ओ३म्

कृण्वन्तो विश्वमार्यम्

अष्टांगयोगादेव तु आत्मशुद्धिः

राष्ट्र,धर्म व मानवता के सबल रक्षक–
वेद, यज्ञ–योग–साधना केन्द्र आत्मशुद्धि आश्रम
बहादुरगढ़ की मासिक पत्रिका

अगस्त 2016

मूल्य 15 रू.

# आत्म-शुद्धि-पथ

मासिक

## 70वीं स्वतन्त्रता दिवस की हार्दिक बधाई

## वेदस्वाध्याय श्रावणी एवम् श्रीकृष्ण जन्माष्टमी की हार्दिक शुभकामनाएं

आर्य समाज के संस्थापक, वेदों के उद्धारक महर्षि दयानन्द सरस्वती

आत्मशुद्धि आश्रम संस्थापक कर्मयोगी पूज्य श्री आत्मस्वामी जी महाराज

# आत्मशुद्धि आश्रम का 50वां वार्षिक स्थापना दिवस समारोह

## दिनांक सोमवार 26 सितम्बर से रविवार 2 अक्टूबर तक 2016

### आकर्षक कार्यक्रम

अथर्ववेदीय खण्ड बहद् यज्ञ, नि:शुल्क ध्यानयोग शिविर, योग सम्मेलन, आर्य महिला सम्मेलन, चरित्र निर्माण सम्मेलन, राष्ट्र रक्षा सम्मेलनों का आयोजन किया जाएगा। मल्टीमीडिया हॉल में, महापुरुषों की जीवनियों और धार्मिक फिल्मों का प्रदर्शन किया जाएगा। बच्चों का कार्यक्रम भी चलेगा। इस शुभ अवसर पर उच्च कोटि के गायकों ओर वक्ताओं को आमन्त्रित किया गया है। आप सभी सादर आमन्त्रित हैं।

व्यवस्थापक-विक्रमदेव शास्त्री, सम्पर्क सूत्र-9416054195, 9896578062

# आत्मशुद्धि-पथ के नये आजीवन सदस्य बनें

925

**श्रीमती कृष्णा सहरावत**
मॉडल टाऊन, बहादुरगढ़

926

**केशव आर्य**
सुभाष नगर, नई दिल्ली

927

**पहलवान सोनू राठी**
बहादुरगढ़

**प्रिय बन्धुओं! मास अगस्त में अधिक से अधिक संरक्षक सदस्य एवं आजीवन सदस्य बनकर आगामी सितम्बर अंक को अपने चित्र व नाम से पत्रिका को सुशोभित करें। सभी सदस्यों से निवेदन है कि वार्षिक शुल्क ( मनीऑर्डर/ड्राफ्ट ) द्वारा शीघ्र भेजें अथवा इलाहाबाद बैंक कोड संख्या IFSC-A0211948 में खाता संख्या 20481973039 में सीधे जमा कर सकते हैं। जिससे पत्रिका आपके पास निरन्तर पहुँचती रहे।**

**- व्यवस्थापक**

॥ ओ३म् ॥

# आत्म-शुद्धि-पथ ( मासिक )

श्रावण-भाद्रपद | सम्वत् 2073 | अगस्त 2016

सृष्टि सं. 1972949117 | दयानन्दाब्द 193

वर्ष-15 ) संस्थापक-स्वर्गीय पूज्य श्री आत्मस्वामी जी ( अंक-8

( वर्ष 46 अंक 8 )

*प्रधान सम्पादक*

**स्वामी धर्ममुनि 'दुग्धाहारी'**

**मो. 9416054195, 9728236507**

❖

सह सम्पादकः

**आचार्य विक्रम देव ( मो. 9896578062 )**

❖

परामर्श दाताः गजानन्द आर्य

❖

कार्यालय प्रबन्धक

**आचार्य रवि शास्त्री**

**( 8529075021 )**

❖

उपकार्यालय

अखेराम सरदारो देवी आत्मशुद्धि आश्रम

खेड़ा खुर्रमपुर रोड, फर्रुखनगर, गुडगांव ( हरि. )

❖

व्यवस्थापकः चन्द्रभान चौधरी

❖

## सदस्यता शुल्क

| | |
|---|---|
| संरक्षक | : 7100 रुपये |
| आजीवन | : 1500 रुपये ( 15 वर्ष के लिए ) |
| पंचवार्षिक | : 700 रुपये |
| वार्षिक | : 150 रुपये |
| एक प्रति | : 15 रुपये |

विदेश में

वार्षिक : 20 डालर  आजीवन : 350 डालर

*कार्यालय* : आत्मशुद्धि आश्रम बहादुरगढ़ .

जिला-झज्जर ( हरियाणा ) पिन-124507

चल. : 9416054195

E-mail : atamsudhi@gmail.com,

## अनुक्रमणिका

| विषय | पृष्ठ सं. |
|---|---|
| आश्रम समाचार | 4 |
| दिव्य गुणों की तीर्थयात्रा | 6 |
| त्याग मय जीवन जीना | 7 |
| योग:जीवन का विज्ञान एवं दर्शन | 8 |
| पुण्य-पाप के बिना सुख-दुःख नहीं | 11 |
| समय की गति | 11 |
| मर्यादा पुरुषोत्तम श्री रामचन्द्र जी का जीवन चरित्र | 12 |
| पेप्सी-कोक शीतल पेय या घातक षड्यन्त्र | 14 |
| गजल | 15 |
| बुजुर्गो का करें सम्मान अन्यथा होगा अपमान | 16 |
| खीरे के आठ अद्भुत स्वास्थ्यवर्धक लाभ | 19 |
| हंसो और हंसाओ | 21 |
| आओ बच्चों तुम्हें दिखाये | 21 |
| करो धर्म के काम | 21 |
| तीर्थ | 22 |
| जब स्वतन्त्रता देवी भारत भूमि पर उतरी | 23 |
| श्रावणी हमें क्या चिन्तन देती है | 26 |
| वेद प्रचार सप्ताह का महत्वःस्वरूप और विधि | 28 |
| यज्ञोपवीत क्यों? | 30 |
| योगेश्वर श्री कृष्ण | 32 |
| ईश्वर का स्वरूप | 34 |
| दान सूची | 34 |

## विज्ञापन दर

| | |
|---|---|
| पिछला कवर पृष्ठ | 5,100 रुपये |
| अंदर का कवर पृष्ठ | 3,100 रुपये |
| पूरा पृष्ठ अंदर | 2,100 रुपये |
| आधा पृष्ठ | 1,100 रुपये |
| चतुर्थ भाग | 600 रुपये |

समस्त सम्पादक मण्डल अवैतनिक है। 'आत्मशुद्धिपथ' में व्यक्त लेखकों के विचारों से सम्पादक मण्डल का सहमत होना अनिवार्य नहीं है। किसी भी प्रकार के विवाद का न्यायक्षेत्र बहादुरगढ़, जि. झज्जर होगा।

# जन्मदिवस पर यज्ञ

इंजीनीयर श्री जगवीर सिंह जी शर्मा श्रीमती डॉ.स्नेहलता शर्मा, सैक्टर-2, बहादुरगढ़ द्वारा अपने सुपुत्र सौरभ कुमार शर्मा का 22वां जन्म दिवस रविवार 17 जुलाई को स्वग्रह पर अत्यन्त उत्साहपूर्वक मनाया गया। यज्ञ श्री विक्रम देव शास्त्री द्वारा सम्पन्न हुआ। श्री ईश्वर जी आर्य द्वारा सर्वयज्ञ व्यवस्था की गई और भजनों द्वारा श्रोताओं को मन्त्रमुग्ध किया गया। स्वामी धर्ममुनि जी आत्मशुद्धि आश्रम के द्वारा परिवारिक जनों के लिए शुभकामनाएं व्यक्त की और सुन्दर आयोजन के लिए प्रशंसा करते हुए कहा कि परिवारों में यज्ञ-सत्संग की व्यवस्था समय-समय करते रहना चाहिए। इससे घर का वातावरण उत्तम रहता है और स्नेहप्रेम की भावना बढ़ती है। इस शुभ अवसर पर श्री जगवीर सिंह जी के परिवार के सभी रिश्तेदार एवम् सम्बन्धी आदि भिन्न-भिन्न स्थानों से प्रयाप्त संख्या में पधारे गुरुकुल आश्रम के बच्चों को कॉपी पैन आदि देकर उत्साहित किया गया। शान्ति पाठ के पश्चात सभी ने सुस्वादिष्ट भोजन का आनन्द लिया और स्व. स्व. स्थानों का प्रसन्नता के साथ प्रस्थान किया।

# पुण्य तिथि पर यज्ञ

श्री सतीशजी सन्दूजा श्रीमती सुदेश सन्दूजा धर्मपुरा बहादुरगढ़ द्वारा अपने पूज्य पिता श्री जयदेव जी की प्रथम पुण्य तिथि पर 6 जुलाई को आत्मशुद्धि आश्रम की भव्य यज्ञशाला में यज्ञ सत्संग का आयोजन कर श्रद्धांजलि दी. गई। पूज्य स्वामी ध र्ममुनि जी ने प्रवचन करते हुए कहा कि अपने बुजुर्गो की पुण्य तिथि मनाना कृतन्घनता के दोष से बचने का साधन है और उनके पद चिन्हों पर चलते हुए धार्मिक एवं परोपकार के कार्य करते रहना चाहिए। इससे आपके परिवार को शान्ति मिलेगी।

# विवाह वर्षगांठ पर पौधे आरोपण

सत्यपाल जी वत्सार्य आत्मशुद्धि आश्रम ट्रस्ट, उपमन्त्री काठमण्डी बहादुरगढ़ द्वारा आत्मशुद्धि आश्रम की दूसरी शाखा अखेराम सरदारो देवी आत्मशुद्धि आश्रम फर्रूखनगर गुड़गांव के मासिक सत्संग के शुभ अवसर पर अपने विवाह की 46वीं वर्षगांठ पर शनिवार 9 जुलाई को फलदार पौधे लगाकर प्रसन्नता का वातावरण बनाया, सत्संग में पधारे हुए सभी सज्जनों ने वत्सजी के पौधे आरोपण कार्य की प्रशंसा की और अपने अपने भाव व्यक्त करते हुए कहा कि वत्स जी से प्रेरणा लेकर विवाह के वर्षगांठ, जन्मदिवस आदि के शुभ अवसरों पर स्वच्छ भारत स्वस्थ भारत बनाने के लिए योगदान करना चाहिए।

# जुलाई मासिक सत्संग सम्पन्न

अखेराम सरदारो देवी आत्मशुद्धि आश्रम का मासिक सत्संग व बृहद यज्ञ सफलतापूर्वक सम्पन्न हुआ। सत्संग का आयोजन 09.07.2016 को सायं 4 बजे से 7 बजे तक किया गया। सत्संग समारोह की अध्यक्षता आश्रम के मुख्यअधिष्ठाता स्वामी धर्ममुनि जी महाराज ने कि। इस अवसर पर मुख्य अतिथि के रूप में पूर्व जज श्री पुष्पेन्द्र जी व विशिष्ट अतिथि के रूप में श्री चांद सिंह डीघल विराजमान थे। मुख्य वक्ता आचार्य खुशीराम वेद प्रचार अधि ष्ठाता दिल्ली सभा, श्री चाँद सिंह आर्य मुख्य संचालन अखेराम सरदारो देवी आश्रम, वानप्रस्थी हरिशमुनि जयनारायण वक़ील, ओमप्रकाश यादव, ध्रुव शास्त्री नेष्ठिक ब्र. गोविन्द जी रहे। सत्संग के आयोजन में वानप्रस्थी श्री इशमुनि, श्री विक्रम शास्त्री, ब्र. सतीश भाण्डवा, ब्र. प्रवीण शास्त्री, ब्र. विपीन, ब्र. मोहनलाल, हरिओम, मुकेश शर्मा व श्री महाबीरार्य का विशेष सहयोग रहा। सत्संग के अन्त में स्वामी धर्ममुनि जी ने सभी का धन्यवाद किया और अगस्त मास में आश्रम के स्थापना दिवस को मनाने की सुचना प्रदान की। मंच का कुशल संचालन श्री राजीवर आर्य पूर्व अधि कारी (रिटायर्ड) दिल्ली सरकार ने किया। सत्संग में संतोष जनक उपस्थित की सभी ने सराहना की। रात्रि भोजन की व्यवस्था भी बड़ी उत्तम रही। भोजन श्री राजबीर जी आर्य द्वारा प्रदान की गई।

# चौ. उदयसिंह मान पंचतत्व में विलीन

14 जनवरी 1911 को लोवाकंला (बहादुरगढ़) में जन्मे, महान समाजसेवी, शिक्षा प्रेमी, देव दयानन्द के अन्नन्य भगत, चौ. छोटू राम के पुजारी मानवीय श्री उदय सिंह जी मान का 8 जुलाई 2016 को निधन हो गया। उनके धार्मिक, सामाजिक और राजनैतिक नेताओं और मान साहब के श्रद्धालुओं की अपार भीड़ के बीच 9 जुलाई को उनके पैतृक गांव में मान साहब का वैदिक रीति से अन्तिम संस्कार सम्पन्न हुआ। 106 वर्ष के दीर्घ जीवन काल में मान साहब को अनेक महत्वपूर्ण दायित्व सौपे गए। जिनका आपने निष्ठा पूर्वक सफल निर्वहन किया।

1929 से 1952 तक आपने एक अति सफल और आदर्श अध्यापक की भूमिका निभाई। 1952 में अध्यापन कार्य से त्याग पत्र दिया और पूर्ण रूप से समाज, शिक्षा और राजनैतिक गतिविधियों में भाग लेने लगे। 1952 से 1962 तक (10 वर्ष) पंजाब विधान परिषद् के सदस्य रहे और समाज और शिक्षा सुधार के अनेक महत्व पूर्ण कार्य किए। इस अवधि (1952 से 1962 तक) में आप जाट शिक्षण सोसाइटी रोहतक के गरिमामय प्रधान पर आसीन रहे। जाट शिक्षण सोसाइटी यह स्वर्ण काल माना जाता है। मान साहब ने सब विषयों के चुने हुए शिक्षक और योग्य मास्टर और प्रिंसीपल नियुक्त किए। पूरे पंजाब में जाट स्कूल और जाट कॉलेज की धूम थी। सी.आर. कॉलेज आफ एजूकेशन और पोलोटेक्निक में अनेक युवाओं को रोजगार दिए।

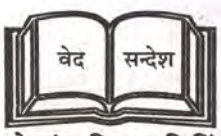
सी.आर.कॉलेज आफ एजुकेशन ने पचास के दशक में हजारो जरूरत महिलाओं को रोजगार दिये तथा कन्या शिक्षा के प्रसार में भारी योगदान मिला। 17 वर्ष तक आप लोवा कंला ग्राम पंचायत के निरर्विरोध सरपंच रहे और गांव में अनेक विकास के काम किए।

गुरुकुलों और शिक्षण संस्थाओं को आपका सक्रिय सहयोग रहता है। पंजाब में विद्यालयों का सरकारीकरण आपके स्तत संघर्ष का परिणाम था। जो दूसरे प्रदेशों के लिए उदाहरण बना।

पंजाब के विभाजन के बाद आप ने 1 सितम्बर 1969 से 15 अक्टूबर 1969 तक हरियाणा प्रदेश के अधिकारों के लिए ऐतिहासिक भूख हड़ताल की थी जिनमें आपका जीवन खतरे में पड़ गया था किन्तु केन्द्रीय नेतृत्व के ठोस आश्वासन मिलने तक आप अपने निर्णय पर अडिग रहे थे।

1957 में हिन्दी रक्षा आन्दोलन में भाग लेने के कारण आप को 6 मास कारावास मिला। देवदयानन्द के आप अनन्य अनुयायी तथा चौ. छोटेराम के पक्के भक्त थे। चौ. छोटूराम के नाम पर बहादुरगढ़ में दीनबन्ध सर छोटू राम धर्मशाला श्री उदयसिंह मान के अथक प्रयास और सक्रिय योगदान का परिणाम है। आत्मशुद्धि आश्रम बहादुरगढ़ और कन्या गुरुकुल लोवा कंला को मान साहब का विशेष स्नेह और आशीर्वाद प्राप्त था। मान साहब की अनगणित सेवाओं के कारण ही उन्हें कई राष्ट्रीय स्तर के सम्मान प्राप्त हुई। जैसे (1) अगस्त 2000 में चौ. सूरजमल संस्थान जनकपुरी दिल्ली में चौ. बहादुर सिंह को समाज जागृति परमार्थ ट्रस्ट विद्यापीठ सांगरिया की ओर से समाज सेवा पुरस्कार। (2) प्रथम अक्टूबर 1915 को राष्ट्रीय डेयरी सभागार करनाल में, हरियाणा सरकार की ओर से तत्कालीन मुख्यमन्त्री द्वारा चौ. रणवीर सिंह हुड्डा वयोवृद्ध पुरस्कार। (3) प्रथम अक्टूबर 2015 को विज्ञान भवन दिल्ली में, केन्द्रीय सरकार की ओर से महामहिम राष्ट्रपति श्री प्रणव मुखर्जी द्वारा वयोश्रेष्ठ पुरस्कार।

आनेवाली पीढ़ियां मान साहब से प्रेरणा लेती रहेगी। 17 जुलाई 2016 को उनके गांव में ही श्रद्धांजलि सभा का आयोजन किया गया जिसमें भारी संख्या में उनके श्राद्धालु श्रद्धांजलि देने पहुंचे।




# दिव्य गुणों की तीर्थयात्रा

- डॉ. रामनाथ वेदालंकार

**श्रेष्ठं यविष्ठमतिथिं स्वाहुतं, जुष्टं जनाय दाशुषे।**
**देवाँ अच्छा यातवे जातवेदसम्, अग्निमीळे व्युष्टिषु॥**
**ऋग 1.44.4**

ऋषिः **प्रस्कण्वः काण्वः**। देवता अग्निः। छन्दः **विराट सतःपङक्तिः**।

(**देवान् अच्छ**) देवजनों या दिव्यगुणों की ओर (**यातवे**) जाने के लिए (मैं) (**व्युष्टिषु**) उषःकालों में (**श्रेष्ठं**) श्रेष्ठ, (**यविष्ठ**) अतिशय युवा, (**अतिथि**) अतिथि-रूप (**सु-आहुतं**) शुभ आहुति के पात्र, (**दाशुषे जनाय**) आत्म-दान करनेवाले जन के लिए (**जुष्ट**) प्रिय (**जातवेदसम् अग्निं**) सर्वज्ञ एवं सर्वव्यापक अग्नि परमेश्वर की (ईडे) स्तुति करता हूँ।

मैं चाहता हूँ कि मैं देवजनों की कोटि में गिना जाऊँ और मैं सत्य, न्याय, दया, दाक्षिण्य आदि सद्गुणों की तीर्थ-यात्रा करूँ। मेरा अब तक का जीवन जन-साधारण का जीवन रहा है। पर अब मैं सामान्य जीवन से ऊपर उठकर देवजनों का सा उज्जवल, पवित्र, उन्नत जीवन जीने का इच्छुक हूँ। देवजन वे होते हैं, जिनके अन्तःकरण में दिव्य गुणों का वास होता है और दिव्य गुणों का वास प्रभु-कृपा से सम्भव है। प्रभु-कृपा और मानव की अभीप्सा एवं प्रयास मिलकर सफलता प्रदान करते हैं। अतः मैं प्रभात वेला में, उषा की किरणों के प्रस्फुटन के साथ-साथ अग्रणी एवं तेजस्वी अग्नि प्रभु का स्तवन, पूजन, वंदन करता हूँ तथा उसके गुण अपने अन्दर धारण करने की प्रेरणा ग्रहण करता हूँ।

'अग्नि' नाम वाला वह परमेश्वर सर्वश्रेष्ठ है, प्रशस्यों में प्रशस्यतम् है। जगत् में जो सूर्य, चन्द्र, जल, वायु प्रभृति उत्कृष्ट पदार्थ पाये जाते हैं तथा जो बड़े-बड़े प्रतिष्ठित प्रशस्त जन विद्यमान है, उन सब जड़-चेतन में वह प्रकृष्टतम है। वह 'यविष्ठ' है, सबसे अधिक युवा है। उसकी शक्ति के सम्मुख बड़े-से-बड़े युवक नरपुंगव हार मानते हैं। साथ ही वह नित्य-तरूण है, सामान्य जनों की भांति कभी बूढ़ा नहीं होता। वह मानव के हृदय में अतिथि बनकर आया हुआ है, अतः अतिथि के समान मार्गदर्शन करने वाला है तथा अतिथि के समान अर्चनीय भी है। वह 'अग्नि' देव 'सु-आहुत' है, हमारी शुभ आहुति का पात्र है, हमारे शुद्ध आत्म-समर्पण को ग्रहण करनेवाला है। वह आत्म-समर्पण कर्ता का 'जुष्ट' है, प्रिय है, उससे प्रेमपूर्वक सेवनीय है। वह 'जातवेदाः' है, समस्त उत्पन्न पदार्थों का ज्ञाता और समस्त उत्पन्न पदार्थों में व्यापक है।

हे मेरे सर्वज्ञ एवं सर्वव्यापक जातवेदा प्रभु! अपने समान तुम मुझे भी श्रेष्ठ बनाओ, मुझे भी सदा-युवा एवं कर्मण्य बनाओ। मुझ आत्म-समर्पक के तुम प्रिय बनो। मुझे सच्चे अर्थों में तुम देव बना दो, दिव्य गुणों का धारक बना दो। दिव्य गुणों की तीर्थयात्रा के लिए मैं तुम्हारी वन्दना कर रहा हूँ।


## साधना के इच्छुक सम्पर्क करें

आत्म-शुद्धि-आश्रम' बहादुरगढ़ में आधुनिक ढंग से शौचालय, रसोई, स्नानगृह आदि से सुसज्जित कमरे साधक-साधिकाओं के लिए उपलब्ध हैं। यहाँ की विशेषता आश्रम में दोनों समय यज्ञ-उपदेशादि, पुस्तकालय, निकट अस्पताल व्यवस्था, एकान्त-शान्त वातावरण। आश्रम "दिल्ली के अन्दर- दिल्ली से बाहर"। रेल-बस आदि की चौबीस घण्टे सुविधा। इच्छुक साधक- साधिकायें सम्पर्क करें।

-व्यवस्थापक, चलभाषः 9416054195

सम्पादकीय

# त्याग मय जीवन जीना

- स्वामी धर्ममुनि

**तेन त्यक्तेन भुञ्जीथाः। यजु. 40.10।**

प्रिय पाठक बन्धुओं। उपरोक्त सूक्ति का सन्देश है उस परम पिता परमात्मा द्वारा जो कुछ प्रदान किया गया है, उसे त्याग भावना से भोगों त्याग से प्रतिष्ठा की प्राप्ति होती है। त्याग कई प्रकार का होता है, प्राणों का त्याग, धन और वैभव का, नाम का, मोह का, पद का, सबसे बड़ा त्याग मोह का होता है। यज्ञ में मन्त्र के साथ स्वाहा शब्द का उच्चारण त्याग का प्रतीक है। शरीर के रहते हुए भी जिन्होंने मोह का त्याग कर दिया, उनको प्रतिष्ठा प्राप्त हुई, राजा जनक विदेह कहलाये गए।

किसी भी रिश्ते में त्याग की महत्वपूर्ण भूमिका होती है, क्योंकि त्याग की भावना में नफरत, प्रतिस्पर्द्धा, एकाधिकार, नियंत्रण जैसी तमाम नकारात्मक बातें नष्ट हो जाती हैं। इसके बाद जो रह जाता है तो वह है केवल मात्र प्रेम। प्यार में त्याग की भावना अमृत के समान है, जो हमें कठिनाई के समय में भी नया जीवन देता है। तब हमारे पास अल्प होते हुए भी हमें परिपूर्णता का अहसास होता है। असल में जब हम सच्ची भावना से त्याग करते हैं, तब हमें कुछ हड़पने का नहीं, बलिक पाने का अहसास होता है। ऐसी स्थिति में सामने वाले के मन में हमारे लिए सम्मानजनक स्थान बनता है। त्याग की भावना जितनी प्रबल होगी, प्रेम उतना ही गहरा होता जाता है और जिस रिश्ते में प्रेम होगा वहां कलह-झगड़े की कोई गुंजाइश नहीं होती, बल्कि एक दूसरे के लिए सम्मान होगा। तब दोनों ओर भरोसे की भावना अपने चरम पर पहुँच जाती है। प्रियवर। आपके मन में यह भावना उठ सकती है कि त्याग भाव से जीवन यापन, किया जाएगा तो संसार का व्यवहार ठप्प हो जाएगा। विकास और उन्नति क्रम रूक जाएगा। फिर कोई किसी का लालन, पालन और पोषण क्यों करेगा? धर्म, कर्म और कर्त्तव्य का पालन कैसे होगा? संक्षेप में इस भावना शंका का उत्तर यह ही है कि एक कर्मचारी अपने कार्यालय में प्रातः से सायंकाल तक पूरे मनोयोग से कार्य करता है और वह कार्यालय के सभी समान को अपना कहता हुआ प्रयोग करता है। परन्तु छूटी का समय होने पर सभी सामान को वही छोड़कर चल पड़ता है कुछ साथ नहीं ले जाता। बस संसार में कार्यालय के समान त्यागमय जीवन जीना सीखें। इसी में सुख, शान्ति और आनन्द है।

## आप आत्मशुद्धि आश्रम को निम्न प्रकार से सहयोग दे सकते हैं–

1. आत्मशुद्धि पथ के संरक्षक सदस्य व आजीवन सदस्य बनकर, वार्षिक सदस्य स्वयं बनकर व अपने हितैषियों को बनाकर, विज्ञापन देकर अपने किसी हितैषी की स्मृति में उनका जीवनचरित्र छपवाकर।
2. गुरुकुल के छात्रों को पुस्तकें, कॉपी, वस्त्र देकर और धर्मार्थ नेत्र चिकित्सालय आदि सेवाकार्यों में आर्थिक सहयोग देकर एवं भोजन के लिए आटा, दाल, चावल आदि खाद्य सामग्री भेजकर। गौशाला में गौदान एवं खल-चूरी, दाना, भूसा आदि भेज सकते हैं।
3. गुरुकुल के छात्रों में से किसी एक को गोद लेकर उसका सम्पूर्ण व्यय 1000/- रुपये मासिक के हिसाब से साल भर का 12000/- रुपये छात्रवृत्ति देकर आप सहयोग कर सकते हैं।
4. आश्रम में प्रातराश, मध्याह्न का भोजन, मध्याह्नोपरान्त जलपान एवं रात्रिकाल के भोजन का व्यय लगभग 3100/- रुपये है। हमारी हार्दिक इच्छा है कि 365 यजमान बनें। एक दिन का भोजन देकर भोजन समस्या का समाधान कर सकते हैं। कमरों के नाम लिखवाने के इच्छुक सम्पर्क करें : आपके प्रिय आत्मशुद्धि आश्रम में 1 कमरा 31000/- 1 कमरा 100000/-, आप सभी दानी महानुभावों से निवेदन है कि अपना अथवा अपने किसी स्वजन की स्मृति मध्य उनके नाम का पत्थर लगवाकर अपने स्वजन का नाम उज्ज्वल कर पुण्य एवं यश के भागी बनें। आश्रम की दूसरी शाखा अखेराम सरदारो देवी आत्मशुद्धि आश्रम खेड़ा खुर्मपुर रोड़, फर्रूखनगर, गुड़गांव के लिए भी सहयोग देकर उत्साहित करें।

**धन्यवाद! –व्यवस्थापक आश्रमसम्पर्क सूत्र : 9416054195**

# योगः जीवन का विज्ञान एवं दर्शन

- वेदाचार्य डॉ. रघुवीर वेदालंकार

विज्ञान एक ऐसी प्रक्रिया है जिसके द्वारा किसी भी वस्तु को हस्तामलकवत् प्रत्यक्ष देखा जा सकता है, उसका विश्लेषण किया जा सकता है। योग जीवन का विज्ञान है। इतना ही नहीं, अपितु योग इससे भी आगे बढ़कर है। योग तथा विज्ञान में दो बातों का अन्तर स्पष्ट हैं पहला यह कि विज्ञान के निष्कर्ष सुनिश्चित होने पर भी परिवर्तनशील है। एक समय में सुप्रतिष्ठित दूसरे समय में प्रासंगिकता खो देते हैं। योग में यह त्रुटि नहीं है योग के सिद्धान्त, इसकी मान्यताएं इसके निष्कर्ष सार्वकालिक हैं। जो सिद्धान्त तथा निष्कर्ष कल प्रासंगिक थे वे आज भी हैं तथा भविष्य में भी रहेंगे जबकि विज्ञान में ऐसा नहीं है। अतः योग को जीवन का विज्ञान कहने की अपेक्षा जीवन का गणित कहना अधिक उपयुक्त होगा। गणित के सिद्धान्त सुनिश्चित होते हैं। 2+2 सदा 4 ही रहेंगे इसी प्रकार योग के सिद्धान्त भी सदा एवं सर्वथा अपरिवर्तनीय हैं तथा रहेंगे। योग तथा विज्ञान में दूसरा भेद यह है कि विज्ञान केवल मूर्त तथा भौतिक पदार्थों का विश्लेषण करता है जबकि योग अभौतिक तथा अमूर्त पदार्थों का भी विश्लेषण करता है, उनका साक्षात्कार करता है। मन यद्यपि भौतिक किन्तु अमूर्त है। मन में रहने वाले विचार, वृत्तियाँ, संकल्प भी अमूर्त हैं। योग इन सभी का विश्लेषण करता है, जबकि विज्ञान के द्वारा यह सम्भव नहीं। यद्यपि मनोविज्ञान के द्वारा मन का अध्ययन किया जाता है, किन्तु वह बाह्य है। मन की गहराई, उसके निरोध तथा नियंत्रण में जिस सीमा तक योग जाता है आधुनिक मनोविज्ञान वहां तक नहीं जाता है।

योग जीवन का विज्ञान है, इस विषय पर कुछ कहने से पूर्व हमें यह जान लेना चाहिए कि जीवन है कया? केवल प्राण लेने का नाम या चलते फिरते रहने का नाम जीवन नहीं है, अपितु आत्मा, मन, बुद्धि, प्राण तथा शरीर के संयोग का नाम जीवन है योग इन सभी को लेकर आगे बढ़ता है। सभी उसके विषय हैं। मन का पूर्ण शुद्धिकरण मन का विषय है। ऋतंभरा प्रज्ञा की प्राप्ति इसी मार्ग पर होती है। शारीरिक स्वास्थ्य तथा नीरोगता भी योग का लक्ष्य है। इसलिए पतंजलि ने व्याधि की गणना अंतरायों में की हैं। प्रमुख रूप में आत्मदर्शन योग का लक्ष्य है। वृत्ति निरोध के पश्चात् वह सुतरां सिद्ध है। इस प्रकार योग दर्शन सम्पूर्ण जीवन का, जीवन के पांचों भागों-आत्मा, मन, बुद्धि, प्राण तथा शरीर का विज्ञान है। इस विज्ञान की तुलना संसार का कोई भी विज्ञान नहीं कर सकता।

आज संसार भौतिक उन्नति पर टिका है वही उसका लक्ष्य है। आज का मानव शरीर एवं इन्द्रियों की संतुष्टि में लगा है आज वह भौतिक साधनों से क्षणिक मनःतोष के साथ पर्याप्त दुख भी प्राप्त कर रहा है, तथापि वह दुख के श्रोत को सुख देने का कोई यत्न नहीं कर रहा है। कामनाओं तथा विविध इच्छाओं का जो बीज उसके मन में निहित है, वह उसे ही अंकुरित, पल्लवित एवं पुष्पित कर रहा है। इसीलिए आज संसार दुःख मग्न है। भौतिक ऐश्वर्य के होने पर भी प्राणियों को शान्ति नहीं।

अपरिमित ऐश्वर्य को प्राप्त करके ऊँचे से ऊँचे पद पर प्रतिष्ठित होकर, मान-सम्मान, धन-धान्य सभी से सम्पन्न होने पर भी वे दुखी हैं, त्रस्त हैं उद्विग्न हैं तथा अशांत हैं। आध्यात्मिक, आधिदैविक तथा आधिभौतिक के रूप में तीन प्रकार के दुःख दर्शनशास्त्र में माने गये हैं। कपिल मुनि इनकी निवृत्ति के लिए **'अथ त्रिविधदुःखात्यन्तनिवृत्ति पुरुषार्थः'** है कह रहे हैं। दुखों का यह विभाग सभी व्यक्तियों पर लागू नहीं होता। संसार में ऐसे अनेक व्यक्ति मिल जायेंगे जो आधिभौतिक तथा आधिदैविक दुखों से ग्रस्त नहीं हैं, तथापि वे दुःखी हैं संतप्त हैं, शोक ग्रस्त हैं ऐसे व्यक्ति स्वयं अनुभव करते हैं कि वे अंदर से रिक्त हैं। उनका समस्त ऐश्वर्य भी शान्ति नहीं दे रहा। इसी कारण उनके मन में एक बेचैनी है छटपटाहट है। इस अवस्था से छुटने की। इसी का नाम आध्यात्मिक दुख है यह दुख बाह्य साधनों से, सांसारिक ऐश्वर्य से दूर नहीं हो सकता। इससे छूटने का एक ही मार्ग है तथा इसी का नाम योग मार्ग है।

योग जीवन जीने का विज्ञान है। आनन्दपूर्वक जीने का दर्शन है। योग मार्ग के पथिक आध्यात्मिक दुख कष्ट नहीं देते। सभी व्यक्ति योग मार्ग के पथिक नहीं बन सकते, पतंजलि बात को जानते हैं। अत्यन्त तमोगुण प्रधान वृत्ति वाले तथा अत्यन्त रजोगुण प्रधान वृत्ति वाले व्यक्ति योग मार्ग के पथिक नहीं बन सकते

वे तो सांसारिक भोगों में ही मस्त हैं। ऐसे लोग एक साधन में सुख न देखकर दूसरे साधन को सुखमय समझकर अपनाते हैं किन्तु वहां पर भी दुख ही प्राप्त करके पश्चाताप करते हैं व्यास जी ऐसे व्यक्तियों को **'वृश्चिकविषभीतइवाशीविषेण दष्टः'** कहते हैं। अर्थात् जो बिच्छू के डंक से डर कर सर्प विष के द्वारा ग्रसित हो जाता है। इसका परिणाम बतलाते हुए व्यास जी कहते हैं - **'विषयवासनानुवासिती महति दुःख पंके निमग्नः'** अर्थात् विषयों की वासना से अनुप्रणित होकर ऐसा व्यक्ति महान् दुःख सागर में निमग्न हो जाता है। रजोगुण एवं तमोगुण प्रधानवृत्ति वाले व्यक्ति ही ऐसे होते हैं। वे योग मार्ग के पथिक नहीं हो सकते।

योग मार्ग के पथिक को श्रद्धालु जिज्ञासु एवं मुमुक्षु होना ही चाहिए। उसके मन में दुःखों से छूटने की कामना होनी चाहिए, तभी वह योग मार्ग पर चलेगा। संसार में तीन प्रकार के प्राणी हैं। एक वे जो सांसारिक भोगों को ही सुखदायक मानकर इनमें ही मस्त हैं। दूसरे वे जो इनमें आसक्त तथा व्यस्त तो हैं किन्तु उनके मन में इन्हें छोड़ने की कामना है क्योंकि वे इनसे दुःखी हैं। तीसरे व्यक्ति वे हैं जो समस्त भोगों को दुःखपूर्ण मानकर इनका ग्रहण ही नहीं करते।

**हस्तसालनात् पंकस्य दूराद् वर्जनं पवरम्।** हाथ में कीचड़ लेकर पुनः पानी से हाथ साफ करने की अपेक्षा कीचड़ का स्पर्श न करना ही श्रेष्ठ हैं यही विवेक का मार्ग है। योगदर्शनकार यही कहते हैं कि विवेकी व्यक्ति के लिए समस्त भोग दुःखदाई ही हैं क्योंकि वे परिणाम ताप तथा संस्कार के रूप में दुःख रूपता को ही उत्पन्न करते हैं महात्मा बुद्ध ने कदाचित् इसी आशय से 'सर्व दुःखं दुःखं' कहा है। आदि शंकराचार्य भी दुःखों के प्रति व्यक्ति को सावधान करते हुए कहते हैं।

**जन्म दुःख जरा दुःखं व्याधिः दुःखं पुनः-पुनः।**
**मरणं तु महद दुःखं तस्मांजागृहि जागृहि॥**

नाना भोगों को भोगने में सुख नहीं है इसे स्पष्ट करते हुए व्यास जी कहते हैं कि भोगों को भोगने में निम्न दोष है :-

1. सभी भोग राग तथा द्वेष को उत्पन्न करते हैं।
2. वे स्थाई नहीं हैं। उनके न मिलने पर तथा नष्ट होने पर कष्ट होता है।
3. सुखोपभोग के कारण पुनः-पुनः उन भोगों को भोगने की इच्छा होती है। भोगों को भोग कर इन्द्रियों को तृष्णा रहित नहीं किया जा सकता।
4. भोगों में सुख से सुख के संस्कार तथा दुःख मिलने पर दुःख के संस्कार चित्त में संचित होते हैं। कठोपनिषद में यमाचार्य द्वारा समस्त भोगों का प्रलोभन दिये जाने पर नचिकेता भी भोगों में इसी प्रकार के दोष दिखलाता हुआ कहता है - (1) सभी भोग नश्वर हैं। (2) ये इन्द्रियों की शक्ति को नष्ट कर देते हैं। (3) भोगों को भोगने के लिए समस्त जीवन भी कम है। समस्त जीवन में भी इन्हें नहीं भोगा जा सकता। इससे क्या होगा? इसका उत्तर भर्तृहरि देते हैं कि शरीर के जीर्ण होने पर भी भोगों के प्रति हमारे मन की तृष्णा कम नहीं होगी अपितु मुद्राराक्षस के लेखक विशाखदत्त के शब्दों में तो **'तृष्णैका तरुणायते'**। अर्थात् वृद्धावस्था में इन्द्रियों तथा शरीर की शक्ति शिथिल होने पर भी तरुणी की भांति तृष्णा बलवती होती जाती है। जो कि चित्त में विषद, क्षोभ एवं पश्चाताप को ही उत्पन्न करती है। इसीलिए व्यास जी कहते हैं कि इस अनादि दुख स्रोत में अपने आपको निमग्न देखकर विवेकी पुरुष आत्मदर्शन की शरण में आता है जो कि सभी दुःखों का विनाशक है।

व्यास जी कहते हैं कि इस समस्त दुःख समुदाय का उत्पत्ति स्थान अविद्या है। योगदर्शन इस अविद्या पर ही प्रहार करता है। व्यास जी कहते हैं कि अन्य सभी क्लेशों के मूल में अविद्या ही है - **सर्व एव तदा क्लेशा अविद्या भटाः।** अविद्या के कारण ही व्यक्ति दुःख सागर में गोते खा रहा है। अविद्या के कारण वह उल्लासपूर्ण जीवन नहीं जी सकता तथा न ही आत्मदर्शन कर सकता जो कि उसका परम लक्ष्य हैं योग दर्शन अविद्या को समूल नष्ट करके आत्मदर्शन का मर्ग बतलाता है। इसे ही पतंजलि ने **'तदा द्रष्टुः स्वरूपेऽवस्थानम्'** यो.सू. 1/2 के द्वारा कहा है। याज्ञवल्क्य स्मृति में तो योग के द्वारा आत्मदर्शन को परम धर्म कहा गया है। निरुक्त में यास्काचार्य तो यह भी कह रहे हैं कि गर्भस्थ जीव गर्भ में नाना कष्टों तथा अपने विविध जन्म-मरणों का स्मरण करता हुआ प्रतिज्ञा करके आता है कि इस घोर कष्ट से छूट कर संसार में जाकर मैं सांख्य तथा योग का अभ्यास करूँगा।

संसार में आकर वह अपनी प्रतिज्ञा को भूल जाता

है इसीलिए आजीवन कष्ट उठाता है। संसार में आकर व्यक्ति यदि योग मार्ग का आश्रय ले तो वह सुखपूर्वक जीवन व्यतीत करेगा। जन्म लिया है तो जीना सबकी अनिवार्यता है। सोचना यह है कि हम प्रसन्नता, उल्लास, आनन्दपूर्वक जीना चाहते हैं या दु:ख में निमग्न होकर तनाव का जीवन जीना चाहते हैं? योग मार्ग ही ऐसा विज्ञान है कि जिसके द्वारा हम आनन्दपूर्वक जीवन व्यतीत करते हुए मृत्यु के उपरान्त भी अमृतत्व को प्राप्त कर सकते हैं। योग मार्ग ही ऐसा दर्शन है कि जिसके माध्यम से हम अपने लक्ष्य को अपने स्वरूप को भलीभांति देख सकते हैं। **दृश्यते नेनेति दर्शनम्। विशेषेण ज्ञायतेऽनेनेति विश्वनम्।** दर्शन का अर्थ है सूक्ष्म चिन्तन तथा विज्ञान का अर्थ है विशेष ज्ञान। योग के द्वारा ही हम अपने शरीर, मन, आत्मा आदि के विषय में सूक्ष्म चिन्तन कर सकते हैं। इनके विषय में विशेष ज्ञान तथा शक्तियाँ प्राप्त कर सकते हैं तथा अपने स्वरूप को पहचान सकते हैं। केवल जीवन के लिए ही नही अपितु सभी कार्यों के लिए दर्शन तथा विज्ञान अपेक्षित है। यथा भोजन का विषय ही लें। हमें यह सूक्ष्मचिन्तन एवं विश्लेषण करके ही खाना चाहिए कि शरीर एवं मन के लिए कौन सा पदार्थ लाभप्रद है तथा कौन सा हानिप्रद है। यदि इसके विपरीत करेंगे तो रोगी होंगे। यह भोजन का विज्ञान है। जीवन का दर्शन तथा विज्ञान यही है कि व्यक्ति को पता रहे कि उसे जीवन किस प्रकार से व्यतीत करना चाहिए। उनका लक्ष्य क्या है तथा उसकी प्राप्ति कैसे हो सकती है? योग के द्वारा हमें इन प्रश्नों के उत्तर मिलते हैं। अत: यह कहना समीचीन ही है कि योग जीवन का दर्शन तथा विज्ञान है।

योग द्वारा नियंत्रित जीवन का विज्ञान एवं दर्शन यह है कि -

1. योगी सर्वदा प्रतयेक परिस्थिति में प्रसन्न रहेगा। इस चित्त प्रसादन के लिए पतंजलि में मैत्री, करुणा, मुदिता तथा उपेक्षा आदि का भी विधान किया है। इन्हें अपनाकर योगी सदा प्रसन्न रहेगा। हम ऐसा नहीं करते। हम तो मैत्री के स्थान पर द्वेष से पूर्ण रहते हैं। कारुणिक होने के स्थान पर ऐसे पाषाण हृदय बन जाते हैं कि किसी का दु:ख देखने पर भी हमारा हृदय नहीं पिघलता। दूसरे की उन्नति देखकर प्रसन्न होने के स्थान पर दु:खी होते हैं उससे ईर्ष्या करते हैं। इसीलिए दुखी होते हैं। योगी की यह स्थिति नहीं होगी।

2. भोगाकांक्षी व्यक्ति सर्वदा असंतुष्ट रहते हैं, जबकि योगी सर्वदा संतुष्ट रहता है। संतोष से ही अकल्पनीय सुख की प्राप्ति होती है, ऐसा पतंजलि कहते हैं।

3. योग तृष्णा रहित रहेगा जबकि संसार को ऐषणात्रय ने जकड़ा हुआ है। यहां पर व्यास जी महाभारत के एक श्लोक द्वारा प्रतिपादित करते हैं कि संसार के दिव्य सुख भी तृष्णाक्षय रूपी सुख के सोलहवें भाग के भी बराबर नहीं है। इसी बात को अन्यत्र इस प्रकार कहा गया है -

**सन्तोषामृततृप्तानां यतसुखं शान्तचेतसाम्।**
**कुतस्तद्धनलुब्धानामितश्चेतश्च धावताम्।।**

4. योगी सर्वदा निश्चित रहेगा। ईश्वर प्रणिधान इसी निश्चिन्तता का नाम है जहाँ व्यक्ति अपना सब कुछ ईश्वर के ऊपर छोड़कर निश्चित जीवन व मृत्यु के प्रति सर्वथा निश्चित हो जाता है।

5. योगी शोक रहित रहेगा क्योंकि राग-द्वेष हर्ष तथा शोक को जन्म देने वाले हैं। योगी राग-द्वेष से छूटकर आत्म दर्शन की ओर प्रयाण करता है। इसलिए शोक से सर्वथा छूट जाता है। इसी बात को उपनिषद् **'तरतिशोकमात्मवित्'** के द्वारा कह रही है। योग न केवल जीने की ही कला सिखाता है अपितु मरने की कला भी सिखलाता है। योगी व्यक्ति को अभिनिवेश नामक क्लेश नहीं होता क्योंकि वह आत्मा तथा शरीर के स्वरूप को पृथक-पृथक जान चुका होता है। वह स्वेच्छा प्राणोत्म करता है। इसे ही कालीदास **'योगेनान्ते तनूत्यजाम्'** के रूप में कह रहे हैं। मृत्यु तो सबकी होगी। कोई भी उससे नहीं बच सकता। अन्तर केवल यही है कि सांसारिक व्यक्ति पूरे जीवन में तो कष्ट पाते ही हैं मृत्युकाल में भी वे अनिच्छापूर्वक बड़े कष्ट से प्राण त्यागते हैं। जीवन भर मृत्यु का भय उनके ऊपर सवार रहता है। जबकि योगी इस भय से सवर्था मुक्त रहता है। मृत्यु उसे अचानक आकर नहीं दबाती अपितु वह मृत्यु की तैयारी करता है। मृत्यु उसका क्या करेगी जबकि वह इसी जन्म में जीवनमुक्त अवस्था को प्राप्त कर लेता है अत: उसके लिए मृत्यु केवल वस्त्र बदलने के समान हैं मृत्यु के पश्चात् भी उसाका गन्तव्य सुस्पष्ट है तथा वह है कैवल्य अथवा मोक्ष। इसी को वेद मंत्र **'मृत्योर्मुक्षीय मामृतात्'** के द्वारा कह रहा है।

- पूर्व रीडर, रामजस कॉलेज, दिल्ली विश्वविद्यालय

# पुण्य-पाप के बिना सुख-दुःख नहीं

- प्रस्तुति प्रणव आर्य, पंजाबी बाग, दिल्ली

प्रश्नः- बड़े-छोटों को एक सा ही सुख-दुःख है। बड़ों को बड़ी चिन्ता और छोटों को छोटी। जैसे-किसी साहुकार का विवाद राजघर में लाख रूपये का हो तो वह अपने घर से पालकी में बैठकर कचहरी में उष्णकाल में जाता हो। बाजार में हो के उसको जाता देखकर अज्ञानी लोग कहते हैं कि-देखो पुण्य-पाप का फल। एक पालकी में आनन्दपूर्वक बैठा है और दूसरे बिना जूते पहिरे ऊपर-नीचे से तप्यमान होते हुए पालकी को उठाकर ले जाते है। परन्तु बुद्धिमान लोग इसमें यह जानते हैं कि जैसे-जैसे कचहरी निकट आती जाती है, वैसे-वैसे साहूकार को बड़ा शोक और सन्देह बढ़ता जाता और कहारों को आनन्द होता जाता है। जब कचहरी में पहुंचते हैं तब सेठजी इधर-उधर जानें का विचार करते हैं कि प्रॉडविवाक (वकील) के पास जाऊं सरिश्ते के पास। आज हारूंगा वा जीतूंगा, न जाने क्या होगा? और कहार लोग तम्बाकू पीते, परसपर बातें चीतें करते हुए प्रसन्न होकर आनन्द में सो जाते हैं। जो वह जीत जाय तो कुछ सुख और हार जाय तो सेठ जी दुःखसागर में डूब जाय और वे कहार जैसे के वैसे रहते हैं। इसी प्रकार जब राजा सुन्दर कोमल बिछौने में सोता है तो भी शीघ्र निद्रा नहीं आती और मजदूर कंकड़, पत्थर और मिट्टी ऊँच-नीचे स्थान पर सोता है, उसको झट ही निद्रा आती है, ऐसे ही सर्वत्र समझो।

उत्तर- यह समझ अज्ञानियों की है। क्या किसी साहूकार से कहें कि तू कहार बन जा और कहार से कहें कि तू साहूकर बन जा, तो साहूकार कभी कहार बनना नहीं और कहार साहूकार बनना चाहते हैं। जो सुख-दुःख बराबर होता तो अपनी-अपनी अवस्था छोड़ नीच और ऊंच बनना दोनों न चाहते। देखो! एक जीव विद्वान, पुण्यात्मा, श्रीमान राजा की रानी के गर्भ में आता और दूसरा महादरिद्र घसियारी के गर्भ में आता है। एक को गर्भ से लेकर सर्वथा सुख और दूसरे को सब प्रकार दुःख मिलता है। एक जब जन्मता है तब सुन्दर सुगन्धियुक्त जलादि से स्नान, युक्ति से नाड़ीछेदन, दुग्धपानादि यथायोग्य प्राप्त होते हैं। जब वह दूध पीना चाहता है तो उसके साथ मिश्री आदि मिलाकर यथेष्ट मिलता है। उसको प्रसन्न रखने के लिए नौकर चाकर, खिलौना, सवारी, उत्तम स्थानों में लाड से आनन्द होता है। दूसरे का जन्म जंगल में होता, स्नान के लिए जल भी नहीं मिलता, जब दूध पीना चाहता है तब दूध के बदले में घूंसा-थपेड़ा आदि से पीटा जाता है। अत्यन्त अतिस्वर से रोता है कोई नहीं पूछता, इत्यादि जीवों को बिना पुण्य-पाप के सुख-दुःख होने से परमेश्वर पर दोष आता है।

दूसरा जैसे बिना किये कर्मो के सुख-दुःख मिलते हैं तो आगे नरक-स्वर्ग भी न होना चाहिए। क्योंकि जैसे परमेश्वर ने इस समय बिना कर्मो के सुख-दुःख दिया है, वैसे मरे पीछे भी जिसको चाहेगा उसको स्वर्ग में और जिसको चाहे नरक में भेज देगा। पुनः सब जीव अधर्मयुक्त हो जायेंगे, धर्म क्यों करें? क्यों कि धर्म का फल मिलने में सन्देह है। परमेश्वर के हाथ है। जैसी उसकी प्रसन्नता होगी वैसा करेगा तो पाप-कर्मो में भय न होकर संसार में पाप की बुद्धि और धर्म का क्षय हो जायेगा। इसलिए पूर्वजन्म के पुण्य-पाप के अनुसार वर्तमान जन्म और वर्तमान तथा पूर्वजन्म के कर्मानुसार भविष्यत् जन्म होते हैं।

# समय की गति

- सुदेश सुनेजा धर्मपुरा, बहादुरगढ़

अनगिनत बूंदे गिरती हैं,
व्योम से धरा पर,
प्रत्येक बूंद सीप के मुंह में पड़कर
मोती तो नहीं बन जाती
या फिर सभी बूंदे मोती बनने से
वंचित तो नहीं रह पाती
लेकिन कौन सी बूंद बनेगी मोती
कब किसने जाना है
समय की गति को,
कब किसने पहचाना है।
मुनि वशिष्ट से ज्ञानी, धोखा खा गये
राज तिलक का मुर्हुत निकाल कर
श्री राम जी को बनवास दिलवा गये
जब आदर्श पुरुष जी राम जी के साथ
ऐसा ही सकता है, तब आम
आदमी भी बुरे वक्त में क्या
नहीं खो सकता है।

# मर्यादा पुरूषोत्तम श्री रामचन्द्र जी का जीवन-चरित्र

गतांक से आगे

-राजवीर सिंह आर्य, बहादुरगढ़

हमारे ऐतिहासिक ग्रन्थ एवं विशाल महाकाव्य रामायण की किस तरह खिल्ली उड़ाई जाती है, इसका उदाहरण यहाँ दे रहे हैं। दिल्ली विश्वविद्यालय में बी. ए. ऑनर्स में किन्ही रामानुज नामक लेखक पाठ पढ़ाया जाता था। जिसे काफी संघर्ष के पश्चात् पाठ्यक्रम से निकाला गया। श्री रामानुज लिखते हैं कि कितनी रामायण? तीन सौ या तीन हजार? जबकि प्रत्येक रामायण के अन्त में यही निष्कर्ष निकलता है कि आखिर कितनी रामायणें हैं? आगे लिखता है कि बहुत सी कहानियाँ है, और वे इस प्रकार हैं:-

एक दिन जब राम अपने सिंहासन पर बैठे थे तो उनकी अंगुली से उनकी अंगूठी निकल कर जमीन पर गिर पड़ी और वह अदृश्य हो गई। जहाँ पर वह गिरी थी, वहां पर एक छोटा सा छिद्र बन गया लेकिन अंगूठी गायब हो चुकी थी। राम का विश्वास पात्र सेवक हनुमान जो राम के चरणों की तरफ झुका हुआ बैठा था, उसको राम ने कहा ''हे हनुमान, मेरी अंगूठी की तलाश करो, वह यहां पर गिर कर खो गई है।'' क्योंकि हनुमान कहीं पर भी प्रवेश कर सकता था, चाहे वह कितना भी सूक्ष्म से सूक्ष्म छिद्र क्यों न हो। क्योंकि उसे अपने शरीर को छोटे से छोटा और विशाल से विशाल करने की सिद्धी प्राप्त थी। इसीलिए हनुमान उस छिद्र में घुस गया जिसमें अंगूठी नीचे गई थी। वह नीचे जाता रहा, जाता रहा और अन्त में पाताल लोक जा पहुँचा। वहाँ पर बहुत सी स्त्रियाँ थी। उन स्त्रियों ने सूक्ष्म रूप धारण किये हुये हनुमान को देखा तो कोतूहल वश कहा ''देखो कितना छोटा सा बन्दर है, यह ऊपर पृथ्वी लोक से आ पड़ा है।'' तब उन स्त्रियों ने उसे पकड़कर एक थाली में रख लिया, जिसे पशु माँस खाना बेहद पसन्द था। इसीलिए रात्रि को भोजन के साथ उसे भी थाली में रखकर राजा को परोसा गया। हनुमान आश्चर्यचकित होता हुआ थाली में बैठा रहा और सोचने लगा कि अब क्या करना चाहिए? दूसरी तरफ जब हनुमान पाताल लोक तरफ जा रहा था और राम अपने सिंहासन पर बैठा हुआ था तो उसी समय बुद्धिमान वशिष्ठ और भगवान ब्रह्मा उनसे मिलने आये

और उन्होंने राम से कहा ''हम आपसे एकांत में गुप्त वार्तालाप करना चाहते हैं तथा उस स्थान पर किसी को भी आने की आज्ञा न हो। क्या आप इससे सहमत हैं?'' राम ने कहा, ''हाँ, मैं इसके लिए तैयार हूँ।'' तब उन दोनों ने कहा कि ''इस सम्बन्ध में आदेश पारित किया जाये कि वार्तालाप के समय यदि कोई भी व्यक्ति हमारे पास आया तो उसका सिर कलम कर दिया जायेगा।'' राम ने कहा 'तथाअस्तु'' इसके उपरान्त राम ने विचार किया कि इस कार्य के लिए कौन उपयुक्त होगा? हनुमान तो अंगूठी लेने गया हुआ है। अब तो लक्ष्मण को ही इस कार्य के लिए नियुक्त करना होगा और उन्होंने लक्ष्मण को आदेश दिया कि ''हे लक्ष्मण इस दरवाजे पर खड़े हो जाओ और इसके अन्दर कोई प्रवेश ना कर पाये।'' लक्ष्मण आज्ञा पाकर दरवाजे पर खड़ा हो गया। तभी बुद्धिमान विश्वामित्र प्रकट हो गये और लक्ष्मण से कहने लगे ''मुझे बताओ राम कहाँ पर है। मुझे इसी समय बड़े आवश्यक कार्य से बिना कोई देरी किये मिलना है।'' लक्ष्मण ने कहा कि ''आप इस समय नहीं मिल सकते हैं क्योंकि वे किसी आवश्यक कार्य से दूसरे लोगों से वार्तालाप कर रहे हैं।'' विश्वामित्र ने कहा ''ऐसी कौन सी बात है जो राम मुझसे छिपाकर कर रहे हैं? मैं इसी समय अन्दर जाऊँगा।'' लक्ष्मण ने कहा कि ''मुझे राम द्वारा कठोर आदेश है और मैं उन्हीं की आज्ञा का पालन कर रहा हूं। यह तभी संभव हो पायेगा जब राम बाहर आयेंगें। तब तक आपको इन्तजार करना होगा।'' तब विश्वामित्र ने कहा ''अगर आप अन्दर जाकर नहीं पूछकर आते हो, तो मैं श्राप द्वारा सारी अयोध्या नगर को भस्म कर दूंगा।'' लक्ष्मण धर्म संकट में फंस गया और विचार करने लगा कि अगर मैं अन्दर जाऊँगा तो आज्ञा उल्लंघन का दोषी होने के कारण मैं ही मृत्यु को प्राप्त

होऊँगा। अगर नहीं जाता हूँ तो यह अपने श्राप द्वारा सारी अयोध्या को भस्म कर देगा। इसीलिए अच्छा है कि मैं ही अन्दर चला जाता हूँ।'' इसीलिए लक्ष्मण अन्दर चला गया। राम ने लक्ष्मण से पूछा क्या बात है? हे राम! विश्वामित्र आये हुये हैं। राम ने कहा कि उन्हें अन्दर भेज दो। इस प्रकार विश्वामित्र अन्दर चला गया। राम आदि की गुप्त वार्ता समाप्त हो चुकी थी। ब्रह्मा और वशिष्ठ राम को ये कहने आये थे कि ''हे राम तुम्हारा मानवता के प्रति कर्तव्य समाप्त हो चुका है, अब आप अपना यह अवतरित स्वरूप त्याग कर इस शरीर को छोड़कर देवताओं में आकर सम्मिलित हो जाओ। यह हमारा कथन है।'' दूसरी तरफ लक्ष्मण ने कहा कि ''हे राम आपकी आज्ञा भंग करने के अपराध में मेरा सिर कलम कर दो।'' राम ने कहा ''क्यों? जब तुम अन्दर आये तो हमारी वार्ता समाप्त हो चुकी थी। इसीलिए तुम्हारा अन्दर आना अवज्ञा नहीं हुई।'' इसके पश्चात लक्ष्मण ने कहा कि ''आप ऐसा नहीं कर सकते। आपने मुझे अवश्य सजा देनी पड़ेगी। आपका जीवन पाक-साफ रहा है। आपने तो दण्ड दिये बिना अपनी धर्मपत्नी सीता को भी नहीं छोड़ा, उसे भी जंगल में भेज दिया था। अगर मुझे आप छोड़ देंगे तो यह राम के नाम पर दाग होगा। इसीलिए आप मुझे सजा दिये बिना छोड़ नहीं सकते, मुझे अवश्य सजा दीजिए।''

इसके पश्चात् लक्ष्मण स्वयं सरयु नदी के तट पर गया और उस बहती धारा में प्रवेश कर गया। लक्ष्मण शेष नाग का अवतार था। जिस पर स्वयं विष्णु भगवान शयन करते हैं। जब लक्ष्मण ने अपना शरीर को त्याग दिया, तब राम ने अपने सभी निकट मित्रों एवं भाईयों को बुला भेजा और उन सभी की उपस्थिति में राम ने अपने जुड़वां पुत्रों का अभिषेक किया और फिर स्वयं भी सरयु नदी में प्रवेश कर गया। जब यह पृथ्वी लोक पर घट चुका था तो पाताल लोक में हनुमान को भूतों के राजा के पास ले जाया गया और उस समय वह निरन्तर राम का ही स्मरण कर रहा था। तब उस पाताल लोक के राजा ने पूछा ''तुम कौन हो? हनुमान बोला ''मैं हनुमान हूँ।'' राजा बोला ''हनुमान! तुम यहाँ किसलिए आये हो।'' हनुमान ने कहा ''ये तो सभी एक जैसी ही अंगूठी लग रही हैं, मैं जिसकी तलाश में आया हूँ, उसे नहीं पहचान पा रहा हूँ। तब उस पाताल लोक के भूतनाथ ने कहा कि ''जितनी अंगूठीयाँ इस प्लेट पर रखी हुई हैं, उतने ही राम हुये हैं। जब तुम पृथ्वी लोक पर जाओगे तो तुम्हें राम नहीं मिलेंगे। उसका समय समाप्त हो चुका है। जब भी किसी राम का अन्त हो जाता है तो उसकी अंगूठी नीचे मेरे पास आ जाती है और मैं इसे अपने पास रख लेता हूँ। यह सब सुनकर हनुमान वापस पृथ्वी लोक पर आ गया।

**टिप्पणी:**- यहाँ पर लेखक रामानुजन ने जो रामायण सम्बन्धी विषय प्रस्तुत किया है, वह बिल्कुल निराधार व तथ्यों से परे है। इसमें लेखक बड़ी चतुराई, धुर्तता व चालाकी से यह सिद्ध करने का प्रयत्न कर रहा है कि पता ना कितने राम हुये है और कितनी उनकी कहानियाँ लिखी हुई हैं। यहाँ पर वह यह भी बताने का प्रयास कर रहा है कि राम कोई ऐतिहासिक पुरुष नहीं हुआ। जब राम ही पैदा नहीं हुआ तो रामायण को ऐतिहासिक ग्रंथ कैसे माना जा सकता है? यह केवल रामानुजन ही नहीं बल्कि हर नास्तिक, कम्युनिस्ट और अपने पुर्वजों में आस्था ना रखने वाला व्यक्ति मानता है। एक कहावत प्रसिद्ध है कि अपनी लस्सी को कोई खट्टी नहीं बताता पर यहां तो उल्टा ही देखने को मिल रहा है कि हम अपने अमृत को विष बता रहे हैं। इतिहास बताता है कि इस देवभूमि पर असंख्या ऋषि, रामचन्द्र और कृष्ण जैसे आप्त पुरुष हुए हैं, पर एक हम हैं कि या तो उनका अस्तित्व स्वीकार ही नहीं करते या फिर करते हैं तो श्रद्धावश इतना करते हैं कि वह दूसरों को काल्पनिक व अविश्वसनीय लगता है। देखिये तर्क का तो उत्तर दिया जा सकता है, होता भी है लेकिन कुर्तक का कोई उत्तर नहीं होता। अत: हमारा यह मानना है जो बिल्कुल सत्य भी है कि रामायण केवल एक है और उसके लेखक महर्षि बाल्मीकि हैं।


## आपकी सुविधा हेतु

आप आत्मशुद्धि आश्रम, बहादुरगढ़ द्वारा संचालित विभिन्न प्रकल्पों हेतु अपना पावन दान निम्नलिखित खाते में सीधा जमा कराकर पुण्य के भागी बन सकते हैं–

| बैंक | नाम व खाता संख्या | बैंक कोड संख्या |
|---|---|---|
| इलाहाबाद बैंक, रेलवे रोड, बहादुरगढ़,झज्जर | आत्म शुद्धि आश्रम 20481946471 | IFSC-A0211948 |

# पेप्सी-कोक शीतल पेय या घातक षड्यन्त्र

- चांद सिंह आर्य

यह तो आम जानकारी की बात है कि पेप्सी और कोका-कोला के तरह-तरह के प्रचार माध्यमों के कारण इसका प्रचलन इतना बढ़ गया है कि इसका सेवन हर मौके और प्रत्येक मौसम में गरीब-अमीर सभी करने लग गये हैं। एक मोटे अनुमान के अनुसार यह मान लें कि देश की आधी जनसंख्या इसका सेवन करती है और प्रत्येक व्यक्ति वर्ष भर में 10 बोतल पीये तो प्रतिवर्ष 550 करोड़ बोतलों की खपत हुई। एक बोतल पर सब खर्च मिलाकर लगभग 2 रूपये से भी कम लागत आती है और ग्राहक की जेब से 10 रूपये निकाल लिए जाते हैं। इस प्रकार प्रत्येक बोतल के पीछे लगभग 8 रूपये आम भारतीय की जेब से निकलकर बहुराष्ट्रीय कम्पनी के खाते में चले गये। इस हिसाब से दो वर्ष में लगभग 80-90 'अरब रूपये आम नागरिक की जेब से निकलकर विदेश में चले गए। हमारे देश में 6 लाख से अधिक गांव है। पेप्सी और कोका-कोला के चक्कर में दो साल में हमारी जेब से निकला पैसा इतना है कि प्रत्येक गांव के हिस्से में लगभग डेढ़ लाख रूपये आया जिससे प्रत्येक गांव में पीने का पानी का प्रबन्ध किया जा सकता है। इतना बड़ा व्यापार है इस 300 मिली. की बोतल का।

आज किसी भी देश को हथियारों के बूते अधीन नहीं किया जा सकता। किसी भी देश की अर्थव्यवस्था को कमजोर बनाकर अपने अधीन कर लेना उस देश को गुलाम बना लेना है। आज का सबसे कारगर हथियार व्यापार के माध्यम से अर्थव्यवस्था को पंगु बनाना है। पेप्सी, कोका-कोला के व्यापार ने हमारे छोटे देशी धन्धों जैसे-गन्ने का रस, नींबू की शिकंजी, फलों का रस, जलजीरा, शरबत और नारियल के पानी आदि से अपना पेट पालनेवाले लाखों लोगों के पेट पर लात मारकर बाजार पर कब्जा जमा लिया। बाजार के अतिरिक्त लोगों की आदतों और सोच पर अधिकार हो जाता है तो वह देश चुपचाप अनजाने में गुलाम बन जाता है। यही वह गहरी राजनीति है जो पेप्सी-कोक देश में चला रही है।

प्रतिवर्ष देश का जो अरबों रूपया बहुराष्ट्रीय कम्पनियाँ कमाती हैं उसी में से एक भाग विश्व बैंक या अन्तर्राष्ट्रीय मुद्रा कोष के माध्यम से हमारे देश में मनचाही शर्तो पर हमारे सिर कर्ज बनकर आता है। हमारा पैसा हमें की कर्ज और वह भी मनमानी शर्तो पर अर्थात् हमारा जूता जमारे सिर। इससे गहरा षड्यंन्त्र और क्या होगा?

ये कुछ बातें थी जो देश के स्वास्थ्य से जुड़ी हुई हैं। अब विचार करें कि पेप्सी, कोका-कोला (थम्स-अप, लिम्बका, लहर-पेप्सी, मिरिण्डा आदि सभी ब्राण्ड) जब हमारे पेट में जाते हैं तो हमारे स्वास्थ्य के साथ क्या करते हैं जरा ध्यान से पढ़िये-

1. आप जब पेप्सी, कोका-कोला की बोतल हाथ में लेते हैं तो सबसे पहले आपको इसका रंग दिखाई देता है। इन सभी शीतल पेय पदार्थो में जो विभिन्न रंग मिले हैं वे सब कृत्रिम रंग है। ये वही रंग हैं जो मिठाइयों को रंगीन करने में प्रयोग होते हैं। ये हल्दी, मेंहदी या किसी जड़ी-बूटी के प्राकृतिक रंग नहीं हैं। ये कृत्रिम हैं जो स्वास्थ्य के लिए हानिकारक हैं।

2. बोतल का ढक्कन खोलते ही बुलबुले उठते हैं। ये बुलबुले उच्च दबाव पर घोली गई कार्बन डाईऑक्साइड के हैं। यह गैस हम श्वास के साथ बाहर छोड़ते हैं क्योंकि शरीर को इस गैस की आवश्यकता नहीं है। पेप्सी और कोका-कोला के सेवन करनेवाले इस गैस को शरीर में डालते हैं जो किसी भी रूप में ठीक नहीं है।

3. जब इसकी घूंट भरते हैं तो यह शीतल पेय हमें मीठा सा लगता है। यह मीठी चीनी के कारण नहीं होता अपितु सैक्रीन या एम्परटेम के कारण होता है। ये रसायन चीनी से लगभग सैकड़ों गुणा मीठे होने के कारण बहुत थोड़ी मात्रा से मीठा कर देते हैं और खर्च भी कम आता है। चीनी या गुड़-शक्कर आदि दूसरे मीठे पदार्थो की तरह ये रसायन विघटित न होकर गुर्दो के रास्ते पेशाब के साथ बाहर निकल जाते हैं। अतः इन शीतल पेय-पदार्थो का पीना गुर्दो का कार्य बढ़ाना हुआ। यदि चीनी से भी मीठा किया हो तो एक बोतल को मीठा करने के लिए कई चम्मच चीनी मिलानी पड़ती है। कोई व्यक्ति यदि प्रतिदिन एक बोतल पेप्सी पीवे और 3-4 कप चाय भी ले तो प्रतिदिन 13-14

चम्मच चीनी पेट में चली जाती है जो शुगर की बीमारी को बढ़ावा देती है।

4. इन शीतल पेय-पदार्थों का स्वाद चरपरा बनाने के लिए इनमें फास्फोरिक व सिटरिक अम्ल मिलाये जाते हैं। किसी तरल में कितना तेजाब है इसका अन्दाजा पी.एच. मापकर किया जाता है। पानी जो कि उदासीन है (न अम्ल न क्षार) की पी.एच. 7 होती है। 7 से कम पी.ए. वाले तरल अम्लीय और 7 से ज्यादा पी.एच. वाले क्षार होते हैं। पेप्सी-कोक की पी.एच. 3.4 के करीब होती है। शोचालयों की सीट साफ करने के प्रयोग में आने वाले नमक के तेजाब की पी.एच. भी 3.4 के आसपास होती है। इस प्रकार पेप्सी, कोका-कोला आदि बहुत ही अम्लीय तरल हैं। फास्फोरिक अम्ल पेट में खरोच कर अल्सर पैदा करता है और हडिड्यों को घोलकर उन्हें कमजोर करता है। पेट के स्वाभाविक नमक के तेजाब की क्रिया को मन्द कर देता है जिससे पाचन गड़बड़ा जाता है।

5. इन पेय-पदार्थों को फैक्ट्री में बनाने और ग्राहक के हाथ में आने में कम से कम 1-2 महीने या इससे ज्यादा समय लग जाता है। इतने लम्बे समय तक रखने के कारण खराब होने से बचाने के लिए इनमें परिजरवेटिव (सोडियम बैंजोयेट) मिलाते हैं। जितने भी परिजरवेटिव हैं वे सब स्वास्थ्य के लिए हानिकारक हैं।

6. कम्पनी का उद्देश्य जन साधारण का स्वास्थ्य न होकर मुनाफा कमाना है। ज्यादा मुनाफे के लिए ज्यादा बिक्री होनी चाहिए। ऐसा तब होगा जब लोग इसके शौकीन बनेंगे और इसके पीने के आदी होंगे। लोगों में इन शीतल पेय-पदार्थों की लत लग जावे इसके लिए इनमें हल्का नशा (कैफीन) मिलाया जाता है। यही कारण है कि आजकल बच्चे दूध, लस्सी के मुकाबले पेप्सी और कोका-कोला को ज्यादा पीते हैं जिससे बच्चों के दांत खराब हो रहे हैं। आम जनता में बिक्री बढ़ाने का दूसरा नशा क्रिकेटर एवं फिल्मी हीरो-हीरोईन पैदा करते हैं। कम्पनियाँ इन भंडेलों को करोड़ों रूपया अपने प्रचार के लिए देती हैं और ये टुकड़खोर अपने लालच में आम जनता को भारी नुकसान पहुँचाते हैं।

7. इन पेय-पदार्थों का विशेष स्वाद और फ्लेवर (गन्ध) बनाने के लिए कृत्रिम गंध मिलाई जाती है। सभी कृत्रिम गंध हानिकारक होती हैं। विशेष स्वाद के लिए ग्लीस्राल और एल्कोहल जैसे पदार्थ भी मिलाते हैं। (ग्लीस्रांल पशुओं के मांस से बनाया जाता है।)

इस प्रकार पेप्सी, कोका-कोला की संरचना में पाई जानेवाली सभी वस्तुएँ (रंग, गैस, मीठा, तेजाब, परिजरवेटिव, नशा, स्वाद, फ्लेवर) स्वास्थ्य के लिए अत्यन्त हानिकर हैं। अब तो सी.एस.ई. (सैन्टर फोर साईस एण्ड एनवायरमैंट) की जांच रिपोर्ट ने सिद्ध कर दिया है कि पेप्सी, कोका-कोला, थम्सअप, लिम्का, सेवेन अप, ब्लू पेप्सी, स्प्राईट, मिरिंडा जैसी 12 विदेशी कम्पानियों के ब्राण्डों में जो कीटनाशक पाये गए हैं उनके नाम हैं-लिण्डेन, डी.डी.टी. मेलाथियान और क्लोरपापरीफास। ये सभी भयंकर जहर हैं।

विदेशी कम्पनियों के ब्राण्ड जहां इतने घातक हैं, वहीं नकली पेय जो उनसे भी अधिक प्रचलन में हैं, बहुत ही घातक एवं जहरीले हैं। अत: इनका सेवन मौत को निमन्त्रण देना है। ऐसे लोगों का उद्देश्य केवल पैसा कमना है। इन लोगों को जो हमारे स्वास्थ्य के साथ खिलवाड़ करते हैं, सख्त सजा दी जानी चाहिए।

अत: नि:संकोच कहा जा सकता है कि पेप्सी, कोका-कोला का मतलब जेब से 10 रूपये खर्च करके जहर खरीदना और अपने स्वास्थ्य की बरबादी के साथ-साथ देश को गुलामी की ओर धकेल देना है। एक जागरूक और देशभक्त नागरिक का कर्त्तव्य बनता है कि इस डकैती से स्वयं बचे और दूसरों को सावधान करके देश को गुलाम होने से बचाए।

# गजल

– कवि कृष्ण 'सौ मित्र' साहित्यालंकार, मो. 8901272846

जख्मों पर जख्म हम खाते रहे
जिन्दगी फिर भी तुझको निभाते रहे
आस तो तोड़ी नहीं जिद ये छोड़ी नहीं
दौरे गर्दिश में भी मुस्कुराते रहे
वो भी एक दौर था ये भी एक दौर है
हर तरह टूटे दिल को बहलाते रहे
कब समझता है समझाने से पगलामन
दिल तड़फता रहा खुद को खाते रहे
सुख को देखा कभी तो कल्पनाओं में
दु:ख ही दु:ख में ये जीवन बिताते रहे।

# बुजुर्गों का करें सम्मान अन्यथा होगा अपमान

- अर्जुनदेव चड्ढा

माता-पिता जो अपनी युवावस्था में अपने बच्चों को सुनहरे भविष्य के लिए स्वयं को भूलकर, जी तोड़ मेहनत कर उन्हें सभी सुख-सुविधाएं उपलब्ध कराते हैं। उन्हें अच्छी से अच्छी शिक्षा दिलाते हैं और उच्च शिक्षा के पश्चात वे सन्तानें महानगरों या बड़े-बड़े शहरों में नौकरी, रोजगार मिल जाने पर उन्हीं माता-पिता को घर पर छोड़ देते हैं हताश एवं एकाकी जीने को। जिनकी पथराई आंखें हमेशा उनका इंतजार करती रहती हैं। इसी प्रकार बड़े अरमानों के साथ बेटे का विवाह कर माता-पिता जिस बहू को डोली में बिठाकर लाते हैं। विवाह के कुछ समय बाद वे बेटा-बहू अपनी निजी जिन्दगी में सबकुछ भुलाकर इतना रम जाते हैं कि घर के बुजुर्ग माता-पिता उन्हें बौझिल लगने लगते हैं और फलस्वरूप या तो वे माता-पिता को छोड़कर अलग चले जाते हैं या फिर उन्हें घर से निकल जाने को मजबूर कर देते हैं।

अति आधुनिक सोच के कारण अतिशिक्षित युवा जिनके घर में वृद्ध माता-पिता हैं, हमेशा अपने पुत्र-पुत्रियों को प्रतिपल चलो होमवर्क करो, इनसे क्या सीखोगे, ये पुराने लोग हैं, अपना काम करो इत्यादि बातों द्वारा अपने-अपने माता-पिता को हतोत्साहित करते नजर आते हैं।

एक ओर सर्वाधिक घातक प्रवृत्ति कि जबतक माता-पिता या बुजुर्ग कमाते हैं, घर का कार्य करने में समर्थ हैं तबतक उनकी बड़ी आवाभगत, मान सम्मान एवं देखभाल। और ज्योंही वे वृद्ध रिटायर अथवा कार्य करने में असमर्थ हुए नहीं कि वे माता-पिता संतानों को पर्वत से अधिक भारी लगते हैं। फलस्वरूप प्रारम्भ होता है तानों, उलाहानों के माध्यम से प्रतिदिन का अपमान और उनकी सुविधाओं में कटौती का खतरनाक सिलसिला। जिससे उनका जीवन नारकीय बन जाता है।

ये चन्द वे उदाहरण मात्र हैं जो आज के दौर में हमें अपने चारों ओर वृद्धों के साथ देखने को मिलते हैं। आज के इस भौतिकवादी, आधुनिक, बाजारवाद के आधार पर विकसित समाज ने मानवीय संवेदनाओं और पारिवारिक परिस्थिति पर सर्वाधिक कुठाराघात किया है जिसकी सर्वाधिक मार घर परिवार के बुजुर्गो को सहनी पड़ी है।

आज अधिकांश घरों में बूढ़े माता-पिता, दादा-दादी को अकेले में अवसादित जीवन व्यतीत करते देखा जा सकता है। आधुनिक सुख सुविधाओं की चाह, स्वतन्त्र जीवन जीने की प्रवृत्ति ने समाज की अमूल्य धरोहर बुजुर्गो को सबकुछ होते हुए भी निराश्रित के समान घर में रहने को मजबूर कर दिया है या फिर घर से बाहर वृद्धाश्रमों का रास्ता दिखा दिया है। घर या वृद्धाश्रमों में एकाकी रह रहे ये बुजुर्ग शिकार हैं अपनों की उस आधुनिक भौतिकतावादी सोच का जो उन्हें समाज में एक अनुपयोगी तत्व मानती है। अपने विकास में बाधक समझती है। वे भूल जाते हैं कि वृद्धावस्था मनुष्य जीवन की एक अवश्यम्भवी प्रवृत्ति है। प्रत्येक को इस स्थिति से गुजरना पड़ेगा। यदि आज का बुजुर्ग दुरावस्था का शिकार है तो सत्य मानिये वर्तमान के युवा का भविष्य अंधकारमय है।

**बुजुर्गो को उपेक्षा नहीं सम्मान चाहिए**- ये वृद्ध परिवार से धन दौलत या भौतिक सुविधाओं की चाह नहीं रखते हैं, केवल सम्मान चाहते हैं। इनकी चाह इतनी सी है कि उन्हें अपनों का प्यार मिले। परिवार उनके साथ शिष्टाचार का व्यवहार करे। तानों, उलाहनों के अपमानित वचनों से मुक्ति मिले। उन्हें उपेक्षित जीवन जीने के लिए मजबूर नहीं किया जाए।

**समझे परिवार की अवधारणा**- बुजुर्गो के उपेक्षित जीवन के पीछे परिवार की अवधारणा को ठीक ढंग से नहीं समझ पाना भी एक बड़ा कारण है। आधुनिक पारिवारिक अवधारणा में परिवार नाम केवल पति-पत्नी और उनके बच्चों का है। इसी कारण बेटा बहू द्वारा जीवन में वृद्ध माता-पिता, सास-ससुर उपेक्षित कर दिये जाते हैं। जबकि परिवार की प्राचीन अवधारणा में पति-पत्नी एवं उनके बच्चों के अतिरिक्त माता-पिता, बुजुर्ग, दादा-दादी का भी समावेश है। आज आवश्यकता है उस पुरातन धारणा को समझने की। इसे अपनाकर जब परिवार के अभिन्न अंग के रूप में बुजुर्गो को स्वीकार करने लगेंगे तो स्वत: ही इनके प्रति आप के मन में प्रेम स्नेह एवं सम्मान की भावना जन्म लेने लगेगी, और वे उपेक्षित बुजुर्ग अपने बन जायेंगे।

**संस्कारों के संवाहक हैं बुजुर्ग**-घर, परिवार,

समाज, राज्य के समृद्धिपूर्ण जीवन निर्माण में सस्कार का बड़ा महत्व होता है। बुजुर्ग ही वे होते हैं जो संस्कारों को एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी को हस्तांतरित करते हैं। यदि वे उपेक्षित हैं तो जानिये समाज का नैतिक विकास उपेक्षित है।

**स्वतन्त्रता अधिकार तो वृद्धों की सेवा कर्त्तव्य है**- प्रत्येक व्यक्ति स्वतन्त्रता चाहता है अधिकार चाहता है और युवा दंपत्ति अपने पारिवारिक जीवन में इसी स्वतन्त्रता के नाम पर बुजुर्गो की अवहेलना करते हैं, किन्तु व्यक्तिगत स्वार्थपूर्ति का नाम स्वतन्त्रता नहीं है। उन्मुक्त जीवन विनाश की ओर ले जाता है। घर परिवार से वृद्धों की उपेक्षा ही का परिणाम है कि आज नवविवाहितों एवं अति शिक्षितों के बीच विवाह विच्छेद की संख्या बढ़ती जा रही है। अत: स्वतन्त्रता के साथ घर में बुजुर्गो के महत्व को समझें उनकी सेवा आपका कर्त्तव्य पालन है।

**अनुभव का खजाना हैं वृद्धावस्था:** आज समाज में वृद्धों को अनुपयोगी मानने की घातक प्रवृत्ति बढ़ रही है। हम कम्प्यूटर, इंटरनेट से अर्जित ज्ञान को ही सर्वोच्च समझते हैं किन्तु ऐसा नहीं है ये आधुनिक उपकरण आपको नॉलेज दे सकते हैं अनुभव नहीं। जीवन केवल नॉलेज के आधार पर नहीं जिया जा सकता। इसे जीने के अलावा अनुभव की आवश्यकता होती है और ये अनुभव मिलता है बुजुर्गो से। क्योंकि उनके पास जीवनभर का अनुभव होता है तो आपके लिए सदैव उपयोगी है। इतिहास में अनेकों ऐसी कथाएं हैं जो ये बतलाती है कि बुजुर्गो के अनुभव किस प्रकार उपयोगी हैं। वृद्धावस्था अनुभवों का इन्साइक्लोपीडिया होती है। इसका फायदा स्वयं उठायें और अपने बच्चों को उठाने दें।

**विरासत को न भूलें**- आधुनिकता विरासत को भूलने का नाम नहीं है। हमारी परम्परा एवं संस्कृति में वृद्धों का महत्वपूर्ण स्थान दिया गया है। उनके सम्मान एवं सेवा की बात कही गई है। भारतीय परम्परा में पितृपूजा एवं पित्रेष्टि जैसे यज्ञों का विधान मिलता है जो माता-पिता एवं वृद्धों के प्रति कर्त्तव्यों का ज्ञापक है। शास्त्रों में कहा गया है कि नित्य प्रति माता-पिता एवं वृद्धों की सेवा एवं सम्मान करने वाले व्यक्ति की आयु विद्या, यश एवं बल ये चार वस्तुएं नित्य प्रतिदिन बढ़ती है। मानव विधान के प्रथम निर्माता महर्षि मनु ने तो स्पष्ट लिखा है कि दुखित होकर भी माता-पिता का अपमान नहीं करना चाहिए। इसलिए हमेशा उनका सम्मान करें। वृद्धावस्था जीवन का वह काल है जिससे एक दिन प्रत्येक युवा को रूबरू होना पड़ेगा, किसी शायर ने कहा है कि जाकर न आने वाली जवानी देखी और आकर न जाने वाला बुढ़ापा देखा। इसलिए यदि आज आप वृद्धों को जैसा व्यवहार या महत्व देंगे उनका सम्मान करेंगे, उनके प्रति सहानुभूति रखेंगे तो मानिये आप कल सुधार रहे हैं। यदि आप आज अपने वृद्धों की अपेक्षा करेंगे तो कल आपके किशोर, पुत्र-पुत्रियां उपेक्षा करेंगे।

हम मनुष्य हैं, केवल मेडिक्लेम पॉलिसी, इंश्योरेंस और पेंशन फण्ड से वृद्धावस्था नहीं गुजारी जा सकती। मानवीय संवेदनाओं की जितनी आवश्यकता जीवन की अन्य अवस्थाओं में होती है उससे अधिक वृद्धावस्था में होती है। याद रखें वे केवल प्रेम, स्नेह, सम्मान चाहते हैं, अत: अपने कल को बेहतर रखने के लिए आज वृद्धों को अपनाएं उन्हें सम्मान दें सेवा करें।


## आश्रम द्वारा प्रकाशित महत्त्वपूर्ण साहित्य अवश्य पढ़ें

| | |
|---|---|
| यज्ञ समुच्चय | मूल्य : 50 रु. |
| वैदिक सूक्तियों पर दृष्टान्त | मूल्य : 25 रु. |
| स्वस्थ जीवन रहस्य | मूल्य : 20 रु. |
| फल-सब्जियों द्वारा रोग नष्ट | मूल्य : 20 रु. |
| आत्मशुद्धि के सरल उपाय | मूल्य : 15 रु. |
| विद्यार्थियों के लाभ की बातें | मूल्य : 15 रु. |
| वृहद् जन्मदिवस पद्धति | मूल्य : 20 रु. |
| चाणक्य-दर्पण | मूल्य : 25 रु. |
| कल्याण-पथ | मूल्य : 20 रु. |
| प्राणायाम-विधि | मूल्य : 10 रु. |
| स्वादिष्ट प्रयोग चतुष्टय | मूल्य : 15 रु. |

आश्रम द्वारा प्रकाशित साहित्य के साथ-साथ अन्य प्रकाशकों द्वारा प्रकाशित वैदिक साहित्य भी उपलब्ध है और दिव्य फार्मेशी पतंजलि उत्पादन वस्तुए भी प्राप्त हैं।

**प्राप्ति स्थान : विक्रय केन्द्र, आत्मशुद्धि आश्रम बहादुरगढ़, जि. झज्जर (हरियाणा) पिन-124507, चलभाष :** 09416054195

# आत्म शुद्धि पथ के संरक्षक सदस्य

1. श्रीमती इन्दुपुरी जे.के. मेमोरियल ट्रस्ट मोगा, पंजाब
2. चौ. नफेसिंह जी राठी पूर्व विधायक क्षेत्र बहादुरगढ, हरि.
3. श्री वीरसेन जी मुखी कीर्तिनगर, दिल्ली
4. श्री बलजीत सिंह जी उपाध्यक्ष किसान मोर्चा भाजपा दिल्ली प्रदेश, नजफगढ़
5. आचार्य यशपाल जी कन्या गुरुकुल खरखोदा, हरि.
6. श्री हरि सिंह जी सैनी, प्रधान आर्य समाज, हिसार
7. पंडित राम दर्शन शर्मा, महावीर पार्क, बहादुरगढ़
8. श्री सत्यपाल जी वत्स काष्ठ मण्डी, बहादुरगढ़
9. श्री जयकिशन जी गहलौत, नजफगढ़, दिल्ली
10. श्री रमेश कुमार राठी, ७ विश्वा, जटवाड़ा मो, बहादुरगढ़
11. श्री जे.आर. वरमानी, गुड़गाँव, हरियाणा
12. श्रीमती नीतू गर्ग, ईशान इंस्टीट्यूट, ग्रेटर नोएडा
13. श्री रामवीर जी आर्य, सै. ६, बहादुरगढ़
14. श्री जितेन्द्र कुमार जी आर्य, सूरत, गुजरात
15. श्री राव हरिशचन्द्र जी आर्य, नागपुर
16. श्री ओम्प्रकाश आर्य, आर्यसमाज कीर्तिनगर, नई दिल्ली
17. श्री देव प्रकाश जी पाहवा, राजौरी गार्डन, दिल्ली
18. श्री जयदेव जी हसीजा 'प्रेमी' वानप्रस्थी, गुड़गांव
19. स्वामी वेदरक्षानन्द जी सरस्वती, आर्ष गुरुकुल कालवा
20. रविन्द्र कुमार आर्य-सैक्टर ६, बहादुरगढ़
21. नेहा भटनागर, सुपुत्र सुरेश भटनागर, तिलकनगर, फिरोजाबाद
22. अमित कौशिक, सु. श्री महावरी कौशिक, मलिक कॉलोनी, सोनीपत
23. सरस्वती सुपुत्र वे.के. ठाकुर, न्यू सिया लाईन लखनऊ (उ.प्र.)
24. दीपक कुमार, सुपुत्र श्री भगवान् गिरि, बोकारो, झारखण्ड
25. कृष्णा दियोरी भरेली, सु. श्री शैलेन्द्र नाथ दियोरी, गोहाटी, असम
26. रवि कुमार जायसवाल, सुपुत्र श्री आर.एस. जायसवाल, गोपालगंज, बिहार
27. श्री सुरेश कौशिक, मॉडल टाउन, बहादुरगढ़
28. श्री गौरव, सु. श्री कामेश्वर प्रसाद, हनुमान नगर, कंकड़बाग, पटना
29. श्री परमजीत सिंह, सुपुत्र सरदार गुरनाम सिंह, दसुआ (पंजाब)
30. श्री राजेन्द्र प्रसाद सिंघल, शक्ति विहार, दिल्ली
31. श्री प्रेम कुमार जी गर्ग, दनकौर (उ.प्र.)
32. श्री ओमप्रकाश जी अग्रवाल, ईसान इन्स्टीट्यूट, नोएडा
33. कु. शिखा सिंह, सु. श्री सीपीसिंह, सुभाष नगर, हरदोई उ.प्र
34. कु. नेहाराज, सु. श्री राजन कुमार, बाकरगंज पटना (बिहार)
35. कु. गितिका, सु. श्री प्रमोद शुक्ला, आजादनगर हरदोई उ.प्र.
36. कु विदिशा, सु श्री राजकमल रस्तोगी, इन्दिरा चौक बदायूं उ.प्र
37. श्री मनोज, सु. श्री जे.एस.विस्ट, पूर्वी ग्रेटर कैलाश दिल्ली
38. कु. सविता, सु. रमेश चन्द्र यादव, रानीबाजार, सहारनपुर
39. श्री हर्ष कुमार भनवाला, सैक्टर-1, रोहतक (हरि.)
40. श्री ईश्वरसिंह यादव, गुड़गांव, हरियाणा
41. श्री वेदपाल जी आर्य, महावीर पार्क, बहादुरगढ़
42. श्री बलवान सिंह सोलंकी, शक्तिनगर, बहादुरगढ़
43. मा. हरिश्चन्द्र जी आर्य, टीकरी कलां, दिल्ली
44. श्री सोहनलाल जी मनचन्दा, शिवाजीनगर, गुड़गांव
45. श्री स्वदीप दास गुप्ता, जमशेदपुर, झारखण्ड
46. श्री अजयभान सिंह यादव, कानपुर, उ.प्र.
47. श्री अजयभान यादव, कानपुर सिटी, उ.प्र.
48. श्री नरेश कौशिक विधायक, बहादुरगढ़
49. श्री देवीदयाल जी गर्ग, पंजाबीबाग, नई दिल्ली
50. श्री आर.के. बेरवाल, रोहिणी, नई दिल्ली
51. पं. नत्थूराम जी शर्मा, गुरुनानक कॉलोनी बहादुरगढ़
52. श्री आर.के. सैनी, हसनगढ़, रोहतक
53. श्री राजकुमार अग्रवाल, मुल्तान नगर, दिल्ली
54. श्रीमती कुसुमलता गर्ग, दिलशाद गार्डन, दिल्ली
55. श्री बलवान सिंह, साल्हावास, झज्जर
56. श्री अजीत चौहान, डिफेंस कॉलोनी, नई दिल्ली
57. यज्ञ समिति झज्जर
58. श्री उम्मेद सिंह डरोलिया, काठमण्डी, बहादुरगढ़
59. श्री अम्बरीश झाम्ब, गुड़गाँव, हरियाणा
60. श्री गणेश दास एवं श्रीमती गरिमा गोयल, नया बाजार,दिल्ली
61. श्री राजेश आर्य, शिवाजी नगर, गुडगांव
62. मास्टर प्रहलाद सिंह गुप्ता, रोशन पुरा,गुडगांव, (हरियाणा)
63. श्री राजेश जी जून, उपचेयरमैन, जिला परिषद झज्जर
64. श्री अनिल जी मलिक, पूर्व उपाध्यक्ष, टीचर कॉलोनी बहादुरगढ़
65. द शिव टर्बो ट्रक यूनियन, बादली रोड, बहादुरगढ़
66. श्री राधेश्याम आर्य, रामनगर, त्रिनगर, दिल्ली
67. सुपरिटेन्डैन्ट नाहर सिंह, बिजवासन, दिल्ली
68. श्री राम प्रकाश गुप्ता व श्री राजेन्द्र प्रसाद गुप्ता, नजफगढ
69. श्री नकुल शौकीन, सैक्टर-23, गुड़गांव
70. श्री अपूर्व कुमार पुत्र श्री अम्बरीश झाम, हैरीटेज सिटी, डी.एल.एफ-2, गुड़गांव
71. श्रीमती सुशीला गुप्ता पत्नी श्री शत्रुघ्न गुप्ता, रांची झारखण्ड
72. श्री कर्नल राजेन्द्र सिंह जी, आर्य सहरावत, सैक्टर-6, बहादुरगढ़
73. श्री रवि कुमार जी आर्य, सैक्टर-6, बहादुरगढ़

# खीरे के आठ अद्‌भुत स्वास्थ्यवर्धक लाभ

वैकल्पिक चिकित्सा के प्रकार और फायदे-खीरा सेहत के लिए काफी फायदेमंद माना जाता है। इसके सौन्दर्य लाभ के बारे में तो आपने काफी कुछ सुना होगा, लेकिन यह आपकी सेहत के लिए कितना और किस तरह फायदेमन्द है इसके बारे में आज हम आपको बताते हैं। कम फैट व कैलोरी से भरपूर खीरे का सेवन आपको कई गंभीर बीमारियों से बचाने में सहायक 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 होता है, इसमें 96 प्रतिशत पानी होता है। खीरे में विटामिन ए, बी 1, बी 6, सी, डी पौटेशियम, फास्फोरस, आयरन आदि प्रचुर मात्रा में पाये जाते हैं। नियमित रूप से खीरे के जूस शरीर को अंदर व बाहर से मजबूत बनाता है। खीरा कब्ज से मुक्ति दिलाने के साथ ही पेट से जुड़ी हर समस्या में फायदेमंद साबित होता है। इसके अलावा एसिडिटी, छाती की जलन में नियमित रूप से खीरा खाना लाभप्रद होता है। जानिए खीरे के ऐसे ही स्वास्थ्यवर्धक लाभ के बारे में जिनके बारे में आपने पहले कभी नहीं सुना होगा-

**बालों व त्वचा की देखभाल**- खीरे में सिलिकन व सल्फर बालों की ग्रोथ में मदद करते हैं। अच्छे परिणाम के लिए चाहें तो खीरे के जूस को गाजर व पालक के जूस के साथ भी मिलाकर ले सकते हैं। फेस मास्क में शामिल खीरे के रस त्वचा में कसाव लाता है। इसके अलावा खीरा त्वचा को सनबर्न से भी बचाता है। खीरे में मौजूद एस्कोरबिक एसिड व कैफीक एसिड पानी की कमी (जिसके कारण आंखों के नीचे सूजन आने लगती है) को कम करता है।

**कैंसर से बचाए**- खीरा के नियमित सेवन से कैंसर का खतरा कम होता है। खीरे में साइकोइसोल-एरीकिल, लैरीकिल और पाइनोरिकोल तत्व होते हैं। ये तत्व सभी तरह के कैंसर जिनमें स्तन कैंसर भी शामिल है, के रोकथाम में कारगर हैं।

**मासिक धर्म में फायदेमंद**-खीरे का नियमित सेवन से मासिक धर्म में होने वाली परेशानियों से छुटकारा मिलता है। लड़कियों को मासिक धर्म के दौरान काफी परेशानी होती है, वो दही में खीरे को कसकर उसमें पुदीना, काला नमक, काली मिर्च, जीरा और हींग डालकर रायता बनाकर खाएं इससे उन्हें काफी आराम मिलेगा।

**मधुमेह व रक्तचाप में फायदेमन्द**- मधुमेह व रक्तचाप की समस्या से बचने के लिए नियमित रूप से खीरे का सेवन फायदेमंद हो सकता है। खीरे के रस में वो तत्व हैं जो पैनकियाज को सक्रिय होने पर शरीर में इसुलिन बनती है। इंसुलिन शरीर में बनने पर मधुमेह से लड़ने में मदद मिलती है। खीरा खाने से कोलस्ट्रोल का स्तर कम होता है। इससे हृदय संबंधी रोग होने की अशंका कम रहती है। खीरा में फाइबर, पोटैशियम और मैगनीशियम होता है जो ब्लडप्रेशर दुरूस्त रखने में अहम भूमिका निभाते हैं। खीरा हाई और लो ब्लड प्रेशर दोनों में ही एक तरह से दवा का कार्य करता है।

**वजन कम करने में मददगार**- जो लोग वजन कम करना चाहते हैं, उन लोगों के लिए खीरे का सेवन काफी फायदेमंद रहता है। खीरे में पानी अधिक और कैलोरी कम होती है, इसलिए वजन कम करने के लिए यह अच्छा विकल्प हो सकता है। जब भी भूख लगे तो खीरे का सेवन अच्छा हो सकता है। सूप और सलाद में खीरा खाएं। खीरा में फाइबर होते हैं जो खाना पचाने में मददगार होते हैं।

**आंखों के लिए लाभकारी**- अक्सर फेसपैक लगाने के बाद आंखों की जलन से बचने के लिए खीरे को स्लाइस की तरह काटकर आंखों की पलक के ऊपर पर रखते हैं। इससे आंखों को ठंडक मिलती है। खीरा की तासीर जलन कम करने की होती है। जरूरी नहीं है कि सिर्फ फेसपैक लगाने के बाद ही ऐसा कर सकते हैं। जब भी आंखों में जलन महसूस हो तो आप खीरे की मदद ले सकते हैं।

**मसूड़े स्वस्थ रखता है**- खीरा खाने से मसूड़ों की बीमारी कम होती हैं। खीरे के एक टुकड़े को जीभ से मुंह के ऊपरी हिस्से पर आधा मिनट तक रोकें। ऐसे में खीरे से निकलने वाला फाइटोकैमिकल मुंह की दुर्गन्ध को खत्म करता है।

**जोड़ो की दवा**- खीरे में सीलिशिया प्रचुर मात्रा

में होता है। इससे जोड़ों को मजबूती मिलती है और टिशु परस्पर मजबूत होते हैं। गाजर और खीरे का जूस मिलाकर पीने पर गठिया बाय रोग में मदद मिलती है। इससे यूरिक एसिड का स्तर भी कम होता है। तो आम सा दिखने वाला खीरा कई गुणों से भरपूर होता है। तो, बिना देर किए आप खीरे को अपने आहार और सलाद का हिस्सा बनाइए।

## त्रिफला

त्रिफला तीन पदार्थों कोमिलाकर बनता है-एक आमला, दूसरी हरड़ और तीसरा बहेड़ा। आयुर्वेद में त्रिफला को अत्यन्त महत्वपूर्ण समझा जाता है। इसमें हरड़ जहां एक ओर सभी दोषों में सन्तुलन स्थापित करता है वहीं आंखों और पाचन संस्थान के लिए लाभदायक माना गया है। आमला विटामिन सी का बहुत अच्छा स्रोत होने से एंटी ऑक्सीडेंट का कार्य करता है। बहेड़ा पित्त और कफ के दोषों का निवारण करता है।

**त्रिफला सेवन के लाभ:** (1) त्रिफला खांसी, सूजन आदि को दूर करने के साथ एंटी-वाइरल, एंटी-कैंसर तथा एंटी-एलर्जिक माना जाता है। (2) अपने घटक आमला के कारण त्रिफला आँखों की अनेक समस्याओं को दूर करता है। (3) त्रिफला बुद्धिवर्धक माना जाता है। (4) शरीर से अतिरिक्त वसा को कम करने में आमला को अत्यधिक उपयोगी माना जाता है। (5) मूत्र नली की पथरी को निकालने में त्रिफला असरदायक है। (6) यह रक्त परिसंचरण को सही करता है तथा उच्च रक्तचाप के नियंत्रण में लाभकारी माना जाता है। (7) त्रिफला शरीर के सभी तन्त्रों की सफाई कर त्वचा में चमक लाता है। (8) त्रिफला ऊतकों का वृद्धिकारक एवं स्वास्थ्यवर्धक है। (9) यह हृदय तथा लीवर की वसा को दूर करता है। (10) त्रिफला दृष्टि, बाल तथा आवाज के लिए अत्यन्त लाभदायक है। (11) स्वास्थ्य के लिए लाभदायक इसके घटकों के कारण लम्बी आयु के लिए इसका सेवन उचित माना गया है। (12) कब्ज दूर करने में त्रिफला-सेवन अत्यन्त लाभदायक माना गया है।

**- साभार आर्य प्रतिनिधि से**


**धूप अगरबत्ती एवं गायत्री महिमा हवन सामग्री**

**ऋतु अनुकूल**

उत्तम प्रकार की जड़ी-बूटियाँ द्वारा संस्कार विधि के अनुसार
केवल उपकार की भावना से लागत-मात्र मूल्यों पर उपलब्ध

| | | |
|---|---|---|
| विशिष्ट | 35.00 | रु. प्रति किलो |
| उत्तम | 45.00 | रु. प्रति किलो |
| विशेष | 55.00 | रु. प्रति किलो |
| डीलक्स | 75.00 | रु. प्रति किलो |
| सर्वोत्तम | 130.00 | रु. प्रति किला |
| सुपर डीलक्स | 300.00 | रु. प्रति किलो |

इसके अतिरिक्त अध्यात्म सुधा विधि के अनुसार हर प्रकार की हवन सामग्री आर्डर पर तैयार की जाती है।

निर्माता :

**मै. लाजपतराय सामग्री स्टोर**

856, कुतुब रोड, दिल्ली-110006

फोन : दुकान-23535602, 23612460, फैक्ट्री-32919010, निवास-25136872

# हंसो और हंसाओ

- रवि शास्त्री

- **पहला दोस्त**-मेरे दादा ने 1857 की जंग में दुश्मनों की टांगे काट दी थी।
  **दुसरा दोस्त**-अच्छा बहुत बढ़िया एक बात बताओ गर्दन क्यों नहीं कांटी?
  **पहला दोस्त**-वे पहले ही कट चुकी थी।
- **शेर**- की शादी में सभी जानवर आमंत्रित थे। सभी ने स्टेज के नीचे खड़े होकर दुर से ही शुभकामनाएं दी। थोड़ी देर में **चुहा** आया और स्टेज पर चढ़कर **शेर** से हाथ मिलाकर शुभकामनाएं देने लगा-
  **शेर बोला**-तेरी हिम्मत कैसे हुई स्टेज पर चढ़ने की। चीता भी नीचे खड़ा है।
  **चुहा**-ओ बस कर यार शादी से पहले मैं भी शेर ही था।
- दो **चुहे** पेड़ पर बैठे थे
  नीचे से **हाथी** गुजरा। एक **चुहा हाथी** पर गिर गया।
  तभी दुसरा **चुहा** बोला-दबाकर रख साले को मैं भी आता हूं।
- **पप्पु आईना** देखकर सोचने लगा इसको कहीं देखा है।
  थोड़ी देर सोचने के बाद ओह तेरी ये तो वही है जो कल तेरे साथ नाई से बाल कटवा रहा था।
- **दोस्त**- तेरी बीबी ने घर से क्यों निकाला?
  **पप्पु**- तेरे कहने पर चैन गिफ्ट दी थी इसलिए निकाला।
  **दोस्त**-चांदी की थी या सोने की,
  पप्पु- नहीं साईकिल की।

**जीवन बहुमूल्य है इसका विवेक पूर्वक उपयोग ही मानव मात्र के लिए हितकारी है। अन्यथा यह कम भयावह नहीं।**

# आओ बच्चों तुम्हें दिखाये

- लालमन आर्य, हिसार

आओ बच्चों तुम्हें दिखायें, शैतान की।
नेताओं से बहुत दु:खी है, जनता हिन्दुस्तान की।।
बड़े-बड़े नेता शामिल हैं, घोटालों की थाली में।
सूटकेश भर के चलते हैं, अपने यहां दलाली में।
देश-धर्म की नहीं है चिंता, चिंता निज संतान की।
नेताओं से बहुत दु:खी है, जनता हिन्दुस्तान की।।
चोर-लुटेरे भी अब देखो, सांसद और विधायक हैं।
सुरा सुन्दरी के प्रेमी ये, सचमुच के खलनायक हैं।
भिखमंगों में गिनती कर दी, भारत देश महान् की।
नेताओं से बहुत दु:खी हैं, जनता हिन्दुस्तान की।।
जनता के आवंटित धन को, आधा मन्त्री खाते हैं।
बाकी में अफसर ठेकेदार, मिलकर मौज उड़ाते हैं।
लूट-खसोट मचा रही है, सरकार अनुदान का।
नेताओं से बहुत दु:खी है, जनता हिन्दुस्तान की।।
थर्ड क्लास अफसर बन जाता, फर्स्टक्लास चपरासी है।
होशियार बच्चों के मन में, छाई आज उदासी है।
आओ बच्चों तुम्हें दिखायें, शैतानी शैतान की।
नेताओं से बहुत दु:खी है, जनता हिन्दुस्तान की।।

# करो धर्म के काम

- धनश्याम आर्य

स्वाध्याय अपना भूल गये, वेदमत से प्रतिकूल गये
आलस मद में फूल गये, भौतिकता में झूल गये
स्वार्थ में सब भूल गये, विलासिता में सब गुल गये।
भ्रष्टाचार है ऐसी खान, जिससे हैं सब परेशान
दुनिया देख हो रही हैरान
सबकी सांसत में है जान
सबको है धन का गुमान
बचा नहीं धर्म ईमान
हो जाये चाहे बदनाम
मिट जाये चाहे नामो-निशान।।
स्वाध्याय अपना नित्य करो, वेद-अमृत का पान करो
कर्त्तव्य का भान करो, नित्य प्रभु का ध्यान करो।
ऋषि-मुनियों का सम्मान करो,
बलिदानियों की पहचान करो
ईमानदारी का गुणगान करो, आत्मा का कल्याण करो।।

- पाली (राज)

# तीर्थ

- नरेन्द्र आहूजा 'विवेक'

पिछले दिनों घटी एक दुर्घटना ने मुझे अन्दर तक झकझोर दिया और सोचने पर विवश कर दिया, आखिर समाज में फैली भ्रान्तियाँ, पाखण्ड और अन्धविश्वास हमें अधोगति की ओर ले जाकर पतन के किस गहरे गड्ढे में धकेल रहे हैं? आखिर किस प्रकार इस पतन से हम बच पायेंगे।

घटना कुछ इस प्रकार की है। अपने एक सामाजिक कार्यकर्ता मित्र का फोन आया-''विवेक जी, आप कुछ प्रतिष्ठित लोगों को लेकर इधर आ जायें एक बंद मकान के कमरे से महिला के लगातार कराहने क्रंदन की आवाजें आ रही हैं।'' बात चौंकाने वाली थी कुछ लोगों के साथ वहाँ पहुँचे, मकान का ताला तोड़कर अंदर घुसे तो देखा कि एक बूढ़ी बीमार माँ अपनी हालत पर रो रही है। पूछने पर पता चला कि बेटा-बहू, बच्चे गर्मियों में 'तीर्थयात्रा' पर गंगा स्नान करने गए हैं। आप साथ क्यों नहीं गई पूछा तो बताया कि ''पहले से ही बीमार थी।'' फिर बच्चों को ऐसी 'तीर्थयात्रा' पर क्यों जाने दिया। ''उन्हें तीर्थ से रोकती तो मुझे पाप लगता।'' वह बीमार बूढ़ी माँ को घर में बाहर से बंद करके चले गए अब कौन सा पुण्य मिलेगा। ''वह तो तीर्थ पर मेरे लिए ही प्रार्थना करने गए हैं फिर मंदिर के पंडित ने भी कहा था-''भगवान का नाम लेकर जाओ, तीर्थ जा रहे हो, भगवान से माँ के लिए प्रार्थना करना, भगवान खुद माँ की रक्षा करेंगे। पंडित की बात मान बेटा-बहू पोते सब मुझे दस दिनों के लिए अकेला छोड़कर दवाइयां रखकर और बाहर से ताला लगाकर चले गए थे।'' हम सोचकर हैरान थे आखिर यह कैसी तीर्थ यात्रा है जो बीमार बूढ़ी माँ को अकेले बेसहारा छोड़कर तीर्थ के बहाने गर्मियों में पहाड़ों पर घूमने और गंगा में नहाने की इजाजत देती है और उस पर भी इस मौज मस्ती को तीर्थ की धार्मिकता का लबादा पहना दिया गया है। बूढ़ी बीमार माँ को अस्पताल में दाखिल करवाया गया और परिवार के सम्पर्क करके उसे तथाकथित तीर्थयात्रा से वापस आने का अनुरोध किया गया।

इस घटना ने सोचने पर विवश कर दिया कि आखिर तीर्थ किसे कहते हैं? आखिर स्थान व नदी विशेष में स्नान का नाम तीर्थ क्यों पड़ा? तीर्थ के क्या लाभ हैं? इन प्रश्नों के उत्तर देव दयानन्द रचित वैदिक साहित्य में मिले।

स्वमंतव्यामंतव्यप्रकाश में देव दयानन्द तीर्थ की परिभाषा देते हुए लिखते हैं-''जिससे दु:ख सागर से पार उतरें कि जो सत्यभाषण, विद्या, सत्संग, यमादि योगाभ्यास, पुरुषार्थ, विद्या दान आदि शुभ कर्म हैं, उसी को तीर्थ कहते हैं। इस जल स्थल आदि स्थान विशेष को नहीं।''

यहाँ तीर्थ की परिभाषा देते हुए कहा कि दु:ख सागर से तारने वाले वा उतारने वाले कर्म विशेष ही तीर्थ कहलाते हैं। यदि हम कर्म फल सिद्धान्त को समझें तो हम जानेंगे कि मनुष्य मननशील विचारशील स्वतन्त्र-कर्ता है अर्थात् किसी भी कार्य को करने से पूर्व मनुष्य होने के नाते मनन विचार करके स्वतन्त्रता पूर्वक कर्म करता है। स्वतन्त्र कर्ता अर्थात् कार्य को करने, न करने वा अन्यथा किसी अन्य प्रकार से करने के लिए स्वतन्त्र हैं। स्वतन्त्रकर्त्ता होने के कारण मनुष्य परमपिता परमेश्वर की न्याय व्यवस्था के आधीन भोक्ता भी है। यही हमारे कर्मो के भोग फल ही हमारी नियति, प्रारब्ध या आगामी सुख दु:ख का कारण बनते हैं। इस प्रकार यह स्पष्ट होता है कि हमारे कर्म ही फल के रूप में हमारे सुख या दुख का कारण बनते हैं। वेदों में भी स्पष्ट आदेश है कि प्रत्येक मनुष्य को अपने किये प्रत्येक शुभ-अशुभ कर्म का फल अवश्य भोगना पड़ता है, यानि यदि हम दु:ख सागर से तरना या पार होना चाहते हैं तो केवल परोपकार के यज्ञीय सद्कर्मो के द्वारा ही हो सकते हैं।

दु:खों से तारने वाले शुभ कर्मो की व्याख्या करते हुए सत्यार्थ प्रकाश के 11वें समुल्लास में देव दयानन्द लिखते हैं-''वेदादि शास्त्रों का पढ़ना-पढ़ाना, धार्मिक विद्वानों का संग, परोपकार, धर्मानुष्ठान, योगाभ्यास, निष्कपट, सत्यभाषण, सत्य का मानना, सत्य करना, ब्रह्मचर्य, आचार्य, अतिथि, माता-पिता की सेवा, परमेश्वर

(शेष पृष्ठ 31 पर)

# पन्द्रह अगस्त 1947 की वह भाग्य निर्णायक रात
# जब स्वतन्त्रता देवी भारत भूमि पर उतरी

– वैद्य विद्या रत्न

भारत 15 अगस्त 1947 को स्वतन्त्र होगा, यह लार्ड माउंटबेटन ने तय किया था (कुछ सोच-विचार कर नहीं, यों ही क्षणिक आवेश में।) परन्तु सत्ता हस्तान्तरण का सही मुहूर्त कौन सा हो, यह फलित ज्योतिष धुरन्धरों ने तय किया था। ठीक आधी रात का समय, जब घंटा और मिनट बताने वाली दो सुइयां बारह बजे एक दूसरी के ऊपर होंगी। इस समय यदि स्वतन्त्र भारत का जन्म हो तो वह शान्ति, सुख और समृद्धि में रह सकेगा। इसलिए प्रभात की प्रकाशभरी वेला के बजाय आधी रात का अंधेरा। समय चुना गया। बृहस्पतिवार समाप्त होकर शुक्रवार शुरु होगा। असुर गुरु शुक्राचार्य का दिन।

**वेद मन्त्रों से हवनः** भारत की संविधान सभा के अध्यक्ष डॉ. राजेन्द्र प्रसाद ने अपनी कोठी में वेद मन्त्रों से हवन करवाया। इसमें कुछ ही देर बाद मन्त्री बनने वाले महानुभाव सम्मिलित हुए।

संविधान सभा ठसाठस भरी थी। सदस्य अपनी कुर्सियों पर बैठे घड़ी की सुइयों को देख रहे थे, जो मन्थर गति से 12 के अंक की ओर बढ़ रही थी।

**नेहरू जी का कवित्वमय भाषणः** अस्थायी सरकार के प्रधानमन्त्री श्री जवाहरलाल नेहरू खड़े हुए। उन्होंने इस अवसर के लिए कोई लिखित भाषण तैयार नहीं किया था। शब्द स्वतः उनके मुख से निकलने लगे-''बहुत वर्ष पहले हमने नियति से एक वायदा किया था और अब समय आ गया है, जब हम पूरा न सही, उस वायदे को काफी कुछ निभा सकेंगे। बारह बजते ही, जबकि दुनिया सो रीह है, भारत जीवन और स्वाधीनता में जाग उठेगा।''

और भी बहुत से प्यारे-प्यारे शब्द, धाराप्रवाह उनके मुख से निकलते गये-''इतिहास में एक क्षण आता है, कभी-कभी ही आता है, जब हम प्राचीन से निकलकर नवीन में प्रवेश करते हैं, जब एक युग समाप्त होता है और बहुत समय से दबाकर रखे गये राष्ट्र की आत्मा मुखर हो उठती है। इतिहास के उषा काल में भारत ने अपनी अन्तहीन खोज की यात्रा शुरु की थी और अनगिनत शताब्दियों उनके प्रयासों तथा सफलताओं और विफलताओं की गरिमा से भरी हैं। सौभाग्य और दुर्भाय, दोनों में ही उसने उस लक्ष्य को आंखों से ओझल नहीं होने दिया और न उस आदर्श को ही भुलाया है, जिससे उसे शक्ति प्राप्त होती रही है। आज हमारे दुर्भाय का एक युग समाप्त हुआ और भारत ने अपने स्वरूप को फिर खोज निकाला है।''

**स्वाधीनता का शंख बजाः** ज्योंही घड़ी ने 12 बजाये, त्यों ही संविधान सभा का हाल शंख की तीखी आवाज से गूंज उठा। यह माना गया कि इस क्षण एक युग समाप्त हुआ और एक नये युग का आरम्भ हुआ।

उसके बाद नेहरू जी ने प्रस्ताव किया कि अब हम सब सदस्य खड़े होकर भारत और उसके निवासियों की सेवा करने की शपथ लें। शपथ ली ही जा रही थी कि आकाश में घोर घनगर्जना हुई, जिससे संसद भवन कांप सा उठा। साथ ही मूसलाधार वर्षा शुरु हो गई। स्वाधीनता समारोह मनाने के लिए खड़ी विशाल भीड़ बुरी तरह पानी में भीग गई। परन्तु हर्ष के आवेश में किसी ने भीगने की परवाह नहीं की।

नई दिल्ली में स्वाधीनता प्राप्ति का उत्सव बड़े जोश से मनाया गया। किसी भी होटल में, रेस्तरा में एक भी कुर्सी खाली नहीं थी। लोगों ने खाया-पिया-गाया और नाचे, खूब नाचे।।

**संसद से बाहर कुछ और रूपः** संसद भवन के बाहर भी आनन्द काफी फीका हो गया था। वर्षा ने सारा मजा किरकिरा कर दिया था। रही-सही कसर उन टेलीफोनों ने पूरी कर दी थी, जो पंजाब, सिन्ध और उत्तर पश्चिमी सीमा प्रान्त से आ रहे थे। उनमें भयावनी खबरें थी कि कैसे शहर लुट रहे हैं, गांव जल रहे हैं और लाखों आदमी, मर्द-औरतें और बच्चे-बूढ़े तथा बीमार जान बचाने के लिए घायल जानवर की तरह भाग रहे हैं।

सिलसिला कई दिन से, बल्कि सप्ताहों से चल रहा था। यह तय हो गया था कि सिन्ध बलोचिस्तान उत्तर पश्चिमी सीमा प्रान्त तो निश्चित रूप से पाकिस्तान में जायेंगे, पंजा का पश्चिमी भाग पाकिस्तान में जायेगा और पूर्वी भाग भारत में रहेगा। परन्तु पश्चिमी और पूर्वी पंजाब की सीमा रेखा कहां बनेगी, यह तय नहीं था।

श्री मुहम्मद अली जिन्ना मुस्लिम लीग के अध्यक्ष

थे। वह समझते थे कि पाकिस्तान उनकी इच्छा से बन रहा है। पाकिस्तान बनाने के लिए और उसके प्रथम राष्ट्रपति बनने के लिए उन्होंने बहुत प्रयत्न किया और सफल भी हुए थे। परन्तु पाकिस्तान बनाने वाले दिमाग कोई और थे। श्री जिन्ना ने अपने भाषण में कहा था कि पाकिस्तान हिन्दुओं का भी उतना ही होगा, जितना मुसलमानों का। यदि यह उनके मन की बात थी, तो यह मानी नहीं गई। जबसे पाकिस्तान बनने की बात तय हुई, तभी से उसे इस्लामी देश बनाने का प्रयत्न शुरु हो गया। गैर मुस्लिमों को मारपीट कर, लूटकर भगा देना उनकी योजना का अंग था। वह योजना क्रियान्वित की जा रही थी।

गुंडों के गिरोह दूसरे शहरों से आते। परिचित को चाकू मारते थोड़ी हिचक होती है, अपरिचित को मारते कोई हिचक नहीं होती। धार्मिक उन्माद और लूट का लोभ जगाया गया। मुस्लिम पुलिस और सेना तटस्थ दर्शक बनकर हिन्दुओं को लुटते-मरते देखती रही। हिन्दुओं के सामने बाप-दादों के घर छोड़कर भागने के सिवाय कोई विकल्प न रहा। जिन्होंने अड़ियलपन दिखाया, उन्हें कत्ल कर दिया गया।

**पंजाब का रक्तस्नानः** गांव देहातों में हिन्दू आबादी कम थी, इसलिए उन्हें डराना-भगाना आसान था। देहातों के हिन्दू इस आशा में शहरों की ओर भागे कि वहां कुछ सुरक्षा होगी। परन्तु अगस्त के पहले सप्ताह से ही पाकिस्तान इलाकों में हिन्दुओं के लिए सुरक्षा कहीं नहीं थी। आग लगने पर जैसे जंगली जानवर भागते हैं, वैसे ही हिन्दू भारत की ओर भागने लगे।

भागने के लिए साधन नहीं थे। रेल स्टेशनों पर भगोड़ों की भीड़ थी, पर उन्हें ले जाने के लिए गाड़ियां नहीं थी। लोग पैदल, साइकिल से, जैसे भी हो सके भारत की ओर चलते थे। बड़े-बड़े काफिलों में चलते थे, जिससे लुटेरे गिरोहों से बच सकें, पर बचते नहीं थे। हथियारबन्द गिरोह रात में तथा दिन में भी धावा बोलते थे और न केवल सामान, बल्कि जवान स्त्रियों को ले भागते थे।

खाने को भोजन नहीं था। पानी था, पर पीने को नहीं। वर्षा होती थी, भिगोती थी। नदी-नाले उमड़कर बहते थे। रास्ता रोकते थे। भारत खबर पहुंची, तो घर-घर से रोटियां बनवाकर विमानों खबर पहुंची, तो घर-घर से रोटियां बनवाकर विमानों द्वारा पाकिस्तान में इन काफिलों के ऊपर गिरवाई गई।

**स्वाधीनता संभालना कठिनः** 15 अगस्त को भारत स्वाधीन हो गया था, परन्तु उस स्वाधीनता को किस पिटारे में सहेजकर रखा जाये, यह समझ नहीं आ रहा था। इसलिए लार्ड माउंटबेटन को ही, जो 14 अगस्त की रात तक वायसराय (ब्रिटिश नरेश का प्रतिनिधि) था, स्वाधीन भारत के प्रथम महाराज्यपाल की शपथ दिला दी गई।

पाकिस्तान में हो रहे उपद्रवों के कारण आ रही शरणार्थियों की विशाल भीड़ों को संभालना, उनके रहने-खाने का प्रबन्ध करना नये अनुभवहीन मंत्रियों के बस का नहीं था। अतः नेहरू जी ने माउंटबेन से अनुरोध किया कि इस विकट स्थिति को वह भी संभालें। माउंटबेटन ने स्वीकार कर लिया, पर एक शर्त पर कि सरकार का कोई भी मन्त्री (प्रधानमन्त्री भी) उसके काम में दखल नहीं देगा, केवल हाँ में हाँ मिलायेगा। यह शर्त मंजूर की गई और माउंटबेटन ने जैसा भी हो सका, काम चलाया।

**गांधी जी दिल्ली में नहीं थेः** स्वाधीनता समारोह की तड़क-भड़क देखने के लिए कांग्रेस के सर्वोच्च नेता, इस शताब्दी के सबसे महान भारतीय राष्ट्रपिता महात्मा गांधी दिल्ली में नहीं थे। अपनी नीतियों का परिणाम देखकर वह दुःखी थे। अपनी झेंप मिटाने के लिए वह नोआखाली के उन गांवों की पदयात्रा कर रहे थे, जहाँ हिन्दुओं का भारी नरसंहार किया था।

**सीधी कार्यवाही**- 16 अगस्त 1946 को मुस्लिम लीग ने कलकत्ता में 'सीधी कार्यवाही' दिवस मनाया था। यह दिवस 72 घंटे चलता रहा। सीधी कार्यवाही ब्रिटिश सरकार के विरूद्ध की जानी थी। परन्तु जैसा कि ऐसे अवसरों पर होता रहा है, यह की गई हिन्दुओं के विरूद्ध। तीन दिन तक कलकत्ते में मुस्लिम लीगी सरकार के इशारे पर गुंडों के गिरोह हिन्दुओं की दुकानें लूटते और लिया। न पुलिस ने, न सेना ने बचाने की कोशिश की। सरकार ने सेना बुलाई ही नहीं।

**बिहार में दंगेः** कलकत्ता से भागे बिहारियों ने जब अपने गांवों में इन अत्याचारों के वर्णन सुनाये, तब वहाँ दंगे भड़क उठे। नेहरू जी मुस्लिमों द्वारा किये गये उत्पातों की कोई रोकथाम नहीं कर पाते थे, परन्तु हिन्दुओं द्वारा किये जा रहे उपद्रवों की रोकथाम के लिए वह कड़े से कड़ा कदम उठाने को तैयार रहते थे। बिहार

में हुए उपद्रवों का कड़ाई से दमन किया गया।

**नोआखाली में नरसंहार:** बिहार के उपद्रवों का बदला मुस्लिमलीगियों ने पूर्वी बंगाल के नोआखली इलाके में लिया। यहां से उन्होंने हिन्दुओं का समूल ही नाश कर दिया। उन्हीं घावों पर मरहम लगाने गांधी जी गये थे। गांधी जी पैदल गांव-गांव घूमे। किसी उपद्रवी मुसलमान ने आकर उनसे, जो कुछ हुआ उसके लिए खेद या पश्चाताप प्रकट नहीं किया।

मजे की बात यह हुई कि श्री हसन शहीद सुहरावर्दी, जो कलकते की सीधी कार्यवाही से संयोजकों में से एक थे, गांधी जी के भक्त बन गये और उनके प्रयत्न से गांधी जी ने अपनी नोआखली, पदयात्रा निर्विघ्न पूरी कर सके।

**गांधीजी ने मुसलमानों की रक्षा की:** अब 15 अगस्त 1947 आ गया था। कलकत्ता भारत में रह गया था। साल भर पहले सीधी कार्यवाही में जिन लोगों को आर्थिक या शारीरिक क्षति पहुंच थी। वे बदला लेने को लेने को बेचैन थे। उन्हें आशा थी कि इस बार पुलिस उनकी अनदेखी कर देगी और वे 1946 का पूरा बदला चुका सकेंगे।

गुप्तचर विभाग से इस आशय की सूचनाएं लार्ड माउंटबेटन को मिल रही थी और उसकी चिन्ता का पार नहीं था। बंगाली भावुक होता है और जल्दी भड़कता है। कलकत्ता में उपद्रव हो गया, तो 20 हजार सैनिक भी उन्हें संभाल नहीं पायेंगे।

माउंटबेटन के चतुर मस्तिष्क ने एक उपाय सोच निकाला। उसने गांधी जी की अहिंसा साधना की प्रशंसा करते हुए उन्हें लिखा कि इस समय एक आप ही हैं, जो कलकत्ता के मुसलमानों के प्राण बचा सकते हैं। श्री सुहरावर्दी ने भी गांधी जी से यही अनुरोध किया कि वह 15 अगस्त को कलकत्ता में ही रहें।

**अच्छे सन्त, अनाड़ी राजनीतिज्ञ:** गांधी जी ने माउंटबेन का और सुहरावर्दी का अनुरोध स्वीकार कर लिया। यह एक अच्छे सन्त और अनाड़ी स्वीकार कर लिया। यह एक अच्छे सन्त और अनाड़ी राजनीतिज्ञ का कार्य था। गांधीजी इन दोनों के हाथों के मुहरे बन गये। पंजाब, सिंध और सीमा प्रान्त में तो हिन्दुओं का संहार नहीं रूका, किन्तु कलकत्ता में रूक गया। खून की एक बूंद तक नहीं बही। माउंटबेटन ने लिखा: "जो काम पचास हजार सैनिकों की सुरक्षा सेना नहीं कर सकती थी, वह अकेले गांधी जी ने कर दिखाया।" इस स्तुति से गांधी जी का प्रसन्न होना स्वाभाविक था। इससे प्रसन्न होकर गांधी जी ने माउंटबेटन के इशारे पर दिल्ली में साम्प्रदायिक उपद्रवों की रोकथाम के लिए आमरण अनशन किया और पाकिस्तान को 55 करोड़ की रकम तुरन्त चुका देने का हठ किया।

**गांधी:** नेहरू गुट की नीतियां भोलेपन और साधुता पर आधारित थी। वे समझ नहीं पाये कि उनका मुकाबला किनसे और कैसी शक्तियों से है। आज जो अफगानिस्तान में तालिबानी आतंकवादी हैं और पाकिस्तान में कट्टरपंथी दल हैं, वे उस समय अंकुरित हो रहे थे। गांधी जी उन अंकुरों को सही पहचान नहीं पाये। उनकी व्यथा आज देश को भुगतनी पड़ रही है।

**शरणार्थियों का रेला:** पंजाब से आने वाले लुटे-पिटे शरणार्थियों का रेला दिनों-दिन बढ़ता ही गया। डेढ़ करोड़ विस्थापितों को बसाना भारत सरकार के लिए सबसे बड़ी समस्या बन गया। पाकिस्तान चाकूबाज की तरह नित नई मांग पेश करता गया। अन्त में गांधी जी की अव्यावहारिक नीतियों से लोग इतने खिन्न हो गये कि खुल्लमखुल्ला उनका विरोध करने लगे। जिन शरणार्थियों ने पाकिस्तान से आते समय भीषण कष्ट सहे थे, वे गांधी जी की कटु आलोचना करने लगे।

15 अगस्त की आधी अंधेरी रात में जिन ज्योतिषयों ने भारतीय स्वतन्त्रता का शुभ मुहूर्त बताया था, उनकी भविष्यवाणी गलत रही। उस दिन से आज तक भारत एक दिन भी चैन की सांस नहीं ले सका। पाकिस्तान विषैले कांटे की तरह उसकी एड़ी में गहरा गड़ा है। उसे सउदी अरब, ईरान जैसे धनी और अमेरिका तथा चीन जैसे शक्तिशाली देशों का समर्थन प्राप्त है।

भारत पाकिस्तान से निपट सकता है, परन्तु उसके लिए स्पष्ट इच्छा चाहिए। लोकतांन्त्रिक भारत में राष्ट्र की इच्छा ही स्पष्ट नहीं है। भाजपा की इच्छा कुछ है, तो कांग्रेस की कुछ और है, राष्ट्रीय जनता दल की कुछ और ही है।

**चरित्र का क्षय:** उसके बाद चरित्र का तो ऐसा क्षय हुआ कि वह कहीं ढूंढे दिखाई ही नहीं पड़ता। अपराधजीवी सांसद और विधायक बन बैठे हैं, न्यायपालिका जूं की चाल से चलती है। नौकरशाह रिश्वित और घोटालों में फंसे हैं। नेहरू जी ने जो कहा था कि एक युग समाप्त हुआ और दूसरा शुरु हुआ है, वह अब व्यंग्य वाक्य ही प्रतीती होता है।

( दिव्य युग से साभार)

# श्रावणी हमें क्या चिन्तन देती है

- महात्मया चैतन्यमुनि

अविवेक ही व्यक्ति के समस्त दु:खों का कारण माना गया है। इसलिए जो भी जीवन में सुख चाहता है, उसे विवेकशील होना अनिवार्य है। विवेकी बनने के लिए वेद ही सर्वोत्तम ग्रन्थ है क्योंकि वेद स्वयं परमात्मा का दिया हुआ ज्ञान है। जिस प्रकार सूर्य के अभाव में अन्धकार में डूबकर व्यक्ति ठोकरें खाता है, ठीक उसी प्रकार वेद ज्ञान के अभाव में व्यक्ति भटक जाता है। महर्षि पतंजलि जी ने अविद्या, अस्मिता, राग, द्वेष और अभिनिवेश को क्लेश माना है तथा महर्षि दयानन्द सरस्वती जी ने अविद्या को ही अन्य क्लेशों का भी जनक माना है। उनके अनुसार अविद्या ही समस्त दु:खों का कारण है। व्यक्ति, समाज, परिवार या राष्ट्र वेदानुयायी बनकर ही सुख, शान्ति और समृद्धि को प्राप्त हो सकता है। इसलिए महर्षि दयानन्द जी ने अपना कोई अलग सम्प्रदाय न चलाकर लोगों को एक ही सत् परामर्श किया कि वेदों की ओर लौटो। वेद स्वयं ही ज्ञान का पर्याय हैं, अत: अज्ञानान्धकार का निराकरण करने के लिए वेदों का स्वाध्याय नितान्त अनिवार्य है। वेद का मनन-चिन्तन करने के लिए प्राचीन काल से ही जन साधारण का वेद के मनीषियों के यहां जाकर ज्ञान प्राप्त करने की परम्परा रही है, जो कालान्तर में लुप्त प्राय होती चली गई, मगर आर्य समाज जैसी उत्कृष्ट संस्था द्वारा आज भी वेद स्वाध्याय के प्रति जनसाधारण में जागरूकता पैदा करने के लिए वेद सप्ताह अर्थात् श्रावणी पर्व का आयोजन किया जाता है। आर्यसमाज संस्था की यह विशेषता है कि यह किसी मत-मजहब को लेकर व्यक्तियों को बांटने का कार्य नहीं करती, बल्कि परमात्मा के ज्ञान वेद को लेकर समूची मानवता को एकता के सूत्र में बांधकर वैदिक धर्म के प्रचार-प्रसार द्वारा व्यक्ति के चतुर्दिक विकास का मार्ग प्रशस्त करती है। श्रावणी के अवसर पर वेद स्वाध्याय के प्रति लोगों में न केवल रूचि पैदा की जाती है, बल्कि इस अवसर पर बड़े-बड़े पारायण यज्ञों का भी आयोजन किया जाता है। यह एक अत्यधिक स्तुत्य प्रयास है अन्यथा आज प्राचीन संस्कृति को लोग भूलते चले जा रहे हैं और अनेक प्रकार के सम्प्रदायों में बंटकर वातावरण को स्वार्थमय तथा विषाक्त बनाते चले जा रहे हैं।

वेद हमें भौतिक और आध्यात्मिक रूप से सम्पन्नता प्राप्त करने की प्रेरणा देता है। आज व्यक्ति भौतिकवाद में इतना अधिक संलिप्त हो चुका है कि इसे प्राप्त करने के लिए वह पूरी तरह से विवेकहीन हो चुका है। अनैतिकता का सहारा लेकर व्यक्ति उन सुख-सुविधाओं को जुटाने में लगा हुआ है जिनसे तृप्ति मिलने वाली नहीं है। जो व्यक्ति को तृप्ति तक पहुंचा सकती है उस आध्यात्मिकता को सब भूलते जा रहे हैं। शारीरिक आवश्यकताओं की भूख इतनी अधिक बढ़ गई कि व्यक्ति इससे आगे सोचने के लिए तैयार नहीं है। ये भौतिक प्रसाधन उसे अन्तत: तृप्ति देने वाले नहीं हैं। इस सत्य का भी उसे पग-पग पर आभास होता रहता है, मगर तृष्णा रूपी भटकाव में वह निरन्तर भटकता चला जा रहा है। ये सांसारिक भोग उसे हर बार चेतावनी देते हैं कि हममें तुम्हें तृप्त करने की सामर्थ्य नहीं, मगर व्यक्ति बार-बार भोगों में डूबकर और अतृप्त होकर भी वहीं तृप्ति खोज रहा है, जहां वह है ही नहीं। वह इस जीवन रूपी चौराहे पर खाली का खाली खड़ा है... अतृप्त है... रो भी रहा है.... तड़प भी रहा है मगर पुन:पुन: भौतिक भोगों की आग में स्वयं को झोंकता भी चला जा रहा है। उसकी स्थिति ठीक इसी प्रकार की हो गई हैं मानो कोई अपनी हथेली पर आग का अंगारा लेकर खड़ा हुआ हो, उसे छोड़ने के लिए भी तैयार नहीं है और उसकी जलन के कारण तड़प भी रहा हो। वह इतना भी ज्ञान नहीं रखता कि जलन देने वाली अग्नि को तो उसने स्वयं ही पकड़ रखा है। इस त्रासदी से आज अधिकतर लोग रूबरू हो रहे हैं। ऐसे ही लोगों को सम्बोधित करते हुए मानो वेद कहता है: **अन्ति सन्तं न जहोति अन्ति सन्त न पश्यति देवस्य पश्य काव्यं न ममार न जीर्यति।** अथर्व 10.8.32

अर्थात् पास बैठे हुए को छोड़ता नहीं, पास बैठे हुए को देखता नहीं। उसे उस परमपिता परमात्मा के काव्य वेद को देख जो न कभी मरता और न कभी पुराना होता।

इस मन्त्र के भावों को यदि हम गहराई से मनन करें तो हमारे जीवन का कांटा ही बदल सकता है। संक्षिप्तता से इसका भाव इस प्रकार समझ सकते हैं कि परमात्मा के काव्य अर्थात् प्रकृति और वेद ज्ञान के सम्यक् अध्ययन से हम इस तथ्य का जान लेते हैं कि इस प्रकृति में सुख तो है मगर आनन्द नहीं है। यदि वास्तव में आनन्द का पान करना है तो शारीरिक एवं भौतिक सृष्टि

में उसकी तलाश छोड़कर उसे आध्यात्मिकता में खोजना होगा। आत्मा को उसकी वास्तविक खुराक मिलने पर ही तृप्ति मिल सकती है। इसीलिए वेद मन्त्र हमें चेतावनी देते हुए कह रहा है कि यदि तुम सुख और आनन्द चाहते हो तो परमात्मा के शाश्वत नियमों का अवलोकन करके आत्मा रूपी रथी के इस रथ को परमात्मा की ओर मोड़ना होगा। परमात्मा के सान्निध्य में जाकर ही तुझे परमशक्ति और तृप्ति मिल सकती है। हमारा वेद सप्ताह मनाने का उद्देश्य भी यही होना चाहिए कि हम जीवन की पगडण्डी पर चलते-चलते अचानक जिन झाड़-झंखाड़ों में उलझ गये हैं, उससे निकलने वाले के लिए वेदज्ञान को व्यवहारिकता में लायें।

आज समाज, राष्ट्र और समूचा विश्व आतंक और भय के वातावरण में गुजर रहा है। कुछ वर्ष पूर्व जो सौहार्द और प्रेम का वातावरण था वह लुप्तप्राय ही हो गया है। मानव इतना हृदयहीन हो गया है कि जहां उसे दूसरों का उपकार करने में प्रसन्नता होती थी, आज वह अपकार करके प्रसन्न होने लगा है। अलगववाद, मजहबवाद, जातिवाद, द्वोत्रवाद और सम्प्रदायवाद के काले बादल हमारे चारों ओर मंडरा रहे हैं। कब किसके घर पर बिजली गिर जाये, कुछ पता नहीं। इन समस्याओं का समाधान खोजा तो जा रहा है, मगर स्थिति यह है कि 'मरज बढ़ता गया ज्यों-ज्यों दवा की।' हम अपने ही देश को लें। यहां पर प्रत्येक नेता या दल अपनी-अपनी वोट की राजनीति खेल रहा हैं, राष्ट्र के सामूहिक विकास की किसी को चिन्ता नहीं है। तुष्टिकरण और वोट की राजनीति ने ऐसी दीवारें खड़ी की हैं, जो दिन प्रतिदिन और भी अधिक ऊंची होती जा रही हैं। चाहे व्यक्तिगत हो, परिवार और समाज तथा देश की हो सभी समस्याओं का समाधान हमें वेद में मिल सकता है। क्योंकि वेद सब सत्य विधाओं का पुस्तक है। सत्य एक ऐसी रामबान औषधि है, जिससे सभी रोग समाप्त हो सकते हैं। वेद हमें सत्य की कसौटी पर रहकर जीना सिखाता है। हमारे साथ समस्या यही है कि हमने झूठ का सहारा ले रखा है तथा एक झूठ को सही ठहराने के लिए हम एक और झूठ का सहारा ले रहे हैं। इस प्रकार इन झूठों के अम्बार तले हम दब गये हैं। हमें इस बात को गांठ बांध लेना चाहिए कि झूठ के सहारे हमारा किसी भी क्षेत्र में उत्थान नहीं हो सकता। यह ठीक है कि जैसे रोगी को कड़वी दवाई खाने में तो अच्छी नहीं लगती है मगर उसका परिणाम सुखद होता है, ठीक इसी प्रकार वेद के सत्य पर चलना हमें पहले तो बहुत अटपटा और अव्यवहारिक लग सकता है, क्योंकि हमें अपने-अपने स्वार्थ के दायरों में सिमटकर जीने की आदत पड़ गई है। मगर वास्तविकता यह है कि हमें अपने-अपने संकुचित दायरों से बाहर निकलकर सत्यता को स्वीकार करना होगा क्योंकि सत्य की सोच ही अन्ततः ठीक होती है। वेद हमें सत्य के साथ जुड़ने की ही प्रेरणा देता है। हम चिन्तन करें कि आखिर मानव-मानव के भीतर ये दूरियां क्यों बढ़ती चली जा रही हैं। होता यह है कि अपने तप, त्याग और साधना से कोई भी व्यक्ति जब उच्चतम स्तरों को छू लेता है, तो उसके बहुत से अनुयायी भी बन जाते हैं। ये अनुयायी उन आदर्शों पर तो चल नहीं पाते हैं, मगर मात्र लकीर के फकीर बन जाते हैं। उस महापुरुष ने जिस तप और त्याग से जीवन की ऊंचाइयों को छुआ था उस प्रक्रिया को नजरअंदाज करके उस महापुरुष की ही पूजा-अर्चना शुरु कर दी जाती है। मगर आज हमारे समाज में ऐसे पैगम्बरों, अवतारों और गुरुओं की मानो बाढ़ सी आ गई है। गुरु होना तो बुरी बात नहीं, मगर गुरुडम प्रथा ने इस समाज का बहुत अहित किया है। इससे मानवीय एकता को बहुत बड़ा धक्का लगा है तथा परमात्मा के स्थान पर व्यक्तियों की पूजा होने लगी है। इस व्यक्ति पूजा ने अन्य अनेक प्रकार की कुरीतियों को जन्म दिया है। इसी के आधार पर व्यक्तियों के बनाये अलग-अलग ग्रन्थों और उपदेशों को प्रमाण मानने की अज्ञानता का भी जन्म हुआ है। अलग-अलग नामों और पूजा-पद्धतियों ने एक मानव धर्म को अनेक सम्प्रदायों में बांट दिया है। यह एक अटल सत्य है कि कोई भी महापुरुष परमात्मा नहीं बन सकता है और अल्पज्ञानी होने के कारण न ही उसके द्वारा दिया गया ज्ञान निर्भ्रान्त और पूर्णतय सत्य हो सकता है। मगर आज जैसे अन्धे ही अन्धों को रास्ता दिखा रहे हैं, इसलिए अज्ञान गड्ढे में गिरकर चतुर्दिक विनाश हो रहा है। तथाकथित इन भगवानों की भीड़ में परमात्मा कहीं खो गया लगता है और मत-मजहब एवं सम्प्रदायों की अज्ञानता में मानवीय गुणों का ह्रास हुआ है। एक सामूहिक सोच जिससे हमारी चतुर्दिक उन्नति का मार्ग प्रशस्त होना था, विलुप्त हो गई है। अतः आज इस बात की परम आवश्यकता है कि मानव मूल्यों की पुनः स्थापना करने के लिए सामूहिक सोच का विकास किया गया, जो वेद के आधार पर ही हो सकती है, क्योंकि एकमात्र वेद पूर्णतया सार्वभौमिक और परमात्मा की सत्यवाणी है।

– वैदिक वशिष्ट आश्रम महर्षि दयानन्द धाम
ग्राम चौक धनकोटा महादव (हिमाचल प्रदेश)

# वेद प्रचार सप्ताह का महत्वः स्वरूप और विधि

- स्मृति शेषः मनुदेव 'अभय', इंदौर, मध्य प्रदेश

भारतीय समाज शास्त्रियों की यह विशेषता रही है कि समाज के प्रत्येक समुदाय को यहां की जलवायु और भूमि की बनावट, ऋतुओं की अनुकूलता का ध्यान रख पर्वों, उत्सवों, अनुष्ठानों को मनाने का निर्धारण किया। कृषि प्रधान देश होने तथा तीन प्रमुख ऋतुओं के मध्य सामञ्जस्य स्थापित कर जो सामाजिक मूल्य स्थापित किये वे भारतीय जनजीवन में पूरी तरह आत्मसात हो चुके हैं। उसी प्राचीन पररम्परा का निर्वाह वेद प्रचार सप्ताह के रूप में अर्थात् पूर्णिमा से लेकर भाद्रपद कृष्ण अष्टमी की अवधि तक उत्साहपूर्वक मनाने की व्यवस्था है। हमारा यह सप्ताह उन पक्षपाती, संकीर्ण और साम्प्रदायिक व्यक्तियों को य उत्तर देता है जो यह निरर्थक और अनर्गल प्रचार करते हैं कि आर्य राम और कृष्ण को नहीं मानता। आर्य पर्व पद्धति के आधार पर यह कहते हुए गर्व होता है कि आर्य समाज राम-कृष्ण, शिव ब्रह्मा आदि को जिस प्रकार मानता है, उतना सनातन धर्मी भी नहीं मानते।

**वेद प्रचार सप्ताह इस प्रकार मनायें (1) यज्ञोपवित तथा पूर्णिमा का यज्ञ**- यज्ञोपवित संस्कारों के मध्य आचार्य द्वारा एक विद्या अनिवार्य रूप से सम्पन्न कराई जाती है। इसके लिए निम्नांकित मन्त्र का उच्चारण बटुक द्वारा बुलवाया जाता था-

**"ओ३म् यज्ञोपवित परमं पवित्रं**
**प्रजापते-र्यत्सहजं पुरस्तात्।**
**आयुष्मग्रय प्रति-मुञ्चाशुभ्रं**
**यज्ञोपवितं बलमस्तु तेजः॥**

पार. गृह. 2/2/19

बटुक उवाच-

**यज्ञोपवितं-ऽमसि यज्ञस्य-त्वा यज्ञोपवितेनोप नहयामि।** पार. गृह. 2.2.11

इसका सामान्य भाव यह है कि इस पवित्र, स्वच्छ सर्वदा आगे बढ़ाने दीर्घ आयु, निरामय दीर्घ आयुष्मान बनाने वाला बल और तेज बढ़ाने हेतु इसे धारण करता हूँ। आज से मैं सत्य व्रतपति बनूंगा। गुरुकुल में प्रवेश कराने के पूर्व बालक/बालिका का प्रथम यज्ञोपवित संस्कार अपने पिता के घर पर होता था। उसके बाद गृहस्थ प्रवेश तथा विद्यारम्भ संस्कार के प्रारंभ में आचार्य द्वारा अपने आश्रम में यह संस्कार अनिवार्य था। यह एक विद्या है जिसे बालक-बालिका गृहाश्रम की पूर्ति कर अनिवार्य रूप से धारण करते थे। शिक्षा और सूत्र भारतीय संस्कृति के प्रतीक माना जाता है। यह ना तो अंधविश्वास अथवा रूढ़िवादिता पर आधारित है और न ही लीक पर चलने वाला संकेत मात्र।

समाजवादियों का भ्रम और दम्भ-आज से 45 दशक पूर्व लोहिया जी के विचारों के अनुयायी जयप्रकाश जी नारायण ने युवकों को प्रगतिशील बनाने के लिए यज्ञोपवित तोड़ कर फेंक देने की बात कही थी। कई युवकों ने अपने-अपने गलों से यज्ञोपवित उतारकर उसके अनेकों टुकड़े कर फेंक दिये। उनमें कुछ युवक आर्य विचारों के थे। उन्होंने जय प्रकाश जी नारायण की कथित प्रगतिशीलता का आर्यसमाज के मंच से पूरे बिहार प्रदेश में विरोध प्रदर्शन किया। जयप्रकाश जी नारायण के बिहार प्रान्त में गया नगर में ही नदी किनारे मरे पितरों का श्राद्ध और तर्पण जैसी अंध श्रद्धा के कार्य चल रहे हैं, उन पर उनकी दृष्टि नहीं गई और भावावेश में वे ऐसी भयंकर भूल कर बैठे। इस प्रकार अभिनेता से नेता बने शत्रुध्नसिन्हा ने भी यज्ञोपवित के विपरीत वक्तव्य दिये, उन्होंने ने भी जयप्रकाश नारायण की तरह आर्य समाज से क्षमा मांगी।

यज्ञोपवित संस्कार सामाजिक समरसता, राष्ट्रीय एकता तथा छुआ-छूत मिटाकर अनिवार्य शिक्षा अभियान का सुन्दर अनुष्ठान है। परन्तु नास्तिक एवं कथित सेक्यूलवादी झूठी प्रतिष्ठा प्राप्त करने के लिए वैदिक संस्कारों तथा उनसे जुड़े अनेक अनुष्ठानों का विरोध कर मुंह की खाते हैं। विद्यारंभ (वेदारम्भ) का संस्कार सम्पन्न कराने के पश्चात् सामूहिक यज्ञ आहूतियाँ प्रदान की जाती है। इसी प्रकार श्रद्धालुओं और इच्छुकों के निःशुल्क यज्ञोपवित संस्कार (लड़के-लड़कियों)

सम्पन्न कराये जाते हैं। इसके पश्चात् वैदिक विद्वान द्वारा सामयिक उपदेश दिया जाता है।

**शहीद दिवस**- आर्य समाज के गौरवशाली इतिहास में हैदराबाद सत्याग्रह और उसमें प्राप्त शानदार विजय का बड़ा महत्व है। दक्षिण हैदराबाद के उस्मान अली अपने साम्प्रदायिक उन्माद में अपनी बहुसंख्यक हिन्दू प्रजा पर अनेक प्रतिबन्ध लगाकर उनकी नागरिक स्वतन्त्रता का अपहरण तथा धर्म परिवर्तन का कुचक्र चलाकर मुस्लिम जनसंख्या बढ़ाने का कुकृत्य कर रहा था। उस समय शेरे-हैदराबादी पं. नरेन्द्र जी आर्य ने घोर विरोध किया। निजाम को समझाने पर तथा ना मानने पर आर्य समाज को नागरिक स्वतन्त्रता के अधिकारों की रक्षा के लिए जुलाई 1939 से दिसम्बर 1939 तक अनुशासनबद्ध विरोध स्वरूप सत्याग्रह करना पड़ा। प्रारम्भ में कांग्रेस-अनुयायियों ने अपनी आदत के अनुसार हो साम्प्रदायिक उन्माद कहा, परन्तु जब आर्य समाज का यह सत्यागृह देखा तो वे भी इसमें सम्मिलित हो गये। इस सत्यागृह में आर्य समाज सनातन धर्म, सिख पंथ तथा अनेक मुसलमान भी शामिल हुए। इसमें 3 व्यक्तियों ने अपने प्राणों का बलिदान किया और हजारों लोग जेल गये। कहते हैं इस आर्य सत्याग्रह की गूंज तत्कालीन ब्रिटिश पार्लियामेंट, लंदन तक पहुंच गई थी। यह सत्य है- सत्य परेशान हो सकता है, परन्तु पराजित नहीं होता। अन्त में हैदराबाद के निजाम को अपने बहुसंख्यक नागरिकों को धार्मिक और नागरिक स्वतन्त्रता प्रदान करनी पड़ी। सत्याग्रह का पूरा खर्चा भी आर्य समाज को प्रदान किया गया।

**सरदार पटेल की दहाड़**- स्वतन्त्रता प्राप्ति के 2 वर्ष बाद रियासतों के विलीनीकरण में हैदराबाद निजाम ने अपनी टेढ़ी पूंछ फिर घुमाई। तत्कालीन गृहमन्त्री सरदार वल्लभ भाई पटेल ने अपने ढाई दिन के शौर्य से उन्हें सीधा कर दिया। रियासत के तीन टुकड़े- 1. महाराष्ट्र, 2. आँध्र और 3. तेलंगाना राज्यों में विलीन कर दिया। उस्मान अली को दिन में तारे दिखा दिये। हैदराबाद की इस विजय का श्रेय उन्होंने आर्य समाज के 1939 की महान् विजय को दिया। इस प्रकार देश के गृहमन्त्री ने आर्य समाज के प्रति अपार कृतज्ञता प्रकट की।

**वेदों को श्रद्धांजलि**- इसके पश्चात् आर्य सत्याग्रह के शहीदों को श्रद्धांजलियां दी जाने के पश्चात् वेद प्रचार हेतु उपस्थितों से यथाशक्ति सामर्थ्य के अनुसार धन-संग्रह की अपील कर थालियों में राशि एकत्रित की जाती है। प्रातः सायं वेद प्रचार-प्रत्येक समाज, भवन में प्रातः, सायं स्थानीय विद्वानों तथा आगत आर्य विद्वानों के भजनोंपदेश तथा वेद मन्त्रों की व्याख्या की जाती है। यह क्रम सतत् भाद्रपद कृष्ण सप्तमी पर चलता रहता है।

**समापन दिवस**- सार्वदेशिक आर्य प्रतिनिधि सभा नई दिल्ली के आदेशानुसार वेद प्रचार सप्ताह का समापन भाद्रपद कृष्ण अष्टमी अर्थात् गीता गायक योगिराज श्री कृष्णजी की जयंती उत्साहपूर्वक मनाने के साथ सम्पन्न होता है। हमारी तो यह मान्यता है कि जिस गूढ़ता और महत्व के साथ आर्य योगिराज श्री कृष्ण जी का सम्मान और मूल्यांकन करता है उतना तो ये कथित सनातन धर्मी तथा कृष्ण भक्त मण्डली हरे कृष्णा-हरे कृष्णा, हरे-हरे भक्तों से अति ज्येष्ठ और श्रेष्ठ है। मेरी विनम्र सम्मति में आर्य समाज के मूर्धन्य विद्वान डॉ. भवानीलाल भारतीय लिखित अद्वितीय पुस्तक श्री कृष्ण चरित। के कुछ अंश ही पाठकों को सुना दिये जाएं तो श्रोताओं को बड़ा लाभ होगा। यह और भी महत्वपूर्ण बात होगी कि महाभारत के अन्तर्गत पाये जाने नीति-दर्शक प्रकरण, कर्ण के धर्म संबंधी तर्कों का उत्तर जरासंघ का बुद्धिमानी से वध आदि।

मर्यादा पुरुषोत्तम राम, हरिशचन्द्र, योगिराज श्रीकृष्ण, राजा जनक आदि ने अपने आदर्श जीवन के द्वारा यह सिद्ध कर दिया है कि एक सद् गृहस्थ भी योगी के समान स्वर्ग का अधिकारी होता है। वैदिक कालीन व अनेक विदुषियों ने भी ऐसा ही कुछ दिखाया है।

इस प्रकार वेद प्रचार का आयोजन मन्दिरों के भीतर तथा बाहर किसी सार्वजनिक स्थान या सभागार में किया जा सकता है। आज वैदिक विचारों, वैदिक पर्वो तथा वैदिक संस्कारों का प्रचार-प्रसार अत्यावश्यक हो गया है। समाज का बुद्धिजीवी वर्ग वैदिक क्रिया-कलापों की ओर अधिक आकर्षित हो ओम् शम् रहा।

# यज्ञोपवीत क्यों?

-हरिओम शास्त्री

यज्ञोपवीत भारतीय संस्कृति का प्रतीक है। चिन्ह,, निशान, लिंग अथवा प्रतीक सभी का एक ही अर्थ है। चिन्ह किसी न किसी भाव के प्रकाशक होते हैं। रास्ते में लगी लाल रोशनी सावधान का, रोक का प्रतीक है। हरी रोशनी छूट का। गति का/चलने का प्रतीक है। इसी प्रकार युद्ध क्षेत्र में सफेद झंडा सन्धि का, आत्मसमर्पण का, युद्ध विराम के सन्देश का प्रतीक है। जिस प्रकार यज्ञोपवीत भी भारतीय संस्कृति एवं सभ्यता का प्रतीक/अभिन्न अंग है। यह यज्ञ की वेशभूषा है, यह विद्या का चिन्ह हैं।

**विद्यार्थी**- विद्या की इच्छा करता हुआ युवक आज आचार्य के पास आया है। आचार्य उसका उपनयन कराता है। उपनयन का अर्थ है पास ले आना। किसके पास स्वत: सिद्ध है 'जिसकी चाहना है'। पिता पुत्र को विद्या की प्राप्ति के लिए आचार्य के पास ले जाता है। आचार्य उसे अपने पास लेता हुआ विद्या के प्रकाश का चिन्ह यह श्वेत शुभ्र यज्ञोपवीत, यज्ञ का प्रतीक उसे देता है। इसी अवसर पर कहा है-

**'आचार्य उपनयनमानो ब्रह्मचारिणं कृणुते गर्भमन्त:'**

अर्थात् जैसा माँ बालक को गर्भ में रखकर उसका पालन करती है, उसी प्रकार उसी सुरक्षा की भावना से आचार्य भी गर्भभूत विद्यार्थी को उदर में रखे, यहाँ से जन्म पाकर वह द्विज बनेगा।

बात को इतिहास के उदाहरणों से समझाने के लिए मर्यादा पुरुषोत्तम श्री राम एवं योगीराज श्री कृष्ण के उपलब्ध काल्पनिक चित्रों का अवलोकन करते हैं। क्या ऐसा कोई चित्र है कि जो राम व कृष्ण को बिना यज्ञोपवीत के दिखाता हो, यदि नहीं तो देखे कि इतना महत्वपूर्ण यह प्रतीक हमें क्या सन्देश देता है-

**मनुष्य पर तीन प्रकार के ऋण है:- ( 1 ) देवऋण ( 2 ) ऋषि ऋण ( 3 ) पितृ ऋण।** इन तीनों ऋणों से उऋण होना है हमें। संसार में किसी की वस्तु/पैसा कोई लेकर नहीं दे या ऋण न चुकाये तो उसे अच्छी नजरों से नहीं देखा जाता। यह प्रतीक क्षण-क्षण हमें संदेश देता है। याद दिलाता है कि-हमें यज्ञ करना है, विद्वानों का सत्कार करना है, माता-पिता की सेवा करनी है, तभी हम इन तीन ऋणों से उऋण हो सकेगें।

**तीन अनादि पदार्थ है:-** ईश्वर, जीवन एवं प्रकृति। इन तीनों को जानना ही हमारे जीवन का उद्देश्य है। ईश्वर के स्वरूप का समझते हुए अपने (जीव के) परमात्मा के साथ संबंध को समझते हुए प्रकृति-संसार को समझते हुए हम परमात्मा तक पहुंचे इसका संदेश प्रत्येक क्षण, यह यज्ञोपवीत हमें देता हैं।

**संसार में तीन पदार्थ गुण है**-सत्व, रज, तम। इन्हें वैज्ञानिक भाषा में कहा जाता है प्रोटोन, इलेक्ट्रोन, न्यूट्रोन। इन गुणों को समझकर संसार को समझा जा सकता है। तभी हम त्रिगुणातीत बन सकेंगे।

**मनुष्य दु:ख से छूटना चाहता है लेकिन जब तक दु:खों को समझेगा नहीं, छूटेगा कैसे? वे तीन दु:ख हैं- ( 1 ) आध्यात्मिक ( 2 ) आधिभौतिक, ( आधिदैविक )।**

इन दु:खों से छूटना हमारे जीवन का परम लक्ष्य है। हम संसार में भटक न जायें इस बात का स्मरण कराता है यह यज्ञोपवती।

केवल स्मरण ही नहीं कराता यह 'तमसो मा ज्योतिर्गमय' के अनुसार ज्योति की ओर, अन्धकार से प्रकाश की ओर चलने की प्रेरणा देता है। यज्ञोपवीत को शुभ्र कहा गया है। ज्योति वा प्रकाश का रंग भी श्वेत है। कलि रंग को तम का और श्वेत रंग को ज्योति का चिन्ह मान लिया गया। यही वैज्ञानिक आधार है जिसे हमारे आर्ष ऋषियों ने पहले से ही कह गये **'तमसो मा ज्योतिर्गमय'।**

यज्ञोपवीत के एक तार में भी तीन-तीन तार होते हैं। इस प्रकार कुल तारों की संख्या 9 हो जाती है। नौ तार क्या संदेश देते हैं? वेद में कहा-

**अष्टचक्रां नवद्वारा देवानां पूरयोध्या॥**

(अथर्व 10.2.31)

आठ चक्रों एवं नौ द्वारों वाली यह मानव देह रूपी नगरी है 2 आंख, 2 कान, 2 नासिका-छिद्र, एक मुख, एक-एक मल-मूल के द्वार इस प्रकार से नव द्वार हुए। यज्ञोपवीत के नौ तार हमें संदेश देते हैं कि इन

इन्द्रियों पर विजय प्राप्त करो। हमारे अन्दर बुराई प्रवेश न हो जाये, जीवन की पवित्रता झलके।

**इसी प्रकार यज्ञोपवीत में पांच गांठे भी अपना संदेश दे रही हैं:-**

काम, क्रोध, लोभ, मोह और मद ये मनुष्य के पाँच शत्रु हैं, इन पर विजय प्राप्त करें।

गृहस्थियों को प्रतिदिन को प्रतिदिन पंच महायज्ञों का अनुष्ठान करना चाहिए:-

1.ब्रह्मयज्ञ-संध्या और स्वाध्याय।

2.देवयज्ञ-अग्निहोत्र और विद्वानों का मान सम्मान।

3.पितृयज्ञ-जीवित माता-पिता, दादा-दादी की सेवा सुश्रुषा द्वारा इन्हें सदैव प्रसन्न रखना।

4. बलिवैश्व देवयज्ञ-कौआ, कुत्ता, कीट, पतंग, इत्यादि को भी अपने भोजन में से भाग देना। इसी के प्रतीक स्वरूप घर में जो भोजन बने उसमें से खट्टे ओर नमकीन पदार्थो को छोड़कर रसोई की अग्नि में दस आहुति देना।

**5. अतिथि यज्ञ**- घर पर पधारे विद्वान उपदेशकों का भी आदर सम्मान करना।

ऊपर कर्त्तव्यों का बोध कराया। बोध होने पर कर्तव्यों के भार को वहन करना होगा। इसके प्रतीकस्वरूप इसे बायें कन्धें पर डाला जाता है। यह कन्धे से हृदय प्रदेश को छूता हुआ कटि तक आ पहुंचता है। मनुष्य में भार उठाने की क्षमता कन्धे में होती है। इसलिए इसे कन्धे पर डाला जाता है। इसलिए यह हृदय से होता हुआ जाता है अपने कर्तव्यों को करने के लिए हम सदा कटिबद्ध रहे इसलिए यह कटि तक पहुंचता है और वही इसकी ग्रन्थि गांठ होती है।

कुछ स्थानों पर मान्यता देखी गई है कि वे यज्ञोपवीत को (बदलना भी हो तो) सिर की ओर से नहीं उतारते। पाँव की ओर से उतारते हैं। मैंने पूछा तो बातया कि यह यज्ञोपवीत एक ही बार धारण किया जाता है, वह सिर की ओर से लिया गया। अब कभी इस मार्ग से उतर न सकेगा। सिर तो जा सकता है लेकिन इस मार्ग से यज्ञोवती नहीं उतरेगा। इस बात को स्मरण करते हुए वीर हकीकत राय का स्मरण आ गया। उस वीर हकीकत को मैं श्रद्धा सहित नमन करता हूँ। इसके धारण करने वालों से आग्रह है प्रार्थना है कि यज्ञोपवीत उतारे नहीं सदा धारण रखें।

अब कुछ लोगों की धारणा है कि महिलाओं को यज्ञोपवीत का अधिकार नहीं है। महर्षि दयानन्द ने वेदादि सत्य शास्त्रों के प्रमाणों से यह सिद्ध किया है महिलाओं को भी पुरुषों की तरह ही यज्ञोपवीत धारण करना चाहिए।

---

**(पृष्ठ 22 का शेष)**

की स्तुति, प्रार्थना, उपासना, शान्ति, जितेन्द्रियता, सुशीलता, धर्मयुक्त पुरुषार्थ, ज्ञान-विज्ञान आदि शुभ गुणं कर्म दु:खों से तारने वाले होने से तीर्थ कहलाते हैं।'' यजुर्वेद में तीर्थ की व्याख्या इस प्रकार से है-

**नमस्तीर्थ्याय चा॥ यजुर्वेद 16/42**

जो वेदादि शास्त्र सत्य धर्म लक्ष्णों से युक्त होकर उसको अन्नादि पदार्थ दे शिक्षा लेना तीर्थ कहलाता है।

नदियों के किनारे बनने वाली प्राचीन सभ्यताओं में पुरातन सनातन शिक्षा पद्धति के रूप में गुरुकुलीय शिक्षा प्रणाली थी जहाँ ब्रह्मचारी विद्यार्थी गुरुकुल में रहकर आचार्यो से शिक्षा ग्रहण करते थे। शायद इसीलिए नदी किनारे ही कालान्तर में तीर्थो के नाम से जाने जाने लगे। इन गुरुकुल रूपी तीर्थो में विद्यार्थी विद्यादि शुभ गुणों आर्य संस्कारों को ग्रहण कर सब सत्य विद्याओं का ज्ञान प्राप्त कर वेदादि शास्त्रों का अध्ययन कर पृथ्वी से ईश्वर पर्यन्त सभी पदार्थो का सत्य स्वरूप जान मान कर परोपकार करते हुए जीवन के लक्ष्य मोक्ष व मुक्ति को प्राप्त करने का प्रयास करते थे कालान्तर में जब सभी प्रक्रियाओं का अपने तुच्छ स्वार्थो के कारण पोंगे पण्डितों ने सरलीकरण किया तो नदियों में स्नान कर पाप निवारण करते हुए मोक्ष तक सीमित कर दिया। नदियों में स्नान करने से हम शारीरिक स्वच्छता की आशा तो कर सकते हैं, परन्तु मन, बुद्धि, आत्मा की शुचिता तो केवल वेदादि शास्त्रों के अध्ययन अनुकरण विद्या से ही आ सकती है। नदियों, तालाबों में सामूहिक स्नान से पाप निवृत्ति तो नहीं हो सकती परन्तु संक्रामक रोग फैलने का खतरा जरूर होता है।

इससे यह निर्विवाद रूप से सिद्ध होता है कि दु:ख सागर से तारने वाले यज्ञीय परोपकार के कार्यो का नाम ही तीर्थ है न स्थान या नदी विशेष का नाम।

# योगेश्वर श्री कृष्ण जी

- कन्हैया लाल आर्य

ईश्वर भक्त विश्वगुरु योगेश्वर श्री कृष्ण जी भारतीय संस्कृति के उज्जवलतम नक्षत्र हैं। इनके चरित्र की आभा मानव मन को किंकर्तव्यविमूढ़ता से उबारने के लिए रामबाण औषधि है?

श्री कृष्ण जी विद्वान, धर्मात्मा, न्यायकारी, राजनीतिज्ञ और कर्मयोगी राजा थे। उस समय इनका यश चारों ओर फैला हुआ था। उन्होंने स्वयं प्रतिज्ञा की थी कि साधुओं की रक्षा दुष्टों के विनाश तथा धर्म की स्थापना के लिए मैंने जन्मधारण किया है। उनका समस्त जीवन अपनी इसी उद्देश्य की पूर्ति में व्यतीत हुआ। अपने सुख और स्वार्थ के लिए उन्होंने कोई भी कार्य नहीं किया। उनके सब कार्य परोपकार के निमित्त थे। यही कारण है कि आज तक भी श्री कृष्ण का नाम घर-घर में आदर के साथ लिया जाता है।

शील एवं सदाचार की प्रतिभा, वेद विद्या के साभार, आदर्श साम्राज्य निर्माता, शूर शिरोमणि, भारत-भावन श्री कृष्ण जी के सम्बन्ध में महर्षि दयानन्द सरस्वती जी अपनी सर्व प्रसिद्ध पुस्तक सत्यार्थ प्रकाश के 11वें समुल्लास में लिखते हैं-"श्रीकृष्ण जी का इतिहास महाभारत में अत्युत्तम है। उनका गुणकर्म स्वभाव और चरित्र आप्त पुरुषों के सदृश है। जिसमें कोई अधर्म का आचरण श्री कृष्ण जी ने जन्म से मरणपर्यन्त बुरा काम कुछ भी किया हो, ऐसा नहीं लिखा।" परन्तु दुर्भाग्य की बात है कि भागवत वालों ने श्रीकृष्ण जी पर अनुचित व मनमाने दोष लगाये हैं, जिसको पढ़-पढ़ा, सुन-सुना के अन्यमत वाले श्रीकृष्ण जी की बहुत सी निन्दा करते हैं। जो यह भागवत न होती तो श्रीकृष्ण जी जैसे महात्माओं की झूठी निन्दा क्यों कर होती? योगेश्वर श्री कृष्ण जी के सम्बन्ध में सम्भवत: ही किसी और व्यक्ति ने ऐसे उद्गार प्रकट किये हो जैसे महर्षि दयानन्द सरस्वती जी ने प्रकट किये हैं।

कितने दुर्भाग्य की बात है कि हमारे पौराणिक लोग एक ओर तो श्रीकृष्ण जी को भगवान मानते हैं, दूसरी ओर उनके चरित्र का वर्णन करते हुए उन्हें माखन चोर,लम्पट, गोपियों के संग, रास रचाने वाला तथा अन्य अनेक दोषों से लिप्त व्यक्ति के रूप में प्रकट करते हैं। श्री कृष्ण जी अपने युग के सबसे बड़े राजनीतिज्ञ माने जाते थे। उनकी राजनीति का मूल भी धर्म, सत्य और न्याय की रक्षा करना था।

श्रीकृष्ण जी पक्के अहिंसावादी थे परन्तु कायर नहीं थे। महाभारत का युद्ध रोकने के लिए श्री कृष्ण जी ने बहुत बड़ा प्रयत्न किया। वे जानते थे कि यदि कौरव और पाण्डव आपस में लड़ पड़े तो अपार जन संहार होगा और हिंसा का नग्न ताण्डव सामने आयेगा। मार काट न हो, इसी इच्छा की पूर्ति के लिए वे दुर्योधन को समझाने के लिए पाण्डवों के दूत बनकर गये। युधिष्ठिर जी ने श्रीकृष्ण जी से कहा "आप का वहां जाना उचित नहीं, क्योंकि दुर्योधन आपका अपमान करेगा"। इस पर श्रीकृष्ण जी ने उत्तर दिया" जगत के उपकार के लिए मुझे अपने अपमान की चिन्ता नहीं है।" यह कहकर वे हस्तिनापुर के लिए प्रस्थान कर गये। हस्तिनापुर में दुर्योधन जी के अतिथि न बनकर महात्मा विदुर के अतिथि बने जहां पर उन्होंने साग रोटी खाना अधिक पसन्द किया, जबकि दुर्योधन ने श्रीकृष्ण जी के लिए शाही स्वागत की तैयारी कर रखी थी।

विचारार्थ सभा हुई। उसमें बड़े-बड़े विद्वान, पण्डित, राजा, महाराजा और ऋषि मुनि एकत्र हुए। सबके सम्मुख श्री कृष्ण जी ने यह प्रस्ताव रखा कि हम कौरवों और पाण्डवों के झगड़ों को निपटाने आये हैं। केवल पाँच ग्राम ही पाण्डवों को दे दो, सारा झगड़ा निपट जायेगा।" इस पर दुर्योधन ने कहा-"बिना युद्ध के पाँच गांव तो क्या, सूई की नोक की जितनी पृथ्वी भी नहीं दूँगा" इस उत्तर को सुनकर श्रीकृष्ण जी ने यह सोच लिया कि दुष्ट की दुष्टता बिना दण्ड पाये समाप्त नहीं होगी।

श्रीकृष्ण जी ने जब शान्ति का, अहिंसा का और मारकाट रोकने का पूरा प्रयत्न कर लिया और उन्होंने देखा कि दुर्योधन अपनी हठ पर अड़ा हुआ है और अधर्म के राह पर भी है तो उन्होंने दुर्योधन को दण्डित करने में ही धर्म समझा। यदि उस समय भी वे शान्त रहते तो इससे अधिक कायरता क्या होगी? विवश

होकर श्रीकृष्ण जी ने पाण्डवों को युद्ध करने की सहमति दी।

आर्य समाज और योगेश्वर कृष्ण: आर्य समाज श्री कृष्ण जी को अवतार न मानकर दिव्य गुणों से युक्त महापुरुष के रूप में मानता है, इनको योगेश्वर के रूप में अत्यन्त माननीय, पूजनीय एवं वन्दनीय मानता है।

पौराणिक लोग हम आर्य समाजियों को नास्तिक मानते हैं परन्तु वास्तविकता यह है कि आर्य समाज श्री कृष्ण जी को पुराण पन्थियों से कहीं अधिक मानता है। हम बड़े गर्व के साथ कह सकते हैं कि आर्य समाज श्रीकृष्ण जी को जितना जानता और मानता है उतना संसार का कोई भी आस्तिक नहीं मानता। आर्य समाज श्रीकृष्णजी के चित्र की पूजा नहीं करता बल्कि उसके पीछे छिपे चरित्र की पूजा करता है अर्थात् श्रीकृष्ण जी के गुणों को अपने जीवन में धारण करने पर बल देता है। परन्तु भागवत, पुराण के कृष्ण गोपियों के साथ रासलीला रचाने वाले, मक्खन चुराने वाले, बासुंरी की धुन से गोपियों को अपनी ओर आकर्षित करने वाले और रसिक वृत्ति के कृष्ण है परन्तु आर्य समाज के श्री कृष्ण जी महान योगीराज, वेद-वेदांग स्मृति आदि के ज्ञाता, न्यायदर्शन व राजनीति में पारंगत कूटनीतिज्ञ, नीतिनिपुण, राष्ट्र नायक, सदाचारी, परोपकारी, सद्गृहस्थी, त्यागी, तपस्वी तथा उच्चकोटि के संयमी हैं।

मैं भी उन्हें योगेश्वर ही क्यों मानता हूं: इसके लिए हमें 'योग शब्द के अर्थ पर विचार करना होगा। सुख-दु:ख, लाभ-हानि, मान-अपमान, जय-पराजय आदि सभी परिस्थितियों में समभाव रखना, स्थित प्रज्ञ रहना ही योग है। इस दृष्टिकोण से मेरा प्यारा कृष्ण प्रत्येक परिस्थिति में सम्भाव एवं सन्तुलन रखता है। श्रीकृष्ण जी का सारा जीवन कष्टों, दु:खों, मुसीबतों और चिंताओं में व्यतीत हुआ। परन्तु ये महामानव कभी दु:खी नहीं हुआ, विचलित नहीं हुआ,चेहरे पर सदा मुस्कान एवं सम्भाव रहा, किसी प्रकार का असन्तोष उसके चेहरे से नहीं दिखा। श्रीकृष्ण जी ने अर्जुन को उपदेश देते हुए 'समत्वं योग उच्चते' तथा 'योग: कर्मसु कौशलम्'कह कर न केवल योगी बल्कि योगेश्वर सिद्ध होते हैं।

यह एक ऐसा चरित्र है जो अर्जुन की मानसिक व्यथा को दूर करने के लिए मनोचिकित्सक बन जाते हैं। कसं तथा अन्य राक्षसों को मारने के लिए वह रूद्र बन जाते हैं। महाभारत के युद्ध को जीतने एवं धर्मसम्यत राज्य की स्थापना के लिए वे राजनीतिज्ञ बन जाते हैं, अर्जुन के विषाद को समाप्त करने के लिए वे एक आदर्श शिक्षक हैं, सुदामा के अच्छे मित्र है। रूक्मणी के धर्म परायण पति बन जाते हैं, सुदर्शन चक्रधारी के रूप में वे एक योद्धा है। अध्यात्म की शिक्षा देते समय वे आध्यात्मिक गुरु एवं विद्वान् है। कहने का तात्पर्य हैं कि श्रीकृष्ण जी के चरित्र में अनेकों चरित्र समाये हुए है, इसलिए उन्हें बहुआयामी व्यक्तित्व वाला एक महापुरुष तथा योगेश्वर कहा जा सकता है।

भारत की वर्तमान परिस्थितियों में श्रीकृष्ण जैसे तपस्वी, तेजस्वी, यज्ञ, प्रेमी, गोपालक, नीतिनिपुण, योगेश्वर श्री कृष्ण जी के जीवन चरित्र से जनसामान्य एवं समस्त प्रशासकीय वर्ग को विशेष प्रेरणा लेनी चाहिय ताकि हमारा देश संकट पूर्व स्थिति से उबर सके।

महामति चाणक्य विश्व का सर्वोपरि कूटनीतिज्ञ स्वीकार किया गया है। जिसके अर्थशास्त्र का लोहा आधुनिक राजनीति विशारद भी मानते है। कौटिल्य ने कूटनीति में शुक्राचार्य की श्रेष्ठता स्वीकार की है, किन्तु शुक्राचार्य अपनी नीतिसार में लिखते हैं कि श्रीकृष्ण जी के सामने कोई कूट नीतिज्ञ इस पृथ्वी पर नहीं हुआ।

योगेश्वर श्रीकृष्ण जी का यह संक्षिप्त सा दर्शन मैंने यह आपके सम्मुख प्रस्तुत किया है। उनके बहुमुखी व्यक्तित्व को मुझ जैसे अल्पज्ञ के लिए प्रस्तुत करना संभव तो नहीं है परन्तु समुद्र की कुछ बूंदो का दिग्दर्शन कराने का प्रयास किया है। अत: हमें उनके चित्र की पूजा न करके उनमें छिपे चरित्र को अपने जीवन का अंग बनाना चाहिए। तभी श्री कृष्ण जी का जन्मदिवस जन्माष्टमी के रूप में मनाना सार्थक है।

- 4/45, शिवा जी नगर, गुरुग्राम, मो. 09911197073

# आश्रम द्वारा संचालित विविध प्रकल्पों हेतु 500/- से अधिक प्राप्त दान सूची

## दान सुची

| | |
|---|---|
| श्री विवेक जी सुपुत्र डॉ. धर्मेन्द्र गुलिया बादली | 1100/- |
| श्री धर्मसिंह विनोद कुमार झाडोदा, दिल्ली | 500/- |
| दी शिव ट्रबो ट्रक यूनियन बहादुरगढ़ | 1100/- |
| श्री जगबीर सैनी सु. श्री बलवान सैनी, बहादुरगढ़ | 1100/- |
| दिवंगत श्री सचिन जी सु. मा. प्रभु दयाल जी दिल्ली | 1100/- |
| स्व.श्रीमती मामकोर सु. श्री राज सिंह दहिया, बहादुरगढ़ | 1100/- |
| श्रीमती रामदुलारी बंसल, रोहिणी दिल्ली | 1000/- |
| श्री सौरभ कुमार सुपुत्र श्री जगबीर शर्मा, सैक्टर-2, बहा. | 3100/- |
| श्री दिव्यांग जी सुपुत्र श्री जगदीश जी शर्मा सैक्टर-2, बहा. | 501/- |
| श्रीमती सुनीता शर्मा धर्मपत्नी श्री रमेश कुमार शर्मा पालम कॉलोनी, दिल्ली | 500/- |
| श्री सिद्धानत कटारिया, नजफगढ़, दिल्ली | 1100/- |
| डॉ. रविन्द्र हितैषी धर्मपुरा, बहादुरगढ़ | 500/- |
| श्री गौरव राणा धर्मपुरा, बहादुरगढ़ | 1000/- |
| श्री राम सिंह दलाल सैक्टर-6, बहादुरगढ़ | 1100/- |
| श्री स्वामी मेहन्द्रानन्द राम नगर, बहादुरगढ़ | 501/- |
| श्री दरबार सिंह जी गुलिया, सैक्टर-6, बहादुरगढ़ | 1100/- |
| श्री राजपाल सिंह जी डबास झज्जर रोड, बहादुरगढ़ | 1100/- |
| परममित्र मानव निर्माण संस्था, रोहतक हरियाणा | 11000/- |
| श्री आनन्द कुमार गुप्ता शालीमार बाग, दिल्ली | 5000/- |
| कुमारी प्रवीण सीनियर मैनेजर केनरा बैंक प्रीतमपुरा, दिल्ली | 3000/- |
| श्रीमती राम दुलारी जी बंसल रोहिणी, दिल्ली | 1000/- |
| श्री मांगेराम जी सांगवान पटेल नगर, बहादुरगढ़ | 3000/- |
| श्री सत्यप्रकाश जी ऑटो मार्किट, बहादुरगढ़ | 500/- |
| श्री प्रेम सागर पूनियानी दयानन्द नगर, बहादुरगढ़ | 500/- |
| श्री जगदीश ओहल्याण सु.श्री रिसाल सिंह गढ़ी सांपला रोहतक | 511/- |
| श्रीमती प्रेरणा जी दयानन्द नगर, बहादुरगढ़ | 1100/- |
| श्री अश्वनी मलिक सुश्री प्रताप सिंह द्वारका दिल्ली | 5100/- |
| कुमारी मेघाली सुपुत्री श्री विजेन्द्र शर्मा बराही रोड, बहादुरगढ़ | 1000/- |
| श्री वंश दहिया जी सैक्टर-9, बहादुरगढ़ | 2000/- |

## विविध वस्तुएं

| | |
|---|---|
| मै. रूपानी इण्डस्ट्रीज एम.आई.ई. बहादुरगढ़ | 20 जोड़े जूते |
| नैनपाल मन्दिर शुक्ला जी टीकरी दिल्ली | 2 टीन तेल सरसो का |
| श्री दीपेन्द्र सुपुत्र श्री भूप सिंह डबार शनि मन्दिर टीकरी दिल्ली | 1 टीन सरसो का तेल |
| श्री नरेश लाकड़ा मुण्डका दिल्ली | 2 बोरे आलू |
| श्री राजेश जी आर्य भोजनार्थ दिल्ली | 2500/- |
| श्री राजेन्द्र जी कोल कश्मीर कॉलोनी बहादुरगढ़ | 50 किलो गेहूं |

## गौशाला हेतु प्राप्त दान

| | |
|---|---|
| श्रीमती ओमवती जी दयानन्द नगर, बहादुरगढ़ | 3100/- |
| श्री मूलचन्द सुपुत्र श्री जुगलाल गुलिया सांधी झज्जर, हरि. | 2101/- |
| स्व.श्री भीम सिंह खुल्लर, बहादुरगढ़ | 1100/- |
| श्री लक्ष्य राणा जी सुश्री अनिल जी राणा | 500/- |

# ईश्वर का स्वरूप

**- मनुदेव वानप्रस्थी, आत्मशुद्धि आश्रम, बहादुरगढ़**

अविद्या में फंस कर प्राणी कुछ भी न पाया।
अमुल्य यह जीवन व्यर्थ गँवाया।।

1. स्वरूप ईश्वर का कैसा यह नहीं जाना,
नस नाड़ी से मुक्त है वह यह नहीं माना,
बन्धन में वह आता नहीं यह जान न पाया,
अमुल्य यह जीवन व्यर्थ गँवाया।।

शक्तियुक्त, अजन्मना, सर्वज्ञ, न्यायकारी है,
आनन्द स्वरूप और साक्षी सबका हितकारी है,
अज्ञानता के वशीमूत मन भटकाया,
अमुल्य यह जीवन व्यर्थ गँवाया।।

योगीजन व मनीषी ज्ञान उसका कराते,
हर वस्तु के गुण-दोषों का परिचय कराते,
मूर्खजनों की पहुँच में कभी न आया,
अमुल्य यह जीवन व्यर्थ गँवाया।।

गुण-कर्म-स्वभाव ईश के जो जन जान लेता,
कर्म न निष्फल जायेगा यह भी पहचान लेता,
मनुदेव न आश्रम में संशय मिटाया।
अमुल्य यह जीवन सफल बनाया।।

अविद्या में फंस कर प्राणी कुछ भी न पाया।।
अमुल्य यह जीवन व्यर्थ गँवाया।।

**मुद्रक व प्रकाशक : स्वामी धर्ममुनि 'दुग्धाहारी', सम्पादक एवं मुख्याधिष्ठाता-आत्मशुद्धि आश्रम बहादुरगढ़, जिला-झज्जर ( हरियाणा ), पिन-124507 द्वारा मयंक प्रिन्टर्स, 2199/64, नाईवाला, करोल बाग, नई दिल्ली-110005, दूरभाष-41548503, चलभाष-9810580474 से मुद्रित, आत्म-शुद्धि-पथ कार्यालय-आत्मशुद्धि आश्रम से 15 अगस्त 2016 को प्रकाशित एवं प्रसारित।**

# दाखिला

रोशनी अपने परिवार के साथ मानपुर गांव में रहती थीं। उसका बड़ा भाई सोनू था। रोशनी के पिता पुराने ख्यालों के थे। वे लड़कियों को ज्यादा पढ़ाने के पक्ष में नहीं थे। इसी सोच के कारण वे रोशनी को स्कूल नहीं भेजना चाहते थे लेकिन रोशनी की मां ने कहा लड़की को कम से कम इतना तो पढ़ा देते हैं कि वह अपना नाम लिखना जान जाए। इस तरह रोशनी की बड़े बेमन से उसके पिता स्कूल में दाखिला कराया।

दोनों भाई बहन पढ़ाई में अच्छे थे। धीरे-धीरे दोनों बच्चे बड़े होने लगे। जब रोशनी ने पांच कक्षा पास कर ली तो उसके पिता ने उसकी पढ़ाई बंद करा दी और कहा कि अब से वह घर के कामों को सीखेगी। रोशनी बहुत रोई, अपने पिता से बहुत मिन्नतें कि पिताजी मैं आगे पढ़ना चाहती हूं। मैं स्कूल जाने से पहले और स्कूल से आने के बाद घर के काम में मां का हाथ बंटा दिया करूंगी। पर रोशनी के पिता नहीं माने और उन्होंने रोशनी का स्कूल जाना बंद करा दिया।

रोशनी सुबह उठते ही घर के कामों में जुट जाती। वह रोज अपने सोनू भैया का स्कूल बैग ठीक करती, उसे यूनीफार्म देती, नाश्ता कराती और उसे स्कूल जाते देखती। भाई के स्कूल जाने के बाद वह अकेले में रोती और सोचती काश, मैं भी फिर से स्कूल जा पाती। रोशनी का स्कूल तो छूट गया लेकिन उसमें पढ़ने की ललक और लगन कम नहीं नहीं हुई। उसने एक उपाय निकाला। वह घर का काम करने के बाद दोपहर में अपने भाई की किताबें उठाकर चुपके-चुपके पढ़ने लगी, रात में भी सबके सो जाने के बाद वह चुपके से किताबें पढ़ा करती।

सोनू की परीक्षाएं हो चुकी थीं। आज रिजल्ट का दिन था। सोनू सुबह से ही बहुत चिंतित था भैया इसमें डरने की क्या बात है देखना तुम अच्छे नंबर से पास हो जाओगे। रोशनी ने कहा। सोनू रिजल्ट लेने स्कूल गया। वह सेकेंड डिवीजन से पास हुआ था, सभी बहुत खुश हुए। रोशनी के पिता मोहल्ले में मिठाई बांटने निकल पड़े, वही मां खीर बनाने रसोई में चली गई।

रोशनी गुमसुम सी एक कोने में बैठकर मन ही मन पिछले साल के इसी समय को याद करने लगी, जब वह स्कूल से अपना रिजल्ट लेकर आई थी और उसने कहा था पिता जी देखो मैं कक्षा में प्रथम आई हूं। तब उसके पिता ने कोई खुशी और उत्साह नहीं दिखाया था और उसके कुछ दिन बाद ही उन्होंने हिटलरी एलान कर दिया था कि अब रोशनी आगे पढ़ाई नहीं करेगी। कुछ साल यों ही गुजर गए। इस साल गर्मी बहुत पड़ रही थी। सोनू भैया के स्कूल की छुट्टी थी इस कारण वह मामा के गांव घूमने गया था। एक रात जब रोशनी के पिता सो रहे थे तो उनके पेट में बहुत दर्द हुआ, रोशनी की मां घबरा गई। पिताजी को तत्काल अस्पताल ले जाना था, रोशनी बिना घबराए तुरन्त ऑटो स्टैंण्ड से ऑटो ले आई। मां और रोशनी उन्हें अस्पताल ले गई। अस्पताल में डाक्टर ने पिता की हालत देखी और रोशनी की मां से कहा बहनजी, इनका अपेंडिक्स फट गया है और तत्काल ऑपरेशन करना पड़ेगा, कुछ कागज हैं, जिस पर ऑपरेशन से पहले आपको हस्ताक्षर करने पड़ेंगे। रोशनी ने कहा डॉक्टर सर, मेरी मां को हस्ताक्षर करना ही नहीं आता है वह अंगूठा लगा देगी।

मां ने कहा डॉक्टर साहब हम दोनों को ही पढ़ना नहीं आता है, आप ही पढ़कर बता दें कि इसमें क्या लिखा है और कहां अंगूठा लगाना है। तब रोशनी ने वे कागज अपनी मां के हाथ से लिया और उसे पढ़कर मां को अच्छे से समझाया। रोशनी के पिता का ऑपरेशन सफल रहा। दूसरे दिन जब उसे होश आया तब डॉक्टर ने उससे कहा आप बड़े भाग्यशाली हैं कि आपको रोशनी जैसी बेटी मिली। आज अगर आपकी जान बची है तो उसकी वजह आपकी बेटी है, रोशनी तो बहुत बहादुर और बुद्धिमान लड़की है। रातदिन एक कर दिया आपकी तीमरदारी में। डॉक्टर रोशनी को पिताजी को देने वाली दवाइयों के नाम और समय समझाने लगे, तभी उसके पिता ने कहा-डॉक्टर साहब इसे ये सब मत समझाएं, यह तो ठीक से पढ़ना भी नहीं जानती है। इसकी समझ में नहीं आएगा। मुझे गलत दवाइयां दे देगी। आपको किसने कहा कि इसे पढ़ना नहीं आता है, यह तो बहुत अच्छे से सब कुछ पढ़ लेती है। इसी ने तो आपके ऑपरेशन से संबंधित सारे कागज पढ़कर अपनी मां को समझाया, आपकी सारी दवाई यही खरीद कर लाई और आप कहते हैं इसे पढ़ना नहीं आता है। रोशनी के पिता डॉक्टर की बात सुनकर हैरान रह गए और मन ही मन शर्मिन्दा महसूस करने लगे। उन्हें बहुत दु:ख हुआ कि उन्होंने हमेशा सोनू और रोशनी में फर्क किया। रोशनी पढ़ने में तेज थी फिर भी उसे पढ़ने जाने नहीं दिया। ये सब सोच कर उनकी आंखें नम हो गई। उन्होंने रोशनी से कहा मुझे माफ कर दो बेटी। मैं सोचता था लड़कियां ज्यादा पढ़ कर करेंगी क्या, उन्हें तो शादी कर बच्चे संभालना और चूल्हा चौका ही करना है, लेकिन आज तुमने मेरी आंखें खोल दी।

मैं गांव में सभी लोगों को भी इस बात के लिए जागरूक करूंगा कि वे भी लड़के और लड़कियों के साथ भेदभाव न करें और अपनी लड़कियों को खूब पढ़ाए। मैं ठीक होते ही सबसे पहले तुम्हें स्कूल में दाखिला कराऊंगा। पिता की बात सुन कर रोशनी बहुत खुश हुई और अपने पिता के गले लग गई।

**- प्रस्तुति कर्ण आर्य**

आत्म – शुद्धि – पथ मासिक

अगस्त 2016

छपी पुस्तक – पत्रिका

एच.ए.आर.एच.आई.एन/2003/9646

पंजीकरण संख्या पी/रोहतक-035/2015-17

प्रेषक – आत्मशुद्धि आश्रम
बहादुरगढ़, झज्जर ( हरियाणा )-124507

सेवा में –

# फर्रूखनगर आश्रम मासिक सत्संग की झलकियां

जज श्री पुष्पेन्द्र जी उद्‌बोधन देते हुए।

श्री ध्रुव कुमार शास्त्री एवम् विक्रम देव शास्त्री यज्ञ कराते हुए

विवाह वर्षगांठ पर यज्ञ करते हुए श्री सत्यपाल जी वत्स आर्य

मा. करतारसिंहजी आर्य टीकरी को स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित करते हुए

जज श्री पुष्पेन्द्र जी को स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित करते हुए

श्री चांद सिंह आर्य डीघल को स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित करते हुए