Date of Publication: 25 April 2013

कमल ज्योति

(मासिक पत्र)

वर्ष-7, अंक-2 मई 2013 विक्रमी संवत् 2070 सृष्टि संवत् 1960853113 एक प्रति का मूल्य 10/-रुपये आजीवन शुल्क 1100/-रुपये

ओ३म्

संस्थापक

भजनप्रकाश आर्य

संरक्षक

ओमप्रकाश हसीजा

प्रधान सम्पादक

आचार्य चन्द्रशेखर शास्त्री
चलभाष : 9810084806

सम्पादक

एल.आर. आहूजा
आचार्य शिव नारायण शास्त्री
अतुल आर्य
चलभाष : 9718194653
दूरभाष : 011-27017780

सहयोगी सम्पादक

राजीव आर्य
चलभाष : 9212209044

नरेन्द्र आर्य 'सुमन'
चलभाष : 9213402628

प्रभु के बुद्धियोग से जीवन-यज्ञ में सफलता

यस्मादृते न सिध्यति यज्ञो विपश्चितश्चन।
स धीनां योगमिन्वति।। —ऋ. /18/7

ऋषिः-**काण्वो मेधातिथिः**।। देवता-**सदसस्पतिः**।। छन्दः-**गायत्री**।।

शब्दार्थ- यस्मात् ऋते=जिस प्रकाशक प्रभु के बिना **विपश्वितः चन**=बड़े-बड़े बुद्धिमान, विद्वानों का भी **यज्ञः**=यज्ञ **न सिध्यति**=सिद्ध नहीं होता **सः**=वह प्रभु **धीनां योगं इन्वति**=बुद्धियों के योग में व्याप्त हो जाता है।

विनय- हममें से बहुत-से लोगों को अपनी विद्वत्ता का-अपनी बुद्धि का-बहुत अधिक अभिमान होता है। वे समझते हैं कि वे अपनी विद्वत्ता व चतुराई के बल पर प्रत्येक कार्य में सिद्धि पा लेंगे। उन्हें अपने बुद्धि-बल के सामने कुछ भी दुःसाध्य नहीं दिखता, परन्तु उन्हें यह मालूम नहीं कि बहुत बार उन्हें जिन कार्यो में सफलता मिलती है, वह इसलिए मिलती है कि अचानक उस विषय में उनकी समझ (बुद्धि) प्रभु के बुद्धियोग के अनुकूल होती है। वास्तव में तो इस जगत् का एक-एक छोटा-बड़ा कार्य उस प्रभु के योगबल (बुद्धियोग) द्वारा ही सिद्ध हो रहा है। हम मनुष्यों की बुद्धि जब प्रभु के बुद्धियोग के अनुकूल (जान-बूझकर अनुकूल होती है या अचानक) होती है तब हमें दिखता है कि हमारी बुद्धि से किया कार्य सफल हो गया, परन्तु अचानक हुई अनुकूलता के कारण हमें अपनी सफलता का जो अभिमान हो जाता है, वह सर्वथा मिथ्या होता है। वह हमें केवल धोखे में रखने का कारण बनता है और कुछ नहीं, परन्तु जो जानबूझकर प्राप्त की गई अनुकूलता होती है वही सच्ची है। यदि मनुष्य अपने कार्यो की सिद्धि चाहता है-अपने कार्यो को सफल-यज्ञ बनाना चाहता है, तो उसे यत्न पूर्वक अपनी बुद्धि को प्रभु से मिलाना चाहिए, अपनी बुद्धि का प्रभु में योग करना चाहिए। हमारी बुद्धि प्रभु से युक्त हो गई है-उसकी बुद्धि से जुड़ गई है या नहीं यह पूरी तरह से निर्णीत कर लेना तो हम अल्पज्ञ पुरुषों के लिए सदा सम्भव नहीं होता, हमारे लिए तो इतना ही पर्याप्त है कि हम युक्त करने का यन्त्र करते जाएँ। प्रभु सत्यमय हैं, अतः हमारी बुद्धि सदा सत्य और न्याय के अनुकूल ही रहे (हमारे ज्ञान में जो कुछ सत्य और न्याय है, बुद्धि उसके विपरीत कोई भी निर्णय न करे।) यह यत्न करना ही पर्याप्त है। हमारी बुद्धि के प्रभु से योग करने का यत्न जब परिपूर्ण हो जाता है, अर्थात इस योग में प्रभु व्याप्त हो जाते हैं, तभी वह कार्य सिद्ध हो जाता है, अतः हमें अपनी बुद्धियों का अभिमान छोड़कर हमारे यज्ञ-कार्य में जो बड़े प्रसिद्ध विद्वान् लोग हैं उनके बुद्धिबल पर भरोसा करना छोड़कर, नम्र होकर अपनी बुद्धियों को सत्य और न्याय-तत्पर बनकर प्रभु से जोड़ने का यत्न करना चाहिए। हम चाहे कितने बुद्धिमान हों, परन्तु हमें सदा अपनी बुद्धि प्रभु से जोड़कर रखनी चाहिए। प्रभु के अधिष्ठान के बिना कोई भी यज्ञ-कार्य सफल नहीं हो सकता।

गतांक से आगे

सामवेद संहिता

–श्रीमती प्रकाशवती बुग्गा

आशुरर्ष बृहन्मते परि प्रियेण धाम्ना। यत्र देवा इति ब्रुवन्।।
परिष्कृण्वन्ननिष्कृत जनाय यातयन्निषः। वृष्टि दिवः परि स्त्रव।।
अयं स यो दिव्स्परि रघुयामा पवित्र आ। सिन्धोरूर्मा व्यक्षरत्।।
सुत एति पवित्र आ त्विषिं दधान ओजसा। विचक्षाणो विरोचयन्।।
आविवासन् परावतो अथो पर्वावतः सुतः। इन्द्राय सिच्यते मधु।।
समीचीना अनूषत हरिं हिन्वन्त्यद्रिभिः। इन्दुमिन्द्राय पीतये।।733।।
इन्द्रियां तुझ को बुलातीं, सोम आ जा तेज लेकर।
विचार कर दे उच्च मेरे, संकल्पशक्ति मन को देकर।।
सोम शीघ्र ही चलता, आलोक लोक से आना है।
जल की लहरों सा लहराता, हृदय में भर जाता है।।
बना बनाया परमानन्द यह, वेग चमकने वाला है।
सारे तत्त्व दिखाकर, मन में भरता ज्योति ज्वाला है।।
सिद्ध हुआ यह दूर पास के, सभी भेद दर्शाता।
मधुर सोम यह शक्तिदाता, मन मन्दिर में आता।।
मनीषी साधक परमानन्द के, गीत प्रेम से गाते हैं।
अपने मन को दिव्य बनाकर, आनन्द भोग कराते हैं।।

हिन्वन्ति सूरमुत्रयः स्वसारो जामयस्पतिम्। महामिन्दुं महीयुवः।।
पवमान रुचारुचा देव देवेभ्यः सुतः। विश्वा वसून्या विश।।
आ पवमान सुष्टुतिं वृष्टिं देवेभ्यो दुवः। इषे पवस्व संयतम्।।734।।
अपने पालक पति को पाकर, गतिशील नारियाँ गौरव पातीं।
आनन्द प्रदाता सोम की पात्यों, ज्ञानरश्मियाँ शोभा लातीं।।
हे पावक दिव्य स्वामी, इन्द्रियों को दिव्य कर दे।
अपना भक्ति तेज देकर, इन में सब ऐश्वर्य भर दे।।
सब को पावन करने वाले, मेरे अंग दिव्यता चाहें।
संयम सिखा उन्नत बना, सुख की वर्षा में अवगाहें।।

जनस्य गोपाअजन्ष्टि जागृविरग्निः सुदक्षः सुविताय नव्यसे।
घृतप्रतीको बृहता दिविस्पृशा द्युमद्धि भाति भरतेभ्यः शुचिः।।
त्वामग्ने अङ्गिरसो गुहा हितमन्वविन्दञ्छिश्रियाणं बने बने।
स जायसे मथ्यमानः सहो महत्वामाहुः सहसस्पुत्रमङ्गिरः।।
यज्ञस्य केतुं प्रथमं पुरोहितमग्निं नरस्त्रिषधस्थे समिन्धते।
इन्द्रेण देवैः सरथं स बर्हिषि सोदन् नि होता यजथाय सुक्रतुः।।735।।
सदा सावधान अग्नि, भक्त के अंग बचाता है।
शुभ पाने को सदा भक्त, अग्नि स्तुति को गाता है।।
ज्ञान चमक से जगमग करता, प्रकाशलोक से आता।
उसी अग्नि को भक्त बढ़ाता, उससे शोभा पाता।।
हे अग्ने तू मन में रहता, किरण किरण में सोया है।
ज्ञानी तुझे को पा लेते हैं, तू अंग-अंग में खोया है।।
बलशाली बन सब के भीतर, प्रकट सदा तू होता है।
अंग अंग को शक्ति देकर, निर्बलता को खोता है।।
नेता जन संकल्प अग्नि, जाग्रत स्वप्न सुपुप्ति में पाते।
दिव्य बनें हम, दिव्य मनों में, यज्ञ भाव है उपजाते।।

अयं वां मित्रावरूणा सुतः सोम ऋतावृधा। ममेदिह श्रुतं हवम्।।
राजानावनभिद्रुहा ध्रुवे सस्युत्तमे। सहस्त्रस्थूण आशाते।।
ता सम्राजा घृतासुती आदित्या दानुनस्पती। सचेते अनवह्वरम्।।736।।
वरूण मित्र को शक्ति किरणो, मेरी विनय सुन लीजिए।
उन्नति पथ की ओर ले जाकर, परम सत्य को दीजिए।।
जो सब पर हैं शासन करतीं, जड़ चेतन का मेल करो।
वरूणा शक्तियो मित्र को लेकर, शुभ कर्मो का खेल करो।।
ज्ञान के स्वामी तेजस्वी, सदा अखण्डित रहते हैं।
दान भावना की रक्षा हित, जो मित्र वरूणा से कहते हैं।।

इन्द्रो दधीचो अस्थभिर्वृ त्राण्यप्रतिष्कुतः। जघान नवतेर्नव।।
इच्छन्नश्वस्य यच्छिरः पवतेष्वपश्रितम्। तद्विदच्छयणावति।।
अत्राह गोरमन्वत नाम त्वष्टुरपोच्यम्। इत्था चन्द्रमसोगृहे।।737।।
साधक ने सिद्ध समाधि कर, निन्यानवें शक्ति भण्डार लिया।
अपने इन पैने शस्त्रों से, सब विघ्नों को मार दिया।।
कर्मशील की प्रेरक शक्ति, मन दिव्य खोजने जाता।
दुर्गम पर्वत पर जाकर, उसकी गतिशीलता पाता।।
चन्द्रकला में रवि रश्मियां, अपना आलोक जगाती।
दिव्य आनन्द में स्त्रष्टा की, ज्योति सदा दर्शाती।।

इयं वामस्य मन्मन इन्द्राग्नी पूर्व्यस्तुतिः। अभ्राद्वृष्टिरिवाजनि।।
श्रृणुत जरितुर्हवमिन्द्राग्नी वनत गिरः। ईशाना पिप्यतं धियः।।
मा पापत्वाय नो नरेन्द्राग्नी माभिशस्तये। मा नो रीरधतं निदे।।738।।
हे इन्द्र हे अग्ने तुम्हारी, प्रशंसा मननशील हैं करते।
सुख बरसाकर मेघ समान, उसे ही दुःख को हरते।।
हे इन्द्रियो पुकार सुनो, भक्त जन हैं गा रहे।
विचारशक्तियां साथ लेकर, तेज मान हैं पा रहे।।
हे इन्द्र! हे अग्ने, हम को, उन्नति पथ पर पहुंचाना।
हिंसा, निन्दा, पाप करने को, हम को धन न दे जाना।।

पवस्व दक्षसाधनों देवेभ्यः पीतये हरे। मरूद्रयो वायवे मदः।।
सं देवैः शोभते वृष्णा कविर्योनावधि प्रियः। पवमानो अदाभ्यः।।
पवमान धिया हितोऽभि योनि कनिक्दत्। धर्मणा वायुमारूहः।।10।।
हे मनोहर सोम हम को, कर्म प्रवीण बनाते हो।
पान कर वे प्राणशक्तियां, गतिशील को सुख पहुंचाते हो।।
दिव्य गुणों के चाहने वाले, अंगों से शोभा पाता है।
सुखवर्षक क्रांतिकारी सोम, अपने घर से आता है।
हे सोम धारण बुद्धि से, तू अनहद गीत सुनाता।
अपने प्रताप से प्राणशक्ति का, पावन स्वामी बन जाता।।

तवाहं सोम रारण सख्य इन्दो दिवे दिवे।।
पुरूणि बभ्रो नि चरन्ति मामव परिधी रति ताँ इहि।।
तवाहं नक्तमुत सोम ते दिवा दुहानो बभ्र ऊधनि।
घृणा तपन्तमति सूर्यं परः शकुना इव पप्तिम।।740।।
हे इन्द्र तू आनन्ददाता, तेरे संग ही रहा करूँ।
पाप की ओर ले जाने वाली, सीमाओं को सदा हरूँ।।
हे भरणाकर्ता सोम तेरे से, निशदिन आनन्द पाऊँ।
तेजस्वी बन तेरे से, प्रभु पक्षी तक उड़ जाऊँ।।

[क्रमशः]

पाठकों से विनम्र निवेदन

सम्माननीय पाठकवृन्द! वैदिक वाङमय से संबंद्ध आर्ष पत्रिकाओं में 'कमल ज्योति' (मासिक) का विशिष्ट स्थान है। यह अपने यशस्वी जीवन के छठें वर्ष में चल रही है और इसने अपने पाठकों को श्रेष्ठ जीवन जीने की कला सिखाई है। पाठकों ने भी तहेदिल से इस पत्रिका भरपूर स्वागत किया है, इसके लिए हम उनके हृदय से आभारी है।

अप्रैल 2011 से हम सुप्रसिद्ध वैदिक विद्वान डॉ. महेश विद्यालंकार जी के गीता-संदेश को सरल एवं सुबोध भाषा में निरन्तर प्रकाशित करते रहें हैं। अब यह लेखमाला पूरी होने जा रही है। पाठकों की भारी मांग पर उस लेखमाला की समाप्ति के उपरान्त हम डॉ. महेश विद्यालंकार जी की लेखमाला 'जीवन-मृत्यु का चिन्तन' को धारावाहिक रूप से प्रकाशित करने जा रहे हैं। यह जानकर निश्चय ही आप सबको हार्दिक प्रसन्नता होगी।

जीवन और मृत्यु के विषय में वैदिक साहित्य में बहुत अधिक चिन्तन हुआ है। मानव इस संसार में क्यों आता है और फिर अचानक क्यों चला जाता है ये प्रश्न आदिकाल से चिन्तकों के मन में उठते रहे हैं और अनन्तकाल तक उठते रहेंगे। प्रख्यात साहित्यकार एवं सहृदय कवि डॉ. सुन्दरलाल कथूरिया जी के शब्दों में-

गूढ़ प्रश्न जीवन-मरठा, समझा अब तक कौन।
चिन्तक चिन्तन कर थके, रहे अन्ततः मौन।।
जन्म-मरठा के कूल हैं, जीवन सरित-प्रवाह।
शुभ कर्मों का जल बहे, अंतिम परिणति दाह।।

जीवन का अंतिम लक्ष्य है मोक्ष की प्राप्ति और उनके लिए पापकर्मों का परित्याग एवं पुण्य कर्मो का संचय अति आवश्यक है। शरीर से तो कोई भी व्यक्ति अजर-अमर नहीं हो सकता पर अपने शुभ कर्मों के कारण कुछ महान व्यक्ति अपनी कीर्ति से अजर-अमर हो जाते है।

जैसे कि मर्यादा पुरुषोत्तम श्रीराम, योगेश्वर श्री कृष्ण, सत्यवादी हरिश्चन्द्र, दानवीर कर्ण, तत्वचिन्तक महर्षि दयानन्द, अमरबलिदानी स्वामी श्रद्धानन्द आदि। हम भी अपने शुभ कर्मो से मृत्यु को मात देकर अमर हो सकते है।

वैदिक चिंतक आचार्य चन्द्रशेखर शास्त्री जी के शब्दों में दुनियाँ का सबसे बड़ा अजूबा आगरा का ताजमहल नहीं है, चाईना की दीवार नहीं है, न तो पेरिस का आईफल टावर। अपितु मेरी नजर में दुनियां का सबसे बड़ा अजूबा तो यह है कि इस दिल्ली में प्रतिदिन सैकड़ो लोग मरते हैं फिर भी मनुष्य सोच नहीं पाता कि मुझे भी एक दिन मरना है। जीना और जाना जिसको आ जाए उसी का जीवन धन्य है।

जीवन और मृत्यु का स्वरूप, रहस्य और मृत्यु पर विजय के उपायों का सहज सरल भाषा में चिन्तन डॉ. महेश विद्यालंकार जी ने अपने इस ग्रन्थ में किया है। जीवन का महत्व, मानव जीवन की विशेषता, मानव-जीवन का उद्देश्य, सुखी जीवन, जीवन-चिन्तन, मृत्यु, मृत्यु का स्वरूप, मृत्यु से बचने के उपाय एवं मृत्यु दर्शन शीर्षकों में विभाजित इस लेखमाला में जीवन मृत्यु का वैदिक सार निहित है।

आशा है पूर्व की भांति इस लेखमाला का भी पाठकवृन्द स्वागत करेगा। जीवन-मृत्यु का चिन्तन लेख के यशस्वी लेखक डॉ. महेश विद्यालंकार जी के प्रति मैं कमल ज्योति परिवार की ओर से हार्दिक धन्यवाद करता हूँ और ईश्वर से उनके अदीन, स्वस्थ एवं दीर्घायुस्य की कामना करता हूँ।

-आचार्य चन्द्रशेखर शास्त्री

सच्ची राह

श्रीमद्‌भगवद् गीता में भगवान श्रीकृष्ण कहते हैं-इस अनित्य और सुख रहित शरीर को प्राप्त कर। तू मेरा भजन कर।' अनित्य और सुख रहित इस शरीर को पाकर हम जीते रहें और सुख भोगते रहें-ऐसी कामना को छोड़कर भगवान का भजन करते रहें। संसार में सुख है ही नहीं, केवल सुख का भ्रम हैं। ऐसे ही जीने का भी भ्रम है। हम जी नहीं रहे हैं, हर क्षण मर रहे हैं। इसलिए भगवान कहते है कि हमें क्षणिक विषय-वासनाओं के दल-दल में नहीं फंसना चाहिए। हम एक सुख के पीछे भागते है, परंतु उससे अनेक दुख पीछे लग जाते है। जो समदर्शी है, जो संसार के परिवर्तन को जानता है-सही मायने में वही ज्ञानी है, ज्ञाता है।

जो भक्त है-वह जानता है कि यह संसार दुख रूप है। पीड़ा भी तभी तक है, जब तक परमात्मा हमारे जीवन में नहीं है। पीड़ा परमात्मा का अभाव है और आनंद परमात्मा की उपस्थिति का भाव। यदि जीवन में शांति है, प्रसन्नता है-तो समझ लेना चाहिए कि परमात्मा की करूणा बह रही है। यदि हम उस एक की शरण ले लें, तो सारी दरिद्रता मिट जाएगी। वह परमात्मा होता है अर्थात दाता है। देता है तो हजारों हाथों से और लेता है तो भी हजारों हाथों से। वह चाहता है कि हम छल अथवा कपट रूपी चादर को ओढ़कर जीवन न बिताएं। वह चाहता है कि हम सरलता को साधें। वह चाहता है कि हमारे जीवन में प्रेम के फूल खिलें, करूणा की धारा बहे, क्षमा का भाव उपजे। देखिएगा, जीवन में आनंद कैसे नहीं आता है। परमात्मा का ध्यान हमेशा हमारे अंतर्मन में बना रहे, यह प्रार्थना की जानी चाहिए। आदि शंकराचार्य और भगवान बुद्ध ने कहा कि इस संसार में दुख ही दुख है, यह संसार अनित्य है, यहां जो आया है उसकी मृत्यु सुनिश्चित है। परंतु जो जीवन की क्षणभंगुरता को समझ जाते है और अपने जीवन को मुक्त करने हेतु लक्ष्य साध लेते है- वे इस सागर को पार कर जाते हैं। इसलिए श्रीकृष्ण भी जीवन की यथार्थता को समझते हुए सचते व सजग होते हुए आगे बढ़ने की प्रेरणा देते है। इसी में मानव कल्याण निहित है।

- आचार्य अनिल वत्स

गतांक से आगे

जीवन-मृत्यु का चिन्तन

–डॉ. महेश विद्यालंकार

जीवन का महत्त्व:- संसार में अनेक बहुमूल्य पदार्थ हैं। उनमें मानव-जीवन सर्वश्रेष्ठ और अमूल्य है। यह भगवान् की सर्वोत्तम देन है। जीवन की तुलना में सांसारिक सुख-भोग, धन-सम्पदा आदि तुच्छ हैं। दुनिया के समस्त सुखों में शरीर का सुख सबसे बड़ा है। शरीर से ही जगत् के सुखों को भोगा जाता है। यदि शरीर स्वस्थ नहीं है, तो सभी भोग-पदार्थ, धन-दौलत व्यर्थ हैं। दुनिया की सबसे बड़ी सम्पत्ति स्वस्थ शरीर है। शरीर रोगी होने पर सब चीजें फीकी व आकर्षणहीन लगने लगती हैं। कुछ भी अच्छा नहीं लगता है। संसारयात्रा शरीर से ही पूरी करनी है। इस शरीर को दैवी नाव और धर्म का साधन कहा गया है। यह दुर्लभ मानवयोनि अनेक जन्मों के पुण्यों के बाद सौभाग्य से मिलती है। जितने भी शरीरधारी प्राणी हैं, उनमें मानवशरीर की महत्ता सबसे अधिक है। मनुष्य-शरीर की रचना और क्रियाशक्ति बड़ी अद्भुत है। परमात्मा की सृष्टि का सर्वोत्तम तथा चमत्कारी नमूना मानवदेह है। मानव के बिना सृष्टि का कोई महत्त्व नहीं है। मनुष्य ही सृष्टि का सौन्दर्य है। मनुष्य से ही संसार की उपयोगिता है।

सृष्टि की समस्त योनियों में मानव-जीव सर्वोत्तम, अमूल्य तथा दुर्लभ माना गया है। जीवन अनमोल रत्न है। दुनिया में सबसे कीमती चीज यह जीवन है। इसी से संसार के रिश्ते-नाते तथा सम्बन्ध हैं। जगत् की सब चीजें धन और सुख-भोग के पदार्थ तराजू के एक पलड़े पर रख दिए जायें और जीवन को दूसरे पलड़े पर रखा जाए, तो जीवन का पलड़ा भारी होगा, क्योंकि जीवन की तुलना में सब चीजें तुच्छ हैं। यह सुन्दर संसार प्रभु ने मानव के लिए बनाया है। जीवन से ही जगत् है। नरतन पाना अपने में सबसे बड़ी उपलब्धि है। जीवन की कीमत उनसे पूछो, जिनके पास जीवन नहीं है, जो मर चुके हैं। टेढ़ा-मेढ़ा रोगी व दु:खी व्यक्ति भी हर हाल में जीना चाहता है। हम जिन्दा हैं, यह जीवन की सबसे बड़ी प्राप्ति, उपलब्धि और प्रभुकृपा है। परमात्मा की सृष्टि में सर्वोत्तम ज्ञानपूर्ण रचना मानव-देह की है।

चौरासी लाख योनियों में सबसे ऊँची पदवी मानव-जीवन की है। **संसार में किसी भी पशु-पक्षी का सिर इन्सान की तरह ऊपर की ओर नहीं है। सभी का सिर नीचे की ओर है। इसका कारण है कि पाप का सिर नीचे और पुण्य का सिर ऊँचा होता है।** मनुष्य शरीर में श्वास-प्रक्रिया सृष्टि का अद्भुत चमत्कार है। प्रभु ने इस शरीर रूपी मिट्टी के खिलौने में अनूठे ढंग से श्वासों की सरगम को जोड़ा है। यह खिलौना मिट्टी से बना है और अन्त में टूटकर मिट्टी में मिल जायेगा। दुनिया की सबसे पेचीदा मशीन यह मानवशरीर है। इसमें लाखों नस-नाड़ियों का जोड़ है। इसकी रचना और क्रिया-विज्ञान दोनों ही विलक्षण और आकर्षक है। आज तक कोई डाक्टर भी पूरी तरह से शरीर को नहीं जान सका है।

व्यास जी महाभारत में कहते हैं-

नहि मानुषात् श्रेष्ठतरं हि किञ्चित्।

जगत् में नरतन से बढ़कर उत्तम व श्रेष्ठ और कुछ भी नहीं है। मानवदेह सृष्टि की अद्भुत रचना और उपलब्धि है।

मनुष्यजन्म जीव की सबसे उन्नत व श्रेष्ठ अवस्था है। यह नरतन सबको नहीं मिलता है। दुर्लभ वस्तु कीमती होती है। जैसे हीरा दुर्लभ और कीमती है, ऐसे ही मनुष्यदेह दुर्लभ और समस्त योनियों में श्रेष्ठ है, इसीलिए अमूल्य है। यह जीवन प्रभु द्वारा दिया गया आत्मा के लिए स्वर्णिम वरदान और अवसर है। शरीर आत्मा का घर है और इसमें ईश्वर का भी निवास है। जब ईंट-पत्थर के मन्दिर को साफ-सुथरा व सुगन्धित रखा जाता है, तो हम जागृत चेतन शरीर-मन्दिर को अनेक बुराइयों व दोषों से क्यों भर लेते हैं? इसकी पवित्रता तथा स्वच्छता अत्यन्त आवश्यक है। जिसने इसकी सफाई को जान लिया, उसको खुदाई की पहचान हो गई।

तूने मुझको जग में भेजा, देकर निर्मल काया।
आकर के संसार में मैंने, इसको दाग लगाया।।

हम गहनों, कपड़ों तथा सामान की प्रशंसा करते हैं, इसी प्रकार जिसने शरीर व अंग दिए, जिन पर हम गहने तथा कपड़े पहिनते हैं, उस परमात्मा की प्रशंसा और धन्यवाद करो। उसे स्मरण रखो। आत्मा के संयोग से ही शरीर की पवित्रता और कीमत है-

रात गँवाई सोय कर, दिवस गँवायो खाय।
हीराजन्म अमोल था, कौड़ी बदले जाय।।

एक बार हाथ से निकल जाने के बाद पता नहीं, यह जीवन फिर मिले या न मिले! पता नहीं फिर कब मनुष्यजन्म का नम्बर आए। इसलिए एक-एक पल और श्वास अपने में महत्वपूर्ण व कीमती है। करोड़ों की सम्पत्ति देने पर भी अन्त समय में एक श्वास व पल नहीं मिलता है। प्रभु ने शरीर के रूप में हमें करोड़ों की सम्पत्ति मुफ्त में दी है। इसका एक-एक अंग अपने में अमूल्य है। इसका महत्व तब पता चलता है, जब हमारा कोई अंग का भंग हो जाता है और शरीर का कोई अंग काम नहीं करता है। जब से सृष्टि बनी है, जीवन आवागमन के चक्र में घूम रहा है। हम लोग संसार में न जाने कितनी योनियों में आए और गए होंगे, मगर मानवजन्म का पुण्य अवसर

कभी-कभी मिलता है। सन्त तुलसीदास ने बड़े मार्मिक शब्दों में जीवन की महत्ता का वर्णन किया है-

बड़े भाग मानुष तन पावा।
सुर-दुर्लभ सद्ग्रन्थहिं गावा।।

उत्तमकर्मो से पुण्यशाली को ही यह जीवन प्राप्त होता है, सभी को प्राप्त नहीं। जगत् में नाना प्रकार की योनियों का जाल बिछा हुआ है। अनन्त जीव भोगचक्र में पड़े हुए हैं। जल, थल तथा नभ में असंख्य जीवन भोग-चक्र में घूम रहे हैं। कुछ जीवन उत्पन्न होते हैं और कुछ काल के पश्चात् मर जाते हैं। मच्छर, मक्खी तथा अन्य जीवों का जीवन बहुत छोटा होता है। समस्त योनियों में मानवजीवन सर्वोच्च पदवी है। वेद इस शरीर की दिव्यता और श्रेष्ठता का सन्देश देता है और इसे देवताओं की नगरी बताता है-

'अष्टचक्रा नव द्वारा देवानं पूरयोध्या।'

यह शरीर अयोध्या-नगरी है, अर्थात् इसको कोई अन्य शरीर पराजित नहीं कर सकता। इसमें देवता निवास करते हैं। इसमें आठ चक्र और नौ द्वार हैं। यह शरीर भगवान का मन्दिर है। मानवदेह अद्भुत शक्तियों का भण्डार है। इसको विशेष बुद्धि, इन्द्रियाँ तथा विवेक प्राप्त हैं। हमको सोचने, समझने और निर्णय लेने की शक्ति मिली है। मानव-मस्तिष्क के विलक्षण और आश्चर्यजनक क्रियाकलापों के समक्ष सभी चीजें तुच्छ प्रतीत होती हैं। इस सुष्टि में मनुष्य की बुद्धि तथा हाथों का कमाल है। मानव के अनेक अद्भुत, विलक्षण व चमत्कारी आविष्कारों ने संसार को भर दिया है। इस मनुष्य योनि को पाने के लिए अनेक जन्म लग जाते हैं। नरतन की कीमत उन जीवों से पूछो, जो न जाने कब से गन्दी नालियों में पड़े सड़ रहे हैं। अनेक जीव तरह-तरह के कष्टों अभावों और पीड़ा में अपना कर्मफल भोग रहे हैं और अन्धकार-पूर्ण लोकों व योनियों में जीवन गुजार रहे हैं। प्रभु की सबसे बड़ी जेल समुद्र हैं, जिसमें अनन्त जीव हैं, जो दिनरात पानी में ही रहते, खाते, सोते और जीवन गुजारते हैं। उनसे पूछो मनुष्यजन्म की कितनी कीमत और महत्त्व है। कवि ने इन सुन्दर शब्दों में जीवन के महत्व को बताया है।

इस नर तन को पाना, बच्चों का कोई खेल नहीं।
जन्म-जन्म के शुभकर्मो का, होता जब तक मेल नहीं।।

हमें प्रभु का धन्यवाद इसलिए करना चाहिए कि उसने हमें समस्त योनियों में श्रेष्ठ मानवजीवन प्रदान किया है, नहीं तो हम न जाने कहाँ-कहाँ, किन-किन अन्धकारभरी योनियों में भटक रहे होते। क्या परमात्मा का यह हम पर कम उपकार है कि उसने मनुष्यजीवन जैसा अलभ्य अवसर प्रदान किया? पशुपक्षी, कीट-पतंग आदि भोगयोनियाँ है। इनमें अशुभ व पापकर्मो के फल भोगे जाते हैं। हर योनि में तीन प्रकार के जीव होते हैं- उत्तम, मध्यम तथा निकृष्ट। जीव एक योनि से दूसरी योनि तथा विभिन्न लोकों में आवागमन करते हैं। इसलिए किसी एक समय में, किसी एक योनि में तथा किसी एक लोक में जीवों की संख्या घटती बढ़ती रहती है।

अनेक योनियों व जन्मों को पार करके जीवन नरतन को पाने का अधिकारी बनता है। यदि नरतन पाने के बाद भी आत्मा पापकर्म करती है, तो उसे पाप के फल को भोगने के लिए भिन्न-भिन्न योनियों में जाना पड़ेगा। यह जीवन संसार की सबसे बड़ी ऊँचाई है। यदि मनुष्य निम्न योनियों में जाता है, तो यह वैसे ही हुआ, जैसे कोई व्यक्ति एक करोड़ जीतकर फिर हार जाये। दुनिया में जितना महत्त्व तथा मूल्य मानव-जीवन का है, उतना किसी भी प्राणी का नहीं है। रोज न जाने कितने जीव मरते हैं, पर उनकी मृत्यु पर कोई शोक, चिन्ता व दुःख प्रकट नहीं करता है, उनकी अन्त्येष्टि की सूचना अखबार में नहीं छपती है। मनुष्य जीवन की सबसे ऊँची पदवी पर पहुँचने के बाद निकृष्ट योनियों में चले जाना, जीवन का सबसे बड़ा अपमान और पतन है। शास्त्र कहते हैं-

सर्वेषामेव जन्तूनां मनुष्यत्वं हि दुर्लभम्।।

सभी जीव-योनियों में मनुष्यजन्म दुर्लभ व श्रेष्ठ है। इसके महत्व व कीमत को समझना चाहिए। हम किसी चीज की कीमत तब समझते हैं, जब वह हमारी दृष्टि से ओझल हो जाती है। इन्सान को जीवन की समझ तब आती है, जब जीवन उसके हाथों से निकल जाता है। प्रेरक शब्द हमें समझा रहे हैं-

फिर मत कहना कुछ कर न सके,
जब नरतन तुम्हें नीरोग मिला।
सत्संग का भी सुयोग मिला,
फिर भी भवसागर तर न सके।।

जो अज्ञानी व्यक्ति हीराजन्म गँवा देता है, उसे बाद में पछताना पड़ता है। सवेरे से शाम तक का समय पानी की प्रवाह की तरह बहता चला जाता है और पता ही नहीं चलता कहाँ और कैसे निकल गया। बचपन कब आया, जवानी कब आई और कब चली गई फिर एक दिन बुढ़ापा चोर की तरह दबे पाँव आ बैठता है और दुर्लभ मानवजीवन बातों-बातों में व्यर्थ चला जाता है। संसार में लाखों-करोड़ो लोग जन्म लेते हैं और जीवन भोगते और चले जाते हैं। कोई-कोई व्यक्ति, सार्थक, उपयोगी एवं सुन्दर जीवन जी कर ही संसार से जाते हैं। जैसे नदी का प्रवाह एक बार बह जाता है, तो फिर लौटकर नहीं आता है, वैसे ही दिन और रातें मनुष्य की आयु लेकर चलते जाते हैं और लौटकर नहीं आते हैं। दुनिया के सब पदार्थो से ऊपर और महत्वपूर्ण कीमती चीज मानवजीवन हैं **(क्रमशः)**

Contd. from Last Issuse

Eradication of Superstitions

GODS & GODDESSES

—Madan Raheja

Now some questions arising in this connection can be summarised as follows:

- Did Ganapati idols really take milk that day ?
- Can a Ganapati idol drink milk?
- If icon of Ganapati drank milk, where did the milk go?
- Why did tha Ganapati idol drink & accepted, only milk offering, why not solid foods?
- Why only spoon was chosen as the mode of offering milk?
- Was that a miracle?

As per logical explanation common sense and scientific truth, it can only be analysed as follows:

Initially the idols of white marble were chosen for this tricky purpose as their colour matches with the white colour of milk and helps in creating an illusion in the mind of the innocent & ignorant public. I personally (Madan Raheja) & many others withnessed this scene as onlookers by standing in these long queues and noticed milk dripping down on the marble floor in drops slowly from the idol as spoon was tilted more & more for the feed, spoon after spoon and finally going into the nearby drain. There was no magic or miracle- it was purely an illusion of confused mind.

Secondly, wherever the white Ganesh-idols was made of porous material like clay and marble. Initially milk; being a thin liquid, it could be absorbed to a certain extent as per the capacity & the quality of the material concerned. Everybody knows and seen this phenomenon on building construction site-that after plastering its walls, workers spring out plenty of water on it to be absorbed by newly made structure. This phenomenon does not mean that building drink plenty of water. It is called 'Surface Tension'. One can try this with milk and see that such raw plastered wall or any porous material like bricks, tiles and marbles will also accept/ drink milk as per the absorbing quality or 'Surface Tension' of the material.!!

Thirdly, wherever some vested interests wanted to fool the public further, a small capillary could be installed carefully at the point of feeding and then milk will rise in it as a principle which might appear as if the milk offering is being accepted.

Hence, it is clear that whole phenomenon was artificially preplanned and created by some selfish intelligent pundits of temples for showing their powers of spreading any type of mischievous rumours all over the world in the shortest possible time with the help of modern telecommunication & media. One should be cautious and use his/her brain before believing in any rumour and in rumour-mongers.

Superstition#10: Shri Ram Chandra was bestowed with twelve arts/Kalas whereas Shri Krishna Chandra had only sixteen and that is why Shri Krishna is more popular than Sri Rama!

Comments: Maryada Purushottam Shri Rama Chandra and Yogeshwar Shri Krishna are two radiant stars of the Indian culture. There were the unparallel personalities of their respective ages. They were, are and will be the example worth emulating by whole of mankind. Shri Rama was a model bound by the 'Maryadas'-ethical self-restrictions and Shri Krishna was the most outstanding of the Yogis. (Here the meaning of the word 'Yogi' stands for ' an expert in politics'.)

Shri Rama was born in zodiac sign of sun hence belongs to 'Suryavanshi' and according to astrology there are twelve Zodiac signs of the sun whereas Shri Krishna was a born in zodiac sign of moon hence belongs to 'Chandra-vanshi' and the moon passes through sixteen phases from darker fortnight to brighter fortnight of the month. Possibly because of these reasons, some thinkers might have given the names of 'Dwadash Kalavtar' (lord of twelve arts) to Shri Rama and 'Shodash Kalavtar' (Lord of sixteen artist) to Shri Krishna. There is no reason to believe that their intention would have been to make one greater than the other. Another meaning of 'Kala' is skill and for a learned person should always adopt the meaning of a word according to the context. Both Lord Rama & Lord Krishna had many incomparable capabilities & qualities. These names would have been derived from their special expertise in various fields & walks of life.

Lord Rama was born around nine lacs (nearly one million) years back whereas Lord Krishna came to this world only five thousand years back. Both were born in different ages and under different conditions. Shri Rama was luckier in one respect that the age & the conditions of his time were much better than that of Shri Krishna. Shri Rama could fulfil his gigantic dream and could present a model to the society, may be, because of not so complicated a situation existing then.

Lord Rama was bound by the ethical restrictions but in the time of Lord Krishna, the society & its so called pillars (then) felt proud in breaking all the eternal laws & rules made by the creator-God. One can only sit & imagine how Lord Rama could have succeeded in the time of 'Mahabharata' or how Lord Krishna could have adopted himself if would have been born in the times of 'Ramayana', but it would prove to be futile exercise as we would fail to reach at any conclusion due to so many complexities associated with this problem.

(To be Continued)

We can not Repay Mother`s Debt

In Ramnagar village there lived a man called Ramkishore in a small house with his mother. Though very poor, mother wanted to give her son high education. She worked tremendously hard and got her son educated to he a lawyer. The mother gave her son all her love in full measure. Her young son`s practice went very well. Both mother and son had a very comfortable life. One day the young son said to her mother.

"Mother, since childhood and uptil now whatever you have spent on my upbringing and education, I think I can repay all this. "Next day he bought a grand house for the mother. He ensured the mother faced no difficulty. He started thinking he had repaid his mother`s debt and the load was off his head. But one day he saw his mother was very sad. He asked his mother the reason for being sad. The mother said, " Son today you sleep with me." The son said, Dear Mother, this is very a small matter to be worried over. "The son agreed to sleep with his mother. When the son was getting sleepy the mother said, " I am thirsty, get me a glass of water." The son gladly got up and brought water. The mother drank a little water and the rest she poured over the bed. The son saw the mother making the bed wet but kept quiet.

The mother awakened the son again and asked for more water. The son said, "You just had water a little while ago. Again, you are thirsty after a very short time." So Saying the son put the glass of water before the mother. The mother drank very little and rest was gain spilled over the bed. The son this time got angry and said, "Mother, why are you bothering me in the night. "The mother said, " Son it was dark. The glass slipped from my hand and fell over the bed." The son`s anger had not been pacified. He carried on, "Mother, I could have live in another bungalow. but did not do so. Because I wanted to give you all comforts. But still you bothering me. Was it to bother me that you called me near you? From tomorrow I will make you live separately. "The mother said, "Son, you can never repay my debt. Remember, when you were an infant you wetted the bed. I changed your wet clothes. In wintry night I put you on the dry side taking the wet myself. This was not for a day. It went on for months. But today when little water was scattered on your bed, you got angry. Even for a night you could not put up with it.

These words made the son filled with remorse. He fell at the mother`s feet, confessing." Dear mother, "It is impossible to repay your debt."

Moral-We can nevery pay our parent`s debt. Far from it. We can not even keep a count of what they have done for us. **By Acharya Chandrashekhar Shastri**

तनाव के समय खुश रहना सीखें।

-मोनिका

अक्सर लोग अपने दिन की शुरूआत तनाव से करते हैं। घर में कुछ इस तरह की स्थितियां पैदा हो जाती हैं कि वे दफ्तर के लिए लेट हो जाते हैं। रास्ते में घंटो जाम में फंस जाते हैं और उसके बाद उनका कई घंटे तक मूड सही नहीं हो पाता इसलिए यह जरूरी है कि हमें अपने दिन की शुरूआत अच्छे मूड से करनी चाहिए। आने वाले दिन की तैयारी पहले से कर लेनी चाहिए। सुबह सोकर उठने से बाद म्यूजिक सुनें, नहाकर तरोताजा हों और आराम से शांतिपूर्वक अपने कामों को धीरे-धीरे निपटायें। छोटी-छोटी बातों को लेकर तनावग्रस्त न हों क्योंकि इससे आपके काम धीरे-धीरे और भी जटिल होने लगते हैं।

हमें नकारात्मक विचारों को दरकिनार करके हमेशा सकारात्मक रुख अपनाना चाहिए। हर चीज की एक स्थिति होती है वह सकारात्मक और नकारात्मक दोनों हो सकती है। किसी भी चीज के विषय में हमारा आशावादी और निराशावादी दोनों तरह का रुख हो सकता है। हमें किसी भी निर्णय पर पहुँचने से पहले चीजों को सकारात्मक ढंग से लेना चाहिए।

तनाव एक ऐसी स्थिति है जिससे हम बच नहीं सकते। कोई न कोई व्यक्ति किसी न किसी समय तनाव से घिर सकता है। हमें तनाव से बचने के लिए दो-चार होने की कला सीखनी चाहिए। तनाव के क्षणों में कोई प्रेरक पुस्तक पढ़नी चाहिए। तनावग्रस्त होने पर कोई मजेदार हंसाने वाली फिल्म देखें। थोड़ी देर टेलीविजन सीरियल देखकर अपने को तनावमुक्त करें। एक्सरसाइज से भी हमारे मूड में बदलाव हो सकता है।

रचनात्मक बनें। अपनी रचनात्मकता को नई दिशा दे। नई-नई व्यंजन विधियाँ पढ़े और नये-नये व्यंजन बनाना सीखें। पेंटिंग करें। कोई वाद्ययंत्र बजायें। प्रेरित रहने के लिए अपने आपको व्यस्त रखें। जो करना अच्छा लगता है वही करें। इसके अलावा जो कुछ भी करें उसे एकाग्रचित होकर करें क्योंकि इससे आपके भीतर की बुरी भावनाओं को अपने से दूर करने में मदद मिलती है।

आपके शारीरिक ढांचे का आपके मूड से गहरा संबंध होता हैं तनावग्रस्त होने की स्थिति में हमारे हाथ नीचे हो जाते हैं और हम गहरी सांस लेने लगते हैं और हमारी गतिविधियों में ढीलापन आ जाता है। इसके अलावा हमारे शरीर से यह लक्षित होने लगता है कि हम तनावग्रस्त हैं इसलिए तनाव के क्षणों में भी यदि हम खड़े रहें, डांस करें या सामान्य ढंग से सांस लें तो इससे हमारे मस्तिष्क को मिलने वाले संकेत भी हमारे सामान्य होने का सूचक होते हैं।

आर्य समाज का महत्त्व

- डॉ. महेश विद्यालंकार

संसार में प्राचीनतम ग्रन्थ वेद है। जो वेदों द्वारा बताया गया ज्ञान और धर्म है, वह वैदिक धर्म कहलाता है। वैदिक धर्म सृष्टि के आरम्भ से लेकर महाभारत के कुछ समय पहले तक था। धार्मिक, पारिवारिक, सांस्कृति, सामाजिक, राष्ट्रीय, राजनैतिक, जीवन मूल्यों नैतिक आदर्शों आदि के पतन के कारण बहुत कुछ नष्ट-भ्रष्ट हो गया। इसी कारण महाभारत हुआ। लोग वैदिक धर्म, वेद, विद्या और जीवन के आदर्शो को भूल गए। स्वार्थ, अहंकार तथा एकाकी भोगने की प्रवृत्ति हावी हो गई। वास्तविक धर्म-कर्म, आत्मा परमात्मा, प्रार्थना आदि में विकृतियां आने लगी। अवतारवाद मूर्तिपूजा, गुरू-महन्त ढोंग-पाखण्ड अज्ञानता आदि फैलाने लगे। असली परमात्मा की जगह देवी-देवताओं और जड़पूजा फैलने लगी। वैदिक धर्म में अन्धविश्वास अंधश्रद्धा तथा अवैदिक मान्यताओं के कारण वह सनातन धर्म कहलाने लगा। मध्यकाल में और भी वेद विरूद्ध बातों का प्रचलन बढ़ा। व्यक्ति पूजा, ने मूर्तिपूजा का रूप ले लिया। उपासना की जगह भक्ति लेने लगी।

आर्य समाज का उदय ऐसे समय में हुआ, जबकि चारों ओर घोर अविद्या अन्धकार और वेद विरूद्ध मत मतान्तरों का बोलबाला था। धर्म, भक्ति तथा परमात्मा के नाम पर लोगों को ठगा-धमकाया एवं गुमराह किया जा रहा था। जैसा कि आजकल हो रहा है। वेदों को गडरियों के गीत ओर धूर्तों के बनाए हुए बताया जा रहा था। नारी जाति को वेदों के पढ़ने-पढ़ाने, यज्ञ करने कराने, गायत्री मन्त्र बोलने और यज्ञ की ब्रह्म बनने से रोका जा रहा था। यज्ञों में पशुबलि की प्रथा फैल रही थी। लोग अपनी संस्कृति, सभ्यता, जीवनादर्शो, महापुरूषों, सद्ग्रन्थों आदि को भूलते जा रहे थे। ऐसे घोर अज्ञान भरे समय में सदियों के बाद पुण्यात्मा देव दयानन्द का संसार के सौभाग्य से आगमन हुआ।

उन्होंने वैदिक धर्म, भारतीय संस्कृति, सभ्यता, इतिहास, नारी शिक्षा, यज्ञ गुरूकुल शिक्षा पद्धति, वर्णाश्रम व्यवस्था, महापुरूषों, जीवन मूल्यों आदि का प्रेरक एवं सत्यस्वरूप को बताया। महर्षि ने स्वधर्म, स्वदेश स्वसंस्कृति, स्वत्व, आत्मा और परमात्मा का सीधा सच्चा सरल मार्ग बताया। उन्होंने सारा जीवन वैदिक धर्म के प्रचार एवं प्रसाद में लगा दिया। उन्होंने स्वयं सत्य का बोध प्राप्त किया और संसार को सत्यबोध, आत्मबोध, परमात्मबोध, जीवन बोध एवं राष्ट्रबोध कराया। उनका सन्देश रहा-उठो। जागो। अपने स्वरूप व धर्म-कर्म को पहचानो। तुम परमात्मा की श्रेष्ठ सन्तान हो। इसी उद्देश्य की पूर्ति के लिए कहा वेदों की ओर लौटो। स्वयं जागो और दूसरों को जगाओं। आर्य समाज की स्थापना को 'कृण्वन्तो विश्वमायर्म्' का नारा दिया। सारे संसार को श्रेष्ठ बनाना और सिखाना है। संसार का उपकार करना इस समाज का मुख्य उद्देश्य है। ऋषि ने आर्यसमाज का मुख्य कार्य वेद प्रचार, मानव निर्माण, चरित्र निर्माण, जीवन निर्माण, परिवार निर्माण आदि बताया है, जो आज छूट रहा है।

आर्य समाज एक वैचारिक, क्रान्तिकारी, बुद्धिवादी, प्रगतिशील व सुधारवादी, सामाजिक धार्मिक और सांस्कृतिक संगठन है। यह कोई पंथ, मजहब व सम्प्रदाय नहीं है। इसके सिद्धान्त विचार मान्यताएं एवं आदर्श वेद, सत्य, विज्ञान, सृष्टिक्रम के अनुकूल व व्यवहारिक हैं। इसकी विचारधारा जीवन व जगत् को उलझाती नहीं, अपितु सुख शान्ति एवं प्रसन्नता का सीधा और सरल मार्ग बताती है। इसकी मान्यताओं और विचारों में अन्धविश्वास अन्ध श्रद्धा, ढोंग, पाखण्ड, चढ़ावा, गुरूडम आदि नहीं है। बाबा वाक्यं प्रणमाम्, सत्य वचन महाराज आदि नहीं चलता है।

वेद मार्ग और आर्यसमाज की विचारधारा ही आज के भौतिकवादी, भोगवादी, संघर्ष, तनाव, चिन्ता, दु:ख में जी रहे मानव समाज को सच्ची सुख, शान्ति, प्रसन्नता, नीरोगता और जीने की राह दिखा सकती है। कम्प्यूटर, इन्टरनेट, मोबाईल और भौतिक सुख साधनों के बीच जी रही युवा पीढ़ी की वैज्ञानिक सोच-समझ, तर्क, और युक्ति प्रमाण को आर्य विचारधारा ही सन्तुष्ट कर सकती है। इसी में यह शक्ति व क्षमता है। जितने भी पंथ, मजहब, सम्प्रदाय, गुरू महन्त आदि है उनमें प्रश्न करने, तर्क रखने, और प्रामाणिक बात कहने का अधिकार नहीं है। वहा श्रद्धा और विश्वास करो, वे जो कहें उसे सिर नीचा करके स्वीकार कर लो। आर्य समाज न ऐसा मानता और न ही कहता है। उसकी स्पष्ट घोषणा है जो सत्य, वैज्ञानिक, कसौटी पर खरा उतरे, व्यवहारिक बुद्धि पूर्वक लगे उसे मान लो, बाकी छोड़ दो। भेड़चाल के पीछे मत जाओ। आज धर्म, भक्ति और परमात्मा तीनों बाजार और व्यापार बन रहे हैं। इनके नाम पर सर्वत्र ढोंग पाखण्ड गुरूडम, आडम्बर प्रदर्शन आदि तेज़ी से फैल रहा है। कोई रोकने व टोकने वाला नहीं है। अध्यात्म के क्षेत्र में अधार्मिक, स्वार्थी, नाम, यश तथा धन के लोभी लोगों का तेजी से प्रवेश हो रहा है। सेवा व्यापार का रूप ले रही है।

प्रसन्नता है कि आप सभी भारतीय मिलकर वैदिक धर्म, भारतीय संस्कृति अपनी विरासत व परम्पराओं को यह भजन, संस्कार,प्रवचन, सत्संग आदि के द्वारा प्रचारित व प्रसारित कर रहे हैं। आज युवा पीढ़ी को वैदिक विचारधारा और भारतीय सांस्कृतिक जीवन मूल्यों की बड़ी आवश्यकता है। ये संस्कार विचार और जीवन मूल्य ही उन्हें सन्मार्ग दिखा सकते हैं। वेद और यज्ञ की ज्योति जलती रहे। ओ३म् का झण्डा ऊँचा रहे। सर्वे भवन्तु:सुखिन:।

रोगों की कुदरती औषधि है जल

–आनन्द कुमार

पानी के बिना जीवन की कल्पना भी नहीं की जा सकती। शरीर को जिंदा रखने के लिए हवा के बाद दूसरा स्थान पानी का है। पंचतत्वों से निर्मित मानव शरीर में जल का सबसे अधिक महत्व है। हमारे शरीर में लगभग दो तिहाई मात्रा सिर्फ पानी की है। जब किन्हीं कारणों से शरीर में पानी का अंश कम हो जाता है तब शुष्कता, थकान, बेचैनी तथा अन्य कठिनाइयां उत्पन्न होने लगती हैं।

दो चम्मच जीरा एक गिलास में उबाल लें। ठंडा होने पर छानकर इससे चेहरा तथा गर्दन धोयें। लगातार एक मास तक यह प्रयोग करने से त्वचा मुलायम होती है और रंग साफ होता है।

प्रतिदिन सुबह और शाम को आंखों पर ठंडे पानी के छींटे मारें। इससे आंखों को ताज़गी मिलती है, नेत्र-ज्योति बढ़ती है और आंखें चमकदार बनती हैं।

साबुन के घोल वाले गुनगुने पानी में पैर भिगोने से नाखून मुलायम हो जाते हैं। फिर उन्हें आसानी से आकार दिया जा सकता है। 125 ग्राम पानी उबालकर ठंडा करें। फिर इसमें 15 ग्राम नीबू का रस और 15 ग्राम शहद मिलाकर शरबत बना लें। सुबह खाली पेट यह शरबत पीने से मोटापा दूर होता है, अनावश्यक चर्बी घटकर शरीर सुडौल बनता है। दो माह के नियमित सेवन से ही फर्क दिखाई पड़ने लगेगा।

ठंडे पानी से स्नान करने से शरीर निरोग और त्वचा जवां रहती है। आँखों के नीचे काले धब्बे या झुर्रियां पड़ जाने पर ताजे ठंडे पानी में नीबू का रस व नमक मिलाकर दिन में दो-तीन बार पियें। लाभ होगा।

नहाने के बाद एक मग गुनगुने पानी में कुछ बूंदें नारियल के तेल की डालकर पूरें बदन पर इसी पानी को छिड़क लें और फिर तौलिये से थपथपाकर सुखा लें। प्रतिदिन ऐसा करने से सम्पूर्ण शरीर की त्वचा चिकनी व कोमल बनेगी।

हाथ-मुंह धोते समय मुंह में दो घूंट पानी रखकर आंखों में पानी के छींटे दें। रोज़ ऐसा करने से आँखों की रोशनी बढ़ जाती है।

त्वचा की कांति और चेहरे की चमक के लिए प्रातःकाल खाली पेट एक गिलास गुनगुने पानी में आधा नीबू निचोड़कर पीना चाहिए।

बालों को लम्बा करने के लिये पचास ग्राम कलौंजी को एक लीटर पानी में पीसकर इस पानी से प्रतिदिन सिर धोयें। इससे बाल एकमाह में ही लम्बे हो जाते हैं।

60 ग्राम इमली लेकर 250 ग्राम पानी में फूलने दें। फिर उसको मसलकर चटनी के समान बनाकर सारे शरीर में मलकर पंद्रह मिनट बाद स्नान करें। उससे त्वचा का सांवलापन दूर होगा।

बाल धोने के बाद अंत में एक मग ठंडे पानी में एक नीबू का रस निचोड़कर बाल धो लें। इससे बाल रेशम जैसे मुलायम, चमकदार और स्वस्थ होते हैं।

दोमुंहे बाल और बाल झड़ने की समस्या आजकल आम हो गई है। इसके लिए तीन बड़े चम्मच समुद्री नमक एक लीटर पानी में उबालकर ठंडा करके बोतल में रख लें। जिस दिन बालों में शैम्पू करना हो, उस दिन इस पानी को बालों की जड़ों में लगाकर अच्छी तरह मालिश करें। ऐसा करने से बाल स्वस्थ व मजबूत होते हैं।

अपील

गुरुकुल संस्कृत महाविद्यालय शुक्रताल, मुजफ्फरनगर (उत्तर-प्रदेश) द्वारा संस्कृत महाविद्यालय में कक्षा के निर्माण के लिए दान-दाताओं से धनराशि प्रदान करने की अपील करते है।

आचार्य इन्द्रपाल (मो. 9411929528)
देवेन्द्र शास्त्री (9810252692)

धर्म, संस्कृति एवं स्वास्थ्य की मासिक पत्रिका

कमल ज्योति

डी-796, सरस्वती विहार, दिल्ली-110034

अपने जीवन की शारीरिक, मानसिक एवं आत्मिक उन्नति के लिए 'कमल ज्योति' पत्रिका अवश्य पढ़े और इष्ट मित्रों को भी पढ़ाएं। सदस्य बनें और बनाएं।

मुश्किल नहीं तनाव पर काबू रखना

कार्यस्थल पर हर कोई खुद को दूसरे से श्रेष्ठ साबित करना चाहता है इस होड़ में अकसर लोग तनाव और निराशा से घिर जाते हैं। नतीजन वह हमेशा गुस्सा या निराशा से घिरे रहते हैं। इससे न सिर्फ उनका काम, बल्कि सेहत भी प्रभावित होती है। कार्यस्थल पर काम के दौरान सकारात्मक रवैया आपको न सिर्फ गुस्से पर काबू रखने में मदद करेगा, बल्कि आपकी अलग पहचान बनाने में भी मदद करेगा। अगर आप भी तनाव और गुस्से पर काबू नहीं रख पाते तो कुछ बातों का ख्याल रखे। परिणाम सकारात्मक होंगे।

अपना ख्याल रखें : कार्य क्षेत्र में शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक रूप से अपनी पहचान दर्ज कराने के लिए स्वस्थ रहना बहुत जरूरी है। इसके लिए पौष्टिक आहार, नियमित व्यायाम और पूरी नींद जरूर लें।

गुस्से पर काबू रखें : अकसर गुस्से में आने पर लोग बिना सोचे समझे कुछ भी कह जाते हैं। बाद में उन्हें इसका पछतावा होता है। कई बार घर का गुस्सा लोग आफिस में सहयोगियों पर निकालते हैं। गुस्सा आने पर शांत होने की कोशिश करें और एक जगह बैठ जाएं। फिर विचार करें कि किस वजह से आप अपने आफिस के साथियों के साथ ऐसा व्यवहार कर रहे हैं?

दस मिनट टहलें : अगर आप खुद पर नियंत्रण नहीं रख पा रहे तो थोड़ा ब्रेक ले और बाहर टहलने निकल जाएं। इससे दिमाग शांत होगा और गुस्से पर काबू पाने में मदद मिलेगी। साथ ही आपका मूड बदलेगा।

किसी खास दोस्त या रिश्तेदार से मुलाकात करें : परेशानियों को अपने किसी खास दोस्त या विश्वसनीय रिश्तेदार के साथ बांटे। किसी के साथ समस्या को बांटने से उसका हल तो मिलता ही है बेवजह तनाव भी नहीं होता।

खुद से पूछे क्यों डरे हुए है आप : आम तौर पर गुस्सा या निराशा तब होती है जब आप भयभीत हों। ऐसे में हालात और अपनी मनोदशा का विश्लेषण करें। जानने की कोशिश करें कि वे कौन से कारण हैं जिनकी वजह से आपको निराशा हो रही है। एक बार सही कारण पता चल जाए तो उसे भी दूर किया जा सकता है।

एक लिस्ट बनाएं : अपने लिए एक सूची तैयार करें। इसमें उन चीजों को शामिल करें जिन्हें आप नहीं करना चाहते। जैसे आज आप गुस्सा या झगड़ा नहीं करना, आदि। एक बार सूची बन जाएगी तो अवचेतन मन इन चीजों के प्रति खुद आगाह करेगा।

अपना ध्यान दूसरी ओर खींचे : परेशानी या गुस्से में होने पर ध्यान हर वक्त एक ही बात पर केंद्रित हो जाता है। इससे बचने के लिए अपना ध्यान उन बातों पर लगाएं जिनसे आपको खुशी मिलती हो। जैसे बागवानी, किताबें पढ़ना, कम्प्यूटर गेम्स खेलें, बीते खुशनुमा पलों को याद करना। सकारात्मक होने से नजरिए में भी बदलाव आएगा।

दूसरा उपाय खोजे : कभी-कभी किसी उपाय से काम न करने पर निराश न हो। उससे ध्यान हटाकर किसी दूसरे प्लान की सोचें। बेकार की बातों में वक्त बर्बाद करने के बजाए सकरात्मक सोच के साथ काम को आगे बढ़ाएं।

प्रयास जारी रखें: अगर जिन्दगी में कुछ अलग करना चाहते हैं तो सिर्फ सोचें नहीं, लगन से प्रयास करें। निजी जिंदगी की परेशानियों को काम के आड़े आने दें।

संत तुकाराम की महानता

संत तुकाराम ने जब अपना सब कुछ गरीबों में बाँट दिया तो एक दिन घर में फाके की नौबत आ गयी। पत्नी बोली 'बैठे क्या हो, खेत में गन्ने हैं, एक गठरी बाँध लाओ। आज का दिन तो निकल जायेगा।

तुकाराम खेत से एक गट्ठर गन्ने लेकर घर को चले तो रास्ते में माँगने वाले पीछे पड़ गये। तुकाराम एक-एक गन्ना सबको देते गये। जब घर गए तो केवल एक गन्ना बचा था जिसे देखकर भूखी पत्नी आग बबूला हो गयी। तुकाराम से गन्ना छीनकर वह उन्हें मारने लगी। जब गन्ना टूट गया तो उसका क्रोध शान्त हुआ। शान्त तुकाराम मार खाकर भी हँसते हुए बोले-'गन्ने के दो टुकड़े हो गये हैं। एक तुम चूस लो एक मैं चूस लूँगा। क्रोध के प्रचंड दावानल के सामने क्षमा और प्रेम का अनंत समुद्र देख पत्नी की आँखों में आँसू आ गये। तुकाराम ने अपनी पगड़ी के पल्ले से उसके आँसू पोंछे और सारा गन्ना छीलकर उन्हें खिला दिया।

शिक्षा-'महानता' क्रोध न करने में है द्वेष, या घृणा न करने में है, सबसे प्रेम और प्यार करने में है।

-सुभाष चन्द्र गुप्ता

वेद प्रचार समारोह सम्पन्न

बायें से सर्वश्री वशिष्ठ मुनि 'आर्यदर्वेश', सुखदेव आर्य तपस्वी, हरबंश लाल कोहली, डॉ. स्वामी आर्येश आनन्द सरस्वती, ऋषि चन्द्रमोहन खन्ना, के.एल. गुप्ता, उद्‌बोधन देते हुए प्रधान डॉ. सुन्दर लाल कथूरिया, आचार्य चन्द्रशेखर शास्त्री (नीचे विराजमान)

आर्य समाज मन्दिर बी-2, जनकपुरी में वेद प्रचार समारोह के समापन के अवसर पर डा. स्वामी आर्येश आनन्द सरस्वती (राजस्थान) ने आर्य जगत् के महापुरुष महर्षि दयानन्द के बाद अमर बलिदानी स्वामी श्रदानन्द जी के बलिदान को याद किया गया। इसमें प्रख्यात वैदिक विद्वान डॉ. सुन्दरलाल कथूरिया जी ने प्रकाशित ग्रंथ 'शून्य से शिखर तक: स्वामी श्रद्धानन्द का लोकार्पण किया। इसकी अध्यक्षता सुप्रसिद्ध समाजसेवी श्री.के.ले. गुप्ता ने की। इसके मुख्य अतिथि श्री रामनाथ सहगल जी, मन्त्री टंकारा ट्रस्ट एवं उपप्रधान, डी.ए.वी. प्रबन्धक समिति, श्री अनिल आर्य एवं वैदिक विद्वान एवं प्रवक्ता आचार्य श्री चन्द्रशेखर शास्त्री ने अपने विचारो से आर्य जनता का मार्गदर्शन किया। ऋषिलंगर के पश्चात् कार्यक्रम सम्पन्न हुआ।

बाँट कर खाने का चमत्कार

उस दिन ईसा शिष्य मण्डली समेत किसी प्रचार-यात्रा पर जा रहे थे। रात्रि हो गई। भोजन का सुयोग न बना। ईसा ने कहा-"तुम सब के पास जो है, इकट्ठा कर लो और उसी में मिल-बाँट कर काम चलाओ।" पाँच रोटी इकट्ठी हुई। मिल-बाँट कर खाई गई। हिस्से में आधी-आधी भी न आई। तो भी सब का पेट भर गया। सोलोमन ने पूछा- "महाप्रभु! यह कैसा आश्चर्य? इतनी कम रोटियों में इतनी तृप्ति कैसे?" ईसा ने कहा-"यह मिल-बाँट कर खाने का चमत्कार है।" यह कथा उन लोगों को सीख देती है, जो अकेले ही किसी वस्तु का उपभोग करने में सुख अनुभव करते हैं। **- सत्यानन्द आर्य**

त्रिदिवसीय वेद कथा सम्पन्न

आर्य समाज सैनिक विहार में 5 अप्रैल से 7 अप्रैल 2013 तक डॉ. विनय विद्यालंकार जी के ब्रह्मत्व में सामवेद पारायण महायज्ञ, वेदकथा व भजन संगीत का आयोजन किया गया।

प्रात: काल यज्ञ व सायं काल 8 से 10 बजे तक वेद कथा का आयोजन हुआ। पं. भीष्म आर्य जी के भजन तथा डॉ. विनय विद्यालंकार जी के प्रवचन हुए। डॉ. विनय विद्यालंकार जी ने अपने प्रवचनों के माध्यम से जीवन की उन्नति के साधनों पर प्रकाश डाला और कहा कि जब तक मनुष्य वेद के अनुसार धर्म को स्थापित नहीं करेगा तब तक सही अर्थो में जीवन की उन्नति नहीं हो सकती। आर्योपदेशक पं. भीष्म आर्य ने अपने मधुर संगीत के माध्यम से वातावरण को आनन्दमय बनाया।

इस कार्यक्रम को सफल बनाने में आर्य समाज की संरक्षिका श्रीमती कृष्णादेवी सपरा, प्रधान श्री सुनील कुमार गुप्ता, मन्त्री सुदेश खुराना जी, कोषाध्यक्ष श्री एस.एस. गुप्ता जी, श्रीमती आदर्श रिहानी, श्रीमती मन्जुला गोयल, श्रीमती अरूणा चावला, श्रीमती सोनल सहगल, श्रीमती रिनी सरीन तथा आर्य समाज के सभी अधिकारियों ने विशेष योगदान दिया। शान्तिपाठ द्वारा बड़े ही भव्य रूप में सम्मेलन का समापन हुआ।

- मन्त्री आर्य समाज सैनिक विहार, दिल्ली

कंठस्थ करने योग्य मन्त्र

परिवर्तनशील संसारे मृतः को व न जायते
सः जातो येन जातेन वंश याति समुन्नतिम्

इस परिवर्तनशील संसार में कौन नहीं मरता तथा कौन नहीं पैदा होता। अर्थात् हर जन्म लेने वाला अवश्य मरता है। वस्तुत: जन्म उसी का सार्थक है जिसके जन्म से उस का वंश, उस का कुल, उस का समाज अथवा उस का राष्ट्र उन्नति को प्राप्त हो।

RNI No.DEL BIL/2008/25452 Total Pages 12 ओ३म् Posting Date 5 or 6 May 2013 DL (N)0225/2012-14

प्रेषक Date of Publication: 25 April 2013

कमल ज्योति

मई 2013 (मासिक) एक प्रति का मूल्य 10 रुपये

डी-796, सरस्वती विहार, दिल्ली-110034,

फोन : 27017780

सेवा में

वेदामृत ज्ञान महोत्सव सम्पन्न

वैदिक जगत् के प्रसिद्ध विद्वान् डॉ. शिवदत्त पाण्डेय जी के ब्रह्मत्व में 8 से 14 अप्रैल 2013 तक आर्य समाज रानीबाग में चतुर्वेद शतक यज्ञ एवं वेदामृत ज्ञान महोत्सव का सुन्दर आयोजन किया गया। नित्य यज्ञ एवं पं दिनेश दत्त आर्य के भजन एवं डॉ. पाण्डेय जी के विभिन्न ज्वलन्त विषयों पर प्रवचन हुए। गृहस्थ जीवन का माधुर्य, बच्चों का भविष्य, यज्ञ संस्कृति, ईश्वर का सच्चा स्वरूप, राष्ट्र धर्म संस्कृति का स्वरूप, महर्षि दयानन्द का चिन्तन तथा आर्य समाज ही क्यों है आज भी आवश्यकता? विषयों पर प्रभावी एवं गहन व्याख्यान हुए। नित्य सैकड़ों लोगों की उपस्थिति ने यह साबित कर दिया कि आज भी आर्य समाज के सनातन सिद्धान्त को जन-मानस जानना एवं आचरण कर सकती है। आवश्यकता है तो सही प्लेटफार्म और प्रस्तुति की। 11 अप्रैल दोपहर इस अवसर पर नारी सशक्तिकरण विषय पर 'महिला सम्मेलन' का आयोजन किया गया। इस अवसर पर डॉ. संध्या शर्मा एवं श्रीमती सुनीता पासी जी को 'विशिष्ट नारी सम्मान' प्रदान किया गया।

14 अप्रैल 2013 को प्रात: यज्ञ की पूर्णाहुति के साथ ही 'वैदिक सम्मेलन' का आयोजन किया गया। श्री सुरेन्द्र आर्य जी की अध्यक्षता में कार्यक्रम में मुख्य अतिथि समाजसेवी श्री जवाहर लूथरा जी विशिष्ट अतिथि उत्तरी दिल्ली नगर निगम के मेयर श्री आजाद सिंह जी तथा पं. धूम सिंह शास्त्री, प्रि. सरोज यादव, श्री अशोक कालड़ा, श्री सतपाल बत्रा तथा पंकज आर्य को सम्मानित किया गया। इस अवसर पर दिल्ली आर्य प्रतिनिधि सभा के महामन्त्री श्री विनय आर्य, निगम पार्षद श्री देवराज अरोड़ा, श्री शशि दत्त जेतली, माता प्रेमलता शास्त्री, पं. विश्वामित्र जी, श्री प्रि. अरूण आर्य तथा डॉ. शिव दत्त पाण्डेय जी सहित अनेक गणमान्य लोग उपस्थित थे, जिन्होंने अपने विचार रखें।

मंच का संचालन प्रधान श्री जोगेन्द्र खट्टर जी ने की। इस महोत्सव में सर्वश्री रामलाल आहूजा, यज्ञ दत्त आर्य, कृष्ण कुमार साहनी, अशोक कालड़ा, महेश आर्य, विरेन्द्र आर्य, माता अंजना चावला, सहित सभी सदस्यों का विशेष योगदान रहा। शांतिपाठ के पश्चात आर्य समाज में ऋषि प्रसाद का प्रबन्ध किया गया।

स्वामी-माता कमला आर्या स्मारक ट्रस्ट (रजि.) के लिए मुद्रक, प्रकाशक तथा सम्पादक एल.आर. आहूजा, चलभाष : 9810454677 द्वारा मयंक प्रिन्टर्स, 2199/64, नाईवाला, करौलबाग, नई दिल्ली-5, दूरभाष : 41548504 मो. 9810580474 से मुद्रित। कार्यालय : डी-796, सरस्वती विहार, दिल्ली-110034 से प्रकाशित