आर्योदय

ARYODAYE

Read Aryodaye on line -- www.aryasabhamauritius.mu

Aryodaye No. 293 ARYA SABHA MAURITIUS 16th Aug. to 31st Aug. 2014

LET US LOOK AT EVERYONE WITH A FRIENDLY EYE

- VEDA

Code de conduite pour l'élévation de l'âme

ओ३म् ।। अद्भिर्गात्राणि शुध्यन्ति मनः सत्येन शुध्यन्ति । विधातपोभ्यां भूतात्मा बुद्धिर्ज्ञानेन शुध्यति ।।

Adbhirgātrāni shudhyanti manah satyéna shudhyanti.
Vidhātapobhyām bhutātmā budhirjyānena shudhyanti.

Manu. Smriti :-- Adhyāya 5 Sloka 105

Interprétation de cette citation du grand sage Manu par Mahārishi Dayānanda Saraswati dans son livre des sacrements intitulé 'Sanskār Vidhi' :--

Avec de l'eau on peut nettoyer ou purifier toute la partie extérieure de notre corps, mais pas notre esprit ou notre âme.

L'esprit ('man' en Hindi) n'est purifié que par l'adoption et la pratique de la vérité dans notre âme, dans notre pensée, dans nos paroles et dans nos actions.

Notre âme ('Atmā' en Hindi) est purifié par le truchement des prières, du yoga, de la discipline, de l'éducation, l'honnêteté, la tolérance, la non-violence et du service ā l'humanité.

Notre capacité intellectuelle ('Budhi' en Hindi) est développée et perfectionnée à travers l'éducation.

La religion ('Dharma' en Hindi) n'est qu'un projet de société qui comprend de l'éthique, des cultes, des codes de conduite morale et spirituelle que tout le monde doit adopter et mettre en pratique afin d'avoir une vie accomplie.

Le comportement des gens ('ācharana' en Hindi) envers leurs prochains doit être ainsi:-

On doit toujours entretenir en soi des manières avenantes. On ne doit jamais, par ses gestes, ses paroles ou ses actions, blesser les sentiments d'autrui.

Ainsi cette attitude positive devient réciproque entre le`s gens. Conséquemment une ambiance amicale s'installe dans ce milieu et un havre de bonheur et de paix est créé.

N. Ghoorah

अन्नदाता से प्रार्थना

डा० उदयनारायण गंगू, ओ.एस.के, आर्य रत्न

ओ३म् अन्नपतेऽन्नस्य नो देह्यनमीवस्य शुष्मिणः ।
प्र प्रदातारं तारिष ऊर्जं नो धेहि द्विपदे चतुष्पदे ।।

उपर्युक्त मन्त्र यजुर्वेद के ग्यारहवें अध्याय का तिरासीवाँ मन्त्र है। महर्षि दयानन्द सरस्वती अपने यजुर्वेद भाष्य में इस मन्त्र के शब्दार्थ इस प्रकार करते हैं – **अन्नपते**- ओषधि अन्नों के पालन करने हारे यजमान वा पुरोहित, **अन्नस्य**- अन्न को, **नो (नः)** - हमारे, **देहि** - दीजिए, **अनमीवस्य** - रोगों के नाश से सुख को बढ़ाने, **शुष्मिणः** - बहुत बलकारी (बल बढ़ाने वाला), **प्र प्र** - अति प्रकर्ष के साथ (खूब), **दातारम्**- देने हारे को (दानशील पुरुष को देने वाले को), **तारिषः** - तृप्त कर, (खूब तृप्त कर उसे भरा-पूरा सन्तुष्ट रखिये), **ऊर्जं** - पराक्रम को (बल को), **नो (नः)** - हमारे, **धेहि** - धारण कर, **द्विपदे** - दो पग वाले मनुष्य आदि, **चतुष्पदे** - चार पग वाले गौ आदि पशुओं के लिए।

भावार्थ - मनुष्यों को चाहिए कि सदैव बलकारी आरोग्य अन्न आप सेवें और दूसरों को देवें । मनुष्य तथा पशुओं के सुख और बल बढ़ावें, जिससे ईश्वर की सृष्टि क्रमानुकूल आचरण से सब के सुखों की सदा उन्नति होवे ।

उपर्युक्त भावार्थ भौतिक दृष्टि से किया गया है। 'अन्नपते' का आध्यात्मिक अर्थ अन्न प्रदान करने वाले परमात्मा हैं । भोजन करने से पहले इस मन्त्र का उच्चारण करते हुए हम परमपिता परमात्मा से प्रार्थना करते हैं कि हे अन्नपते परमात्मन् ! इस संसार के प्राणी आपका दिया हुआ अन्न खाते हैं। हम स्वास्थ्य की रक्षा करने वाले अन्न का सेवन करें, जो रोगों के कीटाणुओं से रहित हो, शुद्ध और बलवर्धक हो । हे प्रभो ! आप अन्नदान करने वाले मनुष्यों को सुखी और समृद्ध बनाइये तथा दो पैर और चार पैर वाले प्राणियों के लिए आपका दिया हुआ अन्न सुखदायी हो ।

पाठक वृन्द! ईश्वर विश्वासी व्यक्ति भोजन ग्रहण करने से पहले परमात्मा को धन्यवाद करता है । वह भली-भाँति जानता है कि परमेश्वर की कृपा से ही उसे खाने के लिए अन्न प्राप्त होता है। अन्न के स्वामी परमात्मा ही हैं। प्रभु ने ही तरह-तरह के अनाज फल-फूल, ओषधि-वनस्पति आदि खाद्य पदार्थ उत्पन्न किये हैं; खट्टा-मीठा, कड़वा-कसैला, तीता-चरपरा रस युक्त अन्न प्रदान किया है। उस परमेश्वर ने अनाजों और फलों को रोगों के कीटाणुओं से बचाने के लिए उन्हें तरह-तरह के छिलकों से ढक रखा है।

प्रस्तुत मन्त्र में **अन्नपते** परमात्मन् से प्रार्थना की गई **प्रप्रदातरंतारिष** – अन्नदान करने वाले दानशील पुरुषों का भण्डार खूब भरा-पूरा हो । वे सुखी, समृद्ध और सन्तुष्ट रहें ।

फिर मन्त्र ने आगे कहा – **ऊर्जं नो धेहि द्विपदे चतुष्पदे** – दो पैर वाले और चार पैर वाले प्राणियों को शक्ति से भरपूर अन्न प्राप्त हो अर्थात् मनुष्य और पशु जो अन्न का सेवन करें, वह रोग नाशक और बलवर्धक हो ।

शेष भाग पृष्ठ २ पर

सम्पादकीय

सीखने की कोई सीमा नहीं !

मनुष्य जाति बड़ा सौभाग्यशाली है। उसे तरह-तरह की विद्याएँ ग्रहण करने का भाग्य ईश्वर ने दिया है। उसके पास बुद्धि होती है। वह अपनी बौद्धिक-शक्ति लड़ाकर सदा कुछ न कुछ सीखता रहता है। जीवन पर्यन्त ज्ञान हासिल करना मनुष्य का धर्म होता है।

आज विश्व में ज्ञान का क्षेत्रफल बहुत विकसित दिखाई दे रहा है। छात्र गण विद्यालयों में विविध विषयों में ज्ञान प्राप्त करते हैं। विज्ञान और तकनीकी क्षेत्र में अपनी रुचि बढ़ा रहे हैं। समय की माँग अनुसार शिक्षा ग्रहण कर रहे हैं। अठारह-बीस साल की आयु में विभिन्न विषयों की अच्छी जानकारी प्राप्त कर लेते हैं और नवीनतम आविष्कारों के माध्यम से ज्ञान-विज्ञान के क्षेत्र में बड़ी उन्नति कर रहे हैं।

शिक्षा की दौड़ में हमारे तपस्वी, त्यागी और मेहनती जवान अपना पूरा योगदान दे रहे हैं। वे अपने दिमाग़ को लड़ा कर प्रगति के पथ पर बड़ी तेज़ी से बढ़ रहे हैं। जो आलसी, प्रमादी और लापरवाही विद्यार्थी हैं, उनके जीवन में कोई नियन्त्रण नहीं, वे स्कूल से नाता तो जोड़ते हैं, परन्तु शिक्षा का महत्व न समझने के कारण, उससे मुँह मोड़ते रहते हैं। यही कारण है कि तपस्वी छात्र शीघ्र ही अपनी चतुरता का प्रमाण दिखाने में सफल होते हैं, आलसी और प्रमादी बच्चे परीक्षा में असफल हो जाते हैं।

शिक्षणकाल केवल विद्यालयों और विश्वविद्यालयों तक सीमित नहीं होता है। सीखने की प्रक्रिया तो जीवन भर ज़ारी रहनी चाहिए। शिक्षित होकर अपने कार्यक्षेत्र में भी निरन्तर ज्ञान हासिल करते ही रहना एक व्यक्ति का कर्त्तव्य होता है, अगर वह सीखना बंद कर देगा तो वह शिक्षा की दौड़ में पीछे पड़ जाएगा। उसे नई-नई खोजों द्वारा अपने बौद्धिक ज्ञान की वृद्धि करनी चाहिए, ताकि वह काल-परिस्थिति के अनुकूल तरक्की करने में सफल हो।

मनुष्य को केवल भौतिकवादी बनकर भौतिक सुख-शान्ति प्राप्त करने के लिए ज्ञान ग्रहण करना पर्याप्त नहीं होता है। उसे आध्यात्मिक सुख तथा अनन्त आनन्द पाने के लिए धार्मिक ज्ञान भी ग्रहण करना चाहिए। मन, बुद्धि, हृदय अंतःकरण आत्मा आदि सूक्ष्म शरीर को पवित्र बनाने के लिए भी वेद की सत्य विद्याएँ कंठाग्र करना चाहिए ताकि वह मानव मूल्य का पाठ पढ़ सके।

आज के इस भाग-दौड़ के तनावपूर्ण समय में सच्ची और सही विद्या ही हमें मानव जीवन का उद्देश्य दर्शा सकती है, यदि हम कुछ सीखने की लालसा ही नहीं करेंगे तो हमें सही मार्ग दर्शन कैसे मिलेगा? और हम सौभाग्यशाली प्राणी कहलाने के अधिकारी कहाँ होंगे?

सीखने की कोई सीमा नहीं होती है। जब तक हम जीवित रहेंगे, हमें सीखते ही रहना चाहिए। अच्छी शिक्षा या कोई राय तो किसी से भी पाना हमारा धर्म है। अच्छा ज्ञान हासिल करने के लिए किसी जाति, सम्प्रदाय का कोई बन्धन नहीं होना चाहिए, बल्कि एक सीखने योग्य बात अपने शत्रु से भी सीख लेना चाहिए।

परमात्मा ने बुद्धि प्रदान की है, हमें जीवन की अंतिम घड़ी तक इसका पूरा सदुपयोग करना है, अन्यथा हम बुद्धिमान नहीं कहलाएँगे ।

बालचन्द तानाकूर

क्षमा बड़न को चाहिए

सत्यदेव प्रीतम,सी.एस.के,आर्य रत्न - उपप्रधान आर्य सभा मॉरीशस

तुम मेरे पैरों में बेड़ियाँ बाँध दो, मेरे हाथों में हथकड़ियाँ लगा दो, मुझे ज़ंजीर से बाँध दो, मेरी पूरी स्वतन्त्रता हर लो पर मुझे साँस लेने से रोक नहीं सकते हो, बर्शते कि मेरे प्राणों को हर लो ।

मेरी वह स्वतन्त्रता नहीं हर सकते कि मैं तुझे माफ़ कर सकूँ, तुझे माफ़ कर सकूँ! या तुझ से प्यार कर सकूँ, चाहे तुम मुझ से कितनी नफ़रत करो ।

२७ लम्बे सालों तक गोरे लोगों ने नेलसोन मंडेला को कैद में रखा पर उन्होंने क़ैद से रिहा होते ही सभी गोरों को माफ़ कर दिया ।

गोरों ने भारतीय मज़दूरों का शोषण किया, दुख दिया, स्वतन्त्रता प्राप्त होते ही सभी को क्षमा प्रदान कर दी गयी। क्यों ?

उन्होंने मोरिशस का इतिहास पढ़ा था। सदियों से अंग्रेज़ों की दृष्टि पड़ी थी मोरिशस टापू पर कि कब मोरिशस उनके हाथ में आये, पर १८१० में मोरिशस टापू को पाते ही फ़्राँसीसियों को क्षमा दान दिया गया। उनकी ज़मीन, जायदाद, कारखाने, उनकी भाषा, उनकी संस्कृति, उनका कैथोलिक धर्म उनकी फ़्राँसीसी भाषा अक्षुण छोड़ दिया ।

यदि डा० शिवसागर रामगुलाम चीनी उद्योग का राष्ट्रीयकरण कर देता जैसा भय छाया हुआ था तो मोरिशस की अर्थ व्यवस्था नष्ट हो जाती। गरीबी और महामारी का राज्य हो जाता।

यदि नेलसोन मंडेला क्षमा नहीं करता तो देश में गरीबी, भुखमरी और महामारी का राज्य होता।

खेल-कूद दिवस २०१४

एस. प्रीतम

मोरिशस के करीब सभी शिक्षण संस्थाओं में शारीरिक स्वास्थ्य बनाये रखने के लिए खेल-कूद दिवस रखा जाता है। यह खासकर द्वितीय अवधि के अन्त में आयोजित होता है, क्योंकि शुक्रवार १८जुलाई को द्वितीय अवधि की समाप्ति थी और स्कूल शीत कालीन छुट्टी में प्रवेश करनेवाला था और तीसरी अवधि अवलोकन और पुर्नावलोकन और वर्षांत की परीक्षा के लिए रखी जाती है । प्रायः सभी क्रिया कलाप रुक जाती है।

हमारी सभी शिक्षण संस्थाओं (आर्यन वैदिक लावाँचीर, डी.ए.वी कोलिज पोर्ट लुईस और डी.ए.वी मोर्सेल्माँ सें ताँद्रे में खेल-कूद समाप्त हो चुका था। फलतः पं० काशीनाथ किश्तों, वाक्वा में शेष रह गया था। सो गुरुवार दि० १७ जुलाई को रखा गया था। विशेष खेल का मैदान नहीं बल्कि स्कूल के प्रांगण ही में रखा गया था। स्कूल के मानेजर श्री मुनेस्वर सीताराम, एच्छ.इ.ए. (H.E.A) के सेक्रेटेरी सूर्य प्रकाश तोरल और सत्यदेव प्रीतम, अध्यक्ष एच्छ.इ.ए. के अध्यक्ष उपस्थित थे। क्रिया कलाप देखकर नहीं लगता था कि प्राथमिक स्तर के बच्चों द्वारा खेल-कूद हो रहा था। साढ़े नौ बजे शुरू हुआ और दस पच्चीस पर उद्घाटन समारोह पूरा हुआ। साढ़े दस से ग्यारह बजकर बीस मिनट तक कक्षा एक से लेकर कक्षा तीन तक लड़के-लड़कियों के सभी आयटेम समाप्त होने पर तत्काल पारितोषिक दिये गये और बारह से बारह चालीस तक ब्रेक दिया गया मध्यदिन के आहार के लिए। कक्षा iv, v और vi के बच्चों के लिए विविध खेल रखे गये थे और दो चालीस से लेकर तीन बीस तक पुरस्कार समारोह के साथ दिन का अवसान हुआ। बच्चों ने बखूबी भाग लिया और खुशी-खुशी अपने अपने घर लौटे।

वेद ज्ञान की अमरता

श्रीमती भगवन्ती घूरा

आया था एक जमाना
जब ज्ञान बिना छाया हुआ था अंधकार
हो रहा था देश का पतन
मानव प्राणी का जीना हुआ था दुश्वारा
त्राहि त्राहि मची हुई थी चहूँ ओर
दया धर्म की हो रही थी पुकार
कृपालु ईश्वर ने भेजी एक आत्मा महान्
करने को दुखों का संहार ।

आर्यावर्त अर्थात् भारत एक कृषि प्रधान और धर्म संस्कृति से युक्त विख्यात देश है और वेद ज्ञान-भण्डार की खान है। वेद सब से प्राचीन और सत्य विद्याओं का पुस्तक है। इसे अनेक विदेशी आक्रमणकारी ताकतों से लूटमार सहनी पड़ी, वेद विद्या भी लुप्त होने लगी थी। ईश्वर की असीम कृपा से एक महान् आत्मा, परम योगी देव दयानन्द का अवतरण हुआ, डूबती नैया को बचाने और देश की धरोहर को समेट कर भारत-भूमि का उद्धार किया।

अठारह सौ चौबीस के दूसरे मास की चौबीस तारीख को एक ब्राह्मण परिवार में आपका जन्म हुआ था। बचपन से ही तीव्र बुद्धि और दृढ़ मनोबल वाले थे। वेद ज्ञान से अवगत थे और ईश्वर की पहचान करने की लालसा मन में गहन होती गयी। पिता जी के कहने पर एकदम तैयार हो गये थे शिवरात्री की पूजा और जागरण करने के लिए क्योंकि उन्हें ईश्वर का प्रत्यक्ष रूप देखना था। लेकिन जब पासा पलट गया, मन उचट गया और जिज्ञासु मन और अधीर हो गया। ईश्वर की खोज करने के लिए ठान लिया। घर परिवार से दूर वैराग्य जीवन अपना लिया। भले ही अनेक तरह के कष्ट सहने पड़े, मुश्किलों का सामना करना पड़ा। लेकिन अपने विश्वास को कायम रखा और जब गुरु वीरजानन्द से मिलना हुआ उनकी मनोकामना पूरा हुई। शिक्षा-दीक्षा के बाद लौटते समय गुरु दक्षिणा में देश एवं मानव प्राणी का कल्याण करने का आदेश मिला। गुरु की आज्ञा लेकर निकल पड़े एक क्रांतिकारी, समाज सुधारक और वेदोधारक का कार्य पूरा करने हेतु। वेद को पुनः प्रकाशित करके ज्ञान की ज्योति को फैलाये आर्य समाज की स्थापना और महान् ग्रन्थों के प्रकाशन से वैदिक धर्म का प्रचार-प्रसार से आर्य जगत् में जागृति और उन्नति होने लगी। विश्व भर में भारतीय वंशज्ञ देव दयानन्द के उपकार कार्य से अवगत है और उनके भक्त बन गये हैं।

इस लघु भारत में भी आर्य जगत् का बोल-बाला है और तन्मयता से आर्य सिद्धान्तों को अपना कर वैदिक धर्म पर चलते हैं। ऋषि-बोध उत्सव मनाने का हमारा अभिप्राय स्मरणीय है। देव दयानन्द के बीज रूपी बोध आज विख्यात आर्य जगत् विश्व भर में स्थान पा लिया है। उनके द्वारा वेद ज्ञान के प्रसार प्रकाश फैलाने जन जन को कृतार्थ करता जा रहा है और हम भी उस पुष्प के रंग रूप और सुगन्ध से लाभान्वित होते रहे ।

ओ३म् अन्नपतेऽन्नस्य नो देह्यनमीवस्य शुष्मिणः । प्र प्रदातारं तारिष ऊर्जं नो धेहि द्विपदे चतुष्पदे ।।

पृष्ठ १ का शेष भाग

इस मन्त्र में तीन बातों पर विशेष बल दिया गया है – पहली बात है कि हम अन्नपते परमात्मन् के प्रति कृतज्ञ हों । दूसरी बात, हम उन दानशील पुरुषों के सुख की भी प्रार्थना करते हैं, जो अन्न दान करते हैं। तीसरी बात हमारा अन्न रोगरहित और बलवर्धक हो। चलें एक-एक पर विचार करें।

हमारे धर्म में दान की खूब महिमा गाई गई है। जो दान सात्विक होता है, वही दान अच्छा माना जाता है। सात्विक दान का लक्षण बताते हुए श्रीमदभगवद्गीता कहती है– **देशे काले च पात्रे तद्दानं सात्विकं स्मृतम्** – अर्थात् देश, काल और उचित आदमी को देखकर जो दान दिया जाता है, वही सात्विक दान होता है।

कई देशों में अकाल पड़ जाता है। भोजन के बिना बहुत से लोग मौत के मुँह में चले जाते हैं। भुखमरी से बचाने के लिए ऐसे देशों को अन्नदान करके धर्म का काम किया जाता है । यह सात्विक दान होता है। फिर गीता कहती है – जो दान समय को देखकर दिया जाता है, वह सात्विक कहलाता है, जैसे तूफ़ान के समय या अतिवृष्टि के समय बाढ़ आदि के आ जाने से अन्न का अभाव हो जाता है, अन्न की कमी के कारण ऐसे समय में कई लोग अपनी जान गँवा बैठते हैं। ऐसे समय में जो दाता अन्न दान करता है, वह पुण्य के भागी बनता है।

फिर गीता का वचन है कि सात्विक दान वह है, जो पात्र को देखकर दिया जाता है। जिसका पेट भरा हो, जो अन्न लेकर फेंक दे, वह अन्नदान पाने का अधिकारी नहीं। अन्न को संस्कृत में 'देवता' कहा जाता है, क्योंकि वह शरीर को शक्ति देता है। इसलिए अन्न का सम्मान करना चाहिए। उसे कूड़ेदान में फेंकना पाप है । बच्चों में छुटपन से ही अन्न का आदर करने की आदत डालनी चाहिए। उन्हें बताना चाहिए कि अन्न अन्नपते परमात्मा का दिया हुआ वरदान है। संसार के बहुत से लोग अन्न के अभाव में दुखी हैं। कई देशों में अन्न के न मिलने से लोग भूख के मारे तड़पकर प्राण त्याग रहे हैं। अन्नदाता परमेश्वर का धन्यवाद करना चाहिए। साथ ही उन दाताओं की सुख-समृद्धि के लिए भी प्रार्थना करनी चाहिए जो ज़रूरत मन्दों को अन्नदान करते हैं।

अन्न का सबसे बड़ा दाता किसान लोग होते हैं। वे अपने पसीने बहाकर खेतों में अन्न पैदा करते हैं। उनके घोर परिश्रम के कारण धरती माता उन्हें लाखों प्राणियों के लिए अन्न देती है। वे एक मन अन्न तो स्वयं खाते हैं और लाखों मन बाज़ारों में भेजकर अनगिनत लोगों का पेट भरते हैं। कल्पना कीजिए कि यदि किसान खेती न करते तो दुनिया का क्या हाल होता। इसलिए यजुर्वेद का यह मन्त्र कह रहा है कि अन्न दाताओं का भण्डार भरा रहे। हमें प्रार्थना करनी चाहिए कि अन्न उत्पन्न करने वाले किसानों की परमात्मा रक्षा करे। उनके लिए धरती ऊपजाऊ बने, इन्द्र देवता समय पर बरसकर उनके खेतों को हरा-भरा करे। सूरज अपने उचित ताप से उनके अन्नों को पकाये। चाँद अपनी चाँदनी बिखेर कर उनके अनाजों में रस भरे, ताकि प्राणीमात्र को सुखदायक और स्वास्थ्यवर्धक अन्न प्राप्त हो सके ।

हम अपने गाढ़े पसीने की कमाई से अन्न खरीद कर कुछ दीन-हीन जनों को दान करें। ऐसा करने से हमारी भी समृद्धि बढ़ेगी।

यजुर्वेद के इस मन्त्र में तीसरी बात कही गई – **देह्यनमीवस्य शुष्मिणः** अर्थात् बिना रोग वाले बलवर्धक अन्न का दान हो । रोगवाला अन्न कौन सा है। एक तो वह, जो बीमारी के कीटाणुओं से भरा हो, जैसे बासी, अधसड़ा अन्न । दूसरा पोषक तत्वों से रहित अन्न। स्वास्थ्यवर्धक और बलवर्धक अन्न सन्तुलित होता है ।

आयुर्वेद के अनुसार शरीर के स्वास्थ्य को बनाये रखने के लिए तीन बातों पर विशेष ध्यान देना चाहिए – भोजन, निद्रा और ब्रह्मचर्य ।

भोजन तीन प्रकार का है – सतोगुणी, रजोगुणी और तमोगुणी । सात्विक भोजन खेतों से और मेहनत से प्राप्त होता है। घी, दूध, फल, हरी सब्जियाँ, अनाज आदि शुद्ध और सात्विक अन्न है । योग सूत्र का वचन है –

आहार शुद्धो सत्व शुद्धि, सत्व शुद्धो ध्रुवा स्मृतिः ।
स्मृति लाभे सर्व ग्रन्थीनाम् विप्रमोक्ष ।।

अर्थात् मन की शुद्धि के लिए भोजन की पवित्रता आवश्यक है। मन की शुद्धि से आध्यात्मिक ज्ञान की वृद्धि होती है।

अब प्रश्न है कि स्वस्थ रहने के लिए हम कितना और कैसा भोजन खायें ? इसका उत्तर दिया गया है – हितभुख, मितभुख, ऋतुभुख – हितभुख अर्थात् अपने शरीर के स्वभाव और हित के अनुसार भोजन करना। न अधिक खाना न कम। वात, कफ़ और पित्त प्रकृत्ति वाले व्यक्ति का भोजन अलग-अलग प्रकार का होता है।

मितभुख का अर्थ है कि न कम खाना और न ज्यादा। जीभ को वश में रखने वाला व्यक्ति अपने स्वास्थ्य की रक्षा करता है।

ऋत भूख का अर्थ है कि ऋतु के अनुसार भोजन करना चाहिए। गरमी के मौसम में नमकीन भोजन लाभदायक है, क्योंकि पसीने के द्वारा शरीर का नमक बाहर होता रहता है। इसी प्रकार ठण्ड के मौसम में चिकनाई वाला भोजन स्वास्थ्यकर होता है।

जब हम परमात्मा से प्रार्थना करते हैं कि हमें स्वास्थ्यवर्धक अन्न प्रदान करें तो हमें अपने शरीर की प्रकृति और ऋतु के अनुसार भोजन सेवन करने का ज्ञान प्राप्त करना चाहिए। ठीक समय पर भोजन खाने की आदत बनानी चाहिए। भोजन से पहले स्नान करना या कम से कम हाथ धो लेने चाहिए। भोजन के समय क्रोध नहीं करना चाहिए। प्रसन्नता पूर्वक भोजन करना चाहिए। साफ़-सुथड़े स्थान पर बैठकर भोजन करना चाहिए। भोजन के समय बहुत पानी नहीं पीना चाहिए। भूख लगने पर ही भोजन करना चाहिए। स्वास्थ्यवर्धक भोजन सन्तुलित होता है। ऐसे भोजन में उचित मात्रा में प्रोटीन, चिकनाई, विटामिन, कार्बोहाइड्रेट और अन्य पोषक तत्व होते हैं। कुछ लोग भोजन के साथ नशीली वस्तुओं का सेवन करते हैं। शराब, सिग्रेट, अफ़ीम, गांजा आदि मादक द्रव्य का प्रयोग करना बीमारियों को बुलाना है। शुद्ध, सात्विक और बलवर्धक भोजन ही हमारे स्वास्थ्य को अच्छा बनाये रखता है।

हम भोजन ग्रहण करने से पहले प्रभु से जो प्रार्थना करते हैं, वह प्रार्थना तभी फलीभूत होती है, जब हम उस प्रार्थना को अपने आचरण में परिणत करते हैं। बहुत से लोग बिन समझे- बुझे प्रार्थना किया करते हैं। टेप रिकार्डर जैसे प्रार्थना करने से कोई लाभ नहीं होता। इसलिए आवश्यक है कि हम जो भी प्रार्थना करें, उसे भली-भाँति समझकर ही करें। हम परमात्मा से स्वास्थ्य की प्राप्ति के लिए प्रार्थना करते हैं और चलते हैं बीमारियों के रास्ते पर। क्या ऐसी प्रार्थना से लाभ होगा? भूलना नहीं चाहिए कि न्यायकारी परमात्मा हमें अपने कर्म के अनुसार ही फल देते हैं। यदि हम स्वस्थ और सुखी रहना चाहें तो अपने भोजन पर ध्यान दें ।

गतांक से आगे

वेद

पंडित राजमन रामसाहा, आर्य भूषण

हमारे पूर्वज धरती के ऊँचे प्रदेश पर आए थे। वे ब्रह्म अर्थात् वेद श्रवण करके जीने लायक बने थे। अतः मिथकों में उस समय का निवास स्थान ब्रह्मावर्त्त नाम से जाना गया है। ब्रह्म जहाँ ज्ञान का स्रोत है वहाँ वेद-मन्त्र भी ब्रह्म सम्बोधित होते हैं।

शुरू से ही जो वेदानुकूल जीने वाले हुए देव कहलाए और मनमानी जीने वाले असुर। प्रथम धरती पर आए हुए लोगों से जन्म लेने वाले सुधरे और बिगड़े बनने लगे। इन्हीं लोगों के बीच देवासुर संग्राम था। वैदिक युग में असुर मांसाहार थे। इस पर शक किया नहीं जा सकता।

असुरों से तंग होकर देवगण अन्यत्र जाकर रहने पर तैयार हुए। वे ऐसी जगह को ढूंढ़ कर बसने आए जहाँ उन लोगों से पहले मनुष्य नहीं बसा था। उन लोगों ने उस जगह का नामकरण आर्यावर्त्त किया। मनु महाराज के वंशज इक्ष्वाकू प्रथम राजा बना । आर्यावर्त्त के लोग मनु महाराज द्वारा बनाए कानूनों पर अमल करते थे। वे कानून वेदानुकूल बने थे। वेदानुकूल जीने वाले आर्य कहलाए। देवों के वंशज आर्य कहलाए और वैदिक कानूनों को तोड़ने वाले अनार्य होने लगे। अनार्यों को आर्य बनाने के लिए ही **'कृण्वन्तो विश्वमार्यम्'** का भी नारा बुलन्द किया गया।

राज्य चलाने सम्भले रहने और सही प्रगति करके जीते जाने में आर्यों को वेद ज्ञान प्राप्त था। अन्यत्र बसे हुए मानव गिरोहों के लिए गुरु होना आर्यों के लिए सहज था, कारण इन लोगों के पास वेद था।

आर्यावर्त्त स्थान के निश्चितीकरण से वेद ज्ञानियों और वेद सिद्धान्तों की एक एक डगर हो गई। धीरे धीरे आर्यत्व और वैदिक पर्यायवाची सा बन गए। उस समय जितने प्रदेश वेदानुकूल कानूनों को जीते थे सुरक्षित रहते, प्रगति भी करते थे। आज जैसे साम्यवाद, समाजवाद, साम्राज्वादादि एक तरह से देश चलाने की पालिटिक्स हैं वैसे ही उस समय राक्षसवाद और देववाद की पोलिटिक्स चलती थी। राक्षसवाद सिर्फ अपने गिरोह के लिए जीते थे और देववाद जीओ और जीने दो के लिए थे । बाद में ये ही नाम बदलकर आर्य और अनार्यवाद में परिणत हुए। इस तरह एक ने वेद बचाया और दूसरे ने जलाया अनार्यों के उपद्रवों से बचने, शीत प्रदेश की ठण्ड से हटने और विशेष अधिक खेती-बारी कर सकने के लिए भूमि पाने में आर्यों ने आर्यावर्त्त को अपना सुरक्षित निवासस्थान बनाया।

मानवों की आदि सृष्टि में परमात्मा ने उन लोगों को तीन शक्तियाँ दी थीं। उनके श्रवण के लिए श्रुति, अभिव्यक्त के लिए वाचन और मनन के लिए वेद ज्ञान। श्रवण के सहारे वाणी और विचार पाए जाते हैं। आदिकाल में जो लोग श्रुति से दूर हुए होंगे वे मनुष्य होते हुए पशुवत जीने लगे होंगे। आज उन्हीं लोगों को जानवरों से धीरे-धीरे मनुष्य बनने की कहानियाँ सुनाई जाती हैं ।

मनुष्य तो कर्म करने के लिए श्रवण करता है। जो श्रवण करने का कर्म नहीं करता, वह सोचने और बोलने लायक न बनकर मूर्ख कहलाता है। बाद में वह श्रवण करने वालों की नकल करके अपने को सम्भालता है।

मनुष्य को अपनी अभिव्यक्ति के लिए शब्द चाहिए। ज्ञान के लिए उसे सही शब्द चाहिए। तब तो वह आकाश को आकाश, सूर्य को सूर्य, धरती को धरती नाम दे सकेगा। परमात्मा ने वेद-मन्त्रों के माध्यम से शब्द दिए। मनुष्य अपने कर्मों के फल भोगता है। वह स्वयं को विकारों से मुक्त कर पाने के लिए जन्म लेता है।

पहले धरती पर आने वाले मनुष्य शरीर लिए हुए आते हैं। वे सब के सब जवान होते हैं। उनमें अधिकतर पवित्रात्माएँ होती हैं। वे सब देवता स्वरूप सब कुछ जानने वाले होते हैं। वे सब परमात्मा का नाम ओ३म् सुनकर अपने पिछले जन्मों की स्मृतियाँ जगाते हैं।

उन लोगों की जगी स्मृतियों से वेद-मन्त्र उच्चरित होते हैं। श्रुति श्रवण करने से शेष देवताओं में मन्त्रों के अर्थ दर्शन करने वालों से वाचिक भाषा तैयार होती है।

परमात्मा की सभी रचनाएँ पूरी और आदर्श होती हैं। मनुष्य भी पूरा और आदर्श बना। मनुष्य अपने सोचने और बोलने की विशेषता लेकर ही धरती पर आए थे। कुछ जीव अपने घोंसले बना लेने की विशेषता रखते हैं, वैसे ही मनुष्य की विशेषता सोचना और बोलना है।

सुनने लायक बनने पर ही कोई बोलने योग्य बनता है । मनुष्य का पहला कर्म सुनना था, इसीलिए वेद श्रुति कहलाता है। सुनने के बाद ही वह बोलने लायक बनता है।

हर सृष्टि में मनुष्य का शरीर प्रकृति रचती है। पूर्व सृष्टि की आत्मा भाषा और ज्ञान लेकर उन शरीरों में आती है। जो आत्मा जिस मात्रा पर जगती है उतना सुख और दुख भोगती है। परमात्मा ज्ञान के ज़रिए न्याय करते हैं। ज्ञान मनुष्य में पंच विकारों से ढंका रहता है । आत्मा की पवित्रता ज्ञान लाती है ।

सभी विद्वान मानते हैं कि वेद संसार के प्रथम ग्रन्थ हैं। यदि वेद को ऋषियों की रचना कहते हैं तो उस विश्व ज्ञान राशि का ज्ञान उन ऋषियों ने कैसे और कहाँ से पाया? उन्हें लिपि का ज्ञान किसने दिया? छन्द बनाने के नियम कहाँ से सीखे?

यदि कहा जाय कि वे पहले सिर्फ सुनाते रहे फिर बाद में लिपि के उद्भव होने पर लिखा गया। तब प्रश्न उठता है कि उन लोगों को वह वैदिक संस्कृत भाषा कहाँ से मिली? वेद बोलने के लिए मन्त्रों की भाषा कहाँ से उत्पन्न हुई ?

विकासवादी कहते हैं कि जीव समुद्र से निकलकर धरती पर अनेक रूपों के बने। वे न जाने कितने युगों बाद मनुष्य रूप में आए होंगे फिर वे बिना सीखे या बिना सिखाए वेद रचने के योग्य कैसे बने?

क्रमशः

OM
The Presidents & Members
Swami Shradhanand Gurukul Souillac
Arya Samaj & Arya Mahila Samaj
in collaboration with
Savanne-Black River Arya Zila Parishads, and All samajs of Savannne & Black River Districts & Yuvak-Yuvati Sangh
under the aegis of
Arya Sabha Mauritius
cordially invite you to attend the
GURUKUL PARIVAR SHIVIR
Venue : Swami Shradhanand Gurukul, Arya Samaj Souillac.
Date : Sat. 6th & Sun. 7th Sept. 2014.
Time : Satuday 5.00 p.m to 10.00 p.m.
Sunday 5.00 a.m to 10.00 a.m.
Uplift The Spiritual Knowledge Of Our New Generation.
Contact -- ***Acharya Satish Beetullah Shastree Arya, Mob. No. 57639174***

वेद - मानव मात्र के लिए

सुधा सावन्त

सृष्टि के आरम्भ में परम पिता परमात्मा ने मानव मात्र के लिए ऋषियों के माध्यम से, सुचारु रूप से, जीवन चलाने के लिए ज्ञान दिया, वही ज्ञान, वेद मन्त्रों के रूप में हमारा मार्ग दर्शन करता है। वेदों का यह ज्ञान ईश्वर ने ऋग्वेद, यजुर्वेद, सामवेद और अथर्ववेद के रूप में चार ऋषियों अग्नि, वायु, आदित्य और अंगिरा के हृदय में प्रकाशित किया था। यह ज्ञान मानव मात्र के लिए है। वेद के प्रचार-प्रसार की कोई सीमा नहीं है, न भौगोलिक, न क्षेत्रीय और न ऐतिहासिक। कोई भी मनुष्य, बालक-बालिका या किसी जाति या प्रदेश के लोग किसी भी मत या सम्प्रदाय के लोग, जो भी ज्ञान प्राप्त करना चाहें उन सभी को वेद पढ़ने का अधिकार है।

मानव के इतिहास में जब अन्धकार युग आया तो कुछ कम पढ़े-लिखे लोगों ने जो घोर अन्धविश्वासी थे, उन्होंने वेद के प्रचार-प्रसार में अवरोधक का काम किया। स्वयं अपने पैरों पर कुल्हाड़ी मार ली। उन्होंने कहा - स्त्री और शूद्र को वेद पढ़ने की अनुमति नहीं है। यह उनका मिथ्या प्रचार था। आज भी लोग ऐसे विचार की निन्दा करते हैं।

आर्योदय – अन्धकार, अज्ञान और अन्ध-विश्वास की बीच झूलते हुए भारतवासियों ने अपने धर्म, संस्कृति और विश्वासों को जैसे गिरवी रख दिया था। पौगापन्थी पण्डितों ने समुद्र पार जाने वालों को जाति से बाहर कर देने की धमकी देना आरम्भ किया। इस तरह भारतवासियों को कूप-मण्डूक बना दिया। जब अन्य देशों से ज्ञान का आदान-प्रदान, व्यापार और शस्त्रों के अनुसन्धान पर रोक लग गई तो देश की स्थिति बद से बदतर होती गई । अनेक युद्धों में भारतवासियों को पराजय का दुख सहना पड़ा। धर्म, संस्कृति और परम्पराओं पर बार-बार कुठाराघात होने से भारत देश छिन्न-भिन्न होने लगा।

ऐसी स्थिति में भारत के गुजरात के टंकारा ग्राम में एक बालक का जन्म हुआ। नाम रखा गया मूलशंकर। बालक ने छोटी आयु में ही यजुर्वेद कण्ठस्थ कर लिया और अन्य वेद-वेदांगों के अध्ययन में भी तत्परता दिखाई। इसी बीत १४ वर्ष की आयु में टंकारा के शिव मन्दिर में परिवारजनों एवं इष्टमित्रों के साथ बालक मूलशंकर ने महाशिवरात्रि का व्रत रखा, मन्दिर में लगातार एकटक वे शिवलिंग की ओर देखते रहे। पिता ने कहा था कि जो बालक पूरी रात सोएगा नहीं, व्रत रखेगा, उसको भगवान शिव साक्षात रूप में दर्शन देंगे।

पिता और अन्य वयस्क जन तो आधी रात होते-होते निद्रा की गोद में समा गए। केवल दृढ़ निश्चयी मूलशंकर जागते रहे। ऐसे में एक चुहिया उछलती-कूदती आई और शिवलीग पर चढ़ाए गए पत्र, पुष्प व प्रसाद को खाने लगी।

बालक मूलशंकर को ईश्वरीय ज्ञान हुआ। उन्होंने सोचा कि यह पत्थर का शिवलिंग जो चुहिया से अपनी रक्षा नहीं कर सकता वह संसार की रक्षा क्या करेगा। यह प्रश्न उनके मन में बार बार कौंधता रहा। मूलशंकर ने सच्चे शिव के खोज में २२ वर्ष की अवस्था में गृह त्याग दिया। सच्चे गुरु की खोज में जगह-जगह घूमते रहे। छत्तीस वर्ष की आयु में वे मथुरा में गुरु विरजानन्द जी से मिले। उन्होंने उन्हें पाणिनि व्याकरण पढ़ाया, वेदों का ज्ञान दिया और गुरु दक्षिणा में शिष्य से कहा - *'जाओ और शुद्ध सनातन वैदिक धर्म का प्रचार-प्रसार करो ।'*

स्वामी दयानन्द सरस्वती पहले ऐसे आर्य संन्यासी हुए जिन्होंने तालाबन्द वेद ग्रन्थों को बाहर जन-साधारण के सामने प्रस्तुत किया। उन्होंने वेदों का भाष्य सरल संस्कृत और हिन्दी में किया। यह एक ऐतिहासिक घटना थी। इससे सभी मनुष्यों तक वेदों का ज्ञान पहुँच सका।

हमें यह बताते हुए हर्ष हो रहा है कि स्वामी दयानन्द सरस्वती के हिन्दी भाष्य को पढ़कर, वेद मन्त्रों पर मनन करके समाज के उपेक्षित नर-नारी भी अपने जीवन को उन्नत बना सके । समाज धर्म पथ पर चलने लगा स्वामी दयानन्द ने कहा कि हर, भारतीय हो या विदेशी हो, स्त्री हो या पुरुष हो, सभी को वेद पढ़ने व पढ़ाने का अधिकार है। ज्ञान को ताले में बन्द करना अधर्म है। समाज में किसी को भी वेद के पठन-पाठन से वंचित करना अधर्म है। अनार्य कर्म है ।

वेदों में क्या है – ऋग्वेद के मन्त्र ज्ञान से परिपूर्ण है। ऋग्वेद में १०,५८९ (दस हज़ार पाँच सौ नवासी) मन्त्र हैं और वे दस मण्डलों में विभाजित हैं। इनके पठन-पाठन से व वेद मन्त्रों के अर्थ पर मनन करने से वेद पाठी की विचार शैली भी वैज्ञानिक हो जाती है और वह अन्धविश्वासी से अपने आप ऊपर उठ जाता है। मन्त्र केवल कर्मकाण्ड के लिए नहीं हैं वरन व्यक्तिगत जीवन, सामाजिक जीवन एवं राष्ट्रीय जीवन के लिए भी मार्गदर्शक हैं। वेद पाठियों का देश व समाज सुरक्षित रहे, संगठित रहे व शत्रु को परास्त करे, इसकी भी शिक्षा इन मन्त्रों के माध्यम से दी जाती है। ऋग्वेद के अन्तिम सूक्त को संगठन सूक्त कहते हैं, क्योंकि यह मानव समाज को संगठित रखने की प्रेरणा देता है।

यजुर्वेद में १९७५ (एक हज़ार नौ सौ पिछत्तर) मन्त्र हैं। यजुर्वेद को कर्मकाण्ड का निर्देशक बताया गया है। मन्त्र और यज्ञ में समन्वय की बात कही गई है। ईश्वर को अपने अन्तःकरण में समझने के लिए मन्त्र मार्ग-दर्शक हैं। मनुष्य के लिए क्या अच्छा है क्या बुरा, इसकी विवेचना भी मन्त्र सिखाते हैं। मन्त्र बताता है कि जो भद्र है उसे हम अपनाएँ और जो दुरित है, प्रगति में बाधक है उसे अपने से दूर रखें ।

सामवेद परमात्मा और आत्मा के मिलन का गायन करता है। सामवेद में १८७५ (अठारह सौ पिछत्तर) मन्त्र हैं। 'सा' का अर्थ है परमात्मा और 'अम्' का अर्थ है जीवात्मा। सामवेद परमात्मा और जीवात्मा के मिलन का मार्ग दिखाता है।

अथर्ववेद में ५९७७ (पाँच हज़ार नौ सौ सत्तर) मन्त्र हैं। इसे विज्ञान काण्ड कहते हैं। वेद मन्त्र मनुष्य को मार्ग दिखाते हैं कि वह सन्मार्ग पर कैसे चले कि जिससे आत्मा का मिलन परमात्मा से हो सके। प्रकृति किन नियमों के अनुसार कार्य करती है, आत्म-परमात्मा, जीवन-मृत्यु के क्या रहस्य हैं? इन सब का ज्ञान हमें वेद मन्त्रों के पढ़ने व मनन करने से प्राप्त होता है।

वेद पाठी के जीवन का आधार हो जाता है सत्य एवं धर्म। उपनिषद् में स्पष्ट कहा है – 'सत्यं वद, धर्मं चर' जो मनुष्य सत्य को धारण करते हुए धर्म के मार्ग पर चलता रहेगा, उसका जीवन सफल व पूर्ण होगा वह जन्म और मृत्यु के चक्र से छूट कर मोक्ष को प्राप्त करेगा, परमानन्द को प्राप्त करेगा।

'उपवन', ६०९ सेक्टर २९, नोयडा-२०१३०३
दूरभाष : ०१२० - २४५ ४६२२
प्रेषक – श्री हरिदेव रामधनी, आर्य रत्न, मन्त्री आर्य सभा मॉरीशस

ARYODAYE
Arya Sabha Mauritius
1,Maharshi Dayanand St., Port Louis,
Tel : 212-2730, 208-7504, Fax : 210-3778,
Email : aryamu@intnet.mu,
www.aryasabhamauritius.mu
प्रधान सम्पादक : डॉ० उदय नारायण गंगू,
पी.एच.डी., ओ.एस.के., आर्य रत्न
सह सम्पादक : श्री सत्यदेव प्रीतम,
बी.ए.,ओ.एस.के,सी.एस.के.,आर्य रत्न
सम्पादक मण्डल :
(१) डॉ० जयचन्द लालबिहारी, *पी.एच.डी*
(२) श्री बालचन्द तानाकूर, *पी.एम.एस.एम, आर्य रत्न*
(३) श्री नरेन्द्र घूरा, *पी.एम.एस.एम*
Printer : BAHADOOR PRINTING LTD.
Ave. St. Vincent de Paul, Les Pailles,
Tel : 208-1317, Fax : 212-9038

From Mankind to Human being From Human being to Spiritual being

The Arya Samaj movement across the world celebrates the Shrāvani Upākarma Mahotsav as a milestone in the dissemination of the ancient Vedic wisdom as propagated by ancient Rishis (seers of yore). Various programmes are held at congregations held by family units, samaj mandirs, regional federations and at the national level. It is now time for introspection, namely *check our success rate in galvanising a paradigm shift among the audience – from Mankind to Human beings and from Human beings to Spiritual beings.*

Founded by Maharshi Dayanand Saraswati, the Arya Samaj serves as a beacon to shed light on Vedic philosophy. As such the Arya Samaj is referred to as *"the factory where the input is man and output is human beings."*

Manurbhava janayā daivyam janam (RV 10.53.6) is an evergreen call on mankind to accomplish that concept: the physical man is bound to sprout and grow into a human being and onwards emerge as a spiritual being.

Mankind is referred as the highest form of life, indeed a marvel full of meaning and significance. Man is not only the physical body! In fact he is sum total of body ***sharira*** (Body), ***mana*** / ***buddhi*** (Mind) and ***ātmā*** (Self or Soul). The body is the vehicle for action, the mind is the means for realisation, and the Soul is the witness of both the body and the mind. The union of the soul with the body brings about birth and its parting is called death. It is simply stupid to think of man as only the physical body; else after death the body should not turn motionless.

Man, in utter ignorance of spiritual wisdom and under the spell of mundane knowledge, undergoes countless troubles in the race where the only goal is materialism or gratification of physical pleasures. He who realises that "the Soul commands the mind and body; it is different from the mind and body; it is free from pain and sorrow" is on the right track to achieve the goal: *from Mankind to Human beings and from Human beings to Spiritual beings.*

There will be no sorrow on earth if humans understand and live up to the lofty ideals of *Manurbhava*. Major deviations are visible throughout the ages where many born as the physical man, brought up by it, become worse than birds and beasts only because they do not know the meaning and value of 'humanity and spirituality.'

We should all first realise that our behaviour has three components: (1) *mana* (thoughts), (2) *Vāni* (speech) and (3) *sharira* (physical actions.)

Akshā naho nahyatanota somyo ishkrinudhwam ota pinshata| Ashtāvandhuram vahatābhito ratham yena devāso anayannmi priyam||

(RigVeda 10.53.7)

This Vedic hymn exhorts upon one and all to acquire *jnāna* / *vidyā* (the true Vedic wisdom which includes both spiritual and mundane knowledge) and be master of the Body and Mind as it is the Soul which has consciousness. Under that setup we would see the goal of *Dharma* (leading a righteous living), *Artha* (acquiring wealth in an ethical manner), *Kāma* (spending that wealth in a upright way, no extravagance) and *Moksha* (salvation, eternal bliss) as a down-to-earth and achievable goal.

The Upanishad refers to the Soul as the coachman, the mind as the reins and the body as the horse in a cart. The reverse, i.e. the horse hauling the reigns and the reigns dragging the coachman would be catastrophic. Another comparison would be a person in the driver's seat of a car where car starts of its own free will and the steering wheel, gear box, accelerator move independently of the driver. In real life that never happens as the vehicle is not sentient and has no consciousness. Damage occurs when the driver is not in full possession of his senses or the vehicle has mechanical defects.

Taking control over ourthoughts, speech and actions

Maharishi Patanjali has unfolded the seminal knowledge of the Vedas and which he compiled as the *Astānga Yog*. The pillars of man to emerge as a human being and thereon as a spiritual being are the eight-fold process of Vedic Yog leading to Self and God-realisation: *Yama niyama āsana prānayāma pratyāhār dhārnā dhyāna samādhayo ashtāvangāni* (Yog Darshan 2.29) The starting blocks are *Yama* (self-discipline) and *Niyama* (social-discipline).

Tatra-ahimsā-satya-asteya-brahmacharya-aparigraha yama (Yog Darshan 2.30) The five elements of Yama relate to our thoughts, speech and actions (1) *Ahimsā* (non violence); (2) *Satya* (truth); (3) *Asteya* (non stealing); (4) *Brahmcharya* (abstinence from sensual deviations); (5) *Aparigraha* (refrain from accumulating superfluous/unnecessary thoughts and wealth)

Saucha-santosha-tapah-swādhyāya-ishvara-pranidhānani niyama (Yog Darshan 2.32) The five elements of Niyama also relate to our thoughts, speech and actions (1) *Saucha* (cleanliness); (2) *Santosh* (contentment); (3) *Tapa* (be level-headed, more specially in front of adverse situations); (4) *Swādhyāya* (study of the Vedas and ancillary literature of the Vedic rishis (sages); (5) *Iswarpranidhāna* (awareness that GOD being Omnipresent, Omniscient, etc. is, at all times, observing, listening and aware of where we are engaging our mind, speech and body, hence the need for total obedience to His commands.)

Our pledge to Manurbhava would be substantial only when we shall integrate Yama and Niyama in our day-to-day living. We shall then progress towards materialising the other underlying concept of 'Krinvanto Vishvamaryam', i.e. to render the human race noble in character, deeds and fundamental traits. It all starts with the individual who is the smallest unit of the family, the society, the nation and the world at large.

The sixth principle is what modern management rightly terms as the "Vision and Mission Statement" of the Arya Samaj:- *the prime object of this society is to do good to the whole world, namely - through the uplift of the physical, mental/ moral and spiritual improvement of all,* indeed a splendid declaration from Maharishi Dayanand Saraswati who was over 100 years ahead of his time.

The multi- dimensional challenges of our modern world threaten harmony, peace and prosperity. Consumerism, overexploitation of natural resources, economic disparity, inequalities in society, poverty, violence, environmental degradation are but a few menaces capable of destroying society. We would avoid that only if a high level of self-discipline and social-discipline predominates our mindset.

The message of the veda is *'Om shantih, shantih, shantih'*- Peace! Peace and Peace! This is a Universal prayer to attend long lasting peace from the three types of suffering- *"adhidaivik, adhibhautik* and *adhyatmic*."

We need to consolidate the foundations and extend the network in an efficient and effective manner to be closer to 'Manurbhava" and 'Krinvanto Vishwamaryam'. In this connection, the Satyārtha Prakāsh, the Samskāra Vidhi and the Rigvedādi-Bhasya-Bhumikā provides ample guidance for a paradigm shift in our attitude.

May we rise to the occasion and provide leadership in addressing the problems facing the modern man and provide durable solutions!

May the contribution of the ancient Vedic wisdom, Vedic science, the spiritual traditions as well as philosophical thoughts empower us to transform Mankind to Human being and Human being to Spiritual being! May we realise our dream to change ourselves and make the world a better place to live for the present and future generations!

BramhaDeva Mukundlall
Darshan Yog MahāVidyālaya, Gujarat, India, Rojad, Gujarat, India

Prestigieux Shrawani Upakarm

Pandit Yaswantlall Chooromonay MSK, Arya Bhushan

Shrawani Upakarm est l'activité la plus prestigieuse de l'Arya Sabha célébrée annuellement avec beaucoup de gloire et ferveur. C'est un moyen très efficace ā faire atteindre l'objectif primaire de cette Sabha, c'est ā dire la propagation de l'éducation réelle. Swami Dayanand Saraswati a fait ressortir clairement que la source de toute éducation réelle est le Véda. La célébration de Shrawani Upakarm consiste plus particulièrement ā la recitation intense des versets du Véda et le Mahayaj. A noter que le mois de Shrawan a été décrété ***Le Mois du Véda***. Donc Shrawani Upakarm est lié directement au Véda.

Le Véda contient l'éducation privée et personelle de Dieu, le Créateur. La technologie utilisée par Dieu pour mettre en place cette présente creation s'y trouve également. L'éducation védique est destinée au bienêtre de toute l'humanité sans aucune discrimination. A travers le Véda Dieu a preconisé le développement total de l'homme sur le plan physique, mental et social. Le Véda contient tous les ingrédients indispensables pour assurer ces trois types de développement. L'homme qui est considéré comme un être social doté d'energies vitales *(pran shakti)* se retrouve dans l'obligation d'acquérir cette connaissance réelle qu'est l'éducation de Véda qui est destinée uniquement ā lui. C'est ā travers cette connaissance Védique que l'homme peut assurer sa propre evolution et celle de la création de Dieu en parfaite harmonie. Et Shrawani Upakarm vient alimenter l'homme de tout dont il a besoin pour atteindre son objectif. Que chaque individu assume sa part de responsabilité selon la loi suprême de Dieu, étudier et faire étudier, écouter et faire écouter le Véda.

D'ailleurs, ce n'est pas l'homme qui a créé la terre, le ciel, le soleil, les astres, les planètes et non plus les éléments vitaux tels que l'eau, l'air, le feu. L'unique, l'authentique et l'éternel propriétaire de toute la création est incontestablement Dieu. C'est ā lui seul qu'incombe le droit d'éduquer le monde et de prescrire toutes les lois que l'homme est obligé de respecter. Toute infraction ā cette loi suprême est passible ā des sanctions sévères car Dieu est aussi le Juge Suprême. Alors il est absolument important au monde entier de prendre connaissance de tout ce que Dieu a recommandé pour le bienêtre de l'homme. Cette recommandation de Dieu n'est autre que le Véda.

Louise Morin cite dans la préface de son livre Satyârtha Prakâsh (version française) "les Védas, révélés par Dieu, sont la source de toute connaissance. Ils contiennent donc aussi la science actuelle, tout au moins en germe. L'évangile védique doit être prêché au monde entier." Morin a raison de faire une telle citation car la création de l'univers jusqu'ā sa dissolution est entièrement basée sur le Véda. Le mouvement Arya Samaj, ā travers le monde, lutte avec acharnement pour la propagation de cette évangile védique. La célébration de Shrawani Upakarm vient consolider cette démarche prestigieuse.

The Shrawani Festival

Pt. Manickchand Boodhoo, Arya Bhushan

Origin : India is famous for its monsoon season from time immemorial. Mother Nature has a strange display of heavy rainfalls accompanied by dreadful and devastating floods and soil erosion. These flash floods sweep away in their wake, villages and people found on the banks of rivers and at the same time, they irrigate the land most copiously during several months.

Consequently life outdoor becomes impractical. All external activities come to a drastic halt. The most affected field is agriculture. The downpour with strong winds continues chilling the atmosphere and shivering the populace from July up to December. Even the army has to be called back into the barracks.

But those particular vagaries of nature proved to be a great boon to the people of India of ancient days. Our Rishis and intellectuals found a way to make indoor life more interesting, practical, secured and also very useful for the nation as a whole. They conceived a plan and decided to perform Mahayajnas for the whole period of the monsoon season calling it Chaturved Massi Yajna.

Thus Mahayajnas used to be held across India during which all the Mantras/ Verses of the four Vedas were recited and oblations offered to the sacred fire. Vedic Mantras were chanted, their meanings explained and their messages given. Thus this indoor activity took the form of the great festival called the Shrawani Festival because it all started from the month of shrawan corresponding to the month of July.

With time the Shrawani Festival became the most prominent festival in the tradition of Indian festivities known as the Vedic festivals. Unfortunately, the festival is not celebrated in India today as it used to be done in ancient days.

But in Mauritius, thanks to the great vision of the leaders of the Arya Sabha Mauritius with the support and guidance of the saints, swamis and Vedic intellectuals visiting Mauritius, we have been able to uphold that golden tradition of celebrating the Shrawani Festival with great joy, and devotion every year.

What do we do ?

The Arya Sabha proclaims the whole month of July and onwards corresponding to the month of Shrawan as Shrawani Maas extending it beyond the popular festival of Raksha Bandhan.

We plan Mahayajnas to be performed in all our branches and even in members' houses at family level. There was a time when all the mantras of the four Vedas were recited and oblations offered which was known as Chaturved Parayan Mahayajna. It used to be a rare feat in the propagation of the Vedic Knowledge, Vedic Philosophy and Vedic Culture. And everywhere the atmosphere resounded with the divine songs of the Vedas in vibrant unison.

Since the last few decades, the Shrawani Mahayajna is held in all the branches of the Arya Sabha across the Island. All the 40 chapters of the Yajurved containing 1975 mantras are recited and special oblations consisting of cow ghee and a mixture of several ingredients, medicinal herbs and other appropriate items known as Samagri are offered in the fire which consumes all the offerings, extracts all the essential medicinal elements and spread them in the atmosphere, thus purifying the whole environment indoor as well as outdoor. This is an unfailing cultural measure against pollution.

Why the Vedas come into play?

It is now world wide acknowledged that the Vedas are the primary scriptures which were given to mankind as revelations of pure and sacred knowledge from GOD. They are not man-made and they can never be given the structures of the Vedic hymns whose constructions are in pure Sanskrit (Vedic Sanskrit) the mother of all languages. They are unfailingly the most perfect spiritual literature containing the knowledge of the world.

All the Vedas have about 20,377 verses. They contain three eternal truths as main subjects as follows:- GOD, SOUL, MATTER (subtle nature converted in matter).

They have also three main themes like: Knowledge, Action, Meditation.

The whole knowledge of the Vedas is classified as follows:- (1) **Gyankand** -- *Knowledge*, (2) **Karmakand -** *Action*, (3) **Upasnakand—** *Meditation*, (4) **Vigyan kand** – *Physical Science*

Belonging to the four Vedas Rigved, Yajurved, Samaved and Atharva Ved respectively, this eternal knowledge is for the enlightenment of man. Man is made conscious of his own being and that of the environment where he lives thanks to the knowledge of the Vedas. All the faiths of the world enormously known as "religion" have their sources from the Vedas unquestionably. For religion is only ONE and faiths are many.

The divine knowledge of the Vedas was imparted to the primeval Rishis who appeared from the virgin earth after creation. They in turn passed them on orally to mankind.

The word Veda comes from the Sanskrit root "Vid" meaning to know. Hence Veda means knowledge.

Man without knowledge should be like the lower species (that is animals) which exist just by instincts. Man needs knowledge to mould his personality and environment in the capacity of the supportive cause in the whole process of creation, GOD being the principal cause and matter as the instrumental cause.

We are fortunate that we imbibe the purest and the most sacred knowledge of the Vedas celebrating them during the Shrawani Festival. We are grateful to Maharshi Dayanand Saraswati to whom we always pay our heartfelt tribute for having imparted to us the knowledge of the Vedas.