



महर्षि दयानन्द सरस्वती

E-mail : aryapsharyana@gmail.com  
Website : www.apsharyana.org

# ओ३म् आर्य प्रतिनिधि

आर्य प्रतिनिधि सभा हरयाणा का साप्ताहिक मुखपत्र दूरभाष : 01262-216222, Mob. 8901387993  
विदेश में वार्षिक शुल्क : 75 डॉलर विदेश में आजीवन शुल्क : 300 डॉलर सम्पादक : मा० रामपाल आर्य

वर्ष : 12 अंक : 40 रोहतक, 21 मार्च, 2016 वार्षिक शुल्क : 150/- आजीवन 1500/-

## आर्यसमाज का उद्धार कैसे हो?

मैंने अपने पिछले लेख में यह वर्णन किया था कि केवल आर्यसमाज ही ऐसा संगठन है जो देश और धर्म का उद्धार कर सकता है। परन्तु उसे पहले अपना उद्धार करना होगा। इस समय आर्यसमाज की शिरोमणि सार्वदेशिक आर्य प्रतिनिधि सभा के चुनाव सम्बन्धी झगड़े समाप्त करने होंगे, दूसरा वैदिक धर्म की स्थापना करने की है।

कुछ दिन पहले सार्वदेशिक सभा के प्रधान आचार्य बलदेव जी का देहान्त हो चुका है। उनकी श्रद्धांजलि सभा में आर्यसमाज के कई विद्वान् तथा नेता सम्मिलित हुए थे। उन्होंने यह निश्चय किया है कि शिरोमणि सभा के झगड़ों को शीघ्र समाप्त करायेंगे। यह बड़ी प्रसन्नता की बात है। आचार्य बलदेव जी गुरुकुल कालवा को आचार्य राजेन्द्र को अपना उत्तराधिकारी बनाने के बाद सार्वदेशिक सभा के प्रधान पद पर कार्य कर रहे थे। दूसरी बात वैदिक धर्म की स्थापना करने की है, जो अति आवश्यक है। सार्वदेशिक सभा के चुनाव के बाद वैदिक धर्म की स्थापना करना आसान हो जाएगा।

(1) वैसे तो आर्यसमाज तो अपने आप में ही एक इकाई है, इसलिए आर्यसमाजों के अधिकारी अपनी-अपनी आर्यसमाज को शक्तिशाली बनायें और प्रदेश के प्रतिनिधि सभाओं के निर्देशानुसार वेदप्रचार अपने-अपने क्षेत्र में करें। इस प्रकार आर्यसमाज के कई अलग-अलग संगठन हैं जिन्हें शक्तिशाली और समयानुसार गतिशील बनाने की आवश्यकता है।

(2) प्रान्तीय महिला सभायें अपने आधीन स्त्री आर्यसमाजों के कार्य को देखें, जिनमें साप्ताहिक सत्संग तथा वार्षिक उत्सव आदि कार्यक्रम सफलता पूर्वक होने चाहिएं।

(3) आर्यसमाज के दो युवा संगठन

□ अश्विनी कुमार पाठक, सी. 233, नानकपुरा, नई दिल्ली-21

केन्द्रीय आर्य युवक परिषद् तथा आर्यवीर दल और वीरांगना दल है। आर्य केन्द्रीय सभा के अध्यक्ष श्री अनिल आर्य हैं जो कि बड़े कर्मठ व्यक्ति हैं। उन्हें वेदप्रचार की तो बड़ी लगन है जो कि उचित ही है। इसी प्रकार आर्यवीर दल भी युवकों का बड़ा संगठन है तथा इसी प्रकार आर्य वीरांगना दल भी है। इनको मेरा सुझाव है कि युवक-युवतियों की रुचि अनुसार इनको खेलों, संगीत, नृत्य इत्यादि में भी भाग लेना चाहिए। इस प्रकार फुटबॉल, हॉकी और क्रिकेट खेलने की टीम बनानी चाहिए। युवतियों को अपनी रक्षा के लिए जुडो-कराटे इत्यादि भी सिखाया जाये। इस प्रकार अपनी-अपनी रुचि के अनुकूल यह अपना क्षेत्र चुन सकते हैं और इस तरह सफल जीवन व्यतीत करते हुए आर्यसमाज के प्रचार-प्रसार में भी सहायक हो सकते हैं, जिसके लिए प्रत्येक प्रदेश में इसके शक्तिशाली संगठन होने चाहिएं, उससे ही सब कार्य सुचारु रूप से चलाये जा सकते हैं। आर्यसमाजों तथा प्रतिनिधि सभाओं को इन्हें सहयोग देना चाहिए।

### आर्यसमाजों का 11 सूत्रीय कार्यक्रम

(1) महर्षि दयानन्द जी ने जब आर्यसमाज की स्थापना की तो केवल रविवार को ही हवन सत्संग का कार्यक्रम बनाया था और संस्कारविधि के गृहस्थाश्रम संस्कार में यह निर्देश दिया था कि आर्यसमाज के सदस्य अपने-अपने घरों में प्रातः-सायं संक्षिप्त सन्ध्या-हवन किया करें परन्तु बहुत ही कम परिवार अपने घरों में यह कार्यक्रम करते हैं, इसलिए अधिकांश परिवार आर्यसमाज नहीं बने, परन्तु आर्यसमाजों को आर्यसमाज मन्दिर कहा जाता है, इसलिए कई आर्यसमाज मन्दिरों में दैनिक

यज्ञ का कार्यक्रम भी होता है। इसलिए अच्छा यह होगा कि सब आर्यसमाज मन्दिरों में दैनिक यज्ञ तथा सन्ध्या-भजन इत्यादि का कार्यक्रम प्रतिदिन किया जाये। यज्ञ एक ही समय कर सकते हैं। जो लोग प्रतिदिन मन्दिरों में न आ सकें उन्हें अपने-अपने घरों में सन्ध्या अवश्य करनी चाहिए और शुभ अवसरों पर अपने घरों में यज्ञादि का आयोजन करना चाहिए।

(2) आर्यसमाज मन्दिरों में रविवार को पूरा यज्ञ तथा उपदेशादि का कार्यक्रम हो। उस दिन अगर ऋषिलंगर भी चला सकें तो बहुत अच्छा है, क्योंकि अन्न का दान बड़ा दान माना जाता है। सिखों के गुरुद्वारों में तो प्रतिदिन लंगर चलता है।

(3) आजकल महंगाई के कारण छोटी आर्यसमाजें जो पुरोहित न रख सकें, उनमें पुराने सदस्य अर्थात् रिटायर्ड व्यक्ति यज्ञादि कार्यक्रम करायें तथा रविवार को किसी से उपदेश पढ़कर सुना सकते हैं। प्रतिदिन सत्संग में उपदेश सुनाना आवश्यक नहीं होता।

(4) आर्यसमाज मन्दिरों में अपनी सुविधा अनुसार औषधालय तथा पुस्तकालय भी चलाने चाहिए।

(5) आर्यसमाज के सब सदस्यों को अपनी आमदनी का शतांश अथवा 2000 वार्षिक चन्दा अवश्य देना चाहिए। परिवार सहित सबको रविवार को सत्संग में अवश्य जाना चाहिए।

(6) आर्यसमाज मन्दिरों में सस्ते विवाह समारोहों का भी प्रबन्ध करना चाहिए क्योंकि महंगाई के कारण मध्यम वर्ग के लोग भी अधिक खर्च नहीं कर सकते।

(7) आर्य परिवारों के युवक-युवतियों को केन्द्रीय आर्य युवक परिषद्

और आर्यवीर दल एवं वीरांगना दल इत्यादि में अवश्य भाग लेना चाहिए। परिवार की महिलाएं रविवार को परिवार सहित आर्यसमाज मन्दिरों में जायें तथा अन्य किसी दिन जो आर्यसमाज ने नियत किया हो उस सत्संग में जाया करें।

(8) आर्यसमाजों के दैनिक सत्संग में अपनी सुविधानुसार योगाभ्यास के लिए जाना भी स्वास्थ्य के लिए आवश्यक है।

(9) शुभ अवसरों पर अर्थात् जन्मदिन, विवाह की वर्षगांठ इत्यादि के अवसर पर घरों में यज्ञादि कार्यक्रम अवश्य कराना चाहिए। आर्यसमाजों को दान व पुरोहित को दक्षिणा देने में कंजूसी नहीं करनी चाहिए। महर्षि दयानन्द के आदेश से सब अपना धर्म वैदिक धर्म लिखवायें।

(10) आर्यसमाजों में महापुरुषों श्रीराम, श्रीकृष्ण, महर्षि दयानन्द के जन्म दिन तथा वार्षिक उत्सवों का आयोजन भी अनिवार्य है।

(11) एक आर्यसमाज को महीने में दो बार आर्यसमाज मन्दिर से बाहर किसी कॉलोनी अथवा पार्क में हवन सत्संग का आयोजन अवश्य करना चाहिये। इससे जनता आर्यसमाज से जुड़ेगी और नये सदस्य बनेंगे क्योंकि आजकल आर्यसमाज के कार्यक्रमों में केवल आर्यसमाज के सदस्य ही आते हैं।

### आर्यसमाज के शिक्षणालय

(1) आर्यसमाज ने डी.ए.वी. के नाम से 800 के लगभग स्कूल-कॉलेज कई नगरों में चला रखे हैं तथा जालन्धर नगर में एक डी.ए.वी. विश्वविद्यालय भी है। प्रायः सभी विद्यालयों में यज्ञादि और धर्मशिक्षा के कार्यक्रम चलता है, जिसके लिए डी.ए.वी. तथा आर्य प्रादेशिक प्रतिनिधि सभा के प्रधान श्री

क्रमशः पृष्ठ 8 पर.....

गतांक से आगे....

एक बार कुछ व्यक्ति लाठियां लेकर महर्षि के निवास के पास पहुंचे और गालियां देकर कहने लगे कि हमारे इष्टदेव को नहीं मानता, हम आज ऐसा कर देंगे। उन दिनों बलदेव नाम का एक हष्ट-पुष्ट व्यक्ति स्वामी जी के पास रहा करता था। वह उन गालियां देने वालों को मजा चखाने के लिए आज्ञा मांगने स्वामी जी के पास आया, वहां जाकर देखा कि स्वामी जी छत पर खड़े उन लोगों की बातों पर हंस रहे हैं। बलदेव के आज्ञा मांगने पर हंसकर स्वामी जी ने कहा— इन पर क्रोध करने की आवश्यकता नहीं है, वे तो अज्ञानवश ऐसा कर रहे हैं।



भद्रसेन वेद-दर्शनार्थ

**संयमी**—शिव जी के तीन नेत्र माने जाते हैं, इसीलिए उनको त्र्यक्ष, त्र्यम्बक नाम से स्मरण किया जाता है। कामारि शिवजी ने अपने तीसरे नेत्र से कामदेव को भस्म किया था अर्थात् अपने वश में कर लेने की प्रथा प्रसिद्ध है। वैसे ही महर्षि दयानन्द ने अपने संयम, तप, ज्ञान और ब्रह्मचर्य के व्रत से कामवासना को पूर्ण वश में कर लिया था।

एक बार कुछ व्यक्तियों ने महर्षि को बदनाम करने के लिए एक वेश्या को प्रलोभन देकर तैयार किया और स्वामी जी के पास भेजा। स्वयं कुछ दूरी पर मौके की ताक में खड़े हो गए। वेश्या जब कुछ पास में गई, तब स्वामी जी ध्यानावस्थित बैठे हुए थे। महर्षि के तेजस्वी मुखमण्डल को देखकर अपने गन्दे विचारों से भयभीत हो उठी और वह एकदम पछताती हुई उन्हीं पैरों से लौट आई। षड्यंत्रकारियों की चाल धरी की धरी रह गई।

मथुरा में जिन दिनों स्वामी दयानन्द गुरु विरजानन्द जी के पास पढ़ा करते थे, तब एक दिन स्वामी जी यमुना नदी के तट पर ध्यान में मग्न थे। इतने में यमुना स्नान से लौटती हुई एक महिला ने श्रद्धावश स्वामी जी के चरणों में सिर रखकर प्रणाम किया। गीले बालों के स्पर्श से स्वामी जी ने आंखें खोलीं और माता-माता कहते हुए यमुना नदी के किनारे-किनारे वन में चले गए। वहाँ तीन दिन निराहार रहकर ईश उपासना और गायत्री जाप किया जिससे कामवासना का कोई संस्कार घर न कर सके।

इसी तपस्या, साधना और ब्रह्मचर्य व्रत का परिणाम था कि जब कलकत्ता की भरी सभा में अश्विनी कुमार ने स्वामी जी से पूछा कि क्या कभी कामवासना का विचार आपके मन में आया है?

## शिवरात्रि और महर्षि दयानन्द

□ भद्रसेन, 182-शालीमार नगर, होशियारपुर-146001

उस सत्यानुरागी, सत्यमानी, सत्यवादी ने कुछ क्षण सोचकर बड़ी गंभीरता के साथ कहा—सोचने पर भी मुझे कोई ऐसा समय स्मरण नहीं आता, जब कामवासना के संस्कार उद्बुध हुए हों। इस पर युवक ने पुनः पूछा, इसका क्या कारण है? तब स्वामी जी ने उत्तर दिया कि मेरा मन सदा अपने काम में व्यस्त रहता है, अतः इसको ऐसा अवसर ही नहीं मिलता। महर्षि के इन शुद्ध विचारों का ही प्रभाव था कि आपको लेटते ही उसी क्षण गहरी नींद आ जाती थी।

**विपरीत परिस्थिति**—शिवजी के गले में सदा सांप लिपटे दिखाये जाते हैं। इसीलिए उनको सर्पभूषण, नीलकण्ठ, कण्ठकाल (विषपानात्), शितिकण्ठ कहते हैं, कहा जाता है कि समुद्रमंथन से निकले विष को शिवजी ने ही पिया था। महर्षि दयानन्द के जीवन चरित में आता है कि उनको अनेक बार अनेक प्रकार का (पान, मिठाई, दूध आदि के माध्यम से) विष दिया गया और अंत में मृत्यु भी संख्या-विष के प्रभाव से ही हुई। पुनरपि स्वयं विष पीकर भी दुनिया को अमृत जैसा सत्यज्ञान दिया। तभी तो किसी कवि ने लिखा है—

अमृत-सा क्या पिला दिया,  
जादू-सा क्या चला दिया। और  
विश्व को अमृत पिला,  
विष आचमन तुमने किया है।  
देशहित तप त्याग,  
संयम का चयन तुम ने किया है।  
देह की समिधा बनाकर,  
प्राण घृत की आहुति दे।  
धन्य ऋषिवर! धन्य जीवन का,  
हवन तुमने किया।

(श्रीमती कमला आर्य का प्रिय वचन)  
महर्षि ने विष देने वालों को भी सदा गले लगाया, प्रेम किया और जीवन तक का दान दिया।

उन दोनों पहलुओं को सामने रखकर राष्ट्रकवि रामधारी सिंह दिनकर ने 'नमन उन्हें मेरा शतवार' कविता में लिखा है—

दुःखी स्वयं जग का दुःख लेकर,  
स्वयं रिक्त सब को सुख देकर।  
जिनका दिया अमृत जग पीता,  
कालकूट उनका आहार,  
नमन उन्हें मेरा शतवार।

एक व्यक्ति प्रातःकाल नित्य नियम से आपके आवास पर आकर गिन-

गिनकर गाली देता था। परन्तु महर्षि सदा उसको मिष्ठान्न देते थे। इसी प्रकार अमृतसर में एक व्यक्ति के कहने पर प्रलोभन वश बच्चों ने ऋषि पर पत्थर बरसाये। ऋषि ने भरी सभा में बच्चों को मिठाई दिलवाई और कहा कि इनका कोई दोष नहीं, इनको तो किसी ने बहकाया है।

एक मुसलमान थानेदार महर्षि का भक्त था, जब उसको पता चला कि अमुक व्यक्ति ने पान में विष दिया है, तो उसको पकड़कर बड़ी खुशी-खुशी श्रीचरणों में उपस्थित हुआ। महर्षि ने यह देखकर कहा—मैं दुनिया को कैद कराने नहीं, छुड़वाने आया हूँ।

एक बार एक मुसलमान युवक महर्षि के पास आया, वार्तालाप के पश्चात् महर्षि ने उसको पच्चीस वर्ष से पूर्व विवाह न कराने का परामर्श दिया। बहुत वर्षों के पश्चात् वह फिर मिला और नमस्ते करने पर महर्षि ने उसका नाम पुकारा।

बातचीत में उस ने महर्षि से पूछा, क्या बात है कि आप का शरीर पहले की अपेक्षा इतना अधिक शिथिल क्यों हो गया है? महर्षि ने उसकी बात सुनकर एक गहरी सांस लेकर गम्भीरता के साथ कहा कि अपनों ने ही इसको अनेक बार विष दिया है।

इतने पर भी महर्षि के दिल में मानव जाति के प्रति अपार करुणा और दया भरी हुई थी। एक बार जब एक विधवा को अपने इकलौते पुत्र को गंगा में बहाने के बाद उसके कफन को धोकर लाती हुई देखा, तो महर्षि की आत्मा रो उठी कि आज भारत इतना कंगाल हो गया है कि उसके पास कफन के लिए भी वस्त्र नहीं है। शायद ऐसे मौके के लिए कहा है—

कांटा चुभे किसी को तड़पते हैं हम ऐ मीर,  
सारे जहाँ का दर्द हमारे दिल में है।

एक दिन मेले में यजमानों द्वारा अपनी युवा बेटियाँ देवदासी के रूप में दान देते हुए देखा, तो ऋषि इतने बेचैन हुए कि सारी रात सो न सके। तभी तो किसी कवि ने कहा है—

इक टीस जिगर में होती है,  
इक दर्द-सा दिल में होता है।  
हम रात को बैठ के रोते हैं,  
जब सारा आलम सोता है॥

परम त्यागी-शिव जी के चित्रण में उनको भवभूत रमाये हुए और मृगचर्म धारण किए दिखाया जाता है, तभी तो

दिगम्बर शब्द से शिव जी को पुकारा जाता है, जिसका भाव है कि वह परम त्यागी, तपस्वी, निर्लोभी और मान की इच्छा से दूर है। महर्षि दयानन्द के जीवन में पग-पग पर इन गुणों का समावेश मिलता है। तभी तो यह तपस्वी पौष मास की सर्दी में गंगा के किनारे कौपीन-अंगौछे में विचर रहा है। एक अंग्रेज ने भेंट में इसका कारण पौष्टिक पदार्थ खाना कहा, तो स्वामी जी ने मुख का उदाहरण देकर अभ्यास ही हेतु रूप में संकेतित किया। हाँ, ब्राह्मसमाज के नेता श्री केशवचन्द्र सेन की प्रेरणा पर महर्षि ने 1872 के पश्चात् कलकत्ता प्रवास में पूर्ण वस्त्र धारण प्रारम्भ किये थे।

उदयपुर के राजा महर्षि के भक्त तथा सहयोगी थे। उन्होंने अति समृद्धिशाली एकलिंग मंदिर की गद्दी सशर्त संभालने की प्रार्थना की, तो वीतराग ने पूर्णतः इनकार कर दिया। जब राजा ने कहा कि ऐसा दाता न मिलेगा, तब बड़े स्वाभिमान के साथ महर्षि ने उत्तर दिया—आपको भी ऐसा साधु न मिलेगा, जो अपने आप आई हुई सम्पत्ति को लात मार दे 'गंगातीरमपि त्यजन्ति मलिनं ते राजहंसा वयम्'। मूर्तिपूजा की जब पुनः चर्चा चली, तो बड़े आत्मगौरव के साथ महर्षि ने घोषणा की कि मैं सर्वव्यापक परमेश्वर की आज्ञा मानूँ या आपकी। जिसकी सीमा को मैं एक दौड़ में ही पार कर सकता हूँ। इसी प्रकार के प्रलोभन के अवसर ओखीमठ, काशीनरेश की ओर से आए, पर उस वीतराग संन्यासी ने उनकी ओर ताक कर भी नहीं देखा।

एक बार बनारस में आधी रात के समय कुछ व्यक्तियों ने आकर महर्षि के द्वार को खटखटाया। महर्षि ने उठकर द्वार खोला, तब उन व्यक्तियों ने प्रार्थना की कि काशी की विद्वत् परिषद् ने श्रीचरणों में निवेदन किया है कि आप मूर्तिपूजा का खण्डन करना छोड़ दें, तो आपको दशम अवतार घोषित किया जा सकता है। उस परमहंस ने असत्य और वेदविरुद्ध होने से इस प्रस्ताव को ठुकरा दिया।

इस प्रकार हम जितना भी महर्षि के जीवन पर विचार करते हैं तो हर दृष्टि से शिव अलंकार वाली महापुरुष की कसौटी महर्षि के जीवन पर चरितार्थ होती है।

वस्तुतः महर्षि सच्चे अर्थों में कल्याणकारी (शिव) थे। जिनके सत्यज्ञान से लाखों के जीवन का कल्याण हुआ। अमीचन्द जैसे हजारों तर गए। अतः शिवरात्रि की वह रात वास्तव में ही संसार के लिए कल्याण की रात सिद्ध हुई।

# सत्यार्थप्रकाश प्रश्नोत्तरी

## चतुर्थ समुल्लास के प्रश्नोत्तर

□ कन्हैयालाल आर्य, कोषाध्यक्ष आर्य प्रतिनिधि सभा हरयाणा

गतांक से आगे....

**प्रश्न-362.** विवाह क्यों करना? क्योंकि इससे स्त्री और पुरुष को बन्धन में पड़कर बहुत संकोच करना और दुःख भोगना पड़ता है। इसलिए जिसके साथ जिसकी प्रीति हो तब तक वे मिले रहें, जब प्रीति छूट जाये तो छोड़ दें।

**उत्तर-** यह पशु-पक्षियों का व्यवहार है, मनुष्यों का नहीं। जो मनुष्यों में विवाह का नियम न रहे, तो गृहाश्रम के अच्छे व्यवहार सब नष्ट-



भ्रष्ट हो जायें। कोई किसी से भय वा लज्जा न करे। वृद्धावस्था में कोई किसी की सेवा भी नहीं करे और महाव्यभिचार बढ़कर सब रोगी, निर्बल और अल्पायु होकर शीघ्र-शीघ्र मर जायें। कोई किसी पदार्थ का स्वामी वा दायभागी न हो सके और न किसी का किसी पदार्थ पर दीर्घकाल पर्यन्त स्वत्व रहे-इत्यादि दोषों के निवारणार्थ विवाह अवश्य करना चाहिए।

**प्रश्न 363.** गृहस्थ आश्रम कैसा आश्रम है?

**उत्तर-** जैसे नदी और बड़े-बड़े नद तब तक भरमते ही रहते हैं, जब तक

समुद्र को प्राप्त नहीं होते, वैसे गृहस्थ के ही आश्रय से सब आश्रम स्थिर रहते हैं। बिना इस आश्रम के किसी आश्रम का कोई व्यवहार सिद्ध नहीं होता। जिससे ब्रह्मचारी, वानप्रस्थ और संन्यासी-तीन आश्रमों को दान और अन्नादि देकर प्रतिदिन

गृहस्थ ही धारण करता है, इससे गृहस्थ ज्येष्ठाश्रम है अर्थात् सब व्यवहारों में धुरन्धर कहाता है। इसलिए जो अक्षय मोक्ष और संसार के सुख की इच्छा करता हो, वह प्रयत्न से गृहाश्रम को धारण करे।

**प्रश्न 364.** यदि गृहस्थ आश्रम न होता तो क्या हानि होती है?

**उत्तर-** जितना कुछ व्यवहार संसार में है उसका आधार गृहाश्रम है। जो यह गृहाश्रम न होता, तो सन्तानोत्पत्ति के न होने से ब्रह्मचर्य, वानप्रस्थ और संन्यास आश्रम कहाँ से हो सकते? जो कोई गृहाश्रम की निन्दा करता है, वही निन्दनीय है और जो प्रशंसा करता है वही प्रशंसनीय है, परन्तु तभी गृहाश्रम में सुख होता है कि जब स्त्री और पुरुष दोनों परस्पर प्रसन्न, विद्वान्, पुरुषार्थी और सब प्रकार के व्यवहारों के ज्ञाता हों। इसलिए गृहाश्रम सुख का मुख्य कारण है।

## पंचम समुल्लास के प्रश्नोत्तर

### वानप्रस्थ विधि

**प्रश्न-365.** गृहस्थाश्रम पूर्ण करने के पश्चात् मनुष्यों को क्या उचित है?

**उत्तर-** गृहस्थ आश्रम पूर्ण करने के पश्चात् मनुष्यों को उचित है कि पहले वानप्रस्थ और वानप्रस्थ होकर संन्यासी हों अर्थात् अनुक्रम से आश्रम का विधान है।

**प्रश्न-366.** वानप्रस्थ में क्या करें?

**उत्तर-** सभी वर्ण गृहस्थाश्रम पूर्ण करने के पश्चात् निश्चितात्मा होकर इन्द्रियों को जीतकर वन में बसें।

**प्रश्न-367.** वानप्रस्थ आश्रम को कब ग्रहण करें?

**उत्तर-** जब गृहस्थ व्यक्ति के सिर के बाल श्वेत और त्वचा ढीली हो जाये और पुत्र के भी पुत्र हो जाये तब वन में जाके बसे।

**प्रश्न-368.** वानप्रस्थ में क्या-क्या छोड़ देवे?

**उत्तर-** सब ग्राम के आहार और वस्त्रादि सब उत्तमोत्तम पदार्थों को छोड़, पुत्रों के पास स्त्री को रख या अपने साथ लेकर वन में बसे।

**प्रश्न-369.** वानप्रस्थ में कैसे जीवन यापन करें?

**उत्तर-** नाना प्रकार के सामान आदि अन्न, सुन्दर शाक, मूल, फल कन्दादि से

पंचमहायज्ञों को करें और उसी से अतिथि सेवा और आप भी निर्वाह करें।

**प्रश्न-370.** वानप्रस्थ में किन कर्तव्यों का पालन करें?

**उत्तर-** स्वाध्याय अर्थात् पढ़ने-पढ़ाने में नित्ययुक्त, जितात्मा, सब का मित्र, इन्द्रियों का नित्य दमनशील, विद्यादि का देने हारा और सब पर दयालु, किसी से कुछ भी पदार्थ न लेवे, इस प्रकार सदा वर्तमान रहे।

**प्रश्न-371.** वानप्रस्थी किस प्रकार जीवन व्यतीत करे?

**उत्तर-** शरीर के सुख के लिए अति प्रयत्न न करे किन्तु ब्रह्मचारी रहे अर्थात् अपनी स्त्री साथ हो तथापि उससे विषय-चेष्टा कुछ न करे, भूमि में सोवे। अपने आश्रित व स्वकीय पदार्थों में ममता न करे। वृक्ष के मूल में बसे।

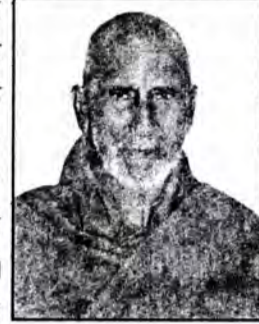
**प्रश्न-372.** वानप्रस्थ होकर मनुष्यों को क्या मिलता है?

**उत्तर-** जो शान्त विद्वान् लोग वन में तप, धर्मानुष्ठान और सत्य की श्रद्धा करके भिक्षाचरण करते हुए जंगल में बसते हैं वे वहाँ निर्मल होकर प्राणद्वार से उस (नाशरहित पूर्ण पुरुष हानि-लाभ रहित) परमात्मा को प्राप्त होके आनन्दित हो जाते हैं।

क्रमशः अगले अंक में.....

# पूज्य आचार्य बलदेव जी महाराज

हे पूज्य आचार्य बलदेव जी महाराज! आप उत्साही, कर्मठ, तपोमूर्ति, सत्यवादी, विनम्र, संस्कृत व्याकरण के सूर्य, वेद तथा ईश्वर में अत्यन्त श्रद्धा रखने वाले और महर्षि दयानन्द जी महाराज के आदर्शों पर चलते हुए ब्रह्मचर्य की कठोर साधना के द्वारा तपे हुए देव थे। हे आदर्श गोपालक! हे विद्वानों के रूप में अनेक देवताओं के निर्माता! आपको मेरा शत-सहस्रों बार नमन। हे वन्दनीय! आप तो किसी देवलोक के आचार्य थे। परम दयालु परमेश्वर ने



हमारे उपकारार्थ धरा पर आपको भेजा था। संसार आपका सदैव ऋणी रहेगा। आपको श्रद्धांजलि के रूप में कुछ प्रेरक प्रसंग प्रस्तुत करना चाहता हूँ।

गुरुकुल झज्जर में जब मैं पढ़ने आया, हम विद्यार्थियों में आपकी मधुर प्रशंसा होती थी। आचार्य बलदेव नैष्ठिक बड़े तपस्वी और विद्वान् हैं। जब आप आप गुरुकुल लाडौत की नींव रखने हेतु आए तब मैंने आपको पहली बार देखा था। आपकी तपस्वी मनमोहिनी सूरत को देखकर वे सब बातें मेरे मस्तिष्क में सजग हो उठी, जो आपके विषय में विद्यार्थी काल में सुनी थी। गुरुवर पूज्य स्वामी ओमानन्द जी महाराज के निधन के बाद मुझे आपका विशेष रूप से सान्निध्य प्राप्त हुआ। यह मेरा सौभाग्य था कि आप मुझे प्रचार कार्य में स्नेहपूर्वक साथ ले जाया करते थे।

जब भी प्रातःकाल आर्य प्रतिनिधि सभा हरयाणा रोहतक में हवन में उपस्थित होने का अवसर मिलता, आप सब के साथ मुझसे भी पूछते कि प्रेरक जी कितने बजे उठे संयोग से कभी ऐसा हुआ कि चार बजकर दो मिनट पर उठे तो आपबड़े स्नेहपूर्वक प्रेरित करते हुए

कहते, वाह जी वाह प्रेरक जी, औरों को क्या प्रेरणा दोगे, क्योंकि आप स्वयं ही दो मिनट देर से उठे। इस आपकी प्रेरणा से विदित होता है कि आप दिनचर्या का कितना ध्यान रखते थे। इसी आदर्श ने आपको महान् बनाया। अभी आपके निधन के कुछ समय पहले

भी आपने मुझ पर बड़ी कृपा की कि यह तथ्य स्पष्ट किया कि आपको स्नातक बनाने का गौरव गुरुकुल झज्जर को ही प्राप्त हुआ है।

इस संसार को विदा कहने के दो महीने पूर्व ही

दयानन्दमठ रोहतक में मुझसे आपने कहा था कि सत्यवीर जी! मेरा नाम स्नातकों में लिखा या नहीं? मैंने विनम्रता पूर्वक उत्तर दिया कि गुरुदेव आप नाम क्यों नहीं लिखेंगे, आप तो सर्वप्रथम हैं। तब विषय को आगे बढ़ाते हुए आपने पुनः अपनी बातें दोहराई कि मेरा और स्वामी इन्द्रवेश जी का नाम भी गुरुकुल झज्जर के स्नातकों में अवश्य लिखना। इतना सुन्दर स्पष्टीकरण पाकर, मैं धन्य हो गया क्योंकि कुछ लोग इस विषय में शंका करते थे। हे देव गुरुकुल झज्जर जैसी महान् संस्था को भी जैसे पुण्य आत्मा को अपना स्नातक बनाने पर गर्व है। हे तपोनिष्ठ आचार्य! कोई संस्था आप पर गौरव क्यों न करे, क्योंकि आपके जीवन से सुगन्धि पाकर संस्था भलीभाँति फली-फूली है। गुरुकुल झज्जर के आप सुयोग्य स्नातक ही नहीं थे अपितु आप ने आचार्य के पद पर और मुख्य अधिष्ठाता के रूप में गुरुकुल को सेवा देकर बड़ा सम्मान बढ़ाया है। गुरुकुल झज्जर में आपकी व्यवस्था में गुरुकुल के ब्रह्मचारी ही नहीं बल्कि कर्मचारी भी संस्कृत में संवाद करते थे।

क्रमशः पृष्ठ 6 पर...

## आवश्यक निवेदन

प्रिय पाठकवृन्द,

'आर्य प्रतिनिधि' साप्ताहिक आपका अपना, आर्य प्रतिनिधि सभा हरयाणा का मुख-पत्र है। प्रयास किया जा रहा है कि यह अत्यन्त रोचक, ज्ञानवर्धक पत्रिका बने। हमारी अपनी बात उन लोगों तक भी पहुँचना चाहिए जो वैदिक विचारों से दूर हैं। इसी भावना से पत्रिका सम्पादन का प्रयत्न सरलतम किया जा रहा है जिसे प्रत्येक व्यक्ति पढ़ें और इसे पसन्द करें। इसके अधिक से अधिक पाठक हो सकें, इसलिए 'आर्य प्रतिनिधि' साप्ताहिक की ग्राहक संख्या बढ़ाने में सहयोगी बनें, अपने परिवार, मित्रों, सगे-सम्बन्धियों को इसके ग्राहक बनायें। साथ ही अपना पत्रिका का वार्षिक शुल्क 150/- रु० भी प्रेषित करें।

**विशेष-** बार-बार निवेदन किया जा रहा है कि पत्रिका का और अच्छा स्तर बने। इस हेतु अपने या स्थापित विद्वानों के लेख, विचार, कविता, समाचार सम्पादक-'आर्य प्रतिनिधि' साप्ताहिक दयानन्दमठ रोहतक के पते पर प्रेषित करें। कृपया इस ओर ध्यान दें।

—मा० रामपाल आर्य, सभामंत्री

# स्वास्थ्य-चर्चा... दिल की बीमारियाँ बढ़ रही हैं

जिन बातों से दिल के दौर का खतरा बढ़ता है, उनमें सबसे महत्वपूर्ण खतरों के घटक हैं—मानसिक तनाव, गर्भनिरोधक गोलियाँ खाना, उच्च रक्तचाप, बढ़े हुए कोलेस्ट्रॉल स्तर से, मधुमेह और आनुवांशिक निरन्तरता आदि। हृदय रोग के बढ़ने का मुख्य कारण लोगों के रहन-सहन के ढंग में तब्दीली, अधिक खाना, कम शारीरिक व्यायाम, चिंताओं और उलझनों से घिरे रहना है। हृदय रोगों की रोकथाम के लिए रहन-सहन में तब्दीली, कम चरबी व कम चीनी वाली अधिक प्राकृतिक खुराक व सिगरेट बंद करना, दौड़ व ब्राह्म खेलों में अधिक रुचि आदि।

हृदय आखिर क्या है? शरीर विज्ञान की नजर में हृदय शरीर का एक ऐसा अंग है जो विशेष प्रकार की मांसपेशियों से बना होता है और इसका आकार हमारी मुट्टी के बराबर होता है। यह वक्ष के मध्य में शरीर के बीच की रेखा से थोड़ा बायीं ओर होता है। इसके चार कक्ष होते हैं। ऊपर के दो कक्ष दायें और बायें उत्कोष्ठ कहलाते हैं और नीचे के दोनों कक्षों को दायाँ और बायाँ निलय कहा जाता है, शरीर का अशुद्ध रक्त हृदय के बायें हिस्से द्वारा शरीर में प्रवाहित किया जाता है, हृदय के दोनों उत्कोष्ठ शरीर से रक्त प्राप्त करते हैं और निलय उसे शरीर की रक्तवाहिकाओं में भेजने का काम करते हैं। इस तरह के रक्त सतत रूप से शरीर के सभी हिस्सों और हृदय में प्रवाहित होता रहता है। प्रति मिनट 70-80 धड़कनों की सामान्य हृदयस्थिति में हर मिनट करीब 5 लीटर रक्त हृदय से होकर गुजरता है।

शरीर के अन्य अंगों के समान ही हृदय को भी रोग घेर सकते हैं, अंतर केवल यह है कि अन्य अंगों के रोग शायद उतने प्राणघातक नहीं होते हैं जितने कि हृदय के रोग। हृदय रोग जन्मजात भी हो सकते हैं। कई बार बुखार की वजह से हृदय के वाल्व खराब हो जाते हैं या फिर उच्च रक्तचाप की वजह से सूक्ष्म रक्तवाहिकाएं खराब हो जाती हैं। उच्च रक्तचाप की वजह से सभी अंग जैसे मस्तिष्क, वृक्क, आंखें खराब होने लगते हैं। इसके अलावा निम्न रक्तचाप भी हृदय के लिए खतरनाक माना जाता है।

हृदय की खतरनाक बीमारियों से हृदय धमनी और रक्तवाहिकाओं से सम्बन्धित बीमारी आज हमारे लिए ज्यादा चिन्ता का विषय बनी हुई है, इसे कोरोनरी हृदय रोग कहते हैं, यह

## □ स्वामी ब्रह्मानन्द सरस्वती

बीमारी धमनियों की दीवारों में चरबी के जमने के साथ शुरू होती है जिसे एथिरोमा कहते हैं। इसका असर प्रायः तब महसूस होता है जब मस्तिष्क, हृदय और वृक्क अपना कार्य सामान्य रूप से नहीं कर पाते हैं। यह रोग अक्सर कुछ खास कारणों से जैसे उच्च रक्त कोलेस्ट्रॉल, मधुमेह, अत्यधिक धूम्रपान, मोटापा, हृदयरोग की वंशपरम्परा आदि से होता है। जब हृदय की धमनियों में अवरोध हो जाये तो दिल का दौरा पड़ सकता है।

हमारे देश में पिछले कुछ समय में हृदयाघात से होने वाली मौतों की संख्या बहुत बढ़ गई है। ज्यादातर 45 से 55

आयु वर्ग के लोगों में हृदयाघात ज्यादा होता है। हृदयाघात से बचने के लिए नियमित व्यायाम बहुत महत्वपूर्ण होता है। नियमित व्यायाम से रक्त में सुरक्षित किस्म का प्रोटीन बढ़ता है और कोलेस्ट्रॉल नियन्त्रित होता है।

व्यायाम से धमनियों को नुकसान पहुँचाने वाली एक और किस्म की रक्त चर्बी को हटाया जा सकता है। लगातार व्यायाम से रक्तशिराओं में रक्त जमने की संभावना कम हो जाती है, जैसा कि हमें पता है कि रक्त के इन थक्कों के कारण ही दिल के दौरें पड़ते हैं।

व्यायाम करने से शरीर का मोटापा कम होता है, क्योंकि शरीर के मोटे होने का मतलब है कि हृदय पर ज्यादा बोझ जिससे दिल के दौरें की सम्भावना होती

है। नियमित व्यायाम से उच्च रक्तचाप का खतरा कम हो जाता है। इसके साथ-साथ नियमित व्यायाम व योगसाधना द्वारा नियमित होने वाले मानसिक तनाव में भी कमी आती है।

व्यायाम के साथ-साथ उचित आहार, धूम्रपान निषेध, नियमित दिनचर्या, शान्त व्यवहार आदि को अपनाने से भी हृदयाघात की संभावनाएं कम की जा सकती हैं।

इन सब बातों से निष्कर्ष निकलता है कि नियमित व्यायाम हृदय और शरीर के लिए निश्चित रूप से लाभप्रद है और दिल की बीमारियों से बचा जा सकता है।

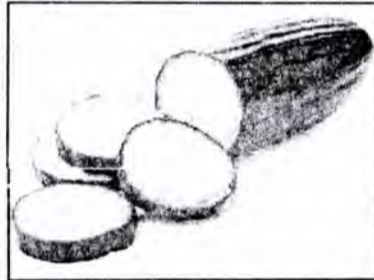
संपर्क-योगस्थली आश्रम, बुचौली रोड, महेन्द्रगढ़।

## खीरे की खूबियाँ

अब तो खीरा हर मौसम में उपलब्ध रहता है। सलाद के तौर पर प्रयोग किए जाने वाले खीरे में इरेप्सिन नामक एंजाइम होता है, जो प्रोटीन को पचाने में सहायता करता है। खीरा पानी का बहुत अच्छा स्रोत है। खीरा में 96 प्रतिशत पानी होता है। खीरे में विटामिन-ए, विटामिन बी1, विटामिन डी, पोटेशियम, फास्फोरस और आयरन आदि प्रचुर मात्रा में पाये जाते हैं। नियमित रूप से खीरे का जूस शरीर को सशक्त बनाता है। खीरा कब्ज से मुक्ति दिलाने के साथ ही पेट जुड़ी हर समस्या में फायदेमंद साबित होता है। इसके अलावा एसिडिटी, सीने की जलन में नियमित रूप से खीरा खाना लाभप्रद होता है।

बालों व त्वचा की देखभाल- खीरे में सल्फर पाया जाता है, जो बालों

की ग्रोथ में मदद करते हैं। अच्छे परिणाम के लिए आप चाहें तो खीरे के जूस को गाजर व पालक के जूस के साथ भी



मिलाकर ले सकते हैं। इसके अलावा खीरा त्वचा को सनबर्न से भी बचाता है।

कैंसर से बचाए-खीरे के नियमित सेवन से कैंसर का खतरा कम होता है। खीरे में साइकोइसोलैरीक्रिनोल, लैरीक्रिनोल और पाइनोरिनोल नामक तत्व होते हैं। ये तत्व सभी तरह के कैंसरों (जिनमें स्तन कैंसर भी शामिल

है) की रोगथाम में कारगर है।

मधुमेह व उच्च रक्तचाप में फायदेमंद-मधुमेह व उच्च रक्तचाप से बचने के लिए नियमित रूप से खीरे का सेवन फायदेमंद हो सकता है। खीरे के रस में ऐसे तत्व होते हैं, जो पैन्क्रियाज को सक्रिय करते हैं। पैन्क्रियाज सक्रिय होने पर शरीर में इंसुलिन बनती है। इंसुलिन शरीर में बनने पर मधुमेह से लड़ने में मदद मिलती है। खीरा खाने से कोलेस्ट्रॉल का स्तर कम होता है जो ब्लड प्रेशर को दुरुस्त रखने में अहम भूमिका निभाता है।

वजन कम करने में मददगार- जो लोग वजन कम करना चाहते हैं, उन लोगों के लिए खीरे का सेवन काफी फायदेमंद होता है। खीरे में पानी अधिक और कैलोरी कम होती है। इसलिए वजन कम करने के लिए यह अच्छा विकल्प हो सकता है। सूप और सलाद में खीरा मिलाकर खायें।

## हृदय रोगियों के लिए विशेष सकेत

1. धूँआ और धूल से बचकर रहें, धूम्रपान और मदिरापान कभी न करें।
2. पेट को साफ रखें अर्थात् आंतों में मल जमा न होने दें। पानी खूब पीयें ताकि मल-मूत्र जमा न हो।
3. भोजन रेशेदार तरल ताजा खायें, शुष्क गरिष्ठ न खायें, जैसे तले हुए पूरी, कचौड़ी, पकौड़ी, फल और सब्जियों का अधिक सेवन करें।
4. चिन्ता को छोड़कर चिन्तन करें, तनाव से दूर रहने के लिए सकारात्मक विचारधारा को अपनाओ, किसी से ईर्ष्या-द्वेष ना रखें। सबके साथ प्रेमपूर्वक रहें।
5. वजन को अपनी आयु और

लम्बाई के अनुसार स्थिर रखो, वजन को सही ठीक रखने के लिए अपनी शक्ति के अनुसार व्यायाम करें, प्रातः सायं का भ्रमण सर्वोत्तम व्यायाम है।

6. रक्तचाप रक्त के दबाव को घटाने या बढ़ाने मत दो। टेंशन के कारण या अधिक मीठा पकवान खाने से बढ़ता है।

7. कोलेस्ट्रॉल की मात्रा को बढ़ाने मत दो। इसको सामान्य रखने के लिए अधिक घी, तेल वाले पदार्थ मत खाओ। अंग्रेजी में कहा है कि Do not worry



hurry and curry. अर्थात् गम मत करो, जल्दी मत करो और अधिक सामान मत ले जाओ, अपने को हल्का, सरल और चिन्तामुक्त रखो। पूर्ण विश्राम करो। ये बिन्दु दीर्घ अनुभव के बाद लिखे गए हैं। इससे हृदयरोगियों को बहुत लाभ होगा।

**बीड़ी, शराब, सिगरेट पीना स्वास्थ्य के लिए हानिकारक है, इनसे सदैव दूर रहें।**

# विचार प्रदूषण का समाधान वेदप्रचार

एक समय था जब व्यक्ति के पास जीने के साधन कम थे फिर भी व्यक्ति खुशहाल था, भाईचारा था, मेल-मिलाप था और सबसे बड़ी दौलत की पूंजी उसका उत्तम स्वास्थ्य, वह भी बड़ा मजबूत फौलादी, तूफानों से टकराने की हिम्मत, शेर को ललकारने का जज्बा।

पहले व्यक्ति जीता था अपने दम पर, आज जीता है मशीनों के दम पर, यही कारण है कि उसकी आयु खतरे में है, क्योंकि उसका रहन-सहन, खान-पान सब बिगड़ गया है। यह एकदम विपरीत दिशा में जा रहा, समझदार इतना है कि किसी की बात इसकी समझ में नहीं आती।

आज भारतीयता पाश्चात्य संस्कृति के बोझ तले दब गई। तर्कशीलता ने ज्ञान, संस्कृति एवं धर्म को किनारे लगा दिया है। भौतिकता ने मानव को स्वार्थी, लालची एवं धोखेबाज व निकम्मा बना दिया है।

महर्षि दयानन्द ने कहा है—जब ऐश्वर्य मात्रा से अधिक बढ़ता है तो मनुष्य में प्रमाद और आलस्य आदि दोष उत्पन्न होते हैं। महाभारत युद्ध का कारण भी यही था, उस समय शक्ति और ऐश्वर्य अधिक बढ़ गया था, इसलिये युद्ध हुआ। महाभारत युद्ध का परिणाम हम आज तक भुगत रहे हैं। अतः अन्धाधुन्ध धन बढ़ाते जाना उन्नति नहीं है।

जो स्वार्थबुद्धि होते हैं, वे केवल अपना स्वार्थ पूरा करने के दूसरा कुछ भी नहीं जानते-मानते, क्योंकि जिधर गफ्फा अच्छा मिले वहीं चले जाएं। जो मिथ्या न रोकी जाए तो ससार में बहुत से अनर्थ प्रवृत्त हो जायें।

दुष्ट की विद्या विवाद के लिए, धन अभिमान के लिए और शक्ति दूसरों को सताने के लिए होती है। परन्तु सज्जन की विद्या ज्ञान प्रसार के लिये, धन दान के लिये और शक्ति दूसरों की रक्षा के लिए होती है। स्वदेशी से स्वावलम्बी भारत-स्वदेशी उद्योग, स्वदेशी शिक्षा, स्वदेशी चिकित्सा, स्वदेशी तकनीक, स्वदेशी ज्ञान, स्वदेशी खान-पान, स्वदेशी भारतीय भाषा, स्वदेशी भेषभूषा एवं स्वदेश के स्वाभिमान के बिना विश्व का कोई भी देश महान् नहीं बन सकता। आज हमारे काले अंग्रेज विदेशी से ही स्वावलम्बी भारत बनाना चाहते हैं, यह असम्भव है।

शरीर की रक्षा के लिए धन को न्यौछावर कर दो। आत्मकल्याण के लिए शरीर और धन को न्यौछावर कर दो। इसी में मनुष्य की बुद्धि की चतुराई है।

□ सूबेदार करतारसिंह आर्य, सेवक आर्यसमाज, गोहाना मण्डी, जिला सोनीपत

एक दिन अमृतसर में पारकिन्सन साहब कमिश्नर ने स्वामी दयानन्द से प्रश्न किया—आप किस प्रकार का धर्म प्रचार करना चाहते हैं? स्वामी जी ने उत्तर दिया कि हम केवल यह चाहते हैं



कि लोग वेदों की आज्ञा का पालन करें। शुभ गुणों को ग्रहण करें और अवगुणों को त्याग दें। महर्षि ने लिखा है—एक धर्म, एक भाषा और एक लक्ष्य बनाये बिना भारत का पूर्ण हित और जातीय उन्नति होना दुष्कर

है। सब उन्नति का केन्द्रस्थान एकता है, जहाँ भाषा, भाव और भावना में एकता आ जाए वहीं सागर में नदियों की भाँति सारे सुख एक-एक करके प्रवेश करने लगते हैं। हम सब एकमत हो जायें और एक ही रीति से देश का सुधार करें तो आशा है देश का सुधार हो सकता है। आप सब वेदों को ईश्वरीय ज्ञान स्वीकार करें और आर्य संस्कृति के मौलिक तत्त्वों को आधार मानकर देश और समाज का पुनः निर्माण का प्रयत्न करें तो निश्चय ही हम सफल हो सकते हैं। हमको और आपको अति उचित है कि जिस देश के पदार्थों से अपना शरीर बना, अब भी पालना हो रहा है, आगे भी होगा, उसकी उन्नति तन-मन-धन से सब जने मिलकर प्रीति से करें।

जो लोग आर्यसमाज पर संकुचित होने का दोष लगाते हैं, वह यह नहीं जानते कि अनियमितता का नाम उदारता नहीं है। किसी समाज के संगठन के लिए निश्चित सिद्धान्तों की बहुत आवश्यकता है। हिन्दू जाति के वर्तमान असंगठन का कारण यह है कि इसके सिद्धान्त निश्चित नहीं रहे। जो आया उसने मनमानी की और जाति के टुकड़े-टुकड़े हो गये। ऋषि दयानन्द ने इसी रोग का निवारण किया और समाज जाति को एक सूत्र में बांधने का प्रयत्न किया। जब तक आर्यसमाज ऋषि के बताए हुए नियमों पर कटिबद्ध रहेगा उसकी उन्नति होती जाएगी परन्तु जिस प्रकार ऋषि दयानन्द ने चिरस्थायी लाभ के लिए क्षणिक लाभों की परवाह नहीं की इसी प्रकार आर्यसमाज को भी दृढ़ रहना चाहिए।

हमारे देश का यह कैसा लोकतन्त्र—हमारे राजनेता काले अंग्रेज भारत के लोकतंत्र को संसार का महान् लोकतंत्र मानते हैं। इस महान् लोकतंत्र के नेता वोट मांगते हैं हिन्दी में और अन्य भारतीय भाषाओं में और राज करते

हैं अंग्रेजी में। क्या राजकाज की भाषा राष्ट्रभाषा हिन्दी नहीं हो सकती। क्या भारतीय उच्च एवं उच्चतम न्यायालय के निर्णय राष्ट्रभाषा हिन्दी या अन्य भारतीय भाषाओं में नहीं हो सकते। आजादी के इतने सालों बाद भी अपने देश के लोगों को अपने देश की भाषा में न्याय भी नहीं मिलता। यह कैसा अन्याय है?

हमारे नेताओं के लोकतंत्र का ध्येय—“लोकतन्त्र की लूट है लूट सके तो लूट, फिर पाछे पछतायेगा जब कुर्सी जाएगी छूट।” “देश पड़े चूल्हे में, धर्म जाये भाड़ में, कर शिकार सब कुर्सियों की आड़ में।” हमारे देश के लगभग सभी राजनेताओं का ध्येय केवल कुर्सी प्राप्त करने तक ही सीमित होता जा रहा है, इनको देश, समाज एवं भारतीय संस्कृति से कोई सरोकार नहीं है। यदि हम देश को सही अर्थों में आजाद देखना चाहते हैं और फिर से भारत को विश्वगुरु बनाना चाहते हैं तो हमें महर्षि दयानन्द के वेदमार्ग को अपनाना होगा।

निश्चय जो धर्म है वह सत्य है। इसलिए सत्य कहने वालों को कहते हैं कि यह धर्म कह रहा है। इस प्रकार यह नियम चाहता है कि अन्धविश्वास अथवा आँख बन्द करके किसी के पीछे चलने की प्रथा दुनिया से उठ जाये, इसी प्रथा ने सत्य का नाश किया और झूठ की वृद्धि। शरीर की बाह्य सुन्दरता एक धोखा है अन्दर सभी के कूड़ा-कचरा भरा हुआ है। जिसका आचरण अच्छा है, विचार अच्छे हैं वही वास्तव में सुन्दर और प्रशंसा के योग्य है।

एक विद्वान् ने प्रदूषण के बारे में निम्न विचार प्रस्तुत किये हैं—

आज सम्पूर्ण विश्व को पर्यावरण

प्रदूषण की तो चिन्ता है किन्तु बढ़ते हुए विचार प्रदूषण को दूर करने की किसी को न चिन्ता है न किसी का ध्यान ही इधर गया है।

यदि हम गम्भीरता पूर्वक चिन्तन करें तो हम अनुभव करेंगे कि विचार प्रदूषण तो पर्यावरण प्रदूषण से अधिक भयानक है। विचार प्रदूषण से मानवता का लोप हो रहा प्रतीत होता है। संसार की सौ समस्याओं का एक हल है, हम सम्पूर्ण शक्ति से विचार प्रदूषण को दूर करें।

संसारव्यापी आतंकवाद क्या है? यह विचार प्रदूषण का ही परिणाम या नमूना है। हम वेद के सन्देश भूल गये। वसुधैव कुटुम्बकम् और आत्मवत् सर्वभूतेषु की भावनाएं विलुप्त हो गईं। हम चिन्तन करें कि हम सब एक परमपिता परमात्मा की सन्तान हैं, फिर परस्पर द्वेष क्यों? कितना आश्चर्य होता है कि निरपराध भाई-भाई का गला रेतकर या गोली से भूनकर उसकी जीवनलीला समाप्त कर प्रसन्न हो रहा है।

अतः विचार प्रदूषण को समाप्त करने के लिए हम सब मिलकर बिना किसी लोभ-लालच के निःस्वार्थभाव वैदिक धर्म का प्रचार-प्रसार करें। कृण्वन्तो विश्वमार्यम् के वेद के आदेश का पालन करने के लिये पहले हम स्वयं आर्य बनें, फिर दूसरों को आर्य बनायें।

आज लोभी, लालची स्वार्थी लोगों ने आर्यसमाज एवं सभा की छवि को धूमिल कर दिया है। जो व्यक्ति पद के लिये लड़ता, झगड़ता है, समझो वह समाज का शुभचिन्तक नहीं है। स्वामी श्रद्धानन्द ने लिखा है—“आर्यों! सेवक बनने का प्रयत्न करो, क्योंकि नेताओं की अपेक्षा आर्यजाति को सेवकों की बहुत अधिक आवश्यकता है।”

## प्रवेश परीक्षा 28 मार्च तथा 3 अप्रैल

### गुरुकुल भैयापुर लाहौर रोड रोहतक (स्थापना सन् 1991)

- मान्यता सी.बी.एस.ई. बोर्ड नई दिल्ली नं० 531114 प्रोस्पेक्ट्स उपलब्ध।
- प्रवेश कक्षा 4 से 10+2 तक, पूर्णतः आवासीय (होस्टल), छः एकड़ का रमणीय परिसर, खेलों के अनेक संस्थान।
- विश्व स्तर की आधुनिक तथा प्राचीन शिक्षा का समन्वय, योग, प्राणायाम और धर्म शिक्षा द्वारा संस्कारित वातावरण।
- राष्ट्रीय व अन्तर्राष्ट्रीय स्तर के ओलम्पियाड तथा किशोर वैज्ञानिक तथा NDA की 5वीं से ही तैयारी। 10+2 नॉन मेडिकल कॉमर्स एवं आर्ट तथा सभी प्रयोगशालाएं।
- गृहकार्य होमवर्क के लिए वातानुकूलित विशाल लाइब्रेरी। सी.सी.टी.वी. कैमरे।
- इंग्लिश स्पीकिंग कोर्स, कम्प्यूटर प्रशिक्षण।
- दुग्ध हेतु निजी गोशाला और आवश्यक सामान हेतु कैंटीन।

मो० : 01262-217550, 7027700947, 7027700950, 9416629972

मानव ईश्वर की सृष्टि रचना का सर्वोत्तम रूप है। आत्माओं को कर्मफल के अनुसार भांति-भांति के शरीर मिले हैं जिनमें कुछ भोगयोनि हैं और कुछ कर्म योनि। मनुष्य ही ऐसा प्राणी है जिसे कर्मयोनि मिलती है और वह कर्म करने के लिए स्वतन्त्र है। इसके लिए ईश्वर ने आत्मा को चार उपकरण भी दिये हैं। मन, बुद्धि, चित्त और अहंकार। इनमें 'मन' आत्मा का महत्त्वपूर्ण उपकरण है, क्योंकि मन के द्वारा ही बुद्धि, चित्त, अहंकार (भाव व सम्बेग) का प्रयोग होता है। मन विचार करता है, बुद्धि उस पर तर्क-वितर्क से निर्णय करती है तथा मस्तिष्क के द्वारा इन्द्रियों व ज्ञानेन्द्रियों को निर्देश देता है तथा उसका अनुभव चित्त में जमा हो जाता है तथा उसी के आधार पर भावों व सम्बेगों अर्थात् ईर्ष्या, द्वेष, प्रेम, घृणा, हानि, लाभ आदि का विचारों पर या मन पर प्रभाव पड़ता है। बुद्धि की कार्यशाला मानव का मस्तिष्क है। यही मस्तिष्क मनुष्य के सम्पूर्ण व्यक्तित्व को प्रभावित करता है।

इसीलिए कहा जाता है कि मानव

## जीवन विचारों से निर्मित एक स्वभाव

□ श्रीमती मनीषा विमल

मस्तिष्क में उठने वाले विचारों की क्रिया का मूल स्रोत मन है।

मन में जैसे विचार उठते हैं शरीर पर उसका वैसा ही प्रभाव पड़ता है। वेदमन्त्र भी कहता है—**त्वमसि सहमानोऽहमसि सहस्वान, उभौ सहस्वन्तौ भूत्वा, सपत्नान्यसहिषी वही ॥**

**भावार्थ**—तू सहने वाला है, मैं सहस्वान-सहनशीलता, बल से युक्त हूँ। हम दोनों सहनशील बलशाली होकर शत्रुओं का सामना करेंगे।

इस मन्त्र में भगवान् व भक्त की तुलना की गई है। भक्त ईश्वर को सर्वशक्तिमान् बता रहा है और उसी से अपनी भी तुलना कर रहा है। वेदों में, उपनिषदों में कहा गया है—**“यथा ब्रह्माण्डे तथा पिण्डे”** जैसी शक्ति ब्रह्माण्ड में है, वैसी ही शक्ति मानव शरीर में भी है। यही शक्ति दृढसंकल्प और 'विचार' उत्पन्न करती है और वैसा ही

आचरण बन जाता है। क्योंकि मनुष्य का जीवन विचारों से निर्मित एक स्वभाव है। इसलिए मानव जीवन के हर पक्ष को, हर परिस्थिति को, हमारी सोच, हमारे विचार ही प्रभावित करते हैं। विश्वविख्यात जीवनकला विशेषज्ञ डॉ. डेलकानोर्गी कहते हैं—**“मैंने जीवन में विचार शक्ति को मानव जीवन का महत्त्वपूर्ण अंग देखा है। विचार शक्ति से बढ़कर दुनिया में कोई शक्ति नहीं है। यदि विचारों को सही दिशा मिल जाय तो समझना चाहिये कि जीवन में सफलता सहयोग और सन्तोष की कुंजी हाथ लग गई।”**

यह बात सत्य सिद्ध होती है जब असम्भव समझे जाने वाले कार्यों को सफल और सम्भव होते देखते हैं, जैसे प्रसिद्ध खिलाड़ी फुटबाल प्लेयर बैले जिन्होंने टांग में गैंगरीन होने पर भी टांग

कटवाई नहीं किन्तु अपनी दृढ़ इच्छा शक्ति से ठीक कर ली और फुटबॉल में इतिहास बना दिया।

कुछ दिन पूर्व समाचार-पत्र में न्यूयार्क के एक व्यक्ति की सत्य घटना छपी थी। डॉक्टरों ने उसके शरीर में एड्स के जीवाणु पाए और उसे एड्स का रोगी घोषित कर दिया किन्तु उसने धूम मचा दी कि मेरे ऊपर एड्स जीवाणुओं का प्रभाव हो ही नहीं सकता। सब उसे पागल कहते थे किन्तु हर समय उसके मन में यही विचार रहते थे। छह माह पश्चात् पुनः उसका चैकअप किया गया तो पाया गया कि एड्स के जीवाणु वास्तव में उसके शरीर में निष्क्रिय हो गये हैं। सभी को बहुत आश्चर्य हुआ। बहुत विचार के पश्चात् चिकित्सकों ने उसका मनोवैज्ञानिक परीक्षण किया तो ज्ञात हुआ कि उसके 'मनस्तत्त्व' की विचारशक्ति इतनी प्रबल है कि उसने एड्स के जीवाणुओं को नष्ट कर दिया है।

क्रमशः अगले अंक में....

### पूज्य आचार्य बलदेव जी महाराज.... पृष्ठ 3 का शेष....

इतना ही नहीं, सन्ध्या और हवन में भी ब्रह्मचारियों और अध्यापकों के साथ कर्मचारी भी उपस्थित होते थे।

गुरु के सम्मान की आदर्श भावना-

एक बार आर्य वीर दल के कार्यक्रम में आचार्य बलदेव जी मंच पर अध्यक्ष पद की शोभा बढ़ा रहे थे, अकस्मात् स्वामी ओमानन्द जी महाराज पहुँच गए। उन्हें देखते ही आचार्य बलदेव जी महाराज अध्यक्ष के आसन विशेष से उठकर नीचे आए। स्वामी जी के चरणों में प्रणाम करके उनको ससम्मान मंच पर ले गए। आचार्य जी अपने अध्यक्षीय आसन विशेष पर स्वामी जी को बैठाना

चाहते थे परन्तु स्वामी जी ने आग्रह स्वीकार नहीं किया। आचार्य जी स्वयं भी वहाँ नहीं बैठे। इस प्रकार अध्यक्ष का वह आसन रिक्त ही रहा। यह थी आचार्य जी की गुरु के आदर्श के प्रति पवित्र भावना।

ओह! कितनी सुन्दर यह व्यवस्था रही होगी।

आपके तप की अनेक घटनाओं में भी यह भी एक घटना थी कि आप छत की मंडेर पर सोते थे। मैं आपके इतने महान् और विशाल जीवन को किन्हीं घटनाओं के रूप में लेखनी बद्ध करने में असमर्थ हूँ।

देव-लोक से दिव्य आत्मा, आई करने को उपकार।

बलदेव हे देव आप को, नमन करें शत सहस्र बार ॥

जिस भूमि पर जन्म हुआ है, धन्य वह सरगथल ग्राम।

धन्य माँ मनभरी देवी, धन्य पिता गूगनसिंह का नाम ॥

जाट कॉलेज रोहतक हुआ धन्य, एफ.एस.सी. तक जहाँ शिक्षा पाई।

विद्युत् विभाग में सेवा कर, कुछ दिन में वह भी ठुकराई ॥

जब झंजर गुरुकुल आए, स्वामी ओमानन्द मिले।

अष्टाध्यायी पढ़े व्याकरण वेद से जीवन मूल मिले ॥

घोर तपस्या करके गुरुवर, मानव से जब देव बने।

मुख्याधिष्ठाता गुरुकुल के, श्रीमान् बलदेव बने ॥

ब्रह्मचारी क्या कर्मचारी भी, संस्कृत में सब बोलते थे।

वेदानुकूल फूल-सा जीवन, जीवन में रस घोलते थे ॥

गुरुकुल कालवा में आकर, जो देवों का निर्माण किया।

जगत् जानता गुरुदेव आपने, पूर्ण कार्य महान् किया ॥

क्या सभा कार्य क्या गोसेवा, किस-किसका व्याख्यान करें।

सागररूपी काम आपके गागर में किस भांति भरें ॥

किया कृतार्थ बहुत आपने, सुन्दर किये कार्य थे।

पृथ्वी पर 'प्रेरक' बन आए, देवलोकाचार्य थे ॥

—आचार्य सत्यवीर 'प्रेरक' गुरुकुल झंजर 9991521655

आत्मिक शांति के लिये शुद्धता से करें आवाहन  
प्रसन्न हो आशीर्वाद देंगे भगवान्

**शुद्ध एम डी एच**

**हवन सामग्री**

शुभ दिनों, शुभ कार्यों एवं पावन पर्वों में शुद्ध धी के साथ, शुद्ध जड़ी बूटियों से निर्मित एम डी एच हवन सामग्री का प्रयोग कीजिये। शुद्धता में ही पवित्रता है। जहाँ पवित्रता है वहाँ भगवान का वास है, जो एम डी एच हवन सामग्री के प्रयोग से सहज ही उपलब्ध है।

200, 500 ग्राम  
10 Kg. तथा 20 Kg. की पैकिंग में उपलब्ध

अलौकिक सुगंधित अगरबतियाँ

**रुह** अगरबत्ती  
**मुस्कान** अगरबत्ती  
**चन्द्रन** अगरबत्ती  
**पराश** अगरबत्ती  
**त्रययुग** अगरबत्ती

**महाशियां दी हठी लि०**  
एम डी एच हाउस, 9/44, कीर्ति नगर, नई दिल्ली-15 फोन : 5937987, 5937341, 5939609  
शाखाएँ : • दिल्ली • गाजियाबाद • गुडगांव • कानपुर • कलकत्ता • नागौर • अमृतसर

मै० कुलवन्त पिवकल स्टोर, शाप नं० 115, मार्किट नं० 1,  
एन.आई.टी., फरीदाबाद-121001 (हरि०)  
मै० मेवाराम हंसराज, किराना मर्चेन्ट, रेलवे रोड, रिवाड़ी-123401 (हरि०)  
मै० मोहनसिंह अवतारसिंह, पुरानी मण्डी, करनाल-132001 (हरि०)  
मै० ओम्प्रकाश सुरिन्द्र कुमार, गुड मण्डी, पानीपत-132103 (हरि०)  
मै० परमानन्द साई दित्तामल, रेलवे रोड, रोहतक-124001 (हरि०)  
मै० राजाराम रिक्खीराम, पुरानी अनाज मण्डी, कैथल-132027 (हरि०)

## उनका जाना

### □ प्राचार्य अभय आर्य, रोहतक

गतांक से आगे....

मुझे ऋषि दयानन्द द्वारा उद्धृत मनु का यह सन्देश बड़ा ही प्रिय लगता है— कामात्मा न प्रशस्ता न चैवेहास्य-कामता। काम्यो हि वेदाधिगमः कर्म-योगश्च वैदिकः ॥

“अत्यन्त कामातुरता और निष्कामता किसी के लिए भी श्रेष्ठ नहीं, क्योंकि जो कामना न करे तो वेदों का ज्ञान और वेदविहित कर्मादि उत्तम कर्म किसी से न हो सके।”

हमने अनेक विद्वान्, तपस्वी, योग-साधक ऐसे देखे हैं जो सामाजिक अव्यवस्था फैलाने वाले घटकों, प्रसंगों से सर्वथा, सर्वदा उदासीन रहते हैं। परिणाम यह कि वे सर्वप्रिय नहीं बन पाते, उनके अनुयायियों का भी बड़ा सीमित-सा दायरा होता है। आचार्य बलदेव जी मनु के आदर्श पुरुष थे। इसी हेतु वे सर्वप्रिय थे। अभी 13 मार्च को गुरुकुल झज्जर के शताब्दी समारोह में हिमाचल प्रदेश के महामहिम राज्यपाल आचार्य देवव्रत जी ने अपने उद्बोधन में कह रहे थे कि पहले समय में भजनोपदेशक गांव-गांव जाकर बड़ी मेहनत से प्रचार करते थे। मैं पंडाल में पीछे बैठा उनका उद्बोधन सुन रहा था। उस समय इस उद्बोधन को सुनकर मेरे पीछे बैठे हरियाणा पुलिस के जवानों में से एक जवान कह रहा था कि आचार्य बलदेव जी भी ऐसे ही प्रचार करते थे। उस समय यह सुनने वालों में मेरे साथ आर्य बाल भारती विद्यालय के पी.टी.आई. मेरे अनन्य सहयोगी श्री संदीप आर्य व श्री जगदीश आर्य उपस्थित थे।

वे श्रेष्ठ विद्वान्, तपस्वी, साधक होने पर भी समाज के लिए हानिकार गतिविधियों के विरुद्ध सदैव सक्रिय रहते थे, तत्पर रहते थे। इस प्रकार वे ऋषि दयानन्द की परम्परा का निर्वहन करने वाले साधु थे। सन् 2009 में हरियाणा की कांग्रेस सरकार में हरियाणा विद्यालय शिक्षा बोर्ड का जो परिणाम आया उसमें 'संस्कृत' विषय के अंक नहीं जोड़े गये थे। यह सभी संस्कृत, संस्कृत प्रेमियों, संस्कृत अध्यापकों के लिए एक गम्भीर चुनौती थी। संस्कृत अध्यापक संघ श्री सत्यव्रत शास्त्री (मकड़ौली कलां, रोहतक) के मार्गदर्शन में आचार्य बलदेव जी के पास पहुंचा। आचार्य बलदेव जी तुरन्त नेतृत्व के लिए तैयार हो गये। मुख्यमंत्री व शिक्षामंत्री से मुलाकात के

बाद जब बात नहीं बनी तो आचार्य बलदेव जी के नेतृत्व में धरना-प्रदर्शन का निर्णय लिया गया। इन सभी धरनों के संचालन का उत्तरदायित्व मेरा रहता था, अतः मैं बता सकता हूँ कि उनकी उपस्थिति एक विशेष साहस, तप, उत्साह, आशा का संचार सबके अन्दर



भर देती थी। सुबह से शाम तक निरन्तर व्याख्यान होते रहते थे। रोहतक से जहाँ आमजनता धरने पर सम्मिलित होने के लिए आती वहाँ विभिन्न जिलों से संस्कृत अध्यापक

संघ के सदस्य भी भाग लेने आते थे, क्रमिक अनशन करते थे। अपनी बात रखने के साथ वे उस तपोमय आकर्षक नेतृत्व की भी प्रशंसा करते थे, जो आचार्य बलदेव जी के रूप में उन्हें मिला था। धरना दस दिन से ऊपर चला। सरकार की उदासीनता देखकर गिरफ्तारी देने का निर्णय लिया गया। आचार्य बलदेव जी के नेतृत्व में रोहतक कोर्ट से लेकर दिल्ली बाईपास तक हजारों की संख्या में लोगों ने पैदल चलकर प्रदर्शन किया। उस समय जून मास की गर्मी से तपती हुई सड़क पर आचार्य बलदेव जी नंगे पैर चल रहे थे। बाद में आन्दोलन की निवृत्ति पर लोगों ने देखा कि उनके पैर बुरी तरह झुलस गए थे तथा बहुत बड़े-बड़े छाले हो गये थे। लेकिन वे सभा में अपने कक्ष में बड़े शान्त भाव से बैठे औषधि लगवा रहे थे। वे बड़े सहनशील थे। एक बार रोहतक से पानीपत जाते हुए मैंने उन्हें अपनी सीट से इधर-उधर आसन बदलते देखा। थोड़ी देर में उन्होंने बताया कि पेट में बहुत दर्द है, लेकिन एक बार भी मैंने उन्हें कराहते हुए नहीं देखा। ऑपरेशन के बाद भी उन्हें यह दर्द रहा।

देहावसान के कुछ दिन पहले तक भी जब भी मैं शाम को दयानन्दमठ में उनके साथ घूमता तो उनकी मनःस्थिति भांपकर मैं पूछता कि क्या पेट में दर्द है, आचार्य जी। उस समय वे कहते, हाँ। उनके साथ रहने वाले जानते हैं कि थोड़े दर्द में वे 'हाँ' कहने वाले नहीं थे। 'दर्द' ज्यादा था, लेकिन सहनशक्ति उससे कहीं अधिक थी। पहले वे सरल भाव से हंसते बहुत थे। अब मैं उन्हें गुदगुदाने के लिए कोई प्रसंग छेड़ता तो बिल्कुल धीमे से मुस्कुरा पाते थे। इतनी पीड़ा लेकर भी वे शान्त रहे। वे उत्तम सतोगुणी थे। जैसी हम पहले चर्चा कर रहे थे कि उनके नेतृत्व में हजारों की संख्या में लोगों ने रोहतक पुलिस लाइन में गिरफ्तारियां दीं व हरियाणा सरकार ने उनकी मांग मान ली।

## सन्ध्योपासना के नियम

### □ स्वामी वेदरक्षानन्द सरस्वती, संरक्षक-आर्ष गुरुकुल कालवा

1. निरन्तर ध्यान-सन्ध्योपासना परमात्मा का ध्यान प्रतिदिन करना चाहिये। कभी किया कभी छोड़ दिया इससे कोई लाभ नहीं होता। प्रतिदिन लगातार ध्यान करने से चेतना जागृत हो जाती है और ऊर्ध्वमुखी विकास प्रारम्भ हो जाता है।

2. एकान्त में ध्यान-ध्यान का दूसरा नियम यह है कि वह एकान्त में हो, जहाँ शोर-

गुल न हो, शान्त वातावरण हो। तभी प्राचीनकाल में योगी मुनि गंगा के तट या हिमालय की गुफाओं में जा बैठते थे। जहाँ सांसारिक कृत्रिम वातावरण के स्थान में प्रकृति का स्वाभाविक वातावरण होता था। जैसे बैठते ही चित्त अपने आप एकाग्रता की तरफ जाता था।

3. एकाकी ध्यान-ध्यान का तीसरा नियम यह है कि मनुष्य जहाँ एकान्त में जाये वहाँ अकेला जाये। सबके बीच में बैठकर ध्यान करने से ध्यान विषयों का जमता है। अकेले में बैठकर उस महान् विश्व शक्ति का सूक्ष्म स्पन्दन हृदय को एकदम स्पर्श करता है, इसलिए करता है, क्योंकि वहाँ विश्वोभकारी अन्य कारण उपस्थित नहीं होते।

4. इन्द्रियनिग्रह-ध्यान का चौथा नियम यह है कि इन्द्रियों को वश में रखा जाये, सांसारिक विषयों में से उन्हें रोक कर सतत ध्यान एकान्त एकाकीपन ये सब रोकने के लिये ही तो हैं।

5. वासनात्याग-मनुष्य इन्द्रियों से चित्त को रोक कर एकान्त में बैठ जाता है, परन्तु फिर भी विषयों की वासना उसे सता सकती है, वह विषयों का भोग तो नहीं करता, परन्तु विषयों की भोग की वासना को हृदय में लिए बैठा होता है। इसलिए ध्यान का पांचवां नियम है कि इन्द्रियों को ही विषयों से रोक कर सन्तुष्ट न रहे अपितु विषयों की वासना का भी त्याग करे। अगर एकान्त में बैठकर विषय से दूर हटकर भी विषयों के ध्यान में डूबा रहे तो एकान्त व्यर्थ है। एकाकीपन भी व्यर्थ है।

6. एकाग्रता-ऐसा मन जिसमें विषयों के प्रति शून्य भाव पैदा हो गया है, जिसे कोई सांसारिक वस्तु नहीं खींचती एकाग्र हो जाता है।



स्वामी वेदरक्षानन्द जी

7. ध्यान योग आसन-ऐसा एकाग्र मन से आसन पर स्थिरचित्त होकर बैठता है अन्यथा आसन पर बैठे हुए को भी मन लिये-लिये जहाँ-जहाँ भटकता है। असली आसन तो तभी जमता है,

जब इन्द्रियां वश में आ जाती हैं, वासना मिट जाती है, सांसारिक विषयों का संबंध छूट जाता है, मन एकाग्र हो जाता है। ध्यान योग का यही आसन है।

8. निर्भयता-एकाग्र मन होकर जब योगी आसन पर बैठता है तब वह निर्भय होकर बैठता है। उसे इस बात का भय नहीं रहता कि संसार के विषय उसे खींचकर मार्ग से च्युत न कर दें।

9. ब्रह्मचर्य-ब्रह्मचारी सब प्रकार की मानसिक क्षुद्रता का त्याग कर देता है-यही मानसिक ब्रह्मचर्य है। आत्मा की महानता का अर्थ है परमात्मा के गुणों को अन्दर धारण करना। ध्यान योग में निर्भयता के बाद ब्रह्म की महानता-ब्रह्मचर्य आ जाता है।

10. परमात्मा में चित्त लगाना-जो व्यक्ति महानता में विचरण करने लगता है उसका प्रभु में चित्त रमण करता है।

11. नियमित जीवन-कर्मयोगी के विषय में जो कुछ कहा गया, जिस अवस्था को वह ध्यान योग से प्राप्त करता है वह नियमित जीवन की अवस्था है। कर्मयोगी का जीवन नपा-तुला होता है। उसका आहार, उसकी निद्रा, उसका जागरण सब कुछ नपा-तुला होता है। यह नहीं कि आज भरपेट खा लिया, कल उपवास कर लिया। आज रातभर सिनेमा, स्वांग, तमाशा देखा कल दिन भर खरटे लगाये। न अधिक खाना न भूखें मरना, न अधिक जागना न अधिक सोना। ऐसा जीवन नियमित कर्मयोगी का होना चाहिए जिसमें सहायता मिलती है ध्यान योग से। बिना ध्यान योग के यम-नियमों का भी पालन नहीं हो सकता।

### आर्यसमाजों के उत्सवों की सूची

4. आर्यसमाज रेवाड़ी शहर	26 से 27 मार्च 2016
5. आर्यसमाज घरौडा (करनाल)	1 से 3 अप्रैल 2016
6. आर्यसमाज गुढ़ा रोड, गोहाना, जिला सोनीपत	8 से 10 अप्रैल 2016
7. आर्यसमाज भुरथला, जिला रेवाड़ी	7 से 8 मई 2016

—सभामन्त्री

## सद्भावना भजन

हरयाणा के सभी बहन-भाइयों व युवावर्ग को एक भजन के माध्यम से अपनापन, भाईचारा, शान्ति, सदाचार, करुणा, दया, मित्रता, मान-मर्यादा व हरयाणा की शान-शौकत का वर्णन किया है। आशा रखूंगी कि आप सब पढ़कर चिन्तन करेंगे और आचरण करेंगे।

वार्ता-तुम ऋषियों की संतान हो उनके बताए रास्ते पर चलना आपका धर्म है।



तर्ज-काशी के मा रुक्का....

हरयाणा के पूत लाडलो, न हो आपस में तकरार।  
शान्ति हो भाईचारा, सद्भावना और प्यार॥ टेक॥  
तुम ऋषियों के बेटे मेरे भाई, क्यूं झगड़ा यूं जात-पात का।  
प्रेम से बढ़के कुछ भी कोन्या, क्यूं गुस्सा बात-बात का।  
हेरे हाथ ने हाथ का सहारा हो सै म्हारे पूर्वजों का सार॥ 1॥

वार्ता-रामायण में श्रीराम और भरत जैसे भाई उनका प्यार अमर है। भिलनी के बेर खाकर श्रीराम ने जाति-पाति का भेद मिटाकर इस बात का प्रमाण दिया कि सब एक ईश्वर की संतान हैं।

हेरे रामायण ने पढ़ के देखो, म्हारा पुराना इतिहास।  
राम-भरत का प्यार रे भाई, प्रमाण मिले जो खास।  
भिलनी के बेर खाए, अमृत की बरसे धार॥ 2॥

वार्ता-'देशों में देश हरयाणा जित दूध-दही का खाना' किसी भी जाति विशेष का व्यक्ति कहीं बाहर जाता है तो पूरे हरयाणा की शान-शौकत का प्रतीक है।

हरयाणा की शान निराली, जितने हैं प्रान्त देश में।  
सब का है रंग-रूप एक रे, ना न्यारा कोई भेष में।  
त्याग के ईर्ष्या और द्वेष ने, तुम पढ़ो नीति सदाचार॥ 3॥

वार्ता-दुर्भाग्य से होनी का चक्र था वरना हरियाणा में ऐसा न हुआ न होगा। दुर्भाग्य से कुचक्र ने म्हारा सारा माहौल बिगाड़ा।

हेरे करके न उत्पात बैठगे, म्हारे प्यार पे लगा कुल्हाड़ा।  
बेबस होगा भाईचारा, बस होग्या दुर्व्यवहार॥ 4॥

वार्ता-गाँव-गाँव की परम्परा रही है कि किसी भी जाति-पाति का ध्यान न देकर भाई-भाई बनकर रहना इनकी विशेषता रही है। गाँव की बहू-बेटी अपनी बहू-बेटी के समान होती है।

हेरे गाम की बेटी अपनी बेटी, हर मानस धर्म निभावे।  
गरीब की बेटी के ब्याह में, जाके हर औरत तिल पहुंचावे।  
कन्यादान लिखवावे मेरे भाई, दें रुपया सिर पुचकार॥ 5॥

हरियाणा आवाज उठाए, मिल-जुलकर रहना चाहिए। एक-दूसरे के दुःख ने भाई, खुद जाके सहना चाहिए।

बहना चाहिए भावना में, ये तो कुदरती संस्कार॥ 6॥  
हेरे गामों की रिवाज रे भाई, सब बैठे कट्ठे होके।  
जात-पात का कोए जिकर ना, हंसी ठट्ठे संजोके।

प्यार के बिखे बो के भाई, हृदय से बने उद्धार॥ 7॥

वार्ता-परन्तु दर्द है जिनके सुहाग उजड़े माँ ने बेटे खो दिए।  
हेरे जिन बेटों ने जान गंवाई, मेरा हृदय दुःख से भरग्या।  
हेरे क्यूंकर सबर करे मेरे भाई, किस-किसका सुहाग उजड़ग्या।

भाई माँ से बेटा बिछुड़ग्या, दखे करिए के लाचार॥ 8॥  
हेरे कहे सुमित्रा रो-धो केने में अर्ज करन न्यू आई।  
हेरे इस तरिया समझाऊं सूं में, जान माँ के जाए भाई।  
खाई कोन्या थारे बीच में कोई समझे समझदार॥ 9॥

—सुमित्रा आर्या, उपदेशिका, आर्य प्रतिनिधि सभा हरयाणा

### सत्यार्थप्रकाश

समाज में फैले अन्धकार, अन्धविश्वास, गुरुडमवाद, भ्रूणहत्या आदि बुराइयों को मिटाने के लिये सत्यार्थप्रकाश हरयाणा के प्रत्येक घर तक पहुंचाने का यत्न किया जाये। —आचार्य बलदेव

## वैदिक विवाह संस्कार सम्पन्न

1. महर्षि दयानन्द सरस्वती जी ने जो संदेश मानवता के कल्याण के लिए दिया कि 'वेदों की ओर लौटो' हम देख रहे हैं कि ईश्वर के परम भक्त, संतशिरोमणि, राष्ट्रपिता, स्त्री और गऊ के उद्धारक परम दयालु महर्षि दयानन्द ने अपने महान् तप से यह सिद्ध किया कि वेदज्ञान ही सब जीवों का कल्याण करने वाला है। जहाँ वेद का ज्ञान पहुँचा वहीं मनुष्यता ने अपनी महानता को पा लिया। वैदिक संस्कारों को अपनाते हुए रोहतक की इन्द्रप्रस्थ कालोनी में दिनांक 20 फरवरी 2016 को श्री सुरेश हुड्डा ने अपने सुपुत्र श्री आशीष का शुभ विवाह कुमारी कोमल पुत्री श्री संग्रामसिंह के साथ सम्पन्न करवाया। श्री आशीष जी भारतीय वायुसेना में पायलट के पद पर कार्यरत हैं। आर्य संस्कार से हम इस विवाह को करने की प्रेरणा श्री भलेराम आर्य ने परिजनों को दी और पं० संजीवकुमार एवं श्री सुभाष आर्य ने बड़े सुन्दर ढंग से वैदिक संस्कार देते हुए यह शादी सम्पन्न करवाई। जिसके लिए सभी परिजनों ने धन्यवाद दिया। इस सुअवसर पर सत्यार्थप्रकाश और महर्षि दयानन्द सरस्वती का सुन्दर चित्र भेंट में दिया गया। श्री सुरेश हुड्डा ने बड़ी खुशी से आर्य प्रतिनिधि सभा हरयाणा और गऊशाला के लिए दान दिया।

2. वैदिक संस्कारों के महत्त्व को जानकर रिटायर्ड कर्नल श्री रामभगत सांगवान इन्द्रप्रस्थ कालोनी निवासी ने अपनी सुपुत्री अनुराधा का शुभ विवाह श्री मनीष सुपुत्र श्री शरणवीर सिंह के साथ वैदिक रीति से दिनांक 22 फरवरी 2016 को अपने निवास स्थान एफ-38, इन्द्रप्रस्थ कालोनी रोहतक में सम्पन्न करवाया। पं० संजीव कुमार आर्यसमाज मॉडल टाउन रोहतक ने इस सुअवसर पर वैदिक संस्कारों की शिक्षा दी ताकि वैवाहिक जीवन को उत्तम रीति से चलाकर अपने जीवन को सफल कर सकें। श्री भलेराम आर्य ने वैदिक साहित्य तथा महर्षि दयानन्द सरस्वती का सुन्दर चित्र भेंट में दिया। सभी उपस्थित स्त्री-पुरुष वैदिक विचारों को जानकर अभिभूत हो गए और अपनी इच्छा जताई कि आगे से हम भी अपने बच्चों की शादियां वैदिक संस्कारों द्वारा ही करवायेंगे। कुमारी अनुराधा जो भारतीय वायुसेना में पायलट के पद पर कार्य करती है, ने अपने जीवन को वेदशिक्षा अनुसार चलाने का मनोरथ प्रकट किया। इस अवसर पर श्री सुभाष सांगवान द्वारा वैदिक धर्म परिचय पत्रक वितरित किये गये।

—सुभाष सांगवान, मंत्री आर्यसमाज तिलक नगर, रोहतक

### 'आर्य प्रतिनिधि' के सम्माननीय सदस्यों से निवेदन

'आर्य प्रतिनिधि' साप्ताहिक के समस्त सम्माननीय सदस्यों की सूचनार्थ निवेदन है कि 'आर्य प्रतिनिधि' अपने समस्त सदस्यों का डाटा अपडेट कर रहा है। अतः आप अपना मोबाइल नंबर एवं ईमेल पता सदस्य संख्या के साथ शीघ्रतापूर्वक भेजने की कृपा करें जिससे आपका नाम रिकार्ड में अपडेट किया जा सके। —सम्पादक

### सदस्यता शुल्क भेजें

'आर्य प्रतिनिधि' साप्ताहिक के समस्त वार्षिक सदस्यों से निवेदन है कि वे अपना वार्षिक शुल्क भी तत्काल भिजवाने की कृपा करें जिससे उनको 'आर्य प्रतिनिधि' नियमित प्राप्त होता रहे। शुल्क सम्बन्धी जानकारी के लिए व्यवस्थापक श्री रघुवरदत्त से मोबाइल नं० 072068665945 फोन नं० 01262-216222 से सम्पर्क करें। —सम्पादक

### आर्यसमाज का उद्धार कैसे हो?... प्रथम पृष्ठ का शेष....

पूनम सूरि धन्यवाद के पात्र हैं, जो एक कर्मठ तथा निठावान् आर्य हैं, जो आर्य युवा समाज के नाम से कार्यक्रम देशभर में चला रहे हैं।

(2) शिक्षा के क्षेत्र में दूसरी बड़ी संस्था गुरुकुल कांगड़ी विश्वविद्यालय हरिद्वार है जिसकी डिग्रियां सरकार द्वारा स्वीकृत है। वैसे तो देशभर में अनेक

छोटे बड़े लड़कियों और लड़कों के गुरुकुल हैं।

अगर इन सब का सम्बन्ध गुरुकुल कांगड़ी विश्वविद्यालय हरिद्वार से हो जायें तो बड़ा अच्छा हो। इन गुरुकुलों के प्रबन्धकों को ऐसा यत्न करना चाहिए। गुरुकुल कांगड़ी के कुलपति भी ऐसा यत्न करें।

आर्य प्रतिनिधि सभा हरयाणा के स्वामित्व में मुद्रक, प्रकाशक व सम्पादक मा० रामपाल आर्य ने दुर्गेश्वरी प्रिंटर्स, माता मन्दिर चौक, पाड़ा मोहल्ला, रोहतक से मुद्रित एवं कार्यालय, सिद्धान्ती भवन, दयानन्दमठ, रोहतक-124001 से प्रकाशित। पत्र में प्रकाशित लेखसामग्री से मुद्रक, प्रकाशक, सम्पादक का सहमत होना आवश्यक नहीं। प्रत्येक विवाद के लिए न्यायक्षेत्र रोहतक न्यायालय होगा। आपत्ति की अवधि प्रकाशन तिथि से एक माह के भीतर ही मानी जाएगी।