Date of Publication: 25 July. 2017

# कमल ज्योति

( मासिक पत्र )

वर्ष-10, अंक-9-10 अगस्त-सितम्बर 2017 विक्रमी संवत् 2074 सृष्टि संवत् 1960853113 एक प्रति का मूल्य 10/-रुपये सहयोग राशि 100/-रुपये

ओ३म्

संस्थापक

स्व. श्री भजनप्रकाश आर्य जी

स्व. श्री ओम प्रकाश हसीजा

संरक्षक

नरेन्द्र आर्य 'सुमन'

चलभाष: 9213402628

प्रधान सम्पादक

आचार्य चन्द्रशेखर शास्त्री

चलभाष : 9810084806

सम्पादक

आचार्य शिव नारायण शास्त्री

अतुल आर्य

चलभाष : 9718194653

दूरभाष : 011-27017780

सहयोगी सम्पादक

प्रिंसीपल हर्ष आर्या

चलभाष : 9999114012

## श्री भजन प्रकाश आर्य की पावन स्मृति में

07.09.1936--20.10.2012

कर्म ही पूजा तुम्हारी, कर्म ही अराधना।
लक्ष्य था निश्चित किया, कर्त्तव्य पथ की साधना।
सर्वदा मुख पर तुम्हारे, खेलती मुस्कान थी।
हृदय था सद्भाव भूषित क्या निराली शान थी।
करूणा जहाँ ममता जहाँ, जागृत जहाँ सुविवेक था
मन में विराजित धीरता, उत्साह का अतिरेक था
दीनता से दूर कोसो, स्वाभिमान अखण्ड था
संकटो से झूमते, संघर्षभाव प्रचण्ड था
संस्कार आर्य समाज के, शिशुता में थे तुम को मिले।
सत्संग से स्वाध्याय से, वर्दित हुए फूले फले
सद्भावना की डोर से सब जन बंधे, उद्देश्य था।
प्रेमभाव पले हृदय में, भेदभाव मिटे सभी
यज्ञमय जीवन बने, नैराश्य आवे ना कभी
अनुभव स्वयं संचित किया, जो कुछ मिला संसार से
जनहित समर्पित कर दिया, स्नेहिल मधुर व्यवहार से
जो दीप कमल ज्योति का, तुमने जलाया था कभी
सुविचार का व्यवहार का, आलोक पाते है सभी
हाँ, तुम्हारी मधुर स्मृतियों पथ हमें दिखलाएंगी,
प्रेरणा बन कर हमारा, हृदय कमल खिलाएंगी।

-ओम प्रकाश ठाकुर

हसीजा परिवार, नन्दवानी परिवार, अरोड़ा परिवार, पाहुजा परिवार, आर्य परिवार
एवं माता कमला आर्य स्मारक ट्रस्ट के सभी सदस्य

गतांक से आगे

# सामवेद संहिता

–श्रीमती प्रकाशवती बुग्गा

आशुः शिशानो वृषभो न भीमो घनाघनः क्षोभणाश्चर्षणीनाम्।
सङ्क्रन्दनोऽनिमिष एकवीरः शतं सेना अजयत् साकमिन्द्रः॥
सङ्क्रन्दनेनानिमिषेण जिष्णुना युत्कारेण दुश्च्यवनेन धृष्णुना।
तदिन्द्रेण जयत तत्सहध्वं युधो नर इषुहस्तेन वृष्णा॥
स इषुहस्तैः स निषङ्गिभिर्वशी सं स्रष्टा स युध इन्द्रो गणेन।
सं सृष्टजित् सोमा बाहुशर्ध्यू३ग्रधन्वा प्रतिहिताभिरस्ता॥1139॥

सब में व्यापक प्रज्ञाशक्ति, तेजी से सबमें घुस जाती।
सबके अन्दर छिपे भेद को, जान-जान कर हर्षाती॥
इन्द्र बनी वह महाशक्ति, ज्ञान की वर्षा करती है।
आनन्द के मेघ सम, गति बनती आलस्य हरती है॥
इसे अकेला मत समझो, सब को वश में कर लेती है।
अपनी अनुपम शक्ति से, विजय इन्द्र को ही देती है॥
उसी ज्ञान को पाकर, जग में विजयी बन जाओ।
वीर बनो दृढ़ वीर बनो, संघर्षों में बढ़ते जाओ॥
ज्ञान साधना भरा इन्द्र, सब विघ्नों का नाश करे।
उत्तम विचारों के साथ, मित्रभाव प्रकाश करे॥
इन्द्र जब परमानन्द पीता, धनुर्धारी सी शक्ति पाता।
दूर-दूर तक बाण फेंककर, शत्रुदल को मार भगाता॥

बृहस्पते परि दीया रथेन रक्षोहामित्राँ अपबाधनानः।
प्रभञ्जन्सेनाः प्रमृणो युधा जयन्नस्माकमेध्यविता रथानाम्॥
बलविज्ञायः स्थविरः प्रवीरः सहस्वान् वाजी सहमान उग्रः।
अभिवीरो अभिसत्वा सहोजा जैत्रमिन्द्र रथमा तिष्ठ गोवित्॥
गोत्रभिदं गोविदं वज्रबाहुं जयन्तमज्म प्रमृणान्तमोजसा।
इमं सजाता अनु वीरयध्वमिन्द्रं सखायो अनु सं रभध्वम्॥1140॥

हे बृहस्पते इन्द्र देह रथ पर, चढ़के चलता जा।
घूम-घूम हिंसक भावों को, तोड़-तोड़ के दलता आ।
दुष्टभावों पर विजय पा, रक्षा हमारी सदा करो।
जो हैं हमको कष्ट देते, उन दुष्ट को शीघ्र हरो॥
शक्तिशाली इन्द्र अपने, अनुभव बल को जानता।
सात्त्विक बल वाली इन्द्रियों से, मोक्षपथ सुगम है मानता॥
इन्द्रियो तुम साथ हो जन्मी, विजयी इन्द्र का शासन मानो।
मोक्षपथ से जो हटाते, काम क्रोधादि को शत्रु जानो।

अभि गोत्राणि सहसा गाहमानोऽदयो वीरः शतमन्युरिन्द्रः।
दुश्च्यवनः पृतनाषाडयुध्यो३दयो इडस्माकं सेना अवतु प्र युत्सु॥
इन्द्र आसां नेता बृहस्पतिदक्षिणा यज्ञः पुर एतु सोमः।
देवसेनानामभिभञ्जतीनां जयन्तीनां मरूतो यन्त्वग्रम्॥
इन्द्रस्य वृष्णो वरूणस्य राज्ञ आदित्यानांमरूतां शर्ध उग्रम।
महामनसां भुवनच्यवानां घोषो देवानां जयतामुदस्थात्॥1141॥

इन्द्र निज शक्ति से, देहों के भीतर भ्रमण करे।
मननशक्ति से दुर्भाव दबाता, सात्त्विक पथ अनुगमन करे॥
देव सेनाएँ मार-मार कर, दुष्ट वृत्तियों का शमन करें।
दक्षिणा दिशा पर रहे बृहस्पति, यज्ञ बायीं ओर चले।
सोम सामने से आता, तभी विजय का लाभ फले॥
तोड़ फोड़ और नाश दिखातीं, सेनाएँ आगे आगे जातीं॥
विजयश्री तब वरतीं जब, मरूत को अपना नेता पातीं॥
तेज बढ़े सुखकर इन्द्र का, वरूणा तो सबका स्वामी।
आदित्यों मरूतों की सेना में, इन्द्र ही है आगे गामी॥
देवभाव हैं गर्जन करते, उदार चेता वीर जनों में।
असुर भावना को जीतें, संकल्प जन्सता सभी मनों में॥

उद्धर्षय मघवन्नायुधान्युत् सत्वनां मामकानां मनांसि।
उद्वृत्रहन् वाजिनां वाजिनान्युद्रथानां जयतां यन्तु घोषाः॥
अस्माकमिन्द्रः समृतेषु ध्वजेष्वस्माकं या इषवस्ता जयन्तु।
अस्माकं वीरा उत्तरे भवन्त्वस्माँ उ देवा अवता हवेषु॥
असौ या सेना मरूतः परेषामभ्येति न ओजसा स्पर्धमाना।
तां गूहत तमसापव्रतेन यथैतेषामन्यो अन्यं न जानात्॥1142॥

हे ज्ञानी वे साधन बढ़ाओ, दुर्भावनाएं नष्ट हों।
सानन्द सात्विक गुण बढ़ें, उनको न कोई कष्ट हो॥
अज्ञान का पर्दा हटा कर, ज्ञान से वाणी बढ़ा।
विजयी जन के शब्द गूंजें, वाणी ऊपर उनकी उठा॥
देव असूर जब-जब लड़े, इन्द्र हो विजयी हमारा।
दिव्य भाव आगे बढ़े, श्रेष्ठ हो योद्धा प्यारा॥
विनय करें तेरो प्रभु जी, तेरी शरण में हम आयें।
सारे अंग मिलकर, दिव्य भावों को जगायें॥
दुष्ट भावों की सेवा को, प्राणशक्ति से नाश करें।
क्रियाशक्ति से मूछित करें, जो अपना बल प्रकाश कर॥

अमीषां चित्तं प्रतिलोभयन्ती गृहाणाङ्गान्यप्वे परेहि।
अभि प्रेहि निर्दह हृत्सु शोकैरन्धेनामित्रास्तमसा सचन्ताम्॥
प्रेता जयता नर इन्द्रो वः शर्म यच्छतु।
उग्रा वः सन्तु बाहवोऽनाधृष्या यथासथ॥
अवसृष्टा परा पत शरव्ये ब्रह्मसंशिते।
गच्छामित्रान प्र पद्यस्व मामीषां कं च नोच्छिषः॥1143॥

हे आत्मशक्ति तू हमारी, दुर्भावनाओं को पकड़।
उनको लुभा कर शक्ति से, पहुंच उनको ले जकड़॥
पहुंच उनके हृदयों में, शोक से उनको जला।
वे शत्रु भाव ढक जायें, अन्धकार का पर्दा लगा।
आगे बढ़ो विजयी बनो, इन्द्र से सुख शांति पाओ।
भुजबल तुम्हारा सर्वहारी, जिससे विजयश्री अपनाओ॥
अज्ञान नाशिका आत्मशक्ति, सूक्ष्म बनी हो वेद ज्ञान से।
मुक्त होकर नष्ट कर दो, जो बाधाएं उपजीं ज्ञान से॥

[क्रमशः]

गतांक से आगे

# चिन्ता से चिन्तन और चिन्तन से चिरन्तन की ओर

–आचार्य चन्द्रशेखर शास्त्री

उस माँ ने कहा–अरे शास्त्री तैं बहुत भोंके सै, दूध पीले नहीं तो जल्दी मर जायेगा।

प्रकाशवीर शास्त्री कहते थे, उस वृद्धा माँ के बाद भले ही कैसे भी क्यों न हो, परन्तु उसका सच्चा प्यार उस दूध में मैंने देखा, जो मुझे अन्यत्र शायद ही अनुभव हुआ हो।

जब मैं दूध पी रहा था, तो मुझे उतनी खुशी नहीं थी परन्तु उस अम्मा के चेहरे में अत्यधिक खुशी दिखाई दे रही थी।

इसीलिए प्रेम और श्रद्धा से परोसा हुआ भोजन अमृत हो जाता है।

विवाह संस्कार के समय एक विधि आती है, मधुपर्क की। मधुपर्क में दही, शहद और घी का प्रयोग किया जाता है। इससे नारी को शिक्षा दी जाती है कि महिला को किस प्रकार भोजन बनाना चाहिए। जैसे आपने देखा होगा केलों को। भगवान ने इसमें ठीक अनुपात से सब चीजें डाल रखी है। यह एक पौस्टिक फल हैं भगवान का बनाया हुआ हलुआ केला है। ठीक मधुपर्क भी अनुपात के अनुसार बनाया जाता है। दही–12 भाग, शहद 7 भाग और घी 4 भाग होना चाहिए। तीनों मिलाकर कांसे के बर्तन में रख लें। यह एक दिव्य रसायन है। इससे अनेक प्रकार के रोग समाप्त होते हैं।

**दही**– गर्म, वातनाशक, अग्निदीपक, बल और वीर्य को बढ़ाने वाला है।

**मधु**– शीतल, स्वादु, कफ को दूर करने वाला मधु–वै देवानां परममन्नाद्यम्। शहद ही देवताओं का उत्तम पेय है।

**घृत**– कान्ति, तेज, लावण्य, बुद्धिवर्धक तथा पित्त को नष्ट करने वाला होता है। (आयुर्वे घृतम्) शुद्ध गौ का घी आयु को बढ़ाने वाला होता है।

इससे गृहिणी को सीख दी जाती है, कि भोजन ऐसा बनाना, जो आयु को बढ़ाने वाला हो, भोजन शहद की तरह माधुर्यगुण युक्त एवं रूचिकर हो। भोजन शक्ति वर्धक हो। मधु की एक विशेषता है। दूसरे पदार्थ किसी को बिगाड़कर बनते हैं। जैसे गन्ने को समाप्त किया जाता है तब गुड़ बनता है। परन्तु शहद फूलों के रस से बनते हैं। फूल को कोई क्षति नहीं पहुँचती। इसी तरह हे संसार के मानव! तुम भी पवित्र धन कमाना, ऐसा धन न कमाना, जिससे दूसरों का शोषण हो, दूसरों के हक का छीनकर खाना विनाश का कारण बनेगा। वर मधुपर्क को हाथ में लेकर कहता है–

**ओम् मित्रस्य त्वा चक्षुषा प्रतीक्षे।**

हे भोजन! मैं तुझे मित्र की दृष्टि से देखता हूँ। भोजन को देखकर प्रसन्न होना चाहिए।

**अन्नं न परिचक्षीत।**

अन्न को अनादर की दृष्टि से न त्यागें।

Cheerfulness should be our guest at our meals. अर्थात् भोजन के समय प्रसन्नता भी हमारा अतिथि होना चाहिए।

जीवन में जो तनाव दृष्टिगोचर हो रहा है, वह सब महत्वाकांक्षाओं का ही परिणाम है। तनाव को दूर करने की कोशिश करें, प्रसन्नता को अपना मित्र बना लें। कुछ ग्रामीण परम्पराएँ हैं, जो प्रेम के बंधन मजबूत करने वाली है। जैसे किसी के घर आलू–गोभी की सब्जी बनी है। (अंग्रेजी का एक मुहावरा भी है–"A friend is need a firend indeed." एक कटोरी में आलू गोभी की सब्जी को रखकर पड़ोसी के घर में दे देगा। पड़ोसी उस सब्जी को अपने घर रखकर उसी कटोरी में घर की बनी हुई सब्जी को रखकर वापिस भेज देगा। इस आदान–प्रदान से प्रेम बढ़ता है। मित्र वही है जो–

**आपद्गतं च न जहाति ददाति काले।**

आपत्ति के समय जो साथ देता है लेने–देन में संकोच नहीं करता है। वही सच्चा मित्र है।

एक सज्जन ने मुझे अपने घर भोजन के लिए आमंत्रित किया। दो आसन बिछाया गया। एक में मैं बैठा, दूसरे में घर का मुखिया। दो थाली में रोटी, सब्जी, चावल रखकर एक देवी ने हमारे सामने रख दिया।

मैंने भोजन करना शुरु किया था कि तत्क्षण घर का मुखिया भोजन छोड़कर बाहर चले गए। दो मिनट इधर–उधर देखकर फिर वापिस आकर भोजन करने लगे। मैं अचंभित हो गया। भोजन के उपरान्त मैं पूछा बैठा। महाशय जी! आप भोजन से पूर्व उठकर कहाँ गये थे? उस व्यक्ति ने जवाब दिया–यह हमारी परम्परा है। हमारे पूर्वज ऐसा ही करते आये हैं। मैं रात भर विचार में डूबा रहा। क्योंकि बिना कारण के कोई कार्य नहीं होता। बाद में यह उलझन सुलझ गई। इसका एक बहुत बड़ा रहस्य सामने आया। क्योंकि हमारे पूर्वज अतिथियज्ञ करने वाले थे। अतिथि को खिलाकर खाना पुण्य समझते थें परन्तु इस रहस्य को आज के लोग भूल बैठे हैं। केवल लोकाचार कायम है। बाहर जाने का मतलब था कि कोई भूखा बाहर तो नहीं खड़ा है। कोई भिखारी द्वार पर तो नहीं खड़ा है। पहले उसको भोजन खिलायें, फिर खायें। इसलिए घर से बाहर निकलकर, इधर–उधर देख लेते थे। भूखा कोई व्यक्ति मिल जाये, उसे भोजन देकर खाते थे।

# श्रावणी पर्व एवं रक्षाबन्धन

–डॉ. अशोक आर्य

भारत ऋषियों–मुनियों की धरती होने का गौरव रखता है। आदि सभ्यता की उद्गम स्थली होने का गौरव भी भारत को ही है। हमारे ऋषियों ने समय समय पर मानव को संस्कारित करते रहने के लिए, इन्हें अपना कर्तव्य बोध करवाने के लिए, कुछ सीखते रहने की परम्परा को अक्षुण्ण बनाए रखने के लिए अनेक पर्वो, त्योहारों व उत्सवों की एक लड़ी सी बनाई है। इन उत्सवों को मनाने की एक नियमावलि जो हमारे ऋषियों ने दी है, उसके माध्यम से हम जाने में ही नहीं अनजाने व अनचाहे भी बहुत से उपकार, नवनिर्माण व धर्म के उत्थान के कार्य कर जाते हैं जो हमें अपने साधारण जीवन की दैनिक व्यस्तताओं की अवस्था में कर पाना सम्भव नहीं हो पाता। ऐसे ही पर्वो में श्रावणी उपाकर्म तथा रक्षाबन्धन भी एक है।

भारत में चोमासा के नाम से प्रसिद्ध चार महीने ऐसे होते हैं, जिन में वर्षा के कारण अनेक भूमिगत व जहरीले जीव भूमि से बाहर निकल आते हैं, इस अवस्था में सुरक्षा की दृष्टि से प्राचीन काल से ही ऋषिगण जंगलों से निकल कर नगरों में आकर किसी स्थान को केन्द्र बना कर आवास करते थे तथा अपने अनुभव, स्वाध्याय तथा परिश्रम से उन्होंने जो ईश्वरीय ज्ञान एकत्र किया होता है, उसे वह अपनी सेवा शुश्रूषा के बदले 'जन सामान्य' को बांट देते थे। आर्य समाज में भी यही परम्परा स्थापित करते हुए श्रावणी उपाकर्म का विधान किया गया है। इसे श्रावणी इसलिए कहा जाता है क्योंकि श्रावण माह भी इन्हीं चार महीनों में आता है। श्रावण महीना अत्यधिक वर्षा का महीना होता है। सभी जलाशय नदी नाले न केवल भरे ही होते हैं अपितु उफान पर होते हैं। ऐसे में सभी प्रकार के कार्य बाधित होते हैं, चाहे वह कृषि का क्षेत्र हो अथवा व्यापार का। अत: आर्य समाज ने इस महीने में यज्ञ हवन व वेद प्रचार की परम्परा स्थापित की है तथा प्रत्येक आर्य समाज में इन दिनों वेद प्रचार सप्ताह व कथा का आयोजन किया जाता है।

यह उल्लास का पर्व है। उल्लास एक ऐसी सगन्ध है जिसका जितना प्रयोग करो यह बढ़ती ही चला जाती है। यही कारण है कि ऋषियों ने जो सगन्ध वर्ष भर के प्रयास से एकत्र की होती है, इसपर्व पर वे इसे जन सामान्य में बांट देते हैं। यही कारण है कि यूनान, मिस्स जैसे राष्ट्रों के नष्ट होने पर भी सर्वाधिक प्राचीन यह भारत राष्ट्र आज भी न केवल जीवित है अपितु आज भी विश्व का एक बड़ा भाग इससे मार्ग दर्शन पा रहा है।

श्रावणी की पूर्णिमा वास्तव में ज्ञान की साधना का समय है। इस पर्व पर न केवल हम आध्यात्मिक रूप से ही जागृत होते हैं अपितु आधिभौतिक व आधिदैविक तापों से बचने के लिए भी कार्य व साधना करते हैं। इस महीने की पूर्णिमा को रक्षा बन्धन पर्व के रूप में भी मनाते हैं। यह प्रतिज्ञा का पर्व है। इस पर्व पर अपना यज्ञोपवीत स्नान करके बदलते हैं, जो हमारे तीन ऋणों की, तीन कर्तव्यों की पुन: स्मृति करवाता है। हम हवन करते हैं। इसी अवसर पर बहिनें अपने भाई की सुरक्षा की कामना करते हुए, ईश्वर से उसके दीर्घजीवी होने की प्रार्थना करते हुए अपने भाई की कलाई में राखी बांधती हैं, जिसकी वर्ष भर भाइ प्रतीक्षा कर रहा होता है। राखी के धागे के तारों का बन्धन कोई साधारण बन्धन नहीं होता। यह जीवन में एक प्रतिज्ञा धारण करने का, एक संकल्प लेने का क्षण होता है, जिससे भाई–बहिन का स्नेह बढ़ता है, उनकी यदि कोई कटुता रही हो तो वह कम होती है अथवा समाप्त हो जाती है और भविष्य में एक दूसरे की रक्षा करने का संकल्प लेते हैं।

आज रक्षाबन्धन का यह पर्व दूषित बन कर रह गया है, यह मात्र एक परिपाटी बन गया है। जिस पर्व में वैमनस्य समाप्त करना होता है, उस पर्व में बहिनें भाई से कुछ पैसे लेने की इच्छा रखती हैं, अनेक बहिनें तथा अनेक भाई बीती कटुता को याद करके समीप आने का अवसर खोने लगे हैं। इस कटुता को भाई–बहिन के बन्धन में नहीं आने देना चाहिए।

श्रावण महीने में एक लम्बा या यूं कहें की पूरा महीना जो यज्ञ किया जाता है यह पर्व उसकी पूर्णाहुति है। आषाढ़ मास की गुरु पूर्णिमा के माध्यम से हम अपनी आध्यात्मिक शक्ति को बढ़ाने के लिए गुरु के प्रति आदर समर्पण करते हैं, उसी के परिणाम स्वरूप श्रावण महीने की पूर्णिमा पर गुरु ठीक उसी प्रकार हमें रक्षा प्रदान करता है, जिस प्रकार बहनें अपने भाईयों को राखी बांध कर प्राप्त करती हैं। यह वास्तव में गुरु से प्राप्त आशीर्वाद ही तो होता है। इस प्रकार तीनों ऋणों से उऋण होने के संकल्प के पश्चात् हम गुरु का सत्कार करते हैं, जिसके बदले में गुरु हमें आशीर्वाद स्वरूप तीन धागों का यह रक्षा कवच प्रदान करता है।

यह पर्व न केवल गुरु की ही अपितु आश्रम की भी सेवा व व्रतों व नियमों में रहने के साथ ही साथ शास्त्रों के अध्ययन का मार्ग भी देता है। यह पर्व हमें केवल तिथि विशेष से बन्ध कर ही नहीं अपितु जीवन का अंग बनाकर निरन्तर मनाते रहना चाहिए, क्योंकि यह एक व्रत है। जिसे पूर्ण करना हमारा कर्त्तव्य है। व्रत पूर्ति के लिए

जीवन का कोई भी क्षण लगा सकते हैं। महर्षि स्वामी दयानन्द सरस्वती ने इस पर्व को वेद प्रचार व प्रसार का पर्व कहा है। महर्षि ने ''वेद का पढ़ना-पढ़ाना तथा सुनना-सुनाना सब आर्यो का परम धर्म'' माना है। अत: यह साधारण धर्म ही नहीं अपितु परम धर्म भी है कि श्रावणी उपाकर्म के अन्तर्गत हम वेदों का न केवल विशेष रूप से श्रवण ही करें बल्कि इन दिनों खूब स्वाध्याय करते हैं तो हम इस पर्व को पूर्णतया सार्थक कर रहे हैं। क्योंकि स्वाध्याय ही श्रावणी की सार्थकता है। अत: हम सभी मिल कर श्रावणी उपाकर्म के महत्व को समझते हुए इस पर्व पर अवश्यम्भावी रूप से स्वाध्याय आरम्भ कर दें।

- 116, मित्र विहार, मण्डी, डबवाली-125104 (हरियाणा)

- सौजन्य आर्य सन्देश

## अमूल्य रत्न

एक ब्राह्मण बहुत दरिद्र था। अपनी पत्नी और बच्चों के लिए बड़ी मुश्किल से दो समय का भोजन जुटा पाता था। एक रात वह भगवान की मूर्ति के सामने अपनी गरीबी को यादकर रोने लगा। रात को भगवान ने उसे सपने में कहा कि तू वृंदावन जा, वहाँ महान भक्त जीव गोस्वामी के दर्शन करना। वे तुझे रत्न प्रदान करेंगे। उससे तेरी दरिद्रता दूर हो जाएगी। ब्राह्मण जीव गोस्वामी जी के पास पहुँचा।

उसने बताया कि मेरी दरिद्रता से व्यथित होकर भगवान ने मुझे आपके पास भेजा है। कहा है-गोस्वामी जी तुझे रत्न प्रदान कर गरीबी दूर कर देंगे। जीव गोस्वामी त्यागी तपस्वी महापुरुष थे। सवेरे से शाम तक अपने इष्टदेव की सेवा उपासना में लगे रहते थे। शेष समय श्रीमद्भागवत की टीका लिखने में लगाते। उन्होंने ब्राह्मण से कहा तुलसी के बिरवे के पास रखी ईंट के नीचे जमीन में रत्न दबा पड़ा है, जमीन खोदकर निकाल लो। ब्राह्मण ने जमीन खोदी और रत्न निकाल लिया। गोस्वामी जी को धन्यवाद देकर वह रत्न लेकर चल दिया। कुछ दूर ही गया था कि उसके मन में विचार आया कि अगर यह रत्न इतना मूल्यवान होता और इससे इतनी शांति मिलती तो गोस्वामीजी इसे जमीन में क्यों गाड़ते। उन्होंने इसे निस्सार जानकर ही जमीन में दबाया होगा। अवश्य ही उनके पास इस रत्न से भी ज्यादा मूल्यवान कोई वस्तु होगी।

ब्राह्मण उलटे पाँव लौट आया। बोला-महाराज, यह बताइए कि क्या आपके पास इस रत्न से भी ज्यादा मूल्यवान कोई वस्तु है? गोस्वामीजी ने उससे कहा, 'इस रत्न को यमुनाजी में फेंक दो, तुम्हें स्वयं पता लग जाएगा कि इससे ज्यादा मूल्यवान वस्तु क्या है।'

ब्राह्मण ने जैसे ही रत्न को यमुनाजी में फेंका, उसकी आँखें खुल गई। वह समझ गया कि जीव गोस्वामीजी के पास जो भगवन्नाम रूपी धन है, उसके सामने यह रत्न तुच्छ है। ब्राह्मण ने उसी समय अपना जीवन भगवद्भक्ति और संतों की सेवा में लगाने का संकल्प ले लिया।

## बहू की सीख

एक कंजूस धनिक ने ख्याति अर्जित करने के लालच में भूखों के लिए भंडारा शुरु किया। वह अपने अनाज के गोदाम में धुन लगे आटे से रोटियां बनवाकर गरीबों को खिलाता। गले ओर सड़े आटे की रोटियाँ खाकर लोग बीमार पड़ने लगे। उस व्यक्ति के पुत्र का विवाह हुआ। उसकी पत्नी एक दानी व धार्मिक परिवार की संस्कारी बेटी थी। उसे अपने श्वसुर की यह बात अच्छी नहीं लगी कि झूठी शान के लालच में वह गरीबों को गले-सड़े अनाज की रोटियाँ खिलाएँ। एक दिन उसने गोदाम से ज्वार का आटा मँगवाया तथा उसी की रोटियाँ बनाकर अपने श्वसुर की थाली में परोस दी। श्वसुर ने जैसे ही रोटी का कौर मुँह में रखा कि थू-थू करते हुए बोले, 'बेटी हमारे घर में गेहूँ का बढ़िया आटा भरा पड़ा है, फिर तूने खराब और कड़वे आटे की रोटियाँ क्यों बनाई हैं? बहु विनम्रता से बोली, 'पिताजी, आपके द्वारा संचालित भंडारे में ज्वार के इसी आटे की रोटियाँ बनाई जाती हैं जो भूखों को दी जाती हैं। परलोक में वही मिलता है जो यहां दान में दिया जाता है। आपको वहाँ इसी कड़वे आटे की रोटियाँ मिलनी हैं। आपको इन्हें खाने की आदत पड़ जाए इसीलिए मैंने खराब आटे की रोटियाँ बनाकर दी हैं। सेठ जी इन शब्दों को सुनकर अवाक् रह गए। उसी समय उन्होंने भंडारे का सड़ा आटा फिंकवा दिया तथा गेहूँ के अच्छे आटे की रोटियाँ बनवाकर भूखों को खिलाने लगे।

# सुख की खोज

\- वीरेन्द्र

दुनिया का प्रत्येक व्यक्ति प्रसन्नता की खोज में भटक रहा है। जन्म से मृत्यु तक उसके जो भी कर्म होते हैं, वो प्रसन्नता प्राप्ति के लिए ही होते हैं। लेकिन वास्तविकता में उसके जीवन में खुशी का हिस्सा बहुत कम आता है व दु:ख का हिस्सा बहुत ज्यादा आता है। दुनिया भर के भौतिक संसाधन एकत्रित कर लेने के बाद भी उसे प्रसन्नता नहीं मिलती। असीमित धन-दौलत एकत्रित करने के बाद भी उसे शांति नहीं मिलती। तो प्रश्न यह उठता है कि जिस खुशी को पाने के लिए हमारे सारे कर्म होते हैं, फिर भी हमें वह खुशी नहीं मिल पाती, ऐसा क्यों? इसका सीधा सा जबाव है कि खुशी धन-दौलत भौतिक संसाधनों से प्राप्त नहीं की जा सकती। अगर ऐसा होता तो खुशी अमीर लोगों के पास ही कैद होती, जबकि वास्तविकता में आदमी जितना ज्यादा अमीर है, उतना ही ज्यादा दु:खी है। अगर खुशी धन दौलत में होती तो विश्व के सबसे धनी देश अमेरिका के लोग अपनी सारी धन दौलत छोड़कर भारत जैसे आध्यात्मिक देश में मानसिक शांति की तलाश में नहीं भटकते। जिस खुशी को हम जीवन भर बाहर खोजते हैं असल में वह बाहर नहीं हमारे ही अंदर हैं। खुशी को बाहर खोजने वाले लोग दुनिया भर के भौतिक संसाधान एकत्रित कर लेने के बाद भी दु:खी रहते हैं और खुशी को अन्दर ढूंढने वाले लोग जिनको दो वक्त की रोटी भी मुश्किल से मिलती है, उन्हें खुशी मिलती है। दरअसल जो चीज जहां खोई है, उेस वहीं ढूंढना पड़ेगा। अन्य कहीं पर पूरे जीवन भर ढूंढते रहने पर भी वह वहां नहीं मिलेगी। जहां पर वह खोई ही नहीं है। जो खुशी हमारी खो गई है, वो बाहर नहीं हमारे मन में है। अगर आप उसे वहां ढूंढोगे तो आपको मिल जाएगी, अन्यथा बाहरी वस्तुओं में जीवन भर खोजने के बाद भी वह आपको नहीं मिल पाएगी। इस सन्दर्भ में एक कहानी है।

एक बहुत अमीर व्यक्ति असीमित धन-दौलत होने के बावजूद भी सुखी नहीं था। वह हमेशा दु:खी रहता। परेशान होकर वह अपने गुरुजी के पास गया। गुरुजी उसके दु:खी होने का कारण पूछते हैं तो वह बताता है कि गुरुजी, मेरे पास असीमित धन-दौलत है फिर भी मैं खुश नहीं हूं। आप मुझे बताइये मुझे खुशी कैसे मिले। गुरुजी ने कहा कि कल तुम्हारे प्रश्न का उत्तर मिल जाएगा। अगले दिन गुरुजी सड़क पर रोड लाइट के नीचे कुछ ढंढ रहे थे। अमीर आदमी कार से वहां से गुजरा। उसने अपने गुरुजी को कुछ ढूंढते हुए देखा तो वह रूका और गुरुजी से पूछने लगा कि आप यहां क्या ढूंढ रहे हैं। गुरुजी ने कहा, 'मेरी चाबी खो गई है, उसे ढूंढ रहा हूँ।' यह सुनकर वह अमीर आदमी भी रोड लाइट के नीचे चाबी ढूंढने लगा। 4-5 घण्टे चाबी खोजने के बाद भी वह नहीं मिली। दोनों थककर बैठ गए। उस अमीर व्यक्ति ने गुरुजी से फिर पूछा कि आपकी चाबी गुमी कहां थी? गुरुजी ने कहा, मेरे कमरे में लेकिन वहां पर अंधेरा है और मेरी लालटेन में तेल नहीं है। इसलिए मैं इसे रोड लाइट के उजाले में ढूंढ रहा हूं। यह सुनकर उस आदमी को झटका लगा। वो बोला, गुरुजी, मैं, आपको बुद्धिमान समझता था पर आप तो दुनिया के सबसे मूर्ख व्यक्ति निकले। आपकी चाबी गुमी तो अन्दर है और आप ढूंढ बाहर रहे हो। गुरुजी ने जबाव दिया कि तुम भी तो वहीं काम कर रहे हो। आपकी खुशी गुमी अन्दर है और आप उसे ढूंढ बाहर रहे हो। इसलिए तुम दु:खी हो। यह सुनकर वह अमीर आदमी गुरुजी के पैरों में पड़ गया और कहने लगा कि गुरुजी आपने मुझे जीवन का सबसे बड़ा पाठ सिखा दिया है।

# कृपणता

अन्न का कृपण शरीर का कृपण है। धन का कृपण बुद्धि का कृपण है। वचन (वाणी) का कृपण मन का (नैतिक) कृपण है। ज्ञान-उपदेश का कृपण आत्मा का कृपण है। कृपणता दो प्रकार की होती है। एक तो अधिकारी को न देना, दूसरी (थर्ड क्लास) अत्यन्त घटिया वस्तु देना, या कठोरता से। अर्थात् अन्न-भोजन खिलाने में संकोच करते हैं, थर्ड क्लास वस्तुएँ लेकर या थर्ड-क्लास कपड़ा खरीदकर के दान या सेवा करते हैं वे भी कृपण गिने जाते हैं। ऐसे व्यक्तियो को शरीर दुर्बल मिलता है और पाचनशक्ति वाला नहीं मिलता। धनदान देने में जो बहुत गिनती करता है-उसकी बुद्धि पवित्र नहीं होती। वाणी से जो मीठा नहीं बोलता, मानपूर्वक, ललित भाषा में नहीं बोलता, अपने वचनों से दूसरे का प्रशंसक नहीं बनाता-वह कृपण है। ज्ञानी होकर जो दूसरे को उपदेश नहीं करता, अपनी उन्नति चाहता है-वह भी कृपण है। वचन की कृपणता महती कृपणता है। जिस पर कुछ भी खर्च नहीं आता। छोटा या बड़ा-सबसे मानयुक्त वचनों से बोलना। अपने मत के हों अथवा अन्य मतों के नेता, पूज्य पुरुष एवं पुस्तकें तथा पवित्र स्थल, उनके नाम लेने में उनकी चर्चा उल्लेख करने में बड़ी प्रतिष्ठा, मान और आदर रखना चाहिए। उससे अपना जीवन सुन्दर अपना भाषण सुन्दर बनता है। दूसरों में प्रेम और अपनी आकर्षण शक्ति बढ़ती है।

**-वीतराग महात्मा प्रभु आश्रित जी महाराज**

# How to Overcome Anger

- V.N. Chhibber

Whenever you are angry, before uttering a word, say to yourself, I'll get angry tomorrow." So said Atmamaya Raja and added, "Postponing undesired things reduce their intensity and give you time to reflect on the situation."

To which Swami Atmananda added, "Humans have the freedom to break free of any conditioning and coversely create an entirely new one. So potent is our capacity of self-consciousness."

You'll find negative and frustrated people all over. They make innocent people the target of their anger, and become self centred, irresponsible and nagging.

Habitual complainers may turn out to be workaholics and achievers as they feel forced to prove to themselves that they are 'superior': what others think of them is of no import. What will you like to be a others: pleasant, open and receptive to new ideas, one to whom others flock: or 'self-righteous', angry, and absolutely non-attractive? Thesignificant issue is how to rise above the other person`s bitterness and make sure that you do not get influenced because other wise, you would begin to resemble that very person: you will feel angry and frustrated. You can`t reform the other person, you can only change yourself. Keeping peace is the remedy.

There is love-a powerful emotion that can make you transcend anger in your interaction with the bitter person. This may seem difficult at first, but a start has to be made by refusing to be in the negative wavelength of the other person.

Anger is just a thought wave which we identify and respond to. So if this weakening thought wave can be controlled and changed, the response also will be calm instead of an angry stance. Bhanumati Narasimhan`s words come to mind. "It is important that we connect to the innner-net and not just the internet. Go out and explore nature and don`t lose the human touch."

# दान धर्म

दानशील मनुष्य वही हो सकता है जो करुणावान हो, त्यागी हो, सत्कर्मी हो। दधीचि का दान, कर्ण का दान, राजा हरिश्चन्द्र का दान ऐसे ही दान की श्रेणी में आते हैं। यदि हम ईश्वर प्राप्ति के अभिलाषी हैं तो हमें उसकी संतान की सहायता हर संभव तरीके से करनी चाहिए। ईश्वर हर मानव में मौजूद है। हमारा कर्तव्य है हम उसके बनाए जीव की यथा संभव सहायता करे। दान से बड़ा कोई धर्म नहीं है। दान अनेक प्रकार का हो सकता है। किसी जरूरतमंद की सहायता कर देने से बड़ा कोई पुण्य नहीं है। यही परोपकार हैं।

शास्त्रों में परोपकार का फल अंत:करण की शुद्धि लिखा है। यह सच ही है, क्योंकि परोपकर-दान हम तभी कर सकते हैं जब हम सब प्राणियों के प्रति आत्मवत् हों। हम यह अहसास करें कि हर जीव एक परमात्मा की संतान होने के नाते एक दूसरे से जुड़ा है अत: दूसरे की पीड़ा जब हम स्वयं में महसूस करेंगे तभी सहायता में आगे बढ़ेंगे। दूसरों की वेदना से व्यथित सहृदयी ही हो सकता है। जो ये कोमल भावनाएं अपने अंदर रखता है वह दैवीय गुणों से संपन्न है और दैवीय गुण जब अंतस में पनपते है तो अंत:करण स्वयं ही शुद्ध हो जाता है। सत्य है कि यदि हम दूसरे की सहायता करते है तो हमें स्वयं को शांति मिलती हैं। दानशीलता भी सत्य, धर्म हैं रामचरितमानस में तुलसीदास कहते हैं-'परहित सरिस धर्म नहीं भाई। परपीड़ा सम नहिं अधमाई।' अर्थात परहित के समान कोई धर्म नहीं है और दूसरों को कष्ट देने के समान कोई पाप नहीं है। कहते हैं विद्या दान महादान। विद्या का दान यूं ही सर्वोपरि नहीं कहा गया है। यदि हम धन व वस्त्र का दान देंगे तो इससे उतनी खुशी व संतोष नहीं मिलेगा जितना कि विद्या दान से। किसी के मन का अंधकार दूरकर ज्ञान का आलोक देना ब्रह्म दान है। इससे उसका इहलोक संवर सकता है। वह ज्ञान के आलोक में सत्पथ भी दे सकता है और ईश तक पहुंचने का रास्ता भी।

**–सरस्वती वर्मा**

# मानव जीवन का लक्ष्य

- एम.लाल

आज के जीवन में मनुष्य को कई बार चारों ओर कठिनाइयों और समस्याओं का सामना करना पड़ता है। जीवोकोपार्जन का सामना करने के अतिरिक्त बच्चों की शिक्षा की समस्या, शारीरिक कष्टों की चिन्ता, सामाजिक जिम्मेदारियाँ, पारस्परिक मनमुटाव इत्यादि तो घेरे ही रहते हैं। जैसे-तैसे एक समस्या का निदान हो भी जाए, तो दूसरी खड़ी हो जाती है। जिन वस्तुओं एवं व्यक्तियों से सुख की आशा की थी 'वे ही दु:ख का कारण बन जाते हैं। इन समस्याओं को सुलझाने के लिए तरह-तरह के उपाय, जिनमें जी तोड़ परिश्रम के अतिरिक्त 'पूजा-पाठ, ज्योतिषियों की शरण अथवा सिद्ध व्यक्तियों की चरण पूजा भी करनी पड़ती है। फिर भी सुख कोसों दूर भागता है एवम् मन की शांति हाथ नहीं आती। अब विचार उठता है कि क्या मानव जीवन इसीलिए मिला है कि जीवन पर्यन्त कठिनाईयों और समस्याओं से जूझते रहें? इस तरह की कुण्ठा से पीड़ित होकर कोई तो मादक द्रव्यों का सेवन करने लगता है और कोई दु:खी होकर आत्मा-हत्या पर उतारू हो जाता है। जिसके पास धन, सम्पत्ति, वैभव की कमी नहीं, वह भी ऊपर से सुखी, पर अंदर से दु:खी ही दीखता है। धन से बढ़िया भोजन तो मिला, पर भूख जाती रही। सोने को बढ़िया पलंग और वातानुकूलित कमरा तो मिला, पर नींद चली गई। औषधियों के ढेर लग गए, पर स्वास्थ्य बिगड़ता चला गया। मनोरंजन के साधन जुट गये, पर मन की शांति न मिली।

प्रात: सूर्य के उदय होते ही जिन्दगी का एक नया दिन शुरु होता है और सूर्यास्त होने तक दिन समाप्त हो जाता है इस तरह रोज एक दिन उम्र से घट जाता है। जन्म लेने के बाद से ही आयु क्षय का कार्यक्रम शुरु हो जाता है। ऐसे अवसर प्राय: प्रतिदिन आते हैं। इन जीवों के जन्म, वृद्धावस्था, विपत्ति, रोग एवं मृत्यु के कारूणिक, विचार, प्रेरक दृश्य देखने को मिलते हैं। किन्तु कितना मदांध, कामनाग्रस्त और अविवेकी है इस धरती का मानव, कि वह सब कुछ देखते हुए भी विवेक और विचार की आंखों से अंधा है। मोह और सांसारिक प्रमाद में लिप्त मानव घड़ी भर एकान्त में बैठकर इतना भी नहीं सोचता कि इस मानव देह (जो देवताओं के लिए भी दुर्लभ है) में जन्म लेने का लक्ष्य क्या है? हम कौन हैं? कहां से आए है और कहां जा रहे हैं?

आत्म-दर्शन भारतीय संस्कृति का प्राण है। मैं और मेरा शरीर दो भिन्न वस्तुएं हैं। एक कर्त्ता है तो दूसरा कर्म। एक क्रियाशील है, दूसरा जड़। एक सवार है, दूसरा वाहन। मानव जीवन की लक्ष्य प्राप्ति के लिए शरीर आत्मा का वाहन मात्र है। परन्तु आत्म-तत्व उपेक्षित पड़ा है। आज आत्म-ज्ञान प्राप्त करें, जिसके लिए बड़े से बड़े उपकरणों एवम् अधिक स्कूल शिक्षा की आवश्यकाता नहीं। कोई भी मनुष्य विवेक-पूर्ण तरीके से आत्म-निरीक्षण करते हुए उस आत्म-तत्त्व तक पहुंच सकता है। सन्मार्ग पर चलते ुए रासते में जो अड़चनें, बाधाएं और मुसीबतें आती हैं, उन्हें धैर्य-पूर्वक सहन करते हुए धीरे-धीरे आपकी समस्त चेतना का रूप आत्मा की ओर उन्मुख होने लगता है। अनन्त शक्तियों का केन्द्र होते हुए भी मनुष्य आत्मज्ञान से जितना दूर रहता है, उतना ही दु:ख और अभाव उसे घेरे रहते हैं।

गीता में भगवान श्रीकृष्ण कहते हैं, ''जीवनं सर्व भूतेषु''। अर्थात् सब जीवों का जीवन मैं (भगवान) हूँ।

स्वार्थ की संकीर्ण प्रवृत्ति ही है, जो मनुष्य को सत्य का आभास नहीं होने देती। किन्तु जब परमार्थ बुद्धि का समावेश होता है तो सारी ग्रन्थियां स्वयमेव खुलने लग जाती हैं। इसलिए अपने आपको दूसरों के हित और कल्याण के लिए विकसित होने दीजिए। मानव जीवन की सार्थकता इसी में है कि वह खुले मस्तिष्क से सभी में अपने आपको रमा हुआ देखे। ऐसी अवस्था में किसी को दु:ख देने या उत्पीड़ित करने की भावना भला क्यों बनेगी। ऐसे मानव को भगवान श्रीकृष्ण गीता में महात्मा कहकर संबोधित करते हुए कहते हैं।

**मामुपेत्य पुनर्जन्मः दु:खालयमशाश्वतम्।**
**नाप्नुवन्ति महात्मनः संसिद्धि परमां गता:।।**

अर्थात परम सिद्धि को प्राप्त हुए महात्मा-जन मुझे प्राप्त होकर दु:ख के स्थान रूप क्षणभंगुर पुनर्जन्म को प्राप्त नहीं होते हैं।

अत: मानव जीवन का लक्ष्य अपने आत्म-तत्व की खोज कर जीवन-मरण रूपी संसार चक्र से मुक्ति पाना है। आइए! विवेकपूर्ण प्रयास करें।

धर्म, संस्कृति एवं स्वास्थ्य की मासिक पत्रिका
कमल ज्योति
डी-796, सरस्वती विहार,
दिल्ली-110034
अपने जीवन की शारीरिक, मानसिक एवं आत्मिक उन्नति के लिए 'कमल ज्योति' पत्रिका अवश्य पढ़े और इष्ट मित्रों को भी पढ़ाएं। सदस्य बनें और बनाएं।

# कुशल सारथि की महिमा

**रथे तिष्ठन्नयति वाजिनः पुरो यत्रयत्र कामयते सुषारथिः।**
**अभीशूनां महिमानं पनायत मनः पश्चादनु यच्छन्ति रश्मयः।।**

\- ऋ. 6.75.6, यजु. 29.43

ऋषिः-**पायुर्भारद्वाजः।।** देवता-**सारथिः, रश्मयः।।**

छन्दः-**जगती।।**

**शब्दार्थ-रथे तिष्ठन्**=रथ पर पीछे बैठा हुआ **सुषारथिः**=अच्छा सारथि **पुरः**=आगे लगे हुए, आगे-आगे चलनेवाले **वाजिनः**=घोड़ों को **यत्र-यत्र कामयते**=जहाँ-जहाँ चाहता है वहाँ **नयति**=ले जाता है। **अभीशूनाम्**=बागडोरों की, या मन की वृत्तियों की **महिमानम्**=महिमा की **पनायत**=स्तुति करो, क्योंकि **पश्चात्**=पीछे लगी हुई भी ये **मनः**=मन (सारथि) की **रश्मयः**= रश्मियाँ, रासें, आगे लगे हुए घोड़ों को **अनुयच्छन्ति**=अपने अनुकूल संयत रखती हैं।

**विनय**- रथ में पीछे बैठा हुआ भी सारथि आगे-आगे चलनेवाले घोड़ों को ऐसा काबू रखता है, अपने वश में रखता है कि उन्हें जिधर चाहता है उधर ही ले-जाता है। यह कुशल सारथि की महिमा है, पर पीछे बैठा सारथि आगे लगे हुए घोड़ों से जिस साधन द्वारा अपना सम्बन्ध जोड़े रखता है, जिस साधन द्वारा दूर से ही उन्हें काबू में रखता है, असल में तो उस साधन की अर्थात् अभीशुओं (बागडोर) की स्तुति करनी चाहिए। ये रश्मियाँ (रासें) ही हैं जो कि घोड़ों की सारथि की इच्छा अनुकूल संयत रखती है, घोड़ों को लगाम लगाये रखती हैं। क्या तुमने इन (अभीशुओं) बागडोरों के महत्त्व को समझा? पर ये तो बाहरी अभीशु या रश्मियाँ हैं। असली रश्मियाँ तो वे हैं जोकि मन नामक आन्तर ज्योति की वृत्तिरूप किरणें हैं। अन्तरात्मारूपी सूर्य की किरणें ही वास्तविक अभीशु या रश्मियाँ हैं जिनके द्वारा वह अन्दर का देव बाहर के साथ सम्बन्ध जोड़े हुए है और अपने सब बाह्य जगत् को वश में रख रहा है। वेद ने तो कहा है कि यह मनोदेव ही है जोकि कुशल सारथि की भाँति सब मनुष्यों को घोड़ो के समान इधर-उधर लिये फिरता है (यजु. 34.6)। वास्तव में यह पीछे बैठा हुआ अन्तरात्मा (मनोदेव) अपनी रश्मियों द्वारा ही, अपनी वृत्तियों व संकल्पों द्वारा ही आगे बैठे हुए और स्वतन्त्र दीखनेवाले सब बाह्य जगत् को चला रहा है। हे मनुष्यो! इन मनोवृत्तियों, मनः संकल्पों की महिमा को अनुभव करो। इन रश्मियों को, इन बागडोरों को दृढ़ता से अपने हाथों में पकड़कर कुशल सारथि की भांति अपने-आप को चलाओ, अपने-आपपर शासन करो, अपने शरीर को, अपने हाथ पैर आदि कर्मोन्द्रियों और अपनी ज्ञानेन्द्रियों को जुड़े हुए अपने घोड़ों की भांति अपनी इच्छानुसार जहाँ चाहो वहाँ ले जाओ और जहां न चाहो वहां न ले जाओ। वास्तव में इन रश्मियों को हाथ में रखकर तुम जो चाहो वह कर सकते हो। बस, केवल इन मनोवृत्तियों, मनः संकल्पों को दृढ़ता से पकड़ लेने की देर है। फिर तुम अपने-आपको जहां जैसा चलाना चाहोगे वैसे ही तुम्हारी इन्द्रिय आदि सबको चलना होगा। तुम आत्मवशी हो जाओगे, तब तुम देखोगे कि तुम जहां अपने-आपको जैसा चाहते हो वैसा हिलाते हो, वहाँ अपने सब बाह्य संसार को भी जैसा चाहते हो वैसा हिला रहे हो। यह सब अभीशुओं की, रश्मियों की महिमा है।

# जुकाम में असरकारक है काली मिर्च

- ❑ सूखी खांसी में काली मिर्च तथा मिश्री को मुंह में रखने से लाभ होता है।
- ❑ गले में खराश हो तो काली मिर्च चूसें।
- ❑ संतरे के रस में सेंधा नमक व काली मिर्च मिलाकर उसका नियमित सेवन करने से आंखों की ज्योति बढ़ती है।
- ❑ काला नमक, काली मिर्च व जीरा पीस कर उसे गर्म कर लें। पेट में कीड़े हो तो चूसने से आराम मिलता है।
- ❑ मलेरिया होने पर काली मिर्च और कुटकी का चूर्ण बना लें। उसे शहद तथा तुलसी के रस के साथ लेने से लाभ होता है।
- ❑ खाने के प्रति अरूचि हो तो काला जीरा, अनारदान, सफेद भुना हुआ जीरा, काली मिर्च, मुनक्का, अमचूर तथा काला नमक (10-10 ग्राम ) को पीसकर चूर्ण बनाएँ व इसे शहद के साथ खाएँ।
- ❑ पुराने जुकाम में खट्टा दही, गुड़ व काली मिर्च का चूर्ण तीनों के मिश्रण का सेवन करने से लाभ होता है।
- ❑ बलगम होने पर 8-10 काली मिर्च पीस लें। इसमें नमक मिलाकर सूंघने से बलगम पानी होकर बह जाता है।
- ❑ अदरक का रस, काली मिर्च तथा नींबू का रस, तीनों को मिलकार बच्चों को चटाने से उनकी हिचकी बंद हो जाती है।
- ❑ सांस के रोगों में काली मिर्च के अर्क का सेवन लाभप्रद है।
- ❑ काली मिर्च, भुना जीरा, हींग, प्याज का रस व सेंधा नमक मिलाकर इसका सेवन करने से हैजा दूर होता है।

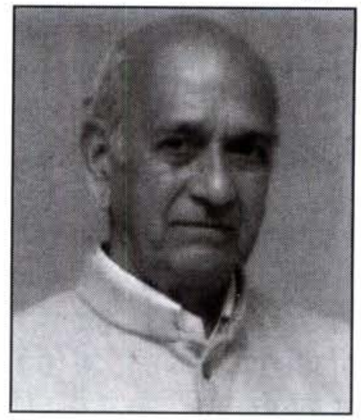
# कौन सफल है ?

**–आचार्य ज्ञानेश्वरार्य जी**

व्यक्ति को प्राय: यह अनुभव होता है कि मैं उन्नति कर रहा हूं, प्रगति कर रहा हूं, पवित्र होता जा रहा हूं। अत: वास्तविक उन्नति और विकास क्या है, इसका लक्षण क्या है, यह भी हमें समझना चाहिए। जो व्यक्ति अधिकतम प्रसन्न रहता है, संतुष्ट रहता है, गंभीर रहता है, स्वतंत्र रहता है, किसी भी प्रकार का भय, चिंता या आशंका उसको नहीं रहती, उसके मन में द्वेष, वितर्क, संशय उत्पन्न नहीं होते हैं, रजोगुण, तमोगुण की प्रवृत्ति मन में उत्पन्न नहीं होती है, सहनशक्ति, धैर्य, सरलता, विनम्रता और सेवाभाव उसके मन में बना रहता है, सत्य को, धर्म को, आदर्श को, न्याय को शक्ति शिरोधार्य करके चलता रहता है, मन में ईश्वर के प्रति प्रेम बना रहता है, कठिनाइयां, बाधाएं उपस्थित होने पर भी वह उन आदर्शों और धार्मिक कार्यों को छोड़ता नहीं है, ऐसा व्यक्ति ही उन्नति करता है और वही सफल कहलाता है। लक्ष्य के प्रति अग्रसर होना, आगे बढ़ते रहना, लक्ष्य की प्राप्ति की गति तीव्र करना, बाधाओं से बचना और समस्याओं का समाधान करना, एक सीमा तक व्यक्ति के अपने हाथ में है। पहले व्यक्ति के जीवन का लक्ष्य का निर्धारण हो जाता है कि ये मेरा लक्ष्य है। वह उस लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए सर्वात्मना समर्पित होकर के चलता है तो सांसारिक प्रतिकूलताएं, सांसारिक बाधाएं, सांसारिक विरोध, सांसारिक कठिनाइयां उसके सामने कुछ भी नहीं होती हैं। वह पूर्ण आत्मविश्वास के साथ ईश्वर से शक्ति, ज्ञान बल और आनंद को प्राप्त करते हुए आगे बढ़ता है, वह भी बिना भय, संशय, शंका, लज्जा उत्पन्न किये हुए।

अनेक बार देखने में आता है कि व्यक्ति दिन में इतना असावधान होता है, इतना तमोगुण, रजोगुण से युक्त रहता है, उसमें इतनी अधिक सकामता और स्वार्थ की वृत्ति रहती है, इतनी इन्द्रियों के विषयों में आसक्ति होती है, उसके व्यवहारों में, विचारों में इतनी जड़ता रहती है कि ऐसे व्यक्ति को धार्मिक, परोपकारी, ईश्वरभक्त, आध्यात्मिक और योग मार्ग पर चलने वाला व्यक्ति नहीं मान सकते। आध्यात्मिक मार्ग पर चलने वाला व्यक्ति लौकिक वृत्तियों (व्यवहारों) से अत्यंत विलक्षण (अलग तरह का) होता है। लौकिक व्यक्ति बाह्य चिन्हों के माध्यम से, बाह्य लक्षणों से, बाह्य क्रियाकलापों से कितना ही अपने आप को धार्मिक, आध्यात्मिक प्रकट करने का प्रयास करे, अन्दर से तो वो होता लौकिक ही है। सामान्य रूप से व्यक्ति के व्यक्तित्व का, उसमें मौजूद आध्यात्मिकता का पता नहीं चलता है। हां, जो व्यक्ति उसके निकट में रह रहा है, उसके हाव-भाव को, उसके विचारों को और क्रियाओं को ठीक प्रकार से सुनकर के, समझकर के, जानकर के कुछ थोड़ा पता लगा सकता है अन्यथा व्यक्ति की आध्यात्मिकता का, निष्कामता का, ऐषणारहित मनोस्थिति का, उसकी विवेकयुक्त स्थिति का या लौकिक प्रयोजन से रहित मन:स्थिति का सामान्य व्यक्ति को ज्ञान नहीं हो सकता। वह इसको पता लगा ही नहीं सकता। इतना होने पर भी यह निश्चित है कि दूसरे व्यक्ति हमारा निर्धारण करें या नहीं करें, किन्तु हम अपना निर्धारण ज़रूर कर सकते हैं कि हमारी क्या स्थिति है, हम किस दिशा में बढ़ रहे हैं।

# जन्मदिवस की हार्दिक शुभकामनाएं



भारतीय संस्कृति के प्रति आस्थावान् एवं सद्ग्रंथों के अध्ययन में तत्पर श्री ओम प्रकाश ठाकुर एक प्रतिभाशाली विदान हैं। संस्कृत जगत् में श्रेष्ठ अध्यापक एवं सुकवि के रूप में इन्हें ख्याति प्राप्त है। पश्चिमी पाकिस्तान के अलीपुर ग्राम में 20 सितम्बर 1933 को आपका जन्म हुआ। विभाजन के पश्चात् आपने शास्त्री (प्रथम श्रेणी में प्रथम स्थान) एम.ए. तथा साहित्याचार्य परीक्षाएं उत्तीर्ण की। दिल्ली में 40 वर्ष शिक्षण कार्य करने के पश्चात् वर्ष 1994 में सेवा निवृत हुए। दिल्ली संस्कृत अकादमी ने संस्कृत साहित्य सेवा सम्मान से इन्हें पुरस्कृत किया। श्री ठाकुर मधुर भाषी एवं सेवा परायण व्यक्ति है। 20 सितम्बर 2017 को इनके जन्म दिवस पर 'कमल ज्योति' परिवार की ओर से मैं इन्हें हार्दिक बधाई एवं शुभ कामनाएं प्रदान करता हूँ परम पिता परमात्मा आपको उत्तम स्वास्थ्य एवं दीर्घायु प्रदान करें। **-अतुल आर्य**

# आर्य समाज सरस्वती विहार का निर्वाचन

आर्य समाज, सरस्वती विहार, दिल्ली-34 का सर्वसम्मति से निर्वाचन दो वर्ष के लिए हुआ।

**प्रधान**-श्री ओम प्रकाश मनचन्दा, **मन्त्री**-श्री अरूण आर्य, **कोषाध्यक्ष**-श्री यशपाल गुलाटी

# वार्षिक सभा एवं निर्वाचन

आर्य समाज रोहिणी, दिल्ली की साधारण एवं निर्वाचन सभा सम्पन्न हुई, जिसमें आर्य समाज के युवा-कर्मठ एवं जुझारू व्यक्तित्व से पूर्ण- श्री नरेशपाल आर्य को प्रधान, श्री संजीव गर्ग को मन्त्री एवं श्री देवराज आर्य को कोषाध्यक्ष निर्विरोध चुना गया और शेष कार्यकारिणी बनाने का अधिकार दिया गया।

# Mount Abu Public School

## Sector-5, Rohini, Delhi-110085

## Class X Result (2016-17)

## Shining Stars with Perfect CGPA 10

RNI No.DEL BIL/2008/25452 Total Pages 12 ओ३म् Posting Date 5 or 6 Aug. 2017 DL (N)0225/2015-17

प्रेषक
Date of Publication: 25 July 2017

# कमल ज्योति

अगस्त-सितम्बर 2017 (मासिक) एक प्रति का मूल्य 10 रुपये
डी-796, सरस्वती विहार, दिल्ली-110034,
फोन : 27017780

सेवा में ________________



## Mount Abu Public School

Sector-5, Rohini, Delhi-110085

### Class XII Result (2016-2017)

**SCIENCE**

SAWAN RANA
97.4%

No. of Students Appeared: 162
Total No. of Distinctions : 458
Total No. of Ist Divisions: 639
No. of Students scored 90 & above in all subjects : 194

**COMMERCE**

RIYA VOHRA
97%

### STUDENTS WITH 95% & ABOVE (BEST FOUR)

SAWAN RANA 98% | RIYA VOHRA 97.5% | TANVI JINDAL 96.75% | SACHIN YADAV 96.25% | ASHMEET GOYAL 96% | ARYAN SINGH 96% | SUGANDH JAIN 95.75% | NEHA BADULA 95.55% | ABHISHEK BINDRA 95% | CHARIT GOYAL 95%

### SUBJECT WISE TOPPERS

- SAWAN RANA: CHEMISTRY- 100, E. GRAPHICS- 99, MATHS-98, PHYSICS-95
- RIYA VOHRA: B.STUDIES- 99, ECONOMICS-99, ACCOUNTS- 95
- PRATEEK MALIK: B.STUDIES- 99
- ASHMEET GOYAL: E. GRAPHICS- 99, PHYSICS-95
- SHIVANGI MISHRA: POL. SCIENCE- 99
- TANVI JINDAL: B.STUDIES-99
- SACHIN YADAV: COMP. SC- 97, PHYSICS- 95
- ISHITA HANDA: ENGLISH-96
- SRISHTI: IP-95, PSYCHOLOGY- 89

- ABHISHEK BINDRA: PHYSICS-95
- BHAVYA KADYAN: PHYSICS-95
- NEHA BADULA: PHYSICS-95
- SANJOLI KHURANA: PHYSICS-95
- SUGANDH JAIN: ACCOUNTS-95
- MAYANK MITTAL: ACCOUNTS-95
- NIKHIL GUPTA: ACCOUNTS-95
- CHARIT GOYAL: ACCOUNTS- 95
- SACHIN DABAS: PHY. EDU- 94
- ARYAN SINGH: MATHS -98

### STUDENTS WITH 90% & ABOVE

| SAWAN RANA | RIYA VOHRA | SACHIN YADAV | TANVI JINDAL | SUGANDH JAIN | ASHMEET GOYAL | ARYAN SINGH | NEHA BADULA | ABHISHEK BINDRA | CHARIT GOYAL | BHAVYA KADYAN | MAYANK MITTAL | NIKHIL GUPTA | SHIVAM GUPTA | POOJA SHARMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 97.4% | 97% | 96% | 95.8% | 95.6% | 95.4% | 95.4% | 94.4% | 94.2% | 93.2% | 92.8% | 92.6% | 91.6% | 90.4% | 90.2% |



स्वामी-माता कमला आर्या स्मारक ट्रस्ट (रजि.) के लिए मुद्रक, प्रकाशक तथा सम्पादक एल.आर. आहूजा, चलभाष : 9810454677 द्वारा मयंक प्रिन्टर्स, 2199/64, नाईवाला, करौलबाग, नई दिल्ली-5, दूरभाष: 41548503, mail:mayankprinters5@gmail.com से मुद्रित। कार्यालय : डी-796, सरस्वती विहार, दिल्ली-110034 से प्रकाशित