !	123

* * *

1

विचार-वैभव

❑

प्रस्तुत लेख में मनुष्य के विचारों को एक विराट शक्ति माना है और लेखक का दृढ़ विश्वास है कि अगर आपके पास विचार शक्ति है तो दुनिया की हर मुश्किल, हर वक्त आसान है।

मनुष्य विचारों के द्वारा ही संकीर्णता से ऊपर उठता है और विचारों के द्वारा ही संकीर्णता के अंध-कूप में या गर्त में गिरता है। विचार ही उत्थान का मार्ग है और विचार ही पतन का। विचारों के द्वारा ही मनुष्य सतह के ऊपर तैरता है और विचारों के द्वारा ही अतल में पहुंच जाता है। मनुष्य पतन के मार्ग से बचकर चलता है तो वह भी विचारों की महाशक्ति के माध्यम से ही।

कल्पना कीजिए, एक व्यक्ति है और वह दुकान पर बैठा है; मालिक अभी-अभी उठकर कहीं चला गया है। उसका मन हुआ कि गल्ले में से कुछ पैसे उठा लूं! पर तत्क्षण विचार आया, नहीं!!! यह काम अनैतिकता है, चोरी है, अपराध है! किसी व्यक्ति ने नियम लिया हुआ है कि रात्रि में भोजन नहीं करूंगा। परन्तु कभी मन हो आया कि थोड़ा खा-पी लिया जाए तो क्या हर्ज है? बढ़िया माल है! खाने को तत्पर होता है, हाथ भी आगे बढ़ जाते हैं, परन्तु तभी विचारों का करण्ट लगा और वह ठिठक गया। सोचने लगा, नियम मैनें दूसरों को दिखाने के लिए थोड़े ही लिया है। नियम, अपनी ईमानदारी और सच्चाई के लिए होता है। दूसरों की आंखें देखती है तो अमुक कार्य न किया जाए – यह व्रत नहीं है, दम्भ हो सकता है! छल हो सकता है! पर सत्य नहीं। हां

तो विचार जीवन का वैभव है। बस वैभव से हम अपनी रक्षा कर सकते हैं।

विचार शक्ति :

> **आखिर परमाणु शक्ति का पता किसने लगाया? मनुष्य की विचार-शक्ति ने ही तो!**

उपर्युक्त दोनों उदाहरणों से हम इस निश्चित मत पर पहुंचे हैं कि मानव जीवन के निर्माण में विचारों का बहुत बड़ा स्थान है। विचारों की शक्ति भाप और बिजली से भी बड़ी है, विराट है, व्यापक है। आपको पता ही है – द्वितीय विश्व युद्ध में परमाणु शक्ति को कितना महत्व मिला है ? इस सम्बन्ध में जापान में गिराए गए परमाणु बम का उदाहरण सुप्रसिद्ध ही है। परन्तु विचार शक्ति के आगे तो परमाणु बम की शक्ति भी फीकी पड़ जाती है। आखिर परमाणु शक्ति का पता किसने लगाया ? मनुष्य की विचार–शक्ति ने ही तो!

तो यह सिद्ध हुआ कि विचारों की शक्ति बहुत बड़ी है। मनुष्य को अपनी इस महान् शक्ति पर बहुत अधिक ध्यान रखने की आवश्यकता है। जिस प्रकार संसार में प्राप्त की जाने वाली कोई भी शक्ति, भलाई और बुराई दोनों में ही प्रयुक्त की जा सकती है, इसी प्रकार विचार भी दोनों ओर ही अपना कार्य बराबर करते हैं। नेक विचार मनुष्य को ऊंचा उठाते हैं और बुरे विचार नीचे गिराते हैं। इसलिए उन्नति पथ के प्रत्येक पथिक को, चाहे पुरुष हो या नारी – सच्ची सलाह यही है कि वह अपने हृदय की तिजोरी में सुन्दर विचारों का संग्रह करें।

अच्छे विचार :

मैं इस पुस्तक की पाठक पुत्रियों से भी कहना चाहता हूं, तुम

अपने विचारों की प्रबल शक्ति को व्यर्थ नष्ट न होने दो। अपने विचारों पर नियन्त्रण करो। जब भी हो अच्छे विचारों को स्थान दो। बुरे विचार मन में अधिक समय तक स्थान पा जाते हैं तो फिर उनको निकालना असम्भव-सा हो जाता है। बुरे विचार अधिक समय तक मन की भूमि में पड़े रहेंगे तो समय का पानी उनको मिलता रहेगा और उनकी जड़ें मजबूत होती जाएगी। जिस वृक्ष की जड़ें गहरी जम जाती है, तो वह स्थायित्व पा जाता है। फिर उस वृक्ष का उन्मूलन कठिन हो जाता है।

दया, प्रेम, विनय, कोमलता आदि शुभ विचार हैं। इन विचारों के द्वारा चिरकाल से प्रसुप्त मानवता उद्‌बुद्ध हो जाती है। अतः प्रेम, विनय और सौजन्य की लहलहाती हरियाली मानव मात्र का मन मोह लेती है।

विचारों में दृढ़ता :

कायर योद्धा युद्ध करने से पहले यह सोचता है कि यदि मैं शत्रु से घिर गया तो इधर से भाग जाऊंगा, उधर से खिसक जाऊंगा। पर जो वीर है, वह भागने का विकल्प तक नहीं करता। उसके सामने तो एक ही दृढ़ संकल्प होता है – शत्रु को परास्त कर दूंगा। जीवन भी एक समर भूमि है, युद्ध क्षेत्र है। कायर योद्धा की तरह यदि आपके मन में दृढ़ता-विहिन विचार चक्कर काट रहे होंगे तो उस अवस्था में फिर निश्चित ही है कि आप जीवन के क्षेत्र में युद्ध नहीं कर

जीवन भी एक समर भूमि है, युद्ध क्षेत्र है। कायर योद्धा की तरह यदि आपके मन में दृढ़ता-विहिन विचार चक्कर काट रहे होंगे तो उस अवस्था में फिर निश्चित ही है कि आप जीवन के क्षेत्र में युद्ध नहीं कर सकती।

सकती। तुम्हारा काम द्वितीय वीर योद्धा की तरह लक्ष्य स्थिर करना है और फिर उस लक्ष्य की परिपूर्ति के लिए अपनी सारी शक्ति लगा देनी है।

शुभ कर्म करते हुए बाधाएं तो आएंगी ही। रुकावटें अपना मार्ग भी अवरुद्ध करेंगी ही। परन्तु यदि आपके विचार में दृढ़ता है तो संसार की भारी से भारी शक्ति भी आपका मार्ग अवरुद्ध नहीं कर सकती है। विघ्नों की बड़ी–बड़ी चट्टानें भी चूर–चूर हो जाएंगी।

उन विचारों का मूल्य ही क्या है जो आपके अपने निश्चयों से डिगा दे। संकल्प दृढ़ ही क्या हुए जो आंधी में तिनके के समान उड़ जाएं। त्याग और तप की दृढ़ता और सत्य की प्रतिमूर्ति महारानी सीता का जीवन तो तुमने पढ़ा ही होगा ? जिस समय महारानी सीताजी ने अपने पति महाराज रामचन्द्रजी के साथ भयानक वन में जाने का दृढ़ संकल्प लिया था, उस समय उनको वन की कितनी ही भयंकर यातनाएं बतलाई गई, परन्तु वे अपने निश्चित संकल्प से अणुमात्र भी विचलित नहीं हुई। वन में गई, भीषण संकट सहे, अधिक क्या, राक्षसराज रावण की कैद में भी रही, पर क्या मजाल जो मन में जरा भी क्षोभ हो जाए, सत्य से पतित हो जाए। उन्होंने अपने विचारों को बहुत दृढ़ कर लिया था और यह निश्चय कर लिया था कि चाहे प्राण भले ही चले जाएं, परन्तु मैं अपने उद्देश्य से अणुमात्र भी विचलित नहीं होऊंगी।

तुम सीता के ही पवित्र देश की लाड़ली सुपुत्रियां हो। अतः तुम्हें भी अपने शुभ विचारों में दृढ़ता का भाव रखना चाहिए। आजकल तुम विद्या पढ़ रही हो, अतः इस समय यह निश्चित शुभ संकल्प करो कि चाहे कुछ भी हो, कैसी भी स्थिति क्यों न हो, हम विद्या–अध्ययन में कभी भी पीछे नहीं हटेंगी, अन्तिम सीमा पर पहुंच कर ही विश्राम लेंगी।

यह ही नहीं, इतना ही नहीं, भविष्य में भी जो सत्कार्य हों, अपना और पर का कल्याण करने वाले काम हों, उन सबके लिए भी संकल्प की पूर्ण दृढ़ता अपने हृदय में रखो। देखना, कहीं साहस बीच में ही न भंग हो जाए।

संगति कैसी ?

अब यह प्रश्न है कि सुन्दर और शुभ विचार प्राप्त कैसे किए जाएं? शुभ विचार उत्तम संगति से और उत्तम पुस्तक पढ़ने से प्राप्त होते हैं। मनुष्य जैसी संगति में रहता है, वैसे ही उसके विचार होते हैं। फिर वह संगति, चाहे मनुष्य की हो, चाहे पुस्तकों की।

अपने विचारों को पवित्र और उत्तम बनाने के लिए सदा सच्चरित्र सुशील कन्याओं के साथ रहो। जब कभी अवसर मिले, घर की बड़ी-बूढ़ी स्त्रियों के पास बैठ कर उनसे उत्तम शिक्षाएं लो। गांव में जब कभी गुरुदेव आ जाए, तो उनके प्रवचनादि से भी लाभ उठाओ। जब कभी साध्वीजी महाराज आए तो यथावसर उनके पास भी जाओ और ज्ञान प्राप्त करो। इसके विपरीत बुरे स्वभाव वाली आचरणहीन लड़कियों से बचो और जो स्त्रियां झगड़ालू एवं निन्दा, बुराई करने वाली हो, उनसे भी दूर रहो। साधुत्व के भेष में फिरने वाले पाखण्डी पुरुषों से भी सावधान रहो। पता नहीं, कब बुरी संगति से उत्पन्न बुरे विचार तुम्हारे मन में घिर आएं। एक बार भी बुरे विचार आ गए, तो भले विचारों को दबा लेंगे, उनमें दूषण पैदा कर देंगे और सदा के लिए अपना आसन जमा लेंगे। तुमने कभी देखा होगा थोड़ी सी खटाई भी बहुत सारे उत्तम दूध को फाड़ डालती है। सदैव भली संगति में रहने से ही मनुष्य के विचार अच्छे और पवित्र होते हैं।

आपकी सच्ची सहेलियां :

शुभ विचारों को प्राप्त करने का दूसरा साधन अच्छी पुस्तक हैं। उत्तम पुस्तकें जीवन में बहुत बड़े ज्ञान का प्रकाश देती है। पुस्तकें मूक अध्यापिकाएं है, जो न कभी मारती हे, न कभी झिड़कती है, न झुंझलाती है, किन्तु चुपचाप अच्छी–अच्छी शिक्षाएं देती रहती है। पुत्रियों! तुम अच्छी चुनी हुई पुस्तकों को भी अपनी सहेली बनाओ। जब कभी समय मिले, कोई अच्छा सा किसी सती का जीवन चरित्र, महापुरुषों का जीवन चरित्र या संतों का धर्मोपदेश वाली पुस्तकें लेकर बैठ जाओ, तुम्हें अवश्य ही शुभ विचारों का प्रकाश मिलेगा। अच्छी–अच्छी पुस्तकों से अच्छी–अच्छी बातें नोट करो और उनको आचरण में लाने का अभ्यास करो। आपका जीवन अवश्य ही उन्नत, पवित्र और मंगलमय हो जाएगा।

उपसंहार :

कौन मनुष्य कैसा है ? यह उसके बाह्य रंग रूप और जाति आदि से नहीं आंका जा सकता। प्रत्युत उसके विचारों से ही पता लगाया जा सकता है कि कौन कितना सच्चा तथा चरित्रवान है। अतः मनुष्य को परखने की यह कसौटी है कि जैसे उनके विचार होंगे, वैसा ही उनका आचरण भी होगा।

अच्छी पुस्तकों से संग्रह किए गए विचार, विचारों का वैभव है। यह विचार–सम्पत्ति आपके जीवन के अंधेरे, उजाले में हर समय काम आने वाली है।

* * *

2

सत्य ही भगवान है

सत्य की मशाल आपके जीवन के अंधेरे-उजाले के, सांझ सकारे के हर मोर्चे पर काम आएगी! इस लेख से यह सिद्ध है कि सत्य मानव जीवन के लिए सांसों के सामन ही आवश्यक है।

सत्य एक मशाल है। सत्य एक शक्ति है। सत्य ही सूर्य और सत्य ही भगवान है। सत्य जीवन की ज्योति है। सत्य जीवन पथ का प्रकाश स्तम्भ है। मानव अंधकार से बचने के लिए प्रकाश चाहता है। सत्य झूठ के अंधकार से बचने के लिए प्रकाश है, मशाल है। सत्य मनुष्य को प्रकाश के पथ पर अग्रसर करने वाली शक्ति है। सूर्योदय होता है तो अंधकार एकदम समाप्त हो जाता है। प्रातःकाल तुमने देखा होगा, सूर्य पूर्णतयाः आकाश में आता भी नहीं है और उसके आने से काफी पहले ही अंधकार नष्ट होना प्रारम्भ हो जाता है। इसी प्रकार सत्य का सूर्य जब हृदयाकाश पर उदय होता है तो असत्य का, झूठ का अंधकार भी सत्य से बोलने का संकल्प करते ही नष्ट होना प्रारम्भ हो जाता है। सूर्य से जैसे अंधकार दूर भागता है, इसी प्रकार सत्य से झूठ भी दूर भागता है।

सत्य का महत्व :

सत्य को जैन–धर्म ने अत्यधिक महत्व दिया है। श्रमण भगवान महावीर ने अपने आपको भगवान कहलाने का कभी आग्रह नहीं किया, उन्होंने तो आज से लगभग पच्चीस सौ वर्ष पहले कहा था; वस्तुतः सच्चा

भगवान सत्य ही है – 'तं सच्च खु भगवं' हमारे आराध्यदेव भगवान का कहना अक्षरशः सत्य है। सत्य पथ का पथिक बनकर ही तो मनुष्य भगवान बनता है। मानव से महामानव बनता है। सत्य वह भगवान है जो अपने उपासकों को भगवान बना देता है। वह भगवान ही क्या, जो अपने भक्तों को अपने समकक्ष स्थान प्रदान न कर सके, तो उनकी उदारता ही क्या रही ? साधारण मानव से महामानव की उदारता भी तो महान् ही होनी चाहिए। भगवान महावीर ने आचारांग सूत्र में कहा है– 'जो साधक (व्यक्ति) सत्य की आज्ञा में चलता है, वह मृत्यु पर भी विजय प्राप्त कर लेता है।' मृत्यु पर विजय प्राप्त करना ही तो भगवान बनना है।

सत्य का व्यावहारिक रूप :

तुम जानती हो, सत्य किसे कहते हैं ? जैसा देखने व सुनने में आए उसे वैसा ही और उतना ही कहना सत्य है। अतः जो बात जैसी और जितनी हो, उसे वैसी और उतनी ही कहनी चाहिए। अपनी ओर से रंग लगाकर या बढ़ा–चढ़ाकर कभी कोई भी बात नहीं कहनी चाहिए। यदि तुम्हें भली और सुघड़ लड़की बनना है तथा सबकी दृष्टि में सम्मानित होना है, तो असत्य कभी मत बोलो। झूठ बोलकर भूल छिपाने का कभी प्रयत्न नहीं करना चाहिए। भूल तो छोटे–बड़े सभी से होती है, पर स्वीकार कर लेना बड़ी बात है।

जो बात जैसी और जितनी हो, उसे वैसी और उतनी ही कहनी चाहिए। अपनी ओर से रंग लगाकर या बढ़ा-चढ़ाकर कभी कोई भी बात नहीं कहनी चाहिए।

झूठ से झूठ बढ़ता है :

झूठ से झूठ बढ़ता ही है, घटता नहीं। झूठ बोलने पर तुम्हारा एक अपराध ढक भी गया तो क्या हुआ ? इस तरह तो एक बार झूठ बोलकर आगे तुम झूठ बोलने की परम्परा ही डाल लोगी और झूठ का अभ्यास बढ़ता जाएगा। ज्यों–ज्यों तुम्हारा झूठ बढ़ेगा, त्यों–त्यों तुम्हारा विश्वास लोगों के दिल से उठता जाएगा। अगर तुमने किसी का झूठा नाम लगा दिया तो समझ लो दोहरा झूठ हो गया।

सत्य बोलने से आत्मा सदा प्रसन्न रहती है। सत्य के उपासक के चित्त में किसी प्रकार की खिन्नता और दुःख नहीं होता। सत्य बोलने वाला सदा निर्भय रहता है। झूठा व्यक्ति यह सोचकर भयातुर रहता है कि मेरा झूठ कहीं प्रकट न हो जाए। सत्यवादी के मुख पर अपूर्व तेज चमकता है और आस–पास के सब लोगों में विश्वास भी बढ़ता है। संसार में जितने भी काम है, सब परस्पर के विश्वास से ही चलते हैं। जिसने सत्य बोलकर जनता से विश्वास पाया, उसने सब कुछ पाया। सत्य बोलने से सब जगह प्रतिष्ठा होती है, उसका कोई भी काम कभी नहीं रुकता।

सत्य की सीख :

प्यारी कन्याओं! तुम सदा सत्य बोला करो। जो लड़कियां झूठ बोलने वाली होती है, उनका कोई भी विश्वास नहीं करता। सब लोग उनको घृणा से देखते हैं और जो कन्याएं सत्य बोलती है, उनका माता–पिता आदि सब बड़े भी विश्वास करते हैं, साथ ही सहेलियों में भी उनको सम्मान मिलता है, पास–पड़ोस के सब लोग उनकी प्रशंसा करते हैं और उनसे दूसरी छोटी लड़कियों को भी शिक्षा मिलती है।

तुमने झूठ बोलने वाले गड़रिये की कहानी तो सुनी ही होगी ? जब वह लड़का जंगल में भेड़ें चराने जाता तो लोगों को हंसी मजाक करने के लिए झूठ में ही चिल्ला उठता था – 'लोगों दौड़ो–दौड़ो, भेड़िया आ गया। बचाओ! बचाओ!' खेतों में काम करने वाले कृषक भागकर उसे आपत्ति से मुक्त करने की भावना से जाते और उससे पूछते कहां है भेड़िया? तो वह खिलखिला कर हंस पड़ता। इस प्रकार उसने अनेकों बार किसानों को परेशान किया। एक बार सचमुच ही भेड़िया आ गया। वह चिल्लाया, पर सब लोगों ने इसके इस सत्य को भी झूठ समझा और कोई भी उसकी सुरक्षा के लिए नहीं आया। फलतः वह अपनी जरा–सी झूठ बोलने की प्रवृत्ति के कारण ही अपने जीवन से हाथ धो बैठा! जिन्दगी खो बैठा!

यह कहानी यह शिक्षा देती है कि झूठ बोलकर अगर जरा–सी देर के लिए अपना काम बना भी लिया, मनोविनोद कर भी लिया तो क्या हुआ ? कांठ की हंडिया एक बार ही चूल्हे पर चढ़ सकती है। झूठ बहुत कम ही जिन्दा रहता है, अजर–अमर तो सत्य ही है। जिसके पास सत्य है, उसे भय ही किस बात का हो सकता है ? सत्य साक्षात् भगवान ही है।

* * *

3

विनय का चमत्कार

कठोर अनुशासन के द्वारा नौकर से भी मन इच्छित कार्य नहीं कराया जा सकता। हृदय जीत लेने का एक ही उपाय है और वह है - विनय। विनय गुण जीवन के हर मोर्चे पर ढाल का काम कर आपको विजयी बनाए! यह विश्वास हृदय में स्थिर कर जग से यश की माला पहनिए।

विनय का अर्थ बड़ों का आदर करना है। परन्तु विनय का संकुचित अर्थ न कर, जरा व्यापक अर्थ करें तो 'नम्रता' है। नम्रता मनुष्य का एक महान गुण है और नारी-जाति के लिए तो यह बहुत ही आवश्यक गुण है। वह जहां भी रहेगी, नरक जैसे घर को स्वर्ग बना देगी।

नम्रता का चमत्कार :

नम्र व्यवहार और नम्र वचन किसे प्रिय नहीं ? नम्रता से शत्रु भी मित्र बन जाते हैं। इतिहास से जाना गया है कि नम्रता के द्वारा बड़े से बड़े क्रूर और झगड़ालू मनुष्य भी अनायास ही वश में कर लिए गए हैं। नम्र स्त्री घर भर में अपना शासन चलाती है और सबको प्रसन्न रखती है। पूरा परिवार उसके कहने में चलता है। अतः नम्रता जादू का सा असर रखती है।

प्रेम की चुम्बकीय शक्ति :

अभिमान बड़ी भयंकर चीज है। अपने को धनी, सुन्दर, चतुर और गुणी समझना अभिमान है और यह सारे परिवार के सुखमय जीवन

> **प्रेम चुम्बक शक्ति है। इसके द्वारा हर इन्सान को अपने संकेत पर चलाया जा सकता है।**

को चौपट कर देता है। कन्याओं का कर्तव्य है कि अपने आप को अभिमान के रोग से बचाएं। अभिमान करने वाली लड़कियां हमेशा तनी रहती है, मुंह फुलाए रहती है, किसी से सीधे मुंह बोलती भी नहीं। अभिमानी लड़कियां किसी से भी अपना मधुर और स्नेह का सम्बन्ध नहीं रख सकती। यह समझना कि मैं अभिमान के दबाव से सबको दबा लूंगी, बिल्कुल भूल है। आजकल किसी पर किसी का घमण्ड नहीं चलता। और तो क्या, नौकर–चाकर भी व्यर्थ का अभिमान सहन नहीं कर सकते। प्रेम के द्वारा नौकर से दस काम ज्यादा कराए जा सकते हैं। डांट और अभिमान कोई भी सहन करने को तैयार नहीं है। इसलिए कहा जाता है – 'प्रेम चुम्बक शक्ति है। इसके द्वारा हर इन्सान को अपने संकेत पर चलाया जा सकता है।'

बहुत से स्त्री–पुरुष समझते हैं कि 'घर के नौकर और नौकरानी पर तो कठोर शासन करना ही चाहिए, अन्यथा वे गम्भीरता से कार्य नहीं करेंगे। यह ठीक है, नौकरों के साथ जरा गम्भीरता से काम लेना चाहिए। परन्तु यह गम्भीरता और चीज है और लड़ना–झगड़ना दूसरी चीज है। बुद्धिमति और तेजस्वी गृह–देवियां अपशब्दों का प्रयोग किए बिना ही जैसा अच्छा गृह–शासन कर सकती है, उतना बात–बात पर लड़ने–झगड़ने और विवाद करने वाली स्त्रियों से नहीं हो सकता।

नम्रता और उग्रता

नम्रता का उपदेश इसलिए नहीं है कि तुम नम्रता करते–करते कायर और बुजदिल बन जाओ। नम्रता और कायरता में बड़ा भारी

अन्तर है। कभी–कभी आपत्ति के समय स्त्रियों को उग्रभाव भी धारण करना पड़ता है। जब किसी दुराचारी और गुण्डे से वास्ता पड़े तो वहां आत्म–सम्मान की रक्षा के लिए उग्रता से काम लेना चाहिए। जैन–धर्म अहिंसा और दया का बहुत बड़ा पुजारी है। वह जीवन में नम्रता व कोमलता को बहुत महत्व देता है। परन्तु वह यह भी नहीं कहता कि कोई भी स्त्री, दुराचारी और असभ्य गुण्डों के साथ भी नम्रता का व्यवहार करे, उनकी आजिजी करे। आक्रमणकारी नीच गुण्डों को उग्रता से दण्ड देना ही चाहिए और ऐसा दण्ड देना चाहिए कि वे सदा के लिए सावधान हो जाएं, फिर कभी किसी स्त्री से अनुचित हरकत न करें।

उपसंहार :

भारत का गौरव, स्त्री जाति पर अवलम्बित है। हमारे देश की कन्याएं जब एक साथ ही लक्ष्मी, सरस्वती और दुर्गा का रूप धारण करेंगी, तभी देश का कल्याण होगा। भारतीय कन्याएं, नम्रता के क्षेत्र में इतनी नम्र हों कि घर और बाहर सर्वत्र उनकी कोमलता की सुगन्ध फैल जाए और समय पर गुण्डों के सामने इतनी कठोर भी हों कि अत्याचारी और दुराचारी थर–थर कांपने लगे। नम्रता और वीरता का यह मधुर मिश्रण ही भारतीय नारी का युग–युग तक कल्याण करता रहेगा।

* * *

4

समय की परख

> जो घटना, जो दृश्य, जो चित्र अतीत के पर्दे के पीछे एक बार ले जाते है।, उन्हें लाख प्रयत्न करके भी मनुष्य इन चर्म-चक्षुओं के सम्मुख न ला सकेगा। अतः समय का मूल्य आंकने की कला इस लेख द्वारा आपको प्राप्त है, मूल्यांकन कीजिए।

समय अनमोल वस्तु है। संसार की अन्य सब वस्तुओं का मूल्य आंका जा सकता है, परन्तु आज तक समय का मूल्य न कभी हुआ है और न कभी भविष्य में होगा ही। समय का मूल्य तब होता यदि वह किसी दूसरे पदार्थ के बदले में मिल सकता।

समय का प्रभाव :

समय वेगवान प्रवाह है और वह अविराम गति से बह रहा है। वह एक क्षण के लिए भी नहीं रुक सकता। संसार में अनेक शक्तिशाली महापुरुष हो गए हैं परन्तु ऐसा कोई नहीं हुआ जिसने समय को स्थिर रखा हो, रोके रखा हो, जाने न दिया हो। भगवान महावीर का जब पावापुरी में निर्वाण हो रहा था तो स्वर्ग के इन्द्र ने आकर कहा था – 'भगवान कुछ देर के लिए जीवन बढ़ा लीजिए। आपकी आयु के क्षण गुजर रहे हैं। इन्हें जरा–सी देर के लिए रोक लीजिए।' भगवान ने उत्तर दिया था – 'देवराज! यह असम्भव है। समय की गति को रोका नहीं जा सकता। जीवन समाप्त होने को है, मैं उसे बढ़ा नहीं सकता, नहीं बचा सकता। संसार का कोई भी शक्तिशाली पुरुष यह असम्भव काम नहीं

कर सकता।' वस्तुतः भगवान महावीर का कहना पूर्ण सत्य है। समय क्या है और वह कैसे जाता है, इसका पता मृत्यु के समय पर लगता है। उस समय संसार की सारी सामग्री और धन देने पर भी अधिक तो क्या एक क्षण भी नहीं बढ़ाया जा सकता, रोका नहीं जा सकता।

जो दिन-रात गुजरते जा रहे हैं, कभी वापस लौटकर नहीं आ सकते। परन्तु जो सत्कार्य करता है, धर्माराधना करता है, उसका वह समय सफल हो जाता है।

हां, तो समय अनमोल वस्तु है। इससे जितना भी लाभ उठाया जा सके, उठा लो। समय रुक नहीं सकता है, वह चला जाएगा। जो लाभ उससे उठा लिया जाएगा, वही हाथ में बचा रहेगा। भगवान महावीर कहते हैं – 'जो दिन–रात गुजरते जा रहे हैं, कभी वापस लौटकर नहीं आ सकते। परन्तु जो सत्कार्य करता है, धर्माराधना करता है, उसका वह समय सफल हो जाता है। इसके विपरीत जिसने अधर्म किया है, समय को यों ही व्यर्थ के कार्यों में खर्च किया है, उसका वह समय निष्फल हो गया है।'

समय का सदुपयोग :

तुम अभी लड़की हो। अतएव मन लगाकर विद्या पढ़ो। खेलकूद में समय नष्ट करना मूर्खता होगी। अब तुम पढ़ लोगी, तो भविष्य में तुम्हारे काम आएगा। अन्यथा जीवन भर का पछतावा रहेगा। फिर यदि तुम चाहोगी कि पढ़ लो तो भी नहीं पढ़ा जाएगा। गया हुआ बचपन कहीं लौटकर आता है ? पढ़ने के लिए बचपन से बढ़कर दूसरा कोई सुन्दर समय नहीं होता। तुम देख सकती हो – तुम्हें धर्म की अच्छी पुस्तकें पढ़ते देखकर बहुत सी बड़ी–बूढ़ी स्त्रियां किस प्रकार पछतावा करती है

– 'हम तो मूर्ख ही रह गई, पढ़ी नहीं। अगर हम पढ़ी होती तो आज बेकार न पड़ी रहती। अच्छे–अच्छे धर्मग्रन्थ पढ़ती। अब सुनने के लिए भी दूसरों का मुंह ताकना पड़ता है, फिर भी बहुत सी बातें अच्छी तरह समझ में नहीं आती।' पुत्रियों! तुम इन वृद्धाओं की बातों से शिक्षा लो और अपने समय का क्षण भी व्यर्थ न जाने दो। घड़ी की सुई की तरह एक–एक मिनट के लिए भी नियमबद्ध होकर काम करो।

बहुत सी लड़कियां और स्त्रियां समय की कद्र नहीं जानती। वे व्यर्थ ही खाट तोड़ती रहती हैं, गपशप मारा करती हैं। समय बिताने के लिए मुहल्ले की स्त्रियों को बुला लेती हैं या स्वयं उनके पास पहुंच जाती है। चार–पांच इकट्ठी होकर आलोचना प्रारम्भ करती है, तो बस फिर क्या, समूचे गांव भर के स्त्री–पुरुषों की आलोचना कर डालती हैं। किसी में कुछ दोष निकालना, किसी में कुछ। एक तूफान खड़ा कर देती है। आपस की झूठी–सच्ची निन्दा–बुराई से मन और जिह्वा दोनों को व्यर्थ ही अपवित्र करने में पता नहीं, उन्हें क्या आनन्द आता है ? और जब इस महिला–महासभा की रिपोर्ट बाहर जाती है तो गांव के शान्त परिवारों में महाभारत का–सा युद्ध ठन जाता है। जिनकी निन्दा–बुराई की गई है, भला वे कब चुप बैठने वाली हैं। नासमझ स्त्रियां व्यर्थ ही मुहल्ले में कलह के बीज बो देती है। यह है, समय की कद्र न करने का दुष्परिणाम! यह है, आपस में गपशप का भयंकर फल!

दुर्गुण नहीं आएंगे :

पुत्रियों! तुम स्वयं चतुर हो, अपना हिताहित समझ सकती हो। समय चिन्तामणि रत्न है, तुम इससे मनचाहा फल पा सकती हो। समय पर विद्या पढ़ो, समय पर धर्माराधना करो, समय पर दान करो,

परोपकार करो, समय पर घर में किसी बीमार की सेवा–शुश्रुषा करो, समय पर छोटे बाल–बच्चों को कहानी सुनाकर अच्छी शिक्षा दो, समय पर घर में बड़ी–बूढ़ी स्त्रियों को कोई धार्मिक पुस्तकें सुनाओ। मतलब यह है कि – 'खाली न बैठो, कुछ न कुछ सत्कर्म करती रहो।' जीवन में बहुत काम है, समय थोड़ा है। अतः दिन–रात बराबर प्रयत्नशील रहकर ही मनुष्य समय का सदुपयोग कर सकता है। एक पल भी व्यर्थ खोना, एक अमूल्य कोहीनूर हीरे के खोने से भी बढ़कर हानिकारक है। सीने–पिरोने आदि के छोटे–से–छोटे काम भी सदाचार के सूत्र हैं। बेकार समय में तो आलस्य, दुर्विचार आदि घेर लेते हैं। सतत् क्रियाशील जीवन के समय उन दुर्गुणों को आने का कभी साहस ही नहीं होता।

* * *

5

अस्वच्छता पाप है

बिना जाने, बिना समझे ही कुछ लोगों ने धारणा बना ली है कि जैन धर्म गन्दा रहना सिखाता है। यह लेख इसका सम्यक् स्पष्टीकरण है और शारीरिक व मानसिक दोनों ही अस्वच्छता से बचना चाहिए। यह जैन-धर्म का मूल स्वर है।

'अस्वच्छता' का अर्थ गन्दगी है। जो मनुष्य अस्वच्छ रहता है, गन्दा रहता है, वह भयंकर भूल करता है। अस्वच्छ रहने से मनुष्य के स्वास्थ्य का भी नाश होता है और दूसरे साथियों के स्वास्थ्य को भी हानि पहुंचती है। जिस मनुष्य का स्वास्थ्य नष्ट हो गया, समझ लो, वह एक प्रकार से धर्म से भी भ्रष्ट हो गया। इसलिए जैन धर्म में अस्वच्छता को एक दुर्गुण व पाप माना गया है। बताइए, रोगी मनुष्य क्या धर्म कर सकता है ?

अस्वच्छता से बचिए :

अस्वच्छता दो प्रकार की होती है – मानसिक और शारीरिक। अपने मन तथा आत्मा को विकारों से अशुद्ध रखना, मानसिक अस्वच्छता है और शरीर तथा आस-पास की वस्तुओं को गन्दी रखना, शारीरिक अस्वच्छता है। मनुष्य को दोनों ही अस्वच्छताओं से बचकर रहना चाहिए।

मानसिक अस्वच्छता को दूर करने के लिए निम्न बातों पर खास तौर से लक्ष्य रखना चाहिए –

1. क्रोध न करना !
2. लोभ न करना !
3. छल न करना !
4. घमण्ड न करना !
5. चोरी न करना !
6. झूठ न बोलना !
7. कुविचार न करना !
8. विश्वासघात न करना !
9. किसी की निन्दा न करना !
10. मोह न करना आदि, आदि !

जैन-धर्म जैसा स्वच्छता और विवेक पर जोर देना वाला धर्म है, वैसा दूसरा कोई धर्म नहीं।

दूसरा नम्बर शरीर की स्वच्छता का है। इस पर भी बहुत अधिक लक्ष्य रखना चाहिए। जैन–धर्म जहां मानसिक स्वच्छता पर जोर देता है, वहां शारीरिक स्वच्छता पर भी जोर देता है। जो लोग कहते हैं कि जैन–धर्म में गन्दा रहना बताया गया है, वे अभी तक जैन–धर्म को तनिक भी न पढ़ पाए हैं। जैन–धर्म जैसा स्वच्छता और विवेक पर जोर देना वाला धर्म है, वैसा दूसरा कोई धर्म नहीं।

शारीरिक अस्वच्छता को दूर करने के लिए नीचे लिखी बातों पर खास तौर से लक्ष्य रखना चाहिए –

1. हाथ–मुंह, शरीर ये गन्दे नहीं रखना !
2. सिर गन्दा नहीं रखना !
3. वस्त्र, घर, आंगन गन्दा नहीं रखना !
4. बिछौना गन्दा नहीं रखना !

5. पानी बिना छाना नहीं पीना !
6. छलना गन्दा, फटा हुआ नहीं रखना !
7. आटा बहुत दिनों का नहीं रखना !
8. साग वगैरह बहुत दिनों के नहीं खाने !
9. भोजन बासी नहीं खाना !
10. बर्तन गन्दे और धूल से भरे हुए नहीं रखना !
11. भोजन अधिक नहीं लेना, जूठन नहीं डालना !
12. पाखाना हमेशा साफ रखना !

स्वर्ग और नरक :

तुम गृह–लक्ष्मी हो। तुम्हें घर में देवी के समान ही स्वच्छ और पवित्र रहना चाहिए। जो चतुर नारियां, शरीर तथा आस–पास के पदार्थों की स्वच्छता पर बराबर ध्यान देती हैं, वे अपना और परिवार आदि सबका मंगल करती है। इनके विपरीत जो अस्वच्छ रहती है, आस–पास की वस्तुओं को गन्दा रखती हैं, वे अपने को तथा परिवार को दुखी करती है। इतना ही नहीं, निर्दोष पड़ोसियों तक को भी तंग करती है। अस्वच्छता का बुरा परिणाम सब पड़ोसियों को, कभी–कभी तो सारे गांव तक को भोगना पड़ता है। हैजा, प्लेग आदि बहुत से छूत–सम्बन्धी रोग अस्वच्छता के ही कुफल हैं। देखिए एक मनुष्य की जरा सी असावधानी से व्यर्थ ही असंख्य जीवों की हिंसा हो जाती है। हां तो, अस्वच्छता नरक है और स्वच्छता स्वर्ग। स्वच्छता से प्रेम करने वाली कन्याएं, देश के लिए मंगलकारिणी देवियां प्रमाणिक हो सकती है।

अस्वच्छता नरक है और स्वच्छता स्वर्ग।

* * *

6

कलह दूषण हैं

कलह के कारण प्रेम की कड़ियां टूट-टूट कर गिर रही हैं। बड़े व अच्छे घर की बेटियों को चाहिए उन कड़ियों को जोड़ दें। प्रेम के पौधे लगा कर उजड़ी फुलवारी की शोभा बढ़ा दें। शोभा बढ़ाने का आसान तरीका इस लेख में आपको मिल जाएगा।

आज के भारतीय परिवार दिन–प्रतिदिन दुर्बल और दुर्बलतर होते जा रहे हैं। आज के परिवारों की प्रेम श्रृंखला मजबूत नहीं रही। प्रेम की कड़ियां टूट–टूट कर अनुदित गिर रही है। पारिवारिक भावनाएं प्रायः समाप्त होती जा रही है। वे पहले जैसे हरे–भरे फलते–फूलते हंसमुख परिवार कहां ? वह पुराना स्वर्गीय जीवन आज केवल स्वप्न बनकर ही तो रह गया है।

वह कौन सा रोग है, जिसके कारण हम दिन–प्रतिदिन छीजते जा रहे हैं। भारतीय परिवारों की जड़ों में कोई भयानक कीड़ा अवश्य लगा हुआ है जो इस प्रेम को खोखला कर धाराशायी बनाने का प्रयत्न कर रहा है। वह रोग, वह कीड़ा और कोई नहीं, एकमात्र आपस की कलह है, जो आज हमारे सर्वनाश का कारण बन रहा है। कलह मानव जाति का सबसे बड़ा दूषण है।

शान्ति आवश्यक क्यों ?

मनुष्य के लिए शान्ति ही सबसे बड़ा गुण है। हां तो, तुम कैसे ही

उत्तेजना के वातावरण में क्यों न हो, परन्तु अपनी शान्ति नष्ट न होने दो। यदि तुमने जरा भी अपने आपको शान्ति से अलग किया तो देख लेना, तुम्हारे परिवार में कलह आसन जमा लेगी और आपस में प्रेम रूपी कल्पवृक्ष को क्षण भर में जलाकर राख कर डालेगी।

अपने हृदय को साफ रखो, हृदय में किसी की ओर से मैल न जमने दो, फिर तुम्हें कलह नष्ट नहीं कर सकेगा।

कब तक कोई आग को ढक कर रख सकता है ? आग को कितना ही छिपाओ, फिर भी उसकी चमक तो बाहर निकलेगी ही। ठीक इसी प्रकार हृदय की दुर्भावनाएं भी कभी छिप नहीं सकती। आसपास के कारणों को लेकर हृदय में जो अनेक प्रकार की दुर्भावनाएं इकट्‌ठी हो जाती हैं, वे ही बढ़ कर कलह का रूप धारण करती हैं और एक हरे–भरे तथा सुखी परिवार को नष्ट–भ्रष्ट कर डालती है। बस, अपने हृदय को साफ रखो, हृदय में किसी की ओर से मैल न जमने दो, फिर तुम्हें कलह नष्ट नहीं कर सकेगा। शुद्ध हृदय में कलह उत्पन्न ही नहीं हो पाता। हृदय को शुद्ध रखने के लिए शान्ति आवश्यक है।

कलह के कारण सारा परिवार डांवाडोल हो जाता है और प्रत्येक व्यक्ति के मुख पर उदासीनता और कठोरता छा जाती है। घर में से प्रसन्नता और हंसी–खुशी एकदम गायब हो जाती है। जो स्त्री कलह करती है, उससे कोई भी प्रसन्न नहीं रहता। सब लोग उससे बच कर रहते हैं, और तो क्या उससे कोई बोलना तक भी नहीं चाहता। बच्चे भी उससे डर कर रहते हैं। वह जिधर भी चली जाती है, चण्डी का भयानक रूप धारण कर लेती है और शेरनी की तरह बबकारती है, घर भर में एक तहलका मचा देती है।

पुत्रियों! तुम्हें आगे चलकर घर की रानी बनना है। इसलिए अभी से अपने आपको खूब अच्छी तरह संभाल कर रखो। आपस के कलह से सर्वथा दूर रहो। माता, पिता, भाई, बहिन जो आज्ञा दें, खुशी–खुशी झटपट पालन करो। अगर कभी तुम्हारा कहना न माना जाए, तो लड़ो मत। प्रेमपूर्वक अपनी बात मनवाने का प्रयत्न करो। साथ ही सहेलियों से हमेशा मिलजुल कर रहो, कभी भी आपस में झगड़ा न करो।

नारी घर की रानी है :

बिना नारी के घर, घर नहीं कहलाता। वह भयंकर श्मशान है जिसमें नारी का साम्राज्य नहीं! बिना नारी के घर में रमणीयता, सरसता और प्रेम कहां मिल सकता है ? परन्तु नारी के लिए यह ऊंचा पद वहन करना ही बहुत कठिन है। बहुत–सी नारियां कलह के कारण स्वर्ग के से घर को नरक बना देती है। दिन भर उनके कलह का बाजार गर्म रहता है। किसी से लड़ती हैं, किसी की शिकायत करती हैं, जरा–जरा सी बात पर मुंह चढ़ा लेती हैं, खाना–पीना छोड़ देती हैं, गालियां देती हैं और ताने मारती हैं।

प्रेम से प्रेम मिलता है :

तुम अभी घर में पुत्री और बहन के रूप में रहो। तुम्हारे भाई की पत्नी भाभी तुम्हें सहेली के रूप में मिली है, भाभी के साथ बहुत प्रेम के साथ हिल–मिल कर रहो। ननद का पद, भाभी के साथ साथीपन का है, सहायता पहुंचाने का है, खुश रहने का है और प्रेम से दो बात कहने का है, तंग करने का नहीं। बहुत–सी लड़कियां अपनी भाभी से बहुत झगड़ा करती हैं, गालियां देती हैं, बात–बात पर तिरस्कार करती हैं।

संसार का नियम है - प्रेम से प्रेम मिलता है और द्वेष से द्वेष।

भाभी को भूखी और कंगाली बताना तथा परिहास में फूहड़ कहना, बिल्कुल अनुचित है। तुम समझती हो, भाभी ने तुम्हारे घर में जन्म नहीं लिया है। परन्तु देखो वह भी कहीं से बहन और पुत्री के रूप में रह कर ही तुम्हारे यहां बहू बनकर आई। नया घर है, नया परिवार है, नया वातावरण है, अतः तुमसे उसको सहायता मिलनी चाहिए या तिरस्कार? समझ लो, तुम्हें भी दूसरे घर में जाना है, किसी की भाभी बनना है, तुम वहां क्या करोगी ? तब तुम्हारी ननद के द्वारा तुम्हारा अपमान होगा, तब तुम्हें कितनी पीड़ा होगी ? जो जैसा करता है, वैसा पाता है। तुम्हें भी अपनी करनी का फल जरूर मिलेगा।

भाभी की बात पर लम्बा लिखने का यह अभिप्राय है कि प्रायः लड़कियां लड़ने–झगड़ने की आदत भाभी से ही प्रारम्भ करती है, अतः प्रारम्भ से ही इस दुर्गुण से बचने का प्रयत्न करना चाहिए। संसार का नियम है – प्रेम से प्रेम मिलता है और द्वेष से द्वेष।

शत्रु की पहचान :

स्त्रियां प्रायः कानों की कच्ची हुआ करती है। झूठी सच्ची कुछ भी किसी के सम्बन्ध में सुन लेती हैं और उसी पर विश्वास कर लेती हैं, फलतः घर में प्रेमी से प्रेमी व्यक्ति के साथ भी झगड़ा करने को तैयार हो जाती है। परन्तु याद रखो, जो लोग तुमसे किसी की शिकायत करते हैं और तुमसे चिकनी–चुपड़ी बातें बनाते हैं, तो समझ लो, वे तुम्हारे मित्र नहीं, शत्रु हैं। उनकी बातों में कभी मत आओ। झूठी शिकायत करने वाली स्त्रियों से सावधान हो कर रहो। वे तुमको क्रोध में पागल बना कर तुम्हारे घर का तमाशा देखना चाहती हैं।

कलह वर्जित ही है :

कलह करने से किसी की प्रतिष्ठा नहीं बढ़ती। यह निश्चित समझो कि शान्ति से मनुष्य को जितनी प्रतिष्ठा होती है, उतनी और किसी से नहीं।

बहुत सी स्त्रियों का यह स्वभाव होता है कि वे अपने दोषों को छिपाने के लिए अथवा अपने आपको निर्दोष प्रमाणित करने के लिए भी झगड़ा करने पर उतारू हो जाती हैं, वे समझती हैं कि झगड़ा करने से ही लोग हमें निर्दोष समझेंगे। उनका विश्वास है कि झगड़ा करके ही हम अपनी गौरव और प्रतिष्ठा कायम रख सकेंगी, परन्तु यह उनकी भयंकर भूल है। लोग बुद्धिहीन नहीं है जो वास्तविकता को न समझ सकें। यदि वस्तुतः तुमने कोई दोष किया ही नहीं है तो फिर क्यों झगड़ती हो ? सत्य अवश्य प्रकट होकर रहेगा और यदि तुमने वास्तव में कोई दोष किया ही है, तब भी झगड़ने से क्या लाभ ? झगड़ने से तुम सच्ची कभी नहीं हो सकती, प्रत्युत कलह करने के कारण घर वालों की आंखों से और अधिक गिर जाओगी। कलह करने से किसी की प्रतिष्ठा नहीं बढ़ती। यह निश्चित समझो कि शान्ति से मनुष्य को जितनी प्रतिष्ठा होती है, उतनी और किसी से नहीं।

यश फैलाओ :

अधिक क्या कहा जाए ? सत्य का धर्म थोड़े से शब्दों में ही सीख लेना चाहिए। भले ही थोड़ी बहुत हानि हो, उसको सह लें, परन्तु उसके लिए झगड़ा कभी भूल कर भी मत करो। कलह से तुम्हारा प्रेम–पूर्ण स्वर्गीय संसार नष्ट हो जाएगा। शान्ति से कलह पर विजय प्राप्त करो। शान्त और सुशील नारी ही संसार में सुयश प्राप्त करती है। नारी लक्ष्मी का अवतार कहलाती है। वह नैहर में, ससुराल में, ननिहाल में

और दूसरे रिश्तेदारों के यहां–वहां जहां कहीं भी जाएगी, वहां प्रेम और शान्ति की सुगन्ध महकाती रहेगी।

प्रेम से तुम्हारा जीवन सुवासित हो जाएगा, तो यश की सुगन्ध अपने आप विकीर्ण होगी। प्रेम से यश बढ़ता है। ज्यों–ज्यों प्रेम बढ़ता है, यश के क्षेत्र में मनुष्य अधिकाधिक गहरा उतरता है।

* * *

7

अपरिग्रह आवश्यक क्यों?

मनुष्य की इच्छाएं अनन्त हैं, उन सबकी पूर्ति असम्भव है। इच्छाएं पूर्ण न होने से मनुष्य दुखी है - इच्छाएं चैन नहीं लेने देती। दर्शन शास्त्र के मनस्वी विचारक मुनिजी का कहना है - सुख इच्छापूर्ति से नहीं, सन्तोष से ही सम्भव है। सुबोध शैली में उनके विचार पढ़िए, आपको मीठे दूध की-सी मिठास आएगी।

अपरिग्रहवाद का सिद्धान्त, वैसे तो बहुत गम्भीर एवं व्यापक है। उसकी सब बारीकियां तो पुराने धर्म–ग्रन्थों के अध्ययन से ही की जा सकती है। परन्तु तुम अभी बच्ची ही हो, अतः न तुम्हें इतनी गम्भीरता में उतरना है और न अभी इसकी इतनी आवश्यकता ही है। हां, इसकी रूपरेखा तुम्हें बतलाई जा रही है, आशा है, तुम इस पर ही चलने का प्रयत्न करोगी और अपने को सुखी बना सकोगी।

मनुष्य सुख चाहता है, यह निर्विवाद है। अतः अब इस बात का पता लगाना है कि सुख है क्या चीज ? जब हम सुख की परिभाषा संसारी पदार्थों को लेकर करते हैं, तो यह ठीक नहीं रहती। क्योंकि हम देखते हैं कि विभिन्न मनोवृत्ति के कारण किसी को कोई चीज सुखकर मालूम होती है तो किसी को कोई दुखकर। परन्तु भगवान् महावीर ने सुख का वास्तविक लक्षण बताया है कि – 'सच्चा सुख अपनी इच्छाओं को कम करने में है।' इच्छाओं का निरोध अपरिग्रह की मर्यादा से हो सकता है, अतः अपरिग्रह आवश्यक है।

अच्छा तुम संसार में जरा यह पता लगाओ कि सब लोग क्या चाहते हैं ? तुम ध्यान लगा कर संसारी जीवों की गतिविधि का निरीक्षण–परीक्षण करोगी तो तुम्हें पता लगेगा कि संसार में सब लोग सुख चाहते हैं। क्या कोई जीव दुःख चाहता है ? नहीं, कभी नहीं।

लाभ और लोभ में दौड़ :

जिस मनुष्य की जितनी ही इच्छा बढ़ी हुई होगी, वह उतना ही सुख–हीन होगा। धन–सम्पत्ति, मकान, कोठी, कार, घोड़ा, बाग, बगीचा आदि के मिल जाने पर हमें सुख मिल जाएगा, जो लोग यह समझ बैठे हैं, वे भूल में है। मनुष्य मर्यादा–हीन होकर जितने भी पैर फैलाता जाएगा, उतनी ही अपने लिए भी और दूसरों के लिए भी अशान्ति बढ़ाता जाएगा। तुमने देखा है, अग्नि में ज्यों–ज्यों घास–फूस और लकड़ी डालते जाते हैं, वह त्यों–त्यों अधिकाधिक बढ़ती जाती है। क्या कभी अधिक से अधिक लकड़ी पाकर आग की भूख बुझी है ? मन की भी यही दशा है। उसकी जितनी इच्छाएं पूरी करो, वह उतनी ही और बढ़ती चली जाएगी। मन बिना तट की झील है। किनारा हो तो एक दिन उसके भरने का स्वप्न भी पूरा हो जाए। जिसका किनारा ही नहीं, भला वह कब भरेगा ? भगवान् महावीर ने कहा है – 'सोने चांदी के लाखों पहाड़ भी लोभी मनुष्य के मन को संतुष्ट नहीं कर सकते। इच्छा आकाश के समान अनन्त है, न वह कभी भरी है और न कभी भर सकेगी।' अतः इस प्रकार ज्यों–ज्यों लाभ होगा त्यों–त्यों लोभ बढ़ेगा। लाभ और लोभ की दौड़ में मनुष्य हारता है।

इच्छा आकाश के समान अनन्त है, न वह कभी भरी है और न कभी भर सकेगी।

सच्चा सुख कहां है ?

सुख–शान्ति का सच्चा मार्ग अपनी इच्छाओं और आवश्कताओं को कम रखने में है। जिसकी जितनी इच्छाएं कम होंगी, वह उतना ही अधिक सुखी और शान्त रह सकेगा। भगवान् महावीर का अपरिग्रहवाद यही कहता है। मनुष्य को चाहिए कि वह अपना रहन–सहन सीधा–सादा बनाए। सीधा–सादा रहन–सहन सुख–शान्ति का मूल है। सीधे–सादे रहन–सहन का अर्थ है – वे कम से कम आवश्कताएं, जो साधारण–से–साधारण अवस्था में भी भली–भांति पूर्ण हो सके। आवश्यकताओं को कम करना ही सच्चा सुख है।

सर्वप्रथम भोजन की आवश्यकता पर नियंत्रण करने की जरूरत है। बहुत से लोग चटपटे और मसालेदार भोजन करने के आदी हो जाते हैं। यदि उनके भोजन में खटाई, मिर्च और मसाले न पड़े हों तो फिर उनसे भोजन ही नहीं किया जाता। वे लोग पेट के लिए भोजन नहीं करते, वरन् जीभ के लिए भोजन करते हैं। कभी–कभी तो भोजन के पीछे घर में लड़ाई भी हो जाया करती है। यह भी क्या जिन्दगी है कि मनुष्य कभी कड़ी तो कभी नरम दो रोटियों के लिए लड़े और एक–दूसरे को भला–बुरा कहे।

भोजन के लिए जीवन :

तुम्हें याद रखना चाहिए कि खटाई और मिर्च–मसालेदार भोजन नाना प्रकार के रोग उत्पन्न करता है। दूषित भोजन से आंखें कमजोर हो जाती है। मेदा बिगड़ जाता है। शरीर हर वक्त रोगी रहने लगता है। भोजन तो शरीर को स्वस्थ और सबल रखने के लिए है, ताकि स्वस्थ शरीर के द्वारा धर्म–साधना भली–भांति विवेकपूर्वक की जा सके।

> **हमारा जीवन भोजन के लिए नहीं है, अपितु जीवन के लिए भोजन है।**

बाजार की चाट स्वास्थ्य को चट कर जाती है और मिठाइयों का चटोरापन तो बड़ा ही खराब है। लोग इस खाने–पीने की चीजों के फेर में पड़ जाते हैं, वे हर तरह से बर्बाद हो जाते हैं। उनका सारा जीवन खाने की धुन में ही समाप्त हो जाता है। मानव जीवन का कोई भी महत्वपूर्ण काम उनसे नहीं हो पाता। क्या न्योता खाने वाले मथुरा के पण्डों को तुमने नहीं देखा ? वे सिवाय भोजन करने के और किसी काम के नहीं रहते। अतः हमारा जीवन भोजन के लिए नहीं है, अपितु जीवन के लिए भोजन है।

सु-नारी के चिन्ह :

तुम भारत की देवियां हो, आगे चल कर तुम्हें अपने घर में गृहलक्ष्मी बनना है। भोजन के चटपटेपन के फेर में पड़ कर तुम सच्ची गृहलक्ष्मी नहीं बन सकती। भोजन में हमेशा सादगी का ध्यान रखो। घर में जैसा भी रूखा–सूखा भोजन बना हो, प्रसन्नता के साथ उपयोग में लाओ। साधारण भोजन पा कर नाक–भौंह चढ़ाना अच्छी बात नहीं है। इस प्रकार अन्न का अपमान होता है। किसी दूसरे के यहां भोजन करने जाओ तो जैसा भी मिले आनन्द पूर्वक उपयोग में लाओ। याद रखो, जो कभी किसी के भोजन की निन्दा और नुक्ताचीनी करता है, वह कभी आध्यात्मिक दृष्टि से ऊंचा नहीं उठ सकता। भगवान् महावीर ने 'भक्त–कथा' करना पाप बतलाया है। भक्त–कथा का अर्थ है – 'भोजन की अच्छाई और बुराई के निर्णय के लिए स्वाद की दृष्टि से नुक्ताचीनी करना।' भोजन में हर प्रकार से सादगी का नियम रखना, सु–नारी का सर्वप्रथम चिन्ह है।

कपड़ा किसलिए है :

दूसरा नम्बर वस्त्रों का है। वस्त्रों में जितनी सादगी रखोगी, उतना ही तुम सुखी रहोगी। बहुत से घरों में सुन्दर और मूल्यवान वस्त्रों के लिए स्त्रियां कलह मचाया करती है। वे सदा अपने घर के लोगों की तड़क–भड़कदार रेशमी और चटकीले वस्त्रों को खरीदने के लिए मजबूर किया करती है। न स्वयं चैन से रहती है और न ही दूसरों को चैन लेने देती है। तो फिर भला, कलह के सिवाय और क्या होना है ?

तुम पढ़ी–लिखी विदुषी हो। तुम्हें बहुत कीमती और तड़क–भड़कदार कपड़ों के फेर में नहीं पड़ना चाहिए। क्या बनारसी साड़ी के बिना गुजारा नहीं हो सकता? क्या पापलीन ही तुम्हें सुन्दर बनाएगी? क्या नाइलोन और टेरीलीन ही तुम्हारी सुन्दरता बढ़ाएगी? क्या रेशमी वस्त्रों के बिना तुम जनता की आंखों में हीन समझी जाओगी? यह बहुत हल्का ख्याल है। इसे जितना भी शीघ्रता से त्याग सको, त्याग दो। मनुष्य का वास्तविक गौरव उसके अपने गुणों पर है। यदि गुण है, तो सादे खद्दर के वस्त्र पहन कर भी मनुष्य उचित आदर पा सकता है और यदि गुण नहीं है तो रेशमी वस्त्र पहन कर कपड़ों की गुड़िया मात्र ही बन जाओगी, और क्या ? बल्कि कभी–कभी तो यह हंसी और मजाक का कारण बन जाती है। वस्त्र तो केवल शरीर को सर्दी–गर्मी से बचाने के लिए तथा लज्जा निवारण के लिए पहने जाते हैं, न कि दूसरों को अपनी तड़क–भड़क दिखाने के लिए।

कर्मठ जीवन का चिन्ह :

वस्त्र मोटे और खद्दर के ही क्यों न हो, परन्तु वे होने चाहिए – साफ और सुथरे। सौन्दर्य कीमती वस्त्रों में नहीं है, वह है – वस्त्रों की

स्वच्छता और पवित्रता में। भारतीय स्वतन्त्रता के युद्ध में हजारों ऊंचे घरों की देवियों ने साधारण खद्दर के वस्त्र पहन कर सत्याग्रह में भाग लिया था। तुम देखती हो – उनकी कितनी प्रतिष्ठा हुई। जैन–धर्म तो सीधे–सादे वस्त्रों के परिधान को ही कर्मठ जीवन का पवित्र चिन्ह समझता है।

सुख त्याग में है :

अपरिग्रह का सच्चा आदर्श तो जीवन की प्रत्येक सांसारिक आवश्यकताओं में अपने को सीमित करना है। क्या गहने, क्या धन, क्या मकान, क्या नौकर–चाकर, क्या तांगा–मोटर, क्या वस्त्र, सर्वत्र बहुत कम इच्छाएं रखना। बिल्कुल सादगी के साथ जीवन बिताना ही अपरिग्रहवाद का उच्च आदर्श है। जैन–धर्म का यह अपरिग्रहवाद ही तो संसार में स्थायी शान्ति का शिलान्यास करने वाला है। जितनी इच्छाएं कम होंगी, उतनी ही मांग कम होंगी। जितनी मांगें कम होंगी, उतनी ही उनकी पूर्ति के लिए चालबाजियां कम होंगी और जितनी चालबाजियां कम होंगी, जीवन उतना ही सरस, सरल, एक–दूसरे का विश्वासी होगा और जहां ऐसा जीवन होगा, वहां मानव–एकता अपने आप विस्तृत रूप धारण कर लेगी। जैन–धर्म का यह नारा कभी असत्य नहीं हो सकता कि 'सुख त्याग में है।'

* * *

8

नारी के जीवन को आदर्श जीवन बनाने वाले सद्गुणों का चित्रण पढ़िए।

आदर्श नारी कौन?

जो सौन्दर्य की नहीं,
शील की उपासिका हो,
जिसको साज श्रृंगार
से नहीं,
स्वच्छता से प्रेम हो,
– वही आदर्श नारी है।

* * *

मन पर,
वचन पर,
तन पर,
जिसका कठोर नियन्त्रण हो,
जिसके शरीर के
कण–कण पर
सदाचार का
अखण्ड तेज झलकता हो,
– वही आदर्श नारी है।

* * *

जो प्रेम और स्नेह की
जीवित मूर्ति,
मधुरता की शीतल गंगा,
त्याग की अखण्ड ज्वाला
और सेवा की भावना
जिसके जीवन के
कण–कण में
ओत–प्रोत हो
– वही आदर्श नारी है।

* * *

जिसके हृदय–कमल में
दया का अमृत हो,
जिसके मुख–कमल में
मधुर सत्य का अमृत हो,
जिसके कोमल कर–कमल में
दान के अमृत की
अखण्ड धारा प्रवाहित हो
– वही आदर्श नारी है।

* * *

जो वज्र से भी कठोर
और फूल से भी कोमल हो,
जो विपत्ति में वज्र बन कर
और सम्पत्ति में फूल बन कर
दर्शन देती हो,
वीरता और कोमलता का
यह अभिनय संगम जहां हो,
– वही आदर्श नारी है।

* * *

जब बोले, बहुत थोड़ा बोले
परन्तु उसी में, सरस
अमृत बरसा दे!
जिसकी वाणी के,
अक्षर–अक्षर में,
प्रेम और स्नेह का
सागर उमड़े,
क्या बूढ़े, क्या बच्चे,
क्या छोटे, क्या बड़े,
क्या अपने, क्या पराये,
जो सब पर
अपने मधुर परिचय की,
अखण्ड अमिट छाप डाल दे
– वही आदर्श नारी है।

* * *

पाखण्ड के भ्रम में फंसकर,
जो देवी–देवताओं के नाम पर
जहां–तहां ईंट–पत्थर
पूजती न फिरती हो,
जिसके एकमात्र
श्री वीतराग अरिहन्त देव ही
सत्य भगवान हो,
आराध्य देव हो,
जिसको अपने सत्कर्म
और सदाचार पर,
अखण्ड विश्वास हो,
– वही आदर्श नारी है।

* * *

जीवन और मरण
जिसके लिए खेल हों,
स्वप्न में भी जिसको
भय का स्पर्श न हो,
स्वर्ग का इन्द्र भी
जिसको अपने धर्म से
विचलित न कर सके,
तथा जो देश, धर्म और सतीत्व पर
हंस–हंस कर बलिदान हो सके
– वही आदर्श नारी है।

* * *

आदर्श नारी की
प्रतिष्ठा तो
सरलता और
सादगी में ही है।
दीपक की
जगमगाती ज्योति ने
कौन से
वस्त्राभूषण पहने हैं ?
जीवन में,
तेज चाहिए, तेज !
जिसका प्रत्येक शब्द,
विवेक से अंकित हो!
जिसका प्रत्येक कार्य
विवेक में परिलक्षित हो!
घर की प्रत्येक वस्तु,
जिसके विवेक की
चमक का
मूक परिचय दे रही हो,
– वही आदर्श नारी है।

* * *

आदर्श नारी की प्रतिष्ठा तो सरलता और सादगी में ही है।

9

विवेक का दीपक

नाना प्रकार की अविद्याओं और संकल्प-विकल्पों के अन्धकार में पड़ा मनुष्य, अपने पथ से भूल-भटक जाता है। इस भूल-भुलैया से बचने के लिए मनुष्य को प्रकाश चाहिए। वह 'विवेक के दीपक' में है। यह दीपक जीवन के अंधेरे में, घने अंधेरे में और झुटपुटे में सब जगह काम देगा।

जैन–धर्म में विवेक को बहुत बड़ा महत्व दिया गया है। विवेक धर्म का प्राण है। जहां विवेक है, वहां धर्म है। जहां विवेक नहीं, वहां धर्म नहीं। शास्त्रों में विवेक शून्य मनुष्य को पशु के समान बतलाया है। न वह अहिंसा पाल सकता है और न सत्य की ही आराधना कर सकता है, तभी तो भगवान् महावीर ने आचारांगसूत्र में कहा है – 'धर्म विवेक में है।'

पाप से बचने की कला :

पुत्रियों! तुम गृहस्थ जीवन में सक्रिय भाग लेने वाली नारी हो। तुम्हें अधिक से अधिक विवेक और विचार से काम लेना चाहिए। घर का प्रत्येक काम विवेक और विचार से करो। विवेक, पाप से बचने की एक महान कला है। किसी भी काम में प्रमोद और असावधानी रखना अविवेक का सूचक है। विवेक रखने वाली नारी गृहस्थी के धन्धों में भी विशेष हिंसा से बच सकती है और कभी–कभी तो हिंसा के स्थान में अहिंसा का मार्ग भी खोज निकालती है। भगवान् महावीर ने ऐसे ही

विवेकशील जीवन के सम्बन्ध में कहा है – 'विवेकी साधक पाप के साधनों को भी धर्म के साधन बना सकता है और अविवेकी साधक धर्म के साधनों को भी पाप के साधन बना लेता है।'

विवेक का व्यावहारिक रूप :

विवेक के लिए सर्वप्रथम जल–घर (परेंडा) पर लक्ष्य रखने की आवश्यकता है। पानी के घड़े या कलश बहुत साफ और पवित्र रहने चाहिए। पानी के कलश यदि बराबर न धोए जाएं और यों ही गन्दे पड़े रहे तो जीवोत्पत्ति होने की सम्भावना है। घड़ों में पानी बिना छना कभी नहीं भरना चाहिए। बिना छना पानी जैन–धर्म की दृष्टि से निषिद्ध है। पानी में अनेक सूक्ष्म जन्तु होते हैं। बिना छाने पानी के उपयोग करने से सूक्ष्म जन्तुओं की हिंसा का पाप होता है। पानी छानते समय यदि कोई जीव निकले तो उनको यो ही नहीं डाल देना चाहिए, प्रत्युत जलाशय आदि के स्थान में ही डालने का विवेक रखना चाहिए।

जल–घर का स्थान बिल्कुल साफ रखना चाहिए। जल–घर के पास कूड़ा–कचरा और धूल रहने से काई हो जाती है। जल–घर के ऊपर मकड़ियों के जाले न लगने पाएं, इसके लिए पहले से ही निरन्तर सावधान रहना चाहिए। घड़ों से पानी निकालने का और पानी पीने का पात्र, अलग–अलग होना चाहिए। पानी पीने का पात्र ही घड़े में डाल देना, अविवेक का सूचक है।

पानी छानने का वस्त्र साफ और जरा मोटा होना चाहिए। बहुत से घरों में देखा गया है कि छलना बड़ा गन्दा, फटा हुआ और बहुत बारीक होता है। वह छलना केवल नाम मात्र का ही छलना होता है। छलना नित्य प्रति धो कर साफ रखो और उसे यों ही इधर–उधर न पड़ा

रहने दो, एक निश्चित स्थान में रख छोड़ो। पानी छानने के सम्बन्ध में छलने का परिणाम बताते हुए एक धार्मिक आचार्य कहते हैं, 'कम–से–कम तीस अंगुल लम्बा और तीस अंगुल चौड़ा वस्त्र छानने के लिए उपयुक्त होता है।'

पानी ही जीवन है :

पानी, प्रकृति की अनमोल वस्तु है। पानी, संसार का जीवन है। गर्मी के दिनों में तुम्हें जब कभी नल से, अव्यवस्था के कारण पानी प्राप्त नहीं होता है तो कितनी बेचैनी होती है। प्रति वर्ष हजारों जीवन तो पानी के अभाव में नष्ट हो जाते हैं। अतएव पानी के उपयोग में लापरवाही मत रखो। पानी को व्यर्थ नाली में मत डालो और न इधर–उधर फर्श पर ही फेंको। ऐसा करने से पानी के जीवों की हिंसा तो होती ही है और उधर घर में सील बढ़ जाने से अस्वच्छता भी बढ़ जाती है।

विवेक का प्रथम चरण :

घर के दरवाजे के आगे, गन्दा मत रखो। बहुत से घर ऐसे देखे हैं जिनके दरवाजे पर कुरडी–की–सी गन्दगी होती है – जूठन, मल–मूत्र, कूड़ा–करकट – सब दरवाजे पर जमा कर दिया जाता है। यह कितना भद्दा और अविवेक का काम है! इससे घर के आगे दुर्गन्ध रहती है, आने–जाने वाले लोग घृणा करते हैं और जीवोत्पत्ति होने के कारण जीवों की जो व्यर्थ हिंसा होती है, वह अलग। अस्तु, किसी एकान्त स्थान में ही कूड़ा वगैरह यतना से डालने का ध्यान रखना चाहिए।

विवेक का द्वितीय चरण :

भोजन बनाते समय भी विवेक की बड़ी आवश्यकता है। आटा

बहुत दिन रखने से सड़ जाता है और उसमें जीव पड़ जाते हैं। इस प्रकार वह जीव हिंसा का भी कारण होता है और स्वास्थ्य का नाश भी करता है। साग–भाजी भी देख कर काम में लानी चाहिए। सड़ी हुई साग–भाजी में भी जीव पड़ जाते हैं। चूल्हे में पड़ी हुई आग के लिए बड़ी यतना की आवश्यकता है। भूल से यदि कभी यतना नहीं की जाती है तो कभी–कभी बड़ा अनर्थ हो जाता है, घर–का–घर भस्म हो जाता है। कितनी भयंकर हिंसा होती है, उस अवस्था में ?

यह भी विवेक ही है :

घर में घी, तेल, पानी आदि के पात्र कभी खुले मत रखो। घी आदि के पात्र खुले रहने से जीवों के गिर जाने की सम्भावना है। अतएव भूल कर भी उघाड़े बर्तन न रखने चाहिए। अन्न के संसर्ग वाले जूठन के पानी को भी मोरी में डालने से जीवोत्पत्ति होती है, दुर्गन्ध बढ़ती है और इससे जनता के स्वास्थ्य को भी बहुत हानि पहुंचती है।

बासी भोजन करने की इच्छा कभी मत करो। बासी अन्न खाने से अनेक रोग हो जाते हैं और बुद्धि मन्द पड़ जाती है। यदि बासी अन्न अधिक काल का हुआ तो जीव–हिंसा का पाप भी लगता है। बहुत सी बहिनें इधर–उधर से आई हुई मिठाई जमा करती जाती है। यह आदत ठीक नहीं है। अधिक दिनों तक मिठाई खाने से त्रस, स्थावर जीवों की हिंसा होती है – इससे पाप लगता है और रोग भी हो जाते हैं। एक जैनाचार्य का उपदेश है – 'सर्दी में एक महीना, गर्मी में बीस दिन और चौमासा में पन्द्रह दिन से अधिक दिनों की मिठाई नहीं खानी चाहिए।' अतएव जब भोजन वगैरह बच जाए तो उसे ठीक समय पर खुद काम में ले लेना चाहिए अथवा किसी गरीब अनाथ को दे देना चाहिए। बासी

भोजन करने के विचार से उसे व्यर्थ ही घर में नहीं सड़ाना चाहिए।

इस छोटे काम में भी विवेक है :

घर में झाडू देने के लिए झाडू–बुहारी बहुत कोमल सन आदि की रखनी चाहिए। क्योंकि कोमल–हृदया नारी को तो प्रत्यके कार्य कोमल भाव तन्तुओं को जोड़ कर ही करना चाहिए, यों ही बेगार टालने के लिए अगर झाडू लगाई जाती है, तो यह स्पष्ट है कि तुम्हारे हृदय में प्रत्येक प्राणी से अनुराग नहीं है तथा जीव दया के प्रति लापरवाही है। जबकि प्राणी मात्र पर अनुकम्पा होना मनुष्य का पहला धर्म है। यह छोटा कार्य भी विवेक के अन्तर्गत है।

अधिक क्या ? घर का प्रत्येक कार्य विवेक और विचार से ही होना चाहिए। नहाना–धोना, झाड़ना–पोंछना आदि सब काम यदि विवेक से किए जाएं तो सहज ही जीव–हिंसा से बचाव हो सकता है। जैन–धर्म विवेक में है। जिसमें जितना अधिक विवेक होगा वह उतना ही जैनत्व के अधिक निकट होगा। नारी–जीवन में कदम–कदम पर विवेक की आवश्यकता है। विवेकवती नारी घर को स्वर्ग बना देती है और अपने लिए मोक्ष का मार्ग प्रशस्त करती है। भगवान् महावीर का उच्च आदर्श विवेकी जीवन ही प्राप्त कर सकता है।

* * *

10

वस्तु-व्यय पद्धति

सुख का कोई भी सामान जुटाना हो, पैसा देने को हाथ पहले बढ़ाना पड़ेगा। कुछ न कुछ व्यय होता है। अपना जाता है तब कुछ सामने आता है। व्यय हो जाने में विवशता जाहिर है। व्यय किया जाए - पर विचार पूर्वक इसमें वृद्धि का योग होना चाहिए।

यदि देखा जाए तो घर की वास्तविक स्वामिनी स्त्री है। गृहस्थी चलाने का भार अधिकतर स्त्रियों पर ही रहता है। इसलिए प्रत्येक स्त्री का कर्तव्य है कि वह घर के हर एक खर्च में पैसा बचाने का प्रयत्न करे। स्त्री चाहे तो घर को उजाड़ दे और चाहे तो घर को भरा-पूरा भी बना दे, यह उसके हाथ की साधारण सी बात है।

यदि स्त्री समझदार होगी, यदि वह निरर्थक खर्च न कर बहुत सोच-समझ कर काम करेगी, तो उसका घर थोड़ी-सी आमदनी में भी पूरा रहेगा। वह किसी भी चीज को व्यर्थ नष्ट न करेगी। अन्न का एक-एक दाना और वस्त्र का एक-एक धागा भी वह सावधानी से बचा कर काम में लाएगी। जैन-धर्म में इसे यतना कहा है। जैन-धर्म पानी तक के अनावश्यक खर्च को दोष मानता है। जैन-धर्म में गृहस्थी का आदर्श है कि 'आवश्यकता होने पर अति लोभ न करो और आवश्यकता न होने पर अति उदार होकर वस्तु का अपव्यय न करो।'

नारी गृह लक्ष्मी है :

मितव्ययी और परिश्रमी चतुर स्त्रियों को कभी दरिद्रता का सामना नहीं करना पड़ता है। वे निर्धन अवस्था में भी सुखी और भरी–पूरी दिखाई देती है। उन्हें धन–सम्बन्धी प्रायः कोई भी आपत्ति नहीं सताती। कभी–कभी तो वे अपनी बचाई हुई सम्पत्ति से संकट काल में पति के व्यापार तक में सहायता पहुंचा देती है। इसी भावना को लक्ष्य में रख कर भारत के कवियों ने स्त्री को गृह–लक्ष्मी कहा है।

खर्च और गृह-व्यवस्था :

किसी चीज को खरीदने का कारण उसकी सुन्दरता नहीं है, किन्तु उसकी उपयोगिता और विशेषकर अपनी आवश्यकता है।

बहुत–सी लड़कियां बड़ी खर्चीली प्रकृति की होती है। वे कम खर्च करना तो जानती ही नहीं। क्या भोजन, क्या वस्त्र – सभी में खर्च का तूफान खड़ा कर देती है। प्रायः देखा जाता है कि लड़कियां किसी भी सुन्दर वस्तु को देखते ही उसको खरीद लेना चाहती है। वे इस बात का ध्यान नहीं रखती कि इस वस्तु की जरूरत भी है या नहीं ? किसी चीज को खरीदने का कारण उसकी सुन्दरता नहीं है, किन्तु उसकी उपयोगिता और विशेषकर अपनी आवश्यकता है। अस्तु जिस वस्तु की जरूरत नहीं है, उसे कदापि मत खरीदो। यह फिजूल खर्च की जो आदत है, वह आगे चल कर तंग करती है।

भगवान् महावीर के समय में जैन श्रावक और श्राविकाओं की गृह–व्यवस्था की पद्धति बड़ी सुन्दर थी। वे लोग खर्चीली आदत के गुलाम नहीं थे। बहुत विचार पूर्वक गृहस्थ–जीवन चलाते थे। वे अपने

धन के चार भाग करते थे, इसमें से एक भाग कोष में जमा करके रखा जाता था ताकि किसी समय पर काम आ सके। तुम भी आमदनी का चौथा भाग अलग जमा रखो, उसे अपने नित्यप्रति के खर्च में मत लाओ। क्योंकि कभी–कभी घर में अचानक ही ऐसा काम आ जाता है जिससे पैसा खर्च करने की अत्यधिक आवश्यकता होती है। उसके लिए यदि तुम पहले से तैयार न होगी तो समय पर बड़ी हानि उठानी पड़ेगी।

सास से बढ़कर बहू :

प्रकृति का भण्डार नष्ट-भ्रष्ट करने के लिए नहीं है, उपयोग करने के लिए है।

बहुत–सी लड़कियों में सुघड़पन नहीं होता। वे लापरवाही से उपयोगी वस्तुओं को जल्दी खराब कर फेंक देती है। खाने–पीने आदि की सामग्री में भी किफायत से काम नहीं लेती है। एक सेठ के यहां की बात है कि सास फूहड़पन से भोजन में अधिक खर्च करती थी। और तो क्या, नमक भी प्रतिदिन यों ही इधर–उधर बेपरवाही से ज्यादा डाल दिया करती, अतः व्यर्थ ही नष्ट हो जाता था। घर में बहू आई। परन्तु वह थी चतुर, गृह कार्य में सास से बढ़ कर, तो उसने मितव्ययिता की दृष्टि से नमक का ही संग्रह करना शुरू किया। साल भर में उस बचाए हुए नमक की कीमत पांच रुपए हुई। घर वाले अपने अपव्यय को जान कर आश्चर्य चकित हो गए।

पुत्रियों! तुम्हें घर गृहस्थी चलाने के लिए उस बहू जैसा आदर्श पकड़ना चाहिए। किसी भी चीज को लापरवाही से खर्च मत करो और व्यर्थ ही इधर–उधर चीजें डालकर नष्ट भी न करो। प्रकृति का भण्डार नष्ट–भ्रष्ट करने के लिए नहीं है, उपयोग करने के लिए है।

* * *

11

आत्म-गौरव का भाव

प्रत्येक नारी में सीता, द्रौपदी तथा लक्ष्मी और दुर्गा का प्रतिबिम्ब है। अपने आत्म गौरव को समझने के लिए यह निबन्ध पढ़िए...

मनुष्य मात्र में आत्म-गौरव का भाव होना अति आवयश्क है। जिस मनुष्य में आत्म-गौरव नहीं, वह मनुष्य, मनुष्य नहीं पशु है। आत्म-गौरव का अर्थ है - 'अपने प्रति अपना आदर।' विशेष व्याख्या में उतरा जाए तो कहा जा सकता है कि - अपने को तुच्छ और हीन न समझना, आत्म-गौरव है।' पुत्रियों! तुम स्वप्न में भी अपना आत्म-गौरव मत भूलो, तुम कभी भी अपने को तुच्छ न समझो। तुम आत्मा हो, तुम में अनन्त शक्ति छुपी हुई है। तुम भूमण्डल पर किस बात में कम हो? तुम्हारे अन्दर अपना और दूसरों का कल्याण करने वाली महती शक्ति निवास करती है।

प्रत्येक नारी सीता है :

तुम सीता और द्रौपदी की बहिन हो। पता है, आज संसार में सीता और द्रौपदी का क्या महत्व है? हजारों लोग प्रतिदिन इनके नाम की माला जपते हैं। सीता की महत्ता तो इतनी बढ़-चढ़ कर है कि राम से पहले सीता का नाम लिया जाता है। तुमने सुना होगा, लोग 'सीता-राम' कहते हैं, न कि 'राम-सीता'। सीता को इतना महत्व क्यों प्राप्त

हुआ? इसलिए कि वह अपना आत्म–गौरव नहीं भूली थी। वन में जाते समय उसे कितना डराया गया? परन्तु वह संकट सहने के लिए प्रसन्न मन से तैयार हो गई। उसने कहा – 'जब पतिदेव संकट सहन कर सकेंगे, तो मैं क्यों न सहन कर सकूंगी? मैं क्या मोम की पुतली हूं, जो धूप लगते ही पिघल जाऊंगी।' पुत्रियों! तुम भी किसी से कम नहीं हो। तुम भी संकटों से जूझ कर उन पर विजय प्राप्त कर सकती हो। जिस जाति में लक्ष्मी और दुर्गा जैसी नारियां हुई है, वह जाति हीन किस प्रकार हो सकती है? अतः प्रत्येक नारी में सीता का बीज है, उसे अंकुरित करने की आवश्यकता है।

हीन भावना पाप है :

वह जैन ही क्या, जो उत्साह के साथ विजय पथ पर अग्रसर न हो। हीनता नहीं, वीरता धर्म है।

खेद है कि नारी जाति ने अपना आत्म–गौरव भूला दिया है। सदियों से उसे यह सिखाया गया है कि 'नारी तो कुछ कर ही नहीं सकती।' तुम्हें गलत संस्कार अपने मन से निकाल देना चाहिए। जैन–धर्म नारि जाति के महत्व को बहुत ऊंचा मानता है। वह कहता है कि – 'पुरुष के बराबर ही स्त्री जाति की भी प्रतिष्ठा है। गृहस्थ–धर्म की गाड़ी के दोनों पहियों में किसका महत्व कम है और किसका अधिक है? स्त्री भी पुरुष के समान ही केवल–ज्ञान पाकर सर्वज्ञ पद पा सकती है। मोक्ष में पहुंच कर परमात्मा भी हो सकती है।' तुम जैन हो। बस, तुम्हें तो अपने आपको हीन समझना ही न चाहिए। वह जैन ही क्या, जो उत्साह के साथ विजय पथ पर अग्रसर न हो। अपने मन में हीनभाव लाना पाप है। हीनता नहीं, वीरता धर्म है।

जिस मनुष्य ने अपने आपको गिरा लिया है, जिसने यह समझ लिया है कि – मैं तुच्छ हूं, मेरा क्या हो सकता है? उसने स्वयं ही अपने अनन्त–बल की जान–बूझ कर हत्या कर ली है। यह संसार का अटल नियम है कि जिस मनुष्य का मन सब ओर से दीन–हीन बन चुका है, वह धन, जन, विद्या आदि में चाहे कितना ही क्यों न बढ़ा–चढ़ा हो, कभी कोई साहसपूर्ण व कल्याणकारी कार्य नहीं कर सकता!

जो चाहो सो बनो :

> **अपने को हीन समझने वाला हीन हो जाता है और अपने आपको महान् समझने वाला महान्।**

जब तक तुम अपने दोनों पैरों को स्थिर रखती हो, तभी तक खड़ी रह सकती हो। यदि पैरों को थर–थरा दो, तो शीघ्र ही गिर कर जमीन पर आ जाओगी। इसी तरह, जिसने अपने आपको हल्का समझ लिया है, उसकी सब क्रियाएं हल्की ही होती है। और जो यह समझती है कि हम सब कुछ हैं, हम बहुत कुछ कर सकती हैं, उसकी सब क्रियाएं पूर्णतया सफल होती है। अपने को हीन समझने वाला हीन हो जाता है और अपने आपको महान् समझने वाला महान्। मनुष्य का निर्माण उसके अपने विचारों के अनुसार ही होता है, अतः वह जो चाहे जैसा चाहे बन सकता है।

हम सब कुछ हैं :

इसका यह अभिप्राय नहीं है कि तुम अहंकार करने लगो, अपने को रानी–महारानी मान बैठो। बल्कि इसका अर्थ यह है कि तुम अपने को कठिन से कठिन कार्य को कर डालने की शक्ति रखने वाली आत्मा समझो। तुम्हारा हृदय उपजाऊ भूमि की तरह है, उस पर सदा गौरव

और उत्साह के फलप्रद बीज बोओ। विद्या लाभ करने में अपनी बहुत ऊंची तथा अग्रशील दृष्टि रखो। अच्छा काम चाहे कितना ही कठिन क्यों न हो, उसे पूरा करने का अपने मन में अदम्य साहस रखो। तुम छोटी हो तो क्या है? तुम्हारा लक्ष्य और तदनुकूल साहस छोटा नहीं होना चाहिए। इस संसार मे जितने भी महापुरुष हुए हैं, वे पहले हम–तुम जैसे साधारण मनुष्य ही तो थे। परन्तु आत्म–बल को बढ़ाने के कारण ही वे संसार में अजर–अमर पद प्राप्त कर महान् हो गए हैं।

तुम सब कुछ हो :

प्यारी पुत्रियों! तुम भी सब कुछ हो, जरा अपने आत्म–बल से काम लो। अपने को हीन न समझो, अपने गौरव में विश्वास रखो। संसार में कौन सा ऐसा कठिन काम है, जिसे तुम कर नहीं सकती हो? इसके लिए और कुछ नहीं, बस अपने करने योग्य कामों को खूब लगन और परिश्रम से करना सीखो। बचपन में गुड़िया से खेलने और बड़ी होने पर थोड़े–बहुत घर के कार्य कर लेने में अपने उच्च नारी जीवन के गौरव को नष्ट मत करो। तुम अपने को बड़े–बड़े धार्मिक और लौकिक कार्य करने के योग्य बनाओ, हिम्मत मत हारो। सब कुछ अच्छे काम करने के योग्य बन जाओगी।

* * *

12

व्यवस्था की बुद्धि

प्रत्येक विचारक को यह स्वीकार है कि व्यवस्थित कार्य, व्यवस्थित बुद्धि का प्रतीक है। तुम अपने आपको बुद्धिमति साबित करना चाहती हो तो उसका आसान तरीका इस निबन्ध में मिल जाएगा।

मानव जीवन में संयत और व्यवस्थित जीवन का बहुत अधिक महत्व है। जो भी काम करना हो, वह पूर्ण रूप से व्यवस्थित होना चाहिए। उच्छृंखल और अमर्यादित अवस्था में किसी भी काम की कोई भी अच्छी व्यवस्था हो ही नहीं सकती।

व्यवस्था कौशल :

नारी का जीवन घर–गृहस्थी की रंग–बिरंगी दुनिया का जीवन है। घर तथा बाहर के बहुत से काम स्त्री को करने होते हैं। घर में छोटी–मोटी सैंकड़ों चीजें होती है। उन सबकी देख–भाल रखने का भार स्त्री पर होता है। स्त्री यदि चतुर है तो घर की छोटी से छोटी चीजों को भी आवश्यकतानुसार सम्भाल कर रखती है। और यदि वह मूर्ख होती है तो फिर घर का कुछ पता नहीं रहता। चन्द दिनों में स्वर्ग–सा समृद्ध घर अव्यवस्थित और उजाड़ हो जाता है।

चतुर कौन :

पुत्रियों! तुम्हें इस ओर बहुत बारीक लक्ष्य रखना चाहिए।

तुम्हारा प्रत्येक कार्य व्यवस्थित और सुरुचिपूर्ण होना चाहिए। घर की प्रत्येक चीज यथास्थान रखनी चाहिए, ताकि जब भी, जिस किसी चीज की आवश्यकता हो, वह उसी समय मिल जाए। सब वस्तुओं को ठीक-ठीक स्थान पर सजा कर रखने से काम में बड़ी सुविधा होती है। जिस घर में इस बात का ध्यान नहीं, वहां घर वालों को बड़ा कष्ट होता है।

कौन सी चीज कहां रखने से कार्य में सुविधा होगी, जिस चीज की बहुत जरूरत रहती है, कौन चीज कब काम में आती है, इत्यादि बातों पर ध्यान रखकर जो स्त्री घर की चीजों को यथास्थान रखने का प्रयत्न करती है, वह चतुर स्त्री कहलाती है।

व्यवस्थित बुद्धि :

कौन चीज कहां रखी हुई है, इस बात का स्मरण रखना अति आवश्यक है। एक चीज यहां पड़ी है, तो दूसरी वहां। एक ही चीज कल एक स्थान पर पड़ी थी तो आज वह दूसरी ही जगह पड़ी है और कल या परसों वहां भी नहीं है, इस तरह की अव्यवस्था से बड़ी हानि होती है। इसके अतिरिक्त वस्तु खोजने में एक तो श्रम बहुत अधिक करना पड़ता है और साथ ही आवश्यक काम भी बिगड़ जाता है। यदि आवश्यकतानुसार समय पर चीज न मिले तो बताइए फिर उस चीज के संग्रह करने से लाभ ही क्या है? अव्यवस्थित बुद्धि से कभी कार्य नहीं करना चाहिए।

झंझट क्यों बढ़ती है :

एक घर में एक बार किसी छोटे लड़के को बर्रै ने डंक मार दिया। उस समय घाव पर दियासलाई रगड़ने की जरूरत पड़ी। ढूंढ़ते-ढूंढ़ते सारा घर हैरान है पर दियासलाई का कहीं पता नहीं। इधर लड़का

चिल्ला रहा है, उधर घर की सब स्त्रियां दियासलाई ढूंढ़ने में लगी है। चिल्लाते हुए लड़के के पास कोई यह भी कहने को नहीं है कि 'बेटे! चुप रहो, अभी अच्छे हो जाओगे।' स्त्रियां आपस में झगड़ती है, एक–दूसरे पर गर्जती है, चिल्लाती है परन्तु इससे लाभ कुछ भी नहीं। एक छोटी–सी बात के लिए लोग इतने हैरान हैं कि कुछ कहा नहीं जा सकता। कोई पूछे तो उत्तर भी क्या दें, कि दियासलाई नहीं मिलती। यदि पहले से ही सावधानी के साथ दियासलाई रखी गई होती, यदि दियासलाई रखने के लिए कोई स्थान नियत होता, तो इतनी झंझट क्यों बढ़ती ?

स्थान निश्चित कीजिए :

मन को हमेशा सुलझा हुआ एकाग्र रखना चाहिए। जो काम मनोयोग-पूर्वक किया जाएगा, वहां झंझट कदापि पैदा नहीं होगा।

जिस घर में सब चीजों को रखने के लिए अलग–अलग स्थान नियत है, वहां झटपट यह मालूम हो जाता है कि कौन–सी चीज घर में है और कौन–सी चीज नहीं है। कौन सी चीज बाजार से मंगानी है और क्या नहीं। जहां यह व्यवस्था नहीं होती, वहां बहुत बुरा परिणाम होता है। कितनी ही चीजें बार–बार मंगा कर अधिक से अधिक संख्या में भर ली जाती है और कितनी ही जरूरी काम की चीजें एक भी नहीं आ पाती। घर क्या, कूंजड़ी का गल्ला हो जाता है। इस प्रकार के निपट अंधेरे में धन का कितना अधिक अपव्यय होता है, जरा विचार तो कीजिए!

इसलिए मैं कहता हूं कि तुम चीजों के रखने–रखाने में बहुत अधिक बुद्धि और स्फूर्ति रखो। सब चीजों को ठीक–ठीक स्थान पर रखने का प्रयत्न करो। अपने कपड़े–लत्ते, गहने आदि की बातों में भी

यही व्यवस्था रखनी चाहिए। अधिक क्या, खाने–पीने, सोने, बोलने, उठने–बैठने, आदि सभी कामों में संयम और व्यवस्थित होने की आवश्यकता है। मन को हमेशा सुलझा हुआ एकाग्र रखना चाहिए। मन कहीं है, चीज कहीं रख रही है, यह अव्यवस्था पैदा करने वाली आदत है। जो काम मनोयोग–पूर्वक किया जाएगा, वहां यह झंझट कदापि पैदा नहीं होगा।

उद्बोधन :

अव्यवस्था हटाओ। प्रत्येक कार्य में व्यवस्था और सुरुचि का परिचय दो। ये बातें ऊपर से साधारण–सी दिखती हैं, परन्तु भविष्य में ये ही जीवन निर्माण किया करती हैं। देखना, तुम्हारी अव्यवस्थित बुद्धि पर किसी को यह कहने का अवसर न मिले कि – 'थाली खो जाने पर घड़े में ढूंढ़ी जाती है।' कम–से–कम अपने घर की चीजों के लिए तो तुम्हें सर्वज्ञ होना चाहिए। तुम सरस्वती हो, अतः इतनी भुलक्कड़ और अव्यवस्थित मत बनो!

* * *

13

शील-स्वभाव

शील-स्वभाव, यह वह मंत्र है, जिसके द्वारा इतिहास में अनेकों व्यक्तियों ने दूसरों को अपना बना लिया। इस मंत्र को ऐतिहासिक महापुरुषों तक सीमित क्यों रहने दिया जाए? जीवन में इसका प्रयोग करके देखिए!

शील-स्वभाव, कोमल और शान्त प्रकृति को कहते हैं। इससे बढ़ कर मनुष्य का कोई दूसरा सुन्दर भूषण नहीं है। कहा है - 'शील परं भूषणम्।' कोमल और शान्त प्रकृति दूसरे लोगों पर तुरन्त ही अपना प्रभाव डालती है। घमण्डी आदमी भी शील स्वभाव के सामने अपना मस्तक झुका देता है। शील-स्वभाव मनुष्य की उदारता और उच्च भावनाओं को सूचित करने वाला एक उज्ज्वल प्रतीक है।

वशीकरण मंत्र :

शील-स्वभाव बड़ा अच्छा वशीकरण मंत्र है। शीलवान राह चलते लोगों को अपना मित्र बना लेता है। वह घर और बाहर सर्वत्र प्रेम एवं आदर पाता है। श्री रामचन्द्रजी को वनवास में अज्ञान वानर जाति ने क्यों सहायता दी? वानर जाति के लाखों वीर, क्यों अपने आप रावण के विरुद्ध युद्ध में मरने को तैयार हो गए? उनका स्वयं का क्या स्वार्थ था? रामचन्द्रजी के एकमात्र शील-स्वभाव ने ही तो उन्हें मोह लिया था। युद्धिष्ठर आदि पांचों पाण्डवों में क्या विशेषता थी, जो भीष्म ने

अपने मरने का उपाय भी उन्हें महाभारत के युद्ध में बता दिया? श्रीकृष्ण अर्जुन का रथ हांकने को क्यों तैयार हुए? यह सब पाण्डवों के शील–स्वभाव का प्रभाव था।

शीलवती कन्याएं :

प्यारी पुत्रियों! तुम्हें शील–स्वभाव का सच्चे हृदय से आदर करना चाहिए। शीलवती कन्याओं पर माता, पिता, भाई, बहन आदि का बहुत अधिक प्रेम होता है। जो कन्याएं शीलवती है, क्रोध और घमण्ड से दूर रहती हैं, कोमल हैं, मृदुल हैं, नम्र हैं, मिलनसार हैं – उनका क्या घर और क्या बाहर सर्वत्र आदर होता है, साथ ही सहेलियों में भी प्रतिष्ठा होती है। पाठशाला में तुम देख सकती हो कि – यदि धनी घर की लड़की घमण्डी है, अकड़ कर बोलती है, तो साथ की लड़कियां उसका कुछ भी सम्मान नहीं रखती। इसके विपरीत साधारण घर की लड़की भी अपने कोमल और नम्र स्वभाव के कारण सबका प्रेम और आदर प्राप्त कर लेती है। सब लड़कियां उसके कहने में चलने लगती है। संसार में धन का आदर नहीं, शील का आदर है।

तुम्हारे पास अच्छे गहने और कपड़े हों, तो उन्हें पहन कर इठलाओ नहीं। यथावसर बढ़िया कपड़े पहन कर भी गम्भीर बनो और गरीब लड़कियों की कभी हंसी मत करो। यदि कभी गरीब लड़कियां तुमसे मिले और कुछ पूछे, तो बड़े प्रेम से मिलो, आदर के साथ–साथ ठीक–ठीक उत्तर दो। गरीब लड़कियों के साथ तुम जितनी ही अधिक सहानुभूति रखोगी, तुम्हारा उतना ही अधिक आदर–सम्मान होगा।

क्या न करो :

जब कोई गरीब घर की लड़की तुम्हारे घर पर आए तो उसका

सब प्रकार से आदर करो। खाने–पीने के लिए अवश्य पूछो। उनसे इस प्रकार का प्रश्न कभी मत पूछो कि – 'तुम्हारे पास क्या–क्या वस्त्र और गहने हैं?' तथा अपने वस्त्र और गहनों का भी जिक्र न करो – 'मेरे पास अमुक–अमुक सुन्दर वस्त्र और मूल्यवान गहने हैं। मैं अब और नए गहने बनवाऊंगी।' इस प्रकार अपने बड़प्पन का प्रदर्शन करने से गरीब लड़कियों के मन में बड़ी पीड़ा होती है।

कितना बड़ा लाभ है :

जब कभी किसी बड़ी–बूढ़ी स्त्री से मिलो, तो हमेशा कोई न कोई दादी, ताई, बूआ आदि उचित शब्द का प्रयोग किया करो। साथ ही 'जी' शब्द अवश्य लगाया करो। यदि तुम ननिहाल में हो, तो वहां की अपने से छोटी या बराबर की कन्याओं को बहनजी, तुम्हारी माता की वय वाली हों तो मौसीजी, नानीजी की उम्र वाली हो तो नानीजी कहा करो। वहां की छोटी बहू हो तो भाभीजी और यदि बड़ी हो तो मामीजी आदि आदर सूचक शब्दों से बोलो। और तो क्या धोबिन, नाइन और कहारिन आदि से भी इसी प्रकार कोई न कोई उचित रिश्ता लगा कर बोलो। पुरुषों के साथ भी अपने यहां बाबाजी, चाचाजी, ताऊजी, भाईजी आदि और ननिहाल में नानाजी, मामाजी, भाईजी आदि यथायोग्य आदर सूचक शब्दों का प्रयोग करो। कोमल और आदर सूचक शब्दों से तुम्हारा कुछ खर्च नहीं होता और उन लोगों का चित्त प्रसन्न हो जाता है – कितना बड़ा लाभ है?

एक बनो, नेक बनो :

बहुत–सी लड़कियों को बात–बात पर ताने देने और दूसरों को कोसने की आदत होती है। यह बहुत खराब आदत है। चाहे कैसी भी

> **प्रेम से समझाया हुआ व्यक्ति जल्दी ही शान्त होता है।**

क्षोभ की अवस्था हों, मुंह से कभी भी गाली नहीं निकालनी चाहिए और न किसी को कोसना चाहिए। यदि कभी दूसरी लड़की अज्ञानता से तुम्हें या किसी और को गाली दे तो प्रेम से समझाने का प्रयत्न करो। प्रेम से समझाया हुआ व्यक्ति जल्दी ही शान्त होता है और अपनी बुरी आदत को छोड़ देता है।

कुछ कन्याएं ऊपर से बड़ी सीधी–सादी मालूम होती हैं, परन्तु अन्दर बड़ा क्रोध करती हैं। अपने को जबान से तो प्रकट नहीं करती परन्तु मुंह फुला लेती हैं और उदास होकर चुप हो जाती हैं। यदि कोई उनको समझाता है, या बात–चीत करता है, तो उसका उत्तर भी नहीं देती। यह आदत बड़ी खराब है और यह बड़ी होने पर भी तंग करेगी। अतः सुशील कन्याओं को इस अवगुण से हमेशा दूर रहना चाहिए।

तुमने देखा होगा कि बहुत–सी लड़कियों में ताना देने की आदत पड़ जाती है। लड़के तो क्रोध को मारपीट आदि के रूप में निकाल डालते हैं, परन्तु लड़कियां अपने क्रोध को कटु वचनों और तानों के द्वारा प्रकट करती है। परन्तु याद रखना चाहिए – कटु वचनों और तानों का परिणाम बहुत बुरा होता है। बाणों का घाव तो मिट जाता है, परन्तु तानों का घाव जन्म भर नहीं मिटता। महाभारत के युद्ध का मूल कारण आपस के ताने ही तो थे। अतः तुम्हें चाहिए कि तुम अच्छी बातों को ग्रहण करो तथा जीवन को और नेक बनाओ। सबके साथ प्रेम भाव रखना, एक बनना है। और जो मन में हो, वही वाणी पर भी हो – यह नेक बनना है।

* * *

14

मनुष्य का शत्रु – आलस्य

आलस्य मानव जाति का भयंकर शत्रु है। इसने मनुष्य पर हमला कर दिया है। इस शत्रु पर विजय प्राप्त करने की कला इस लेख में सहसा मिल जाएगी।

आलस्य मानव–जाति का सबसे बड़ा भयंकर शत्रु है। आलसी आदमी किसी काम का नहीं रहता। वह न घर का ही काम कर सकता है, और न बाहर का ही। आलसी मनुष्यों की संसार में बड़ी दुर्दशा होती है। आलसियों का हृदय नाना प्रकार की चिन्ताओं का घर बन जाता है। उनके हृदय में अनेक प्रकार की दुर्भावनाओं का विशाक्त प्रवाह निरन्तर बहता रहता है।

शरीर काम चाहता है। बिना काम के किए मजबूत से मजबूत शरीर भी दुर्बल हो जाता है और अनेक प्रकार के रोगों का घर बन जाता है। दिन–रात इधर–उधर खाट पर पड़े रहना, काम से जी चुराते फिरना, कहां की मनुष्यता है? जो मनुष्य काम नहीं करता है और खाने–पीने के लिए तैयार रहता है, उससे बढ़ कर दूसरा और कौन पापी होगा? एक आचार्य कहते हैं – 'बिना परिश्रम किए, बिना लोकोपकार का काम किए, जो व्यक्ति व्यर्थ ही परिवार की छाती का भार बन कर खाता है, वह अगले जन्म में अजगर बनता है।'

आलसी न बनो :

पुत्रियों! तुम कभी आलस्य मत करो – काम से जी न चुराओ। अगर अभी से तुम में यह बुरी आदत पैदा हो गई, तो इसका आगे चलकर बड़ा भयंकर परिणाम होगा। आलस्य के कारण न तुम माता के यहां पीहर में आदर पा सकोगी और न सास के यहां ससुराल में। जब भी कभी काम पड़ेगा, तुम बड़बड़ाती झींकती–झुंझलाती रहोगी और यह एक नारी के लिए घातक बात है।

सौभाग्य से तुम्हें अगर अच्छे घर में जन्म मिल गया है, माता–पिता के पास धन–सम्पत्ति खूब है, काम करने के लिए नौकर–नौकरानियां है, परन्तु तुम गर्व में आकर अपने हाथ से काम करना फिर भी न छोड़ो। भविष्य का कुछ पता नहीं है, क्या हो? आज धन है, कल न हो! सम्भव है, ससुराल में जहां जाओ, वहां स्थिति ठीक न हो। नौकरों से काम करा कर जी चुराने की आदत डाल लेना, भविष्य में बुरे दिनों में बहुत दुःखदायक हो जाती है। बहुत–सी बड़े घरों की स्त्रियां रात–दिन पलंगों, झूलों और मसनद व गद्दों पर ही पड़ी रहा करती है। उनका पेट बढ़ जाता है, हाजमा खराब हो जाता है, शरीर दुर्बल और पीला पड़ जाता है। फिर वे किसी भी परिश्रम के योग्य नहीं रहती, अतः तुम्हें चाहिए तुम आलसी न बनो।

प्रेम का भोजन :

नारी अन्नपूर्णा कहलाती है। भोजन का सुचारू प्रबन्ध करना उसके हाथ की बात है। बहुत–सी धनी घर की लड़कियां भोजन बनाने से जी चुराती है। और वे सोचती है – जब नौकर या नौकरानी भोजन बनाने वाले हैं, तब हम क्यों चूल्हे में जलें – यह मनोवृत्ति बड़ी खराब है।

भोजन बना कर खिलाना, यह प्रत्येक नारी का कर्तव्य है। भला फिर उसमें लज्जा या आलस्य का क्या काम? भारतीय दृष्टि से वह घर, घर ही नहीं, जिसमें भोजन गृह–देवियां न बनाती हों। न स्वयं भोजन बनाना और न परोसना, इससे पारिवारिक प्रेम का अभाव सूचित होता है। यदि गृह–देवियां भोजन बनाती हैं, तो उसमें क्या लाभ हैं –

भारतीय दृष्टि से वह घर, घर ही नहीं, जिसमें भोजन गृह-देवियां न बनाती हों। न स्वयं भोजन बनाना और न परोसना, इससे पारिवारिक प्रेम का अभाव सूचित होता है।

1. भोजन स्वादिष्ट बनेगा क्योंकि नारी अपने हाथों से भोजन बनाएगी, तो उसमें अपनत्व होगा।
2. भोजन पवित्र होगा – शुद्ध होगा।
3. नारी प्रेम के साथ भोजन परोसेगी, तो उसमें नेसर्गिक रूप से मिठास उत्पन्न हो जाएगी।
4. नारी स्वयं भोजन बनाएगी, तो गुरुजनों के आ जाने पर उन्हें विधि–पूर्वक गुरु–भक्ति से भोजन दे सकती है।

इन सब बातों की अपेक्षा नौकर से नहीं की जा सकती है। नारी भोजन बनाएगी, तो उसके प्रतिफल में पैसे की अपेक्षा नहीं करेगी। नारी के द्वारा बनाया गया भोजन, प्रेम का भोजन है।

आलस्य त्यागो :

बहुत–सी लड़कियां काम से जी चुराया करती है। माता या और कोई जब किसी काम के लिए कह देते हैं, तो बड़बड़ाने लगती है। कितनी ही बार तो कामों को इसलिए लड़कियां बिगाड़ भी देती हैं कि फिर हमसे कोई काम करने के लिए न कहें, अच्छी लड़कियों का काम

तो यही है कि वे जो भी काम करे, रस लेकर करें, घर के छोटे–मोटे कामों को स्वयं कर लेना कुछ बुरा नहीं। इससे बढ़ कर और सुख क्या हो सकता है कि तुम्हें घर की सेवा करने का लाभ मिलता है। काम करना कोई निन्दा की बात नहीं है। सीता और द्रौपदी जैसी महारानियां भी घर का काम खुद किया करती थी। तुम्हें भी उन्हीं के कदमों पर चलना चाहिए। घर का कोई भी बड़ा व्यक्ति तुमसे काम करने को कहे, तो सहर्ष उसका कार्य कर दो!

मनुष्यता न खोओ :

अन्त में मैं फिर कह देना चाहता हूं कि – आलस्य, मानव–जाति का सबसे बड़ा भयंकर शत्रु है। आजकल हमारे भारतीय परिवारों में जो अनेक प्रकार के कष्ट तथा रोग दिख पड़ते हैं, उन सबका मूल कारण एक प्रकार से आलस्य ही है। आज घरों में माता और पुत्रियां लड़ती हैं, भाभी और ननद लड़ती हैं, सास और बहू लड़ती हैं, यह लड़ाई का बाजार क्यों गर्म है? इसका कारण मेरे विचार में तो आलस्य ही है। क्योंकि जो मनुष्य कोई काम नहीं करता, जो चुपचाप निठल्ला बैठा अपना समय व्यतीत करता है, उसका स्वभाव दुर्बल हो जाता है, वह दूसरों को देख कर कुढ़ा करता है और दूसरे उसको देख कर कुढ़ते हैं। बस, झगड़ने के लिए और किस बात की जरूरत है? यह कुढ़न ही मनुष्य से मनुष्यता छीन लेती है।

जो मनुष्य कोई काम नहीं करता, उसका स्वभाव दुर्बल हो जाता है, वह दूसरों को देख कर कुढ़ा करता है और दूसरे उसको देख कर कुढ़ते हैं। यह कुढ़न ही मनुष्य से मनुष्यता छीन लेती है।

द्विभुजा परमेश्वर :

इसके विपरीत जिस घर में सब स्त्रियां अपने–अपने काम में लगी रहती हैं, काम करने से जी नहीं चुराती हैं, एक काम करने को दूसरी तैयार रहती हैं, और प्रत्येक काम में परस्पर प्रेम तथा स्नेह की धाराएं बहती हैं, उस घर में किसी प्रकार का दुःख नहीं होता, उस घर का कलह एक बार ही दूर हो जाता है। परिवार बिल्कुल हरा–भरा, सुखी एवं समृद्ध हो जाता है। एक आचार्य का कहना है – 'दो हाथ वाला मनुष्य परमेश्वर होता है – द्विभुजा परमेश्वरः।' हां तो जिस घर में तुम जैसी दो हाथों वाली अनेक भगवती हो, वहां क्या कमी रह सकती है? जरूरत है हाथों से काम लेने की!

* * *

15

नारी का गौरव – लज्जा

भारतीय नारी का गौरव लज्जा में सुरक्षित है, यह एक स्वर में सबको स्वीकार है। परन्तु निरी लज्जा मूर्खता में परिणित न हो जाए। इसकी विवेचना इस लेख में है।

नारी जाति का प्रधान गुण लज्जा है। लज्जा के समान स्त्रियों का दूसरा कोई आवश्यक व सुन्दर भूषण नहीं है – 'लज्जा परं भूषणम्'। लज्जा ही स्त्री के शील और संयम की रक्षा करती है। स्त्री में चाहे और सभी गुण हों, परन्तु यदि लज्जा न रहे, तो वे सब व्यर्थ हो जाते हैं।

आजकल के जमाने में सब ओर फैशन का बोलबाला है। महाविद्यालय आदि की शिक्षा का प्रभाव, फैशन की वृद्धि पर बहुत अधिक पड़ रहा है। भारत की संयमशील देवियां भी इससे नहीं बच सकी है। उनमें भी फैशन आदि विलासिता का प्रभाव बढ़ रहा है। इस कारण आज के युग में लज्जा का महत्व बहुत कम हो गया है।

वस्त्रों का उपयोग :

आजकल बड़े शहरों में कपड़े बहुत बारीक पहने जाते हैं, इतने बारीक कि जिनमें से सारा शरीर दिखाई देता रहता है। इस प्रकार जालीदार और रेशमी वस्त्र पहन कर श्रृंगार करना, भारत की सभ्यता के सर्वथा प्रतिकूल है। वस्त्र का अर्थ तन ढांपना है, वह स्वच्छ तो होना चाहिए, परन्तु इतना बारीक नहीं होना चाहिए कि जिससे लज्जा भी न बचाई जा सके।

लज्जा साधक या बाधक ?

हर किसी के साथ बातचीत करने में थोड़ा संकोच रखना चाहिए। अधिक बोलने से और इधर–उधर की गप–शप करने से कुछ शोभा नहीं होती है। स्त्री के लिए तो कम बोलना और समय पर आवश्यकता पड़ने पर ही बोलना अच्छा माना गया है। जो कन्याएं प्रारम्भ से ही इस गुण को अपनाती है, वे भविष्य में योग्य गृह–लक्ष्मी प्रमाणित होती हैं।

जो नारी एक अक्षर भी नहीं जानती और लज्जावती है, उनका जितना आदर समाज में होता है, उतना विदुषी परन्तु लज्जाहीन स्त्रियों का नहीं होता। अस्तु, प्रत्येक लड़की और स्त्री को चाहिए कि वह लज्जा को अपना भूषण बनाए। परन्तु यह ध्यान रहे कि लज्जा में अति न होने पाए। सब जगह अति करने से हानि होती है। बहुत सी लड़कियां लज्जाशील इतनी अधिक होती है कि वे लज्जा के कारण कुछ काम भी नहीं कर सकती। हर समय सिकुड़े–सिमटे रहना और घर के कोने में दुबके रहना, कोई अच्छी बात नहीं है। बहुत–सी लड़कियां तो लज्जा के कारण किसी बड़ी–बूढ़ी स्त्री से, तथा किसी परिचित भले आदमी से बात–चीत भी नहीं कर सकती, यह लज्जा की पद्धति, नारी जाति की उन्नति में बाधक है।

कुछ सलाह :

हंसना बुरा नहीं है। वह मानव प्रकृति का एक विशिष्ट गुण है। परन्तु लड़कियों को ठहाका लगा कर तथा कहकहा मार कर हंसाना उचित नहीं है। जोर से हंसना, लज्जा का अभाव सूचित करता है। लड़कियों को बहुत धीरे, मन्द हास्य से हंसना चाहिए। मन्द हास्य नारी के सौन्दर्य को बढ़ाता है।

विवाह आदि प्रसंगों पर बहुत संयम से काम लेना चाहिए। बहुत सी लड़कियां और वयस्क स्त्रियां ऐसे प्रसंगों पर अपनी मर्यादा से सर्वथा बाहर हो जाती है। बारातियों से छेड़छाड़ करना, गन्दे–गन्दे गाने गाना, गालियां देना, अच्छी बात नहीं है। इससे भारतीय स्त्रियों को मूर्ख और फूहड़ आदि शब्दों से सम्बोधित किया जाने लगा है। अतः अपनी प्रतिष्ठा अपने हाथों में है। लज्जाशील रहने में ही भारतीय स्त्री की प्रतिष्ठा है।

घूंघट क्या है ?

बहुत से देशों में लज्जा का सबसे बड़ा प्रतीक घूंघट समझा जाता है। परन्तु ऊपर से लेकर नीचे तक सारे शरीर को कपड़ों से छुपा कर और हाथ भर का लम्बा घूंघट निकाल कर बाहर आना–जाना भारत की सभ्यता नहीं है। यह परम्परा मुगल काल से भारत में आई है। भारतीय स्त्री के लिए तो लज्जा ही घूंघट है। आंखों में लज्जा है, तो सब कुछ है और यदि यह नहीं है, तो घूंघट करने से क्या लाभ? लम्बा घूंघट मजाक की चीज है। बहुत–सी स्त्रियां अपने घर वालों से तो लम्बा घूंघट डाल कर पर्दा करती है, उनसे बोलती भी नहीं हे, परन्तु बिल्कुल अपरिचित लोगों के सामने धड़ल्ले से बात कर लेती हैं, पता नहीं, पर्दे की यह कैसी व्यवस्था है?

ऊपर से लेकर नीचे तक सारे शरीर को कपड़ों से छुपा कर और हाथ भर का लम्बा घूंघट निकाल कर बाहर आना-जाना भारत की सभ्यता नहीं है।

आजकल कुछ पढ़ी–लिखी स्त्रियां लज्जालुता को दब्बूपन कह कर मजाक किया करती है। वस्तुतः लज्जा और दब्बूपन में फर्क है।

दब्बूपन मन की हीन भावना, असंस्कारिता एवं अज्ञान का सूचक है जबकि लज्जा नारी की कुलीनता, सभ्यता, शिष्टता और सुशिक्षा को व्यक्त करती है। लज्जा का अर्थ ही हर बात में सभ्यता और शिष्टता का ध्यान रखना है।

अधिक क्या, पुत्रियों! तुम लज्जा का सदैव ख्याल रखो। कोई भी काम ऐसा न करो जिससे तुम्हारी निर्लज्जता प्रकट हो। जैन–धर्म में लज्जा को ही पर्दा माना है, घूंघटों में नहीं। यदि घूंघट का सही अर्थ समझ कर जीवन में इस रहस्य को साकार कर सको, तो नारी जाति का गौरव तुम अवश्य बढ़ा सकोगी।

* * *

16

सरलता और सरसता

नारी सरस हृदय है, तो वह देवी है। सरल हृदय है, तो वह मातृत्व से भूषित है। जिनमें दोनों गुण हैं, वह भगवती है। अब आपकी पसन्द ही आपका चुनाव है।

विश्वासी मनुष्य का संसार में बड़ा आदर होता है। जिस पर समाज का विश्वास होता है, वह अपने काम में लोगों से बड़ी सहायता प्राप्त करता है। तुम जानती हो, यह विश्वास कैसे पैदा किया जा सकता है? उत्तर है – 'सरलता से, सरसता से।' तो जो मनुष्य सबका विश्वासपात्र बनना चाहता हो, उसको सबसे पहले जीवन में सरसता तथा सरलता लानी होगी और कपट–कुटिलता का परित्याग करना पड़ेगा।

सरलता का गुण प्राणी–मात्र के लिए उपयोगी है। क्या स्त्री, क्या पुरुष, क्या बूढ़े, क्या नौजवान, सभी उससे लाभ उठा सकते हैं और प्रतिष्ठा बढ़ा सकते हैं। परन्तु स्त्रियों के लिए तो यह अति आवश्यक गुण है। बिना परस्पर विश्वास के गृहस्थी एक क्षण भी नहीं चल सकती। आपस का विश्वास ही गृहस्थ जीवन को सुखमय बनाता है और यह विश्वास बिना सरलता के हो ही नहीं सकता।

दर्पण बनो :

पुत्रियों! तुम्हें सरल और निश्छल रहना चाहिए। मन में तरह–

तरह की उधेड़–बुन करना, कांट–छांट करना, बड़ा खराब काम है। मन को तुम जितना ही कुटिल और वहमी बनाओगी, उतना ही घर में क्लेश और द्वेष बढ़ेगा। तुम्हारा मन दर्पण के समान समतल हो, खोजने पर भी उसमें कहीं ऊबड़–खाबड़पन एवं बांकी–टेढ़ी रेखा न मिले।

माया मन का अन्धकार है :

अपने अपराधों को छिपाना या छिपाने के लिए झूठ बोलना महापाप है। इसका ही दूसरा नाम कुटिलता है, माया है। यह दुर्बल हृदय का चिन्ह है। जिसका हृदय दुर्बल हो जाता है, वह अपने लिए ही भार हो जाता है। भगवान् महावीर ने जैन–धर्म में इसीलिए प्रतिक्रमण करने को बहुत महत्व दिया है।

प्रतिक्रमण में अपनी भूलों को स्वीकार किया जाता है और इस प्रकार मन का दंभ निकाल कर उसे सरल एवं सुदृढ़ बनाया जाता है।

प्रतिक्रमण में अपनी भूलों को स्वीकार किया जाता है और इस प्रकार मन का दंभ निकाल कर उसे सरल एवं सुदृढ़ बनाया जाता है। माया मन का अन्धकार है, इसे दूर करने के लिए प्रतिक्रमण का प्रकाशमान सूर्य अवश्य है।

कल्पनाओं का केन्द्र : मन

बहुत–सी लड़कियां, अपने दोष छिपाने के लिए अपने बड़ों से यहां तक कि माता–पिता से भी झूठा बहाना बनाती है। बार–बार पूछने पर भी सत्य बात नहीं बताती। परन्तु क्या यह उचित है? छिपाने वाली कभी भी दोषों से अपना पिंड नहीं छुड़ा सकती। दोष दूर तभी होंगे जबकि वे अपने बड़ों के सामने साफ–साफ प्रकट कर दिए जाएंगे। अपराध, छिपा कर मन को शान्ति नहीं मिलती है। मन में सदा भय बना

रहता है कि कहीं मेरी बातें प्रकट न हो जाएं? अपराध छिपाने वाले का मन, भयंकर कल्पनाओं का केन्द्र बन जाता है और उसके मन की उथल–पुथल कभी भी शान्त नहीं होती।

काम से पहले सोचिए :

प्यारी पुत्रियों! तुम कभी भी कोई अपराध छिपा कर मत रखा करो। इन्सान है, भूल हो जाती है। भूल हो जाना, कोई बड़ी बात नहीं है, संसार के बड़े–बड़े आदमी भी भूल कर गए हैं। परन्तु पाप है – भूल को छिपाना, मना करना, तुम्हारा समस्त व्यवहार सरल हो, तुम्हारा वचन और मन सरल हो, तुम अन्दर और बाहर एक बन कर रहो। मन के अन्दर तरह–तरह के पर्दे अच्छे नहीं लगते। जब तुम किसी तरह का काम करने लगो, किसी से मिलो, किसी से बात–चीत करो, तो उसके पहले अपने हृदय में इस बात का अवश्य विचार कर लो कि 'इस बात अथवा काम के प्रकाशित होने में हमें कोई भय तो नहीं। समय आने पर हमें इस बात या काम को बिना किसी संकोच के सबके सामने प्रकाशित तो कर सकते हैं।' यदि इस प्रकार प्रत्येक कार्य करने से पहले, अपने हृदय में विचार कर लिया, तो तुम्हें इसका मधुर फल शीघ्र मालूम होने लगेगा। उस समय तुम जान सकोगी कि हम कोई भूल नहीं कर रही हैं, माया नहीं रच रही हैं, अपराध नहीं छिपा रही हैं। उस समय तुमको मालूम होगा, तुम पर लोगों का कितना अधिक विश्वास बढ़ा है और तुम्हारा हृदय कितना अधिक पवित्र हुआ है। वह सब तुम तभी प्राप्त कर सकोगी, जब तुम्हारा मन दर्पण के समान साफ होगा।

तुम्हारा समस्त व्यवहार सरल हो, तुम्हारा वचन और मन सरल हो, तुम अन्दर और बाहर एक बन कर रहो।

सरलता और चतुरता :

सरलता का यह अर्थ नहीं है कि तुम बिल्कुल बुद्धू बन कर रहो। सरलता का विरोध छल–कपट से है, चतुरता से नहीं। कपटी होना एक बात है और चतुर होना दूसरी बात। तुम चतुर रहो, झट–पट किसी की बातों में न आओ, अपने काम को हर तरह से सफल बनाने का प्रयत्न करो। इसमें कोई पाप नहीं है। पाप है – मायाचार में, बस माया से बचो।

गोपनीयता क्या है ?

अपनी बात प्रकट करने का यह अर्थ नहीं है कि गृस्थिी की जो भी गोपनीय बात हो, सब प्रकट कर दो। घर की बहुत–सी बातें ऐसी होती हैं, जो छिपाने की होती है। हर जगह घर का भेद खोल देने से भारी अनर्थ हो जाने की सम्भावना है। तुम स्वयं बुद्धिमती हो, समय और असमय का ख्याल रखो। कोई समय छिपाने का होता है और कोई समय छिपाने का नहीं भी होता है।

यहां हमारे कहने का अभिप्राय इतना ही है, माता–पिता के सामने तथा आगे चलकर सास, ससुर या पति के सामने हरदम छिपाकर काम करना और पूछने पर सही–सही न बताना, यह गृहस्थ–जीवन के लिए नितान्त पतन का मार्ग है। अतएव इससे बचने का प्रयत्न करना प्रत्येक नारी का विशुद्ध कर्त्तव्य है।

* * *

17

प्रेम की विराट शक्ति

प्रेम एक विराट शक्ति है, इस शक्ति का संचय हृदय की विशालता पर निर्भर करता है। वह विशालता आप में है तो सारा विश्व आपकी मुट्ठी में है। मुट्ठी खोल कर दिखा दीजिए कि प्रेम में कितनी शक्ति है।

यह दो अक्षरों का शब्द 'प्रेम' कैसा मधुर है? मुख से प्रेम शब्द निकलते ही कहने वाले की जीभ और सुनने वाले के कान मधुर हो जाते हैं। और सबसे मधुर हो जाता है – हृदय, जो कभी इस मधुरता को भूलता ही नहीं।

प्रेम का सुखप्रद अंकुर, पशु–पक्षियों तक में पाया जाता है। हिंसक सिंह आदि पशु भी अपनी सन्तान से प्रेम करते हैं। तुमने देखा होगा, खूंखार शेरनी भी अपने बच्चों को किस प्रेम के साथ दूध पिलाती है। तुमने कभी कुतिया को अपने बच्चों को दूध पिलाते हुए देखा है? दूध पिलाते समय कुतिया लेट जाती है, सब पिल्ले इकट्ठे होकर उसकी ओर दौड़ते हैं, कोई इधर से दूध पीता है, कोई उधर से, कोई–कोई तो पेट पर भी चढ़ बैठते हैं। परन्तु कुतिया आनन्द से आंखें बन्द किए लेटी रहती है और दूध पिलाती है। इसी प्रकार गाय का भी अपने बच्चे के प्रति कितना प्रेम है! वह अपने बच्चे को जीभ से चाटती जाती है और साथ ही दूध पिलाती जाती है। कितना मधुर और महान है – प्रेम का राज्य!

प्रेम का मूल्यांकन :

पुत्रियों! पशुओं की बात छोड़ो। तुम अपने घर में ही देखो न तुम्हारी माता तुम से कितना प्रेम रखती है? जब तुम बहुत छोटी बच्ची थी, चारपाई पर लेटी रहती थी, मालूम है तब तुम क्या करती थी? कपड़ों को गन्दा कर दिया करती थी। तब तुम्हारी माता ही वह सब गन्दगी साफ करती थी। माता, कितने प्रेम से अपने बच्चे को पालती है! तुमसे यदि प्रेम न होता, तो क्या तुम आज इतनी बड़ी होती? नहीं, कभी नहीं।

अब तुम इतनी सयानी हो गई हो और अपना भला–बुरा सब समझने लग गई हो, तब भी वह तुमको कितना प्यार करती है? जब तुम घर पर नहीं होती, तब भी वह तुम्हारे लिए खाने–पीने और पहनने आदि की चीजें किस प्रकार बचा कर रख छोड़ती है। यह सब प्रेम की महिमा है। पशुओं का प्रेम अज्ञान–मूलक होता है और मानव जाति का ज्ञान–मूलक। मनुष्यों में भी बहुत से अज्ञान–मूलक प्रेम करने वाले हैं। परन्तु यदि विवेक और ज्ञान का सहयोग लिया जाए, तो प्रेम, संसार के लिए एक अनमोल देन हो जाए। हां, तो प्रेम की इतनी आवश्यकता है, अतः प्रेम का मूल्यांकन करना सीखो।

प्रेम से तरंगित रहो :

प्रेम मानव–जाति के लिए एक महान् विशिष्ट गुण है। विवेक पूर्वक प्रेम की उपासना करने वाला व्यक्ति कभी किसी प्रकार का दुःख नहीं पा सकता। जो लड़कियां दूसरों को दुःखी देख कर स्वयं दुःख का अनुभव करती है, उनके दुःख को दूर करने के लिए झटपट तैयार हो जाती है, समाज में उनका गौरव कितना बड़ा–चढ़ा होगा, यह कुछ लिख

कर बतलाने की बात नहीं है। प्रेम का प्रकाश अपने आप विश्व पर प्रकाशित हो जाता है। आवश्यकता है, प्रेम से तरंगित रहने की!

प्रेम करो प्रेम मिलेगा :

संसार एक दर्पण है। यहां जो प्रेम करता है, उसी को प्रेम मिलता है।

यह संसार एक प्रकार का दर्पण है। तुम जानती हो, दर्पण में क्या होता है। दर्पण के आगे यदि तुम हाथ जोड़ोगी, तो वहां का प्रतिबिम्ब भी तुम्हें हाथ जोड़ेगा। और यदि तुम दर्पण को चांटा दिखाओगी, तो वह अपने प्रतिबिम्ब के द्वारा तुम्हें चांटा दिखाएगा। वह तो गुम्बद की आवाज है, जैसा कहे वैसा सुने। यदि तुम सबके साथ प्रेम का व्यवहार करोगी, तो वे सब भी तुमसे प्रेम का व्यवहार करेंगे। यदि तुम घमण्ड में आकर किसी प्रकार का दुर्व्यवहार करोगी, तो बदले में तुम्हें भी वही अभद्र व्यवहार मिलेगा। तुम देखती हो प्रेम के बदले में वे भी तुमसे हार्दिक प्रेम करती हैं और जिनसे तुम घृणा करती हो, बदले में वे भी तुमसे उसी प्रकार घृणा करती हैं। बुराई और भलाई बाहर नहीं, तुम्हारे मन के ही भीतर है। भगवान् महावीर का यह दिव्य सन्देश सदा याद रखो कि – 'अपने अन्दर देखो।'

जब तुम किसी गरीब लड़की को देख कर उससे प्रेम करती हो तो वह तुम्हारा आदर करती हुई तुम पर दुगुना स्नेह प्रकट करती है। और जब उसे गरीब जान कर घृणा की दृष्टि से देखती हो, तब वह भी तुम्हारी बुराई करती हुई तुमसे नफरत करती है। यह निश्चित सिद्धान्त है कि जब भी तुम किसी के प्रति अपने मन में वैर और डाह करोगी, तब उसके मन में भी उसी प्रकार का वैर और डाह तुम्हारे लिए उत्पन्न होगा। याद रखो – संसार एक दर्पण है। यहां जो प्रेम करता है, उसी को प्रेम मिलता है।

स्वर्ग का निर्माण करो :

प्यारी पुत्रियों! अब तुम प्रेम की महिमा समझ गई होगी। पाठशाला की जितनी भी लड़कियां हों, उन सबके साथ प्रेम–पूर्वक व्यवहार करो, तथा सबको अपनी बहन के समान समझो, घर पर माता–पिता, भाई–बहन सबके साथ प्रेम–पूर्वक बर्ताव करो, यहां तक कि घर के नौकर–चाकरों के सुख–दुःख का भी ख्याल रखो। मुहल्ले की लड़कियों के साथ भी खूब हिल–मिल कर रहो। मुहल्ले की बड़ी–बूढ़ी स्त्रियों का भी यथायोग्य आदर–सम्मान करो। सब ओर अपने प्रेम की सुगन्ध फैला दो। नारी प्रेम की साक्षात् मूर्ति है। घृणा और द्वेष नरक है, प्रेम और सद्व्यवहार स्वर्ग है। तुम अपने प्रेम के बल पर घर को, मुहल्ले को, गांव को और देश को स्वर्ग बना दो, स्वर्ग! साक्षात् स्वर्ग!!

* * *

18
हंसी–दिल्लगी

हास्य की मधुरिमा नारी के सौन्दर्य व स्वास्थ्य की अभिवृद्धि करती है। सभी ने यह स्वीकार किया है, किन्तु उनका कहना है, हास्य की सीमारेखा अवश्य होनी चाहिए।

हंसना कोई बुरा काम नहीं है। मनुष्य की जिन्दगी में हंसना, एक बड़ा गुण है। इतने बड़े विराट संसार में हंसना मनुष्य को ही आता है और किसी पशु–पक्षी को नहीं। क्या तुमने कभी किसी गाय–भैंस आदि पशु को हंसते देखा है? नहीं देखा होगा। पशु–पक्षी हंसना जानते ही नहीं। प्रकृति की ओर से यह अनुपम भेंट एक मात्र मनुष्य को ही मिली है।

वह मनुष्य ही क्या जिसका मुंह हमेशा उदास रहता है। जो बात–बात पर मुंह चढ़ा लेता है – बड़बड़ाने लगता है, वह मनुष्य नहीं राक्षस है। जिसके मुख पर सदा मन्द–हास्य अठखेलियां करती रहती है, वही मनुष्य सच्चा मनुष्य है। वह जहां भी रहेगा, वहां निरन्तर आनन्द–मंगल की वर्षा करता रहेगा।

हंसी की सीमा :

हंसने की भी सीमा है। हंसने के साथ कुछ विवेक और विचार की भी आवश्यकता है। जिस हंसी में विवेक न हो, विचार न हो, वह कभी–कभी महान् अनर्थ का कारण बन जाता है। संसार के इतिहास में

बहुत सी घटनाएं इसी विवेक–रहित हंसी के कारण हुई है। महाभारत युद्ध की पृष्ठभूमि में यदि सूक्ष्म निरीक्षण से देखा जाए, तो भीमसेन और द्रौपदी की अनुचित हंसी ही छिपी मिलेगी। अन्धे धृतराष्ट्र के पुत्र, दुर्योधन को द्रौपदी ने हंसी में यही कहा था कि 'अन्धे के अन्धे ही पैदा हुए।' बस, उसी से महाभारत में खून की नदियां बह गई! अतः हंसी मनुष्य के लिए आवश्यक है, यह सही है, परन्तु इस की भी एक सीमा होनी चाहिए।

हंसी-दिल्लगी सीमा के अन्दर रहकर ही करनी चाहिए। सीमा के बाहर कोई भी काम क्यों न हो, उससे हानि ही होती है।

हां, तो पुत्रियों! किसी की हंसी–दिल्लगी करते समय समझ–बूझ से काम लो। तुम्हारी हंसी–दिल्लगी शुद्ध हो। उसमे गन्दापन न हो, उससे किसी को हानि न हो। हंसी–दिल्लगी स्वयं कोई खराब चीज नहीं हैं यह जीवन के लिए लाभदायक गुण है। परन्तु हंसी–दिल्लगी सीमा के अन्दर रहकर ही करनी चाहिए। सीमा के बाहर कोई भी काम क्यों न हो, उससे हानि ही होती है।

हंसी का समय :

हंसी–दिल्लगी आनन्द के लिए की जाती है। अतः हंसी के लिए समय और असमय का ध्यान रखना आवश्यक है। कभी ऐसा होता है कि सबके सामने हंसी करने से मनुष्य लज्जित हो जाता है और अपने मन में गांठ बांध कर रख लेता है। आगे चलकर उसका भयंकर परिणाम निकलता है। सम्मुख साथी प्रसन्न हों, अच्छी स्थिति में हो, तभी हंसी–दिल्लगी आनन्द पैदा करती है। यदि वह किसी खराब स्थिति में हो तो उस असमय की हंसी–दिल्लगी के आनन्द के बदले क्रोध ही उत्पन्न होगा।

बहुत–सी लड़कियां अधिक चुलबुली होती है। वे अपने साथिन लड़कियों की हमेशा हंसी उड़ाया करती है। किसी के रंग–रूप की हंसी करती है तो किसी के चाल–ढाल की हंसी करती है। किसी की चपटी नाक पर हंसती है तो किसी की ऊंची नाक की आलोचना करती है। यह आदत अच्छी नहीं है। किसी के काले रूप की तो किसी की चपटी नाक आदि की हंसी करना बहुत असभ्यता का लक्षण है। तुम नहीं जानती तुम्हारी हंसी से उसके दिल को कितनी अधिक चोट लगती होगी? किसी का दिल दुखाना बहुत बुरा है।

हंसी में क्या वर्जित है :

हंसी में भी किसी के गुप्त दोषों को मत प्रकाशित करो। अगर किसी से भूल हो गई है, अपराध हो गया है, तो तुम्हें क्या अधिकार है कि उसे नीचा दिखाने के लिए हंसी करो। ऐसी हंसी अमृत के बजाय जहर बन जाती है, हंसी–दिल्लगी में किसी से कभी कोई कड़वी बात मत कहो। तुम्हारी हंसी मधुर हो, उसमें प्रेम की खुशबू हो। देखना, उसमें कहीं द्वेष और घृणा की दुर्गन्ध न छुपी हुई हो।

अधिक हंसना भी अच्छा नहीं है। बहुत–सी लड़कियां हमेशा हर किसी के सामने हंसी–दिल्लगी किया करती है। न वे समय का ध्यान रखती हैं, और न व्यक्ति का। परन्तु नारी जीवन में इस प्रकार अमर्यादित हंसना शोभा नहीं देता। इस तरह हमेशा हर किसी के साथ हंसी करने से गम्भीरता जाती रहती है। अधिक हंसोड़ लड़की सभ्य समाज में आदर नहीं पाती।

* * *

19

दरिद्रनारायण की सेवा

> **सेवा मानव का मूल्यवान गुण है और फिर दरिद्रनारायण की सेवा तो सर्वाधिक मूल्यवान है। जिस नारी को यह अवसर प्राप्त हो गया - समझ लो, वह योगियों की समाधि से भी बढ़कर है।**

सेवा परम धर्म है। सेवा के बराबर न कोई धर्म हुआ और न कभी होगा। जो मनुष्य रोगी की सेवा करता है, वह एक प्रकार से भगवान् की सेवा करता है।

भगवान् महावीर से एक बार गौतम स्वामी ने पूछा कि 'भगवान् एक भक्त आपकी सेवा करता है और दूसरा दीन–दुखी रोगी की सेवा करता है, दोनों में कौन धन्य है?'

भगवान् महावीर ने उत्तर दिया – 'गौतम! जो दीन–दुखी रोगी की सेवा करता है, वह धन्य है। जितेन्द्र भगवान् की सेवा उनकी आज्ञाओं के पालन में है और उनकी आज्ञा दुःखित जनता की सेवा करना है।'

सेवा प्रभु की या रोगी की ?

भगवान् महावीर के उक्त कथन से सिद्ध हो जाता है कि रोगी की सेवा, भगवान् की सेवा से बढ़ कर है। दया मनुष्य का चिन्ह है। जिसके हृदय में दया नहीं, वह मनुष्य नहीं, पशु है। और फिर घर के बीमारों की

सेवा करना, तो दया ही नहीं, कर्तव्य है। जिस मनुष्य ने समय पर अपने आवश्यक कर्तव्य को पूरा नहीं किया, वह जीवन में और भला क्या काम करेगा?

बहुत–सी लड़कियां रोगी की सेवा से जी चुराती है। जब कभी कोई घर में बीमार पड़ जाता है, तब दूर–दूर रहती है, पास तक नहीं आती है। यह आदत बड़ी खराब है। जैन–धर्म में इस प्रकार सेवा करने से जी चुराने को पाप बताया है। जैन–धर्म का आदर्श ही सेवा करना है। वह तो अपने पड़ोसी और साधारण पशु–पक्षी तक की सेवा और रक्षा के लिए उपदेश देता है। भला जो मनुष्य की और वह भी अपने घर वालों की सेवा नहीं कर सकती, वह पड़ोसी और पशु–पक्षियों की क्या रक्षा करेगी? उनकी दया कैसे पालेगी? रोगी की सेवा तो प्रभु की सेवा से भी बढ़ कर है।

सेवा की विधि :

जब भी समय मिले, रोगी के पास बैठो। समय क्या मिले, समय निकालो। यदि रोगी घबराता हो, तो उसे मीठे वचनों से तसल्ली दो। जब देखो रोगी घबरा रहा है तो कोई अच्छा–सा धार्मिक विषय छेड़ दो, कोई अच्छी–सी धार्मिक कथा सुनाओ। धार्मिक बातें सुनने से आत्मा में शान्ति और बल बढ़ता है तथा रोगी का मन भी अपनी व्याधि से हट कर अच्छे विचारों में लग जाता है।

रोगी के लिए स्वच्छता का बहुत ध्यान रखो। रोगी के आसपास जरा भी गन्दगी नहीं रहनी चाहिए। कपड़े गन्दे और मैले हों, आसपास गन्दगी हो, तो रोग दूर होने के बजाय अधिक बढ़ जाता है और पास में जाने वाले व्यक्ति व डॉक्टर आदि सज्जनों को भी घृणा होती है।

औषधि का प्रबन्ध :

औषधि का बराबर ध्यान रखना चाहिए। औषधि को खूब यत्न से अच्छे स्थान में रखने का और नियमित समय पर देने का ध्यान रखो। कौन औषधि कैसी है, किस समय पर देनी है, किस पद्धति से देनी है, इत्यादि सब जानकारी लिख कर अपने पास रखो। औषधि की शीशी पर औषधि का नाम लिख लो और खुराकों की संख्या चिन्हित कर दो। बहुत–सी बार औषधियों की उलट–पलट से बड़ा अनर्थ हो जाता है। एक गांव की घटना है कि एक लड़का बीमार पड़ा। गले पर गिल्टी निकली और ज्वर भी हो आया। डॉक्टर ने दोनों रोगों के लिए दो अलग–अलग औषधियां दे दी। अनपढ़ माता भूल गई। उसके गिल्टी पर लगाने वाले तेल को पिला दिया और पीने का अर्क गिल्टी पर चुपड़ दिया। तेल में विष था, एक ही घण्टे में लड़का परलोकवासी हो गया। जरा–सी भूल ने कितना अनर्थ कर दिया।

सेवा के पथ पर चलिए :

> **सेवा ही नारी जीवन की सफलता का मूल मंत्र है।**

रोगी की सेवा करते–करते यदि बहुत दिन हो जाएं, तो भी घबराना उचित नहीं है। रोगी की सेवा ही मनुष्य के धैर्य की परीक्षा का अवसर है। यदि लम्बी बीमारी के समय तुम धीरज खो बैठी और रोगी की सेवा से जी चुराने लगी तो फिर तुम सेवा का मूल्यवान कार्य न कर सकोगी। तुम्हारा हृदय प्रेम के अभाव में सूख जाएगा। फिर वह किसी काम का न रहेगा। तब तुम किसी भरे–पूरे परिवार में गृह–लक्ष्मी बन कर न रह सकोगी। सेवा ही नारी जीवन की सफलता का मूल मंत्र है। अतः नारी को कम से कम सेवा के क्षेत्र में तो असीम धैर्य

और लगन से लग कर रोगी की सेवा करनी चाहिए। गंगा कितनी शान्त गति से बहती है! उसमें धैर्य का, गम्भीरता का, कहीं अभाव दृष्टिगत होता है? नहीं! तो फिर तुम्हें भी गंगा की तरह शान्त मन से धीरे–धीरे सेवा पर अविराम गति से बहते रहना चाहिए, चलते ही रहना चाहिए।

* * *

20

कोयल के मीठे बोल

> **'कोयल के मीठे बोल' बहुत सम्भव है, तुम्हें भी कोयल जैसा मीठा बोलने की प्रेरणा दे जाएं, तुम्हारी वाणी की वीणा से सम्भव है, हमेशा के लिए मीठे ही स्वर निकलने लगे।**

संसार की सब कलाओं में बोलने की कला सबसे बड़ी और महत्वपूर्ण है। आज तक का इतिहास हमें यही कहता है, जिसके पास बोलने की कला थी, उसने संसार में आदर पाया और संसार को अपने कदमों पर चलाया। यहां बोलने की कला का मतलब सभा में भाषण देने से नहीं है, अपितु मीठा बोलने से है। एक व्यक्ति ऐसा बोलता है कि सामने वाले व्यक्ति का हृदय जीत लेता है और एक ऐसा बोलता है कि अपना भी गैर हो जाता है। यहां तक कि उसके द्वारा कही गई हित की बात भी बुरी लगती है।

कोयल ही सबको प्यारी क्यों लगती है। क्या वह तुम्हें कुछ दे देती है? और कौआ बुरा क्यों लगता है। क्या वह तुमसे कुछ छीन लेता है? उत्तर स्पष्ट है – न कौआ छीनता है और न कोयल कुछ दे ही देती है। एक कवि ने इस बात को यों रखा है –

कागा किसका धन हरे? कोयल किसको देय?
मधुर वचन के कारणे, जग अपना कर लेय!

मधुर भाषण :

उपर्युक्त कोयल और कौवे के उदाहरण से यह सिद्ध हुआ कि तुम भारत माता की सन्तान हो, देश की सुपुत्रियों में तुम्हारी गणना है। अतः तुम्हारे लिए मधुर भाषण की बड़ी आवश्यकता है। मनुष्य के हृदय की अनमोल वस्तु प्रेम है और इस प्रेम को दूसरे पर प्रकट करने का साधन है – मधुर भाषण! शिष्ट भाषी मनुष्य, जो कार्य बातों से निकाल लेते हैं, वह दूसरे पैसा खर्च करके भी नहीं निकाल सकते। इसकी तुलना में संसार की कोई भी कला नहीं ठहर सकती।

प्रेम का विस्तृत क्षेत्र :

मधुर भाषण वाली लड़की जहां जाती है, सम्मान पाती है।

मधुर भाषण करने वाली लड़की से, उसके सब सम्बन्धी तथा मिलने वाले पड़ोसी आदि सभी प्रसन्न रहते हैं। आसपास के घरों की बालिकाएं बार–बार उसके पास आती है और उसके सुख–दुःख में सहानुभूति दिखलाती है। एक बार जो व्यक्ति उससे मिल लेता है, फिर जीवन भर उसे नहीं भूलता। ऐसी लड़की जहां जाती है, सम्मान पाती है। क्या स्त्री और क्या पुरुष, सबके सब उससे प्यार करते हैं, उसकी प्रशंसा करते हैं और उन्नति की कामना करते हैं। वह बराबर अपने प्रेम और स्नेह क्षेत्र को विस्तृत करती चली जाती है।

मधुर वाणी की वीणा :

जिस नारी के कण्ठ में माधुर्य होती है, उसके घर में सदा शान्ति का राज्य होता है। यदि कभी किसी कारण अशान्ति होती भी है, तो ज्यों ही नारी की मधुर वाणी की वीणा बजनी प्रारम्भ होती है, त्यों ही वह

अशान्ति लुप्त हो जाती है और उसके स्थान में सुख–शान्ति का समुद्र हिलोरें मारने लगता है। भगवान् महावीर की माता कितना मधुर बोलती थी! भगवान् महावीर की शिष्या चन्दनबाला की वाणी में कितनी अधिक मिठास थी! उसने छत्तीस हजार साध्वियों के संघ पर शासन किया था। उसकी मधुर वाणी विरोधियों के हृदय को भी मधुर बना देती थी।

वाणी मिश्री की डली हो :

कर्कश और कठोर भाषण करने वाली स्त्रियां, ठीक इसके विपरीत होती है – वे सदा मुंह चढ़ाए भूखी शेरनी की तरह झुंझलाती फिरा करती है, क्या बच्चों से और क्या बड़ों से, सब लोगों से दुर्वचन बोलती है। फलतः अपने निकट के प्रेमियों को शत्रु बना लेती है। उनसे कोई बोलना नहीं चाहता। उनके पास कोई जाना नहीं चाहता। उसकी कर्कश वाणी के कारण प्रायः घर और बाहर वाले, उसके अमंगल की कामना किया करते हैं। उसके सम्बन्ध में निश्चित धारणा बना लेते हैं कि कठोर बोलने वाली अमुक स्त्री सूर्पनखा ही है।

मिष्ठ भाषी और कठोर भाषी लड़की में इतना ही अन्तर है कि जहां एक अपने घर को नन्दन-वन बना कर उसमें मधुर मनोरम तान भरती है, तो दूसरी घर को उजाड़ बना कर उसे लड़ाई-झगड़े का अखाड़ा बना देती है।

अधिक क्या कहा जाए? संक्षेप में मिष्ठ भाषी और कठोर भाषी लड़की में इतना ही अन्तर है कि जहां एक अपने घर को नन्दन–वन बना कर उसमें मधुर मनोरम तान भरती है, तो दूसरी घर को उजाड़ बना कर

उसे लड़ाई–झगड़े का अखाड़ा बना देती है। कहो पुत्रियों! तुम किस प्रकार की होना चाहती हो? तुम्हारी आत्मा नन्दन–वन में रहना चाहती है या उजाड़ में! नन्दन–वन को चाहती हो तो मधुर बोलो! एक दम सदा मधुर!

जो बात हो सही हो, अच्छी हो अरु भली हो।
कड़वी न हो, न ही झूठी, मिसरी की–सी डली हो।।

* * *

भूमण्डल पर तीन रत्न है – जल, अन्न, सुभाषित वाणी।
पत्थर के टुकड़ों में करते, रत्न कल्पना पामर प्राणी।।

* * *

21

ब्रह्मचर्य का तेज

ब्रह्मचर्य ही भारतीय संस्कृति का आदि, अन्त और मध्य है। जिसका जीवन इस अलौकिक तेज से दीप्त है, वह इन्सान से भगवान् की ओर ही बढ़ता जाता है। पूज्य मुनिजी के आत्मविश्वास भरे शब्दों में पढ़िए...!

तुम्हारे सामने एक बहुत बड़ा गहन और गम्भीर विषय उपस्थित है। जीवन का सच्चा आदर्श एक प्रकार से इसी विषय में है। यदि तुम ठीक–ठीक इस विषय को समझ सकीं और आचरण में ला सकीं, तो तुम नारी जीवन की उच्चतम पवित्रता को भली–भांति सुरक्षित रख सकोगी और भविष्य में एक महान् आदर्श गृह–लक्ष्मी बन सकोगी।

मनुष्य का जीवन अपूर्व पुण्य के उदय से प्राप्त हुआ है। स्वर्ग और मोक्ष का सच्चा द्वार यही मानव जीवन है। जो मनुष्य, मानव जीवन को सफल बनाता है, वही विश्व के रंग–मंच पर सफल अभिनेता माना जाता है। मानव–जीवन का लक्ष्य है – आध्यात्मिक जीवन, सदाचार का जीवन, ब्रह्मचर्य का जीवन।

अभी तुम विद्या पढ़ती हो, अतएव ब्रह्मचारिणी हो। विद्या लाभ करने के लिए ब्रह्मचर्य–व्रत का पालन करना अत्यन्त आवश्यक है। ब्रह्मचारिणी के पवित्र कण्ठ पर सरस्वती देवी बड़े प्रेम से आ कर आसन जमाती है और ज्ञान के प्रकाश से सारा जीवन आलोकित कर देती है।

ब्रह्मचर्य का व्रत, सब रोगों को कोसों दूर भगा कर शरीर में बल–बुद्धि का विकास करता है और मुख–मण्डल पर अपूर्व सौन्दर्य एवं तेज का प्रकाश डालता है।

ब्रह्मचर्य का महत्व :

भगवान् महावीर ने ब्रह्मचर्य का महत्व बहुत ऊंचे शब्दों में वर्णन किया है। 'ब्रह्मचर्य का पालन अति कठिन काम है। जो साधक ब्रह्मचर्य का पालन करता है, उसके चरण कमलों में देव, राक्षस, मानव और दानव आदि सभी नमस्कार करते हैं।'

जैन–धर्म में ब्रह्मचर्य की गणना मुनियों के पांच महाव्रतों में चौथे नम्बर पर है। और गृहस्थ जीवन में पांच अवगुणों और बारह व्रतों में भी चौथा नम्बर है। ब्रह्मचर्य के प्रभाव से विष भी अमृत हो जाता है, धधकती हुई अग्नि शीतल बन जाती है। महारानी सीता ने अपने सतीत्व से जलते हुए अग्नि–कुण्ड को जल–कुण्ड बना दिया था, याद है न आख्यान!

ब्रह्मचर्य पालन का प्रकार :

ब्रह्मचर्य दो प्रकार से पालन किया जाता है – एक पूर्ण रूप से और दूसरे देश रूप से। पूर्ण रूप से ब्रह्मचर्य पालन का अर्थ है – नियम धारण करने के बाद जीवन भर के लिए मन, वचन और कर्म से विषय वासना से अलग रहना। जैन मुनि और साध्वियां यही प्रथम नम्बर के पूर्ण ब्रह्मचर्य का पालन करती है। जैन–साधु–स्त्री को, चाहे वह एक दिन की बच्ची ही क्यों न हो, उसका भी स्पर्श नहीं करता। जैन–साध्वी भी पुरुष को चाहे वह दूध पीने वाला बच्चा ही क्यों न हो, स्पर्श नहीं करती। ब्रह्मचर्य का इस प्रकार अखण्ड पालन ब्रह्मचर्य महाव्रत कहलाता है।

देश रूप से ब्रह्मचर्य पालन का अर्थ है – देश से यानी खण्ड से ब्रह्मचर्य पालन। यह गृहस्थ जीवन के लिए है। गृहस्थ अवस्था में ब्रह्मचर्य का पालन पूर्ण रूप से जरा अशक्य है, अतः देश ब्रह्मचर्य का विधान किया है। जब तक गृहस्थ दशा में स्त्री–पुरुष विवाह नहीं करते हैं, तब तक उन्हें ब्रह्मचर्य का पूरा पालन करना चाहिए। और जब विवाह–बन्धन में बंध जाएं, तब स्त्री अपने पति के सिवाय और पुरुष अपनी पत्नी के सिवाय, ब्रह्मचर्य का पालन करता है। जैन–धर्म का यह ब्रह्मचर्य विभाजन, मनोविज्ञान की निश्चित शैली पर आधारित है। जैन–धर्म में सभी व्रतों का मनोवैज्ञानिक विधान किया गया है।

जब तक स्त्री-पुरुष विवाह नहीं करते हैं, तब तक उन्हें ब्रह्मचर्य का पूरा पालन करना चाहिए और जब विवाह-बन्धन में बंध जाएं, तब स्त्री अपने पति के सिवाय और पुरुष अपनी पत्नी के सिवाय, ब्रह्मचर्य का पालन करना चाहिए।

ब्रह्मचर्य-साधना के नियम :

हां तो प्यारी पुत्रियों! तुम्हारे हाथ बड़ा अमूल्य अवसर है। जब तक तुम्हारे माता–पिता तुम्हारा विधिवत् विवाह संस्कार न कर दें, तब तक ब्रह्मचर्य–व्रत का पूरा पालन करो। संसार के जितने भी पुरुष हैं, सबको पिता व भाई के समान समझो। बड़ों को पिता और बराबर की आयु वालों को भाई। अपने हृदय को सदैव निर्मल रखो। बुरी बातों को तथा वासनाओं को कभी पास न आने दो और पूर्ण ब्रह्मचारिणी रह कर विद्या पढ़ो।

ब्रह्मचर्य व्रत को दृढ़ रखने के लिए नीचे लिखी बातों को त्याग देने

की आवश्यकता है –

1. गन्दे सिनेमा देखना।
2. गन्दी किताबें पढ़ना।
3. भांड चेष्टाएं आदि करना।
4. पुरुषों के बीच में व्यर्थ घूमना।
5. गन्दे गजल आदि के गाने गाना।
6. रूप–रंग के बनाव श्रृंगार में रहना।
7. किसी पुरुष की ओर बार–बार देखना।

स्त्री का आभूषण लज्जा है। यह याद रखो – जो लड़की बचपन में निर्लज्ज हो जाती है, उस पर फिर सदाचार का रंग चढ़ना कठिन है। मोती की आब एक बार उतर जाने के बाद फिर कभी वापिस नहीं आती!

ब्रह्मचर्य का दूसरा नम्बर विवाह संस्कार होने के पश्चात् आता है। माता–पिता जिसके साथ विधिवत् विवाह कर दें, वह पति है। सदैव पति की आज्ञा में रहना, पति की स्नेह भक्ति करना, प्रत्येक सुशील लड़की का कर्तव्य है। यदि भाग्यवश पति में कुछ त्रुटि हो तो हताश और उदास नहीं होना चाहिए। बड़ी गम्भीरता और चतुरता से त्रुटियों को दूर करने का प्रयत्न करना चाहिए। एक पति के अतिरिक्त संसार में जितने भी पुरुष हैं, सबको पिता, भाई और पुत्र समझना चाहिए। विवाहित होने के बाद सीता, द्रौपदी और अंजना आदि महासतियों के आदर्श अपने सम्मुख रखने चाहिए।

पत्नी के गुण :

विवाहित जीवन में स्त्री को किस प्रकार रहना चाहिए, इस सम्बन्ध में कुछ सुभाषितों पर चिन्तन–मनन करना लाभप्रद होगा। वे

सुभाषित जीवन पर गहरी छाप डालते हैं और जीवन भर आदर्श सूत्रों का काम देते हैं। पत्नी और दासी का कितना सुन्दर विभाजन है :–

1. जो पति की सहायक हो, वह पत्नी!
2. जो पति की सहचारिणी हो, वह पत्नी!
3. जो पति के जीवन को सुखी करे, वह पत्नी!
4. जो पति के जीवन को उच्च बनाए, वह पत्नी!
5. जो पति के दोषों को नम्रता से सुधारे, वह पत्नी!
6. जो पति के सुख–दुःख में बराबर भाग ले, वह पत्नी !
7. पति के सुख की जो कामना करे, वह पत्नी!
8. पति की उन्नति के लिए जो आत्म–भोग दे, वह देवी!

कुछ और भी :

1. अलंकार और ठाट–बाट की जो इच्छा करे, वह दासी!
2. शरीर के भोगों की जो इच्छा करे, वह दासी!

* * *

22

भय : मन का घुन है

भय का भूत, घुन की तरह मनुष्य के विश्वास को खाता रहता है। जिस नारी में विश्वास नहीं बोलता, वह कर ही क्या सकती है? भय विश्वास को खत्म कर देता है।

जो व्यक्ति बात–बात पर भय करता है, डरता है, समझ लो, उससे स्वयं के जीवन में कोई बड़ा काम नहीं हो सकता। भय तो मनुष्य के मन का घुन है। यह घुन अन्दर ही अन्दर मनुष्य के उत्साह, शरीर और सेवा आदि अच्छे गुणों को चबा डालता है। फिर वह मनुष्य संसार में किसी भी काम का नहीं रहता।

पुरुषों की अपेक्षा स्त्रियों में भय की भावना अधिक है। जरा–जरा सी बात पर स्त्रियां भय से कांपने लगती है और धीरज खो बैठती है। जब कोई लड़का डरता है, तो कहा करते हैं कि – 'अरे यह लड़का है या लड़की? इतना डरता है। तूने तो लड़कियों को भी मात कर दिया।' इसका मतलब यह हुआ कि – लड़कियां डरा करती हैं, डरना उनका स्वभाव हो गया है। अस्तु, पुत्रियों तुम्हें नारि जाति पर से इस कलंक को दूर करना होगा, निर्भय बनना होगा। जब तक भारत माता की लाड़ली पुत्रियां निर्भय नहीं बनेंगी, तब तक भारत माता का गौरव किसी भी प्रकार नहीं बढ़ सकेगा।

अन्धकार तुम्हें नहीं डराता :

बहुत–सी लड़कियां बड़ी डरपोक होती है। रात्रि के समय घर में एक कमरे से दूसरे कमरे में जाने से डरती है, अकेली सोने से भी डरती है, दीपक बुझ जाने पर डरती है, कुत्ता भौंके तो भी डरती है, और तो क्या, चूहिया के बच्चे से भी डरती है। भला ऐसी डरपोक लड़कियां, अपने जीवन में क्या कभी कोई साहस का काम करेंगी? बात–बात पर डरना और रोना जिनका स्वभाव बनता जा रहा है, वे संकट काल में अपने परिवार की और अपनी रक्षा कर सकेंगी? यह सर्वथा असम्भव है।

मैं डरपोक लड़कियों से कह देना चाहता हूं कि 'तुम जल्दी से जल्दी डरपोकपन की आदत छोड़ दो। अगर तुमने डरना नहीं छोड़ा और निडर न बनी तो याद रखो आज की दुनिया में तुम किसी काम की न रहोगी। घर में भीगी–बिल्ली बन कर दुबके रहना क्या कोई अच्छी जिन्दगी है?'

मैं नहीं समझा – 'आखिर डरने की क्या बात है?' चूहिया बड़ी है या तुम बड़ी हो? कीड़े–मकौड़े में अधिक बल है या तुम में? कुत्ते बिल्ली में अधिक बुद्धि है या तुम में? किसी समय दीपक बुझ गया तो इससे क्या हुआ? अंधेरा तुम्हें खा तो नहीं जाता! फिर तुम इतनी डरपोक क्यों हो? अंधेरा तुम्हें नहीं डराता, अपितु तुम्हारा डरपोक मन ही तुम्हें डराता है।

किनसे डरा जाए :

भारतवर्ष की देवियां बड़ी निडर और बहादुर हुई है। रानी दुर्गा ने आक्रमणकारी यवन–राक्षसों को मार भगाया था। झांसी की रानी ने युद्ध में अंग्रेजों के दांत खट्टे कर दिए थे। सीताजी और द्रौपदीजी अपने

पति के साथ कैसे भयानक सूने वनों में रही। सीताजी को जब राक्षस रावण चुरा कर ले गया, तब वह कितनी निडर रही थी! रावण ने बहुत डराया-धमकाया, फिर भी सीताजी उसे खुले दिल से फटकार बताती रही। भारत की पुत्रियां धर्म पर अपने प्राण न्यौछावर करती रही है। चित्तौड़ की वीर नारियों ने आग में जिन्दा जल कर मर जाना अच्छा समझा, परन्तु मुसलमान गुण्डों के द्वारा अपना धर्म नष्ट नहीं होने दिया।

जैन का अर्थ ही जीतने वाला है, वह डरेगा किससे? सच्चा जैन और किसी चीज से नहीं डरता। वह डरता है, केवल पाप व बुराई से।

तुम जानती हो, जैन-धर्म में भय करना, कितना बुरा बताया गया है? जो आदमी बात-बात पर डरता है, भय खाता है, वह जैन कहलाने का अधिकारी नहीं है। भगवान् महावीर ने कहा है – 'न तुम भूत-प्रेत से डरो, जब तक तुम्हारा जीवन है, तब तक तुम्हारा कोई कुछ नहीं बिगाड़ सकता।' जैन का अर्थ ही जीतने वाला है, वह डरेगा किससे? सच्चा जैन और किसी चीज से नहीं डरता। वह डरता है, केवल पाप व बुराई से।

तुम हमेशा लड़की ही तो न रहोगी, बड़ी बनोगी न! जब तुम बड़ी बनोगी, तब तुम पर बहुत जवाबदारियां आएंगी। कभी घर पर अकेली भी रहना होगा, कभी बाहर दूर देश की यात्रा भी करनी पड़ेगी। कभी किसी संकट का भी समाना करना होगा। अगर तुम निर्भय और बहादुर रहोगी, तो संकटों और झंझटों को पार कर जाओगी। भयभीत हो कर व रो-रो कर आंसू बहाने की आदत तुम्हें कुछ भी काम, समय पर न करने देगी।

तुम क्या बनोगी :

जो लड़कियां दब्बू और डरपोक होती है, गुण्डे लड़के उन्हें छेड़ते हैं। जो लड़की निडर, बेधड़क और वीर होती है, उनसे गुण्डे भी डर जाते हैं और दूर रहते हैं। यदि कभी कोई गुण्डा अभद्र व्यवहार करता है, तो बहादुर लड़कियां उसकी वह मरम्मत करती है कि गुण्डे की अक्ल ठिकाने आ जाती है। फिर वह कभी, किसी भली लड़की को छेड़ने का साहस नहीं करता। तुम वीर बनो। दुर्गा और झांसी की रानी बनो! सीता और द्रौपदी बनो! तुम जहां भी रहो, वहीं बड़ों के आगे भोली-भाली बनो और विरोधी गुण्डों के आगे भयंकर शेरनी बन कर रहो।

* * *

23

हृदय का अन्धकार – निन्दा

❑

किसी भी व्यक्ति की अनुपस्थिति में उसकी निन्दा करना, एक भयंकर पाप है। शास्त्रीय शब्दों में कहा जाए तो 'किसी भी व्यक्ति की निन्दा करना एक प्रकार से उसकी पीठ का मांस ही नोंच-नांच कर खाना है।

संसार में जितने भी पाप हैं, सबसे बड़ा पाप निन्दा है। निन्दक मनुष्य व्यर्थ ही दूसरों की निन्दा करता है और इसमें अपना अमूल्य समय गंवाता है, और वह इस तरह अपने हृदय को कलुषित करता है।

भगवान् महावीर ने कहा कि – 'निन्दा बहुत खराब चीज है। निन्दा करने वाला, मनुष्य की पीठ का मांस खाता है। अर्थात् किसी की पीठ पीछे निन्दा करना, एक प्रकार से उसकी पीठ का मांस ही नोंच–नोंच कर खाना है।' पुत्रियों! कितना जघन्य पाप है वह!

एक जैनाचार्य ने निन्दा की अतीव कठोर शब्दों में भर्त्सना की है। उनका कहना है कि – 'निन्दा करने वाला सूअर का साथी होता है। जिस प्रकार सूअर उत्तम मिष्ठान छोड़ कर विष्ठा खा कर प्रसन्न होता है, उसी प्रकार निन्दा करने वाला मनुष्य भी हजार गुणों को छोड़ कर केवल दुर्गुणों को ही अपनी जिह्वा पर लेता है। यह एक प्रकार से दूसरे की विष्ठा का ही खाना हुआ।' इस तरह अन्य महापुरुषों के वचनों से ही यह सिद्ध है कि निन्दा हृदय का गहनतम अन्धकार है।

आजकल नारी जाति में यह दुर्गुण विशेष रूप से फैला हुआ है। क्या शहर, क्या गांव, क्या घर, क्या धर्म स्थान, आदि स्थानों पर स्त्रियां जब कभी एक–साथ मिल कर बैठती हैं तो वे किसी अच्छी बात पर विचार–चर्चा नहीं करती। क्या शुभ कार्य करना चाहिए, किसकी क्या सहायता करनी चाहिए, किसका सद्‌गुण अपनाना चाहिए, कौन–सा काम करने से भलाई होगी – इन बातों को वे भूल कर भी नहीं सोचती।

आजकल नारी की दृष्टि, दूसरों के गुणों पर नहीं, दुर्गुणों पर है। वह खरे सोने में भी खोट ही खोजा करती है। गुण–कीर्तन के स्थान में दोषाद्‌घाटन करना ही उनकी विशेषता है। अमुक स्त्री फूहड़ है, झगडालू है। उसका चाल–चलन ठीक नहीं है, उसकी नाक बैठी हुई है। देखो न वह अमुक स्त्री बन–ठन कर रहती है। उसे कोई सलीका नहीं है, वह तो रोटी भी नहीं बना सकती। इस तरह बिना मतलब की बातें घण्टों बैठ कर किया करती है। मालूम नहीं, इन बिना सिर–पैर की बातों से क्या लाभ होता है?

निन्दा कलह की शृंखला है :

स्त्रियों का हृदय छोटा होता जा रहा है। प्रायः वे किसी सुनी हुई बात को अपने हृदय में नहीं रख सकतीं जब कोई स्त्री किसी की अलोचना करती है तो सुनने वाली स्त्री उसे जा कर कह देती है – 'वह तुम्हारे सम्बन्ध में अमुक स्त्री यों कह रही थी।' बस फिर क्या है, कलह का सूत्रपात हो जाता है। इससे आपस में वह जम कर लड़ाई होती है कि सारा मुहल्ला उनके सद्‌गुणों से परिचित हो जाता है। आपस में मर्म खुलते हैं, पीढ़ियों की कीचड़ उछाली जाती है और इस प्रकार कलह की एक मजबूत शृंखला कायम हो जाती है।

निन्दा की आग :

पुत्रियों! तुम अभी जीवन–क्षेत्र में प्रवेश कर रही हो। तुम अभी से इन दुर्गुणों की बुराई को समझ लो और इनसे बच कर रहो। अपने हृदय को इस छोटे स्तर से ऊंचा उठाने का प्रयत्न करो। जो लड़कियां इस प्रकार निन्दा–बुराई के फेर में पड़ जाती है, उसके हृदय की उन्नति नहीं हो सकती। वे कभी कोई अच्छी बात सोच ही नहीं सकती। अपने प्रेमी से प्रेमी व्यक्ति में भी वे दोष ही ढूंढ़ा करती है। माता हो, पिता हो, भाई हो, बहन हो, भाभी हो, सहेली हो, कोई भी क्यों न हो, वे केवल दोष खोजती हैं और निन्दा करती हैं। आगे चल कर ससुराल में उनका यह दुर्गुण और बढ़ जाता है। रात–दिन सास, ससुर, ननद, देवरानी, जेठानी आदि के दोष देखना और उनकी शिकायत करना ही उनका काम हो जाता है। ऐसी लड़कियों से सारा परिवार तंग आ जाता है। अतः किसी की निन्दा मत करो, किसी से घृणा और द्वेष भी मत करो! निन्दा हृदय को जलाने वाला दुर्गुण है। यह दोनों ओर आग लगाती है। इस आग में आज भारतीय परिवार जल रहे हैं।

आलोचना का सिद्धान्त :

औरों के दोष दूर करने का प्रयत्न हो, न कि किसी को बदनाम करने का। ऐसा करने से तुम्हारा हृदय उन्नत होगा, समाज में तुम्हारी प्रतिष्ठा बढ़ेगी।

अगर कभी तुम्हें पता लगे कि अमुक स्त्री में या अमुक व्यक्ति में कोई दोष है तो उसकी सहसा निन्दा मत करो। यदि तुम अपने को इस योग्य समझो तो उसके पास जा कर या उसे अपने पास बुला कर, एकान्त में समझा दो। दोष दूर करने का प्रयत्न हो, न कि किसी को बदनाम करने का। ऐसा करने से

तुम्हारा हृदय उन्नत होगा, समाज में तुम्हारी प्रतिष्ठा बढ़ेगी। अतः सबकी कल्याण कामना करनी चाहिए।

आलोचना करने के सम्बन्ध में एक सिद्धान्त है कि यदि कभी किसी से कोई भूल हो गई हो तो उसकी तो निन्दा मत करो, अपितु सम्बन्धित व्यक्ति से कह दो – 'तुमने ऐसा काम किया है, यह ऐसा होना चाहिए।' जिसमें आत्म–शोधन की बुद्धि होगी, तो वह तुम्हारी बातों पर अवश्य विचार करेगा, और अपनी भूल को स्वीकार करेगा तथा आगे न करने के सम्बन्ध में प्रतिज्ञा भी करेगा।

* * *

24

विलास विनाश है

विलासिता ने मानवता का बलपूर्वक अपहरण किया है, अतीत की ओर झांक कर देखें, तो वह स्पष्ट हो जाता है। अतः विलास हमारा विनाशक न बन जाएं, इसका विचार करना आवश्यक है।

समय के साथ–साथ भारत की गतिविधियों में भी परिवर्तन आ रहे हैं। आज वह तप और त्याग का जीवन कहां, जो भारत के लिए सदैव से गर्व का विषय रहा है। आज न वह पहले–सी आध्यात्मिकता है और न वह सीधा–सादा सरल जीवन ही।

आज देश में विलासिता का बड़ा भयंकर जोर है। जिधर भी दृष्टि डालिए, उधर ही विलासिता का नंगा नाच दिखाई पड़ता है। क्या बालक, क्या युवा, क्या बूढ़े, सब विलासिता के प्रभाव में बहे जा रहे हैं। विलासिता का सबसे अधिक प्रभाव भारत की नारी जाति पर पड़ा है। वह सीता और द्रौपदी जैसा कर्मठ जीवन आज कहां है?

आज भारत के चतुर्दिक में लिपिस्टिक की मुस्कान दिखाई दे रही है, नारी का नैसर्गिक सौन्दर्य इससे नष्ट हो रहा है, परन्तु नारी फिर भी कृत्रिमता का ही पल्ला पकड़े हुए है। वह इस देश की देवी बनना नहीं चाहती है। प्रकृति के स्वयं सिद्ध सौन्दर्य पर उसे विश्वास नहीं रहा। बड़े–बड़े शहरों में आज का नारी जीवन देख कर कौन कह सकता है कि यहां की नारी गृह–देवी है। प्रत्युत् ऐसा भान होता है कि आज की

भारतीय नारी का आदर्श बाजारू बन गया है।

जैन-धर्म का आदर्श शरीर नहीं है, शरीर का काला-गोरापन नहीं है, रंग-बिरंगे वस्त्र नहीं है और न सोने-चांदी के जड़ाऊ गहने ही है। जैन-धर्म का आदर्श तप और त्याग है।

पुत्रियों! तुम्हें नारी जीवन के इस विनाशकारी प्रवाह का शीघ्र ही रुख मोड़ना पड़ेगा। तुम अपने सीधे–सादे कर्मठ जीवन से विलासिता का परित्याग कर सादगी का सुन्दर आदर्श उपस्थित कर सकती हो। जैन–धर्म का आदर्श शरीर नहीं है, शरीर का काला–गोरापन नहीं है, रंग–बिरंगे वस्त्र नहीं है और न सोने–चांदी के जड़ाऊ गहने ही है। जैन–धर्म का आदर्श तप और त्याग है। सेवामय सीधा–सादा कर्मठ जीवन ही नारी का आदर्श है। जो नारी स्वच्छता, सुन्दरता, शुद्धता से प्रेम करेगी, वह वासना बढ़ाने वाली फैशन को कदापि महत्व नहीं देगी।

काम प्यारा है चाम नहीं :

क्या तुम समझती हो कि भड़कीले कपड़े पहन कर दूसरी साधारण स्थिति की स्त्रियों को नीचा दिखा सकोगी? यदि तुम ऐसा समझती हो तो कहना पड़ेगा कि तुम मूर्ख हो। इस प्रकार अमर्यादित श्रृंगार करना कभी नारी के महत्व का कारण नहीं हो सकता। यह निश्चित समझो कि किसी का गौरव इस कारण नहीं होता कि उसके पास अच्छे–अच्छे कपड़े हैं और वह अच्छा सुगन्धित तेल लगाती है। गौरव के लिए अच्छे गुणों का होना आवश्यक है। संसार में सदा से सदाचार और सरल जीवन का ही आदर तथा गौरव होता आया है, क्योंकि मनुष्य को काम प्यारा है चाम नहीं।

विलासिता स्वयं एक महान् दुर्गुण है। यह मन में वासनाओं को बढ़ाता है। ब्रह्मचर्य और सतीत्व की भावनाओं को क्षीण कर देता है। विलासिता के साथ दूसरे अनेक दोष भी उत्पन्न हो जाते हैं। विलासी स्त्रियां प्रायः अकर्मण्य हो जाती है। कपड़े मैले न हो जाएं, बनाया हुआ शृंगार न बिगड़ जाए, इसी की चिन्ता उन्हें सदा बनी रहती है। अतः कोई भी अच्छा सेवा का कार्य वे नहीं कर सकती।

जो अपने सौन्दर्य के वहम में सदैव बनाव शृंगार करने में ही लगी रही हैं, वे दूसरी भोली–भाली स्त्रियों के जीवन में भी डाह और ईर्ष्या पैदा कर देती है। एक जगह की आग दूसरी जगह फैला देती है। विलासी स्त्रियों के स्वभाव में अहंकार घर कर ही जाता है।

तुम्हारा सौन्दर्य और बढ़ेगा :

मन की पवित्रता तन पर अवश्य झलकेगी और इससे तुम्हारा सौन्दर्य बढ़ेगा।

मानव जीवन में अभ्यास का बड़ा महत्व है। मनुष्य जैसा अभ्यास करता है, वैसा ही बन जाता है। यदि तुम जीवन में कर्मठता का तप और त्याग का अभ्यास करोगी, तो तुम उसी रूप में ढल जाओगी। अगर तुम नाजुक मिजाजी में पड़ कर विलासी जीवन अपना लोगी, उसी रूप में नाजुक बन कर रह जाओगी। परन्तु यह याद रखो, विलासिता जीवन का स्थायी अंग नहीं है। यदि कभी तुम्हें किसी विपत्ति का सामना करना पड़े तो उस समय क्या तुम अपने कर्त्तव्य का पालन कर सकोगी? विलासी जीवन विपत्ति की चोट को जरा भी सहन नहीं कर सकता। मन में आवश्यकता से अधिक भोग, बुद्धि रखना, अपनी स्थिति से बढ़ कर बाह्य प्रदर्शन करना, अनावश्यक भोग–साधानों की ओर झुकाव रखना,

यह सब विलासिता ही है। यदि तुम अपने हृदय से अपनी, अपने देश की, अपने समाज की और अपने परिवार की भलाई चाहती हो तो शीघ्र ही इस विलासिता राक्षसी को अपने मन से निकाल कर बाहर कर दो। मन की पवित्रता तन पर अवश्य झलकेगी और इससे तुम्हारा सौन्दर्य बढ़ेगा।

* * *

25

नारी का पद – अन्नपूर्णा

नारी का सच्चा सुख, सबको खिला कर खाने में है। आज यह आदर्श धूमिल पड़ रहा है। अतः हमें स्वीकार करना ही पड़ेगा, इस धूमिलता मे नारी का मातृत्व भी धूमिल हो रहा है।

इतिहास गवाही दे रहा है – एक स्वर से, एक राग से, प्रतिपल, प्रतिक्षण कि नारी का पद अन्नपूर्णा है। नारी साक्षात् स्नेह और प्रेम की जीवित मूर्ति है। नारी का प्रेम–रस से सरोबार हृदय, अपने घर के सदस्यों को प्रेम–पूर्वक भोजन परोस चुकने पर, उन सबके खा चुकने पर, जो सुखानुभूति करता है, उसका व्याख्यान नारी का हृदय ही कर सकता है। उस समय जो प्रसन्नता उसे अनुभव होती है, उसका यथातथ्य वर्णन उसकी वाणी स्वयं भी नहीं कर सकती। उस अपूर्व प्रसन्नता की अनुभूति तो अनुभूतशील मनुष्य का हृदय ही कर सकता है।

अकेले खाना पाप है :

अगर तुम्हें अच्छी नारी बनना है और इज्जत की जिन्दगी से जीना है तो पहले छोटे–बड़े भाई–बहिनों को बांट कर पीछे से बचा हुआ खुद खाओ।

भगवान् महावीर ने कहा है कि – 'जो अकेले खाता है, साथ वालों को बांट कर नहीं खिलाता है, वह कभी मोक्ष प्राप्त नहीं कर सकता।'

भारतवर्ष के प्रसिद्ध कर्मयोगी श्रीकृष्ण जी ने भी कहा है – 'जो भोजन, आस–पास में रहने वाले लोगों को बांट कर खाया जाता है, वह अमृत होता है। जो आदमी बांट कर नहीं खाता है, अकेला खाता है, वह पाप खाता है। बांट कर खाने वाले के सब पाप नष्ट हो जाते हैं और वह परमात्मा के पद को पा लेता है।'

स्त्री को चौके की मालकिन बनना है, अन्नपूर्णा बनना है, अपने हाथों से भोजन बनाना है और सबको बिना किसी भेदभाव के एक जैसा परोसना है।

जानती हो, तुमको शास्त्रों में घर की लक्ष्मी कहा है। लक्ष्मी का मन उदार होना चाहिए। अगर लक्ष्मी का मन छोटा हो जाए तो कितना अनर्थ हो जाएगा? स्त्री को चौके की मालकिन बनना है, अन्नपूर्णा बनना है, अपने हाथों से भोजन बनाना है और सबको बिना किसी भेदभाव के एक जैसा परोसना है। भोजन परोसने वाली नारी को यह ख्याल नहीं रखना चाहिए कि मेरे लिए भी कुछ बचता है या नहीं? वह तो एक दाना भी रहेगा, तब तक चौके में भोजन करने वालों को प्रसन्न भाव से, गद्‌गद्‌ हृदय से परोसती ही रहेगी। वह सच्ची गृहलक्ष्मी कहलाती है। इसलिए तुम प्रारम्भ से ही मन को उदार रखने की आदत डालो, जो मिले उसे बांट कर खाओ। कभी भी छुपा कर या चोरी से अकेले खाने का विचार मन में मत लाओ। नारी का स्नेह इससे विकसित तथा विस्तृत होता है, कि वह सबको भोजन अपने हाथों से परोस कर खिलाए।

लक्ष्मी के लिए द्वार खोलो :

किसी घर में धन–वैभव का भण्डार और लक्ष्मी का निवास तभी

होता है, जब उस घर की लड़कियां और बहुएं दिल की उदार होती है। जब घर की नारियों का दिल छोटा हो जाता है तो हाथ बांटते समय कांपने लगता है और इससे छुपा–चुरा कर खाने का भाव बढ़ जाता है। उस अवस्था में घर की लक्ष्मी का नाश हो कर गरीबी और भूखमरी का राज्य हो जाता है। हाथ खुला रहने से ही लक्ष्मी का द्वार खुल जाता है। और मुट्ठी बन्द से लक्ष्मी का द्वार बन्द हो जाता है। अतः हाथ खुला रखने की आदत डालो।

हाथ खुला रहने से ही लक्ष्मी का द्वार खुल जाता है और मुट्ठी बन्द से लक्ष्मी का द्वार बन्द हो जाता है।

बहुत–सी लड़कियां बड़ी भुक्कड़ होती है। जब कभी पिता, भाई या कोई रिश्तेदार घर में खाने–पीने की चीज लाता है, तो भुक्कड़ लड़कियां पीछे पड़ जाती है। सबसे पहले दौड़ कर मांगना, अपने हिस्से से ज्यादा मांगना, न मिलने पर रोना, चिल्लाना, लड़ना, झगड़ना, गाली देना आदि बहुत खराब बातें हैं। मन में सन्तोष रखना चाहिए। जब सब भाई–बहिनों को चीज बांटी जाए, तभी लेनी चाहिए और अपना हिस्सा ले कर भी सबको बांट कर या लेने के लिए कह कर ही खाना चाहिए।

जब कभी पाठशाला में अथवा घर में कोई खाने की चीज खरीदो तो सबके सामने अकेली मत खाओ। खाने से पहले साथ की लड़कियों को खाने के लिए आग्रह करो। बहुत–सी लड़कियां सोचा करती हैं कि – 'जब दूसरी लड़कियां हमें नहीं देती तो हम ही उन्हें क्यों दें?' यह सोचना ठीक नहीं। तुम अपना फर्ज अदा करो। उनकी वे जानें। तुम क्यों छोटी बात ख्याल में लाती हो? जो चीज खरीदो, या खाओ, बड़े आदर के साथ और नम्र शब्दों में साथ की लड़की को भी खाने के लिए आग्रह करो। बहुत–सी लड़कियां, गरीब लड़कियों को चिढ़ाने के लिए

दिखा–दिखा कर खाया करती है – यह आदत बड़ी खराब है। ऐसा करने से उनके दिल को कितना दुःख होगा, जरा विचार करो। तुम्हारे पास धन है, तो दूसरों की मदद करने के लिए, न कि उन्हें चिढ़ाने के लिए। तुम्हें तो भारत की सन्नारी अन्नपूर्णा देवी बनना चाहिए।

* * *

कण-कण से सागर बन जाता है। मानवता के इन अमृत कणों का संचय कीजिए, मानवता का महासागर छलछला उठेगा।

26

मानवता के ये अमृत कण !

जीवन में जो हृदय और बुद्धि का विकास करे, वही देव है!
जीवन में जो इच्छाओं का गुलाम होता है, वही नारकी है!
जीवन में जो विवेक का आचरण नहीं रखता, वही पशु है!
जीवन में जो दुःखी के प्रति सहानुभूति रखता है, वही मनुष्य है!

* * *

जो अपना स्वाभिमान नहीं रखता, वह मनुष्य नहीं!
जो अपनी बुद्धि पर विश्वास नहीं रखता, वह मनुष्य नहीं!
जो हितैषियों का परामर्श नहीं मानता, वह मनुष्य नहीं!

* * *

आहार के बढ़ने से बीमारी होती है!
निद्रा के बढ़ने से बुद्धि का नाश होता है!
भय के बढ़ने से बल की हानि होती है!
काम-वासना के बढ़ने से मनुष्यत्व का नाश होता है!
आहार, निद्रा, भय और काम-वासना बढ़ाने से बढ़ती है!

* * *

मान की चाह से मान दूर भागता है!
मान देने से मान मिलता है!
प्रामाणिक बातों से मान मिलता है!
नम्र स्वभाव से मान मिलता है!
टेक बनाए रखने से मान मिलता है!
बुद्धि–बल से मान मिलता है!

* * *

तीन बातें कुटुम्ब जागरण की हैं :

कुटुम्बी मनुष्यों के सुख–दुःख का विचार करना!
कुटुम्ब–सुधार के उचित उपायों का विचार करना!
कुटुम्ब के प्रत्येक मनुष्य की आवश्यकता का विचार करना!

* * *

धर्म–सम्बन्धी विचार करना, धर्म जागरण है!
आत्म–सम्बन्धी विचार करना, आत्म–जागरण है!
अपने कार्यों और विचारों की जांच करना, अन्तर्जागरण है!

* * *

वैभव पर मोहित होना, अकर्मण्यता है।
उच्च कुल पर मोहित होना, अन्धापन है।
अच्छे गुणों पर मोहित होना, मनुष्यत्व है।

* * *

दुनिया अनुभव की पाठशाला है।
अपना घर भी विद्यालय है।
भले–बुरे प्रसंग तुम्हारे शिक्षक हैं।

* * *

तीन बातों से यश बढ़ता है :

1. अपनी प्रशंसा न करने से।
2. शत्रु की निन्दा न करने से।
3. दूसरों का दुःख दूर करने से।

* * *

तीन आंसू पवित्र हैं :

1. प्रेम के।
2. करुणा के।
3. सहानुभूति के।

* * *

तीन से सदा बचो :

1. अपनी प्रशंसा से।
2. दूसरों की निन्दा से।
3. दूसरों के दोष देखने से।

* * *

तीन आंसू अपवित्र है :

1. शोक के।
2. क्रोध के।
3. दम्भ के।

* * *

तीन प्रकार के वचन बोलो :

1. सत्य वचन।
2. हित वचन।
3. मधुर वचन!

चार प्रकृतियां सत्यवादी की है :

1. अधिक बातें न करना।
2. सोच–विचार कर बोलना।
3. अपना वचन पूरा करना।
4. अपना देना–लेना साफ रखना।

* * *

चार प्रकृतियां मिथ्यावादी हैं :

1. झूठी गवाही देना।
2. झूठी सौगन्ध खाना।
3. भरोसा दे कर काम न करना।
4. आप्त–पुरुषों पर श्रद्धा न रखना।

* * *

चार प्रकृतियां पशुओं की है :

1. नीचा शब्द बोलना।
2. बिना कारण झगड़ना।
3. अधिक भोजन करना।
4. बड़ों का आदर न करना।

* * *

चार प्रकृतियां बहुत अच्छी हैं :

1. निर्लज्ज न होना।
2. उदार हृदय रखना।
3. किसी से कभी कुछ न मांगना।
4. अपने हिस्से का भी बांट कर खाना।

* * *

चार प्रकृतियां विनयी की है :

1. दीनों पर दया करना।
2. सज्जनों का आदर करना।
3. मनुष्य मात्र से प्रेम करना।
4. विद्वानों का सत्संग करना।

* * *

27

ये तप की परिभाषाएं

तप अग्नि है, आत्मा का स्वर्ण तप के द्वारा निखरता है। तप ही जीवन में त्याग की ज्योति प्रज्ज्वलित करता है। यहां पढ़िए तप की परिभाषाएं।

जहां अहिंसा, संयम और तप है, वहां धर्म है।
मन, वचन, शरीर से किसी को दुःख न देना, अहिंसा है।
भोग की लालसाओं को वश में रखना, संयम है।
मन की वासनाओं को भस्म करने का उद्योग, तप है।

* * *

लालसाओं को भस्म करने वाली आध्यात्मिक अग्नि, यह तप है।
पूर्व कर्मों को जलाने वाली आध्यात्मिक अग्नि, यह तप है।

* * *

उपहास, मिताहार, परिश्रम करके आहार करना, यह तप है।
शरीर को आराम तलब न बनाकर सादगी से रहना, यह तप है।
गुरु–जनों की विनय–भक्ति करना, सेवा करना, यह तप है।

* * *

थोड़ा बोलने का अभ्यास करना, यह भी तप है।
विचार कर बोलने का अभ्यास करना, यह भी तप है।
दीन–दुखी की सेवा, परोपकार करना, यह भी तप है।

अपनी भूलों को स्वीकार करना, यह भी तप है।
सदैव ज्ञानाभ्यास करना, ज्ञान की वृद्धि करना, यह भी तप है।
भगवत्स्वरूप का ध्यान–चिन्तन करना, यह भी तप है।

* * *

अपनी शक्ति और सामर्थ्य से बाहर उपवास नहीं करना चाहिए।
दूध पीते बालक की माता को उपवास नहीं करना चाहिए।
दुर्बल क्षीण–काय रोगी को उपवास नहीं करना चाहिए।
गर्भवती स्त्री को उपवास नहीं करना चाहिए।
लड़–झगड़ कर कलह में उपवास नहीं करना चाहिए।

* * *

उपवास में क्रोध नहीं करना।
उपवास में अहंकार नहीं करना।
उपवास में निन्दा बुराई नहीं करना।

* * *

उपवास में ब्रह्मचर्य अवश्य पालना चाहिए।
उपवास में स्वाध्याय अवश्य करना चाहिए।
उपवास में आत्म–स्वरूप का विचार करना चाहिए।
उपवास में पापों की आलोचना करनी चाहिए।

* * *

उपवास के दिन बनाव–शृंगार नहीं करने चाहिए।
उपवास के दिन सिनेमा आदि नहीं देखने चाहिए।
उपवास के दिन गन्दे उपन्यास नहीं पढ़ने चाहिए।

* * *

उपवास करने से पहले गरिष्ठ भोजन नहीं करना।
उपवास करने से पहले अधिक भोजन नहीं करना।
उपवास करने से पहले चटपटा सुस्वाद भोजन नहीं करना।

* * *

व्रत खोलने के दिन हल्का और थोड़ा भोजन करना।
व्रत खोलने के दिन एक प्रकार से अर्ध–उपवासी रहना।
स्वर्ग आदि के लालच में उपवास नहीं करना।
देवी–देवताओं की मनौती के लिए उपवास नहीं करना।
यश–कीर्ति पाने के लिए भी उपवास नहीं करना।

* * *

जीवन–शोधन के लिए ही तप करना चाहिए।
आत्मा को उज्ज्वल बनाने के लिए ही तप करना चाहिए।

* * *

तप आत्मा का पौष्टिक भोजन है।
तप से तन और मन दोनों की शुद्धि होती है।

* * *

28

आदर्श सभ्यता

❑ जिस व्यक्ति से जिस काम के लिए जितने पैसे ठहरा लिए हों, उसे उतने ही पैसे दो, उससे कुछ भी कम देने की इच्छा न करो।

* * *

❑ किसी के मकान में प्रवेश करने से पहले उसकी अनुमति अवश्य ले लेनी चाहिए।

* * *

❑ रेल, तारघर, डाकघर, सभा, पुस्तकालय, कारखाने आदि किसी भी सार्वजनिक स्थान की लिखी हुई सूचनाओं का उल्लंघन कदापि न करो।

* * *

❑ यदि इधर–उधर आते–जाते या उठते–बैठते किसी पुरुष अथवा स्त्री से तुम्हारा पैर छू जाए तो उससे हाथ जोड़ कर झट–पट विनम्रता–पूर्वक क्षमा मांगनी चाहिए।

* * *

- नाक का मल, कफ या थूक आदि दीवारों पर, घर के कोनों में, किवाड़ों के पीछे या अन्य किसी सार्वजनिक स्थान पर नहीं डालना चाहिए।

* * *

- किसी की खोई हुई या गिरी हुई वस्तु आदि कभी आपको मिल जाए, तो आप उसके मालिक को लौटा दो। यदि मालिक का पता न लगे, तो उसे अपने पास न रख कर पुलिस ऑफिस में या किसी प्रामाणिक संस्था में जमा करा दो, ताकि वे उसे उसके मालिक के पास पहुंचा दे।

* * *

- यदि मांगी हुई पुस्तक या अन्य कोई वस्तु खो जाए अथवा खराब हो जाए, तो उसके मालिक को बदले में नई मंगवा कर दो। यदि मंगा कर देने की स्थिति न हो, तो इसके लिए सच्चे हृदय से क्षमा मांगो।

* * *

- मार्ग में चलते हुए यदि कोई ठोकर खा जाए और गिर पड़े, तो तुम उसकी दुर्दशा पर हंसो मत। बल्कि सहृदयता से उसके प्रति संवेदना प्रकट करो और उसको संभलने में सहायता पहुंचाओ।

* * *

- यदि कभी किसी दूसरे की पुस्तक पढ़ने को मांग कर ली जाए, तो उस पर अपना नाम–पता आदि कुछ न लिखो, याद रखो कि पृष्ठों के कोने न मुड़ जाएं और वह पुस्तक जैसी ली है वैसी ही पहुंचे।

* * *

- केले के छिलके या और भी कोई ऐसी ही चीज सड़क पर चाहे जहां मत डालो। केले के छिलके पर पैर फिसल जाता है और कभी–कभी पथिक सदा के लिए घातक चोट खा बैठता है।

* * *

- भाषण सुनने के लिए किसी सभा में पहुंचो, तो एकदम बीच में उठ कर न चली जाओ। याद रखो, वक्ता के लिए यह अपमानजनक व्यवहार है। यदि आवश्यक कार्यवश जाना ही हो, तो चालू भाषण पूरा होने पर और दूसरा भाषण प्रारम्भ होने से पहले ही चुपचाप धीरे से चली जाओ।

* * *

- अन्धा, लूला, लंगड़ा, काना अथवा और भी कोई किसी प्रकार का अंग–हीन या पागल मिले तो उसकी हंसी न उड़ाओ। मजाक न करो, जहां तक हो सके उसके साथ अधिक से अधिक आत्मीयता का व्यवहार करो।

* * *

- किसी से बात–चीत करते समय 'हां' या 'न' के स्थान पर 'जी हां', 'जी नहीं' आदि बहुत मधुर और शिष्ट शब्दों का प्रयोग करो।

* * *

- जब कभी गुरुदेव या कोई अपने से बड़ा पूज्य पुरुष तथा साध्वी आदि आपके यहां आएं तो उनको झटपट खड़े हो कर सम्मान दो और यथा–योग्य विधि से वन्दन या नमस्कार करो।

* * *

- कपड़े हमेशा साफ–सुथरे पहनो। कम कीमत के और मोटे भले ही हों, किन्तु साफ हों। अधिक तड़क–भड़क के रेशमी या मखमली कपड़े उचित नहीं है।

* * *

- किसी से कोई वस्तु लेकर मजाक में भी उसे लौटाते समय फेंकना नहीं चाहिए। जिस प्रेम और सद्भावना से वस्तु ली गई थी, उसी प्रेम और सद्भावना से लौटाओ भी।

* * *

- दो आदमियों की बातों में बोलना, अनाधिकार चेष्टा है। ये सब भयंकर दुर्गुण है। इनसे ध्यानपूर्वक छुटकारा पाने का प्रयत्न करो।

* * *

- सोते हुए मनुष्य के पास इतने जोर से पैर पटक कर न चलो, फिरो, जिससे उसकी नींद उचट जाए। सोने वाले के पास बैठ कर ऊंची आवाज से हंसना या बोलना भी नहीं चाहिए।

* * *

- जिस किसी आदमी से जो चीज मांग कर लाओ, ठीक समय पर उसे वापस लौटा दो। चीज, उसके बार–बार मांगने पर यदि वापिस लौटाई, तो तुम्हारी सच्चाई कहां रही?

* * *

स्मरण पृष्ठ

स्मरण पृष्ठ

स्मरण पृष्ठ

स्मरण पृष्ठ

स्मरण पृष्ठ

स्मरण पृष्ठ