ओ३म्

वर्ष : 7 अंक : 1 अप्रैल 2017 - सितम्बर 2017

वेद ईश्वरीय वाणी

अर्द्ध-वार्षिक

समाज कल्याणार्थ नित्य अग्निहोत्र करें

P.O. : Regd. No.: JK-432/17-19 RNI No. : JKBIL/2011/38654 ₹ 10

PT. Saarindo Utama Sejati

SRS Saarindo

Apparel Sourcing, Merchandising & Manufacturing Services

PT. Saarindo Utama Sejati,
Gedung Jam Krindo, 9rd Floor,
Jl.Angkasa Block B-9 Kav-6
Kemayoran, Jakarta 10610

Jakarta, Indonesia

Tel : +6221 65868461
Fax : +6221 65868425
Email : saar@indosat.net.id

May The Eternal Knowledge of Vedas Reach & Enlighten the Minds of All The Human Beings

NARSINGH
STONE CRUSHER

Specialised in Railway Blast 65mm

Deals in : Washed Sand,
10mm, 20mm, 40mm, aggregate

TARNAH NALLAHA, DAYALACHAK, JAMMU (J&K)
Mob. : 9419208007

Happy
Baisakhi

M/s D. L. Co.

DISTRIBUTOR OF PARAS MIRACLE PRODUCTS & KITCHEN WARE ITEMS

ALL KINDS OF BARDANA ITEMS : PLASTIC GOODS

Another Miracle in the World

Touch of Excellence

PARAS MIRACLE

New Look Kitchen with
Paras Miracle Ware
Storage Solutions

UNBREAKABLE
Crate, Bucket, Milk Can, Mats,
Chairs & Other Products

SANDEEP : 9419198320 SUNIL : 9419123320 VISHAL : 9419196320

H.O. : VIKRAM CHOWK, JAMMU B.O. : MAIN ROAD, GANGYAL, JAMMU.

Sandeep Kumar & Bros.

Main Road, Gangyal, Jammu
Mob.: 94191-98320, 94191-96320, 94191-23320

The new *golden season* has arrived
Happy & prosperous *Baisakhi*

Kulbushan Sharma
&
Rama Sharma

Anu Choudhary
Arjun & Nakul

Mohan Rani Koul
Dr. Surekha & Rakesh Koul

Smt. Charu Jamwal
& Family

Urmil &
Romesh Dubey

Satya &
Kewal Krishan Gupta

May this

Festival

bring joy, love prosperity & wealth

Chanchal Gupta & C.D. Gupta
Sheetal & Rakesh Gupta

R.K. Modi & Tripta Modi
Mona & Ratnesh Puri

Sushila Rani
(W/o Late Sh. Rattan Chand)
Renu Gupta & Vijay Choudhary

Dubey's Family

वेद ईश्वरीय वाणी

वर्ष : 7 अंक: 1 अप्रैल 2017 – सितम्बर 2017 अर्द्ध–वार्षिक

ओ३म्

"दान का महत्त्व"

ओ३म्

""उच्चा दिवि दक्षिणावन्तो अस्थुर्ये अश्वदा: सह ते सूर्येण।
हिरण्यदा अमृतत्वं भजन्ते वासोदा: सोम प्रतिरन्त आयु:॥""

(ऋग्वेद मंत्र 10/107/2)

(दक्षिणावन्त:) जो दक्षिणा देने वाले हैं, वे ***(दिवि)*** ज्ञान से स्वयं को ***(उच्चा अस्थु:)*** ऊँचा उठाते हैं अर्थात् मनुष्य से देव बन जाते हैं ***(ये अश्वदा:)*** उन में जो यात्रा के साधनों को देने वाले हैं ***(ते सूर्येण सह)*** वे परमात्मा के साथ होकर अपनी साधना एवं दान पुण्यों द्वारा ईश्वर प्राप्ति के अत्यन्त नज़दीक पहुँचकर ***(हिरण्यदा:)*** ज्ञान–अमृत के प्रदान करने वाले ***(अमृतं भजन्ते)*** मोक्ष पद को प्राप्त करते हैं ***(सोम वासोदा:)*** दानशील जन को शरण देने वाले हैं, वे ***(आयु: प्रतिरन्ते)*** अपनी और अन्यों की आयु को बढ़ाते हैं।

भावार्थ: दान यज्ञ का सर्वश्रेष्ठ मुख्य कर्म है। यज्ञ में दक्षिणा देने वाले का आत्मा ऊँचा हो जाता है और इस प्रकार वह देव पद प्राप्त करता है। विद्वानों की यात्रा के साधनों को देने वाले दानी, परमात्मा से प्रेरणा पाकर, मोक्ष पद प्राप्त करते हैं। वस्त्र, मकान तथा शरण आदि देने वाले दानशील जन अपनी और दूसरों की आयु को बढ़ाते हैं।

Importance of Donation

Services towards parents, aged persons, learned vedic acharya, to please them and donation are the part of most excellent deed, i.e, Yajyen. So, one important part of Yajyen is called donation. The above Mantra preaches that those who donate in Yajyen, their soul attains high state, receives inspiration directly from God and gets salvation. Donors who donate clothes, houses and provide shelter etc, they increase their life-span as well as that of others.

"वेद का पढ़ना-पढ़ाना और सुनना-सुनाना सब का परम धर्म है"

वेद ईश्वरीय वाणी

मुद्रक, स्वामी एवं प्रकाशक	संपादक	सह संपादक	उप-संपादक
राज कुमार गुप्ता	स्वामी राम स्वरूप 'योगाचार्य'	साध्वी गीतांजली	सुप्रिया गन्दोत्रा
	(01892236107)	(01892236107)	(9906092521)

"वेद ईश्वरीय वाणी"

प्रकाशन: शिवा एन्कलेव, लेन नं. -3, रूप नगर, जम्मू - 180013 (जम्मू व कश्मीर)

डी.डी. रिप्रोग्राफिक्स

3-एकता आश्रम न्यू रिहाड़ी, जम्मू -180005 (जम्मू व कश्मीर) से मुद्रित

ओ३म्

विषयानुक्रमणिका

ओ३म्

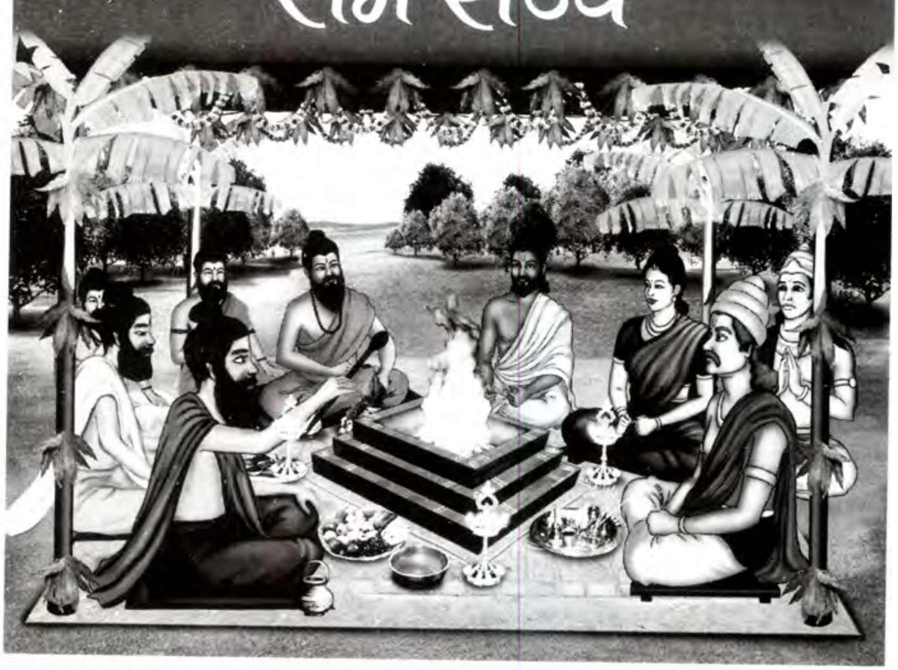
* ऋग्वेद मन्त्र की व्याख्या			1
* सम्पादकीय (राम राज्य)	–	स्वामी रामस्वरूप 'योगाचार्य'	3
* Tribute to the Departed Soul....	–	Sunil Gandotra / Swami Ram Swarup 'Yogacharya'	10
* वानप्रस्थ एवं सन्यासाश्रम	–	आचार्य विद्याभानु शास्त्री	12
* सच्चा श्रोता	–	ऋचा मित्तल	17
* 4 Simple Steps to staying Happy	–	Yashvendra Singh	20
* ईश्वर ज्ञान वेद विश्व ने भुलाया....	–	स्वामी रामस्वरूप 'योगाचार्य'	23
* गुरु-शिष्य संवाद	–	स्वामी रामस्वरूप 'योगाचार्य'	29
* मेरे गुरु मेरे राम	–	सौम्या ग्रोवर, सुरभि ग्रोवर	
* Correspondence between Swami ji & S. Khushwant Singh ji			
* पराधीन को सुख कहा	–	उमेन्द्र कौशिक	33
* God is the Preacher of Yog....	–	Swami Ram Swarup 'Yogacharya'	35
* पतिव्रता नारी के धर्म		व्यासमुनि जी द्वारा समझाए महाभारत ग्रन्थ में....	41
* Destroy fear... Yaj. Mantra 40/10	–	Swami Ram Swarup 'Yogacharya'	42
* जैसा अन्न वैसा मन	–	अन्जना दीवान	43
* Palliative Care....	–	Dr. Parveen Sharma	48
* गुरु जी का ज्ञान	–	शीतल गुप्ता	53
* पौर्णमासी और अमावस्या			56
* Competition	–	Seema Dogra	57
* सर्वांग आसन	–	स्वामी रामस्वरूप 'योगाचार्य'	60
* Cinnamon	–	Sugandh ' Sudhi'	61
* Subscription Form			

NOTE : Writers are responsible for their own articles

"प्रश्न-ज्ञान प्राप्त करने का माध्यम है"

संपादकीय

राम राज्य



मनुस्मृति में कहा–

''अर्थकामेष्वसक्तानां धर्मज्ञानं विधीयते।।''
''धर्मं जिज्ञासमानानां प्रमाणं परमं श्रुतिः''

अर्थात् धर्म (कर्तव्य–कर्मों) का ज्ञान केवल उन्हीं व्यक्तियों को होता है जो अर्थ– सोना–चाँदी, रत्न आदि लोभ प्रवृत्ति तथा काम–परस्त्री सेवन आदि वृत्ति में नहीं फंसते।

श्री राम जी का इक्ष्वाकु वंशीय कुल पृथिवी के प्रथम वेदज्ञ राजा मनु भगवान् से सम्बंधित था। अतः वेद–विद्या का प्रभाव श्री राम जी एवं महाभारत काल तक के अन्य राजाओं के कुलों पर समान रूप से था। ***मनु स्मृति*** में कहे ऊपर के दो गुण भी श्री राम के वंश में आचरण में थे। उदाहरणार्थ– जब श्री राम को वनवास हुआ तो वह सोना–चांदी, धन, राज्य आदि के लोभ से मुक्त सहर्ष वनों में जाने के लिए तत्पर हो गए और

जब सुन्दरी बन शूर्पनखा वनों में उनके सामने उनकी पत्नी बनने का प्रस्ताव लेकर आई तब ब्रह्मचर्य गुण से युक्त श्री राम ने उसे केवल त्यागा ही नहीं अपितु लक्ष्मण के द्वारा शूर्पनखा की नाक भी कटवा दी। ऐसे गुण भारतवर्ष सहित पृथिवी के किस राजा में हो सकते हैं, यह एक प्रश्न चिन्ह है।

अतः जो धर्म को जानने की इच्छा करें वे वेद द्वारा ही धर्म का निश्चय करें। उनके लिए वेद वाक्य ही परम प्रमाण है (मनु स्मृति)। प्रथम पृथिवी पर वेद का ज्ञान आया पश्चात् सृष्टि के प्रथम राजा मनु भगवान् हुए जो चारों वेदों के ज्ञाता थे। ***यजुर्वेद मंत्र 9/32*** में यही उपदेश है कि राजा वेदों का ज्ञाता हो। वेद की इस आज्ञा का पालन करते हुए मनु भगवान् से लेकर महाभारत युद्ध तक जितने भी राजा हुए जिनमें दशरथ, श्री राम, हरिश्चन्द्र, पांडव आदि भी हुए हैं, सभी वेद मार्ग पर चलने वाले, वेदों में वर्णित विशुद्ध राजनीति के अनुसार प्रजा का पुत्रवत् पालन करने और प्रजा को सुखी रखने के लिए सदा प्रातः स्मरणीय एवं पूजनीय रहेंगे।

वाल्मीकि ऋषि, जो श्री राम के समकालीन हुए हैं, उन्होंने श्री राम के जीवन का सत्य–सत्य वर्णन बहुत ही सुन्दरता के साथ वाल्मीकि रामायण में किया है। एक बार मुनियों में श्रेष्ठ नारद जी से तपस्वी ***वाल्मीकि मुनि*** ने पूछा :–

''कोन्वस्मिन्सांप्रतं लोके गुणवान्....''

अर्थात् हे श्रेष्ठ नारद जी! इस वर्तमान काल में, इस संसार में गुणवान्, शूरवीर, धर्म का ज्ञाता, किए हुए उपकार को न भूलने वाला, सत्यवादी एवं अपनी प्रतिज्ञा पर दृढ़ रहने वाला कौन है?

पुनः पूछा सदाचार से युक्त, सब प्राणियों का हित करने वाला, वेदों का विद्वान्, सामर्थ्यवान् एवं प्रिय दर्शन कौन है, धैर्ययुक्त, काम–क्रोधादि शत्रुओं का विजेता, कांतियुक्त, ईर्ष्या तथा निन्दा न करने वाला कौन है? आज पृथिवी के किसी राजा में प्रायः ऐसे गुण नहीं हैं। तब जनता में राम राज्य कहाँ से आए?

उत्तर में नारद जी ने कहा कि हे ऋषिवर! इक्ष्वाकु वंश में

उत्पन्न, राम नाम से लोगों में विख्यात, मन को वश में रखने वाले, अति बलवान्, तेजस्वी, धैर्यवान् एवं जितेन्द्रिय हैं। श्री राम बुद्धिमान्, नितिज्ञ, मधुरभाषी, धर्म के ज्ञाता, सत्य प्रतिज्ञ, परोपकारी, कीर्तियुक्त, ज्ञाननिष्ठ, पवित्र, जितेन्द्रिय, वेदों के ज्ञाता एवं योगाभ्यास द्वारा समाधि लगाने वाले हैं। श्री राम के और भी अनेक गुणों का वर्णन नारद जी ने भगवान् वाल्मीकि जी के सम्मुख किए। फलस्वरूप ही श्री राम का राज्य जनता को सभी प्रकार के सुख प्रदान करने वाला राम राज्य कहलाता है जिसका वर्तमान में स्वप्न भी नहीं देखा जा सकता क्योंकि वर्तमान में पृथिवी पर जनता एवं नेताओं में वेद विद्या का अभाव है।

महाभारत ग्रन्थ, वाल्मीकि रामायण, शतपथ ब्राह्मण ग्रन्थ, छह शास्त्र, उपनिषद् आदि ऋषि–प्रणीत सद्ग्रन्थों के अध्ययन से यही अनुमान होता है कि पृथिवी के आरम्भ में मनु भगवान् से लेकर महाभारत काल (लगभग एक अरब, छियानवे करोड़ वर्ष) तक सभी राजा लगभग इन्हीं गुणों से युक्त थे एवं प्रजा उनके राज्य में सुख–सम्पन्न थी।

आज विश्व भर के नेता वैदिक संस्कृति के ज्ञान के अभाव में यह समझने में असमर्थ हैं कि केवल वेद के ज्ञाता राजा/राजनेता ही प्रजा को भयमुक्त, धनवान् एवं सुख–शांति प्रदान कर सकते हैं।

महाराज दशरथ ने वैदिक गुणों से पूर्ण श्री राम को राजा होने के गुणों का वर्णन इस प्रकार किया–

हे राम! प्रजा तुम्हारे गुणों से प्रसन्न है, अतः तुम युवराज पद के योग्य हो। और अधिक विनयशील बनो एवं काम–क्रोध आदि विकार त्याग दो। वर्तमान के राजनेता इस विषय पर स्वयं में झाँकें।

विश्वामित्र जी ने दशरथ से वनों में दो राक्षसों द्वारा यज्ञ में विघ्न उपस्थित करने के कारण श्री राम को उन राक्षसों को नष्ट करने के लिए माँगा। विश्वामित्र जी की कृपा से श्री राम ने ताटका, बाहु, सुबाहु सहित अनेक राक्षसों का वध करके ऋषियों एवं जनता को भयमुक्त किया तथा यज्ञ की रक्षा की।

धर्म के द्वारा ही राज्य प्राप्त करना चाहिए - (महाभारत)

दु:ख है कि आज विश्वभर के नेता सम्भवतः वैदिक एवं अलौकिक शब्द ***"यज्ञ"*** की परिभाषा तक को नहीं जानते होंगे। तब पृथिवी पर राम–राज्य कैसे आए?

वाल्मीकि जी लिखते हैं कि श्रीराम ने अहिल्या के आश्रम में जाकर तप के तेज से देदिप्यमान अहिल्या के पैर छुए। (यहाँ यह विचार करना आवश्यक है कि श्री राम मर्यादा पुरुषोत्तम थे। अहिल्या ऋषि–पत्नी थी। अतः क्षत्रीय वंशीय श्री राम अहिल्या को पैर नहीं लगा सकते थे।) अहिल्या ने भी अर्घ्य–पाद्य आदि द्वारा उनका आतिथ्य किया।

श्री राम अनेक श्रेष्ठ गुणों से युक्त थे जिस कारण ही प्रजा के लोग उन्हें अपने प्राण के समान प्रेम करते थे। विपरीत में वर्तमान काल में वेद–विद्या के अभाव के कारण राजा–नेताओं एवं प्रजा के बीच ऐसा प्रेम अब दिखाई नहीं देता।

राजा दशरथ ने गुणों के आधार पर श्री राम को युवराज पद पर अभिषिक्त करने का निश्चय किया एवं इस अवसर पर उन्होंने अनेक नगरों और अन्य देशों के प्रधान राजाओं को बुलवाया। समस्त परिषद के सम्मुख उन्होंने कहा– *"मैं अपने पूर्वजों की भांति इस सम्पूर्ण राज्य को सुख एवं कल्याण से युक्त करना चाहता हूँ। मैंने भी पूर्वजों की भांति प्रमाद रहित होकर प्रजाजनों के हित की कामना करते हुए यथाशक्ति प्रजा का पालन किया और अब मेरा यह शरीर जरा–जीर्ण हो गया है। अतः मैं श्री राम को राजकार्य में लगाकर विश्राम ग्रहण करना चाहता हूँ। यदि यह उचित है तो आप मुझे अनुमति दें।"*

वैदिक उपदेश है कि राजा प्रजा को सदा सुख देता है, क्षण भर भी दु:खी नहीं रखता। यह गुण आज नहीं देखे जाते। परिषद के लोगों ने कहा कि हे राजा, दशरथ! आपके पुत्र में प्रजा के कल्याण–कारक बहुत से गुण हैं। प्रजा को सुख देने में श्री राम चन्द्रमा के समान एवं क्षमा में पृथिवी के समान हैं। वह सत्यवादी, ईर्ष्या से रहित एवं जितेन्द्रिय हैं। प्रजा पर कोई आपत्ति आने पर वह

धर्म द्वारा प्राप्त राज्य में राजा लक्ष्मी को तथा लक्ष्मी राजा को नहीं छोड़ती – (महाभारत)

स्वयं दुःखी होते हैं, वृद्धों की सेवा करने वाले हैं। वे सर्वगुण सम्पन्न हैं, अतः उन्हें युवराज घोषित कर दीजिए।

इन सब गुणों का वर्णन करने का उद्देश्य केवल यही है कि कम से कम हमारे देश के राजा/नेतागण वेद मार्ग अपनाकर श्री राम के कुछ गुण तो जीवन में धारण करें, जिससे देश की जनता का भला हो।

तत्पश्चात् यज्ञ का आयोजन हुआ, जोकि वैदिक परम्परा में सर्वश्रेष्ठ शुभ कर्म है एवं श्री राम को युवराज पद को प्राप्त करने का आशीर्वाद दिया। दशरथ ने श्री राम से कहा कि हे राम! तुम अन्न के भण्डार तथा अस्त्र शस्त्रों के भण्डार को बढ़ाते रहो। जो राजा अपनी प्रजा को प्रसन्न रखकर राज्य करता है, उससे उसके मित्र ऐसे प्रसन्न रहते हैं जैसे देवता अमृत पान से प्रसन्न होते हैं।

यहाँ यह कहना अतिशयोक्ति न होगी कि वेद विद्या के अभाव में आज पिछले 70 सालों से प्रायः गरीब जनता, दलित वर्ग, किसान आदि दुःखी ही रहे हैं।

दशरथ ने पुनः कहा कि हे राम! मैं आनन्दपूर्वक प्रचूर दक्षिणा वाले सैकड़ों यज्ञ भी कर चुका हूँ। अतः मैं तुम्हारा युवराज पद पर अभिषेक करता हूँ।

विपरीत में सम्पूर्ण पृथिवी का कोई भी राजा राजा दशरथ, श्री राम एवं पूर्व के अनेक राजाओं की तरह यज्ञ नहीं करता तब जनता में सुख कहां से आए?

जब भरत श्री राम से वनों में मिलने गए तब श्री राम ने भरत से प्रेमपूर्वक पूछा कि हे भरत! राजसूय एवं अश्वमेध यज्ञों के करने वाले, धर्म में निश्चित बुद्धि रखने वाले तथा सत्य प्रतिज्ञ महाराज दशरथ स्वस्थ तो हैं? विद्वान्, धर्म कार्यों में तत्पर, महातेजस्वी, इक्ष्वाकु वंश के आचार्य ब्राह्मण वसिष्ठ यथायोग्य सत्कृत तो होते हैं?

हे भरत! माता कौशल्या, सुमित्रा एवं परम श्रेष्ठा कैकेयी भी आनन्द पूर्वक तो हैं?

हे तात! तुम विद्वानों, रक्षकों, नौकरों, गुरुओं एवं पिता के समान पूज्य बड़े–बूढ़ों, वैद्यों और ब्राह्मणों का सत्कार तो करते हो?

क्या तुमने अपने समान विश्वसनीय वीर, नीतिशास्त्र के ज्ञाता, लोभ (रिश्वत आदि) में न फंसने वाले, प्रामाणिक कुलोत्पन्न एवं संकेत को समझने वाले व्यक्तियों को मन्त्री बनाया है?क्योंकि हे राघव! मन्त्रणा को धारण करने वाले नीतिशास्त्र विशारद सचिवों के द्वारा गुप्त रखी हुई मन्त्रणा ही राजाओं की विजय का मूल होती है।

तुम अकेले तो किसी बात का निर्णय नहीं कर लेते?

हे तात! तुम उत्तम नौकरों को उत्तम कार्यों में, मध्यम नौकरों को मध्यम एवं साधारण नौकरों को साधारण कार्यों में लगाते हो ना? ***(इधर काबलियत पर नौकरी देने का विधान है।)***

क्या तुम धर्म–अर्थ–काम में सुपरीक्षित, कुल परम्परा से प्राप्त, पवित्र एवं श्रेष्ठ मन्त्रियों को श्रेष्ठ कार्यों में नियुक्त करते हो?

तुम्हारे राज्य में उग्रदण्ड से उत्तेजित प्रजा तुम्हारा अथवा तुम्हारे मन्त्रियों का अपमान तो नहीं करती?

जिस प्रकार स्त्रियाँ पर–स्त्रीगामी पतित पुरुष का तिरस्कार करती हैं अथवा जिस प्रकार याजक लोग यज्ञ कर्म से हीन व्यक्ति का अनादर करते हैं उसी प्रकार कहीं अधिक कर (टैक्स) लेने से प्रजा तुम्हारा अनादर तो नहीं करती? ***(70 वर्ष की आज़ादी के दौरान प्रत्येक राजनेता को उक्त उपदेश का मनन–चिन्तन करना चाहिए।)***

जो राजा सज्जनों में दोष लगाने वाले नौकर को एवं ऐश्वर्य के अभिलाषी शूर को नहीं मारता, वह स्वयं मारा जाता है। ***(यहाँ राजनेता ध्यान दें कि कहीं वे वोट के लालच में पक्ष एवं विपक्ष पर झूठे आरोप तो नहीं लगाते।)***

तुम्हारी सेना में जो अत्यंत बलवान्, युद्धविद्या में निपुण, सुपरीक्षित एवं पराक्रमी सैनिक हैं, तुम उन्हें पुरस्कृत कर सम्मानित करते हो या नहीं? भोजन एवं वेतन ठीक समय पर ना मिलने से नौकर लोग क्रुद्ध होते हैं और स्वामी की निन्दा करते हैं।

तुम नास्तिक ब्राह्मणों की संगति तो नहीं करते?अपने को पण्डित समझने वाले यह मूर्ख धर्मानुष्ठान से लोगों का चित्त हटाकर उन्हें नर्क भेजने में कुशल होते हैं। ***(वर्तमान में यह दुर्भाग्य है कि***

प्रायः सभी भूत–प्रेत पूजा, तांत्रिक पूजा, वेद–विरुद्ध ज्योतिष आदि अनेक अंधविश्वासों पर चलकर स्वयं को दुःखी एवं देश को कमज़ोर करते हैं।)

कृषि–गौ रक्षा आदि में लगे क्या तुम्हारे लोग सब सुखी हैं? (सरकार ध्यान दे कि देश के किसान एवं मज़दूर आदि दुःखी ना रहें।)

राज्य के निवासियों की रक्षा राजा को धर्मपूर्वक, ईमानदारी से करनी चाहिए।

तुम्हारा धन नाच–गाने वालों में तो नहीं लुटाया जाता?

चोर को घूस के लोभ से छोड़ तो नहीं दिया जाता?

झूठे अपराधों में दण्डित लोगों की आँखों से गिरने वाले आँसू राजा के पुत्र एवं पशुओं का नाश कर डालते हैं।

तुम मन्त्रियों की अवहेलना कर अकेले ही राज्य संबंधी बातों पर विचार तो नहीं करते?

नास्तिकता, असत्य भाषण, क्रोध, प्रमाद, कार्य में टालम–टोल, आलस्य, मूर्खों से परामर्श, इन दोषों को त्याग दिया है ना? क्या तुम अग्निहोत्रादि अनुष्ठान करके वेदाध्ययन को सफल करते हो?

वेद के ज्ञाता एवं समाधिमान पुरुषोत्तम श्री राम के ऊपरीलिखित गुणों को सम्भवतः आज पृथिवी का कोई भी राजनेता अपने जीवन में धारण करने में सफल नहीं है। ***अतः हमारे देश भारतवर्ष अथवा किसी भी देश की जनता निर्भय एवं सुख–शांतिपूर्वक जीवन व्यतीत करे ऐसा सम्भव नहीं है क्योंकि वर्तमान में उक्त गुणों सहित राम राज्य स्थापित करना असंभव सा प्रतीत होता है।***

स्वामी रामस्वरूप 'योगाचार्य'

सम्पादक

वेद मन्दिर, योल (हि.प्र.)

गायत्री जाप से अपने संस्कारों को शुद्ध बनाया जा सकता है – (मनु स्मृति)

Tribute to the departed soul 'Karan'

Sunil Gandotra

It was on 12 feb. 2017 Sunday morning, I was getting ready for daily routines after prayers that my phone started ringing endlessly. Looking at the name on the mobile screen I offered namestey to the caller in a pleasant way little knowing that a very sad and heart breaking news will be broken. I could not speak for few minutes after hearing. Again phone started ringing , again same news from many and their disbelief was same as mine . Ah! Karan Khullar is no more. My cousin sister's elder son Karan who was pursuing his studies in University of Florida met with tragic accident resulting in sudden death.

On the evening of February 11th, Karan 22 and his two friends were waiting at a bus stop in front of the Campus Club Apartments on Southwest 37th Boulevard when a drunken lady driver 's car climbed the pavement and drove into the group. Karan was thrown several feet and was taken to a local area hospital where he was pronounced dead. The driver of the vehicle, Guerrero Damaris,23, was under the influence of alcohol and was driving at high speeds. She blew an alcohol level of .14, which is nearly double the legal limit, and was booked into jail that night.

Karan had just begun school at UF as an international student from India in January. A young and promising life is cut short so furiously. I remember him discussing with me his ambitious future plans as he was full of enthusiasm, positivity, energy and zeal for doing something great in life.

He is remembered by his mates as very studious, religious, soft spoken, ready to help and gentle friend. In his remembrance many events and prayers were held in India and abroad as this news of tragic accident was published in leading newspapers of U.S. and almost condemned and mourned on all social media/network platforms. In many events a pledge was taken against drunk driving.

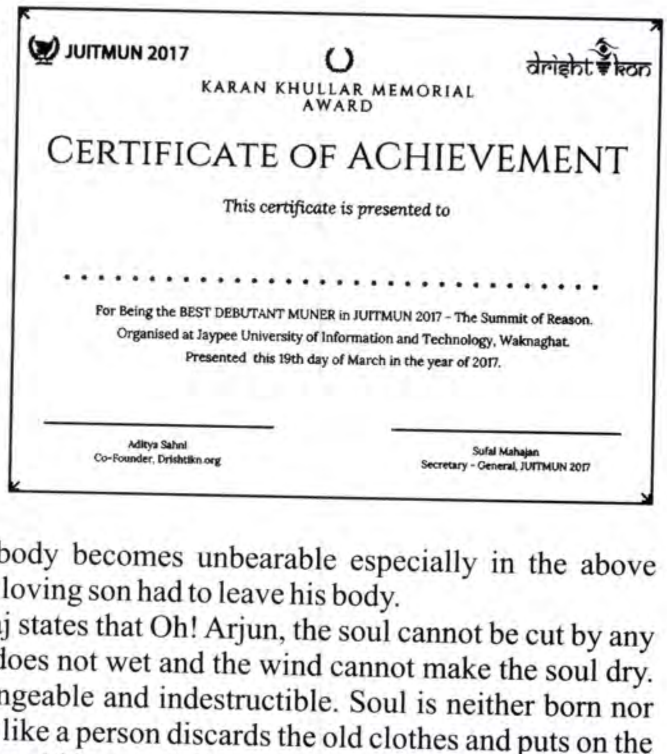
I also request everyone to please never ever drink and drive. The million and one plans made just gone in a second. This is all to honour Karan's memory , who was very dear to my family. I here request ***Swami Ram Swarup 'Yogacharya' Maharaj Ji*** to guide us, Karan's family and friends through His enlighten teachings to bear this loss.

All men's souls are immortal, but the souls of the righteous are immortal & divine - Socrates

Swami Ram Swarup "Yogacharya"

Yes, it was a heart broken news about the sudden and unnatural death of loving Karan, who was only twenty two years of age. His brutal accidental death further increases the sorrows of everybody. What an unbearable and sorrowful happening has taken place that the parents managed happily to send their son to U.S. for higher studies to make his bright future but Oh! God, loving Karan is now no more alive. Helplessly, we have to accept that ***"Man Proposes and God Disposes".*** At this crucial stage, we, the human-beings , can do nothing accept to pray to God that may the departed soul get peace and the family of loving Karan may get mental and physical power to bear the separation from their loving son.

The worldly non-alive matters, including human body, are mortal but soul which resides within the human- body and Almighty God; both are immortal, say all Vedas. Infact, real karan is the soul who lived in Karan's body. However, there is an eternal vedic law which has also been preached in Bhagwad Geeta by Yogeshwar Sri Krishna Maharaj that every soul is only known through the human-body. As a result, in the absence of vedic knowledge, whole world is emotionally attached with human-body but not with soul. Therefore, naturally the separation of human-body becomes unbearable especially in the above matter where in such an early age, the loving son had to leave his body.


JUITMUN 2017

drisht kon

KARAN KHULLAR MEMORIAL AWARD

CERTIFICATE OF ACHIEVEMENT

This certificate is presented to

. . . .

For Being the BEST DEBUTANT MUNER in JUITMUN 2017 - The Summit of Reason.
Organised at Jaypee University of Information and Technology, Waknaghat.
Presented this 19th day of March in the year of 2017.

Aditya Sahni
Co-Founder, Drishtikn.org

Sufal Mahajan
Secretary - General, JUITMUN 2017

Yogeshwar Sri Krishna Maharaj states that Oh! Arjun, the soul cannot be cut by any weapon, fire does not burn it, water does not wet and the wind cannot make the soul dry. Soul is eternal, all pervading, unchangeable and indestructible. Soul is neither born nor does it die but body is destroyed. Just like a person discards the old clothes and puts on the new one similarly the soul discards the old human-body and enters the new one, based on his deeds. In view of the above, in fact there remains no scope of emotional attachment, grief, heart feeling etc., but for this the above quoted knowledge is to be gained that real Karan i.e., soul is immortal and has left the body to enter the next one.

Karan will ever remain immortal. May God give peace to parents and all his relatives. My heartfelt tribute and blessings to the departed soul.

Human body is meant to practise Yog Vidya (Yajurved)

वेद ईश्वरीय वाणी

आश्रमव्यवस्था का वैदिक स्वरूप

वानप्रस्थ एवं सन्यासाश्रम

आचार्य विद्याभानु शास्त्री
जम्मू (जे एंड के)

वानप्रस्थ आश्रम

विगत अंकों में हमने ब्रह्मचर्य और गृहस्थ आश्रमों के विषय में शास्त्रानुमोदित विचारों को प्रस्तुत किया है। इस अंक में वानप्रस्थ एवं सन्यास के लिए निर्दिष्ट विषयों की चर्चा करते हैं :–

वानप्रस्थ

शतपथ ब्राह्मण के काष्ठ 14 का निर्देश है:–

"ब्रह्मचर्याश्रमंसमाप्य गृही भवेत्, गृही भूत्वा वनी भवेत्, वनी भूत्वा प्रव्रजेत्।" शतपथ० अर्थात् ब्रह्मचर्याश्रम विधि–विधानों एवं कर्तव्यों का पालन करने के पश्चात् मनुष्य गृहस्थाश्रम में प्रवेश करे, गृहस्थ के कर्तव्यों का पालन करने के पश्चात् आयु के तृतीय भाग में वन के लिए प्रस्थान करे आयु के चतुर्थ भाग में सन्यास में प्रवेश करे।

सामान्यतः प्राकृतिक रूप से मनुष्य के लिए सौ वर्षों की आयु निर्धारित है। 25–25 वर्षों के चार भागों में ब्रह्मचर्य, गृहस्थ, वानप्रस्थ और सन्यास के रूप में 100 वर्षों की आयु को प्राचीन मनीषियों ने विभक्त किया है। महर्षि मनु ने मनु स्मृति में निर्देश किया है कि गुरुकुल में वास करते हुए ब्रह्मचारी विधि पूर्वक पूर्ण शिक्षा को प्राप्त करके समावर्त्तन संस्कार के पश्चात् 25 वर्ष की आयु में गृहस्थ आश्रम में प्रवेश

जो दयालु सबको अभयदान देता है, उसे भी सब प्राणी अभयदान देते हैं – (महा. अनु.)

करे। शास्त्रानुमोदित गृहस्थ के कर्तव्यों का पालन करके 50 वर्ष की आयु के पश्चात् वानप्रस्थ की दीक्षा लेकर एकांत स्थान में जितेन्द्रिय होकर वन में वास करे :–

''गृहस्थस्तु यदा पश्येद्
वलीपलितमात्मनः।
अपत्यस्यैव चापत्यं,
तदारण्यं समाश्रयेत्।।''
''सन्त्यज्य ग्राम्यमाहारं,
सर्वंचैव परिच्छदम्।
पुत्रैषु भार्यां निक्षिप्य,
वनं गच्छेत् सहैव वा।।''

गृहस्थ लोग जब अपने देह का चमड़ा ढीला और श्वेत केश होते हुए देखें और पुत्र का भी पुत्र हो जावे तब वन का आश्रय लेवें। वानप्रस्थ की दीक्षा लेते हुए ग्राम–नगर में उपलब्ध पदार्थों का आहार और घर की सभी सुविधाओं को छोड़कर, अपनी पत्नी को पुत्रों के पास छोड़कर अथवा अपने साथ ही लेकर वन को प्रस्थान करें और वन में रहते हुए :–

''स्वाध्याये नित्ययुक्तः स्याद्,
दान्तो मैत्रः समाहितः।
दाता नित्यमनादाता,
सर्वभूतानुकम्पकः।।''

''वन में निवास करते हुए वेदादि सद्ग्रन्थों के स्वाध्याय में नित्य युक्त रहे, इन्द्रिय दमन के साथ समाधिस्थ रहे, दान शील रहे, अनावश्यक किसी से कुछ भी न लेवें और सभी प्राणियों के प्रति दयायुक्त रहकर जीवन व्यतीत करे। इस प्रकार तप एवं साधनापूर्ण जीवन को व्यतीत करे।

तथा च –

''व्रतेन दीक्षामाप्नोति,
दीक्षयाऽऽप्नोति दक्षिणाम्।
दक्षिणा श्रद्धामाप्नोति,
श्रद्धया सत्यमाप्यते।।''

''जब मनुष्य ब्रह्मचर्यादि तथा सत्यभाषणादि व्रत अर्थात् नियम धारण करता है, उस व्रत से उत्तम प्रतिष्ठारूप दीक्षा को प्राप्त होता है। ब्रह्मचर्य आदि नियमों के पालन से सत्कार पूर्वक धनादि को प्राप्त होता है। उस सत्कार से सत्य धारण में प्रीति को प्राप्त होता है और धार्मिक जनों की प्रीति से सत्यविज्ञान और सत्यपदार्थ मनुष्य को प्राप्त होता है इसलिए श्रद्धापूर्वक ब्रह्मचर्य और गृहाश्रम का अनुष्ठान करके वानप्रस्थ आश्रम अवश्य करना चाहिए।''

(महर्षि दयानन्द कृत संस्कार विधि)

'इति संक्षेपतः वानप्रस्थ चर्चा'

संन्यास आश्रम

''वनेषु विहृत्यैवं,
तृतीयं भागमायुजः।
चतुर्थमायुषो भागं,
त्यक्त्वा संगान् परिव्रजेत्।।''

''इस प्रकार आयु का तृतीय भाग वनों में विचरण करते हुए अर्थात् 50 से 75 वर्षों

का भाग व्यतीत करके आयु के चतुर्थ भाग में सभी प्रकार की आसक्तियों को छोड़कर परिव्राट् अर्थात् संन्यासी हो जावे। तथा च

"यदहरेव विराजेत तदहरेव प्रव्रजेत्, वनाद्वा, गृहाद्वा ब्रह्मचर्यादेव प्रव्रजेत्।" शतपथ ब्राह्मण अर्थात् जिस दिन वैराग्य हो जावे उसी दिन गृहस्थाश्रम से, वानप्रस्थ से अथवा ब्रह्मचर्य से ही सन्यास ग्रहण कर लेवे।

वैदिक संस्कृति के अनुसार जीवन की यात्रा को चार भागों में बांटा गया जिसके चार ही पड़ाव थे, चौथा पड़ाव संन्यासाश्रम है। ब्रह्मचर्य, वानप्रस्थ और सन्यास आश्रम के तीन पड़ाव खुली हवा में व्यतीत होते थे, केवल गृहस्थाश्रम ही नागरिक वातावरण में बीतता था। भारत की प्राचीन संस्कृति 'आरण्यक' एवं 'ग्राम्य' संस्कृति थी। सामाजिक जीवन के खुले वातावरण में बीतने के कारण स्वाभाविक है कि मनुष्य की इच्छा हो कि वह 100 वर्षों तक अपने जीवन को व्यतीत करे:–

"जीवेम शरदः शतम्"

सन्यास आश्रम का यह अभिप्राय नहीं कि मनुष्य सब कुछ छोड़–छाड़कर वस्त्र रंगकर 'पलायनवाद' का आश्रय ले ले। वस्तुतः सन्यास पलायनवाद नहीं है। आश्रम व्यवस्था में जिस सन्यास की कल्पना की गई है वह ऐसा 'सन्यास' नहीं है। जीवन की अन्तिम परिणति ***'मोक्ष'*** की प्राप्ति है और इस का अभ्यास पहले तीन आश्रमों में किया जाता है। केवल ***'ब्राह्मणत्व'*** को प्राप्त करके ही सन्यासाश्रम में दीक्षित होने का अधिकार है। ***'भोगवाद'*** का अनुभव प्राप्त करके ही मनुष्य ***'त्यागवाद'*** का आश्रय लेता था, वेद इसी का आदेश देता है :–

'तेन त्यक्तेन भुंजीथाः।' यजुर्वेद

त्याग की भावना गृहस्थ से उद्‌भूत होती है, वानप्रस्थ में वह परिपक्व होती है और सन्यास में उसकी परिणति सम्भव है। सन्यास में दीक्षित होते समय मानव तीन संकल्प लेता था:–

"पुत्रैषणा मया परिव्यक्ता"
वित्तैषणा मया परिव्यक्ता"
लोकैषणा मया परिव्यक्ता"

पुत्रादि के मोह से मन को हटाकर आत्मा को दृढ़ करके जो भिक्षाटन कर सकते हैं वे ही दाहिने हाथ में जल लेके पुत्र की इच्छा, वित्त की इच्छा और लोकैषणा का परित्याग करके संन्यास की दीक्षा का अधिकार प्राप्त कर सकते हैं किन्तु सब बन्धनों का परित्याग करके भी वेदाध्ययन के बन्धन से मुक्त नहीं होते:–

मृत्यु सबसे बड़ा क्लेश है, मृत्यु के समय शरीर तुरन्त काँप उठता है – (महा. अनु.)

"संन्यसेत् सर्वकर्माणि,
वेदमेकं न सन्यसेत्।"

संन्यासी शिखा–सूत्र का परित्याग करके यज्ञ आदि कर्मकाण्ड के बन्धन से मुक्त होने पर भी वेदाध्ययन और आचरण से मुक्त नहीं हो सकता। ऐसे दिव्य व्यक्तित्व से सुभूषित सन्यासी वेदोपदेशों के द्वारा लोक कल्याण के मार्ग को प्रशस्त करता हुआ ही सन्यास धारण का अधिकारी होता है। दीर्घकाल तक एक स्थान पर न ठहरकर ही सन्यासी ***'परिव्राजक'*** और ***'यति'*** की पदवी को धारण करने का अधिकारी होता है वही ***'स्वामी'*** बनकर लोक में विचरण करता है। वह ***'हंस'*** ही नहीं ***'परम हंस'*** बन जाता है। वह परमेश्वर का ***'सगापुत्र'*** हो जाता है, वही परमेश्वर के समस्त 'ऐश्वर्य' का स्वामी हो जाता है। वहीं 'ब्रह्मा' अर्थात् वेद और परमेश्वर में विचारण करता हुआ 'ब्रह्मचारी' होता है:–

"शब्द ब्रह्मणि निष्णातः
परं ब्रह्माधिगच्छति।"

"जो शब्द ब्रह्म अर्थात् वेद में विचरण करने में समर्थ हो जाता है वही पर ब्रह्म परमेश्वर को पा लेने का अधिकारी हो पाता है" ऐसा सन्यासी ही धन्य है, सन्यास शरीर की अवस्था का नहीं प्रत्युत "आत्मा" की अवस्था का नाम है।

संपादक के विचार

वैदिक संस्कृति पर आधारित माननीय आचार्य विद्याभानु शास्त्री जी ने ब्रह्मचर्य, गृहस्थ, वानप्रस्थ एवं सन्यास आश्रम का उत्तम वर्णन किया है। महाभारत युद्ध के पश्चात् वैदिक शिक्षा का सूर्य लगभग अस्त सा हो गया। फलस्वरूप ईश्वर ने मनुष्य मात्र को जो उपरीलिखित आश्रमों में वास करते हुए सुखपूर्वक जीने का ढंग बताया था उसका आचरण वर्तमान काल में शून्य प्रायः रह गया है। फलस्वरूप भी मानव दुःखों, रोगों, हिंसा आदि अनेक समस्याओं से जूझता हुआ अल्पायु में मृत्यु को प्राप्त हो जाता है। योगशास्त्र ने अविद्या के चार लक्षण कहे हैं जिसमें एक लक्षण यह है कि जब कोई भी मनुष्य (नर या नारी) दुःख को ही सुख मानने लगे तो समझो वो अविद्याग्रस्त है। भाव यह है कि जीव वैदिक शिक्षा को आचरण में ना लाने के कारण ऊपर के चारों वर्णों के अनुसार जीवन व्यापन नहीं करता, फलस्वरूप अनेक दुःखों और समस्याओं में फंसा रहता है और इनको ही सुख मानता है। तो ऐसे पुरुष को समझाना असम्भव सा हो जाता है। मुझे यहाँ लिखते हुए प्रसन्नता है कि विदेशी वैदिक संस्कृति में रुचि रखने लगे हैं। ऐसे ही एक डॉ. डेविड फ्रौली है जिन्होंने भारत के इतिहास और धर्म के बारे में शोध किया और सनातन धर्म को स्वीकार कर लिया। उन्होंने लिखा है कि कोई देश भारत से महान् नहीं और ना कोई अन्य

माँस की उत्पति वीर्य से होती है, अतः माँस भक्षण में महान् दोष है – (महा. अनु.)

धर्म सनातन धर्म (वैदिक धर्म) के समान है। उन्होंने आगे लिखा कि सम्पूर्ण संसार जब पढ़ना–लिखना नहीं जानता था तब भारत में वेद विद्या का उदय हो चुका था। जब बाकि दुनिया में शिक्षा भी नहीं थी तब भारत में गुरुकुल चला करते थे। वो कहते हैं कि ऐसी कोई किताब या धर्मग्रन्थ ही नहीं जो ऋग्वेद से पुराना हो। (वस्तुतः चारों वेदों से पुराना कोई ग्रन्थ नहीं क्योंकि वेद ईश्वर से उत्पन्न अनादि और अविनाशी विद्या है।) वह कहते हैं कि वैदिक सनातन धर्म ही एक मात्र धर्म है बाकि अन्य तो मानव निर्मित पन्थ हैं जोकि सनातन (वैदिक) धर्म के देखा–देखी, लोगों ने अपने नए–नए पन्थ बनाए, धर्म तो एक ही है, वह है सनातन धर्म जो मानव निर्मित नहीं है।

भाव यही है कि वैदिक मार्ग पर चलकर हम पुनः अपना जीवन ईश्वर द्वारा प्रेरित ऊपर लिखित चारों आश्रमों के आचरण में लाकर व्यतीत करें। फलस्वरूप ही मनुष्य परम सुख को प्राप्त होगा, अन्यथा नहीं। बालक 24 वर्ष तक जितेन्द्रिय ब्रह्मचारी रहकर वेद विद्या को ग्रहण करे, यह सम्पूर्ण जीवन की सुदृढ़ नींव बन जाती है। 24 वर्ष के पश्चात् गृहस्थाश्रम में प्रवेश करे और इस प्रकार रोग रहित रहे। गृहस्थाश्रम में भी विधिपूर्वक ब्रह्मचर्य का पालन अवश्य करे। इसके पश्चात् 50 वर्ष की आयु से वानप्रस्थ जीवन प्रारम्भ होता है जोकि त्याग मार्ग है, जिसमें वेद का ज्ञान अधिक से अधिक प्राप्त किया जाता है। जैसा कि अथर्ववेद में कहा–***''स्वाध्याये नित्ययुक्तः स्यात्''*** अर्थात् स्वाध्याय में नित्य लगे हुए वानप्रस्थी ज्ञानवृद्ध बनते हैं।

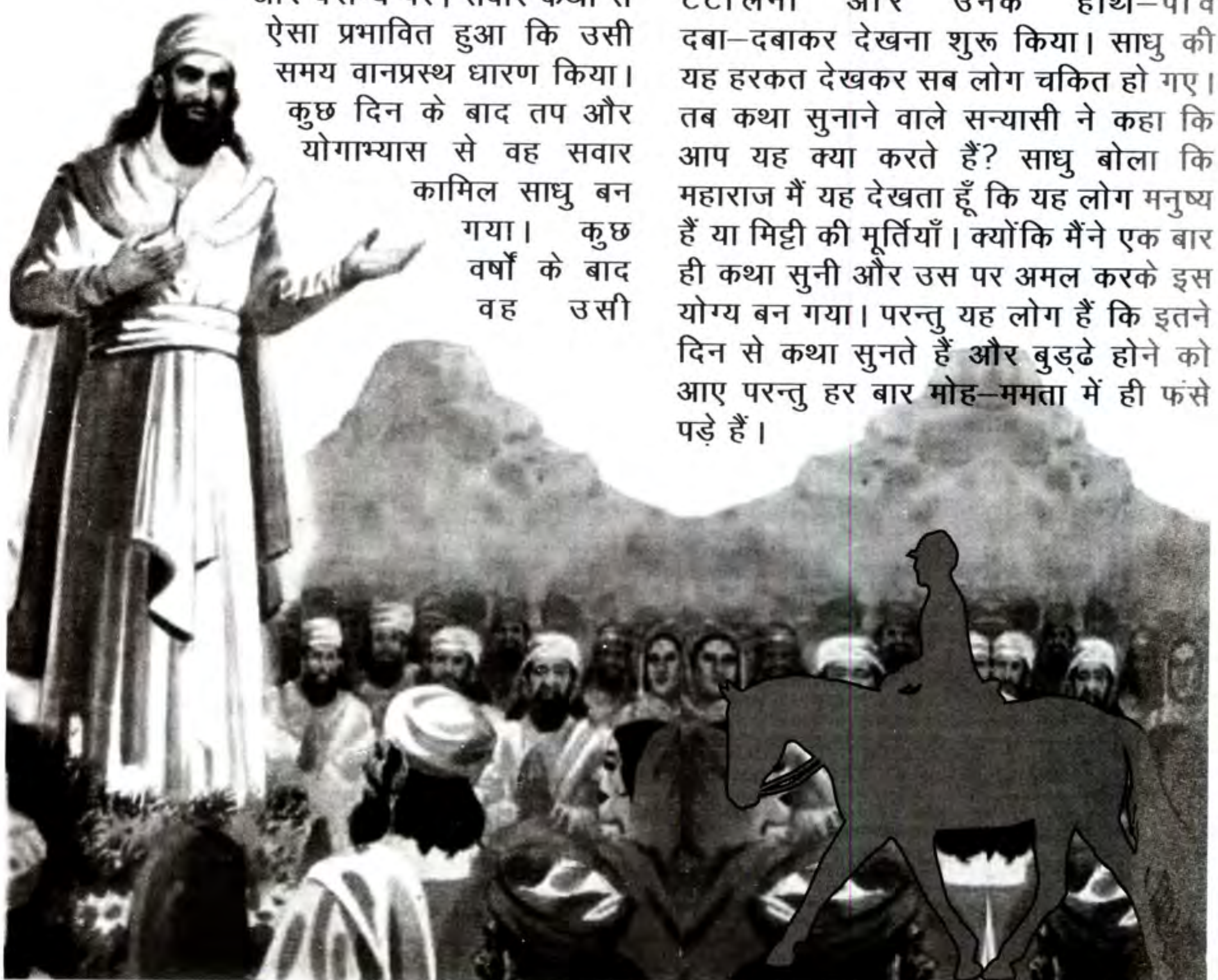
75 वर्ष की आयु से सन्यास आश्रम प्रारम्भ होता है जिसमें ''नाम अमन्वत' अर्थात् सब कामनाओं को पूर्ण करने वाले ईश्वर के नाम का मनन करते हैं। आज विश्व यह भूल गया है कि जब सृष्टि की उत्पत्ति होती है तब वह अमैथुनी सृष्टि कहलाती है। इस सृष्टि में ज्ञान देने वाला कोई नहीं होता क्योंकि पिछली सृष्टि के सभी मनुष्य, विद्वान् आचार्य आदि शरीर का त्याग कर चुके होते हैं। अतः केवल एक जन्म–मृत्यु से परे सर्वशक्तिमान्, सर्वव्यापक, सृष्टि रचयिता ईश्वर ही उस समय जीता–जागता तत्व होता है जिसमें से चारों वेदों का ज्ञान उत्पन्न होता है। यही सृष्टि का संविधान है। इसके अध्ययन से ही हमें जीवन व्यतीत करने का ज्ञान होता है। अतः हम पुनः वेद विद्या की ओर लौटें। VTV

जो दूसरों का धन चुराते हैं, वे दुःख पाते हैं – (महाभारत अनुशासन पर्व)

सच्चा श्रोता

ऋचा मित्तल
इंजीनियर (आई.टी.)

किसी मन्दिर में एक सन्यासी नित्य प्रति कथा किया करते थे। 10–20 श्रोता लोग भी ऐसे थे जिनका नित्य नियम था कि कथा आकर सुनते थे। एक दिन एक सवार भी उस मार्ग से निकला। कथा होती हुई देखकर सुनने को बैठ गया। कथा थी त्याग और वैराग्य पर। सवार कथा से ऐसा प्रभावित हुआ कि उसी समय वानप्रस्थ धारण किया। कुछ दिन के बाद तप और योगाभ्यास से वह सवार कामिल साधु बन गया। कुछ वर्षों के बाद वह उसी स्थान पर लौटकर आया तो देखता क्या है कि वही श्रोता विराजमान हैं। सन्यासी जी कथा सुना रहे हैं। सवार ने कथा के उपरान्त श्रोताओं को टटोलना और उनके हाथ–पाँव दबा–दबाकर देखना शुरू किया। साधु की यह हरकत देखकर सब लोग चकित हो गए। तब कथा सुनाने वाले सन्यासी ने कहा कि आप यह क्या करते हैं? साधु बोला कि महाराज मैं यह देखता हूँ कि यह लोग मनुष्य हैं या मिट्टी की मूर्तियाँ। क्योंकि मैंने एक बार ही कथा सुनी और उस पर अमल करके इस योग्य बन गया। परन्तु यह लोग हैं कि इतने दिन से कथा सुनते हैं और बुड्ढे होने को आए परन्तु हर बार मोह–ममता में ही फंसे पड़े हैं।



जीवन की दशा बदलनी है तो कर्म की दिशा बदलें

संपादक के विचार

ऋचा बेटी ने इस कथा के माध्यम से समाज को यह समझाने का प्रयास किया है कि वेद–शास्त्र आदि का सुनना तो अति आवश्यक है परन्तु सुनकर समझना और सुने हुए उपदेश को जीवन में धारण किए बिना ना तो सत्य स्थापित होता है और ना ही जीवन में सुख–शांति और ईश्वर की अनुभूति होती है।

ऋग्वेद मन्त्र 1/22/3 में उपदेश है कि सब मनुष्यों को वेद विद्या का उपदेश नित्य एवं निरन्तर सुनना चाहिए क्योंकि उपदेश के सुने बिना किसी भी मनुष्य को ज्ञान प्राप्त नहीं हो सकता। सामवेद मन्त्र 50 में भी ईश्वर की आज्ञा है कि मनुष्य नित्य प्रातः काल हिंसा रहित यज्ञ में बैठकर ईश्वर के दिए हुए कानों से वेदवाणी सुने।

ईश्वर ने ***अथर्ववेद मन्त्र 1/1/4*** में भी आज्ञा दी ***"श्रुतेन सङ्गमेमहि"*** हम वेद ज्ञान सुनने की प्रक्रिया से जुड़ें और "श्रुतेन मा विराधिषि" इस ज्ञान सुनने के कर्म से हम कभी अलग न हो जाएँ। वस्तुतः दुःख की बात यही है कि आज अधिकतर देश में वेद के ज्ञान को सुनने की प्रक्रिया समाप्त प्रायः है। इससे ईश्वर की आज्ञा ना पालन करने का दोष मनुष्य जाति पर आ गया है और मनगढ़न्त पूजा–पाठ करने पर भी प्रायः धनवान् अथवा गरीब मनुष्य दुःखी ही रहता है। अतः हम नित्य वेद सुनें।

परन्तु वेद सुनने के भी नियम हैं। सर्वप्रथम जिज्ञासु आचार्य से दीक्षा ले जिससे वह दूसरा जन्म धारण करके विद्या प्राप्त करने का अधिकारी बने। उसके लिए ब्रह्मचर्य व्रत पालन करना अनिवार्य है। अतः आचार्य के बताए हुए वैदिक नियम पर चलकर वह वेदों को सुने, समझे और उपदेश को जीवन में धारण करे। जैसे कहा– ***"श्रुतम् मयि एव अस्तु"*** अर्थात् आचार्य से सुना हुआ ज्ञान मुझमें ही स्थिर होए, अर्थात् मैं उसे आचरण में ले आऊँ। भाव यह है कि जिज्ञासु बनकर एकाग्र वृत्ति से हम वेद विद्या को सुनें, उसे याद करें, उसका चिन्तन मनन करें, ना समझ में आए तो आचार्य से प्रश्न–उत्तर करें और जब सत्य समझ में आ जाए तो उस विद्या को आचरण में ले आएँ। विद्या आचरण में नहीं होती तो सुनने का कोई लाभ नहीं। जैसे कि ***श्रीकृष्ण महाराज*** ने भगवद् गीता में कहा– ***"श्रुत्वा अपि न वेद"*** अर्थात् हे अर्जुन! किसी को तो यह विद्या सुनकर भी समझ नहीं आती,

भाव यह है कि फिर ऐसे सुनने का क्या लाभ?सुनकर भी पापी और ना सुनकर भी हम पापी ही तो बने रहेंगे।

महाभारत ग्रन्थ के वन पर्व में ***व्यासमुनि जी*** ने कहा है–

पढ़ने वाले, पढ़ाने वाले तथा शास्त्र का विचार करने वाले– यह सब तो व्यसनी और मूर्ख ही हैं। वस्तुतः पण्डित तो वही है, जो अपने शास्त्रों में कहे कर्तव्य का पालन करता है। यहाँ यह स्पष्ट है कि वेद विरुद्ध सुनना तो पाप है ही परन्तु जो केवल पढ़ते–सुनते इत्यादि ही हैं परन्तु सुनी हुई

मनुष्य झूठ और वेद के विद्वान् सत्य बोलते हैं (शतपथ ब्राह्मण 1/1/1/14)

विद्या को समझते नहीं हैं, समझने का प्रयास नहीं करते, प्रश्न–उत्तर नहीं करते, वे तो काम–क्रोध आदि अनेक व्यसनों में फंसे महामूर्ख हैं।

चारों वेद पढ़ा होने पर भी जो दुराचारी है, वह नीचता में शूद्र से भी बढ़कर है। जो नित्य अग्निहोत्र में तत्पर और जितेन्द्रिय है, वही ब्राह्मण है।

अतः वेदों में कही शिक्षा को आचरण में लाएँ। परमात्मा का ज्ञान वेद श्रवण, मनन तथा निदिध्यासन करने योग्य है। अतः वेद वाक्यों द्वारा ज्ञान सुनने का नाम ***''श्रवण''*** है, सुने हुए अर्थ को युक्तियों द्वारा मन से विचारने का नाम ***''मनन''*** और मनन किए हुए को जीवन में धारण करने का नाम ***''निदिध्यासन''*** है।

ऋचा बेटी की कथा यह समझाती है कि सन्यासी के पास जो नित्य वेद विद्या सुनने आते रहे, उन्होंने सुने हुए को याद नहीं किया, उसका मनन–चिन्तन नहीं किया, आचार्य से प्रश्न–उत्तर नहीं किया, इसलिए उन्हें सुना हुआ ज्ञान समझ नहीं आया, फिर वे उस ज्ञान को जीवन में कैसे उतार सकते थे। वे वर्षों सन्यासी से सुनते रहे और सुन–सुनकर वृद्धावस्था को भी प्राप्त हो गए। फिर भी ना उन्होंने ज्ञान सुनकर समझने की जिज्ञासा प्रकट की, ना चिन्तन–मनन आदि किया। इसलिए त्याग और वैराग्य विषय पर सुना हुआ ज्ञान, उन्हें ज़रा सा भी समझ में नहीं आया। वे वैसे के वैसे ही मोह–ममता, काम–क्रोध आदि वृत्तियों के शिकार बने रहे। परन्तु जब एक सच्चा श्रोता वहाँ आया और उसने उस ज्ञान को ग्रहण कर लिया, उसकी समझ में आ गया तो वह तुरन्त वैराग्यवान् हो गया और उसने वानप्रस्थ व्रत धारण कर लिया। कुछ समय पश्चात् वैदिक साधना, योगाभ्यास आदि द्वारा उसे और अधिक विद्या की समझ आई तो उसने सन्यास धारण कर लिया। वही सच्चा श्रोता जब वर्षों बाद उस मन्दिर में गया तो उसने देखा कि यहाँ तो वही पुराने श्रोता कथा सुन रहे हैं। तो क्या वे पत्थर बनकर कथा सुन रहे हैं? यह मनुष्य हैं या मिट्टी की बनी मूर्तियाँ हैं जो इतने दिनों कथा सुनते आए और वृद्ध हो गए परन्तु कथा सुनने का इन्हें कोई असर नहीं हुआ।

VIV

4 Simple Steps to Staying Happy

Yashvendra Singh

Happiness. A word that is easy to define but extremely tough to achieve. Volumes and volumes of books have been written on the secret to achieving happiness. Scientists have lent it a physiological basis while poets and romantics have explained it through matters of the heart.

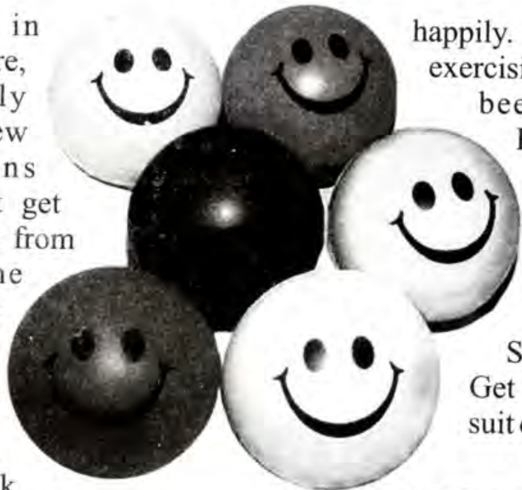
Without getting too deep into the underlying laws of happiness, and not encroaching too much on either's turf, here are four simple steps which, if followed dedicatedly, will open the doors of happiness for all and sundry.

1 HELP HELP HELP

This sounds very clichéd. And it will. All of us have been raised on a strong diet advocating helping others. But as they say, too much of everything is bad. With everyone sermonizing on the importance of 'helping' – right from kindergarten teachers to parents and from neighbors to relatives, it has lost its punch and efficacy. To help others is something as basic as speaking the truth. But even though we realize the value, we just stop at that. There has been no effort on our part to imbibe this important quality in our daily lives. Helping others doesn't take much. Donating blood to a critical patient or bailing a friend by paying a huge sum of money don't alone count as assistance. Dropping a colleague on the way home after office or lending your phone charger to someone equally qualify. It is the extended hand for help that counts rather than what that hand offers. Try it the next time. There's 100 percent happiness guaranteed!

2 A BUSYBODY

You must be wondering what has staying busy got to do with happiness. Well, a lot. Just try recalling the days when you really



worked hard in office. I am sure, you can easily remember a few such occasions when you didn't get the time to raise from heads from the desk. It comes easy to you also because a majority of the days are lean in terms of work pressure. For most of us, tough work days are few and far between. But have you realized those particular days you left office late, after putting in a hard day's work, there was a spring in your step? There was a different feeling -- a feeling of satisfaction and happiness. This is because hard work gives us a sense of self-worth. Being idle gives a false sense of short-term happiness. Working hard is the solution to permanent happiness. Try fitting more such 'busy' days in a month.

3 MOVE THAT BODY

This one has a scientific basis to it. Exercising releases certain mood-elevating hormones in the blood stream, leading to a happy state of mind. By exercising, we don't imply that you pump iron. A 30-minute brisk walk is good enough to let you coast through a day happily. There is another benefit of exercising. This one, however, hasn't been proven scientifically. Regular physical activity keeps you in good shape, which boosts your self-confidence and self-esteem. These are two essential ingredients for happiness. So, what are you waiting for? Get those sneakers and that track suit out. Right now!

4 BE AMBITIOUS SET A GOAL

Without a goal, one drifts. In the absence of an aim in life, each day passes monotonously. If I were to ask you to pick out five days from the last month that were different from the normal, it will be a tough ask for most of us. Since we wake up every morning without any purpose or a sense of achieving something, each day is as mundane and routine as another day. By setting a goal, however impossible or improbable it may be, suddenly changes the whole equation. You want to wake up and work towards achieving that goal. It gives you that kick, lets you access that extra energy from your reserves. You want to read more, learn more, discuss more. Suddenly life has zing, it has a meaning. Believe me, the journey to the destination is full of excitement and happiness. A Steve Jobs or a Bill Gates had as much fun in climbing the mountain of success as they

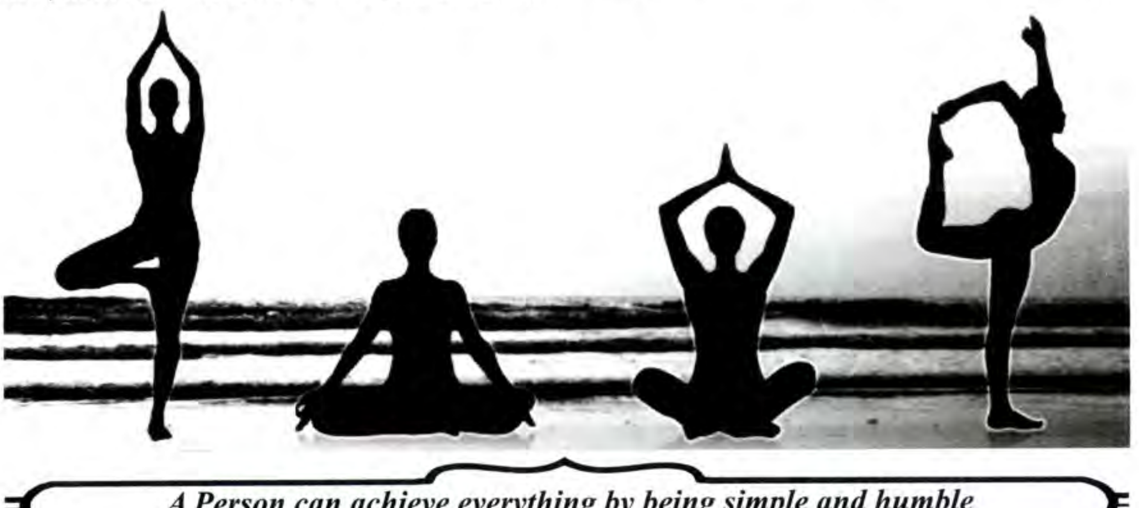
had after reaching the summit.

Further Insight by the Editor

Yes, happiness is a subject matter which is extremely tough to achieve. Whatever has been written by dear son, Yashvendra is true, keeping in view the present worldly situation i.e., giving help, to keep ourselves busy, to do daily exercise and to be ambitious.

So, if we firmly, steadfastly, consistently and even eagerly adopt the said steps in our daily life, we may attain better life as compared to a normal person. In addition, we should not forget spiritualism, as God in all four Vedas preaches that one should get progress in worldly matters as well as in spiritualism simultaneously. In this connection, ***Atharvaved mantra 11/3(1)/3*** states, if we get progress only in worldly matters as stated in the article like to help others, including agriculture, education, science etc., then our whole life will become full of sins because everybody knows that only daily vedic worship like practice of Ashtang Yog, name jaap etc., keeps us away from doing impious deeds/sins while also getting progress in worldly affairs like education, science, agriculture etc. Spiritualism also enables us to control our senses, perceptions and thus helps to destroy illusion. And if we get progress only in spiritualism then in the absence of the worldly progress as quoted above, our physique cannot be maintained well as we will not be able to take food, clothes, house, education and other benefits of science properly. In this way, our life will be same as that of a backward tribe living in dense jungle, being uncivilized.

It is only spiritualism which enables us to discharge our duties well and to do long time services towards mankind, selflessly. You see, ***Atharvaved*** states that main motto of human-life is to realise God while discharging our moral duties and helping others. So, we must get both progress simultaneously. VIV



A Person can achieve everything by being simple and humble

ईश्वरीय ज्ञान वेद विश्व ने भुलाया ईश्वर ने विश्व को भुला दिया

(यजुर्वेद मन्त्र 2/23)

स्वामी रामस्वरूप 'योगाचार्य'

आज देश भिन्न–भिन्न प्रकार की अनेक समस्याओं की गिरफ्त में आ चुका है। नोटबंदी से केवल गरीब परेशान हुए, कई मृत्यु के ग्रास में चले गए। केन्द्र और प्रदेश के कानून को ठेंगा दिखाते हुए नारी तो नारी दो, चार, दस, बारह, सोलह आदि आयु की बच्चियों से भी दरिन्दों ने बलात्कार करके उनकी मासूमियत को छीन लिया। कई अपराधिक घटनाओं में तो बच्चियों से दुष्कर्म करके अपराधियों ने उनको मौत के घाट उतार कर फेंक दिया। ऐसी बेशर्म एवं हृदय को कंपा देने वाली दुःखदायी एक भी घटना पिछले युगों के वैदिक काल में सुनने को नहीं मिलती थी। उस समय ऋषि प्रणीत ग्रंथों में वर्णन करते हुए ऋषियों ने कहा है कि वैदिक ज्ञान एवं वेदों में वर्णित विशुद्ध राजनीति के कारण

माता के समान शरण नहीं आश्रय नहीं, रक्षक नहीं और दूसरी कोई प्रिय वस्तु नहीं - (शांति पर्व)

"कामी क्रोधी कदर्यो वा न.... " ***अर्थात् उस समय समाज में काम वासना युक्त कोई नर–नारी, क्रोध की वृत्ति वाला मनुष्य अथवा नारी एवं कंजूस पृथिवी पर नहीं था।"*** यह वैदिक विशुद्ध राजनीति के प्रभाव से संभव था। अतः आज दण्ड व्यवस्था का डर देशवासियों में न होने के कारण देश की दुर्दशा और बच्चियों पर हुए दुष्कर्म का पूर्ण रूप से आरोप, वेद विहीन, हमारी पिछली और वर्तमान की सरकारों पर हम क्यों न लगाएँ, जो कर (टैक्स) तो देशवासियों से लेती है और उस कर से रक्षा अपनी करती है।

आज़ादी के बाद ऐसा नहीं कि हमारी सरकारों ने किसानों, गरीबों की तरफ ध्यान नहीं दिया। परंतु केवल इतना ही दिया कि अधिकतर किसान दुःख के आँसू बहाते, उनके बच्चे सुबक–सुबक कर रोते और अनेक प्रकार की परेशानियों को झेलते हुए बड़ी मुश्किल से पेट भरकर भोजन खा सकें। उनकी शिक्षा, खेतों और मकानों में बिजली आपूर्ति, गाँव में शोचालय एवं स्वच्छता, उनके बच्चों की पढ़ाई–लिखाई का कुप्रबंध न होकर सुप्रबंध करना, स्वास्थ्य संबंधी गंभीर बीमारियों का तुरन्त इलाज होना आदि समस्याओं का हल अभी दूर की बात है। खेती बाड़ी में बीज एवं खाद तथा पानी आदि की समस्याओं का समाधान, फसलों का उचित दाम प्राप्त कराना आदि समस्याओं से देश के गरीब किसान तथा गरीब तबका दुःखी है। इस समस्या से बुरी तरह पीड़ित किसान अपनी टमाटर, आलू एवं अन्य सब्जियों की फसल को या तो सड़कों पर फेंककर बर्बाद कर रहा है अथवा मुफ्त में बांटे जा रहा है परन्तु हम में से अथवा हमारी सरकार में कितने हैं जो किसानों के इस दर्द को समझते होंगे। सरकार तो शायद सब कुछ अनदेखा किए जा रही है। हमारे कृषि प्रधान देश में किसानों एव गरीबों की ऐसी दुर्दशा पिछले वैदिक काल के युगों में कभी नहीं देखी गई। मैं अमेरिका सहित कई देशों में वैदिक प्रचार करने गया और वहां पाया कि उन देशों का प्रत्येक किसान खुशहाल है। किसानों, गरीबों द्वारा आत्महत्या, टोल टैक्स जैसे स्थानों पर डकैती, मारपीट और गुंडागर्दी, वृद्ध अवस्था में एक साथ रहते अकेले दंपत्तियों के घर लूट–पाट एवं उनकी हत्याएँ, कहीं डाका, कहीं चोरी, दलित वर्गों पर अत्याचार, देश के कई स्थानों पर अन्न और जल की कमी से मृत्यु एवं परेशानी, कश्मीर में अलगाववाद की समस्या तथा वहाँ उभरता आतंकवाद, पाकिस्तान द्वारा कश्मीर मसले को लेकर नित्य सीमा पर

विदेश में विद्या, गृह में पत्नी मित्र है, रोगी का मित्र औषधी और मरे हुए का मित्र धर्म है – (चाणक्य नीति)

उल्लंघन एवं छद्म युद्ध तथा घुसपैठ, गोलाबारी एवं हमारे जवानों का शहीद होना, केवल सत्ता हथियाने के लिए देश में घिनौनी राजनीति का प्रसार, नक्सलवाद तथा संसद एवं विधान सभा में अभद्र भाषा का प्रयोग एवं हाथापाई तथा स्वार्थ सिद्धि के लिए दल–बदलुओं की बढ़ौतरी, बेरोज़गारी, महंगाई आदि ऐसी अनेक समस्याएँ प्रतिदिन देश में ऐसे बढ़ती जा रही हैं जैसे बरसात के मौसम में खेत में अनचाही घास–फूस इत्यादि इतनी बढ़ जाती है कि असल फसल छिप जाती है और घास–फूस फसल से भी बढ़कर ऊँची हो जाती है।

अब इस विषय में कोई क्या कहे कि आज़ादी के बाद यह समस्याएँ बढ़ी ही हैं, घटी नहीं हैं। तो क्या हमारे भारतवर्ष के सुन्दर भविष्य पर प्रश्नचिन्ह लग चुका है और चुनावी अवसर पर क्या देश के नेता जनता से झूठे वायदे करते हैं? यह बात समझ नहीं आती कि सरकार का जब गठन हो जाता है तो देश की मुख्य समस्याओं से निबटने के लिए नेतागणों की पिछले सत्तर साल से क्या नीयत रही है? सुलझाने की अथवा पाँच साल गरीब जनता के टैक्स पर अहंकार एवं अभिमान पूर्ण रवैये से स्वयं को चमकाने की?अन्यथा हमारे पश्चात् भी कई देश आज़ाद हुए उन्होंने भी कुछ भ्रष्टाचार सहित तरक्की की, गरीबी पर काबू पाया, इत्यादि। लगता है उनकी नीयत अधिकतर साफ थी।

सम्पूर्ण भूतों के लिए जिन धर्मों का विधान किया गया है, उनमें अहिंसा ही सबसे बड़ी मानी गई है - (शांति पर्व)

ऋग्वेद में कहा कि मनुष्य का यह कर्तव्य है कि वह सब सुखों को प्राप्त करके अन्यों को भी सुख दे तथा परमात्मा को जानकर अधर्म से अलग होकर सत्य धर्म का सेवन करे। तो क्या ये वैदिक शिक्षाएँ केवल पढ़ने–सुनने के लिए ही होती हैं, इन पर आचरण नहीं होता। क्यों नहीं होता? क्योंकि प्रायः हमारे देश में अमीर अमीर होता गया, गरीब गरीब होता गया और सरकार की ढुल–मुल नीति के कारण अमीरी और गरीबी में ऊँच–नीच की भावना बनी रही। इसी कारण जातिवाद एवं आरक्षण आदि की समस्याओं ने देश को खोखला करके रख दिया।

ऋग्वेद में कहा कि जनता साथ–साथ मिलकर उन्नति करे और सदा हिंसा रहित वातावरण बनाकर रखे। जब सरकार ने ऐसी सत्य शिक्षा देने वाले वैदिक ज्ञान को ही परे फैंक दिया तब अब क्या किया जाए? मनुष्य की एक ही जाति है कि वह मनुष्य है। वेद ने कहा कि मनुष्य जाति के कल्याण के लिए ईश्वर ने वेद प्रकाशित किए हैं। ***वेद–शास्त्र, ग्रंथ आदि हमारी संस्कृति हैं जिन पर चलकर ही देश सुदृढ़ होता है।*** पिछले युगों में प्रत्येक धार्मिक राजाओं एवं नेताओं ने इस संस्कृति के उपदेश घर–घर पहुँचाए थे जिस कारण ही सम्पूर्ण पृथिवी पर सुख–शांति का वास था एवं पृथिवी धन–धान्य से परिपूर्ण थी। आज हमारे देश के नेताओं ने कोरी कुर्सी हथियाने वाली वेद–विरुद्ध राजनीति का निर्माण करके प्रजा को प्राकृतिक आपदा, मज़हबों की लड़ाईयों और ऊपर लिखी अनेक समस्याओं में धकेल दिया है, जनता दुःखी है। ऋग्वेद में कहा मंत्री प्रजा को सुखी रखें, उन्हें न्याय दें। राजा प्रजा का अपने बच्चों के समान पालन करे। सब प्रजा को सुशिक्षा देने की व्यवस्था करें, अन्न–धन की उन्नति करें जिससे सबको भरपेट अन्न प्राप्त हो। परन्तु शायद मन्त्रियों ने इसे यूँ लिया कि यह ज्ञान उनके और उनके परिवार के लिए है। अतः दुःख की बात है कि अपनी संस्कृति का ज्ञान न होने के कारण मंत्रियों और राजा आदि को इस वैदिक विशुद्ध राजनीति एवं अपने कर्तव्य कर्मों का बिल्कुल भी बोध नहीं है। तब फिर दुःखी प्रजा तो बेचारी राम–भरोसे ही जी रही है। अंत में मैं यहाँ इतना ही अथर्ववेद का ईश्वरीय उपदेश लिखता हूँ जिसमें कहा कि जब कोई भी मनुष्य राजा हो, मंत्री हो, कोई भी हो वह यदि केवल भौतिक उन्नति पर ध्यान देगा और वैदिक आध्यात्मिकवाद को बिल्कुल नज़रअन्दाज़ कर देगा तब आध्यात्मिकवाद के अभाव में उसे पाप कर्म करने, भ्रष्टाचार करने, हिंसा और

मनुष्य प्रातः कालीन संध्या में बैठकर, जप करके रात्रिकालीन मानसिक दोषों को दूर करता है – (मनु स्मृति)

अन्याय करने जैसे अनेक कुकर्मों को करने से कोई नहीं रोक सकेगा। देश में पुनः राम राज्य लाने के लिए श्री राम, श्री कृष्ण, राजा हरिश्चन्द्र जैसे अनेक राजाओं के जीवन में स्थापित वैदिक गुणों को वर्तमान के राजाओं एवं नेताओं तथा प्रजा को भी अपनाने की आवश्यकता है अन्यथा कुर्सी हथियाने की घिनौनी राजनीति जिसमें नेताओं द्वारा एक–दूसरे पर दोषारोपण, प्रत्यारोप, गाली–गलौच, हिंसा, नफरत आदि न जाने कितने अवगुणों से भरपूर घिनौनी राजनीति का दौर कभी रुकने वाला नहीं जिसमें केवल गरीब जनता ही पिसती रहेगी।

कानूनी व्यवस्था को दृढ़ता से लागू न करने के कारण विदेशियों ने हमें मिटाने के लिए हमारी संस्कृति पर प्रहार किया, देश के नौजवानों/ विद्यार्थियों में नशाखोरी और कई अन्य विकार फैलाकर देश को कमज़ोर किया है। अन्यथा अथर्ववेद में उपदेश है जब अग्नि के समान तपस्वी राजा/ राजनेता लुटेरों, डाकुओं और चोरों को अपने आधीन करता है, प्रजा का लिया हुआ कर लेकर दुष्टों को दण्ड देता है तथा देश के शत्रुओं को दण्ड देता है एवं देश के शत्रुओं से युद्ध करके उनका हिंसन करता है तब राज्य में शांति स्थापित होती है।

आज राजनीति में ऐसी–ऐसी शिक्षाओं का कोई औचित्य नहीं रहा फलस्वरूप जिधर देखो चोरी, डकैती, अन्याय इत्यादि उक्त समस्याओं से देश की जनता असहाय हीन तथा दुःखी है परन्तु नेतागण अपनी ज़ेड श्रेणी की सुरक्षा में निश्चिन्त हैं।

आज यह कैसी घिनौनी राजनीति आई जिसकी शरण में अधिकतर गुण्डे पल रहे हैं और जिस

राजनैतिक पार्टी ने किसी राजनेता को पाला–पोसा बड़ा किया, मंत्री आदि का पद दिया वही राजनेता पार्टी से नमकहलाली न करते हुए दल–बदलु का तमगा लेकर ऊँचे–ऊँचे पदों को पाने की लालसा में भिन्न–भिन्न पार्टियों में चले जाता है। इसका ज्वलंत उदाहरण कांग्रेस के वयोवृद्ध नेता एन.डी.तिवारी जी भी हैं जो अपने सुपुत्र को एम.एल.ए. का टिकट दिलाने के लिए बी.जे.पी. को बाहर से समर्थन देंगे और बेटे को टिकट दिलवाएँगे। मैं अधिक क्या लिखूँ बी.जे.पी. में जितने भी अधिकतर वयोवृद्ध नेता हैं अथवा ऐसे वयोवृद्ध नेता जिन्होंने अपनी–अपनी नई पार्टियाँ बनाई थीं ये सब ऐसी पुरानी पार्टियों को छोड़कर ही निकले हैं जिस पार्टी ने इन्हें रुतबा दिया था। तो क्या आज ऐसे नेताओं ने उस पुरातन पार्टी से निकलकर नई पार्टी में किसी समस्या का सामना नहीं किया। अच्छा होता ये नेता अपनी पहली छोड़ी हुई पार्टी में ही रहकर उसमें उठी समस्याओं का समाधान करते तो आज हमारा देश उन्नति के शिखर पर होता। तो क्या आज की राजनैतिक पार्टियाँ झूठे वायदे करके केवल कुर्सी हथियाने की ही लालसा में रहती हैं अथवा उन्हें देश की तनिक भी चिंता है कि नहीं कि देश अपने पुरातन राम राज्य जैसे सुख को त्याग चुका है और देश की जनता महा दुःखी है। पर्यावरण समस्या ने देश में कई प्रकार की बीमारियों से देशवासियों को त्रस्त किया। यह सब आज तक की आई सरकारों की कुनीतियों का ही परिणाम है। वनों को काट–काट कर नदियों के बाँध को ठीक दिशा न देकर देश में रिश्वतखोरी आदि के द्वारा सड़क, पुल, इमारतों, रेल की पटरियों और अनेक प्रकार के निर्माण कार्यों को खोखला कर दिया।

वेद कहते हैं यज्ञ करने से पर्यावरण में प्रदूषण समस्या पूर्णतः नष्ट हो जाती है। पर हमारी सरकारों ने वेद विद्या का प्रसार न करके यज्ञ का संदेश श्री राम, श्री कृष्ण आदि की तरह घर–घर नहीं पहुँचाया और इस प्रकार सत्य छिप गया और आसाराम वाला, राधे माँ वाला, संत रामपाल वाला अथवा वेद–विरुद्ध अपने विचार फैलाने वाला मार्ग बनता चला गया। 1948 में पाकिस्तान द्वारा भेजे कबालियों का कश्मीर पर आक्रमण और बाद में कश्मीर पर उठी समस्याओं को हल्के में लेते हुए हमारी सभी सरकारों ने एवं राजनैतिक पार्टियों ने सचमुच आज कश्मीर समस्या को एक नासूर का रूप दे दिया है। यह सभी हमारे नेताओं की अदूरदर्शिता का परिणाम है जिसका फल दुःख के रूप में जनता भोग रही है। VIV

गुरु शिष्य संवाद

स्वामी रामस्वरूप 'योगाचार्य'

शरद ऋतु का प्रारम्भ है। पौर्णमासी के चन्द्रमा की छिटकी हुई मनोहर चाँदनी में, खुले आकाश के नीचे बैठे विद्यार्थी गण आपस में पूर्णिमा से प्राप्त होने वाली पूर्णता के विषय में विचार–विमर्श कर रहे हैं। इस बीच आचार्य का आगमन होता है और विद्यार्थी अपने स्थान से उठकर आचार्य का अभिनन्दन करते हैं।

आचार्य– प्रिय विद्यार्थियों, प्रकृति से भी हमें ज्ञान प्राप्त करने की प्रेरणा प्राप्त होती है। जैसे आज पूर्णिमा का दिन है। इस दिन चन्द्रमा पूर्ण होता है और वह सोलह कलाओं से युक्त होता है। पूर्णिमा हमें भी सोलह कला सम्पन्न बनने की प्रेरणा देती है।

ऋचा बेटी, बताओ वे सोलह कलाएँ क्या हैं?

ऋचा– हे आचार्य! ***यजुर्वेद मन्त्र 32/5*** के अनुसार ईश्वर ने ये सोलह वस्तुएँ बनाई हैं:–

प्राण, श्रद्धा, आकाश, वायु, अग्नि, जल, पृथिवी, इन्द्रिय, मन, अन्न, वीर्य, तप, मन्त्र, कर्म, लोक और नाम

विद्यार्थी को सुख कहाँ और सुख चाहने वाले को विद्या कहाँ? – चाणक्य नीति

आचार्य– बहुत अच्छा, बेटी। सोमेन्द्र, बताओ ईश्वर में कितनी कलाएँ होती हैं?

सोमेन्द्र– हे आचार्य! ***यजुर्वेद मन्त्र 40/8*** में ईश्वर को ***''शुक्रम्''*** कहा है जिसका अर्थ है– सर्वशक्तिमान् अर्थात् अनन्त शक्तियों को धारण करने वाला। अतः ईश्वर अनन्त कलाओं वाला है।

आचार्य– बहुत अच्छा, सोमेन्द्र बेटा। आप पुनः बताएँ कि माता–पिता, आचार्य/गुरु की सेवा से किस फल की प्राप्ति होती है?

सोमेन्द्र– हे आचार्य! व्यासमुनि कृत महाभारत ग्रन्थ के अनुशासन पर्व में कहा है कि जो मनुष्य माता–पिता, बड़े भाई, गुरु और आचार्य की सेवा करता है और उनके गुणों में कभी दोष–दृष्टि नहीं करता, उसका अगला जन्म भी सुखमय होता है और वह सबके द्वारा सम्मानित स्थान प्राप्त करता है। मन को वश में रखने वाला वह मनुष्य गुरु सेवा के प्रभाव से कभी नर्क (दुःखों) को प्राप्त नहीं होता।

आचार्य– शाबाश बेटा, सोमेन्द्र! हे पुत्र, ओमेन्द्र अभी–अभी दशहरा–विजय दशमी का पर्व सम्पूर्ण हुआ है। आप हमें श्रीराम जी के कुछ गुणों का वर्णन करें।

ओमेन्द्र– हे आचार्य! वाल्मीकि रामायण के बाल काण्ड में कहा है कि तप और स्वाध्याय में रत, वक्ताओं में चतुर एवं मुनियों में श्रेष्ठ, नारद जी से तपस्वी वाल्मीकि मुनि ने पूछा हे भगवन्! इस संसार में गुणवान्, शूरवीर, धर्मज्ञ अर्थात् कर्तव्य को जानने वाला, किए हुए उपकार को न भूलने वाला, सत्यवादी और दृढ़ प्रतिज्ञ कौन है?

उत्तर में देव ऋषि नारद बोले– हे ऋषि, वाल्मीकि जी! इक्ष्वाकु वंश में उत्पन्न श्रीराम लोगों में विख्यात हैं। वह अति बलवान्, तेजस्वी, धैर्यवान् और जितेन्द्रिय हैं। श्रीराम बुद्धिमान्, नितिज्ञ अर्थात् नीति को जानने वाले, मधुर भाषी, श्रीमान्, शत्रु नाशक, बड़े भारी धनुष को धारण करने वाले हैं। वह धर्म के ज्ञाता, सत्य प्रतिज्ञ, परोपकारी, कीर्तियुक्त, ज्ञाननिष्ठ, पवित्र, जितेन्द्रिय और अष्टाँग योग द्वारा समाधि लगाने वाले हैं।

बुद्धिमान् पुरूष वैदिक प्रमाण से धर्म के सूक्ष्म स्वरूप का निर्णय करे – (शांति पर्व)

वह प्रजापति, ब्रह्म के समान प्रजा के रक्षक और सबके पोषक हैं। वह शत्रुओं का नाश करने वाले, प्राणी मात्र के रक्षक और धर्म के प्रवर्तक हैं। श्रीराम वेद और वेदाङ्गों के मर्म को जानने वाले हैं। वह लौकिक तथा अलौकिक, दोनों क्रियाओं में कुशल हैं। ऐसे अनेकों गुणों को धारण करने वाले श्री राम प्रातः स्मरणीय और सदा आदरणीय हैं।

आचार्य– हे ओमेन्द्र! बहुत अच्छा, आपने वाल्मीकि रामायण का प्रमाण देकर श्रीराम के उत्तम गुणों का वर्णन किया है। बेटी ऋचा, श्रीराम के कुछ और गुणों का वर्णन करो।

ऋचा– हे आचार्य! श्रीराम दिव्य पुरुष हुए हैं। वह लोभ, मोह, अहंकार, सुख–दुःख आदि से परे थे। जब उन्हें राज्य पद पर अभिषिक्त किए जाने की सूचना मिली तो उन्हें कोई लोभ, मोह, अहंकार नहीं छू पाया। खुशी से फूले न समाए हों, ऐसा भी उनके साथ नहीं हुआ अपितु वह शान्त स्वभाव थे और सुनकर उन्होंने सीता माता के साथ बैठकर वेद मन्त्रों से हवन किया। आज की तरह विपक्ष को चिढ़ाने के लिए न गले में हार पहना, न ढोल बजाए और न कोई भीड़ इकट्ठी की। वह उचित क्रोध करने वाले निष्पाप थे। श्रीराम के विषय में स्वयं राजा दशरथ ने यह कहा है कि सत्य, दान, तप, त्याग, मैत्री, पवित्रता, सरलता, वेद विद्या और गुरुओं की सेवा, ये सब गुण श्रीराम में विद्यमान हैं।

जब श्रीराम, लक्ष्मण और सीता चौदह वर्ष के लिए वनों में गए तब सीता जी ने श्रीराम से कहा– "हे आर्य! शस्त्र धारण करने से बुद्धि मलिन हो जाती है। (अतः आप वन में शस्त्र द्वारा राक्षसों के वध का विचार त्याग दें।)" श्री राम ने उत्तर दिया– "हे सीते! मैंने ऋषियों के समक्ष जो उनकी रक्षा करने की प्रतिज्ञा की है, अपने जीते जी मैं उसे अन्यथा नहीं कर सकता क्योंकि सत्य मुझे सदा प्रिय रहा है। अतः मैं शस्त्र त्याग नहीं कर सकता।

मनु भगवान् ने सम्पूर्ण कर्मों में अहिंसा का ही प्रतिपादन किया है – (शांति पर्व)

मैं अपने प्राण त्याग कर सकता हूँ, लक्ष्मण सहित तुम्हें छोड़ सकता हूँ परन्तु अपनी प्रतिज्ञा, जो ब्राह्मणों, ऋषियों के समक्ष की है, कभी नहीं छोड़ सकता।"

यह है श्रीराम का ऋषि–मुनियों, गुरुजनों के प्रति सेवा, आदर, मान–सम्मान। विपरीत में जब कैकेयी ने श्रीराम को चौदह वर्ष के लिए वनों में जाने की आज्ञा और भरत का राज्याभिषेक सुनाया तब वाल्मीकि जी लिखते हैं कि कैकेयी के इस प्रकार के कठोर वचन बोलने पर श्रीराम को कोई शोक नहीं हुआ। वह तनिक भी दुःखी नहीं हुए और बिना पिता की आज्ञा लिए वह कैकेयी से बोले– "बहुत अच्छा–ऐसा ही होगा।" यह है श्रीराम के अनेक गुणों में से एक का उदाहरण। परन्तु आज चुनाव की जीत हार में क्रमशः अहंकार एवं दुःख लगा ही रहता है।

आचार्य– बहुत अच्छा, बेटी! वस्तुतः वाल्मीकि रामायण लिखने का मूल कारण यही था कि आने वाली पीढ़ियाँ इस रामायण का अध्ययन करके श्रीराम आदि के गुणों को जीवन में धारण करेंगी। वेद विद्या के अभाव में आज यह दुःख की बात है कि हमने वाल्मीकि रामायण का अध्ययन समाप्त प्रायः कर दिया और श्रीराम के गुणों को भी नज़र अन्दाज़ करके केवल उन्हें उनकी पूजा तक सीमित कर दिया। हमें पुनः वाल्मीकि जी के प्रयत्न को सार्थक करने के लिए वाल्मीकि रामायण का अध्ययन, मनन एवं चिन्तन करके श्रीराम के गुणों को जीवन में धारण करना होगा। फलस्वरूप ही हम भौतिक एवं आध्यात्मिक, दोनों उन्नति करके दीर्घायु युक्त सुखी जीवन व्यतीत करने में सफल होंगे और हमारा राष्ट्र सुदृढ़, रक्षित एवं सम्पन्न राष्ट्र होगा। इसे ही राम राज्य कहते हैं। VIV

वाल्मीकि रामायण

जैसे गली–सड़ी जड़ वाले वृक्ष बहुत देर तक नहीं ठहरते उसी प्रकार, पापी–क्रूर और लोक निन्दित मनुष्य ऐश्वर्य पाकर भी चिरकाल तक जीवित नहीं रहते।

जैसे ऋतु के आने पर वृक्ष स्वयं पुष्पित हो जाते हैं उसी प्रकार समय आने पर जीवों को उनके किए पाप कर्मों का घोर फल अवश्य प्राप्त होता है।

अश्रद्धा सबसे बड़ा पाप है और श्रद्धा पाप से मुक्ति दिलाने वाली है – (शांति पर्व)

मेरे गुरु मेरे राम

सौम्या ग्रोवर
सुरभि ग्रोवर

तुम ही हो मेरे सच्चे प्राण
पल-पल आती तेरी ही याद
नयन झलकते बारम-बार
खोकर तेरी यादों में
मैं भूलजाती संसार
मेरे गुरु मेरे राम
तुम ही हो मेरे सच्चे प्राण
तेरे बिना न रहन जावत
हृदय हुए बेकरार
लगता नहीं अब कोई वाण
तीर लगा जो हृदय के पार
मेरे गुरु मेरे राम
तुम ही हो मेरे सच्चे प्राण
तरसी अखियाँ देखन तुमको
अंदर नजर आए, तू वो जान
चरणों में ही शीश मेरा रहे
यही आस लगाए हूँ
मेरे गुरु मेरे राम
तुम ही हो मेरे सच्चे प्राण
कैद इस बंगले में, हे गुरुवर
पाऊँ कैसे तुमको मैं
हृदय की पुकार, हे मेरे गुरुवर
मेरे गुरु मेरे राम
तुम ही हो मेरे प्राण॥ VIV

B.R.
9417074752

Sherry
9417027923

HAPPY BAISAKHI

B.R. Enterprises

Wholesale Readymade Garments

J-12-13-15, Dalhousie Road, Pathankot
Ph. : (O) 2227923, (R) 2255892
E-mail : mahajan.sherry@yahoomail.com

SPECIALIST IN :

- Designer Suit Stitching
- Designer Blouses
- Machine & Hand Embroidery
- Lehangha Choli
- Western Dresses
- Night Suit & Nighty
- Laces
- Hand Work Material

KAVITA BOUTIQUE

OPP. DEWAN JANJ GHAR,
MANDIR MORH, SARWAL, JAMMU
Mb.: 90861-36713

बैसाखी मुबारक

Parshotam Kumar Brij Bushan

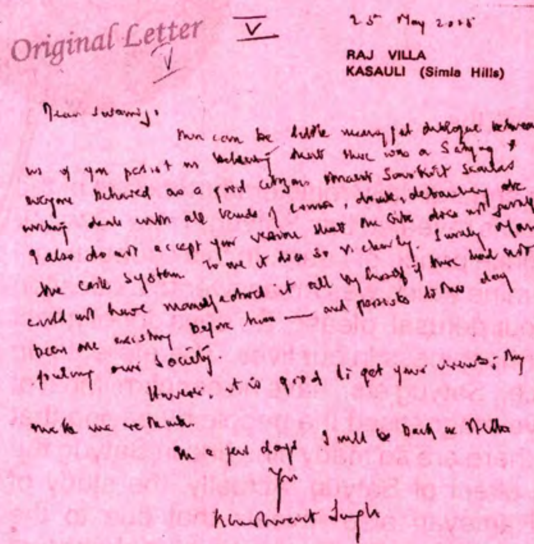
HAPPY BAISAKHI

WHOLESALE & RETAILER OF KARYANA ITEMS

Ware House Road, Vikram Chowk, Jammu (J&K)
Ph.: 0191-2454900, Mob.: 94191-29721

Correspondence between
Swami Ram Swarup 'Yogacharya' & Late S. Khushwant Singh Ji

(Continued)
(on the subject of Atheism & Casteism etc.)


Original Letter V

25 May 2005

RAJ VILLA
KASAULI (Simla Hills)

Dear Swamiji,

There can be little meaning of dialogue between us if you persist on believing that there was a Satyug & everyone behaved as a good citizen. Ancient Sanskrit scholars ... working deals with all kinds of crimes, drunk, debauchery etc. I also do not accept your version that the Gita does not glorify the caste system. To me it does so v. clearly. Surely ... could not have manufactured it all by himself if there had not been one existing before him — and persists to this day fouling our society.

However, it is good to get your views; they make me rethink.

In a few days I will be back in Delhi.

Yrs
Khushwant Singh

25th May, 2005
RAJ VILLA
KASAULI (SIMLA HILLS).

Dear Swamiji,

There can be little meaning of dialogue between us if you persist on believing that there was a satyug and everyone behaved as a good citizen. Ancient sanskrit.......................working deals with all kinds of ...., drunk, de................ etc. I also donot accept your version that the Gita does not glorify the caste system. To me it does so very clearly. Surely............ could not have manufactured it all by himself if those had not been one existing before him........and persists to the day fouling our society.

However, it is good to get your views. They make me rethink.

In a few days I will be back in Delhi.

Your's
Khushwant Singh.

Swami Ramswarup, Yogacharya
Ved Mandir, Tikka Lehsar
Yol Bazaar, Yol camp,
District Kangra (H.P.)
PIN- 176052
1-6-2005.

Respected Shri Khushwant Singhji,
Namaste,

As per the research and the daily registers/notebooks of the public and other documents, it is revealed that Satyug, Treta, Dwapur and Kalyug mean only a definite period of years. In this connection, I send herewith an article of mine which was an answer to a question asked, on my website, for your perusal, please. So days donot affect our lives to bring sorrows or happiness in our lives. Therefore, to do pious deeds or sins, period i.e., Satyug etc., have no concern. Most of the present false saints have magnetised the people by saying that due to the effect of Kalyug, there are so many sins and in Satyug the time was good due to the effect of Satyug. Actually, the study of Mahabharat and Valmiki Ramayan also reveals that due to the preach of four Vedas, people, before the beginning of Mahabharat war, were doing hard work, pious deeds, had no caste system, there was brotherhood at all levels. Now, there is corruption, caste system, blind faith, insult of women, cheating, gambling etc., etc, I think, due to the lack of knowledge of vedas. Vedas prefer hard working, honesty, brotherhood, simplicity, peace etc., etc and respect of women, elders, love to children, education,, progress in science as well as spiritualism simultaneously, progress in all fields like agriculture, politics, animal husbandry, fair business i.e., Vedas talk about the knowledge right from straw to Almighty God. Vedas tell us our duties i.e, duties of students, family, Vanprasthi and Sanyasi, Sri Ram, Sri Krishna, King Dashrath and several kings and their public are famous due to the reason only that they followed the path of Vedas and did hard working accordingly. So, I never persist that due to the effect of satyug or any any Yug, a man can be gentleman. In Satyug, as per old stories, Hiranyakashyap was a Rakshasa with his public and his son Prahalad objected his father (though I donot believe old stories especially of false eighteen puranas). Again in

Treta, Ravanna was a Rakshas with his public and in Dwapur, Kansa and Duryodhan were Rakshas. On my website, I have so many times clarified that no yug makes affects on us but it is only our karmas. I have read Geeta and I am writing its commentary which is being published also in a weekly newspaper named "Punarvas" in Delhi. I have completed recently, fourth chapter of Geeta but I have read Geeta in full. Because Geeta is written by Vyas Muni who was philosopher of Vedas, Vedas never tell about caste system so geeta also does not tell caste system, please. But Geeta definitely tells about Varnas i.e., Brahmin, Kshatriya, Vaishya, Shudra according to karmas and not by birth i.e., Brahmin can be a Shudra and Shudra can be a Brahmin etc., based on present deeds. I think, the so called saints who do not know Vedas are misleading public by publishing their comments about caste system in Geeta. In Mahabharat (Geeta is an extract of Mahabharat) Vyasmuni has written an artificial story based on imagination to give knowledge of Vedas on caste system. He writes, once Bhima was caught by a python. Yudhishthir told python that my brother Bhima is so strong that you can't catch hold of him. So, please tell me who are you. Python replied that he is Yaksha (may be called a Devta). Yaksha continued that if you will answer my questions, then I will leave Bhima. Yaksha put the question to the Yudhishthir, if a son of Brahmin gambles, takes meat, wine, tells lies and does sins then whether he will be called Brahmin and if a son of Shudra had studied Vedas and accordingly he has controlled his five senses, five perceptions and mind and never even thinks about any sins etc., then whether son of shudra will be called a shudra.

Yudhishthir replied that the son of Brahmin will be called Shudra and the son of Shudra will be called a Brahmin. The Yaksha was pleased and he freed Bhima. The son of maid-servant, named "Vidur" was prime-minister of Dhritrashtra. So these instances further clarify that there was no caste system before the war of Mahabharat, based on strict rules of Vedas.

Yes, four varnas already existed but so called present Brahmins use them at their own discretion against Shudras, only for their own benefit. For example- in Vedas, Tiratha means the

place where we become learned by getting good education but now the false prophets tell Haridwar, Banaras etc., as Tiratha place, which is wrong. In Vedas, Dev means a true, learned person. (dead too like Vyas Muni, Sri Ram, Sri Krishna etc.) but now the statues of Devi-Devtas have been made against the said vedic law etc., etc. So may be the case of caste system.

Vedas and Geeta based on Vedas have been telling about Brahmin, Kshatriya, Vaishya, Shudra in a fair meaning as stated above also but now for the last about two thousand years , the so called Brahmins etc., have imposed caste system on our society which has really ruined the nation. In Vedas, Shudra means the person who could not study well and could not get good education to live upon etc. Then Vedas say that such person must cook the food for Brahmins and others in their kitchen. But due to the lack of knowledge of Vedas, this is not been done. I think the so called Brahmins thought that if they pass their own order, that the scheduled castes must not be touched etc., then the shudras will never be Brahmins. Secondly, in Valmiki Ramayan, Sri Ram has been told by Valmikiji, as a learned man and warrior and not an avtar. Valmikiji, was Brahmarishi and as per Vedas, he was Brahmin in his own qualities, being philosopher of Vedas and Ashtang Yoga. But Valmikiji has been now declared as Shudra because Valmikiji wrote Valmiki Ramayan stating a true picture of Sri Ram, Sita etc. As per Valmiki Ramayan, Sita was not exiled, Hanumanji was not a monkey, Ahilyabai was not a stone etc., etc. So, I think, present so called Brahmins, to pass their own orders, wanted to hide Valmiki Ramayan and then they declared Valmikiji as a scheduled caste at their own. As per Valmiki Ramayan, Valmikiji was never a dacoit.

With warm regards,
Your's faithfully.

Swami Ram Swarup "Yogacharya"

Happy Baisakhi

M/s Parshotam Kumar & Co.

Satwari Cantt, Opp. SBI Satwari, Jammu

Deals in : Pulses, Rice-Basmati, Atta, Maida and all other Karyana items (wholesaler & Retailer also)

Ph. : 2450644, Ph. : 94191-89173

PROP. : AJAY ANAND

बैसाखी मुबारक

RAJ SURGICAL COMPANY

Deals in :

All Kinds of Critical Care Drugs & Surgical Goods

Pir Mitha, Jammu (J&K). Ph.: 9419183028, 2541571

NEW JYOTI TENT & LIGHT HOUSE

Prop : Kewal Krishan Gupta
Vibastu Gupta (Hinky)

Tara Chowk Bishnah, Jammu

Specialist in : Marriage Parties, Birthday Parties & Catering

CONTACT :
01923-23116, 9419137884, 9796830071

Happy Baisakhi

A STORE FOR LADIES

Just She

- Inner Wears For Ladies/Kids
- Ladies Night Suits, Nighties
- Designer Stoles, Pashmina Shawls
- Ladies Suits

Entry for Ladies only

All Branded Items on Reasonable Discount

DUDHA DHARI TEMPLE ROAD, OPP. DOGRA ACADEMY, SHASTRI NAGAR, JAMMU.

TIMING : 11 AM to 8 PM

RAJ KUMAR & BROS.

Thathri Wale

Deals in : Wholesale Dal, Karyana, Soap, Tea Merchants & Commission Agents

HAPPY BAISAKHI

2-C, Nehru Market, Ware House, Jammu

Mob. : 94191-91371, 94192-27741

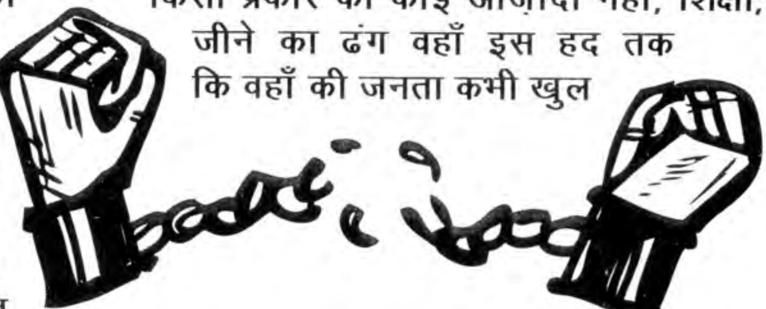
पराधीन को सुख कहाँ

ओमेन्द्र कौशिक
(लॉ स्टूडेन्ट)

अर्थात् जो दूसरों के अधीन है– गुलाम है, उसे तो सपने में भी सुख नहीं मिलता। एक अलंकारिक कथा है कि एक आदमी के पास एक शिकारी कुत्ता था जिसे वो जंगलों में ले जाता और वह कुत्ता छोटे–मोटे जानवरों का शिकार करके अपने मालिक को देता था। शिकारी कुत्ता हृष्ट–पुष्ट, चुस्त था क्योंकि उसका मालिक उसे अच्छी तरह खाने–पीने को देता था। एक बार वह शिकारी कुत्ता जंगल में शिकार ढूंढता–ढूंढता एक झाड़ी के पास पहुँचा तो वहां उसे एक भेड़िए ने पकड़ लिया। भेड़िए ने उस कुत्ते से कहा कि तू बड़ा चुस्त और हृष्ट–पुष्ट दिखाई देता है जबकि मैं इतना बलवान् नहीं हूँ, तू क्या खाता है। कुत्ते ने कहा कि मेरा मालिक मुझे तीनों समय अच्छा भोजन देता है इसलिए मेरी सेहत अच्छी है और कुत्ते ने भेड़िए से कहा कि यदि तू भी मेरे साथ रहेगा तो कोई काम नहीं करना पड़ेगा और तीनों समय अच्छा भोजन मिलेगा। भेड़िया कुत्ते के साथ कुत्ते के मालिक के घर चला गया। मालिक ने कुत्ते की तरह भेड़िए को भी बाँध दिया। सांयकाल का समय था। मालिक ने कुत्ते के साथ–साथ भेड़िए को भी रात्रि का अच्छा भोजन दिया जिसमें उसने उन दोनों को उबला हुआ माँस और डबलरोटी के पीस दिए। रात्रि होते–होते मालिक ने दोनों को खोल दिया जिससे वे रात्रि में घर की सुरक्षा करें। प्रातःकाल होते ही फिर दोनों को रस्सी से बाँध दिया और सुबह का नाशता, दूध और रोटी से दिया।

दोपहर होते–होते भोजन में उबला हुआ माँस खूब खाने को दिया। साँयकाल होते–होते फिर उबला हुआ माँस और रोटी भोजन में दी। रात्रि में रोज़ की तरह दोनों को खोल दिया। ज्यों ही रस्सी से भेड़िया आज़ाद हुआ तो उसने कुत्ते को एक ज़ोर से थप्पड़ मारा और कहा, यह गुलामी मुझे पसन्द नहीं कि सारा दिन बंधे रहो और खाते रहो। मुझे तो अपनी आज़ादी जिसमें मैं आज़ाद होकर जंगल में घूमता था, झाड़ियों में रहता था, शिकार करके भोजन करता था; वह आज़ादी ही मुझे पसन्द है।

भाव यह है कि गुलाम रहकर अच्छा भोजन, अच्छा रहन–सहन भी पसंद नहीं और आज़ाद रहकर सूखी दाल–रोटी खाकर भी प्रसन्नता होती है। इसी प्रकार जबसे पाक अधिकृत कश्मीर पाकिस्तान की गुलामी में रह रहा है, दुःख सह रहा है, वहाँ की जनता को किसी प्रकार की कोई आज़ादी नहीं, शिक्षा, खेती–बाड़ी, सड़कें, जीने का ढंग वहाँ इस हद तक गन्दा और दुःखदायी है कि वहाँ की जनता कभी खुल कर हँस भी नहीं सकती। इसी तरह न जाने कब से मानव शरीर में कर्म बन्धन में फंसी जीवात्मा अविद्याग्रस्त होकर अर्थात् प्रकृति रचित पदार्थों की ओर आकर्षित होकर अपने स्वरूप को भूली हुई एक गुलाम की तरह शरीर में निवास कर रही है और फिर गुलाम को सुख कहाँ? कर्म–बन्धन से आज़ाद होने के लिए मनुष्य को वेद मार्ग पर चलने की आज्ञा वेदों में स्वयं ईश्वर ने दी है। VIV



शांति पर्व

जो धर्म की मर्यादा से पतित मूर्ख और नास्तिक हैं जिन्हें आत्मा के विषय में सन्देह है तथा जिनकी कहीं प्रसिद्धि नहीं है, ऐसे लोगों ने ही हिंसा का समर्थन किया है

God is the Preacher of Yog Philosophy

Swami Ram Swarup 'Yogacharya'

In our country, there are several saints and others, who have been trying to spread the knowledge of Yog education in India as well as abroad for the last several years. Infact, India has been a land of Rishi-Munis and Rajrishis who bowed down their heads with respect before Yog philosophy and practised it in their daily lives. Here the question arises that why they gave so much respect to Yog education? In this connection, the study of eternal Vedas and based on Vedas, our ancient religious texts like Mahabharat epic, Valmiki Ramayan, Shastras etc., reveals that the said dignitaries followed the Yog philosophy traditionally, i.e., they attended gurukuls where the Rishi-Munis who were learned of Vedas and Yog philosophy, also made them learned of Vedas first thereafter they preached them Yog philosophy. But now it is sad that mostly the people have been made ignorant of vedic knowledge. Only asan, prannayam and meditation matters which are just three parts of Ashtang Yog Philosophy, are being taught.

Here, we must pay our attention towards the fact that in the beginning of the creation, Almighty God does not preach Yog philosophy instead first of all knowledge of four Vedas emanates directly from God and is originated only in the heart of four Rishis named ***Agni, Vayu, Aditya, Angira. [Rigved mantra***

Let knowledge overcome illusion

10/109/1 refers]

Rigved starts giving the knowledge of Almighty God, preaching that everybody must desire to know the God etc.

Yajurved begins giving the knowledge of performing daily Yajyen with ved mantras and rendering services towards mother, father, learned guests, acharya and Almighty God, stating that the said services are a part of Yajyen which spreads peace, saves life of every living-being, protects from diseases and even saves the lives of animals etc.

Samved also starts with the mantra wherein aspirant prays that may the God be realised, God being the donor of all kinds of goods and assets to live upon.

Fourth and the last ***Atharvaved*** starts giving the knowledge of divine Sanskrit language and advises further to make contact with learned acharya of ved and AshtangYog philosophy, to listen to Vedas and to be a learned man/woman.

The ancient Rajrishis, Rishi-Munis and public studying Vedas, thereafter slowly-slowly came to know about the divine value of Ashtang Yog philosophy which is also a part of worship of God and they all therefore also bowed down respectfully before the divine Yog philosophy preached by God Himself in Vedas. In this connection, ***Yagyavalkya Rishi*** also states

"Hirrannyagarbhahayogasyavakta" i.e., Almighty God is Himself the preacher of AshtangYogPhilosophy.

Yog Shastra sutra 1/26 also states that-

Almighty God is Himself the guru of the ancient four Rishis mentioned above. For example- ***Yajurved mantra 7/4*** states-

"UpyaamgrihitahaAsiMaghavanSomamPahi"

i.e., Oh! Soul [residing in a human body] you are meant for practisingAshtangYog Philosophy to realise the divine pleasure of experiencing the God.

So, keeping in view that Vedas and Ashtang Yog Philosophy has been preached by God Himself, we must learn and follow the same respectfully and it is also clear that practice of AshtangYog philosophy is to attain Samadhi to realise God/salvation. Therefore, main aim of practising the Yog philosophy is not to improve the health etc.

The ancient Rishi-Munis etc., as quoted above, respected the AshtangYog philosophy due to the fact that it is mentioned in Vedas and Vedas emanate directly from Almighty God.

Therefore yog philosophy which emanates from Vedas will have no importance alone if we ignore Vedas, Vedas being the origin of AshtangYog education. Yog education only gives fruitful results when the complete education of Vedas is adhered to in the life of aspirant.

There is not even a single ancient or present Rishi-Muni, Tapasvi who followed/follows Yog education alone, keeping aside the Vedas. So, we must learn that when the ancient Rishi-Munis followed all the Vedas including Yog philosophy then there remained no scope of corruption, vices or making the Yog education as a source of income. It was being preached free of cost because it was

Selfishness turns a man blind

followed along with complete Vedic education which enabled/enables the aspirant to control his senses whereas due to lack of Vedas knowledge, the practice of only Yog education has mostly become the source of several shortcomings and even most of the people do not know that ***Atharvaved*** states, "If you steal away only a small portion of Vedas education and leave the rest of the complete Vedic education then you are punished by God. This has been in the case of learning of Yog education.

Had Yog education been learnt along with Vedas philosophy, as was done in previous yugas, then no vices or malpractices would have crept in but now learning yog education alone has given way to numbers of vices and people are using it as means of earning money,also making it professional.

Had the Yog philosophy been learnt traditionally in the light of knowledge of Vedas, it would not have been deshaped/distorted. For example- ***Vedas tell only about Ashtang Yog whereas nowadays it is being told with several names and several shapes like Shtangyog, Sahajyog, Hath yog, Power yog etc.***

I mean to say that in the absence of knowledge of Vedas, original, eternal and everlasting form of AshtangYog philosophy has been deshaped, by the human-beings which is totally against the Vedas.

Where it is a matter of great joy that ***21st June, 2016 was celebrated as International Yog Day,*** there, it is also a matter of great concern that due to lack of Vedas' knowledge, mostly a distorted and false image of Yog, asan, prannayaam etc., has been portrayed before the world because our eternal and ancient vedic culture wherein Yog philosophy has been very well preached, does not imbibe the concept of performance of Yog Philosophy while laughing or dancing on music tunes or while exercising etc. Some of the sadhus have been seen in the T.V. lying on the water on asan and others inside the water too.

This act has neither been mentioned in Vedas/AshtangYog Philosophy nor has been described by ancient/present Rishi-Munis; not being the motto of practising AshtangYog.

All Vedas like Yajurved mantra 7/4 preach that in Ashtang Yog philosophy, simply the practice of Yam, Niyam, Asan (not in water or in air etc.), Prannayaam, Pratyahaar, Dharnna, Dhyan and Samadhi is required wherein above quoted acts have not been described.

So, on the International day of Yog, undoubtedly the needof traditional study of Vedas, wherein AshtangYog Philosophy is preached by God, is emphasized amongst those who teach the Yog Philosophy.

Although it is true that on the Yog day, the entire world has been familiarized to the word Yog yet the presentation of a distorted and untrue shape of the eternal, everlasting and unchangeable AshtangYog Philosophy mentioned in Vedas amounts to causing its insult.

Infact, in the absence of study of vedas by the so-called Yogis, true form of the Ashtang Yog Philosophy, as quoted above,

To much of humbleness is an attribute of a wicked person

which also includes the true meaning of the word Yog etc., has not been put forth before the public on this important International Yog education Day and not Yog Day because as per Vedas, Yog means Samadhi and Samadhi's day is never celebrated.

So, today it is difficult to claim as to who knows the eternal, true meaning of the word- Yog briefed in Vedas and PatanjalYogDarshan.

Vedas and Ashtang Yog Philosophy which are inseparable from each other, donot belong to India alone, but based on the true history written by ***Rishi Valmikiji and Vyasmuniji*** in their epics, it is very well understood that the same have been the culture of entire world as well. In this connection, it shall also not be out of place to mention that proof thereof exists in the fact that the world libraries are adorned with four Vedas wherein Ashtang Yog Philosophy is mentioned, as the most ancient and authentic holy books of the universe. But as India so the whole world, due to one or the other reason, have forgotten the priceless Vedas and Ashtang Yog Philosophy at present, which are the source of several benefits like uniting all human-beings together, maintaining peace, means of controlling the senses, attaining ill-free, addiction-free long life, making bright future etc. Such divine qualities were maintained by the ancient public during the time when Vedas/ AshtangYog Philosophy was in vogue and the said fact has been stated by all the ancient Rishis in their Vedic literature.

Therefore, nobody can even think about adopting any alternative to Vedas or Ashtang Yog Philosophy for the above said matters. We must also remember that ***according to Vedas the main aim of practising the Vedic AshtangYog Philosophy is to realise God.*** However, its practice incidentally provides the devotee with healthy body and mind. The ostentatious and glamourous way of performing asan, prannayaam etc., does not come under the tradition of Vedic Ashtang Yog Philosophy because Vedas preach that Vedic spiritual Ashtang Yog path is the subject matter of deep, serious thought.

In view of the above, if we have failed to produce the eternal, unchallengeable and unchangeable form of AshtangYog Philosophy which was adopted by our ancient and present Rishi-Munis and public, who pracitised the same in secluded places, caves etc., in calm and peaceful atmosphere on the banks of river and got the best result thereof then atleast some of the fundamentals thereof should have sure been maintained in the present scenario to avoid to produce its distorted form. The pious qualities attained by practising Ashtang Yog Philosophy, have only been mentioned by learned and experienced Rishi-Munis in their ancient Vedic granths like ***six shastras, eleven upnishads, Mahabharat epic, Valmiki Ramayan, Shatpath Brahmin Granth*** etc. The said dignitaries have mentioned the Yog Philosophy with full respect and utmost faith. The said respect to the said Philosophy has vanished in thin air. ***Yog***

Shastra Sutra 1/14 emphasis that Ashtang Yog Philosophy must be practised regularly for a long time that is till death with utmost faith and respect. On the contrary, its form is being produced while laughing, dancing on modern music etc., where the matter of faith and respect has been oversighted mainly due to lack of Vedas' and Shastras knowledge.

The famous Yogis of present times like ***Yogi Aurobindo Ghosh*** and ***Rishi Dayanand Saraswati ji*** have given the eternal, immortal explanation of Vedic AshtangYog, worship and popularized its concept amongst public and while carrying forward the tradition of ancient, great dignitaries like ***Guru Vasishth, Patanjali Rishi, Kapil Muni, Yagyavalkya Rishi, Shring Rishi, Vishwamitraji, Narad etc.,*** in reality they dedicated their entire lives in service of Vedas and Ashtang Yog philosophy. And now what a fruitful result of their efforts and sacrifice is being seen that atleast Yog Philosophy has been popularized at world level today.

The method of ***prayer/dua/ prarthna/ardaas*** in all sects and the method of meditating with closed eyes also shows the tradition of Vedas and eternal Yog philosophy.

Yagyavalkya Rishi, the learned of Vedas has clearly put forth the fact of eternal and immortal tradition along with truth enshrined in ***Rigved mantra 10/181/1, 2*** that–

"HirannyagarbhahaYogasyaVakta"

Meaning- According to ***Yajurved mantra 13/4,*** meaning of Hirannyagarbhaha is- ***"JyotiVaiHirannyaha"*** i.e., God is the form of divine light. Hence, ***Yagyavalkya Rishi*** says that the preacher of the AshtangYog philosophy is God, who is the form of divine light. It clearly shows that the ancient Rishis, the present self-proclaimed Yog Gurus and other humans are not the preachers of Yog Philosophy. Actually, at present the sun of Vedas has almost set down due to the spreading of falsehood against Vedas and Yog Philosophy amongst the public.

As a result, very few know the true, eternal form of Vedic AshtangYog Philosophy. It is an astonishing matter that mostly the so-called Yog Gurus/teachers have kept themselves away from the study of the Vedas but due to their selfishness they have stolen a fraction of knowledge of Yog Philosophy and produce its distorted concept amongst the public which is not beneficial but harmful.

God preaches in Vedas like ***Yajurved mantra 7/4*** and based on it Rishi-Munis preach in Shastras like ***Yog Shastra sutra 1/2*** that Samadhi that is realization of God is called Yog where five senses (eyes, ears, nose, tongue, skin) stop taking worldly knowledge. Then where remains the scope of laughing, cracking jokes, dancing on music, lying on water etc. Patanjali Rishi has quoted the said fact in his above sutra stating-

"Yogahachittavrittinirodhaha"

Now India as well as the world should know the real vedic (and not self-made) meaning of word Yog as Samadhi/ realization of divine pleasure/ realization

Knowledge is of no value unless you put it into practice - Anton Chekhov

of God and not asan, prannayaam etc.., as clarified above. Therefore, we must be assured that nobody should produce the self-made and distorted form of word Yog. In Vedas and Shastras, the word Yog guru has also been not seen instead Rishi-Muni, Yogi and other divine words are seen. This eternal and immortal Yog Philosophy cannot be made professional. It is only learnt from a learned acharya of Vedas and AshtangYog Philosophy and is practised with respect, faith and in profound manner as quoted above in ***Yog Shastra sutra 1/14.***

So, on the International Yog day where the divine Vedic word Yog echoed, it is really a praise-worthy step but on the other hand, as quoted above the true form of Yog Philosophy and the word Yog has not been produced before the public and hence the ingratitude.

If, at this beautiful day, had the real form of Yog Philosophy been produced then really God and souls of ancient and present Rishi-Munis would have been pleased. Otherwise, distorted form is infact always unbearable. VIV

Bhagwad Geeta

Amongst the tapasvis, learned of Vedas & those who discharge moral duties, a Yogi is the best.

It doesn't matter where you have been, matters only, where you are going

❖ पति के खिलाए बिना पत्नी भोजन न करे, स्नान कराए बिना स्नान न करे, बिठाए बिना न बैठे, सो जाने पर सोए, पति के प्रसन्न होने पर हर्ष से खिल उठे, उसके दुःखी होने पर स्वयं भी दुःख में डूब जाए।

❖ सदा सावधान रहकर पत्नी पति के प्रति मुख से कभी अहितकर एवं कठोर वचन न निकाले।

❖ न किसी की चुगली करे, न घर का दरवाज़ा छोड़कर अन्यत्र कहीं खड़ी रहे, न देर तक किसी से बात करे।

❖ न कभी एकान्त में अथवा सबके सामने अश्लील परिहास करे, न उसके कर्म द्वारा किसी हो हानि पहुँचे। वह दूसरों के लिए हानिप्रद कार्यों में कभी प्रवृत्त नहीं हो।

❖ पति किसी कार्य से बाहर जाकर फिर घर लौटें तो उठकर उन्हें बैठने के लिए आसन दे और एकाग्रचित हो उनकी पूजा करे।

❖ जिस अन्न, भोजन आदि को पति लेना पसन्द न करे, पत्नी भी उसे त्याग दे।

❖ सारे परिवार के लिए जो कुछ कार्य आ पड़े, वह सब प्रातः उठकर कर–करा ले।

❖ पति के परदेस जाने पर पत्नी नियम में रहे और उसके कल्याण के लिए नाना प्रकार के मांगलिक कार्य करे। पीछे से श्रृंगार करना और ज़ेवर पहनना बन्द कर दे।

❖ सुखपूर्वक सोए स्वामी को आवश्यक कर्म आने पर भी न जगाए।

❖ घर की सफाई करे और घर की गुप्त बातों को छिपा कर रखे। VIV

Destroy fear of death by knowing Prakriti & attain salvation by using the matters of Universe.

"Anyadevahuhu sambhavaadanyadaahurasambhavaat.
Iti shushrum dheeraannaam ye nastadvichchakshirey."
अन्यदेवाहु: सम्भवादन्यदाहुरसम्भवात्।
इति शुश्रुम धीराणां ये नस्तद्विचचक्षिरे।।"

Yajurved mantra 40/10

Swami Ram Swarup "Yogacharya"

Meaning:- Oh! Man, as we (shushrumaha) have listened (dheeraannaam) the preach of learned yogis (ye nah vichchakshirey) who have made us known (Tat) about the description of (sambhootee) [universe/ creation] and (asambhootee) [Prakriti/the cause of creation]. Those yogis (aahuhu) state (anyat ev) particularly different result (sambhavaat) from the created world produced by the combination of subtlest/minutest matter [Prakriti] and from (asambhavaat) the unborn eternal matter (ahuhu) they also state (anyat) the different result. (iti) So, you also listen in this way.

Meaning:- Oh! Man, as we have listened the preach of learned yogis who have made us known about the description of [universe/ creation] and [Prakriti/the cause of creation]. Those yogis state particularly different result from the created world produced by the combination of subtlest/minutest matter [Prakriti] and from the unborn eternal matter they also state the different result. So, you also listen in this way.

Idea:- The learned of Vedas who attain Samadhi after hard practice of Ashtang Yog and first realise/know about the cause/reason of creation i.e., Prakriti and the Prakriti made universe.

They first know about the divine qualities of Prakriti and the creation and then they start preaching it to others. Here, it shall not be out of place to mention that at present, most of the so-called saints/yogis donot attain Samadhi but they deliver their lectures to the public, which in view of the above, become unfruitful to the public. Therefore, Vedas preach that all the aspirants must make contact with a learned acharya of Ved and Yog philosophy to know about the cause i.e., Prakriti and Prakriti made creation, to get real benefit from the same.

It is clear that if we obey the order of God mentioned in Vedas and thus listen from the Yogi about the creation and cause of creation, then we would be able to know that cause i.e., Prakriti is eternal and everlasting non-alive matter; from which all the matters of the world are created.

Secondly, we would know that the creation definitely gets destroyed one day. So, devotees will never get entangled in the materialistic articles of the universe. But, they would always while discharging all their moral duties mentioned in Vedas, keep their mind and intellect attached to God. Thus, they will make the best use of materialistic articles in pious tasks of daily life, duly detached. VTV

Yog means salvation & not asan, prannayam etc.

जैसा अन्न वैसा मन

अन्जना दीवान
(इंडोनेशिया)

अन्न और मन का आपस में घनिष्ठ संबंध है तभी तो कहा जाता है, जैसा खाएं अन्न, वैसा बने मन। अन्न के प्रभाव से ही मन के सोचने समझने की शक्ति विकसित होती है।

प्राचीन काल के ऋषियों ने वेदों के अध्ययन से आहार के सूक्ष्म गुणों का इस प्रकार से वर्णन किया है कि प्रत्येक खाद्य–पदार्थ अपने में सात्विक, राजसिक और तामसिक गुण धारण किये हुए है और उनको खाने से मनुष्य की वृति का वैसा ही निर्माण होता है। साथ में यह भी शोध किया गया है कि आहार में निकटवर्ती स्थिति का प्रभाव ग्रहण करने का भी एक विशेष गुण है। दुष्ट, दुराचारी, दुर्भावनायुक्त या हीन मनोवृत्ति के लोग यदि भोजन पकावें या परोसें तो उनके वे दुर्गुण आहार के साथ सम्मिश्रित होकर खाने वाले पर अपना प्रभाव अवश्य डालेंगे। न्याय और अन्याय से, पाप और पुण्य से कमाये हुए पैसे से जो आहार खरीदा गया है उससे भी वह प्रभावित रहेगा। अनीति की कमाई से जो आहार बनेगा वह भी अवश्य ही उसके उपभोक्ता को अपनी बुरी प्रकृति से प्रभावित करेगा। इन बातों पर भली प्रकार विचार करके ऋषियों ने

ताज़ा, पौष्टिक और शुद्ध शाकाहारी आहार (दूध, दही, घी, फल, सब्ज़ियाँ, अनाज) अपनाने पर बहुत ज़ोर दिया है क्योंकि ऐसा आहार हमारे मन को शुद्ध करता है और विषय–विकारों की ओर उत्तेजित नहीं करता है। मद्य, माँस, मसाले, चटपटे, उत्तेजक, नशीले, बासी, बुसे खाने तमोगुणी और रजोगुणी प्रकृति के पदार्थ त्याग देने ही योग्य हैं। दुष्ट प्रकृति के लोगों द्वारा बनाया हुआ अथवा अनीति से कमाया हुआ आहार भी सर्वथा त्याज्य है। क्योंकि ऐसे भोजन जीव को आलसी, कामी, क्रोधी, अहंकारी, विषय–विकारी, पुरुषार्थहीन और निद्रा युक्त इत्यादि बनाते हैं।

अन्न की कभी भी निंदा न करो। अन्न ही जीवन है। किसी को यदि दस दिन भोजन न मिले तो प्राणी की समस्त शक्तियाँ क्षीण हो जाती हैं और वे फिर तभी लौटती हैं जब वह पुनः भोजन करने लगे। इसलिए हमेशा अन्न की उपासना करो।

प्राचीन काल में ऋषि अपने शिष्यों से यह प्रश्न करते थे कि हे शिष्य तुने सिर्फ ***''पंच ओदनम्''*** ही किया अर्थात् भोजन ही खाया या ***''ब्रह्म ओदनम्''*** भी किया अर्थात् ब्रह्म का ज्ञान भी विद्वानों से ग्रहण किया या नहीं। हे शिष्य अगर तुने ''पंच ओदनम्'' ही किया अर्थात् सिर्फ भोजन को ही खाया है तो तेरे में अच्छा–बुरा सोचने की शक्ति ही नहीं आएगी, तेरी अपान वायु खराब हो जाएगी, शरीर कई रोगों का शिकार हो जाएगा और जल्दी ही तेरे प्राण तुझे छोड़ देंगे। और अगर सिर्फ़ ''ब्रह्म ओदनम्'' ही किया अर्थात् ब्रह्म की ही बात करता है तो भी तेरे प्राण जल्दी ही निकल जाऐंगे क्योंकि अन्न ही हमें बल देता है उपासना करने के लिए।

शिष्य कहता है ऋषिवर, न मैंने भोजन को खाया ना ही भोजन ने मुझे खाया। भौतिक भोजन तो मेरे पेट ने खाया है, मैंने तो ब्रह्म का भोज किया है (अर्थात् यज्ञ, योगाभ्यास, हवन, नाम– स्मरण इत्यादि)। तो ऋषि कहते हैं कि अगर तूने ब्रह्म ओदनम् को ही खाया है तो तेरा जीवन पार है।

यहाँ हमें विद्वान् यह प्रेरणा दे रहे हैं कि शुद्ध आहार और

ब्रह्म–ओदनम् से ही बुद्धि में विवेक होता है जब बुद्धि में विवेक होता है तो हमारे अन्तः करण की शुद्धि अर्थात् मन और चित्त की वृत्ति दोनों ही शुद्ध होने लगते हैं। इस से हमारे अन्दर की बुराईयाँ धीरे–धीरे कम होने लगती हैं, हमारी इन्द्रियाँ संयम में होने लगती हैं। यही मानव जीवन का लक्ष्य भी है। आगे विद्वान् हमें यह ज्ञान दे रहें हैं कि अन्न को हम शरीर की पालना के लिए ग्रहण करें, ना कि खाने के लिए जिएँ। जीवन रक्षा के लिए जो अन्न औषधि रूप समझ कर, भगवान् का प्रसाद मान कर ग्रहण किया जाएगा वह शरीर और मन में सतोगुणी स्थिति पैदा करेगा और उसी के आधार पर साधना–मार्ग में सफलता मिलनी संभव होगी। क्योंकि ईश्वर ने यह मानव जीवन हमें साधना के लिये दिया है ना कि जानवरों की तरह खाने–पीने और सोने के लिए।

यह एक गहन विषय है कि आज वर्तमान युग में खास कर युवा पीढ़ी में खाने और पीने दोनों का ही प्रचलन इस कदर बढ़ रहा है, ऐसे लगता है कि लोग खाने के लिए ही जी रहे हैं। मद्य और माँस आज सभ्य समाज में एक रिवाज बन गया है। यही कारण है कि आज समाज में विषय–विकारी और हिंसक वृत्तियाँ दिन प्रतिदिन बढ़ती जा रही हैं। हर रोज़ कितने ही बेजुबान और बेकसूर जानवरों की हत्या की जाती है। हिंसा करोगे तो हिंसक वृत्ति के ही बनोगे। ऐसा भोजन कभी भी किसी को मन का चैन नहीं दे सकता और ना ही संसार में सुख–शान्ति ला सकता है।

एक और चिन्ता का विषय यह भी है कि आज बच्चों, युवा, बड़ों सब में बाहर खाना खाने का प्रचलन बहुत तेज़ी से बढ़ रहा है। ऐसा लगता है जीभ के स्वाद और इन्द्रियों के रस को रिझाने के लिए ही हम जी रहे हैं। रोज़मर्रा की ज़िन्दगी में पैक्ड फूड, रेडी टू ईट, फास्ट फूड, इत्यादि का इस्तेमाल एक आम बात हो गई है। बच्चों को भी चाकलेट, चिप्स, पेयजल आदि के लिए तो भूख है लेकिन खाना खाने के लिए बहुत नखरा है। यह सब भोजन शरीर को तो खराब करते ही हैं बल्कि हमें मन से भी आलसी और सुस्त बनाते हैं। यह मोटापा बढ़ाने का एक खास कारण भी है जोकि सारे विश्व के लिए एक चिन्ता का विषय बना हुआ है।

सबसे अहम बात यह है कि आज

हम वेदों में ईश्वर के बताए हुए नियमों को भूल गए हैं। ईश्वर ने हमें अनगिनत सब्ज़ियाँ, फल और अनाज खाने के लिए दिए हैं। क्यों न हम इनका सेवन मेहनत से, पुरुषार्थ से, ईश्वर की वन्दना कर के प्रतिदिन करें। इस से हमारा शरीर स्वस्थ और निरोग तो होगा ही, बल्कि हमारा मन भी शुद्ध और विवेकशील होने लगेगा और हम जीवन के लक्ष्य ब्रह्म ओदनम् की ओर अग्रसर होने लगेंगे।

सम्पादक के विचार

वर्तमान में प्रायः हम देशवासी और विशेषकर नेतागण, यह भूल गए हैं कि भारतवर्ष एक कृषि प्रधान देश है। फलस्वरूप ही तो आज किसानों और खेती की दुर्दशा किसी से छिपी हुई नहीं है। ग्रामीण भी प्रायः शहरों की ओर रुख करके नौकरी की तलाश करते रहते हैं।

शुद्ध अन्न का सम्बन्ध समय पर होने वाली शुद्ध वर्षा पर निर्भर है। चारों वेद कहते हैं कि नित्य वेदमन्त्रों से यज्ञ करने से ही समय पर शुद्ध वर्षा होती है, अन्यथा नहीं। श्रीकृष्ण महाराज ने भी ***श्रीमद्भगवद् गीता श्लोक 3/14*** में कहा कि हे अर्जुन! अन्न से सब प्राणी उत्पन्न होते हैं, अन्न की उत्पत्ति वर्षा से होती है, वर्षा यज्ञ से होती है और यज्ञ बिना कर्म किए सम्भव नहीं। पुनः ***श्लोक 3/15*** में कहा है कि हे अर्जुन! कर्म वेदों से उत्पन्न हुआ है। ***याज्ञवल्क्य मुनि ने शतपथ ब्राह्मण ग्रन्थ 14/4/2–3/29*** में यज्ञ के विषय में कहा कि धन, परिवार आदि प्राप्त करके मनुष्य यज्ञ करे। इसके अतिरिक्त कुछ भी इच्छा न करे क्योंकि यज्ञ के बिना ग्रहण किया हुआ अन्न राक्षसों की जूठन है।

विचार यह करना है कि कर्म वेदों से उत्पन्न हैं तो बिना वेदों के जाने जो पृथिवी पर कर्म हो रहे हैं, वे तो पाप कर्मों में ही गिने जाएँगे। यहाँ यज्ञ और वर्षा के विषय में स्थान की कमी के कारण विस्तार से नहीं कहा जा सकता। परन्तु इतना जानें कि चारों वेद कहते हैं कि पर्यावरण की शुद्धि और फलस्वरूप अन्न तन, मन, धन की शुद्धि केवल यज्ञ से ही सम्भव है।

अथर्ववेद मंत्र 8/2/1 में कहा– ***''इमाम् अमृतस्य श्नुष्टिम् आरभस्व''***

सद्विचार मनुष्य की कायाकल्प कर देते हैं

अर्थात् हे मनुष्य! यज्ञशेष अमृत रूप भोजन को प्रारम्भ करके दीर्घायु प्राप्त कर। परन्तु दुःख तो इसी बात का है कि ईश्वर द्वारा दिए इस महान् ज्ञान/उपदेश को आज ऋषियों की भूमि भारतवर्ष भूल गया और यज्ञ ना होने का यह फल हुआ कि समय पर वर्षा नहीं हो रही और यदि हो रही है तो वेदानुसार अशुद्ध वर्षा और फलस्वरूप उससे अशुद्ध अन्न, जड़ी–बूटियाँ, फल आदि प्राप्त हो रहा है जिसे खाकर मनुष्य रोगी हो रहे हैं तथा मनुष्य का मन काम, क्रोध, मद, लोभ, अहंकार, निन्दा–द्वेष आदि पाप कर्म में तथा परमेश्वर को भूलकर केवल भौतिकवाद की चमक–दमक में उलझ गया है।

जैसा अन्जना बेटी ने लिखा है और इस सत्य को सब जानते हैं– "जैसा खाए अन्न वैसा होए मन" अतः यज्ञशेष अमृत ही मनुष्य के शरीर, तन, मन को शुद्ध रखता है। इस विषय में कई प्रयोग हुए हैं। जैसे शेर के दो बच्चों का यदि पालन–पोषण किया जाए, जिसमें एक बच्चे को दूध और अन्न से पाला जाए और दूसरे बच्चे को केवल मांस खिलाकर पाला जाए, तो जब दोनों बच्चे बड़े हो जाएंगे तो हम पाएंगे कि दूध और अन्न से पला हुआ बच्चा खूंखार वृत्ति का नहीं है जबकि मांस खाकर बड़ा हुआ शेर का बच्चा खूंखार वृत्ति का है। अथर्ववेद मन्त्र 3/30/6,7 का उपदेश है कि घर में खान–पान सब मिलकर ग्रहण करें। समान भोजन वाले हों। भाई बहनों से परस्पर प्रेम हो। परन्तु यह तब सभी सम्भव है कि यज्ञ के द्वारा हमारा मन और तन शुद्ध हो जाए।

यज्ञ से शेष बचे अन्न को ग्रहण करने वाले मनुष्य सब पापों से छूट जाते हैं और जो पापी लोग स्वयं अपने लिए ही अन्न पकाते हैं– खाते हैं, वे पापी तो मानो पाप को ही खाते हैं। आज विश्व को अन्न, तन और मन को शुद्ध करने के लिए वेद के इस मूलमन्त्र की आवश्यकता है कि हम नित्य वेदमन्त्रों से यज्ञ करें और फलस्वरूप मिलकर शुद्ध अन्न ग्रहण करें जिससे हमारा मन शुद्ध हो, हिंसा समाप्त हो, विश्व में भाईचारा बढ़े।

VIV

Palliative Care

A Noble Initiative by Himachal Pradesh

32 years old Anuj, living in a village, fell from a hilltop 3 years back and received severe spinal injuries. He was treated in various hospitals and was saved. Now he is having paraplegia (loss of strength in lower extremities) with weakness in upper extremities. Doctors at PGI had told him that there is nothing more they can do to bring life in his legs. He was sent back to home. He developed bed sores with foul smell and feels useless because he is not able to take care of his wife and young son. He always asks God "Why me? What wrong did I do?"

Sudha, a 56 years old lady from a semiurban setup, with loving family was diagnosed with metastatic breast carcinoma. She was told that she does not have much time left. She and her family were shocked and devastated. They were ready to take her to any place for treatment but they were told in PGI that nothing can be done now. She is in her home having severe pain in spine and other body parts, unable to sleep, looking at her family members crying all the time. The whole family asks the question "Why us?"

Niranjan is 86 years old, lives in an isolated hut in a remote village. His son lives in a faraway place in some other state comes hardly once a year. Niranjan keeps getting multiple problems, bodyaches, diarrhea, giddiness, weakness etc. He had visited the nearby PHC once but now does not feel

Dr. Parveen Sharma
MD, CCPC
Professor, Department of Pharmacology,
Coordinator, Palliative care Center
Dr.RP Government Medical College, Kangra at Tanda (HP)

like to go there as it is very crowded and takes a lot of time. He knows that these are his last days of life but he wants freedom from these constant multiple problems and wants to live free of discomfort. He has seen many painful deaths in his lifetime; he is scared and keeps praying for a peaceful death.

In conventional training, doctors are trained to treat mostly acute and curable diseases in OPD or by admitting the patient for some time in the hospital. Even when they treat chronic diseases, they are mostly conditioned to decide a target to achieve with medications, like blood sugar in diabetes and blood pressure in hypertension etc. Doctors are used to enquire about and ensure the end of the disease or achieving the target. They feel disappointed, discouraged and helpless when they see the condition of patient not improving or worsening gradually and then they use the words like "Nothing can be done now". On the other hand a trained Palliative Care Physician looks for an opportunity to help these people suffering with incurable diseases.

As per WHO "Palliative care is an approach that improves the quality of life of patients and their families facing the problem associated with life threatening illness, through the prevention and relief of suffering by means of early identification and impeccable assessment and treatment of pain and other problems, physical, psychological and spiritual."

Unlike a conventional clinician who tends to concentrate on the disease and organs, a palliative care physician is trained to recognize that people are much more than organs put together; their mind, sprits and emotions are all parts of who they are. It also recognizes the families and the communities to which they belong. It is total care of the patient that includes all domains i.e., physical, psychological, social and spiritual. Palliative care is not primarily aimed at length of life, but at improving quality of life so that time remaining, be it days, months or years, can be as comfortable, peaceful and fruitful as possible.

Like Ravi, Siddha and Niranjan, many patients with life limiting diseases have so many problems that doctors can feel overwhelmed and powerless to help. People are often sent home and told not to return because "there is nothing more to

do". This happens mostly because the care component of our profession has not been emphasized adequately during medical training. A palliative care professional who understands the "Care" component would not say, "there is nothing more I can do" instead would seek to find things to do for the patient , so as to relieve suffering and improve the quality of life.

Figure 1

Figure 1: Only the tip is visible and gets treated and a huge part of the problem remains hidden in conventional methods of treating life limited diseases.

Ravi needs help for his physical problem of foul smelling bedsores. He needs an airbed; family needs to be trained about appropriate use of it and needs to be educated and empowered about how to prevent bedsores. Ravi needs to be trained in bowel and catheter care so as to give him a sense of some control. He may be trained in clean intermittent self catheterization to eliminate the need for a permanent catheter. Physiotherapy team may help in improving mobility and strength and help him in arranging and using a wheel chair. The medical social worker could link him and his family with some rehabilitation programs active in the locality. This can include linking with social entitlement programs (Disability pension), income generation training or support for educating his child. Family needs to be advised about making changes in the house to make it wheelchair friendly. With the new-found self-confidence, we can expect Ravi to get back to his friends' circle.

Sudha needs appropriate pain and sleep management. She may need help to carry out some will or make come advance directives. She may need help for providing her adequate mobility to perform certain rituals that she must have planned sometimes back. She will need help for any emergencies that is likely to emerge as part of the disease process like breathlessness, pain in abdomen, intestinal obstruction etc. She and her family needs to be communicated about any kind of psychosocial help that they may need. Most importantly they need help in accepting the outcome of the disease. They need somebody to answer to "Why us?"

Niranjan needs homecare by some caregiver that needs to be searched from his neighbourhood. Any structured or unstructured social group including gram panchayats need to be communicated about importance of taking care of Niranjan. He may be visited by some healthcare worker residing in the area once

a month to treat any physical symptom or to assure that if he needs any medical help, it would be available.

These are just few examples of utility of palliative care. Himachal Pradesh is a hilly state where morbidity is found to be significantly more than the neighbouring states. With a population of around 70 lacs, considering a crude death rate of 6.4, around 50,000 people die every year in the state. As per published reports, around half of these deaths are because of chronic problems and with unrelieved sufferings. It gives us an estimate of around 20,000-25,000 families needing palliative care every year.

As per Carl Johan and Derek Doyle "decent or good death is one that is free from avoidable distress and suffering for patients, families and caregivers, in general accord with patients' and families' wishes; and reasonably consistent with clinical, cultural and ethical standards". In simple words, the dying person should die peacefully at his home surrounded by his near and dear ones, after he has had the opportunity to look back at his life, after he has completed the unfinished work and accepted the death. However the question "how many patients actually have a 'good' death?" remains unanswered. Healthcare professionals working in palliative care are probably more aware of the concept of a "good death" than most other healthcare professionals. Unfortunately none of these dying patients are getting terminal care from specialist palliative care professional in our state.

The diseases for which palliative care services are urgently required in Himachal Pradesh are 1) Cancer 2) Tuberculosis including MDR tuberculosis 3) HIV/AIDS 4) Dementia 5) Progressive Neurological Disorders like Parkinson's disease, stroke and paralysis 6) Progressive systematic diseases like COPD, heart diseases, liver and kidney dysfunctions and 7) Old age.

The services should be provided by a multidisciplinary team of healthcare professionals, medical social workers and volunteers from society. It should be OPD, IPD and Homecare based with availability for all patients in the hospital on consultation basis.

Palliative care should be available right from the time of diagnosis of life limiting disease though in the beginning there is less role as the curative treatment is more important, as the disease progresses and if it is not cured the role of palliative care keeps increasing and continues beyond death of the patient as the family members of a person suffering from a chronic disease is higher and it increases after the death of the person.

Figure 2:- three different models for providing palliative care services. Palliative care is not the responsibility of only doctors but of everyone. This is a medical social work, where government and non-government organisations should come together for optional results. People from each and every field of life may contribute something to achieve the objectives of palliative care. The society needs to be made aware of its responsibilities towards its members at regular intervals and the professional in government hospitals needs to be sensitized and encouraged for devoting some more time and efforts and to approach the patients who are unable to visit health facilities rather than waiting for them in their hospitals.

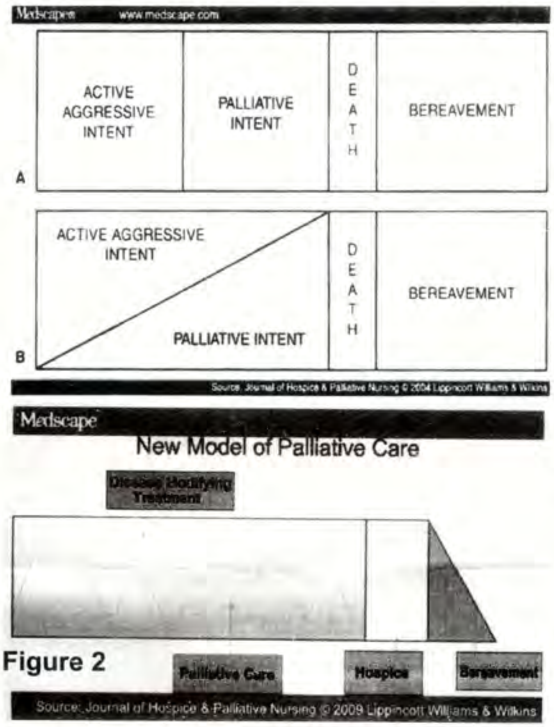
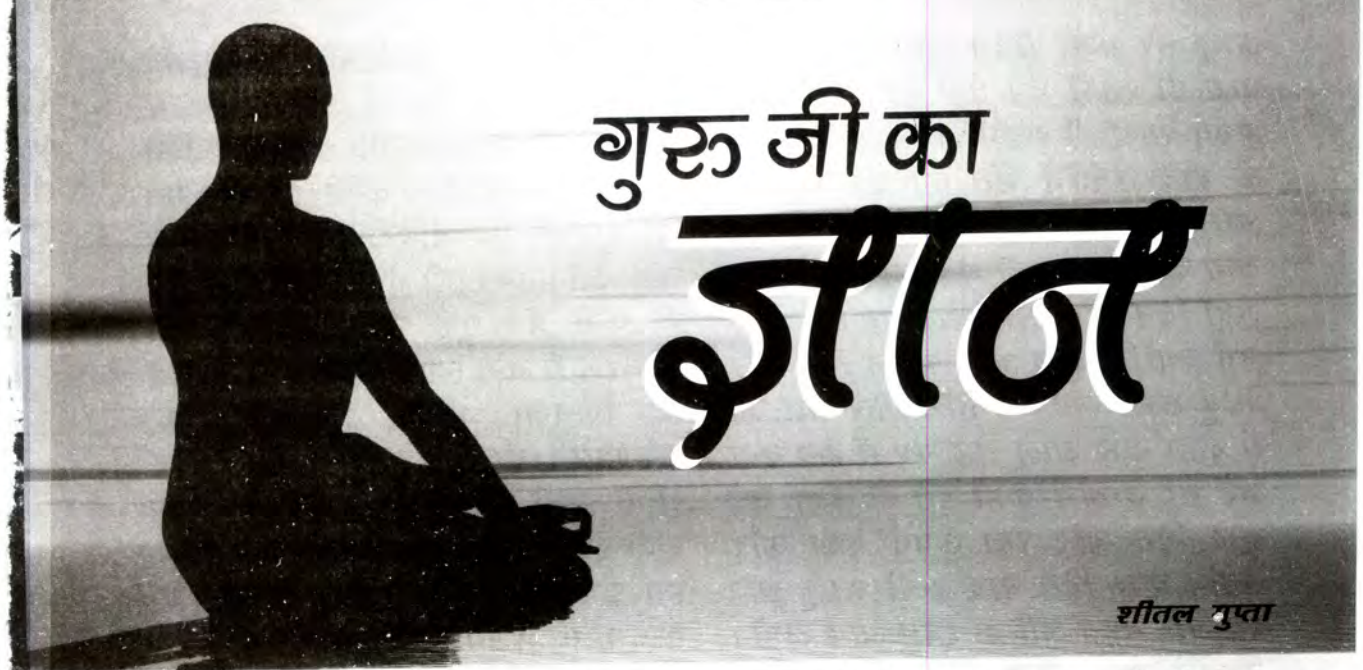


Figure 2

Fortunately various National and International bodies are recognizing the importance of palliative care services in recent times. Government of India formulated a palliative care strategy for five year plan in Nov 2012. The Parliament enacted simplified "narcotic regulations" on 22.2.2014. Medical council had agreed in principle to include palliative care in MBBS curriculum. On 25 May 2014, the World Health Assembly (the decision-making body of WHO). For the first time passed a resolution declaring that palliative care should be an integral part of all health care. Dr. RO Government Medical College, Kangra at Tanda signed a MOU with "Pallium India, Trivendrum" and "Tata Memorial Trust" recently after getting approval from Himachal Pradesh Government to start an OPD for patients requiring palliative care. As per MOU doctora and nurses are being trained in fine art and science of palliation. VIV



गुरु जी का ज्ञान

शीतल गुप्ता

योल कैन्ट हिमाचल में हमारे गुरु जी ***स्वामी राम स्वरुप जी*** रहते हैं। वो धरती पर ईश्वर की पहचान हैं, ईश्वर का वरदान हैं। आज के इस वर्तमान युग में वे वेदों का ज्ञान देते हैं। ऐसे संत आज बहुत ही सौभाग्य से मिलते हैं। गुरुजी अप्रैल से लेकर जून तक ***चारों वेदों*** का यज्ञानुष्ठान रखते हैं। इस वर्ष 12 जून को उस यज्ञ की पूर्ण आहुति थी। बात 12 जून 2016 की है, हम यज्ञ करने योल, गुरु जी के आश्रम में गए हुए थे। गुरु जी हम सबसे वैदिक मंत्रों की आहुतियाँ भी डलवाते हैं और मन्त्रों के अर्थ भी समझाते हैं। वह हमें अपने बच्चों की तरह हर एक अच्छी बात समझाते हैं। मुझे लगता है कि यह हमारे पुरुषार्थ पर है कि हम उनकी शिक्षा कितनी आचरण में लाते हैं।

गुरु जी कहानियाँ हमें कम ही सुनाते हैं लेकिन कभी–कभी ज्ञान देने के लिए सुनाते हैं। इस बार उन्होंने हमें एक कहानी सुनाई जो मेरे दिल को छू गई। उन्हीं की वही कहानी को मैंने अपने शब्दों में पिरोया है अगर कहीं गलती हो तो माफ करना गुरु जी।

गुरु जी ने कहा एक बार एक सन्त अपने सभी शिष्यों को कहते हैं कि एक–एक किलो आलू अपने साथ ले कर आना। सभी चेले (शिष्य) एक–एक किलो आलू ले कर आ जाते हैं, फिर सन्त जी ने कहा अब अपने ये

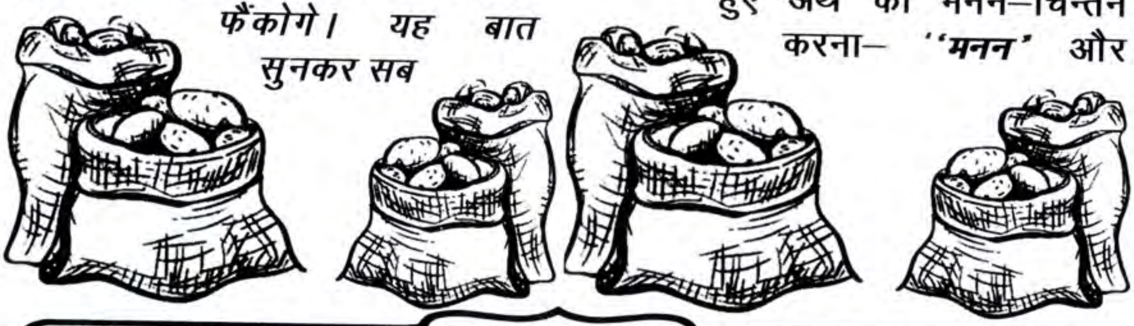
जहाँ इच्छा प्रबल होती है वहाँ कठिनाइयाँ प्रबल नहीं हो सकतीं

आलू हर वक्त (दिन और रात) अपने पास ही रखने हैं। चेले हर वक्त आलू अपने साथ ही रखने लगे। थोड़े दिनों के बाद उन्होंने संत जी को कहा ये आलू तो नरम पड़ने लगे हैं। संत जी ने कहा कोई बात नहीं ये आलू अपने पास रखो दिन और रात। चेले अब तंग आने लगे क्योंकि कुछ आलू गलने लगे और बदबू करने लगे। उन्होंने फिर संत जी से कहा कुछ आलू सड़ गए हैं अब क्या करें तो उन्होंने कहा इन आलुओं को कुछ दिन और रात अपने पास और रखो। कुछ दिन बाद सभी आलू सड़ गए और बहुत अधिक बदबू आने लगी। उन्होंने संत जी से कहा संत जी इन आलुओं से इतनी बदबू आती है कि हम इन्हें अपने पास नहीं रख सकते। क्या हम इन्हें फैंक दें। तब संत जी ने कहा इन आलुओं को तो फैंक दो लेकिन अपने मन का क्या करोगे जो ईर्ष्या से इतना सड़ता, जलता रहता है। क्या– आपको कभी अपने मन से बदबू नहीं आई। इतने सालों से ईर्ष्या वाला मन अपने पास रखा है। इस मन को कहाँ फैंकोगे। यह बात सुनकर सब चुप हो गए। सच उनकी कहानी मेरे दिल को छू गई।

मुझे लगता है कि हम सब शक्ति का दिखावा अधिक करते हैं और मन की शुद्धता पर अधिक ज़ोर और बल नहीं देते। हम अभी भी मान–अपमान में ही फंसे हैं। गुरु जी की शिक्षा को आचरण में कम लाते हैं। गुरु जी कहते हैं जिनका हृदय निर्मल, शुद्ध, करुणामय, ईर्ष्या रहित और छल कपट रहित होता है उसी के हृदय में ईश्वर रहते हैं। अब यह हमारे पर निर्भर है कि हम ईश्वर के लिए स्थान बनाएँ या गन्दगी में ही रमें रहें।

संपादक के विचार

वेद ईश्वर से उत्पन्न ज्ञान है। वेदों के अध्ययन के द्वारा ही हमें संसार के सब पदार्थ, कर्म एवं उपासना के रूप का ठीक–ठीक ज्ञान होता है। जब वेदों का प्रवचन हो तब ***ऋग्वेद*** ही कहता है कि वेद वाक्यों द्वारा परमात्मा के विषय में सुनना– ***''श्रवण''***, सुने हुए अर्थ का मनन–चिन्तन करना– ***''मनन''*** और



अपनी मनोवृत्ति में सकारात्मक परिवर्तन लाना ही हमारी असली विजय है– मुंशी प्रेमचंद

मनन करने से जो सत्य समझ में आ जाए उसको जीवन में धारण करने का नाम– ***''निदिध्यासन''*** है। अन्यथा वेद विद्या का सुनना व्यर्थ हो जाता है।

शीतल बेटी ने वैदिक सत्संग सुनकर जो अपने विचार प्रकट किए वे उसके श्रवण, मनन और निदिध्यासन का ही उत्तम फल है। अथर्ववेद में भी कहा– ***(श्रुतम्)*** आचार्य के मुख से सुना ज्ञान ***(मयि)*** मुझमें और ***(मयि एव)*** मुझमें ही हो। अर्थात् मैं इस ज्ञान को कभी भूल न जाऊँ। ज्ञान कर्म बनकर मेरे आचरण में हो। यही सब दुःखों को पार करने की सीढ़ी है। अन्यथा ***ऋग्वेद मन्त्र 1/164/39*** का स्पष्ट भाव है कि जो लोग आलसी होकर वैदिक सत्संग सुनते हैं फलस्वरूप जिन्हें सुना हुआ कुछ भी समझ नहीं आता और न वे समझने का प्रयास ही करते हैं, तो उक्त मन्त्र कहता है कि ऐसे मनुष्य का वेद भला नहीं करते। यही कारण है कि प्रायः कई नर–नारी वेद सुनने जाते हैं, यज्ञ में आहुतियाँ भी डालते हैं और गुरुजनों के सामने जाकर गुरुजी–गुरुजी कहकर नमस्कार भी करते हैं परन्तु देखने में आया है कि ऐसे कई नर–नारी दिल के काले होते हैं और न अपना भला करते हैं, न दूसरों का।

सड़े हुए आलू का उदाहरण शीतल बेटी को याद रहा, यह कल्याण की बात है। ***ऋग्वेद मण्डल 10, सूक्त 129*** में उपदेश है कि जड़ प्रकृति से ईश्वर संसार के सभी पदार्थों की रचना करता है। मन, बुद्धि भी जड़ प्रकृति की ही रचना है। आलू तो कुछ समय लेकर सड़ता है परन्तु यदि गहन विचार करें तो पाएँगे कि मन और बुद्धि प्रकृति से रचे गए हैं और इन में रज, तम और सत्व के क्रमशः काम, आलस्य और अहंकार आदि अनेक अवगुण प्रारम्भ से

अपने अंदर से अहंकार
को निकाल कर
स्वयं को हल्का कीजिए,
क्योंकि ऊँचा वही उठता है
जो हल्का होता है!

ही विद्यमान हैं। विपरीत में शरीर में स्थित जीवात्मा (हम लोग) शुद्ध और चेतन स्वरूप हैं। अतः यह विडम्बना ही है कि वेद मार्ग का ठीक–ठीक अध्ययन, मनन–चिन्तन ना करने के कारण हम अपने स्वरूप (जो शुद्ध और चेतन है) को ना समझ पाते हैं और ना अपने अन्तःकरण, मन–बुद्धि, चित्त, अहंकार को समझ पाते हैं जो काम–

क्रोध, मद, लोभ आदि अनेक गन्दगियों से भरपूर है, जो आलू से भी अनेक गुणा अधिक सड़ा हुआ है और जीवात्मा को दु:ख देने का कारण बना हुआ है। यदि हम वेद मार्ग पर चलकर अपने शरीर की रचना का अध्ययन करेंगे, फलस्वरूप ही हम नित्य यज्ञ करके, माता–पिता, गुरुजनों की सेवा करके, नाम–स्मरण और योगाभ्यास करके अपने मन और बुद्धि में बसी काम–क्रोधादि वाली गन्दगी और शरीर में भी बसी भौतिक गन्दगी को नष्ट करके शुद्ध, चेतन ईश्वर को प्राप्त कर पाएँगे और सुखी हो पाएँगे। शरीर की भौतिक गन्दगी पसीना, शरीर पर मैल, कान, आँख, बालों आदि में मैल, पेट में वात और अनेक बीमारियों से शरीर में गन्दगी का होना कहा है, जो नहीं होना चाहिए।

ईश्वर शुद्ध है, पाप से रहित है अत: वह शुद्ध अन्त:करण वाले साधकों को ही प्राप्त होता है।

पौर्णमासी और अमावस्या
की आगामी तिथियाँ (अप्रैल 2017 – सितम्बर 2017)

अप्रैल 2017	मई 2017	जून 2017
मंगलवार, 11 - पौर्णमासी	बुधवार, 10 - पौर्णमासी	शुक्रवार, 09 - पौर्णमासी
बुधवार, 26 - अमावस्या	गुरूवार, 25 - अमावस्या	शनिवार, 24 - अमावस्या

जुलाई 2017	अगस्त 2017	सितम्बर 2017
रविवार, 09 - पौर्णमासी	सोमवार, 07 - पौर्णमासी	बुधवार, 06 - पौर्णमासी
रविवार, 23 - अमावस्या	सोमवार, 21 - अमावस्या	बुधवार, 20 - अमावस्या

Seema Dogra

"I am good at making things work.
She wants to become world's best swimmer.
He wants to own the fastest car in the world.
He is good at designing best house models.
Lakme Fashion week with all types of world's fashion wears available.
She wants to look stunning than any other Hollywood actress."

All these statements are giving only one message, that is, everyone wants to be best than the other person in the field. We all are competing with each other, with our own family members, our own people, our own friends, above all fighting within our own conscience internally; one country is competing with other country, so this is a competition of regions, people and pride.

We are not living our lives, we are competing .Our Lives have become competition itself. Our ultimate satisfaction lies in proving to others our worth. Our happiness is gained only with satisfying our ego of competition.

Every one around me is trying to win the game of defeating each other.

I am happy if I am above others! My parameter of happiness is going up on the scale as I am never satisfied because of my competitor's high benchmark.

How this killing-spirit of competing with others is helping me? Is it healthy enough to take me to my destination? Am I happy at the end of the day?

How much time am I spending in thinking about exceeding from others?

I guess my nights and days are all busy, thinking for more way-outs, to outnumber others. To reach the excel point, leaving everything behind.

Ultimately am I happy with all these endeavours of winning games?

The important question is "Am I right?" Do I really need to sit and think through this?

This is applicable for every human being. We all know what we are doing and why we are doing it. Even if we do things under others influence and supervision, the envy factor is always playing its role. We are just not bothered about what is available in our own plate; our concern is how much is given to other person. Why is he getting more attention and favours from bosses than me?

Should I continue doing this? Or should I stop? If I stop what's the limit? Who will tell me my line of control?

NOBODY can do that.
It has to come from WITHIN.

Personally this spirit of competition is not very overpowering. If I overcome the urge of satisfying my inner thirst of being the best always, it helps. I should be satisfying my own set standards with humility. I should be capable enough to fix my limits for my own good. I have to satisfy my internal 'me' first. If I am peaceful inside, then external forces cannot invade the territory of my mindset.

The foundation of my own expectations should be based on my inners thoughts and values.

If am internally strong, I will start appreciating others, their values, talents, virtues. My values will help me in recognizing my talents and god's gifts and live up to my worth and something greater. My determination to make the difference will take me ahead. This urge of making difference will not be for others; instead it will be for my own satisfaction.

The humanly possible personal standards can be cultivated for anything –

It can be your business/professional goals,
It can be your expenditure goals; it can be your spiritual goals,
It can be your adventurous goals!

Any realistic standards you set for yourself but not taking other's parameters as your benchmark, you will be more successful and happy in achieving it.

Our conscience will help us to identify the truth of following this Spirit of Competition. Once we achieve the set standards for ourselves, the satisfaction will be out of this world. It will be amazingly gratifying. The immediate fruit will be intuitive peace and pleasure.

Further Insight by the Editor

Dear daughter, Seema has very well enlightened the reality of being happy that one should seek the same within him. Vedas preach that every human-being has five senses i.e., eyes, ears, nose, skin and tongue and the said senses always gather the knowledge from outer world and the said knowledge is totally illusion if we donot follow Vedic path and do daily name jaap and practice of Yog philosophy to peep within ourselves.

The eternal philosophy to peep within ourselves is preached in Vedas. In this connection, every ved like ***Yajurved mantra 7/4 states- "Upyaam grihitah asi, urushaya maghwan somam pahi antah yachh"*** i.e., to maintain the realization of eternal divine pleasure, an aspirant must practice Ashtang Yog philosophy daily. The said eternal philosophy only enables the aspirant to control the senses, from indulging in illusion as briefed above by the intelligent writer.

In this connection, ***Rishi Patnajali*** also states in ***Yog Shastra Sutra 1/2*** –

"Yogaschittavritti nirodhaha" i.e., meaning of Yogaha (Yoga) = Samadhi, Chitta = combination of intellect i.e.,

budhi, ahankar (Ego) and Mann (mind), Vritti = effect of various forms, nirodhaha = stoppage. That is to say stoppage of various forms of Chitta is called Yoga. Chitta vritti (faculty which receives knowledge from five senses and passes the same to intellect is called Chitta and Chitta stores the effect of various karmas to be faced by soul in future at a proper time) and ***"Tadadrashtu Swaroopeyvasthanum"*** i.e., the aspirant peeps within himself.

You see, the donor of happiness/ divine pleasure is only Almighty God. Therefore, any materialistic article of the universe is not the source of getting/ experiencing pleasure but is required to maintain the physique.

Therefore, we must know the eternal Vedic philosophy that Almighty God is realized within human body, who is the source of getting pleasure/happiness.

So, when by practicing Yog philosophy, the chitta vritti is stopped and naturally then the chitta vritti remains within the human-body where God is realized.

In this situation only, the Almighty God showers His blessings and aspirant becomes capable to realize God and the result of realizing God is also to experience divine pleasure/happiness. Since, the said fundamental has been oversighted by the world hence, the problem.

One thing more that we should not be jealous of others progress/ achievements. In this regard, ***Rigved mantra 8/49/2*** states that all humans must get progress and happiness together and our views must not be conflicting and this is only possible if we follow Vedas. Otherwise our thoughts, like different types of sects/saints etc., will always be of different kind.

This method spreads peace and brotherhood all over the world which is the most important requirement of present time. Therefore, we must not forget the Vedic preach that human-beings must get progress in worldly matters (like science, education, agriculture etc.) and in spiritualism simultaneously. One-sided progress is always harmful. VIV

We may not win immediately, but definitely

सर्वांग आसन

स्वामी रामस्वरूप 'योगाचार्य'

योग शास्त्र सूत्र 2/46 में कहा है "स्थिरसुखमासनम्"

अर्थ

(स्थिरसुखम्) स्थिर सुख हो जिसमें (आसनम्) वह आसन है।

आसन का अभ्यास करते–करते जब तक हाथ–पैरों में दर्द आदि अनुभव होता है, उसे आसन लगाने का अभ्यास कहते हैं और जब यह आसन लगाने का अभ्यास इतना बढ़ जाता है कि आसन दर्द नहीं अपितु सुख देना शुरू कर देता है, उसे ही आसन कहते हैं। इसलिए प्रातः एवं सांय प्रतिदिन कुछ आसन का अभ्यास करना चाहिए और वर्षों तक करना चाहिए।

आसन लगाने में परिश्रम न किया जाए। सरलतापूर्वक आसन लगाएँ। आसन पर स्थिर एवं सहज अवस्था में बैठकर परमेश्वर का ध्यान लगाएँ, इससे आसन सिद्धि होती है।

विधि

1. पहले पीठ के बल जमीन पर लेट जाएँ।
2. उत्तानपाद आसन की तरह दोनों पैरों को जोड़कर टाँगों को धीरे–धीरे आसमान की ओर उठाएँ, इसके लिए दोनों हाथों की हथेलियों को कमर पर रखकर टाँगों को और शरीर को ऊपर उठाने में सहायता लें।
3. इस तरह टाँगें सीधी आसमान की ओर ऊपर उठ जाएँ और पाँव के तलवे/पँजे आकाश की ओर तान दें।
4. इस तरह समस्त शरीर का भार कंधों पर टिक जाए। इस आसन पर सुविधानुसार दो मिनट से लेकर पाँच–छह मिनट तक अभ्यास करें।

लाभ

1. यह आसन शीर्षासन जैसा लाभ देता है। गृहस्थाश्रम में तो शीर्षासन के स्थान पर यही आसन लगाना चाहिए।
2. जो साधक यम–नियम का भी अभ्यास करता है तो यह आसन उसका ब्रह्मचर्य दृढ़ करके रक्त को शुद्ध करके, ठीक–ठीक संचार करता है।
3. यह स्मरण शक्ति बढ़ाता है।
4. इसके द्वारा पेट के, रक्त के तथा लगभग सभी अंगों के रोगों का नाश होता है।
5. इस आसन के अभ्यास से रीढ़ की हड्डी ठीक रहती है। VIV

परम आनन्द की प्राप्ति ही योग साधना है

Cinnamon

Sugandh 'Sudhi'

The bark and leaves of Cinnamon (Dalchini) are strongly aromatic . It is one of the world's popular flavour and certainly every kitchen's most important spice with medicinal properties.

It has sweet though spicy and of course woody aroma. The sweet and warm smell of cinnamon not only comforts the body but the mind as well.

This spice is basically the stems of the cinnamon tree. The woody parts of the stem are removed and left to dry. This results in the formation of strips that itself curl into the cinnamon sticks.

These strips can also be crushed and further ground to form cinnamon powder.

There are two known types of cinnamon: Ceylon cinnamon and cassia cinnamon.

Nowadays, cinnamon is ranked as the second most popular spice next to black pepper.

Recent research has proven that cinnamon is loaded with nutrients that a body will greatly benefit from.

There is more to this spice/herb than its comforting smell. It has been used for centuries in Ayurvedic and Chinese medicine to cure many ailments Cinnamon has high amounts of calcium, fiber and manganese, as well as antibacterial, antifungal, antimicrobial, antiviral and antioxidant properties.

This medicinal herb/spice can be used in treatment and prevention of many common ailments such as acne, pimples, cough and digestive troubles.

This spice possesses many properties to cure skin, hair and many health related problems.

- Cures Acne, Pimples, And Blemishes
- Soothes Dry Skin
- Complexion Enhancer
- Alleviates Fine Lines
- Prevents Skin Infections And Cures Cuts And Wounds
- Treats Rough Feet
- Stimulates Hair Growth
- Scalp Cleanser

Good health and good sense are two of life's greatest blessings

- ❖Lightens Hair Color
- ❖Reduces Cholesterol
- ❖Pain Reliever
- ❖Cures Cold
- ❖Prevents Arthritis
- ❖Aids Digestion
- ❖Heart Health
- ❖Promotes Weight Loss
- ❖Menstrual Aid
- ❖Prevents Cancer
- ❖Increases Longevity
- ❖Diabetes Treatment
- ❖Treats Infertility
- ❖Prevents Neurodegenerative Diseases
- ❖Boosts Brain Functioning
- ❖Breath Freshener
- ❖Fight Bacteria, Viruses, Etc.
- ❖Prevents IBS And Indigestion
- ❖Improves Colon Health
- ❖Prevents Chronic Inflammation
- ❖Controls Blood-Sugar Levels
- ❖Improves Circulation
- ❖Stimulates Memory And Alertness
- ❖Relieves Insomnia
- ❖Home remedies of cinnamon

Cinnamon is also considered as an excellent way to keep your mouth fresh

Cinnamon is a useful medicinal spice, one can use it as home remedy to treat certain common ailments.

Cold and Cough : A pinch of cinnamon powder taken with spoon of honey can relive cough.

Loose motion, Diarrhoea: For relief in loose motion, 2-3 gm of cinnamon powder can be taken with water two times a day.

Loss of taste: A paste of cinnamon powder and honey if rubbed on the tongue for few minutes twice in a day can help in regaining taste.

To eat is a necessity, but to eat intelligently is an art

Tooth ache:	Cinnamon powder and honey in the ratio of 1:5 can be applied at the place of tooth ache.
Hair fall :	Cinnamon powder mixed with warm olive oil and honey can be applied on the scalp at least 30 minutes before the hair wash.
Bad breath :	Cinnamon powder mixed in the boiling water can be used as a mouthwash.
Acne and black heads:	Cinnamon powder mixed with lemon juice can be used on acne and black heads.
Improves complexion:	Cinnamon powder mixed with honey can be applied on the face as face pack.
Sharpens memory:	If 1 -2 gm of cinnamon powder taken with honey every night can improve memory.
Hoarseness and aphonia :	Cinnamon powder combined and boiled water can be taken together with black pepper and honey.
Insomnia or sleeplessness:	Drink cinnamon powder mixed with honey in warm water before going to bed at night.
Relief in arthritis pain:	Cinnamon powder mixed with honey can be applied on the affected area of pain.
Improves weak digestion:	Cinnamon powder taken in between the meals with honey helps improve digestion.
Precaution:	Cinnamon is hot in potency so it should be taken with due consultation.

Cinnamon

is the Friend of Physicians
&
the Pride of Cooks

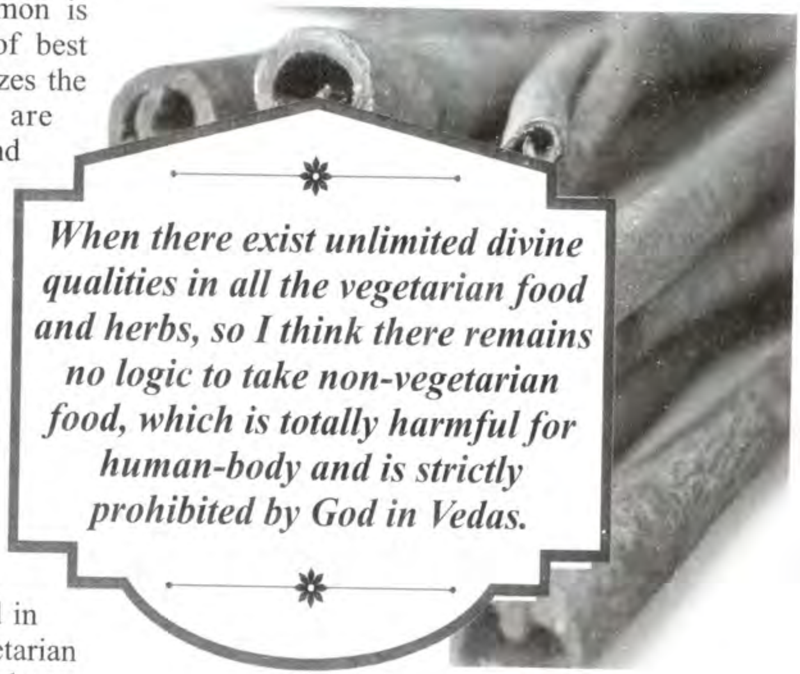
Life is not merely to be alive, but to be well - M.V. Martial

Further insight by the Editor

Sugandh beti, daughter of Shri Sunil Gandotra, has been writing beautifully for the last five years about herbs. I bless her for her hard and benevolent task.

Yes, the plant of cinnamon is small but has number of best qualities if a person utilizes the same. Several herbs are growing on this earth and we must know that this is only a blessing of Almighty God for human-beings. When there exist unlimited divine qualities in all the vegetarian food and herbs, so I think there remains no logic to take non-vegetarian food, which is totally harmful for human-body and is strictly prohibited by God in Vedas. We see that a vegetarian elephant is more powerful than a lion and other carnivorous animals.

- As stated by dear daughter Sugandh, the bark of dalchini plant and its leaves are used in kitchen as spice.
- This spice helps to loose the weight and destroys several diseases. It purifies the blood.
- If we take pinch of dalchini powder, pinch of black pepper and honey, duly mixed in lukewarm water, it cures the common cold and sore throat.
- If we make a paste of dalchini with water and apply it on forehead, it cures the headache caused by the exposure to cold breeze.



> ***When there exist unlimited divine qualities in all the vegetarian food and herbs, so I think there remains no logic to take non-vegetarian food, which is totally harmful for human-body and is strictly prohibited by God in Vedas.***

However, I would like to draw your attention on the advise of Sugandh beti that all such preparations should be taken under the supervision of Ayurvedic doctor because some preparations may increase B.P. or effect sugar etc.

What more can be written here because several benefits have already been mentioned by daughter Sugandh in her article.

VIV

The whole secret of existence is to have no fear

Gulati Family
(Chandigarh)

Manisha
Anupama K. Guruprasad
(Bengaluru)

Madhu Gupta
Seema & Sandeep Gupta

Guptas Family
Trikuta Nagar, Jammu

B.R. Yadav & Manju Yadav
Lalit Kumar Yadav

"समानी व आकूतिः समाना हृदयानि वः।
समानमस्तु वो मनो यथा वः सुसहासति॥"

(ऋग्वेद म. 10/191/4)

RADHA - SANJAY SHRIKUL
(17th April)

ANJANA - RAKESH DEWAN
(19th April)

SHEETAL - RAKESH GUPTA
(11th May)

SANIA - VISHAL SHAH
(13th May)

Wedding Anniversary Wishes

Editorial Team

"ओ३म तच्चक्षुर्देवहितं पुरस्ताच्छुक्रमुच्चरत्।
पश्येम शरदः शतं जीवेम शरदः शतं शृणुयाम शरदः
शतं प्र ब्रवाम शरदः शतमदीनाः स्याम शरदः शतं भूयश्च शरदः शतात्॥"

Birthday Wishes

Raghav Khajuria
1st April

Shivaansh Khajuria
20th April

Ridhi Mahajan
11th May

Gautam Abrol
11th Sept.

Jayendra Singh Jasrotia
20th Sept.

G. Manisha
27th Sept.

Manit Dubey
30th Sept.

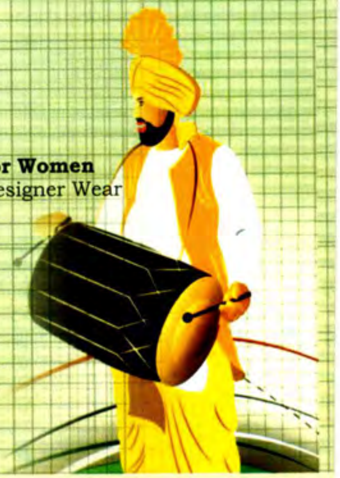
Editorial Team

The Elegante
anant

FASHION STUDIO

- *With the Most leading Brands for Men and Women*
- *Running cloth for Men & Women*
- *Ladies Designer wear suits, Lehngas, Kurties.*

Saints



- **Customized stitching for Men**
  Coat Suit, Coat, Trouser, Shirts, Kurta Pyjama, Khan Suit and Designer Wear
- **Customized stitching for Women**
  Coat, Suits & All kinds of Designer Wear

M/s A.R. ENTERPRISES

RC TOWER, PANAMA COWK, JAMMU - 180006.
PH.: 0191-2477536, Mob.: 9419197820, 9622677820
e-mail : elegante.anant@gmail.com

Happy Baisakhi-2017

Collective Divine Inspiration
GLOBAL MESSAGE

deedee

- COMPLETE OFFSET PRINTING SOLUTION AND MFG OF EXCLUSIVE CARDS & BOXES WITH COMPLETE IN-HOUSE FACILITY INCLUDING DESIGNING & CTP PROCESSING.
- COMPLETE BINDING SOLUTIONS AND MFG. OF PAPER CARRY BAGS & ENVELOPS.
- COMPLETE PACKAGING INDUSTRY FOR MFG. OF MONO CARTONS, LABELS & OTHER PACKAGING MATERIALS.

dee dee reprographix - 3, AIKTA ASHRAM, NEW REHARI, JAMMU.
PH. : 2543038, 94191 08620, 99061 39999 e-mail : deedeereprographix@gmail.com

dee dee experts - 17-A, NEW REHARI, JAMMU.
PH. : 99061 39999 e-mail : deedeeexperts@gmail.com

dee dee packaging industries - LANE No. 4, PHASE II, SIDCO INDUSTRIAL COMPLEX, BARI BRAHMANA, J&K. PH. : 01923-222949, 94191 81240 e-mail : pi.deedee@gmail.com

HAPPY BAISAKHI 2017

NACHIKETA TECHNOLOGY (REGD.)

AN ISO 9001:2008 Certified Co.

Manufacturing / Repair of:

- Distribution Transformer
- Voltage Stabilizers (Auto/Manual/Servo)
- Electric Panels
- Varic Transformer / Dimmer
- On Line / Off Line UPS
- Inverters
- CT & PT Units
- Control & Relay Panels
- Switchgear Panels
- Vacuum Circuit Breaker Panels
- LT AC/DC Distribution Board
- Marshaling Kioska

multi MAX

Happy Baisakhi

OFFICE & WORKS : Plot No. 70, Phase - II Industrial Area Gangyal, Jammu - J&K.
Tele/Fax: 0191-2480735 Mob.: 94191-53450

email : nachiketatechnology@yahoo.co.in website : www.nachiketatechnology.com

HAPPY Baisakhi

DIVINE

... Daily Needs Store

SHOP No. 8, SHIV MANDIR SHOPPING COMPLEX, GANDHI NAGAR, JAMMU - 180004 (J&K).
Contact : 0191-2456777, +91 99060-92521

VED MANDIR PRAKASHAN

PUBLICATIONS BY : SWAMI RAM SWARUP 'YOGACHARYA'

S.No.	Books in Hindi	Price
1.	आत्मिक उद्‌गार	51.00
2.	मानव धर्म शिक्षा (Revised Edition)	100.00
3.	दिल से दिल की बात	21.00
4.	मृत्यु-एक कटु सत्य	20.00
5.	भजन कीर्तन	40.00
6.	संध्या मंत्र – भाग 1 (Revised Edition)	50.00
7.	ब्रह्मचर्य दुःख निवारक दिव्य मणि	100.00
8.	वैदिक प्रवचन संग्रह – I	120.00
9.	वैदिक प्रवचन संग्रह – II	120.00
10.	पताञ्जल योग दर्शन – I	131.00
11.	पताञ्जल योग दर्शन – II	300.00
12.	यज्ञ कर्म सर्वश्रेष्ठ ईश्वर पूजा	65.00
13.	श्रीमद् भगवद् गीता - एक वैदिक रहस्य - प्रथम भाग	400.00
14.	श्रीमद् भगवद् गीता - एक वैदिक रहस्य - द्वितीय भाग	400.00
15.	श्रीमद् भगवद् गीता - एक वैदिक रहस्य - तृतीय भाग	250.00
16.	श्रीमद् भगवद् गीता - एक वैदिक रहस्य - चतुर्थ भाग	400.00
17.	वैदिक प्रश्नोत्तरी	30.00
18.	नारी दुष्कर्मियों पर वेदों द्वारा दण्ड New	25.00
19.	वेदों से मृत्यु रहस्य जानो	140.00
20.	संध्या मंत्र– भाग 2	10.00

S.No.	Books in English	Price
1.	Yoga: A Divine Vedas Philosophy	65.00
2.	Vedanta & Eternal Vedas Philosophy -I	31.00
3.	Vedanta & Eternal Vedas Philosophy -II	20.00
4.	Protect the Holy Cow, Say Vedas	40.00
5.	Vedas A Divine Light -I	250.00
6.	Vedas A Divine Light -II	121.00
7.	Vedas A Divine Light -III	100.00
8.	Vedas A Divine Light -IV	100.00
9.	Vedas A Divine Light -V	140.00
10.	Vedic Punishment for Criminals (Women Offenders)	25.00
11.	Bhagwad Geeta is related to Vedas	25.00

S.No.	CD's		Price
1.	Vedon Kee Chhawon Mein	(1-2 VCDs)	55.00
2.	Ishwar Kee Awaz Suno	(ACD)	36.00
3.	Sab Mein Vyapak Jyoti Ek	(ACD)	36.00
4.	Sant Vanni	(1-4 ACD)	35.00
5.	Bhakti Ras	(VCD)	40.00
6.	Shri Ram Katha Gaayan I	(ACD)	35.00
7.	Ishwar Bin Sukh Naahin	(ACD)	36.00
8.	Sarvavyapak Ishwar Mahima Suno	(ACD)	36.00
9.	Sab Gobind Hai	(ACD)	45.00
10.	Amrit Vani Ved	(ACD)	36.00
11.	Bhaj Govindam	(ACD)	35.00
12.	Ved Vanni Updesh	(ACD)	39.00
13.	Prabhu Sa Koi Na Duja New	(ACD)	39.00
14.	Prabhu Ko Na Bhuley	()ACD	36.00

S.No.	Cassettes		Price
1.	Sant Vanni	(VOL. 1-8)	35.00
2.	Bhaj Govindam		35.00

S.No.	Books in Other Languages	Price
1.	Vedas - Divine Light- I (कन्नड़ भाषा)	120.00
2.	Vedas - Divine Light- II (तमिल भाषा)	120.00
3.	Vedas - Divine Light- III (तमिल भाषा)	100.00
4.	Protect the Holy Cow (तमिल भाषा)	50.00
5.	नारी दुष्कर्मियों पर वेदों द्वारा दण्ड (गुजराती भाषा)	35.00
6.	गायत्री मंत्र (तमिल भाषा)	12.00
7.	Vedas - Divine Light- I (गुजराती भाषा)	120.00
8.	Vedas - Divine Light- I (मराठी भाषा)	120.00
9.	नारी दुष्कर्मियों पर वेदों द्वारा दण्ड (तमिल भाषा)	30.00
10.	Vedas - Divine Light- I (तेलगु भाषा) New	140.00
11.	Vedanta & Vedas Eternal Philosophy I & II (तमिल भाषा)	80.00

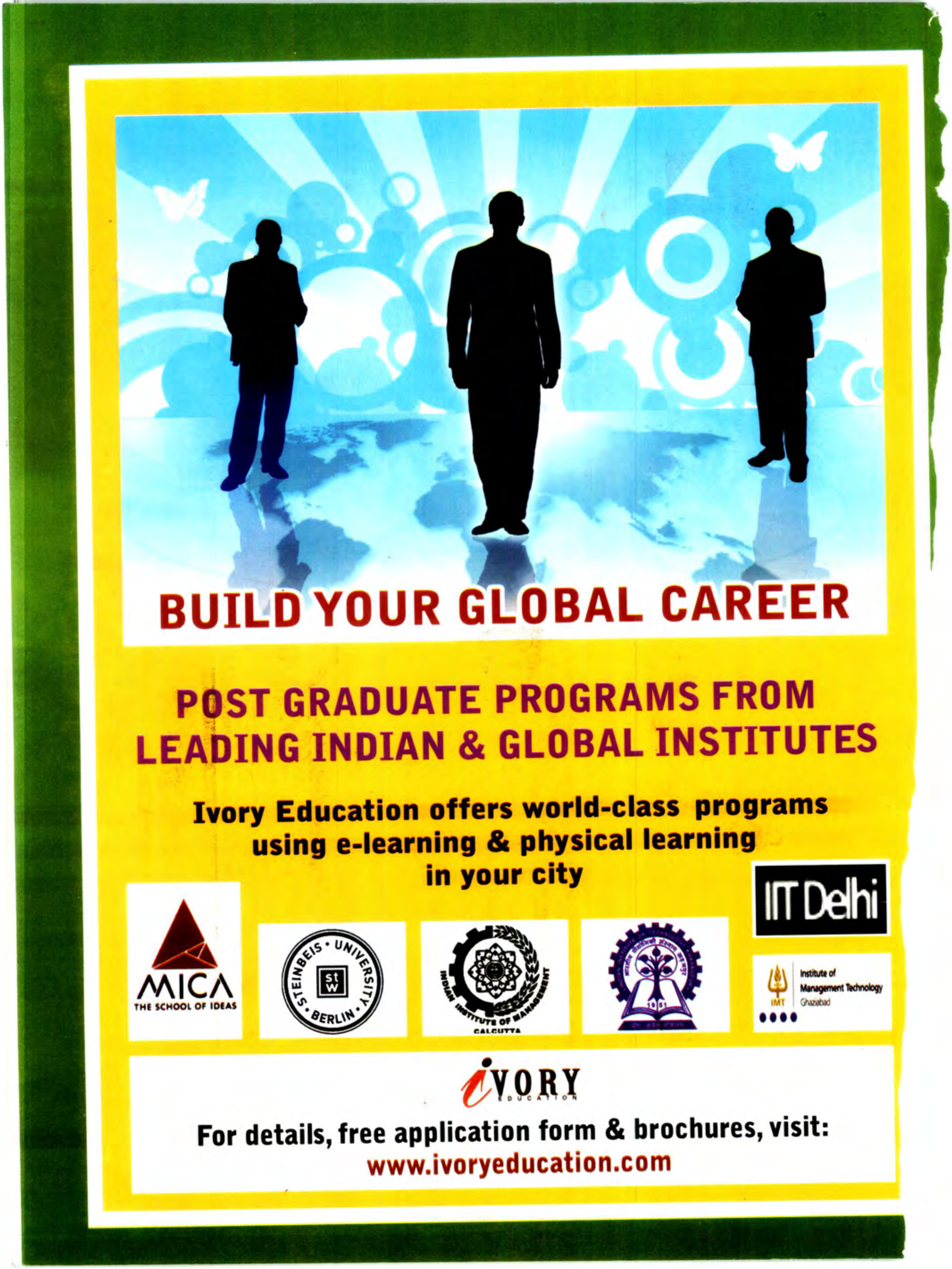
WORLD BOOK FAIR NEW DELHI, JAN-2017

College students from Delhi attending the Annual Yajna 2016 at Yol Ashram, H.P.

Hawan at Jakarta for peace & prosperity

BOOK STALL AT (IWA) INDONESIA - 2017

स्वामी जी से अपने प्रश्न निःशुल्क पूछने के लिए **www.vedmandir.com** पर सम्पर्क करें।


BUILD YOUR GLOBAL CAREER
POST GRADUATE PROGRAMS FROM
LEADING INDIAN & GLOBAL INSTITUTES
Ivory Education offers world-class programs
using e-learning & physical learning
in your city
IIT Delhi
MICA
THE SCHOOL OF IDEAS
STEINBEIS • UNIVERSITY • BERLIN •
INDIAN INSTITUTE OF MANAGEMENT CALCUTTA
IMT
Institute of Management Technology
Ghaziabad
IVORY
EDUCATION
For details, free application form & brochures, visit:
www.ivoryeducation.com