

ओ३म्

वार्षिक शुल्क 50/- रु.

आजीवन 500/- रु.

इस अंक का मूल्य 5/- रुपये

आर्य

कृण्वन्तो



प्रेरणा

विश्वमार्यम्

(आर्यसमाज राजेन्द्र नगर का मासिक मुख-पत्र)

दूरभाष: 011-25760006 Website - www.aryasamajrajindernagar.org

वर्ष-8 अंक 6, मास सितम्बर 2015 विक्रमी संवत् 2072

दयानन्दाब्द 189 सृष्टि संवत् 1960853115,

सम्पादक डॉ. कैलाश चन्द्र शास्त्री

मानवीय चरित्र का सर्वोत्कृष्ट आदर्श है श्रीराम

मर्यादाओं का पालन करने की बात जहाँ भी आती है, वहीं अयोध्या के राजा श्रीराम स्वतः स्मरण हो जाते हैं। पूरा संसार उन्हें मर्यादा पुरुषोत्तम के नाम से जानता है, क्योंकि उन्होंने मर्यादाओं का सदैव ध्यान रखा, उनका पालन किया, चाहे कितनी भी विषम स्थिति आई, मर्यादाओं का पालन करने में वे कभी चूके नहीं और मर्यादाओं का घोर उल्लंघन करने वाले दशानन रावण से भी युद्ध किया और उसे पराजित करके मर्यादाओं की पुनः स्थापना की।

वाल्मीकि रामायण के अनुसार—
“भगवान् श्रीराम चंद्रमा के समान अति सुंदर, समुद्र के समान गंभीर और पृथ्वी के समान अत्यंत धैर्यवान् थे और इतने शील संपन्न थे कि दुःखों के आगोश में जीने के बावजूद वे कभी किसी को कटु वचन नहीं बोलते थे। वे अपने माता-पिता, गुरुजनों, भाइयों, सेवकों, प्रजाजनों अर्थात् हर किसी के प्रति अपने स्नेहपूर्ण दायित्वों का निर्वाह

किया करते थे। माता-पिता के प्रति कर्तव्यपालन एवं आज्ञापालन की भावना तो उनमें कूट-कूटकर भरी हुई थी। उनकी कठोर से कठोर आज्ञा का पालन करने के लिए वे हर समय तत्पर रहते थे।”

यदि भगवान् श्रीराम के संपूर्ण जीवन पर एक दृष्टि डाली जाए तो उसमें कहीं भी अपूर्णता दृष्टिगोचर नहीं होती,



क्योंकि उनके जीवन में जिस क्षण जिस कार्य को करना चाहिए था, उन्होंने वैसा ही कार्य किया। श्रीराम रीति, नीति, प्रीति तथा भीति सभी के संपूर्ण ज्ञाता व मर्मज्ञ थे। इसी कारण श्रीराम परिपूर्ण हैं और आदर्श हैं। श्रीराम ने अपने जीवन में नियमों का पालन करके, त्याग करके एक आदर्श स्थापित किया।

भगवान् श्रीराम का जीवन वास्तव में त्यागमय जीवन था। श्रीराम सबका आदर करते थे, इसलिए वे महान कहलाए। जो संग्रही है, अपनी ही प्रतिष्ठा चाहता है, अपनी ही बात रखना चाहता है, वह कृपण है। लेकिन भगवान् श्रीराम जो भी करते थे, उनके कारण किसी को क्लेश न हो, इसका वे सदैव ध्यान रखते थे।

विचारणीय विषय तो उनका पुरुषोत्तम रूप है। वे मनुष्य चरित्र का सर्वोत्तम आदर्श हैं। श्रीराम अपने भाइयों में बड़े थे, अतः छोटों के साथ कैसा व्यवहार करना चाहिए, इसका आदर्श उन्होंने बाल्यकाल से ही प्रस्तुत किया। भरत जी जब भी खेल में हारने लगते, तब श्रीराम कुछ ऐसा करते, जिससे भरत जीत जाते और वे स्वयं प्रसन्न होते।

भगवान् श्रीराम ने सदैव गुरुजनों व माता-पिता की आज्ञा का दृढ़ता के

‘आर्य-प्रेरणा’ में प्रकाशित लेखों में व्यक्त विचार एवं दृष्टिकोण सम्बन्धित लेखक के हैं। सम्पादक अथवा प्रकाशक का उनसे सहमत होना आवश्यक नहीं है।

साथ पालन किया। पिता की आज्ञा से ही वे महर्षि विश्वामित्र के साथ पहली बार वन गए, वहाँ राक्षसी ताड़का का वध किया। ऋषियों ही हड्डियों का ढेर देखकर द्रवित हो उठे और जब जाना कि यह कार्य राक्षसों ने किया है तो तत्क्षण प्रण किया कि 'मैं इस धरा को राक्षसों से हीन कर दूँगा।'

युवराज श्रीराम के पराक्रम, साहस व वीरता से महर्षि विश्वामित्र अत्यंत प्रभावित हुए थे। उस समय श्रीराम व उनके छोटे भाई लक्ष्मण सुकुमार ही थे, लेकिन गुरु वसिष्ठ द्वारा दी गई शिक्षा-दीक्षा में वे अत्यंत प्रवीण थे। महर्षि विश्वामित्र ने भी उनकी पात्रता को परखकर व जानकर उन्हें बला-अतिबता विद्या का ज्ञान दिया। वन में महर्षि के आश्रम में श्रीराम व लक्ष्मण ने उनके यज्ञों की रक्षा की और यज्ञ में विघ्न डालने वाले राक्षसों का संहार किया। इसके बाद वे महर्षि विश्वामित्र के साथ जनकपुरी गए, जहाँ राम-सीता का विवाह हुआ।

विवाह उपरांत जब राजा दशरथ गुरु की आज्ञा से श्रीराम का राज्याभिषेक करना चाहते थे, तो पूरी अयोध्या नगरी खुशी से झूम उठी, लेकिन रात भर में ही ऐसा घटनाचक्र परिवर्तित हुआ कि जिसके कारण पिता के वचनों को पूरा करने के लिए उन्हें 14 वर्षों के लिए वनवास को जाना पड़ा। वनवास जाने की खबर सुनकर वे दुखी नहीं हुए, बल्कि प्रसन्न हुए कि उन्हें वन में ऋषियों का सान्निध्य मिलेगा और उनके छोटे भाई भरत को राज्य मिलेगा। वन में श्रीराम के साथ उनकी भार्या सीता व अनुज लक्ष्मण भी गए। अपने राजसी वस्त्रों को त्यागकर, बिना किसी साधन-सामग्री के उन्होंने वन के लिए प्रस्थान किया। सबने उन्हें बहुत रोका, लेकिन वे नहीं माने।

श्रीराम के वन जाने के बाद पुत्र वियोग में राजा दशरथ के प्राण चले गए। पिता के प्राण त्यागने की खबर पाकर जब श्रीराम के छोटे भाई भरत व शत्रुघ्न अपने नाना के घर से आए और स्थिति को जाना तो अपने भाई को मनाने के लिए नंगे पैर

वन की ओर गए, लेकिन श्रीराम नहीं लौटे। भरत श्रीराम से अत्यंत प्रेम करते थे। वे श्रीराम के परम भक्त थे। लेकिन जब श्रीराम नहीं माने, तो उनकी चरण पादुका लेकर वापस आए और उन्हें ही राज्य सिंहासन पर रख दिया और तपस्वी की तरह जीवन जीते हुए राज्य का कार्यभार सँभालते रहे।

वन में प्रभु श्रीराम का सामना अनेक राक्षसों से हुआ, जिनका उन्होंने संहार किया। दैवी योजना के तहत वे वन में आए ही इसलिए थे कि वन में रहने वाले राक्षसों का संहार हो, लेकिन श्रीराम के जीवन में एक ऐसी भी घड़ी आई, जब राक्षसों के राजा दशानन रावण ने उनकी भार्या सीता का हरण कर लिया। तब सीता की खोज में उन्होंने वन में रहने वाले वानरों की सेना बनाई, ये कोई साधारण वानर नहीं, बल्कि देवताओं के अंशरूप थे, जो उनकी सहायता करने के लिए आए थे। वानरों की सहायता से श्रीराम ने रावण को पराजित किया, रावण के पूरे राक्षस वंश का सर्वनाश हुआ और सीता जी के साथ सकुशल वे अयोध्या नगरी आ गए और राजा बने।

भगवान श्रीराम ने अपने जीवन में तप को बहुत महत्त्व दिया। वन में रहते हुए उन्होंने तपस्वी जीवन को अंगीकार किया और राजा बनकर भी प्रजा के हितों के लिए एक तपस्वी की तरह कष्ट सहते रहे। वे पिता की भाँति अपनी प्रजा का पालन करते थे, उनके राज्य में किसी को किसी भी प्रकार का दुःख-कष्ट नहीं था, इसलिए उनके राज्य को 'रामराज्य' कहा जाता है। रामराज्य का मतलब ही है ऐसा

राज्य जिसमें दैहिक, दैविक और भौतिक ताप किसी को भी नहीं व्यापते। सब मनुष्य परस्पर प्रेम करते हैं और वेदों में बताई हुई नीति (मर्यादा) में तत्पर रहकर अपने-अपने धर्म का पालन करते हैं। आज भी मनुष्य जाति भगवान श्रीराम को 'राजा राम' के रूप में याद करती है, क्योंकि भगवान श्रीराम ने कवल अयोध्या में ही नहीं, बल्कि सभी के हृदयों पर राज किया था।

भगवान राम ने मर्यादाओं की सीमा में रहकर अपना जीवन-निर्वाह किया और एक आदर्श जीवन जिया। उनके जीवन में अनगिनत कष्ट आए, लेकिन मर्यादाओं का पालन करने में वे कभी भी विचलित नहीं हुए। वे अत्यंत धैर्यवान, पराक्रमी, ज्ञानी, मधुरभाषी, सत्यभाषी, नीतिकुशल, साहसी आदि गुणों की खान थे। उनके गुणों की महिमा अनंत है, जिसका वर्णन करते हुए गोस्वामी तुलसीदास जी अपने को असमर्थ पाते हैं। राम-नाम की महिमा व्यापक है। श्रीराम की भक्ति की महिमा का कोई पार नहीं है, जिससे रामभक्त हनुमान उनके चरणों की सेवा करके असंभव कार्य करते हैं।

इस तरह रामनवमी का पर्व, जिसे हम सभी भगवान श्रीराम के जन्मदिवस के रूप में मनाते हैं, वह हमें यह संदेश देता है कि हम भी भगवान श्रीराम की तरह आदर्श जीवनशैली का निर्वाह करें, मर्यादाओं का पालन करें, गुणों को धारण करें और 'श्रीराम' नाम की भक्ति से अपने जीवन को सफल करें।

साम्भार - अखण्ड ज्योति

पथिक फूलों से लदे वृक्ष को देखकर बोला-“तुम तो फल-फूल रहे हो और मैं भूखा मर रहा हूँ। भगवान ने मेरे साथ यह अन्याय क्यों किया?” वृक्ष हँसते हुए बोला-“तुम यदि मेरे पतझड़ के कष्टों को देखते तो अनुभव करते कि ये फल कितनी कठिन तपश्चर्या से प्राप्त किए हैं। तुम भी वैसा पुरुषार्थ करके देखो, उसी से जीवन में समृद्धि और संतुष्टि आती है।”

आध्यात्मिक उद्गार शायरी

जिन्दगी ऐसी बना, जिन्दा रहे दिल शाद तू।
तू न हो दुनिया में तो, दुनिया को आये याद तू।।

दिल के फफोले जल, उठे सीने के दाग से।
इस घर को आग लग गई, घर के चिराग से।।

एक टीस दिल में उठती है, एक दर्द जिगर में होता है।
हम बैठ के रात में रोते हैं, जब सारा आलम सोता है।।

हम आह भी करते हैं, तो हो जाते हैं बदनाम।
वे कल्ल भी करते हैं, तो चर्चा नहीं होती।।

देख कर मत रीझना तू, बाहर की सफाई पर।
वर्क सोने से मढ़ा है, गोबर की मिठाई पर।।

वह कौन सा उकदा है, जो हो नहीं सकता।
हिम्मत करे इन्सान तो, क्या हो नहीं सकता।।

वह पथ क्या पथिक कुशलता क्या,
जब राह में शूल न हो।
नाविक की धैर्य परीक्षा क्या,
जब धारा ही प्रतिकूल न हो।।

तेरी सूरत से नहीं मिलती, किसी और की सूरत।
हम जहाँ में तेरी, तस्वीर लिये फिरते हैं।।

इक खुदा का दर, ही ऐसा है जहाँ।
सर झुका रहता, है मगरूर का।।

खुदाया खुदाई में, क्या हो रहा है।
कि भाई से भाई, जुदा हो रहा है।।

जिस तरह अग्नि का शोला, हर रंग में मौजूद है।
इस तरह परमात्मा हर, रंग में मौजूद है।।

प्रश्न- जाहिद शराब पीने दे, मस्जिद में बैठ कर।
या वह जगह बता कि जहाँ पर खुदा न हो।।

उत्तर- ऐ रिन्द पी शराब, जी चाहे बेधड़क।
दिल में खुदा नहीं तो, कहीं भी खुदा नहीं।।

गिलासों में डूबे फिर न, उभरे जिन्दगानी में।
हज़ारों बह गये इन, बोतलों के बन्द पानी में।।

नशा पिला के गिराना, सब को आता है।
मजा तो तब है कि, गिरतों को थाम लो साकी।।

माड़ा नशा शराब दा, उतर जाये प्रभात।
नाम खुमारी नानका, चढ़ी रहे दिन रात।।

जिन्दगी भर हम, मरे जिन के लिये।
वे न हो सके, दो दिन के लिये।।

खौफ आता है, जिन को मरने से।
उन का जीना, हराम होता है।।

आगाह अपनी मौत से, कोई बशर नहीं।
सामान सौ वर्ष का, पल की खबर नहीं।।

जिन्दगी की राहों में, गम भी साथ चलते हैं।
कोई गम में हँसता है, कोई गम में रोता है।।

हजारों वर्ष नर्गिस, अपनी बेनूरी पर रोती है।
बड़ी मुश्किल से होता, चमन में दीदावर पैदा।।

यदि सच पूछो तो, दुनिया में रोना ही रोना है।
जिसे हम जिन्दगी कहते हैं, वह काँटों का बिछौना है।।

ये दुनिया है बड़े काम की, हमें जीना नहीं आता।
दुनिया की हर चीज में नशा है, हमें पीना नहीं आता।।

न हैरान हो देख, मैं क्या देख रहा हूँ।
बन्दे तेरी सूरत में, खुदा देख रहा हूँ।।

न दोस्तों से शिकायत, न दुश्मनों से गिला।
किसी ने मुझ को भुलाया, किसी ने याद किया।।

दोस्त से दुश्मन अच्छे, जो जलकर नाम लेते हैं।
फूलों से काँटे अच्छे, जो दामन थाम लेते हैं।।

एक ही उल्लू काफी है, बरबाद गुलिस्ताँ करने को।
हर शाख पर उल्लू बैठा है, अन्जाम गुलिस्ताँ क्या होगा।।

सारे जहाँ से अच्छा, हिन्दोस्ताँ हमारा।
हम बुलबुलें हैं इसकी, ये गुलिस्ताँ हमारा।।

फरिश्ते से बेहतर, है इन्सान बनना।
मगर इस में लगती, है मेहनत ज्यादा।।

राजी हैं हम उसी में, जिसमें तेरी रजा है।
या यूँ भी वाहवा है, वहाँ यूँ भी वाहवा है।।

इबादत के लिए काफी, नहीं तस्वीं धुमा देना।
किसी बरबाद को आबाद, कर देना इबादत है।।

किसी मस्जिद या मन्दिर में, जा सर को झुका देना।
इबादत है किसी बेआसरे, को आसरा देना।।

इबादत है किसी मगरूर, का कर्जा चुका देना।
किसी माजलूम को जालिम से, छुड़ा देना इबादत है।।

किसी नादान की मुश्किल में, काम आना इबादत है।
इबादत है यह जीवन, कौम की खातिर लगा देना।।

इबादत है वतन के वास्ते, सर को कटा देना।
इबादत है किसी भूखे को, भोजन खिला देना।।

इबादत है किसी नंगे को भी, कपड़ा पहना देना।
किसी नाशाद का दिल, शाद कर देना इबादत है।।

जो भरा नहीं है भावों से, बहती जिसमें रसधार नहीं।
वह हृदय नहीं है पत्थर है, जिसमें स्वदेश का प्यार नहीं।।

जिसको न निज गौरव तथा, निज देश का अभिमान है।
वह नर नहीं पशु है निरा, और मृतक समान है।।

मरते-मरते मर गये, लेकिन न छोड़ा आन को।
याद रखो दोस्तो, हिन्दुस्तानी शान को।।

पथिक का प्रश्न -
आग लगी इस वृक्ष में, जलने लगे सब पात।
उड़ जाओ हे पक्षियो, जब पंख तुम्हारे साथ।।

पक्षी का उत्तर -
फल खाये इस वृक्ष के, गन्दे किये सब पात।
धर्म हमारा यही है, जल मरे इसी के साथ।।

सन् 1857 का अंग्रेज -
दम-दमे में दम नहीं, खैर माँगो जान की।
ऐ जफर ठण्डी हुई, तलवार हिन्दुस्तान की।।

जफर का उत्तर -
गाजियों में बू रहेगी, जब तलक ईमान की।
तख्ते लन्दन तक चलेगी, तेग हिन्दुस्तान की।।

शहीद चन्द्रशेखर ने कहा-
सुन लो गोरो, सुन लो गोरो,
देश आजाद कराऊँगा।
बेरी क्या फाँसी पड़े, आँसू नहीं बहाऊँगा।।

शहीद भगत सिंह का उद्गार-
भगत सिंह के इस भारत में, जगह नहीं जयचन्दों की।
सब से कह दो यह भूमि है, आजादी के बन्दो की।।

स्वयं से भी तो प्रेम करें

स्वयं से प्रेम करो। खुद को चाहो, तो फिर कहीं प्रेम के लिए भटकने की आवश्यकता नहीं रहेगी। जो स्वयं को सम्मान देते हैं, स्वयं से प्यार करते हैं, वे दूसरों पर किसी भी चीज के लिए आश्रित नहीं होते। दूसरों को भी सच्चे अर्थों में तभी प्रेम किया जा सकता है, जब स्वयं से प्रेम करना आ जाता है। जो व्यक्ति स्वयं को धिक्कारता है, स्वयं से घृणा करता है, वह दूसरों को कभी अपना नहीं सकता। स्वयं से प्रेम करने पर ही जीवन के आनंद को महसूस किया जा सकता है।

प्रसिद्ध मनोवैज्ञानिक एरिक फ्रॉस ने अपनी एक पुस्तक 'दि आर्ट ऑफ लविंग' में लिखा है कि 'जब तक तुम अपने से प्रेम नहीं करोगे, तब तक किसी और को प्रेम कैसे कर सकते हो?' आज हम सारी दुनिया की ओर देखते हैं, लेकिन स्वयं को नहीं निहारते। हमारे पास समय ही नहीं है कि हम अपनी खूबसूरती को देख सकें, अपने अंदर की खूबियों और कमियों को जान सकें और खूबियों को बढ़ाने और कमियों को सुधारने के लिए तत्पर हों। हम यह जानने का प्रयास ही नहीं करते कि हम कौन हैं, कैसे हैं और स्वयं को वही मान लेते हैं, जैसा कि दुनिया के लोग कहते हैं और यही कारण है कि जिन्हें दुनिया ने औसत या मंदबुद्धि मान लिया है, वे स्वयं से प्रेम करना ही छोड़ देते हैं और खुशियों को तलाशने के लिए गलत मार्ग का चयन करते हैं।

समाजशास्त्रियों और विशेषज्ञों का मानना है कि अगर व्यक्ति को खुशियों से दोस्ती करनी है तो सबसे पहले वह स्वयं से प्यार करना सीखे। ऐसा करने से व्यक्ति के लिए आनंद के द्वार हमेशा के लिए खुल जाएंगे। यह वास्तविकता है कि जब व्यक्ति स्वयं से प्यार करने लगता है तो उसे सब कुछ अच्छा लगने लगता है। वह अपनी कमियों को स्वीकारता है, उन्हें छिपाता नहीं है और उन्हें सुधारने की कोशिश करता है। इसके साथ ही अपना आत्मविश्वास बढ़ाने के लिए पूरी मेहनत व लगन से काम करता है। यही सफलता का मर्म है, जिसे कई शारीरिक व मानसिक रूप से अशक्त प्रसिद्ध व्यक्तियों ने अपनाया और उन्होंने कभी भी स्वयं से प्रेम करना नहीं छोड़ा।

स्वयं से वही लोग घृणा करते हैं और स्वयं को धिक्कारते हैं, जिनके अंदर मनोग्रंथियाँ होती हैं। ऐसे लोग दुनिया को स्वयं से अधिक महत्व देते हैं। दुनिया के लोगों द्वारा कही हुई

बातें इनके अंतर्मन में बस जाती हैं और इससे इनके मन में हीनता की ग्रंथि पनपती है, जिससे वे कभी उबर नहीं पाते। इस ग्रंथि के कारण वे स्वयं से कोसों दूर चले जाते हैं और कभी भी अपने अंदर की खूबसूरती को देख नहीं पाते।

जो स्वयं से प्रेम नहीं करते, वे व्यक्ति जीवन भर भिखारी की तरह दीन-हीन मनः स्थिति का जीवन जीते हैं, उनके दिन रोते-कलपते हुए बीतते हैं। उनके पास भी वह सब कुछ होता है, जो दूसरों के पास है, लेकिन हीनता की ग्रंथि के कारण वे उसे कभी देख नहीं पाते, उसके महत्त्व को समझ नहीं पाते, जबकि जो स्वयं से प्रेम करते हैं, वे सम्राट या फकीर की तरह जीवन जीते हैं। ऐसे व्यक्तियों के जीवन में हँसी के फव्वारे होते हैं, आँखों में हर समय खुशी, प्रसन्नता की लहरें तैरती रहती हैं। ऐसे लोग हर पल आनंद की लहरों को दूसरों पर उँडेलते रहते हैं। अपनी खुशबू को दूर-दूर तक फैलाते रहते हैं। इनके पास जो भी होता है, उसे बाँटते रहते हैं। इन्हें किसी प्रकार की कमी नहीं होती और न कमी पड़ती है, बल्कि ऐसा करने से इनका आनंद और बढ़ता जाता है, इसी कारण सीमित साधनों के होते हुए भी ये सम्राट की तरह शानदार और फकीर की तरह बेफिक्र जीवन जीते हैं और सही मायने में जीवन के आनंद को महसूस करते हैं।

सिकंदर एक ऐसा व्यक्ति था, जिसके पास किसी भी चीज की कमी नहीं थी, लेकिन वह हीनता की ग्रंथि का शिकार था और इसी मनोग्रंथि के कारण पूरे विश्व को जीतने की महत्त्वाकांक्षा मन में सँजोये था। अपनी इस विश्व विजययात्रा पर निकलने से पहले वह डायोजिनीस नामक फकीर से मिलने गया, जो हमेशा नग्न और परमानंद की अवस्था में रहते थे। सिकंदर को देखते ही डायोजिनीस ने पूछा-“तुम कहाँ जा रहे हो?” सिकंदर ने कहा-“मुझे पूरा एशिया महाद्वीप जीतना है।” डायोजिनीस ने पूछा-“उसके बाद क्या करोगे?” सिकंदर ने उत्तर दिया-“उसके बाद भारत जीतना है।” डायोजिनीस ने पूछा-“उसके बाद?” जवाब मिला-“शेष दुनिया को जीतूंगा।” डायोजिनीस ने फिर पूछा-“और उसके बाद?” सिकंदर ने खिसियाते हुए उत्तर दिया-“उसके बाद मैं आराम करूँगा।” डायोजिनीस हँसने लगे और बोले-“जो आराम तुम इतने दिनों बाद करोगे, वह तो मैं अभी भी कर रहा हूँ। यदि तुम आखिरकार

आराम ही करना चाहते हो, तो इतना कष्ट उठाने की क्या आवश्यकता है? मैं इस समय नदी के तट पर आराम कर रहा हूँ। तुम यहाँ पर आराम कर सकते हो।”

सिकंदर एक पल के लिए डायोजिनीस की बात को सुनकर शर्मिंदा हुआ। उसने सोचा कि उसके पास सब कुछ है, पर उसका मन शांति व आनंद से भरा हुआ है। होता भी यही है कि जिनका मन मनोग्रंथियों से मुक्त होता है, वे कहीं भागते नहीं, किसी को जीतते नहीं हैं, वह स्थिर होते हैं, स्वयं को जीतते हैं और धीरे-धीरे उनका मन शांति और आनंद से भर जाता है, लेकिन जिनका मन मनोग्रंथियों से घिरा होता है, वे बेचैन, अशांत व परेशान रहते हैं। ऐसे व्यक्ति चाहे पूरा विश्व-भ्रमण कर लें, ढेर सारी संपदा एकत्र कर लें, लेकिन फिर भी वे अपने मन के अँधेरे को दूर नहीं कर पाते, जीवन में मनोग्रंथियों के कारण पनपी खाई को पाट नहीं पाते।

महान ज्ञानी अष्टावक्र जी का शरीर आठ जगह से टेढ़ा था, लोग इन्हें चिढ़ाते, इनका मजाक उड़ाते, लेकिन उस पर वे कभी ध्यान नहीं देते थे। एक बार वे राजा जनक के दरबार में विद्वानजनों की सभा में आमंत्रित किए गए। उस सभा में एक से बढ़कर एक ज्ञानी-महात्मा बैठे थे और किसी गंभीर विषय पर चर्चा की जानी थी। जैसे ही अष्टावक्र जी ने उस राजसभा में प्रवेश किया, उनके टेढ़े-मेढ़े शरीर और अजब-सी चाल को देखकर, सभी उपस्थित ज्ञानीजन ठहाके लगाकर हँस पड़े। इस पर भी अष्टावक्र जी न तो क्रोधित हुए और न ही स्वयं को अपमानित महसूस किया। बस, इतना ही बोले-“राजन्! मैंने तो सोचा था कि मैं विद्वानों की सभा में आया हूँ, लेकिन यहाँ तो सब चर्मकार ही बैठे हैं।” इस तरह मनोग्रंथियों से रहित व्यक्तित्व चाहे कैसी भी परिस्थितियों से घिरा हो, मन में किसी भी तरह की हीनता को प्रवेश नहीं करने देता और स्वयं को प्रेम करता है।

जो वास्तव में स्वयं को जानते हैं, स्वयं से प्रेम करते हैं, वे मनोग्रंथियों के फंदे में नहीं फँसते। मनोग्रंथियाँ तो हमारे मार्ग में ऐसे गहरे गड्ढे की तरह होती हैं, जिनमें फँसकर हम आगे नहीं बढ़ पाते और वहीं ठहर जाते हैं। इन मनोग्रंथियों से हमें निकलने का प्रयास करना होगा, तभी हम आगे बढ़ पाएँगे और इसके लिए सबसे पहले हमें स्वयं से प्रेम करना होगा और स्वयं की वास्तविकता व महत्त्व को स्वीकारना होगा। ऐसा करने पर ही मनुष्य सुखी जीवन जी सकता है।

पाप के अन्न का दुष्परिणाम

पूज्य महात्मा हंसराज जी एक बार हरिद्वार के मोहन आश्रम में ठहरे हुए थे। एक वानप्रस्थी उनके पास ही एक कमरे में रहता था। एक दिन वानप्रस्थी सीधा महात्माजी के पास आया और जोर-जोर से रोने लगा। महात्माजी ने पूछा-“क्या हुआ आपको?”

वह बोला-“मैं लुट गया, महात्माजी! मेरी उम्र-भर की कमाई नष्ट हो गई।”

महात्माजी बहुत घबराये। पूछने पर पता लगा कि वह वानप्रस्थी पिछले कई वर्षों से ईश्वर-भक्ति के मार्ग पर चलता हुआ ध्यान और उपासना की सीढ़ी तक पहुँच चुका था। रात्रि के समय अपने कमरे में बैठ जाता वह। भगवान् का ध्यान करता, ईश्वर की शीतल ज्योति उसे दिखाई देती। उसमें आनन्द से मस्त होकर वह घंटों बैठा रहता। परन्तु कल रात उसके साथ एक अद्भुत घटना घटी। रोते हुए उसने कहा-“मैं ध्यान में बैठा महात्माजी तो ऐसा प्रतीत हुआ कि रोशनी में लाल दुपट्टे वाली एक नौजवान लड़की खड़ी है। मैंने घबराकर आंखें खोल दी। समझा, कुछ भूल हो गई है। फिर प्राणायाम किया, फिर ध्यान से ज्योति को देखा, परन्तु वह लड़की अब भी वहीं थी। मैं उसे जानता नहीं, परन्तु बार-बार मेरे सामने आकर खड़ी हो जाती है। मैंने बार-बार मुँह-हाथ धोकर प्राणायाम करने का प्रयत्न किया है। बार-बार उसे हटाने का प्रयत्न किया है, परन्तु रोशनी में उसके अतिरिक्त कुछ मुझे दिखाई नहीं देता। मेरी तो उम्र-भर की कमाई लुट गई। मैं तो कहीं का न रहा। पता नहीं मुझे क्या हो गया?” वह कहता जाता था और रोता जाता था।

महात्मा ने पूछा-“किसी बुरे व्यक्ति की संगत में तो नहीं बैठे? कोई बुरी पुस्तक तो नहीं पढ़ी?” उसने कहा-“ऐसा कुछ नहीं किया मैंने।” महात्माजी ने कहा-“कल तुम आश्रम से बाहर तो गए होगे?”

वह बोला-“गया था, एक भण्डारे

-महात्मा आनन्द स्वामी सरस्वती

में। एक सेठ साहब आये हैं। उन्होंने भण्डारा किया था, वहां खाना खाने गया था।”

महात्माजी ने कहा-“जाकर पता लगाओ-वह सेठ कौन है और उसने भण्डारा किया था, वहां खाना खाने गया था।”

महात्माजी ने कहा-“जाकर पता लगाओ-वह सेठ कौन है और उसने भण्डारा क्यों किया था?”

वानप्रस्थी गया। पता लगाकर उसने बताया कि सेठ एक शहर का रहने वाला है। वहाँ उसने अपनी नौजवान बेटी

को एक बूढ़े के पास दस हजार रुपये में बेच दिया था। दो हजार रूपया लेकर वह हरिद्वार आया है कि पाप का प्रायश्चित्त करने के लिए भण्डारा कर दे।

महात्माजी ने इस बात को सुनकर कहा-“यही वह नौजवान लड़की है, जो तुम्हें दिखाई देती है। तुमने जो कुछ खाया वह पुण्य भाव से दिया हुआ दान नहीं था। पाप की कमाई का एक भाग है- उस हतभाग्य लड़की का मूल्य। जब तक वह अन्न तुम्हारे शरीर से नहीं निकलेगा, तब तक उस दुःखी लड़की का दिखाई देना बन्द न होगा।

यह है पाप का अन्न खाने का परिणाम इससे आत्मा गिरती है। आगे बढ़ता हुआ मनुष्य पीछे गिरता है।

ये हैं रोजाना योग करने के 14 फायदे

योग एक ऐसी वैज्ञानिक प्रमाणिक व्यायाम पद्धति है, जिसके लिए न तो ज्यादा साधनों की जरूरत होती है और न ही अधिक खर्च करना पड़ता है। इसलिए पिछले कुछ सालों से योग की लोकप्रियता और इसके नियमित अभ्यास करने वालों की संख्या लगातार बढ़ती जा रही है। आज हम आपको बताने जा रहे हैं कि योग करने के क्या लाभ हैं.....

1. योगासन अमीर-गरीब, बूढ़े-जवान, सबल-निर्बल सभी स्त्री-पुरुष कर सकते हैं।
2. आसनों में जहां मांसपेशियों को तानने, सिकोड़ने और ऎंठने वाली क्रियाएं करनी पड़ती हैं, वहीं दूसरी ओर साथ-साथ तनाव-खिंचाव दूर करने वाली क्रियाएं भी होती रहती हैं, जिससे शरीर की थकान मिट जाती है और आसनों से व्यय शक्ति वापस मिल जाती है। शरीर और मन को तरोताजा करने, उनकी खोई हुई शक्ति की पूर्ति कर देने और आध्यात्मिक लाभ की दृष्टि से भी योगासनों का अपना अलग महत्व है।
3. योगासनों से भीतरी ग्रंथियां अपना काम अच्छी तरह कर सकती हैं और युवावस्था बनाए रखते एवं वीर्य रक्षा में सहायक होती हैं।
4. योगासनों द्वारा पेट की भली-भांति सुचारु रूप से सफाई होती है और पाचन अंग पुष्ट होते हैं। पाचन-संस्थान में गड़बड़ियां उत्पन्न नहीं होतीं।
5. योगासन मेरुदंड-रीढ़ की हड्डी को लचीला बनाते हैं और व्यय हुई नाड़ी शक्ति की पूर्ति करते हैं।
6. योगासन पेशियों को शक्ति प्रदान

करते हैं। इससे मोटापा घटता है और दुर्बल व्यक्ति तंदुरुस्त होता है। 7. योगासन स्त्रियों की शरीर रचना के लिए विशेष अनुकूल हैं। वे उनमें सुंदरता, सम्यक-विकास, सुघड़ता और गति, सौंदर्य आदि के गुण उत्पन्न करते हैं। 8. योगासनों से बुद्धि की वृद्धि होती है और धारणा शक्ति को नई स्फूर्ति एवं ताजगी मिलती है। ऊपर उठने वाली प्रवृत्तियां जागृत होती हैं और आत्म-सुधार के प्रयत्न बढ़ जाते हैं। 9. योगासन स्त्रियों और पुरुषों को संयमी एवं आहार-विहार में मध्यम मार्ग का अनुका 1 करने वाला बनाते हैं, मन और शरीर को स्थाई तथा संपूर्ण स्वास्थ्य मिलता है। 10. योगासन श्वास-क्रिया का नियमन करते हैं, दिल और फेफड़ों को बल देते हैं, रक्त को शुद्ध करते हैं और मन में स्थिरता पैदा कर संकल्प शक्ति को बढ़ाते हैं। 11. योगासन शारीरिक स्वास्थ्य के लिए वरदान स्वरूप हैं, क्योंकि इनसे शरीर के समस्त भागों पर प्रभाव पड़ता है, और वह अपने कार्य सुचारु रूप से करते हैं। 12. आसन रोग विकारों को नष्ट करते हैं, रोगों से रक्षा करते हैं, शरीर को निरोग, स्वस्थ और बलिष्ठ बनाए रखते हैं। 13. आसनों से नेत्रों की ज्योति बढ़ती है। आसनों का निरंतर अभ्यास करने वाले को चश्मे की आवश्यकता समाप्त हो जाती है। 14. योगासन से शरीर के प्रत्येक अंग का व्यायाम होता है, जिससे शरीर पुष्ट, स्वस्थ एवं सुदृढ़ बनता है।

‘योगेश्वर श्रीकृष्ण का चरित्र, भागवतादि पुराण और महर्षि दयानन्द’

—मनमोहन कुमार आर्य, देहरादून।

श्रीकृष्ण योगेश्वर थे, महात्मा थे, महावीर और धर्मात्मा थे। महाभारत में उनके इसी स्वरूप के दर्शन होते हैं। यद्यपि मध्यकाल में महाभारत में भारी प्रक्षेप हुए हैं परन्तु फिर भी उसमें श्रीकृष्ण जी पर ऐसे धिनीने आरोप नहीं लगाये जैसे भागवत व अन्य पुराणों में लगाये गये हैं। इससे हमारा सनातन वैदिक धर्म बदनाम हुआ और विधर्मियों ने इसका लाभ उठाया। धर्मान्तरण में भी कृष्णजी का यह पौराणिक स्वरूप विधर्मियों का सहायक रहा। स्थिति यह थी कि वेदों का पठन पाठन न होने से अज्ञान का सर्वत्र प्रभाव था। स्वार्थी अपने स्वार्थ की सिद्धि में तत्पर थे। उसी की देन यह पुराण ग्रन्थ हैं। सत्य व यथार्थ को विस्मृत कर देने और श्रीकृष्ण जी जैसे महापुरुषों का चरित्र हनन होने से देश व समाज दिन प्रतिदिन पतन की ओर अग्रसर था। उन्नीसवीं शताब्दी के उत्तरार्ध में महर्षि दयानन्द जी का आविर्भाव होने पर उन्होंने गुरु विरजानन्द जी से प्राप्त आर्ष दृष्टि से सभी ऐतिहासिक स्थापनाओं की जांच की। गुरु विरजानन्द जी ने उन्हें बताया था कि जिन ग्रन्थों में पूज्य महापुरुषों की निन्दा आदि हो, वह स्वार्थी व अज्ञानी लोगों के बनाये हुए ग्रन्थ होते हैं। पुराणादि ग्रन्थों के रचयिताओं को भाषा का तो ज्ञान था परन्तु वह सत्य ज्ञान व विद्या से कोसों दूर थे। वह हमारे ऋषि-मुनियों के ज्ञान व आचरण के सर्वथा विपरीत दुर्बल विचारों वाले मनुष्य थे। अतः महर्षि दयानन्द ने महाभारत का अध्ययन कर श्रीकृष्ण जी के सत्य चरित्र को जाना और उसके आधार पर पुराणों में वर्णित श्रीकृष्ण जी पर मिथ्या आरोपों का निराकरण करते हुए सत्य वचनों को प्रस्तुत किया। सत्यार्थप्रकाश के ग्याहरवें समुल्लास में उन्होंने श्रीकृष्ण जी के विषय में जो लिखा है वह प्रत्येक भारतीय के लिए पठनीय है। उसे प्रस्तुत कर रहे हैं।

महर्षि दयानन्द लिखते हैं कि “देखो ! श्रीकृष्ण जी का इतिहास महाभारत (ग्रन्थ) में अत्युत्तम है। उनका गुण, कर्म, स्वभाव और चरित्र आप्त पुरुषों के सदृश है, जिसमें कोई अधर्म का आचरण श्रीकृष्ण जी ने जन्म से

मरणपर्यन्त बुरा काम कुछ भी किया हो, ऐसा नहीं लिखा। और इस भागवत वाले (पुराण के रचनाकार ने) ने अनुचित मनमाने दोष (श्रीकृष्णजी पर) लगाये हैं। (उन पर) दूध, दही मक्खन आदि की चोरी लगाई और कुब्जा दासी से समागम, पर स्त्रियों से रासमंडल क्रीड़ा आदि मिथ्या दोष श्रीकृष्ण जी में लगाये हैं। इसको पढ़-पढ़ा, सुन-सुना के अन्य मत वाले श्रीकृष्ण जी की बहुत सी निन्दा करते हैं। जो यह भागवत (पुराण) न होता तो श्रीकृष्ण जी के सदृश महात्माओं की झूठी निन्दा क्योंकर होती?

शिवपुराण में बारह ज्योतिर्लिंग लिखे हैं, उसकी कथा सर्वथा असंभव है, नाम धरा है ज्योतिर्लिंग और जिनमें प्रकाश का लेश भी नहीं। रात्रि को बिना दीप किये (दीपक जलाये) लिंग भी अन्धेरे में नहीं दीखते। ये सब लीला पोप जी की है।

(प्रश्न) जब वेद पढ़ने का सामर्थ्य (लोगों में) नहीं रहा, तब स्मृति, जब स्मृति के पढ़ने की बुद्धि नहीं रही, तब शास्त्र, जब शास्त्र पढ़ने का सामर्थ्य न रहा, तब पुराण बनाये, केवल स्त्री और शूद्रों के लिये, क्योंकि इनको वेद पढ़ने-सुनने का अधिकार नहीं है। (उत्तर) यह बात मिथ्या है, क्योंकि सामर्थ्य पढ़ने-पढ़ाने से होता है और वेद पढ़ने-सुनने का अधिकार सब को है। देखो, गाँगी आदि स्त्रियाँ और छान्दोग्य में जानश्रुति शूद्र ने भी वेद ‘रेक्यमुनि’ के पास पढ़ा था और यजुर्वेद के 26 वें अध्याय मन्त्र 2 में स्पष्ट लिखा है कि वेदों के पढ़ने और

सुनने का अधिकार मनुष्य मात्र को है। पुनः जो ऐसे ऐसे मिथ्या ग्रन्थ (पुराणदि) बना, लोगों को सत्य ग्रन्थों (वेद, दर्शन व उपनिषद आदि) से विमुख रख जाल में फसा अपने प्रयोजन को साधते हैं, वे महापापी क्यों नहीं?”

सत्य का ग्रहण एवं असत्य का त्याग ही मनुष्यों का धर्म है। सत्य ही मनुष्यों की उन्नति का प्रमुख कारण है, असत्य नहीं। प्रत्येक मनुष्य को अविद्या का नाश और विद्या की वृद्धि करनी चाहिये। यह वैदिक सिद्धान्त है। इस हित दृष्टि से यह विचार प्रस्तुत किये हैं। सत्यार्थप्रकाश ग्रन्थ का अध्ययन कर मनुष्य में सत्य व असत्य का निर्धारण करने की शक्ति अर्थात् विवेक उत्पन्न होता है। अतः सर्वहितकारी होने के कारण सबको अकारण ही सत्यार्थप्रकाश ग्रन्थ अवश्य पढ़ना चाहिये। इसी में मनुष्य जाति का हित छिपा है। यह सत्य एवं प्रमाणिक है कि श्रीकृष्ण जी योगेश्वर, महात्मा, महाप्रज्ञ, एकपत्नीव्रतधारी, ब्रह्मचारी, सदाचारी, देशभक्त, ईश्वरभक्त, वेदभक्त, सज्जनों के मित्र, दुष्ट-शत्रुहन्ता, केवल एक सन्तान के पिता तथा सत्यनिष्ठ महापुरुष थे।

यद्यपि श्रीकृष्ण हमारे सनातनी बन्धुओं के आराध्य व उपास्य हैं तथापि उनके चरित्र की रक्षा व उनके ऊपर लगाये गये मिथ्या दोषों से उन्हें मुक्त कराने के कारण उनके वास्तविक उत्तराधिकारी यदि कोई हैं तो वह महर्षि दयानन्द व उनकी संस्था आर्य समाज हैं।

पता: 196 चुकखूवाला-2, देहरादून
फोन: 09412985121

श्रावणी पर्व सोल्लास सम्पन्न

आर्य स्त्री समाज बहाबलपुर का श्रावणी पर्व दिनांक 17 अगस्त से 22 अगस्त तक हर्षोल्लास के साथ सम्पन्न हुआ। यज्ञ के ब्रह्मा वैदिक विद्वान आचार्य गवेन्द्र शास्त्री थे। आचार्य विकाश तिवारी जी के प्रवचन एवं श्रीमती अमृता आर्या जी के सुमधुर भजन हुए।

लाभप्रद हैं फलों का सेवन

-डॉ. अनामिका प्रकाश

वैज्ञानिक अनुसंधान से ज्ञात हुआ है कि शाकाहारी भोजन के साथ फलों का आहार शरीर को चिरयौवन प्रदान करता है। मांसाहारी और तेज मिर्च मसालेयुक्त पदार्थ शरीर को रोगी बनाते हैं और त्वचा की लावण्यता को कम करते हैं। हरे पत्तों का सूप या फल आदि शरीर को निरोग बनाने में काफी सहायक होते हैं।

आम: यह फलों का बादशाह माना जाता है। इसकी अनेक जातियां होती हैं जिनमें हाफुश, लंगड़ा, सफेदा, दशहरी, चौसा, दरबारी और राजभोग प्रमुख हैं। यह गले के रोगों के लिए बहुत लाभदायक पाया गया है। अतिसार, मूत्र रोग, योनि रोग में लाभ प्रदान करता है और वीर्यवर्द्धक भी होता है। गर्मी में लू लगने पर कच्चे आम का पना बहुत लाभप्रद होता है। दूध के साथ आमरस शक्ति प्रदान करता है।

अमरूद : यह फल भारत में सभी प्रांतों में पाया जाता है, लेकिन इलाहाबाद के अमरूद का विशेष स्थान है। यह सात्विक मधुर फल है। हल्का खट्टा पकने पर स्वादिष्ट-शीतल, कफकारक, रक्तवर्द्धक, त्रिदोषनाशक, दाह, मूर्च्छा में सहायक, कब्ज के रोगियों में बहुत उपयोगी है। कुछ देशों में इसके पत्तों को पानी में उबालकर लोग स्नान करते हैं और मधुमेह के रोगियों को पिलाते हैं। इसके पत्तों का काढ़ा हैजा, दंत पीड़ा और जले स्थान आदि पर लगाने से लाभ होता है।

केला : यह वृक्ष भारत ही नहीं, विदेशों में भी प्रसिद्ध है। इसकी अनेक जातियां होती हैं। हरी छाल, लाल, छाल, पीली छाल, कोकनी और चीनी छाल। यह पौष्टिक और कृमिनाशक होता है। यह मासिक धर्म की अनियमितताओं को दूर करता है, रक्त विकार, मधुमेह, अग्निमथ, कुष्ठ, कान की पीड़ा, गुर्दे की निर्बलता में सहयोगी, सर्प दंश के रोगी को इसके पेड़ से निकले जल का एक प्याला देने से लाभ होता है और कच्चा खाने से पेशाब की अधिकता में कमी आती है।

अनार : देश विदेशों में सभी वर्ग के लोग इसके रस का आनन्द लेते हैं। अनार त्रिदोष नाशक, ज्वर दूर करने वाला,

हृदय रोग में लाभप्रद, मुखरोग दूर करने वाला और बलवर्द्धक होता है। इसके फूल के रस को नाक से खून बहने की अवस्था में डालने पर लाभ होता है। छिलके को काढ़ा कृमिनाशक और खांसी में लाभप्रद होता है।

सेब : इसका वृक्ष मध्यम श्रेणी की ऊँचाई लिए हुए होता है। भारत में कश्मीर, हिमाचल प्रदेश में प्रचुर मात्रा में पाया जाता है। यह बात-पित्तनाशक, पौष्टिक, शीतल, वीर्यवर्द्धक होता है। इसमें विटामिन बी काफी मात्रा में होता है। नेत्रों के अनेक रोगों में इसका सेवन लाभप्रद होता है। कब्ज के रोगी को रात को सेब खाकर दूध पीना चाहिए। इससे प्रातः पेट अच्छी तरह साफ होता है। सेब गुर्दे की पीड़ा में लाभप्रद होता है। और इसके रस के सेवन से नींद अच्छी आती है।

जामुन : भारत के सभी प्रांतों में इसके पेड़ पाए जाते हैं। ग्रीष्म ऋतु के अंत में इसके सेवन से रक्त विकार संबंधी रोगों में राहत मिलती है। मधुमेह में यह विशेष लाभप्रद होता है। मधुमेह के रोगी को रोजाना तीन रत्ती जामुन का चूर्ण दिया जाना लाभप्रद होता है। यह खांसी में लाभप्रद, मसूड़ों को मजबूत करता है।

आड़ू : वास्तव में यह फल चीन का है। यूरोप में भी यह काफी पाया जाता है। भारत में हिमाचल, मणिपुर और उत्तरी भागों में काफी पैदा होता है। यह पौष्टिक, मधुर, हृदय रोगों में लाभप्रद, प्रमेह, बवासीर के रोगी के लिए उपयोगी होता है। इसके पत्ते कृमिनाशक होते हैं।

अंगूर : यह फल कश्मीर, कर्नाटक आदि स्थानों में काफी होता है। यह वीर्यवर्द्धक होता है। काले अंगूर और हरे अंगूर का शर्बत शरीर के लिए पुष्टिकारक होता है। ज्वर, हल्की हरातर एवं पेट के रोगों में तो यह बहुत हितकारी होता है। नेत्रों के लिए अंगूर का सेवन बहुत फायदेमंद होता है।

संतरा, मौसमी, मालटा एवं कीनू : ये फल भारत के लगभग सभी भागों में प्राप्त होते हैं। नागपुर का संतरा, मुम्बई की मौसमी प्रसिद्ध है। इनके फलों का रस पेट के रोग, गले के रोग, श्वास के

रोग, दस्त में लाभदायक होता है। बलवर्द्धक, ज्वरनाशक, प्यास बुझाने वाले, रक्त पित्त नाशक। विटामिन सी और ए होने से नेत्र रोग में उपयोगी होता है। इसके रस में हींग मिलाकर देने से कृमिनाश होता है।

अलूचा : गढ़वाल, कश्मीर, पश्चिम हिमाचल के श्रेणों में अधिक होता है। यह प्यास को हरने वाला, खांसी में लाभप्रद होता है। गले के रोगों में उपयोगी और इसके पत्ते कृमिनाशक होते हैं।

चीकू : यह पित्तनाशक, ज्वरनाशक एवं लौहपूर्ण होता है।

पपीता : यह पौष्टिक, रुचिकर, शीतल होता है। मधुमेह के रोगियों के लिए लाभकारी होता है। कच्चे पपीते की सब्जी पेट के रोगों में हितकारी होती है। इसके बीज तो अनेक औषधियों में उपयोगी होते हैं।

खरबूजा : यह अमृत के समान गुणकारी होता है। वीर्यवर्द्धक, उन्माद का नाश करता है। शीतल, पसीना लाने वाला होता है। स्त्रियों में दूध बढ़ाता है। गुर्दे के रोग में लाभकारी, पीलिया में फायदेमंद, पथरी को तोड़ता है। पेट की गर्मी को कम करता है। मुख पर लेप करने से झाड़ियां मिटती हैं। इसके बीज पेट साफ करते हैं, वीर्यवर्द्धक, नेत्रों के लिए शक्तिदायक, पेशाब की जलन और जिगर की सूजन भी मिटाते हैं।

तरबू : यह पीलिया में लाभप्रद, वात कफ नाशक होता है। इसके बीज मधुर और नेत्रों के लिए उपयोगी, बलकारक, धातुवर्द्धक होते हैं, खून की उल्टी में भी इसके बीजों से लाभ होता है।

सिंघाड़ा : यह वीर्यवर्द्धक, दाह दूर करने वाला होता है, इसके सेवन से प्यास कम लगती है। यह कामोद्दीपक, त्रिदोषनाशक, श्रम हारक, सूजन और संताप दूर करने वाला होता है। सिंघाड़ा ज्वरनाशक, मलेरिया में सहायक एवं रक्त प्रदर में भी उपयोगी होता है।

नारियल : यह वीर्य वर्द्धक, सिग्ध, भारी कब्ज दूर करने वाला, बल कारक, ज्वर में लाभप्रद, प्यास बुझाता है। रूधिर दोष और क्षय रोगी के लिए भी लाभप्रद होता है। सूखा नारियल भी वीर्यवर्द्धक होता है। इसका तेल केशों के लिए उपयोगी होता है और जले स्थानों पर लगाने से लाभ मिलता है।

साभार - यज्ञ-याग ज्योति

॥ कृष्णन्तो विश्वमार्यम् ॥

ओ३म् भूर्भुवः स्वः । तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो नः प्रचोदयात् ॥

आर्य समाज राजेन्द्र नगर, नई दिल्ली-110060

(निकट राजेन्द्र प्लेस मेट्रो स्टेशन) दूरभाष : 25760006

Website - www.aryasamajrajindernagar.org

वेद प्रचार, श्रावणी पर्व एवं छात्रवृत्ति वितरण समारोह

बुधवार 2 सितम्बर से रविवार 6 सितम्बर (जन्माष्टमी) 2015 तक

सभी धर्मप्रेमी भाइयों/बहनों से निवेदन है कि आप अपने सभी इष्ट मित्रों सहित अथर्ववेदीय बृहद् यज्ञ तथा वैदिक सत्संग के पूरे कार्यक्रम में भाग लेकर अपना जीवन सफल बनायें।

अथर्ववेदीय बृहद् महायज्ञ

बुधवार 2 सितम्बर से रविवार 6 सितम्बर 2015 तक

ब्रह्मा : आचार्य गवेन्द्र शास्त्री जी
ऋत्विक् : कैलाश शास्त्री जी, विश्वनाथ शास्त्री जी
प्रतिदिन प्रातः : 6:30 से 8:00 तक बृहद् यज्ञ

सायंकालीन कार्यक्रम

भजन : 7:00 से 8:00 बजे तक आचार्य श्री हेमन्त कुलगुरु जी के सुमधुर भजन होंगे।
प्रवचन : 8:00 से 9:00 बजे तक प्रसिद्ध वैदिक विद्वान् आचार्य डॉ. धर्मेन्द्र शास्त्री जी के वेदोपदेश होंगे।

सायंकालीन प्रवचनों के विषय

2 सितम्बर बुधवार : गृहस्थधर्म में स्वाध्याय का अनुष्ठान
3 सितम्बर गुरुवार : ऋषियों का आध्यात्मिक सन्देश उपनिषद्
4 सितम्बर शुक्रवार : मानव कल्याण हेतु वेद का उपदेश
5 सितम्बर शनिवार : गीता : ज्ञान-कर्म की प्रेरिका

पूर्णाहुति एवं समापन समारोह

रविवार 6 सितम्बर 2015, जन्माष्टमी

प्रातः : यज्ञ की पूर्णाहुति : 7:45 से 9:00 तक
ध्वजारोहण : 9:00 से 9:15 तक
प्रसाद वितरण : 9:30 से 10:00 तक
भजन : श्री हेमन्त कुलगुरु जी द्वारा : 10:00 से 10:15 तक

10:15 से 12:00 बजे तक विशेष कार्यक्रम

विषय : योगेश्वर श्रीकृष्ण का जीवन दर्शन
अध्यक्ष : आचार्य डॉ. धर्मेन्द्र शास्त्री जी
मुख्य अतिथि : श्री के.एल. गंजू जी (राजदूत, कामरोस संघ)
मुख्य वक्ता : डॉ. चान्दकिरण सलूजा जी
वक्ता : आचार्य गवेन्द्र शास्त्री जी, डॉ. कैलाश चन्द्र शास्त्री जी
छात्रवृत्ति वितरण : 12:00 से 01:00 बजे तक गुरुकुलों के छात्र-छात्राओं को
01:00 बजे धन्यवाद, शान्ति पाठ एवं प्रसाद वितरण

दान

अब्दुल रहीम खानखाना प्रसिद्ध कवि थे, पर साथ ही एक नेकदिल इन्सान भी थे। जकात (दान) में उनका बहुत भरोसा था। वे प्रतिदिन गरीबों और याचकों को घर के बाहर दान दिया करते थे, पर उनका नियम था कि दान देते समय अपनी नजरें झुका लिया करते थे और झुकी हुई नजरों से ही दान दिया करते थे। एक बार प्रसिद्ध कवि गंग उनसे मिलने आए तो उन्होंने देखा कि एक व्यक्ति कई बार रहीम साहब से दान ले चुका है, वह उनकी नजरें झुकी होने का फायदा उठाकर बार-बार कतार में लग जाता है और दान लेने लग जाता है।

यह देखकर कवि गंग खानखाना जी से कविता में बोले -

सीखी कहाँ से नवाबजुं

ऐसी देनी देन?

ज्यों-ज्यों कर ऊँचें चढ़ें

त्यो-त्यो नीचे नैन?

नवाब साहब! दान देने का ऐसा तरीका भला आपने कहाँ से सीखा? जैसे-जैसे आपका हाथ देने के लिए ऊपर चढ़ रहा है, वैसे-वैसे आपकी आँखें भी नीचे को झुकती जा रही हैं।

कवि गंग के प्रश्न का उत्तर भी खानखाना जी ने कविता में ही दिया -

देनहार कोई और है,

जो देता दिन-रैन ।

लोग भरम मो पे करें,

ताते नीचे नैन ॥

असल में देने वाला तो कोई और है जो रात-दिन सबको कुछ-न-कुछ देता है, पर लोग व्यर्थ ही हमें दाता समझ बैठते हैं। इसलिए नजरें झुकाकर दान दे रहा हूँ। दान देने का सच्चा अर्थ अहंकारशून्यता और प्रभु के प्रति समर्पण से ही निकलता है।

Printed and published by Sh. S.C. Mehta Secretary on behalf of Arya Samaj, Rajinder Nagar and printed at Gurmat Printing Press, 1337, Sangatrashan, Pahar Ganj, New Delhi-55 Ph. : 23561625 and published at Arya Samaj, Rajinder Nagar, New Delhi-110060. Editor : Dr. Kailash Chandra Shastri