What is Arya Samaj?

Arya Samaj is an institution founded by Maharishi Dayanand Saraswati based on the universal teachings of the Vedas. It is an organisation propagating universal message of the Vedas for the benefit of the entire humanity.

ARYAN VOICE

YEAR 38	2/2016-17	MONTHLY	February 2016

Dates for your diary
(Festivals celebrated at Arya Samaj Bhavan)

Rishi Bodh Utsav - Sunday 6th March 2016
11am – 1pm
Holi – Sunday 27th March 2016
11am – 1pm
Arya Samaj Foundation Day – Sunday 10th April 2016
11am – 1pm
Ram Navmi – Sunday 17th April 2016
11am-1pm

ARYA SAMAJ (Vedic Mission) WEST MIDLANDS
(Charity Registration No. 1156785)
188 INKERMAN STREET (OFF ERSKINE STREET), NECHELLS, BIRMINGHAM B7 4SA
Tel: 0121 359 7727
E-mail– enquiries@arya-samaj.org Website: www.arya-samaj.org

CONTENTS

10 Principles of Arya Samaj		**3**
Touchstone of Duty	**by Krishan Chopra**	**4**
शालाकर्म-विधि	**आचार्य डॉ. उमेश यादव**	**6**
Matrimonial Advert		**10**
पंचमहायज्ञ- वोध एवं विधि	**आचार्य डॉ. उमेश यादव**	**11**
Hall Hire Advert		**20**
News (पारिवारिक समाचार)		**21**
Important		**24**

For General and Matrimonial Enquiries
Please Ring
Miss Raji (Rajashree) Chauhan (Office Manager)
Monday: - 1pm-5pm
Tuesday to Friday between: - 2.30pm to 6.30pm,
Wednesday: - 11.00am to 1.00pm.
Bank Holidays – Closed - Tel. 0121 359 7727
E-mail- enquiries@arya-samaj.org

PLEASE NOTE WINTER HOURS MAY VARY DUE TO WEATHER.

10 Principles of Arya Samaj

1. **God is the primary source of all true knowledge and all that is known by its means.(At the beginning of creation, nearly 2 Billion years ago, God gave the knowledge of 4 Vedas to four learned Rishis named Agni, Vayu, Aditya and Angira. Four Vedas called Rigved, Yajurved, Samved and Atharva Ved contain all true knowledge,spiritual and scientific, known to the world.)**

2. **God is existent, intelligent and blissful. He is formless, omnipotent, just, merciful, unborn, infinite, invariable (unchangeable), having no beginning, matchless (unparalleled), the support of all, the master of all, omnipresent, omniscient, ever young (imperishable), immortal, fearless, eternal, holy and creator of universe. To him alone worship is due.**

3. **Vedas are the scripture of all true knowledge. It is paramount duty of all Aryan to read them, teach and recite them to others.**

4. **All human beings should always be ready to accept the truth and give up untruth.**

5. **All our actions should be according to the principles of Dharma i.e. after differentiating right from wrong.**

6. **The primary aim of Arya Samaj is to do good to the human beings of whole world i.e. to its physical, spiritual and social welfare.**

7. **All human beings ought to be treated with love, justice and according to their merits as dictated by Dharma.**

8. **We should all promote knowledge (Vidya) and dispel ignorance (Avidya).**

9. **One should not be content with one's own welfare alone but should look for one's welfare in the welfare of all others.**

10. **In matters which affect the well being of all people an individual should subordinate any personal rights that are in conflict with the wishes of the majority. In matters that affect him/her alone he/she is free to exercise his/her human rights.**

Touchstone of Duty

by Krishan Chopra

देवस्य सवितु: सवे कर्म कृण्वन्तु मानुष: । सं नो भवन्त्वाप औषधि: सिव: ॥ अथर्व वेद ६.२३.३

Devasya savituh save karma krnvantu manusah l sam no bhavantvapa ausdhih sivah l

Athrva Veda 6.23.3

Meaning in Text Order

Devasya = the Lord who illuminates the universe
Savituh = impeller
Save = impulsion
Karma = action
Krnvantu = perform
Manusah = human beings
Sam = auspicious
Nah = for us
Bhavantu = be
Apah = water
Ausdih = herb medicines
Sivah = for our welfare.

Meaning

It is important that all human beings are stimulated of noble actions from the Almighty Lord who stimulates to all mankind. All human being should accept His discipline.
May water and medical herbs be auspicious for us.

Contemplation

Action is a most important and crucial part of life. In waking hours we are all engaged in some sort of action. If we are not active, at least our mind is active. We cannot keep on doing actions blindly. It becomes our duty to think which action is right and which is wrong and what will be the consequence of each action. If we carry on acting without thinking then we should be ready to accept the consequences of those actions.

However, the wise men will try to explain to us what is right and what is wrong.. This can be of great help but their knowledge cannot be without flaws because their knowledge is not perfect. Therefore do not take their verdict as final. There is one entity whose knowledge is perfect. That entity is God. His name is savita because He inspires in our mind to fulfil our duties. If you want to hear His inspiration then you have to close your ears and eyes and shut your mind from outside objects, you have to look inside yourself. You have to dedicate yourself to God. Then you will be able to realise the inspiration of God. Act according to His inspiration.

If all the members of society listen to His inspiration then there will be peace and tranquility in society and there will be the exchange of love in every nook and corner. It will eradicate the menace of hatred and disturbances and nobility will prevail. The human kingdom will become the kingdom of God. Then nature will shower its bounties in the form of water and herbs which will be auspicious for us. The water will teach us the lesson of peace and herbs will cure the sufferings of the sick.Therefore this is the teaching of the Veda that all human beings should follow the discipline of God and take inspiration from Him.

शालाकर्म-विधि

आचार्य डॉ. उमेश यादव

शालाकर्म विधि को दो हिस्सों में बाँटा गया है । एक इसका निर्माण और दूसरा पूर्ण निर्माण के बाद इसमें रहने या इसका प्रयोगार्थ आरम्भ करने के लिये विधि । यहाँ इसके बनाने के लिये अथर्ववेद के कुछ मंत्रों का प्रमाण देते हुये महर्षि दयानन्द ने अपनी सँस्कार विधि पुस्तक में इसका विस्तार प्रस्तुत किया है । संक्षिप्त: इसका भाव यहाँ प्रस्तुत किया जा रहा है । विधि-भाग को ज्यों का त्यों ही रखा जायेगा । विद्वान् पुरोहित उसे समय, सुविधा व स्थान की अनुकूलता को देखते हुये यथासम्भव और यथोचित विधि की सम्पन्न्ता करा लेंगे । यज्ञात्मक विधि को वैदिक पद्धति में "स्मार्त्" कहा गया है । इसका अर्थ है कि देश-काल-परिस्थिति के अनुसार विधि में थोड़ा-बहुत परिवर्तन किया सा सकता है पर मूल विधि को यथासम्भव पूरा करने का ही प्रयास प्रशंसनीय और उचित है । शाला-निर्माण में निम्न लिखित विचारों की प्राधानता रखना उत्तम होगा ।

मनुष्यों व पशुओं को रहने अथवा सामान आदि रखने हेतु जो गृह/दूकान/कारखाना बनाये जाते हैं उसे शाला कहते है । महर्षि दयानन्द द्वारा उद्धृत अथर्ववेदीय ८ मंत्रों के आधार पर हम समझ पायें हैं कि घर देखने में सुन्दर, सार्थक व गृहस्थादि की दृष्टि से मर्यादित होना चाहिये । इसके लिये कुछ कल्पनायें सँस्कार विधि में महर्षि द्वारा प्रस्तुत अथर्ववेदीय मंत्रों के आधार पर इस प्रकार ग्राह्य हैं ।

१. घर की नींव मजबूत हो, दिवारों की चुनाई दृढ़ हो, कोणों और कमरों की योजना सीधी व देखने में सुन्दर हो । घर के निर्माण में शिल्प विद्या का पूर्ण प्रवेश हो । शिल्पकारिता में आयताकार, वर्गाकार वा गोलाकार कुछ भी प्रयोग किया गया हो वह देखने में सुन्दर हो; देखते ही प्रशंसा करने का दिल करे ।

२. हवन के सामान रखने व हवन, प्रार्थना, ध्यानादि करने के लिये उचित स्थान, स्त्रियों के कक्ष, पुरुषों व विद्वानों का सभा-स्थल, विद्वानों को रहने की व्यवस्था (अथिति-गृह), नित्यकर्म-संसाधनयुक्त स्नानागार, भोजनालय, अन्य भंडार, पर्याप्त् आल्मिरे आदि सुविधाओं से युक्त दिव्य, चाहनेयोग्य और सुखदायक हो ।

३. घर शुद्ध व दृढ़ भूमि पर हो, प्रकाश-प्रवेश की सुगमता हो, हवादार खिड़कियाँ व दरवाजों का नियोजन हो । ऊचाई, लम्बाई, चौड़ाई समुचित हो जहाँ पति-पत्नी व परिवार के अन्य सदस्य सुख से रहें । निरोग, वलवर्धक, आह्लादक, ऐश्वर्यशाली व प्रभु-कृपा से घर सदा ओत-प्रोत हो । यह तभी सम्भव होगा जब घर का वातावरण , रहन-सहन, परस्पर उत्तम प्यार भरा व्यवहार व यज्ञादि कर्मों से सँस्कारित घर होगा ।

४. घर जहाँ दिवारों से मजबूत हो, वहाँ सँस्कारों से भी मजबूत होना अपेक्षित है । घर में सच्चे ब्राह्मणों /विद्वानों/ आचार्यों का आगमन, शुद्ध वायु का प्रवेश और दूषित वायु के निकासन की व्यवस्था उचित हो । ऐसा होने पर ही घर में निवास करने वाले लोग स्वस्थ व प्रसन्न होगें । यज्ञादि श्रेष्ठ कर्म घर में होते रहना चाहिये ताकि शुद्ध वायु का प्रवेश हो और दुर्गन्धयुक्त वायु का निष्कासन हो । हवन कार्य से हानिकारक किटाणु मर जाते हैं जिससे घर में स्वस्थ वातावरण बन जाता है ।

कुछ आधुनिक व्यावहारिक विचार- यह बात विल्कुल उचित है कि वास्तुशास्त्र (आर्किटैक्ट) तथा शिल्पकार (सिविल ईंजिनियर/ब्युल्डर) की देखरेख में जो भवन बनेगा वह अधिक अच्छा होगा । आधुनिक परिवेष में दिवारों. खिड़कियों, झरोखों (वेंटिलेशन) दरवाजों, बैठक, रसोईघर, स्नानागार, शौचालय , अन्य कक्ष व सामान रखने के स्थान(स्टोर्स) आदि की लम्बाई, चौड़ाई आदि माप उपलब्ध जमीन की लम्बाई-चौड़ाई पर निर्भर है । वास्तुशास्त्र विशेषज्ञ व शिल्पकार की विशेषता इसी बात में है कि वह कम जगह में यथासम्भव आवश्यकताओं को पूरा करने के लायक घर बना सके । अनुभवी और मेधावी आर्किटैक्ट वैसे ही नक्शा बनाते हैं और ब्युल्डर उसे तदनुसार घर बनाकर तैयार कर देते हैं । गृह-निर्माण में विद्युत्-ताड़क यन्त्र/ गुम्बज/ ठण्डर-रोधक-यन्त्र की व्यवस्था अत्यन्त ध्यान देने योग्य सिद्धान्त है । अच्छे शिल्पकार इसका ध्यान अवश्य करते हैं ।

आजकल जहाँ बड़ी हवेलियाँ बनती हैं, वहीं कम से कम जगह में कई-कई मंजिलों में फ्लैट्स/ अपार्टमेंट्स बनने लगे हैं जिसमें कम भूमि में अधिक परिवारों को रहने के लिये घर उपयोगी होते हैं । हमें यह भी विचार करना है कि ऐसे कई मंजिले फ्लैट्स के ईर्द-गिर्द हरे-भरे फूलदार व फलदार वाग-वगीचे भी हों ताकि वातावरण की दृष्टि से उत्तम व स्वास्थ्य वर्धक हो । ऐसी हरियाली तो लगभग हर घर के आस-पास अथवा चारों ओर होना सर्वोत्तम है । घर छोटा हो या बड़ा, वह देखने में सुन्दर तथा प्रयोग में सार्थक हो । प्रकाशमय व हवादार हो । रहने की दृष्टि से न्यून्तम आवश्यकताओं को पूरा करने वाला हो । अतिथिशाला, यज्ञशाला तथा सभा-स्थल युक्त निवास सदैव प्रशंसनीय है । इनसे भी बढ़कर उत्तम वह घर

होगा जहाँ इसमें रहने वाले पति-पत्नी अगाढ़ प्रेम से पूर्ण होकर सद्व्यवहार के स्वामी हों । सुसंतानों का निर्माण करने वाले हों । परिवार का हर सदस्य एक-दूजे के लिये सदा समर्पित भाव से जीने वाले हों ।

विधि-विचार- घर बन जाने पर विद्वान् पुरोहित के निर्देशन में गृह-प्रवेश यज्ञपूर्वक विधिवत् करें । ३४ वर्षीय लम्बे पौरोहित्य के आधार पर मैं यह कहना चाहूंगा कि यजमान, स्थान, समय की सुविधानुसार योग्य पुरोहित प्रस्तुत विस्तृत विधिओं को वह थोड़ा-बहुत परिवर्तित रुप या कुछ प्रकरण को कम कर सकता है । इसे ही कर्मकाण्डीय प्रकरण गत् होम विधि को कई स्थानों पर "स्मार्त्" रुप कहा गया है । अर्थात् आवश्यकता पड़ने पर इसमें घट-बढ़ किया जाना सम्भव है । संस्कार विधि में वर्णित विधियाँ आधुनिक परिवेष में सर्वत्र अनुकूल नहीं भी हो सकती हैं तथापि गृह-प्रवेश की मूल होम-विधि सर्वथा ग्राह्य है । जैसे गृह-प्रवेश पर ओ३म् ध्वज दरवाजे पर गाड़ना, चारों कोणों पर वेदी व हवन-कुण्ड स्थापित कर आहुतियाँ देना, घर के बाहर चारों कोणों पर जाकर जल-छिड़काव आदि करना सब जगह खाश कर शहरी क्षेत्र के एक-दूजे से जुड़े भवनों या अपार्टमेंट्स, कई-कई मंजिलों पर बने फ्लैट्स के गृह-प्रवेश हवन पर सब क्रियाओं को करना सम्भव नहीं हो पाता । वहाँ घर के मध्य किसी कमरे में स्थापित हवन-कुंड में ही विधिवत् यज्ञ करके अन्य सब आहुतियों व क्रियाओं का औचित्य पूरा कर लेना उचित होगा । ओ३म् ध्वज को भी प्रतीकात्मक रुप से भावना को जगाये रखने के लिये कोई छोटा कृत्रिम ओ३म् ध्वज यज्ञ-स्थल में रख सकते हैं । यह सब पुरोहित की सूझबुझ व यजमान की सहमति पर निर्भर है । हाँ, गृह-प्रवेश की मूल विधि को न छोड़ें और परस्पर प्रेम से घर में रहकर ईश्वरोपासना आदि कर्मों को करते हुये सुखाभिवृद्धि के साथ आनन्द में रहें ।

VEDIC VIVAH (MATRIMONIAL) SERVICE

The vedic vivah (matrimonial) service has been running for over 30 years at Arya Samaj (West Midland) with professional members from all over the UK.

Join today.....

Application form and information can be found on the website

www.arya-samaj.org

Or

Call us on

0121 359 7727

Monday to Friday between: - 2pm to 6pm,
Except Wednesday: - 10.30am to 1.00pm
Bank Holidays - Closed

पंचमहायज्ञ- वोध एवं विधि

आचार्य डॉ. उमेश यादव

पंचमहायज्ञ मनुष्य जीवन को श्रेष्ठ बनाने हेतु अत्यन्त सार्थक कर्म है । यह नित्य कर्म-विधि का हिस्सा है । इसमें पाँच प्रकार के दायित्व स्पष्ट किये हये हैं ।

१. ब्रह्म/परमात्मा का मंत्रात्मक चिन्तन व उसकी उपासना ब्रह्मयज्ञ (सन्ध्या)
२. वातावरण की शुद्धि, शुद्ध विचारों के विकास, सुख-लाभ व जग-हित के लिये मंत्रोंच्चारण के साथ परमात्मा से प्रार्थनापूर्वक यज्ञाग्नि में आहुतियाँ देना देव-यज्ञ (अग्निहोत्र/हवन)
३. पशु, पक्षी आदि अन्य प्राणियों की रक्षा करना, उन्हें आवश्यकतानुसार दाना-पानी देना व विना हिंसा किये मानवहित में उनका सदुपयोग लेना बलिवैश्वदेवयज्ञ कहलाता है ।
४. माता-पिता का आदर, उनकी सेवा तथा उनका कहना मानना पितृ-यज्ञ और
५. विद्वान् आचार्यों, ऋषियों व गुरुओं का आदर करना व उनके निर्देशों का पालन करना, विना बताये भी ये घर पर पधारें तो भी इनका पूरा सत्कार करना व इनकी आज्ञाओं को मानना अतिथि-यज्ञ । ये पंच कर्म श्रेष्ठ हैं अत: ये नितान्त करणीय होने से महायज्ञ कहलाते हैं । जो श्रेष्ठतम कर्म हैं, वे ही यज्ञ माने जाते हैं । यज्ञो वै श्रेष्ठतमं कर्म अर्थात् श्रेष्ठतम कर्म ही यज्ञ होता है । जिस कर्म में स्वयं एवं जग का हित निहीत है वही परोपकार, समर्पण, सेवा व पवित्रतता से युक्त होकर श्रेष्ठ कर्म बन जाता है जो यज्ञ का द्योतक है । उपरोक्त पाँचों कर्म सचमुच जीवन के उच्चतम कर्म हैं जो एक मनुष्य को श्रेष्ठ बनाने में अत्यन्त सार्थक हैं । ऐसा करने वाला व्यक्ति ही स्वयं में श्रेष्ठ, श्रेष्ठ पथानुगामी, श्रेष्ठ पथ-नियामक तथा संसार के लोगों के लिये श्रेष्ठपथ पर चलने हेतु प्रेरणास्रोत होगा । अब हम

एक-एक के वारे में थोड़ा वोधात्मक विचार करते हैं ।

१. ब्रह्म-यज्ञ- ब्रह्म-यज्ञ करने की एक प्रक्रिया है । इस प्रक्रिया द्वारा परमात्मा का चिन्तन व उसकी उपासना योगीजन वा उपासक करते हैं । यह प्रात: सूर्योदय व सायं सूर्यास्त की संधि वेला में करना समुचित है । संध्या हमेशा सूर्याभिमुख होकर करने का विधान है । अत: यह स्पष्ट है कि सूर्योदय के बाद और सूर्यास्त से पहले यथासम्भव इनके निकटतम काल ही संध्या के लिये मान्य होगा । इस प्रकार यह भी स्पष्ट है कि अगर प्रात: काल संध्या करते हैं तो सूय की ओर मुख करने हेतु पश्चिम दिशा में पीठ करके बैठना होगा और अगर सायं काल संध्या करते हों तो सूर्य की ओर मुख रखने हेतु पूर्व दिशा में पीठ करके बैठना होगा । स्नान आदि करके सिद्धासन हो अत्यन्त प्रेम से संध्योपासन करें, ऐसा महर्षि दयानन्द ने सन्ध्या-प्रकरण में सर्वत्र कहा है । मुख्यत: संध्या के माध्यम से चार मुख्य धारा में चिन्तन उपस्थित होता है । प्रथम चरण में शरीर-विज्ञान, दूसरे चरण में सृष्टि-विज्ञान, तीसरे में मानसिक व्यावहारिक विज्ञान तथा चौथे चरण में ब्रह्म-ज्ञान/विज्ञान उभर कर आता है । इन सब चिन्तनों के साथ उपासक परमपिता परमेश्वर से जुड़ जाता है और पूर्णतया समर्पितभाव होकर प्रभु के प्रति नतमस्तक हो जाता है । इस प्रकार वह शुद्ध मन होकर पूर्णत: निरभिमानता को प्राप्त हो अपने मानव जीवन की सार्थकता में सर्वोत्तम व्यवहारों को करने में जुड़ जाता है जिससे उसका जीवन सुख व आनन्द से भर जाता है । यह है ब्रह्म-यज्ञ/ संध्या का फल । इसकी विधियों पर थोड़ा विचार करें ।

शरीर-विज्ञान के अन्तर्गत् विधियाँ-

गायत्री मंत्र- "ओ३म् भूर्भुव:स्व: । तत्स्वितुर्वरेण्यं, भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो

न: प्रचोदयात् ।" का अर्थपूर्वक चिन्तन करें । प्राणस्वरुप, दु:खविनाशक, सुखस्वरुप, सृष्टिकर्त्ता व नियामक परमात्मा के वरणयोग्य तेज को धारण करने की प्रबल इच्छा से उसकी उपासना कर उससे ही हमारी सब वुद्धियों को सन्मार्ग / श्रेष्ठ मार्ग में प्रेरित करने की विनम्र प्राथना करते हैं । मन की शुद्धि व ईश्वर से प्रेम का अंकुर यहीं से फूटने लग जाता है ।

आचमन, अंग स्पर्श व मार्जन- यह शरीर विज्ञान है । शरीर में मन, इन्द्रियाँ, वुद्धि, चित्तादि अन्त:करण सब नियोजित हैं जो हमारे समस्त व्यवहारों को सम्पन्न करने में अत्यन्त सहायक हैं । आचमन द्वारा हम इन सबकी शुद्धि की कामना कर अंग स्पर्श करते हैं जिसमें सब ज्ञानेन्द्रियों व कर्मेन्द्रियों की स्वस्थता की प्रार्थना प्रभु से करते हैं । मुख व वाणी, नासिकाद्वारों, दोनों चक्षु, दोनों कर्ण, नाभि, हृदय, कंठ, सिर, बाहुयें, कर-तल व पृष्ठ भाग आदि को स्पर्श कर फिर इन्हीं सब अंग-प्रत्यंगों का ध्यान कर उन पर जल का मार्जन अर्थात् छिड़काव करते हैं । इन सब क्रियाओं का तात्पर्य है कि हम अच्छी तरह शरीर के विज्ञान को समझें और इसे स्वस्थ व क्रियाशील रखने का योग्य उपाय ढूँढें । सब इन्द्रिओं जहाँ स्वस्थ रहें वहीं शुद्ध विचारों व व्यवहारों को ग्रहण करने योग्य सँस्कारित भी हों । तप व सत्य को व्यवहार में लायें । परमेश्वर की सर्वव्यापकता, महानता, सुखकारता आदि गुणों को मन में वसाने से जीवन में स्वाभाविक ही तप व सत्य का संचार होगा और जीवन श्रेष्ठ बनेगा ।

प्राणायाम- यह भी शरीर-विज्ञान को ही पुष्ट करता है । शरीर को स्वस्थ रखने की एक वैज्ञानिक विधि है । प्राणशक्ति को मजबूत करने, रोगों को शीघ्र भगाने तथा

मन को ईश्वर के साथ जोड़ने में अत्यन्त सहायक है । यहाँ "ओ३म् भूः, ओ३म् भुवः, ओ३म् स्वः, ओ३म् महः, ओ३म् जनः, ओ३म् तपः, ओ३म् सत्यम् ।" ये सात प्राणायाम के मंत्र हैं । इनसे तीन वार करने से कुल २१ प्राणायाम बनते हैं । साँसों को भर कर कुछ देर रखना, इन्हें बाहर निकालकर कुछ देर रखना, फिर साँसों को जहाँ के तहाँ रोककर रखना ; ये तीन प्रकार के प्राणायाम तीन वार उपस्थित मंत्रपूर्वक करने का विधान है । इससे निश्चित ही जहाँ शरीर स्वस्थ होता है, वहीं मन, इन्द्रियों व अन्य अंगों में बल, यश, पवित्रता, अच्छे संस्कार आदि गुणों का विकास होता है जिससे जीवन के सब व्यवहार तप व सत्य से युक्त हो सुखोत्पादक होते हैं । सद् विचार के तरंग उठने लगते हैं और परमात्मा से लगाव भी बढ़ने लगता है जो श्रेष्ठता के विकास का परिचायक है ।

सृष्टि-विज्ञान के अन्तगत् विधि-

अघमर्षण- इस प्रकरण में सृष्टि परक ज्ञान मिलता है । उपस्थित मंत्रों में ऋत (प्राकृतिक/स्वाभाविक नियम) तथा सत्य व्यावहारिक सत्य का विचार उभर कर आता है । तप के मूल का पता चलता है । सृष्टि की उत्पत्ति में मूल तप ईश्वर है । इसकी चेष्टा से ही समुद्र, जलमहाराशि अर्णव, दिन और रात्री, सम्वत्सर आदि काल, सूर्य, चन्द्र , पृथिवी, अन्तरिक्ष, द्यौलोक(सूर्य,चन्द्र,तारों का स्थान) इत्यादि सृष्टि के सब पदार्थ उत्पन्न हुये । ऐसा चिन्तन आने पर हमारे मन में सृष्टि-कर्त्ता परमेश्वर का वोध होता है । ईश्वरीय ज्ञान हमें पापों से छूटकारा दिलाने में मदद करता है । जब हम इसका विशद् चिन्तन व अध्ययन करते हैं तो हमें सृष्टि के सब पदार्थों के गुणों का भी ज्ञान होता है । इससे हम सजग होकर इन सब उत्पन्न पदार्थों का सत्प्रयोग करने में सफल होकर श्रेष्ठपथ के पथिक बनते हैं और इस तरह पाप-कर्मों से बच जाते हैं । यही अघ (पाप)-मर्षण (मशलना) है । सृष्टि का चिन्तन व ईश्वर का वोध स्वाभाविक ही हमें पापों से

छूटकारा दिलाकर श्रेष्ट मार्ग पर चलने में सहायक सिद्ध हैं ।

मानसिक व्यावहारिक विज्ञान के अन्तर्गत् विधि-

मनसा परिक्रमा- इस विधि में छ: मंत्र पढ़े गये हैं । मन को पूर्व, दक्षिण, पश्चिम, उत्तर, नीचे/केन्द्र, ऊपर ये छ: दिशाओं में ले जाना तथा चिन्तन पूर्वक मंत्रों के अर्थों/भावों के सहारे इन सब दिशाओं के गुण-दोषों को जानना जिससे जीवन के व्यवहारों को करने में समुचित लाभ मिल सके-ऐसा तात्पर्य है । इन सब दिशाओं को परमात्मा ने उत्पन्न किया है- ऐसा ज्ञान होने पर स्वाभाविक ही ईश्वर के साथ संगति बनने लगती है । मन संस्कारित हो इन सब दिशाओं के गुण-दोषों को सम्यग् जान इनका उचित प्रयोग कर श्रेष्ठता की ओर बढ़ने लगता है । कुटिलता पर काबू पा सकने में समर्थ हो जाता है तथा मन की कमजोरी को सर्वथा दूर भगाकर सब नाकारात्मक प्रवृत्तियों से छूटकारा पा साकारात्मक व्यवहारों में जुड़ जाता है । उपासक प्रभु से हरदम प्रार्थना करता है कि वह उसके सब विपरीत भावों को दग्ध कर दे । "योऽस्मान् द्वेष्टि यं वयं द्विष्मस्तं वो जम्भे दध्म:"-यह वाक्य यहाँ प्रत्येक मंत्र में दुहराया गया है । इसका अर्थ है- संसार के जो लोग मुझसे ईर्ष्या करते हैं या हम किसी से ईर्ष्या करते हैं- हे परमात्मन् ! यह सब कुटिल भाव आप ही अपने दिव्य तेज पूर्ण जबड़े में रखकर उसे दग्ध कर दें । यह प्रार्थना द्वेष निवारक तो है ही, साथ ही सब के साथ प्रेम-वृद्धि का मजबूत आधार भी है । इसी कारण इसे मानसिक व्यावहारिक विज्ञान कहा गया ।

ब्रह्म-ज्ञान/विज्ञान के अन्तर्गत् की विधियाँ-

उपस्थान- " उद्वयं तमसस्परि स्व: पश्यन्त उत्तरम्--इत्यादि अगले गायत्री मंत्र तक सारे उपस्थान मंत्र जाने जाते हैं । इन मंत्रों का उच्चारण करते हुये इनके अर्थों व भावों में उपासक पूर्णतया डूब जाता है तथा ईश्वर का पूर्ण सामीप्य की

अनुभूति करता हुआ उसके साथ तन्मय होने लग जाता है । इस कारण ही इस प्रकरण को उपस्थान कहा गया । उप=नजदीक और स्थान=प्रतिष्ठित होना अर्थात् ईश्वर के सामीप्यता को अनुभूत करना । प्रकृति से उठकर स्वयं को जानना फिर सीधा परमेश्वर को जानने लग जाना, बस यही उपस्थान है । यहाँ उपासक ईश्वर में ऐसा लीन होता है कि उसकी सब इन्द्रियाँ व मन, वुद्धि, चित्त

व अहंकार ये चार अन्त:करण सब मानो शुद्ध हो जाते हैं । सृष्टि के सब मानवोचित व्यवहारों को सफलतापूर्वक करने लग जाते हैं तथा प्रभु से इस मानवदेह में रहकर न्यून्तम १०० वर्षों तक सुनें, बोलें, देखें व अदीन होकर सदा कर्मरत रहें-ऐसी प्रार्थना करता है । ईश्वर की कृपा से १०० से भी अधिक वर्ष पायें पर स्वस्थ व स्वाधीन रहें; आत्मनिर्भर रहें । जीवन में कभी निराशा, हताशा व अन्य कोई मानसिक आत्मिक कमजोरी न आने पाये । नाकारात्मक प्रवृत्तियों का कभी शिकार न बनें अपितु प्रभु-विश्वास, आत्म-विश्वास व कर्म-विश्वास के प्रबल आधार पर चलकर उत्साहपूर्वक जीवन में सदा आगे बढ़ें । गायत्री मंत्र का पुन: जाप व चिन्तन से फिर वही सर्वशक्तिमान्, सृष्टिकर्त्ता, आनन्दस्वरुप, प्रकाशकारी परमेश्वर के सानिध्य को बनाये रखने में सफल होता हुआ जीवन की कठिन से कठिन समस्याओं को हल कर देने योग्य वुद्धि की प्राप्ति हेतु उपासक प्रार्थना करता है । यह उपासक-मन की आत्यात्मिकता की चरम सीमा बन जाती है ।

समर्पण- संध्या-प्रकरण में यह विधि महर्षि दयानन्द सरस्वती की स्वानुभूति है । ईश्वर के प्रति पूर्ण समर्पण की उनकी चरम सीमा प्रलक्षित होती है । प्रार्थनागत् यह वाक्य उनकी स्वयं की उक्ति व चाहत है । यहाँ महर्षि दयानन्द मानों परमात्मा के साथ आत्मसात हो गये हों और उससे सीधी बात करने लग गये हों ।

उनके पवित्र हृदय से यह वाक्य स्वाभाविक ही निकला-" हे ईश्वर दयानिधे ! भवत्कृपयाऽनेनजपोपासनादिकर्मणा धर्मार्थकाममोक्षाणां सद्य: सिद्धिर्भवेन्न: ।" अर्थात् हे दया के सागर परमेश्वर ! आपकी कृपा से इस जपोपासनादि कर्म के फलस्वरुप हमें शीघ्रातिशीघ्र मानो सद्य:=अभी ही मानव जीवन के चरम उद्देश्य धर्म, अर्थ, काम व मोक्ष की सिद्धि हो जाये । इतना विश्वासपूर्वक परमेश्वर से प्रार्थना वही कर सकता है जो सर्वात्मना ईश्वर के प्रति समर्पित है । अत: इसे समर्पण-विधि से जाना जाता है ।

नमस्कार- अन्त में नमस्कार मंत्र के रुप में "ओ३म् नम: शम्भवाय च मयोभवाय च । नम: शंकराय च मयस्कराय च । नम: शिवाय च शिवतराय च ॥ "-यह मंत्र उपस्थित होता है । इस मंत्र में मूलत: परमेश्वर के प्रति "नमन=झूकना" पवित्र भाव प्रकट हुआ है । सर्वात्मना उपासक परमेश्वर को अपने से बड़ी शक्ति उपासनीय के रुप में स्वीकार कर उसके दिव्य शरण में नतमस्तक हो जाता है । वह ईश्वर ही सदैव सबका कल्याणकारी , श्रेष्ठ कर्मों का सतत् प्रेरक है , सत्यं, शिवं और सुन्दरं का नियामक है । सत्य का प्रेरक तथा सबके दु:खों का हरने वाला है और सज्ज्ञान का स्वामी है । उसके प्रति उपासक नतमस्तक हो सर्वथा अहंकारशून्य हो जाता है और केवल और केवल श्रेष्ठ मार्ग का पथिक बन जाता है । सब कुछ प्रभु को समर्पित कर उसकी छत्रच्छाया में ही रहकर जीवन में श्रेष्ठता को विखेरता हुआ सुख व आनन्द से रहता है । यही ईशरार्पण है । यही संध्योपासना है जिसका करना हर मनुष्य का ईश्वर के प्रति कर्त्तव्य है; परमधर्म है । संध्या से पूर्व प्रात: जागरण मंत्र उपासना रुप बोलने का विधान है । अत: निम्न मंत्र अत्यन्त श्रद्धा से प्रात:-जागृत वेला में बोलें-

प्रात: कालीन जागरण मंत्र:

ब्रह्ममुहूर्त (करीब ४ वजे प्रात:) में उठकर या जब भी प्रात: काल जगें तब निम्न मंत्रों का ईश्वरार्पण भाव से पाठ करें-

ओ३म् प्रातरग्निं प्रातरिन्द्रं हवामहे, प्रातर्मित्रा वरुणा प्रातरश्विना ।
प्रातर्भगं पूषणं ब्रह्मणस्पतिं प्रातस्सोममुत रुद्रं हुवेम ॥ १ ॥
ओ३म् प्रातर्जितं भगमुग्रं हुवेम वयं पुत्रमदितेर्यो विधर्ता ।
आध्रश्चिद्यं मन्यमानस्तुरश्चिद्राजाचिद्यं भगं भक्षीत्याह ॥ २ ॥

ओ३म् भगप्रणेतर्भग सत्यराधो भगेमां धियमुदवा ददन्न: ।
भग प्रणो जनय गोभिरश्वैर्भग प्र नृभिर्नृवन्त: स्याम ॥३ ॥
ओ३म् उतेदानीं भगवन्त: स्यामोत प्रपित्व उत मध्ये अह्नाम् ।
उतोदिता मघवन्त्सूर्यस्य वयं देवानां सुमतौ स्याम ॥ ४ ॥
ओ३म् भग एव भगवाँ अस्तु देवास्तेन वयं भगवन्त: स्याम ।
तं त्वा भग सर्व इज्जोहवीति स नो भग पुर एता भवेह ॥ ५ ॥ ऋग्वेद म.७ सू.४१.मंत्र १-५

कवितारुप अर्थ

आज प्रात: काल उठकर कामना,
मैं करुँ भगवन् तुम्हारे प्यार की ।
इन्द्र पूषण वरुण सोम वृहस्पते,
अग्नि मित्रा वरुण अश्विन रुद्र हे ।
आप ही ऐश्वर्य के भंडार हो,
आप ही पालक प्रजा-परिवार हो ।

आप से माँगू न फिर माँगू कहाँ,

आप राजाओं के भी अधिराज हो ।

हे प्रणेत: भग हमें सद् वुद्धि दो,

धान्य दो धन दो प्रजापशुवृद्धि दो ।

दिनरात प्रात: दोपहरी साम में,

मैं करुँ चिन्तन तुम्हें याम में ।

ये उषायें आज प्रात: काल की,

शक्तियाँ देंगी हमें सब आपकी ।

माँगते कर जोड़ हैं सब ऋद्धियाँ,

कीजिए भगवन् हमारी वृद्धियाँ ।

मार्गदर्शक आप ही अब से बनें,

आप ही रक्षा करें हमको वरें ।

बन चुके हम आपके प्रात: समय,

फिर भला क्यों आप हमको छोड़ दें ।

कामनायें पूर्ण कर दीजै पिता,

माँगते कर जोड़ हैं यह आपसे ।

कीजिए स्वीकार यह वन्दन प्रभो,

सर झुकाये खड़े दिव्य दरबार में ।

भेंट भक्तों की प्रभो स्वीकार कर,

दे हमें आशीष हम से प्यार कर ।

आज प्रात: काल से जो कुछ करें,

सब जगह पावें विजय फूलें फलें ।

(कवि- अज्ञात पर यह कविता अच्छी लगी अत: इसे साभार यहाँ उपस्थित किया है ।)

Arya Samaj (West Midlands)
Hall Hire

Perfect venue for –

- **Engagements**
- **Religious Ceremonies**
- **Community events**
- **Family parties**
- **Meetings**

Venue information –

- **£300 for 6 hours (min.)**
- **£50 Hourly**
- **Main Hall with Stage**
- **Dining hall**
- **Kitchen**
- **Cleaning**
- **Small meeting room**
- **Vegetarian ONLY**
- **NO Alcohol**
- **Free parking**

For more informatiom call us on
0121 359 7727
Monday to Friday between: - 2pm to 6pm,
Except Wednesday: - 10.30am to 1.00pm Bank Holidays – Closed

News

Condolence:

- **Mrs. Balvir Rani Ram for loss of her beloved husband Mr. Payara Ram famous as Mr. Om Perkash Ram in name (63). May God bless the departed soul for eternal peace and strength to the family to bear the time of sorrow.**

Congratulations:

- **Dr. Vinod Kr. Chauhan & Mrs. Veena Chauhan for new house.**
- **Mr. Vivek Sarohia & Mrs. Rupa Sarohia for Mundan Sanskar of child Arya'Mundan.**
- **Mr. Varinder Kr. Verma and family for celebration Mr. Varinder Kr. Verma 70th birthday.**

Arya Samaj West Midlands would like to thank all Yajmans and sponsors for Sunday vedic Sermon and Rishi Langar.

- **Mr. Amit Jobanputra & family – Prayers on 20th December 2015 for eternal peace for their respected father Late Mr. Satya Vrat Jobanputra.**

- **Mr. Varinder Kr. Verma & family - 70th birthday on 27th December 2015.**

Donations to Arya Samaj West Midlands

- **Mrs. Nirmal Prinja for Rishi-Langar £90**
- **Mr. Amit Jobanputra for donation & Rishi Langar £313.50**
- **Mr. Varinder Kr. Verma for donation & Rishi Langar £680**
- **Dr. Mandiratta £15**
- **Dr. P.D.Gupta £51**
- **Mrs. Sushma Grover £25**

Donations to Arya Samaj through Priest Services.

- **Dr. Vinod Kr. Chauhan £51**
- **Mr. Vivek Sarohia £51**
- **Mrs. Balvir Rani Ram £101**

Thank you for all your Donations

Please contact Acharya Dr Umeh Yadav on 0121 359 7727 for more information on

- **Member or non member wishing to be a Yajman in the Sunday congregation to celebrate an occasion or to remember a departed dear one.**

- **Have Havan, sankars, naming, munden, weddings and Ved Path etc performed at home.**

- **Our premises are licensed for the civil marriage ceremony.**

- **Please join in the Social group at Arya Samaj West Midlands every Wednesday from 11am. Emphasis is on keeping healthy and fit with yoga and Pranayam. Hot vegetarian Lunch is provided at 1pm.**

- **Ved Prachar by our learned Priest Dr Umesh Yadav on Radio XL 7 to 8 am, first Sunday of the month. Next 7th February 2016**

Every effort has been taken that information given is correct and complete. But if any mistake is spotted please inform the office.

0121 359 7727

E-mail- enquiries@arya-samaj.org
Website: www.arya-samaj.org

IMPORTANT

Notices to Arya Samaj West Midlands Members

- **Dear Ordinary members of ASWM. This is a polite request to pay your annual fee of £20 membership when you receive a reminder letter from Arya Samaj Office.This money helps us to send you Aryan Voice each month. The letter will come out to members on the month they joined. From January 2016 we will have to sadly cancel the membership of those who have not paid the fee.**

- **Dear members, we are updating our email database for the membership of Arya Samaj West Midlands. We do not have email addresses of a large number of our members. In this time and age it is important to have this information. So if you have an email address please inform our office by emailing your address to enquiries@arya-samaj.org. Your cooperation will be highly appreciated.**