



आर्योदय



ARYODAYE



Read Aryodaye on line -- www.aryasabhamauritius.mu

Weekly Aryodaye No. 362

ARYA SABHA MAURITIUS

8th May to 16th May 2017

LET US
LOOK AT
EVERYONE
WITH A
FRIENDLY
EYE

- VEDA

Samarpanam Mantra

He Ishvara Dayanidhe, Bhavat Kripaya Anena Japopasanadi - Karmaṇa Dharma- Artha-Kama-mōkshaṇām Sadyah Siddhir Bhavet-nah.

Meaning of Words:-- He Ishvara - O Lord, Dayanidhe - Merciful, Bhavatkripaya- by your grace, Anena - this, Japa - adoration, Upasana - worship, adi - etc., Karmana - by good deeds, Dharma - virtue, Artha - wealth, Kama - aspiration, Moksha - final emancipation, liberation, salvation, Sadyah - at the earliest, quickly, Siddhi - fulfilment; success, Nah - To us, Bhavet - Be.

Purport:-- O Merciful Lord, it is thanks to Your grace that we perform acts of adoration, worship and good deeds. We, thus, dedicate everything to You so that You may bestow your blessings on us. Lead us at the earliest to virtue, wealth, aspirations and salvation.

Dr O.N. Gangoo

समर्पण-मन्त्र

पंडिता सविता तोकुरी

हे ईश्वर दयानिधे ! भवत्कृपयाऽनेन जपोपासनादि कर्मणा धर्मार्थकाममोक्षाणां सद्यः सिद्धिर्भवेन्नः ॥

यह समर्पण मंत्र है, जिसे हम प्रतिदिन संध्या करते समय सुबह-शाम उच्चारण करते हैं। इसका अर्थ यह है कि हे प्रभु ! आपकी कृपा से जो-जो उत्तम काम हम लोग करते हैं, वे सब आपको अर्पित हैं। धर्म - जो सत्य, न्याय का आचरण करना है, अर्थ - जो धर्म से पदार्थों की प्राप्ति करनी है। काम - जो धर्म और अर्थ से इष्ट भोगों का सेवन करना है, और मोक्ष - जो सब दुखों से छूटकर सदा आनन्द में रहना है। इन चार पदार्थों की सिद्धि हमको शीघ्र प्राप्त हो।

धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष - ये चार पुरुषार्थ हमारे जीवन के लिए अत्यन्त आवश्यक हैं। 'धर्मार्थकाममोक्षाणाम्' अर्थात् सत् कार्यों द्वारा प्राप्त किया धन ही पवित्र धन समझा जाता है। इसी को 'अर्थ' कहा जाता है। बाकी धन 'अनर्थ' हैं। धर्म द्वारा प्राप्त किया हुआ अर्थ ही कामनाओं को पूर्ण करता है। सही ढंग से कमाया हुआ धन और उसका सही प्रयोग मनुष्य को मोक्ष तक पहुँचा सकता है। इसके विपरीत, अधर्मपूर्ण रीतियों से पाया हुआ धन यानी कि चोरी, भ्रष्टाचार, बेईमानी, जुए आदि से प्राप्त धन अपवित्र धन कहलाता है, जो मनुष्य को पाप के गड्ढे में गिराता जाता है।

परमात्मा अगर मनुष्य को धन और ऐश्वर्य का स्वामी बनने का आदेश देते हैं, तो अभिप्राय यही है कि मनुष्य परिश्रम और पुरुषार्थ करके ही धनवान् बनकर आदर्श जीवन व्यतीत करे। परन्तु वर्तमान समय में ऐसा नहीं हो रहा है। कई लोग सहज और भ्रष्ट तरीकों से धनवान् बनने की चेष्टा करते हैं, और स्वयं कष्टों के जाल में उलझ जाते हैं। हमारे देश में आजकल लोग रातों-रात करोड़पति बनने की लालसा में तरह-तरह की लॉटरियों के पीछे हज़ारों रुपये पानी में फेंक रहे हैं। नतीजा यह हो रहा है कि 'वयं स्याम पतयो रयीनाम्' अर्थात् धन के स्वामी बनने के बदले लोग धन के नौकर बनकर अपना सारा सुख, चैन और शान्ति लुटा रहे हैं। वे यह भूल जाते हैं कि एक दिन जब इस संसार से विदा होंगे तब सारा धन यहीं

का यहीं रह जायेगा। केवल हमारा कर्म ही हमारे साथ जायेगा। धर्म पर चलकर ही मनुष्य मनुष्य बनता है और मनुष्य बनकर ही वह परमात्मा की उपासना-भक्ति कर सकता है। ऐसे भक्तों पर ईश्वर की विशेष कृपा होती है। धर्म के कार्य करने में अथवा अपने लक्ष्य तक पहुँचने के लिये, जो भी शारीरिक कष्ट सहने पड़े - जैसे सर्दी-गर्मी, भूख-प्यास आदि उनको सहना और यदि सामाजिक परिस्थितियाँ भी सामने आँ, जैसे मान-अपमान, निन्दा आदि, उन सभी को, अपना मानसिक संतुलन खोए बिना, सहर्ष स्वीकार करना और अपने मार्ग पर दृढ़ रहना, लक्ष्य को कभी नहीं छोड़ना धर्म कहलाता है। अपनी उन्नति के लिए चेष्टा करना कर्म है। ज्ञान और कर्म एक दूसरे के पूरक हैं। ज्ञान के अनुसार ही कर्म करना मायनों का कर्म कहाता है। पिछले जीवन में हमने अच्छे कर्म किये थे, उनके फलस्वरूप यह मानव चोला मिला है। सकाम कर्मों का कारण है - दोष। दोष का कारण है - मिथ्याज्ञान - अतः इन सबका मूल कारण 'मिथ्या ज्ञान' ही है। अतः जब तक हमारा (आत्मा का) मिथ्या ज्ञान दूर नहीं होता तब तक हमारे अन्दर काम-क्रोध, लोभ-मोह, अहंकार, ईर्ष्या-द्वेष, निन्दा, चुगली आदि दोष बने रहेंगे। फलस्वरूप जीव बुरे कर्म करने में विवश हो जाता है और उसके कारण बार-बार जन्म लेकर दुखों का सामना करना पड़ता है। परमात्मा हर अच्छे काम में हमें प्रेरणा देता है, उसका परिणाम है - आनन्द, उत्साह और निर्भयता; और बुरा कर्म करते समय वह हमें रोकता है, भय और लज्जा के माध्यम से बुरे कर्म की चेतावनी देता है। जैसे कि जब कोई चोर किसी के घर में चोरी करता है तो वह भयभीत होता है कि मत न कोई उसे देख ले। वह यह भूल जाता है कि वह सर्वव्यापक परमात्मा उसे देख रहा है। चोर का मन उसे कोसता है कि ये जो तुम कर रहे हो, ये अच्छे काम नहीं हैं, परन्तु वह आत्मा का हनन करके, अपनी

शेष भाग पृष्ठ २ पर

सम्पादकीय

स्वभाषा प्रेम

विश्व में प्रत्येक जाति की अपनी भाषा होती है, जिसके माध्यम से वह अपने विचारों का आदान-प्रदान करने में सफल होती है। वह अपने धर्म, संस्कृति, साहित्य आदि को विकसित करने में सफलीभूत हो पाती है। इसीलिए हर एक जाति यह पूरी कोशिश करती रहती है कि उसकी प्यारी भाषा सदा जीवित रहे।

मॉरीशस एक बहुजातीय देश है। यहाँ सभी जातियाँ अपनी भाषा से अटूट प्रेम बढ़ाती हैं, उसकी रक्षा करती हैं तथा उसका विकास करती हैं। एक बहु सांप्रदायिक देश में जिस संप्रदाय की भाषा उन्नत होती जाती है, उसकी शान भी बढ़ती जाती है। हम हिन्दू हैं, हमारी प्यारी और मधुर भाषा भोजपुरी और हिन्दी हैं। हमारे पूर्वज अपनी जान से ज्यादा अपनी इन दो भाषाओं से प्यार करते थे और यह चाहते थे कि इन भाषाओं का महत्व अन्य बोली जाने वाली भाषाओं के बराबर बढ़ता रहे। इसी उद्देश्य से हमारे हिन्दी प्रेमी जनों ने भोजपुरी और हिन्दी के उत्थान में कोई कसर नहीं छोड़ी।

यह बड़े ही गर्व की बात है कि आज हिन्दी का शिक्षण बैठकाओं से निकलकर विश्वविद्यालय में पदार्पण कर चुका है। कई हिन्दू संस्थाओं द्वारा इसकी शिक्षण-व्यवस्था स्थापित है। सरकार द्वारा हिन्दी स्पिकिंग यूनिजन कायम की गई है, ताकि अन्य भाषाओं के साथ-साथ हिन्दी का भी बराबर विकास हो सके। इसी प्रकार भोजपुरी भाषा को जीवित रखने के लिए भी भोजपुरी स्पिकिंग यूनिजन तथा अन्य भोजपुरी शिक्षण संस्थाएँ स्थापित हैं, जहाँ पर हमारे युवा-युवतियाँ सुगमता पूर्वक भोजपुरी बोल सकें, पढ़-लिख सकें और अपने विचारों को इस भाषा में व्यक्त कर सकें।

भाषा आंदोलनों पर इतना जोर देने के बाद भी आज यह देखा जा रहा है कि बहुत से हमारे हिन्दू भाई-बहन अपनी भोजपुरी और हिन्दी भाषा बोलने से कतराते हैं। अपनी दो प्यारी और सरल भाषाओं को तजकर अपने घरों में, सामाजिक संस्थाओं में, नौकरी-स्थलों में और गलियों में क्रियोली का अधिक प्रयोग करते हैं। इसी कारण क्रियोली बोलचाल का बोलबाला बढ़ता जा रहा है और भोजपुरी की शान घटती जा रही है।

दुर्भाग्यवश आज के मोडर्न हिन्दू अपने घरों में चौबीसों घंटे क्रियोली बोलते हैं। बाज़ारू भाषा क्रियोली से प्यार बढ़ाकर अपने घरों का वातावरण दूषित कर रहे हैं। क्रियोली में नाच, गान, जलसा आदि कर रहे हैं और अपने बच्चों को क्रियोली बोलने के लिए प्रभावित करते जा रहे हैं। आज हमारी नादानी के कारण कई हिन्दू परिवारों में केवल क्रियोली बोली जाती है। यह हमारी मूर्खता नहीं तो क्या?

आज के अधिकतर जवान यह मानने लगे हैं कि भोजपुरी तो हमारे पुरखों की भाषा है। साधारण अनपढ़ हिन्दुओं की बात तो और है, अनेक सामाजिक नेताओं और हिन्दी प्रेमियों की संतानें भी भोजपुरी बोलना पसन्द नहीं करते हैं। कितने नासमझ माता-पिता हैं जो अपनी संतानों को हिन्दी और भोजपुरी सिखाना भी नहीं चाहते हैं। यह कितना कड़वा सत्य है?

हम हिन्दू हैं, हम ही अपनी भाषा के रक्षक हैं और स्वयं हम ही इसके हत्यारे हैं। अगर हम अपने-अपने घरों में भोजपुरी या हिन्दी भाषा बोलने की आदत डालेंगे, अपने हित-मित्रों से अपनी भाषा में बातें करेंगे और अन्य जातियों को सिखाने का प्रयत्न करेंगे तो निःसंदेह इस देश में भोजपुरी बोलने वालों की वृद्धि होगी। भोजपुरी और हिन्दी हमारे पूर्वजों की अमानत है। उन्होंने तो अनेक कठिनाइयों का सामना करके इन दो भाषाओं को सुरक्षित रखा। आज हमारा यह परम कर्तव्य है कि हम उनकी धरोहर को बचा कर रखें। अपनी इन दो भाषाओं को खूब सीखें, इनसे अधिक प्यार बढ़ाएँ और पढ़ने-लिखने के साथ-साथ निरंतर हिन्दी और भोजपुरी बोलें।

हम उन समस्त हिन्दी प्रेमियों के प्रति नतमस्तक हैं जो आज तक निःस्वार्थ भाव से हिन्दी की अकथ्य सेवा कर रहे हैं, भोजपुरी बोलने की प्रेरणाएँ दे रहे हैं, अपने घरों में उनका उचित प्रयोग कर रहे हैं, जिनकी कृपा से आज तक इस बहुजातीय देश में भोजपुरी और हिन्दी जीवित हैं। हम अगर पुनः अपनी भोजपुरी और हिन्दी भाषा से प्रेम बढ़ाने का प्रयत्न करेंगे तो मॉरीशस रूपी छोटे से उद्यान में हमारी मन-मोहक भाषाएँ सुगन्धित पुष्पों की भाँति सभी हिन्दुओं के मन को मोह लेंगी और हमें सही दिशा दिखाएँगी।

पाठको ! जिस प्रकार एक बाग के बड़े-बड़े पेड़ धीरे-धीरे अपनी धनी छाया से छोटे पेड़-पौधों को मुरझाकर सुखा देते हैं, उसी प्रकार एक बहुजातीय देश में प्रबल, सुदृढ़ और प्रौढ़ तथा प्रचलित भाषा अन्य भाषाओं को ओझल कर देती है। अतः स्वभाषा की रक्षा करना हमारा परम कर्तव्य है। भाषा है तो जाति है, भाषा गई तो जाति गई।

बालचन्द तानाकूर

कृतज्ञता-ज्ञापन

सत्यदेव प्रीतम, सी.एस.के., आर्य रत्न, मंत्री आर्य सभा

शनिवार दि० २२ अप्रैल २०१७ को दोपहर १.३० बजे गयासिंह आश्रम के प्रांगण में एक मण्डप तानकर देवऋषि बुलेल के प्रति कृतज्ञता-प्रकट करने हेतु आश्रम के भोजनालय को उनका नाम दिया



गया। लगे हाथ श्रीमती बखोरी को आश्रम की व्यवस्थापन-कार्य से अवकाश लेने के लिए धन्यवाद समर्पण करने के लिए एक शिल्ड प्रदान किया गया।

याद रहे कि श्री देवऋषि बुलेल का सम्बन्ध न केवल गयासिंह आश्रम से रहा बल्कि पूरे आर्य समाज से भी रहा क्योंकि वे आजीवन सदस्य के साथ ही साथ वर्षों तक आर्य सभा मोरिशस के अन्तरंग सदस्य रहे। तिलकप्रसाद

कालीचर्ण के मानेजर पद छोड़ने के बाद उन्हें ही उस पद की जिम्मेदारी सौंपी गयी थी। उन्होंने सफलता पूर्वक उस दायित्व को सम्भाला। भाई के देहावसान के उपरान्त श्रीमती चन्द्रानी बखोरी ने बखूबी जिम्मेदारी निभाई।



मौके पर सरकार के दो मंत्री उपस्थित थे - माननीय पृथ्वीराज रूपण और माननीय एचियेन जिसलें सिनातांबू। भारतीय उच्चायोग के प्रथम सचिव श्री पंकज जिंदल के साथ आर्य सभा के प्रधान, उपप्रधान, महामंत्री और कई एक अन्तरंग सदस्य उपस्थित थे।

लावेनियर आर्यसमाज में साप्ताहिक सत्संग

पंडिता लीलामणि करीमन, एम.ए., वाचस्पति

खुशी की बात है कि लावेनियर आर्यसमाज के पदाधिकारीगण साप्ताहिक सत्संग में एक नवीनता लाये हैं। यह निर्णय लिया गया है कि बारी-बारी से किसी पुरोहित-पुरोहिता छात्र व समाज के सदस्य को अपने विचार रखने के लिए नियुक्त किया जाय। रविवार २३ अप्रैल २०१७ ई० को छात्र-पुरोहिता श्रीमती हेमलता पान्चू की बारी थी।

श्रीमती पान्चू जी का जनता के सामने खड़ा होकर अपने विचार प्रकट करने का यह पहला प्रयास था। यह पहला प्रयास था - अतः स्वाभाविक है कि वक्ता के अन्दर में भय-संकोच-चिन्ता की भावनाएँ उत्पन्न होंगी। वैसे तो सामूहिक गान में मंत्र-पाठ में वे अग्रगामिनी हैं। इस बार भी उनकी प्रतिभा दृष्टिगोचर हुई।

करुणा जी ने प्रातःकालीन मंत्रों में से प्रथम मंत्र चुना, अपने सत्संग के लिए जो ऋग्वेद मं० ७, सू० ४१ का प्रथम मंत्र है -

**ओं प्रातरग्निं प्रातरिन्द्रं हवामहे,
प्रतर्मित्रावरुणा, प्रातरश्विना ।
प्रातर्भगं पूषणं ब्रह्मणस्पतिं प्रातः
सोममुत रुद्रं हुवेम ॥१॥**

उन्होंने मंत्र का शब्दार्थ किया जो इस प्रकार है - हम प्रतिदिन प्रातः सुबह (प्रभात बेला में), **अग्निम्** - प्रकाश स्वरूप **इन्द्रम्** - परमेश्वरयुक्त, **मित्रावरुणा** - सबके मित्र और वरणीय - सबसे श्रेष्ठ, **अश्विना** - सर्वत्र व्यापक परम प्रभु और उसकी महती शक्ति की, **हवामहे** - स्तुति करते हैं, **प्रातः** - प्रातःकाल की शान्त बेला में, **भगम्** - सबके भजनीय, सेवनीय, **पूषणम्** - सब जगत् को पोषण करने वाले, **ब्रह्मणस्पतिम्** - महान् लोक-लोकान्तरों के पालन करनेवाले, **सोमम्** - सबके प्रेरक वा उत्पादक और, **रुद्रम्** -

दुष्टों को दण्ड देनेवाले प्रभु की, **हुवेम** - स्तुति प्रार्थना करते हैं।

भावार्थ - प्रभात बेला में, जो सब प्रकार से ऐश्वर्यवान् हैं और जो अपने भक्तों को भी ऐश्वर्ययुक्त करने वाले हैं। जो स्वयं प्रकाशित हैं, और जिन्होंने प्राण - उदान के समान प्रिय सूर्य और चन्द्र को उत्पन्न किया है, हम उस परमात्मा की स्तुति-प्रार्थना करते हैं। जो भजनीय, पूजनीय, सेवनीय हैं, जो सबका पोषण करनेवाले हैं, जो इस ब्रह्माण्ड व लोक-लोकान्तरों का पालन करनेवाले हैं, और जो दुष्टों को दण्ड देनेवाले हैं। हम उस परमात्मा की स्तुति-प्रार्थना करते हैं।

भावार्थ के पश्चात् श्रीमती पंचू जी ने इस मंत्र पर अपने विचार प्रकट करते हुए कहा कि हर मनुष्य को आवश्यक है कि प्रभात बेला में व ब्राह्म-मुहूर्त (सुबह ४.००-४.३० बजे) उठते ही प्रातःकालीन मंत्रों का पाठ अर्थपूर्वक करें। जो आदमी ऐसा करने के बाद अपनी दिनचर्या की शुरुआत करता है, उसका पूरा दिन अच्छा बीतता है। ईश्वर उसकी रक्षा करता है, क्योंकि मंत्र का ध्यान रखते हुए, वह अच्छे काम करने का प्रयत्न करता है। आशा है आप सभी इस मंत्र से कुछ सीखेंगे। अपने जीवन में उतारने का प्रयास करेंगे, और इससे लाभ उठाएँगे। **क्रमशः**

सफलता की प्राप्ति

सफलता अपने आप नहीं मिलती है। अपितु इसको प्राप्त करने के लिए संकल्प लेना पड़ता है, तपस्या करनी पड़ती है, भागना, दौड़ना पड़ता है, भूखा, प्यासा रहना पड़ता है, नींद, आराम छोड़ना पड़ता है और अपमान भी सहन करना पड़ता है।

पृष्ठ १ का शेष भाग

इच्छा की पूर्ति करने के लिए पराये धन को चुरा लेता है। जब एक दिन सच्चाई सब के सामने खुल जाती है तब वह चोर शर्म से लज्जित हो जाता है। वह समाज की नज़रों से गिर जाता है। मननशील मनुष्य को कर्म करते वक्त ही समझ लेना चाहिए कि वह जो कुछ कर रहा है वह सही है या गलत? गलत काम करते-करते व्यक्ति के वैसे ही संस्कार बन जाता हैं, जो आगे चलकर दुखदायी होते हैं। ईश्वर तो हमेशा सबको सावधान करता है, परन्तु प्रबल कुसंस्कारों के कारण जो लोग ईश्वर का सुना-अनसुना करते हैं, ऐसे लोग ही दुखी होकर अन्त में परमात्मा पर आरोप लगाते हैं कि उसने हमें गलत कार्य करते समय क्यों नहीं रोका। हमें याद करना है कि हम कार्य करने में स्वतन्त्र हैं, परन्तु उसका फल परमात्मा पर निर्भर है। ईश्वर दयालु और न्यायकारी है। जो ईश्वर द्वारा दिए ज्ञान को अपनाता है, वह संसार में सदा सुखी रहता है और जो नहीं अपनाता है, वह सदा दुखी और दुखी ही रहता है।

जब धर्म, अर्थ और काम में शुद्धता होती है, तब हम मोक्ष को अवश्य प्राप्त कर सकते हैं। आत्मा का लक्ष्य है, मोक्ष की प्राप्ति करना, आनन्द को भोगना, इसी को पाने के लिए वह जन्म-जन्मान्तरों से प्रयत्न करता रहता है, शुभ कर्म करता है, निष्काम कर्म करता है, ईश्वर की स्तुति-प्रार्थना और उपासना करता है।

मोक्ष-प्राप्ति के तीन साधन होते हैं - ज्ञान, कर्म और उपासना। मनुष्य को सीखने के लिये ज्ञान की कमी नहीं है। वह जितना अधिक ज्ञान प्राप्त करेगा, उसके लिये उतना ही लाभकारी होगा। मोक्षावस्था में, मुक्तावस्था में मुक्तात्मा स्वतन्त्रता और स्वच्छा से पूरे ब्रह्माण्ड में भ्रमण कर सकता है।

इस मंत्र में सबसे पहले धर्म पर कहा गया, क्योंकि अगर हमारा धर्म ठीक हो अर्थात् हम अपने कर्तव्य में सफल होंगे,

मनुष्य और पशु

पंडित राजमन रामसाहा, आर्य भूषण

मनुष्य बहुत सी बातों में पशु के समान हैं और पशु बहुत सी बातों में मनुष्य से भिन्न हैं। यदि मनुष्य को सिखाया न जाय और उसमें संस्कार न डाला जाय तो यह विचार करने वाला मनुष्य पशु से भी बड़ा बदतर जीव हो जाएगा। जब मैंने इन दोनों का अन्तर जानना चाहा तो उस कुत्ते को स्मरण करना पड़ा जिस कुत्ते को मालिक गहरे समुद्र में डुबाने ले गया था, जब संकट में पड़ा और स्वयं डूबने लगा, तब उसी कुत्ते ने उसे पानी में डूबने से बचाकर बाहर निकाला था।

भूखा-प्यासा होने पर दोनों अन्न-जल खोजते हैं। शेर को यदि मांस न मिले तो घास को छूएगा नहीं चाहे प्राण ही क्यों न निकल जाय, पर आदमी अपनी गंदगी को भी खा-पी लेता है। समय आने पर स्त्री-पुरुष मिलन में, बच्चा पैदा हो जाने पर उसकी सेवा और रक्षा करने में मुर्गियों को मैं ने देखा है। जान-प्राण से लगी रहती हैं। पर मनुष्य में पुरुष जैसे ही संबंध से हटता है, तुरन्त भूल जाता है, और औरत तो अपने जन्माए बच्चे को कचरे के डिब्बे में फेंक देती है।

पशु और मनुष्य अपने-अपने शरीर को बचाने लगते हैं और नींद लगने पर कहीं

तब हम अर्थ पर नियन्त्रण रखकर अपने काम को शुद्ध करके अन्त में मोक्ष को प्राप्त करेंगे। वह इसलिए कि जिन कर्मों से हमारा व्यवहार सुधर जाये - जिससे कि हमें मोक्ष मिले - (सब प्रकार की शारीरिक, मानसिक और आत्मिक दुखों से छूटकर सुख और शान्ति को प्राप्त कर आनन्द में रहना ही मोक्ष कहता है।) मोक्ष की प्राप्ति हो सके उनको धर्म कहते हैं। हमारे ऐसे कर्म हों, जिससे किसी भी प्राणी को किसी भी प्रकार की हानि न हो, सब का भला हो। यदि हम किसी का भला नहीं कर सकते तो किसी का बुरा भी न करें। जिससे सब का भला हो - वही धर्म है। मनु महाराज ने धर्म के दस लक्षण बताए हैं - धृति (धैर्य), क्षमा, दम (आत्म-संयम), अस्तेय (चोरी न करना), शौच (पवित्रता), इन्द्रियनिग्रह (इन्द्रियों को वश में करना) धी - (विवेक से काम लेना), विद्या(ज्ञान), सत्य बोलना, अक्रोध (क्रोध न करना)। अतः मनुष्य का धर्म मानवता है। बड़े हृदय वाले में धर्म है। धर्म मनुष्य को मानवता से जोड़ता है। यह आपस में भाईचारा सिखाता है, प्रेम का पाठ पढ़ाता है, सुख और शान्ति की सुगन्ध फैलाता है, सब को एक कड़ी में जोड़ने का काम करता है। सब का मालिक एक है। हम सब उसी एक परमेश्वर की बनाई हुई प्रतिमाएँ हैं। हम सब अलग-अलग स्थितियों में उत्पन्न होते हैं, और इसलिए हमारे विचार अलग-अलग हो सकते हैं। वस्तुतः हम सबका धर्म एक है। वह धर्म है - मानवता का धर्म।

धर्म, अर्थ, कर्म और मोक्ष चारों वस्तुओं के लिए शरीर का स्वस्थ होना आवश्यक है। शरीर को ही रोगी और निर्बल बना लेंगे तो फिर मिलेगा क्या? परिश्रम करो, बलवान् बनो, परिश्रम करो। यही देश और जाति को ऊपर ले जाने का साधन है। जिस मकान में पक्की ईंटें नहीं लगाई जातीं, वह बहुत देर तक नहीं रहेगा। राष्ट्र को शक्तिशाली बनाना है, तो अपने शरीर को बलवान् बनाओ।

पर सो जाते हैं। इस विषय में बीते दिनों में भेद नहीं दिखता था पर वर्तमान में अन्तर दिखने लगा है। पशु शान्त रहकर जीता है पर मनुष्य चिल्ला-चिल्लाकर दुनिया को सिर पर उठा लेता है।

पशु को जब स्त्री-पुरुष का सुख नहीं मिल पाता है तब समय के बीतने पर शान्त हो जाता है। पर मनुष्य उसके लिए बिन पानी की मछली की तरह छटपटाता रहता है। पशु अपने जन्मे बच्चों को सेवा देना हर हालत में धर्म बनाता है, पशु अपने शरीर बचाने और नींद के लिए मर तो सकता है, पर मनुष्य अपने को बचाने और नींद पाने के लिए अच्छी से भी अच्छी हरकत कर सकता है।

मनुष्य कहीं अपने मनके होने के कारण तो ऐसा हो नहीं गया है? कुत्ते बिल्ली आदि नाम के पशु जिस घर में रहते हैं, वहाँ के रहने वालों के कहल में रहते हैं। बैल, गाय, घोड़े, हाथी, चिड़िया-घर के शेर, चीतादि अपने देखभाल करने वालों के अधीन जीने लगते हैं। इन दिनों पुलिस लोगों ने सही गुनाहगार को पकड़ पाने में कुछ कुत्तों को सहाया है। वे जानवर पुलिस की अपेक्षा सही गुनाहगार को पकड़ पा रहे हैं। **शेष भाग पृष्ठ ३ पर**

प्रह्लाद रामशरण की आठ पुस्तकों का भव्य लोकार्पण



मॉरीशस के मूर्धन्य एवं वरिष्ठ लेखक, साहित्यकार, इतिहासकार और पत्रकार प्रह्लाद रामशरण, एम.एस.के., पी.एम.एस.एम., आर्य भूषण, विद्या भूषण की ८० वीं वर्षगांठ

के उपलक्ष्य में भारतीय उच्चायोग, विश्व हिन्दी सचिवालय, आर्य सभा मोरिशस एवं इन्द्रधनुष सांस्कृतिक परिषद् के मिले-जुले सहयोग से उनकी निम्नलिखित आठ पुस्तकों का लोकार्पण ८ अप्रैल २०१७ को १.३० बजे बो बासें के आर्यसमाज भवन में समारोहपूर्वक सम्पन्न हुआ -

१. मॉरीशस का सुबोध इतिहास
२. गांधी जी बोले थे - छद्म अवधारणाओं का आलेख
३. लहरों की बेटी - एक अनुशीलन
४. मॉरीशस की रोचक लोक कथाएँ, भाग १
५. मॉरीशस की रोचक लोक कथाएँ, भाग २
६. मॉरीशस के हिन्दी सेवी प्रह्लाद रामशरण

७. ए. रिवर अव स्टोरिज़, खण्ड ३ - वायु
८. ए. रिवर अव स्टोरिज़, खण्ड ४ - अग्नि
उस महोत्सव को रंगीन बनाने के लिए निम्न महानुभावों एवं प्रतिष्ठित लोगों ने अपनी उपस्थिति से कार्य में चार चाँद लगा दिये।

मुख्य अतिथि - महामहिम परामाशिवम् पिल्ले वायापुरी, जी.ओ.एस.के., मॉरीशस गणराज्य के उपराष्ट्रपति।

विशेष अतिथि - श्री अब्दुल राऊफ़ बन्धन, मॉरीशस के पूर्व उपराष्ट्रपति।

प्रो० विनोद कुमार मिश्र, महासचिव विश्व हिन्दी संगठन, डॉ० नूतन पांडे, भारतीय उच्चायोग की द्वितीय सचिव शिक्षा एवं भाषा, श्री रवि चतुर्वेदी उपाध्यक्ष बैंक अव बरोडा, डॉ० उदयनारायण गंगू, आर्य सभा मोरिशस के प्रधान, श्री राज हिरामन, ईवान मारसियल, कुमारी अंजनी मर्दन, मंच पर आसीन थे। भवन में विभिन्न संस्थाओं के कर्मठ विद्वान् लोग भी थे।

श्रीमती संगीता रामशरण नन्कू और पं० मुखलाल लोकमान कार्य का संचालन कर रहे थे। डॉ० उदयनारायण गंगू जी के भाषण से कार्य का शुभारम्भ

किया गया। अपने भाषण में उन्होंने प्रह्लाद रामशरण की दूरदर्शिता, लेखन-कुशलता, ऐतिहासिक तथ्यों की खोज में उनकी असीम श्रद्धा और निपुणता एवं समर्पण की सराहना की। उन्होंने कहा कि इस उम्र में भी आठ पुस्तकों का एक साथ लोकार्पण करना बच्चों का खेल नहीं है।

विश्व हिन्दी सचिवालय के महासचिव प्रो० विनोद कुमार मिश्र ने प्रह्लाद रामशरण की इस महान् उपलब्धि की भूरि-भूरि प्रशंसा की और कहा कि वे व्यक्ति न रहकर एक जीती-जागती संस्था है, जिनकी छत्र-छाया में अनेकों नवोदित लेखकों का उत्थान हुआ है, नये लेखकों के लिए ये प्रेरणा के सागर बन गये हैं।

बारी-बारी से डॉ० नूतन पाण्डे, राज हिरामन, ईवान मरसियल, अनजनी मरदेन आदि। वक्ताओं ने प्रह्लाद रामशरण की दूरदर्शिता, कार्यकुशलता और दक्षता के लिए बधाई दी। श्री राऊफ़ बंधन ने कहा कि प्रह्लाद रामशरण के बारे में लगभग सभी वक्ताओं ने कह दिया, लेकिन मैं सिर्फ़ यह कहूँगा कि यह मेरी दिली-कामना है कि निकट भविष्य में बो बासें आर्यसमाज 'प्रह्लाद रामशरण पाठशाला' नाम से प्रसिद्ध हो।

महामहिम परामाशिवम् पिल्ले वायापुरी, जी.ओ.एस.के., मोरिशस गणराज्य के उपराष्ट्रपति जी ने प्रह्लाद रामशरण के खोजपूर्ण कामों एवं कलम चलाने के प्रति उनके अद्वितीय साहसपूर्ण कार्यों के लिए सराहना के साथ-साथ उनको दिल की गहराई से बधाई दी।

प्रह्लाद रामशरण इन्द्रधनुष सांस्कृतिक परिषद् के अध्यक्ष ने सभी महानुभावों एवं वक्ताओं को अपना उद्गार प्रकट करते हुए कहा ये जितने काम मैंने किये हैं सब मेरे कर्मठ सहयोगियों के परिश्रम का फल है। आपके विश्वास एवं सहयोग के बिना ऐसा बड़ा काम असम्भव था।

समाप्ति से पहले विश्व हिन्दी सचिवालय के महासचिव श्री विनोद कुमार मिश्र जी ने गणराज्य के उपराष्ट्रपति परामाशिवम् वायापुरी को तमिल भाषा में रामायण की एक प्रति प्रदान की।

अन्त में डॉ० इन्द्रदत्त चन्नू जी ने आर्य सभा मोरिशस, भारतीय उच्चायोग, विश्व हिन्दी सचिवालय एवं इन्द्रधनुष के कार्यकर्ताओं को और सभी उपस्थित लोगों को धन्यवाद प्रदान किया।

के लिए भेजा था। पशु इस प्रकृति से बन्धकर पुण्य कमाने लगे हैं। यदि विज्ञान के बल मनुष्य का संसार चलने वाला नहीं होता तो हम मनुष्य सबसे बदतर लगते। विज्ञान ने हमें सुई से लेकर राकिट तक दी है। यदि विज्ञान का सहारा नहीं मिलता तो हम सबसे निष्कृष्ट होते।

विज्ञान चकाचौंध करने वाला व्यापार है। वैज्ञानिक उपकरणों से दुनिया का बाज़ार गरम है। हम जब विज्ञानशून्य थे, तब पाप और पुण्य में फ़ासला रखते थे। अब मनुष्य का पाप और पुण्य धन के लाभ और हानि में परिणत हो गया है। मॉरीशस टापू में भगवान् ने मगरमच्छ, सर्प, चीतादि को उत्पन्न होने नहीं दिया। अब इन पशुओं से भी यह देश आबाद है, यह पर्यटन-विभाग की कृपा है। पहले हम अपने जीवन को क्षण-भंगूर मानते थे। अब आत्मा को पर्यटक मानते हैं। हम भी मरने के बाद पर्यटक बनकर अन्यत्र जाने वाले हैं।

कहीं हम मनुष्यों का जनम-मरण एक पर्यटन का रूप तो नहीं ले चुका है? हमारे पाप और पुण्य में, कुचरित्र और सुचरित्र में, अधम कर्म और उत्तम कर्म में बदली तो नहीं ला चुका है? इसलिए मेरे जैसे कम अक्ल को पशु मनुष्य से अच्छे लगने लगे हैं?

शाकाहारी जीवन-शैली Vegetarian Way of Life

जयपति पुनीत

पाठकों से अनुरोध है कि आप इस लेख को और आनेवाले लेखों को ध्यान से पढ़ें और मनन करें। लेख की इस कड़ी में - शाकाहारी जीवन-शैली पर आधारित कुछ ऐसी बातें रखना चाहूँगा, जिसकी शायद आपने कल्पना नहीं की होगी। इस विकास के युग में जहाँ पकवानों के अनगिनत किस्म पाये जा रहे हैं, जिनमें से लोग अपनी मनपसंद थाली चयन करके मन को तृप्त कर रहे हैं, वहाँ किसी को शाकाहारी जीवन शैली बिताने या न बिताने के लिए कहूँ, ऐसा दुःसाहस नहीं कर सकता। मैं आपके सामने कुछ विद्वानों और महापुरुषों के विचार रखना चाहूँगा। निर्णय आपको ही लेना है।

भोजन जो हम खाते हैं, उसमें सत्व, रज और तम, ये तीन गुण पाये जाते हैं, जो हमारे जीवन को प्रभावित करते हैं। इनमें सत्व-पवित्रता और ज्ञान का प्रतीक है, यह हमको आध्यात्मिकता की ओर ले जाता है। तम-अज्ञानता व तामसिक वृत्ति का उत्तप्रेरक है, जिसके कारण क्रोध बढ़ता है, तथा हमारी सहनशक्ति कमज़ोर होती है और रज - यानी रजोगुण - यह मानवीय गुणों से रिक्त, यान्त्रिकता की ओर बढ़ाता है, इससे संवेदनशीलता कमज़ोर पड़ जाती है। शाकाहारी भोजन अधिक सतोगुणयुक्त होता है, जबकि मांसाहारी भोजन में तमोगुण अधिक है। इसका कारण यह है कि जानवरों को मारते वक्त उसमें जो दर्द पैदा होता है, उसका असर उसके मांस पर पड़ता है और जो इसका अधिक सेवन करता है वह तमोगुण से प्रभावित होता है। इस तरह यह तमोगुण मनुष्य को प्रभावित करता रहा है, जिसका असर उसके मन और मस्तिष्क पर पड़ता है।

सभी जीवित प्राणियों की रचना अग्नि, वायु, मिट्टी, जल और आकाश, इन पाँच तत्वों से बना है। मनुष्य में ये सभी तत्व एकरूप से सक्रिय हैं, जानवरों में आकाश तत्व के अलावा बाकी चार तत्व सक्रिय हैं, पक्षी में वायु, जल और अग्नि प्रमुख है, कीड़े-मकोड़ों में केवल धरती और अग्नि सक्रिय हैं और फल, सब्जी तथा बनस्पति में सिर्फ़ जल प्रमुख है, बाकी अन्य चार तत्व सुषुप्त अवस्था में रहते हैं।

देखें महात्मा गांधी जी क्या कहते हैं -

— Mahatma Gandhi
What I want to bring to your notice is that vegetarians need to be tolerant if they want to convert others to vegetarianism. We should appeal to the moral sense of the people who do not see eye to eye with us. A vegetarian is made of sterner stuff. Why? Because it is the building of the spirit not of the body. Man is more than meat. It is the spirit in man for which we are concerned. Therefore vegetarians should have that moral basis, that man was not born a carnivorous animal, but born to live on the fruits and herbs that the earth grows.

I do not regard flesh-food as necessary for us at any stage and under any climate in which it is possible for human beings ordinarily to live. I hold flesh-food to be unsuited to our species. We err in copying the lower animal world, if we are superior to it.

Vegetarian is one of priceless gifts of Hinduism. It may not be lightly given up. By instinct and upbringing I favour a purely vegetarian diet and have for years been experimenting in finding a suitable vegetable combination. Rightly or wrongly it is part of my religious conviction, that man may not eat meat, eggs, and the like.

जो मैं कहना चाहता हूँ, वह यह कि यदि शाकाहारी दूसरों को भी शाकाहारी बनाना चाहें तो उनको बहुत सहनशील और क्षमाशील



होना चाहिए। जो हमारे विचारों से सहमत नहीं है उनकी भावनाओं का हमें कदर करना चाहिए। शाकाहारी संवेदनशीलता से बना है। यह इस लिए कि वह जानता है कि हमें आत्मतत्व को तैयार करना है, शरीर को नहीं। मनुष्य गोशत के एक टुकड़े से ज्यादा है। हर मनुष्य को यह जान लेना चाहिए कि प्रकृति ने उसे मांसहारी जीव नहीं बनाया है, बल्कि इसके खाने के लिए फल और साग-भाजी पैदा की है, जो धरती हमें देती है।

किसी भी दृष्टि या परिस्थिति से मैं यह नहीं मानता हूँ कि जीने के लिए मांस-सेवन मनुष्य के लिए अनिवार्य है। मैं यह मानता हूँ कि मांस-सेवन मनुष्य जाति के लिए अनुचित है। तुच्छ पशुओं का अनुकरण करके गलती कर रहे हैं जब कि हम उन से श्रेष्ठ प्राणी हैं।

शाकाहारी होना, यह भारतीय संस्कृति की अनमोल देन है जिसे यूँ ही गँवाना नहीं चाहिए। स्वभाव से ही मैं शुद्ध-शाकाहारी भोजन के पक्ष में हूँ जिसका मैं वर्षों से अनुभव कर रहा हूँ और बेहतर शाकाहारी समाप्ति की खोज में हूँ। सही हो या गलत पर यह मेरे धार्मिक आस्था और विश्वास है कि मांस और अंडे जैसे पदार्थों का सेवन मनुष्य के लिए नहीं है। --

Mahatma Gandhi

Geoffrey L. Rudd जाफ़्रे एल. रुद्ध महाशय अपनी पुस्तक Why kill for food में लिखते हैं-

Each area seems to have different problems and solutions. In the west we have the problem to convert people from ages of flesh eating to vegetarian, and in Britain we have over 80,000 vegetarians. In the east the process is often reverted and the problem to stop life-long vegetarians from becoming meat eaters as they make closer contact with Americans, Europeans and Russians.

Vegetarian, whether he follows his way of life for health or Religious reason, is usually interested in food reform and is seriously concerned with the wholeness and vitality of all foodstuffs. He is anxious to achieve a balance intake of high quality preferably in the form presented in nature and certainly with as little chemicalisation as possible. More often than not he is a humanitarian and refrains from killing for food.

प्रत्येक क्षेत्र या युग की अलग-अलग समस्याएँ और समाधान हैं। पश्चिम में मांसहारी से शाकाहारी की ओर लाने की समस्या वर्षों से पायी जा रही है। आज ब्रिटेन में ८०,००० शाकाहारी हो गये हैं। पूरब की विदम्बना देखिए जहाँ वर्षों के शाकाहारी को मांसहारी बनने से रोकने की समस्या है। इस का कारण पूरबवालों का योरोप, अमेरिका और रूस जैसे देशों का बढ़ता हुआ संबन्ध है।

वे कहते हैं कि शाकाहारी, चाहे स्वास्थ्य के लिए हो या धर्म के लिए, वह चाहता है कि जो भी खाद्य पदार्थ का सेवन करता है वह शक्ति और तेज से भरपूर हो। एक संतुलित और उत्कृष्ट अन्न की चाहत रखता है, जिसमें कम-से-कम रसायनिक पदार्थों का उपयोग हुआ हो। वह प्राकृतिक अन्न की अपेक्षा करता है। अन्न के लिए जीवों की हत्या करके अन्न पैदा करना, यह मानवता के विरुद्ध है।

पृष्ठ २ का शेष भाग

मुझे लगता है कि जितने लोग कुत्ते को भैरव देव, सुअर को बराह भगवान, गौ को सरस्वती माता, हाथी को गणेश भगवान, चूहे को गणेश भगवान की सवारी, मुर्गे को सूर्य-देवता, कौवे को भाग्य प्रदाता, सर्प को धनदाता आदि-आदि मानकर पूजते हैं, वे मनुष्य हृदय से मान चुके हैं कि पशु, मनुष्य से बेहतर ही नहीं, वरन भगवान् के स्तर पर हैं।

मनुष्य और पशु के जीवन में अन्तर मुझे इतना लगता है। मनुष्य को कपड़े चाहिए, रहने के लिए मकान चाहिए। मनुष्य बनने के लिए पठन-पाठन चाहिए और सम्यता के लिए धन चाहिए। पशु को सिर्फ़ भूख-प्यास लगने पर उसके अनुकूल अन्न-जल चाहिए और उन लोगों को कुछ नहीं चाहिए। कहीं इसी कारण तो वे हम से अच्छे नहीं लगते हैं? कारण हमारी आवश्यकताएँ उनसे अधिक हैं।

ईश्वर ने मनुष्य को मुक्तात्मा बनने अर्थात् देवता बनने के लिए भेजा था, मनुष्य को पुण्य कमाना था। मनुष्य पाप कमाने में मस्त है और पशुओं को भोगने

Vajrāsana



For those who practice āsanās, Vajrāsana may not sound strange, some of them may even routinely practice it.

However the common people who know little or nothing about Vajrāsana reject this posture, which has been adopted by Muslims and to some extent by Christians as their prayer posture.

Vajrāsana is derived from Sanskrit by compounding two words: Vajra + āsana. Vajra means thunderbolt or diamond and āsana means posture.

How, Where and When to Do Vajrāsana

- 1.a Sit on the flat floor or on mattress
- 1.b Slowly fold or bend your knee (legs) backward by placing the thighs on the legs until the calves touch the thighs.
- 1.c Put two toes and knees lie down to the floor or mattress until knees and ankles support the whole body
- 1.d Keep the knees quiet close each other
- 1.e Keep the heels apart
- 1.f Put the buttocks on heels
- 1.g Keep your back, spine and waist neck straight
- 1.h Close your eyes
- 1.i Keep the elbow straight
- 1.j Keep breathing (inhaling and exhaling) slowly and constantly.

Standard Care When Doing Vajrāsana

- 2.a Initially Vajrāsana may be painful. Some simple / gentle massage of the painful areas will prompt to rapid recovery.
- 2.b The time duration to practice Vajrāsana is a minimum of 5 minutes and a maximum of 20 minutes.
- 2.c This is the only āsana that may be done after meals.
- 2.d Vajrāsana is forbidden when there is an injury, pain or knee problem.
- 2.e It is strongly recommended that initial practice be under expert guidance.

Benefits of Vajrāsana

One American celebrity comments on Vajrāsana: "Physically, it completely changed me. I found strength that I never thought I had. And mentally, I mean, it's taught me just patience and letting go, and it's really changed my whole psychological outlook, I think."

Mental benefits

Regular practice brings stability in mind. It
 » Calms the mind, » Reduces nervousness
 » Relieves stress, » Prompts relaxation, and
 » Induces a meditative state through, regular, slow and rhythmic breathing.
 » It is preferred posture for meditation and concentration as the Yoga practitioner feels discomfort if he flexes his body sideways or to and fro. We are bound to keep the body upright, the spine, neck and head vertical ...indeed difficult to sleep or subdue to laziness while sitting in that posture.

» It is easier to start pratyāhāra (introversion of the senses) and dhāranā, (focus, say on on our respiration process, feeling air moving in and out of our nostrils) and gradually silence our minds and emotions ...an efficient and effective posture to progress towards dhyāna (meditation).

Physical benefits of Vajrāsana

1) Supporting Flexibility and Body Toning

As we practice more and more, our body becomes more flexible. Vajrāsana gradually strengthens the thigh muscles and the spine, increasing its longevity. It relieves all problems of nerves, muscles and joint. Regular practice maintains the body in good position and condition. It also helps to get rid of back pain, the problem of varicose veins, as well as pain resulting from trauma especially in the legs, toes and knees.

2) Making the Blood Flow Smooth and Well-Distributed

The smooth blood flow has a healing effect; all body systems work well. This is the ideal āsana for breathing exercises (anuloma-viloma, kapalbhāti and others) as the body is upright and the lungs, abdominal movements during breathing exercises are optimum. The combined effect of Vajrāsana and breathing exercises is an increased oxygenation of the blood; a natural way to boost our immunity systems, healing and preventing various diseases.

3) Helping Digestion Process.

Vajrāsana, done 15 minutes after meals, boosts the digestion process and relieves related problems such as constipation, acidity, ulcers, urinary problems. Those with gas problems can practice immediately after lunch or dinner. It increases blood circulation in the abdominal region and strengthens all the organs of the abdominal region.

I have often been asked to quit that posture, especially when sitting among the public for practical meditation sessions. WHY? This is the prayer posture of people of other faiths. I agree that Vajrāsana is often referred to the namāz posture BUT that is no reason for us to abandon the best posture for prayer and meditation which comes from Yoga Āsanās.

Leaving or abandoning the best āsana to others shall only result in us using the second grade ...and yet we expect an A+ class result.

Universal adoption of our best practices

How do we respond to others adopting the pose for Namaste or the folding of hands which has been adopted as a universal form of greetings? We find the would-be-cardinals greeting the Pope with folded hands during the consistory meeting for the ordaining ceremony.

If we go on the same line of arguments as for Vajrāsana and quit the folding of the hands for Namaste, what will be the value of our universal greetings?

Likewise, should our sanyāsīs quit the saffron / orange coloured dress?

Dear brothers and sisters. We need to rejoice that bits and pieces of the Sat Sanātān Vedic culture is being adopted

as universal icons and reaffirm our commitment to best practices. BUT that is no reason for us to stop the good habits.

Yogi Bramdeo Mokoonall

Arya Sabha Mauritius
 Source : *Heritage of Vedic Culture by Satyavrat Siddhāntānkār*

cont. from last issue

Kriyātmak Yoga Series: Increasing our satisfaction quotient

Āchārah paramo dharmah

The scriptures are meant not only for rational, intellectual, logical understanding. Their real value lies in their practical applications in day-to-day life. The benefits are long-lasting, namely - capacity building to: (i) uplift the physical, moral / spiritual and social standards of all; (ii) better understand everything (*viveka-vairāgya*); (iii) walk-the-talk on the path of truth and keep away from illusions (*satyam-vada-dharamam-chara*); (iv) defeat the lower / descending forces (sensual cravings, anger, greed, attachment, dissatisfaction, etc.) in everyday life; (v) nurture a host of powerful, positive ideas and sharpen the mental powers to realise the ultimate goal of human life - *mriturmāmritam gamaya* (liberation from the cycle of birth and death).

Spirituality is the best companion in unsatisfactory situations.

Spirituality is the compass to remain on the right track ...the guiding light to dispel the darkness of ignorance ...the antidote to ward off lust, fury, envy, greed, excessive liking, etc. **The burning lamp illuminates its surroundings ...it needs no introduction!**

Satisfaction – the correct denominator in life

Santoshā is the state where we are satisfied with the fruits of our actions after having put up our utmost efforts. Such attitude yields higher levels of happiness and a balanced life / stress-free living. *Santoshā* reduces grief, consolidates our endurance vis-à-vis difficult / hostile situations, empowers us to rise after every fall and increases our faith in God and / or nature.

The Almighty is also All-justice. He will make good for any shortfall in the fruits of our actions in relation to our efforts. We become more flexible to perform selfless service. Life becomes a process of growth through all kinds of circumstances.

The numerous benefits of Santoshā

Santoshād-anuttamah-sukha-lābhah (YD 2.42) The synergies of fulfilment restores us to our natural self; peaceful within the self in the present and beyond; undisturbed by attraction (*rāga*) and hatred (*dvesha*) surpassing pains and sorrows (*dukha*); meaningful spiritual union / integration; non-conflicting and stress-free living; natural abundance and outright long term satisfaction; infinite inner joy independent of external objects of gratification; harmony between body, mind and spirit, harmonised thoughts, speech and actions; zero discontent; fruitful reciprocal relationships, a deeper sense of unconditional gratitude.

Fulfilment is the vaccine to ward off dissatisfaction. It is the antidote that returns us back to our true nature! Confronting fulfilment dissatisfaction has a dim appearance, Till it dies a natural death.

The monkey mind is tamed / silenced, Inner peace and lasting happiness override our hearts and minds.

The deep-rooted peace of mind installs peace in all our relations.

घोर घने जंगल में

यह शीर्षक मैंने महात्मा आनन्द स्वामी जी महाराज – महान् तपस्वी, समाज-देश-सेवक, स्वाध्यायशील, जीवन-दानी की एक पुस्तक से लिया है। बहुत साल पहले 'वाक्वा आर्यन वैदिक स्कूल' में अहोभाग्य से उनके दर्शन हुए थे, जिस समय स्व० डॉ० सिगोबिन जी आर्य सभा के प्रधान थे। उनकी सारी वैदिक साहित्य-पुस्तकें बार-बार पढ़कर, मैं कृतार्थ हुआ हूँ। यूँ कहिए कि उनके ग्रंथों वा उनके समकालीन महात्मा नारायण स्वामी के ग्रंथों को पढ़े बिना पूरे आर्यसमाज की सेवा में अधूरापन ही समझा जायेगा।

हाँ! घने जंगल में एक मन-मौजी मस्त होकर आज़ाद पंछी की तरह घूम रहा था। उस जंगल में एक गड़ढा था, ऊपर से वह पेड़ की झाड़ियों तथा सूखी पत्तियों से ढका था। दुर्भाग्यवश वह आदमी उसमें जा गिरा। वह मस्त था। कुछ गाँजा पीने वालों से मिला तो उसने वह भी चढ़ा लिया। जब होश आया तो वह अपने को गड़ढे में गिरा पड़ा देखा। तब जोर-जोर से आवाज़ देने लगा। एक शिकारी उधर से गुज़र रहा था, कान लगाया तो देखा कि ज़मीन के अंदर से कोई चिल्ला रहा था। दौड़ा तो देखा एक पुरुष था। गड़ढा काफ़ी गहरा था। उसने पूछा कि वहाँ क्या करने आया था? वह एक लम्बी कहानी सुनाने लगा और उसकी बातों से पता लगता था कि उसका नशा अभी उतरा नहीं था। बात से तो वह पढ़ा-लिखा लगता था। उसने महाभारत, उपनिषद्, भागवत् पुराण, वेदों को भी पढ़ा था, क्योंकि वह भाष्यकार महीघर के और रामायण से भी उदाहरण देता रहा। जंगल के साधु-संतों से बातचीत के द्वारा उसके ज्ञान की उपलब्धि

Peace : A Rare Commodity in the Modern Era

Sookraj Bissessur, B.A. Hons.

"One should always be ready to accept truth and give up untruth."

Fourth Principle of Arya Samaj

Do have a serious and careful look at an ant going about its routine work, or at a motionless fish in an aquarium. Simply, if you breathe or sneeze near the ant or touch the water slightly, both creatures will panic. Disturb any creature, it momentarily goes mad. Humans grow madder... To reach the perfect equilibrium, we must have serenity of the soul, pacification of the heart, tranquility of the mind and quietude of the body. The saying goes: "Peace is not merely the very absence of war."

At all levels, we are endlessly assailed in our everyday life. The individual is becoming a neuropath, the family is going through a breaking stress. There is permanent social strain, where hurting, wounding and killing have become common news item. Peace is now a rare commodity.

People fight for anything and everything. Omnivorous politicians are making matters worse. In their insatiable thirst for pelf, power and position, they are upsetting nearly all of us. Breeding hatred and maddening the crowd has become the order of the day. Famous singer Jimi Hendrix was dreaming of the time; "when the power of love overcomes the love for power." Love should be in the ink of all those who read. It heals, soothes and liberates.

Global development has brought in its wake its own problems. With the technology of construction also came that of destruction. Whole mankind seeks different ways to improve the conditions in which we work and live, violence on national and international levels has grown exponentially. This may be due to a variety of reasons, most of which are created by mankind. Therefore, the only way to move in the right direction, not only today, but also in future is through peace.

The dividends would ensure that global and international progress would not only be protected but also guaranteed. There

विश्वदेव मुनि, वानप्रस्थी

भी मालूम पड़ती थी।

परिवार के बारे में पूछा गया तो उसने बताया कि पत्नी से बनता नहीं था, एक मूर्खा थी, दिल्ली में रहती थी, बस्ती में शहर से दूर। साधुओं से कैसे नाता जुड़ा? यूँ ही, कभी-कभी विद्वानों के भाषण सुन लेता था, पुराणों की कथा, कहानियाँ सुनते-सुनते झगड़ों का युद्ध षड्यंत्र दूसरों की पत्नियों को हर कर कुव्यवहार करना आदि असम्भव बातें सुनकर ऊब जाता था। एक बार मैंने एक साधु को सुना। उसमें कुछ तर्क था, गम्भीरता थी, सच्चाई थी, वह ज्ञान की बातें करता था। जब-जब शहर में विज्ञापन लगाया जाता था तो वह व्रत लेकर अर्थात् साफ-सुथरा होकर उपस्थित हो जाता था। एक बार वह पहले ही पहुँच गया, उस साधु से मिलने के वास्ते। अहोभाग्य से मैं एक बार उनसे मिला और बातचीत भी हो गयी। उसके प्रति एक अलग से प्रेम मैंने महसूस किया। बाद में वहाँ के एक आयोजक साधु जी से मैंने कहा कि यह आदमी एक शराबी लफंग्गा है, लेकिन वह साधु कोई और नहीं था, वह स्वामी दयानंद था, जिसने गिरे हुए भारत को उठाने के लिए अपना जीवन दान देने का व्रत लिया था। जब कभी वह व्यक्ति आता था, स्वामी जी से मिलने तो एक-दो पंक्तियाँ सुनाया करता था, एक लय के रूप में। उसके शब्दों में गंभीरता थी और आवाज़ सुन्दर। एक बार स्वामी जी ने कहा : अमीचन्द! तू तो हीरा है लेकिन तू कीचड़ में पड़ा है। **क्रमशः**

is universal appreciation of the path to peace—social leaders, business leaders, business warriors with the 'pen' all speak about this. The difficult part, however is not in speaking but in doing and doing it well, and in achieving these aims and goals.

We must retain in mind that as observers, thinkers, poets and writers, we have the possibility and responsibility to spread peace and salvage the reader's soul in general. As women and men of wit and wisdom, they always lead us on the right path.

"If the ink of the scholar is holier than the blood of the martyr", it truly means that he or she who holds the pen can surely prevent us from going insane.

ARYODAYE

Arya Sabha Mauritius

1, Maharshi Dayanand St., Port Louis,
 Tel : 212-2730, 208-7504, Fax : 210-3778,
 Email : aryamu@intnet.mu,
 www.aryasabhamauritius.mu

प्रधान सम्पादक : डॉ० उदय नारायण गंगू,
 पी.एच.डी., ओ.एस.के., जी.ओ.एस.के., आर्य रत्न
 सह सम्पादक : श्री सत्यदेव प्रीतम,
 बी.ए., ओ.एस.के., सी.एस.के., आर्य रत्न
 सम्पादक मण्डल :

- (१) डॉ० जयचन्द लालबिहारी, पी.एच.डी
- (२) श्री बालचन्द तानाकूर, पी.एम.एस.एम, आर्य रत्न
- (३) श्री नरेन्द्र घूरा, पी.एम.एस.एम, आर्य भूषण
- (४) प्रोफेसर सुदर्शन जगेश्वर, डी.एस.सी,
 जी.ओ.एस.के., आर्य भूषण
- (५) योगी ब्रह्मदेव मुकुन्दलाल, दर्शनाचार्य

इस अंक में जितने लेख आये हैं, इनमें लेखकों के निजी विचार हैं। लेखों का उत्तरदायित्व लेखकों पर है, सम्पादक-मण्डल पर नहीं।

Responsibility for the information and views expressed, set out in the articles, lies entirely with the authors.

मुख्य सम्पादक

Printer : BAHADOOR PRINTING CO. LTD
 Ave. St. vincent de Paul, Les Pailles,
 Tel : 208-1317, Fax : 212-9038.