ओ३म्
कृण्वन्तो विश्वमार्यम्

अष्टांगयोगादेव तु आत्मशुद्धिः

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

मार्च 2018

मूल्य 15 रू.

आत्म-शुद्धि-पथ

मासिक

भारतीय नव वर्ष एवम् रामनवमी की हार्दिक शुभकामनाएं

(विवरण पढ़े पृष्ठ 8 पर)

आर्य समाज के
संस्थापक,
वेदों के उद्धारक
महर्षि दयानन्द सरस्वती

आत्मशुद्धि आश्रम
संस्थापक कर्मयोगी
पूज्य श्री आत्मस्वामी
जी महाराज

हरियाणा गौरव आवार्डी पूनम व प्रवेश आर्या का भव्य स्वागत

(विवरण पढ़े पृष्ठ 25 पर)

आत्मशुद्धि-पथ के नये आजीवन सदस्य बनें

960
प्रधानाचार्य जी
नेता जी सुभाष चन्द्र मेमोरियल इन्टर कॉलेज
तबेला गढ़ी, पो. गैडबरा, जिला-बागपत, उत्तर प्रदेश

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

– व्यवस्थापक

॥ ओ३म् ॥

आत्म-शुद्धि-पथ (मासिक)

फाल्गुन-चैत्र सम्वत् 2075 मार्च 2018

सृष्टि सं. 1972949118 दयानन्दाब्द 193

वर्ष-17) संस्थापक-स्वर्गीय पूज्य श्री आत्मस्वामी जी (अंक-03

(वर्ष 48 अंक 03)

प्रधान सम्पादक

स्वामी धर्ममुनि 'दुग्धाहारी'

मो. 9416054195, 9728236507

❖

सह सम्पादकः

आचार्य विक्रम देव (मो. 9896578062)

❖

परामर्श दाताः गजानन्द आर्य

❖

कार्यालय प्रबन्धक

आचार्य रवि शास्त्री

(08053403508)

❖

उपकार्यालय

अखेराम सरदारो देवी आत्मशुद्धि आश्रम

खेड़ा खुर्रमपुर रोड, फर्रुखनगर, गुडगांव (हरि.)

❖

सदस्यता शुल्क

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

विदेश में

वार्षिक : 20 डालर आजीवन : 350 डालर.

कार्यालय : आत्मशुद्धि आश्रम बहादुरगढ़

जिला-झज्जर (हरियाणा) पिन-124507

चल. : 9416054195

E-mail : atamsudhi@gmail.com,

अनुक्रमणिका

विषय	पृष्ठ सं.
समाचार	4
बल के उत्सवों में	7
मार्च पर्व परिचय	8
अन्तःकरण व प्राण-अपान का रक्षक प्रभु	9
उड़ियों पंख पसार	12
शिक्षा और नैतिकता पर वैदिक चिन्तनःआधुनिक.....	14
महारानी द्रौपदी	17
दाम्पत्य व्यवहार में नवाचार के उपहार	18
सुने कौन ये पीड़ा	20
उपवासः स्वस्थ जीवन का आधार	22
मधुमेह का घरेलू उपचार	23
अध्यापक विद्यार्थी का निर्माता	24
हरियाणा गौरव आबार्डी पूनम व प्रवेश आर्या का भव्य...	25
बेटी बचाओ-बेटी बढ़ाओ, बेटी पढ़ाओ	26
जल संरक्षण-जल ही जीवन/होली	26
चमत्कारों का पोलखाता	27
हंसो और हंसाओ	30
आर्यसमाज स्थापना दिवस पर विशेष लेख....	31
संस्कार	33
दान सूची	34

विज्ञापन दर

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

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

कन्हैया लाल आर्य को मातृशोक

पूज्या माता श्रीमती जमना देवी आर्या का नेत्रदान एवं देह दान कर उदाहरण प्रस्तुत किया

आर्य प्रतिनिधि सभा हरियाणा के उपप्रधान, आत्मशुद्धि आश्रम के उपप्रधान, परोपकारिणी सभा अजमेर के ट्रस्टी कन्हैया लाल आर्य की माता श्रीमती जमना देवी आर्या का 13 जुलाई 2018 शिवरात्रि के महान पर्व पर मंगलवार को प्रात: 9 बजे स्वर्गवास हो गया। निधन के समय माता श्रीमती जमना देवी आर्या की आयु 97 वर्ष थी। वे अपने पीछे एक पुत्र कन्हैया लाल आर्य (चन्द्रवती आर्या), दो पुत्रियाँ श्रीमती ईश्वर देवी मुंजाल, श्रीमती पुष्पा देवी (विद्यासागर आर्य) छोड़कर गई हैं। उनके निधन के पश्चात माता श्रीमती जमना देवी आर्या जी की इच्छानुसार उनका नेत्रदान निरामय चैरीटेबल ट्रस्ट को किया गया तथा शेष पूर्ण शरीर का देहदान दधीचि देह दान समिति दिल्ली के माध्यम से बर्द्धमान महावीर मेडिकल महाविद्यालय सफदरजंग दिल्ली को किया गया।

13 जुलाई सायं 4 बजे उनके निवास स्थान 4/44, शिवाजी नगर गुरुग्राम से शव यात्रा प्रारम्भ की गई। शव यात्रा में गुरुग्राम देहली मेवात से हजारों गणमान्य व्यक्ति एवं सम्बन्धी मित्र सम्मिलित हुए। शव यात्रा घर से प्रारम्भ करके आर्य समाज शिवा जी नगर गुरुग्राम में सम्पन्न हुई। आर्य समाज शिवाजी नगर गुरुग्राम में वेद मन्त्रों के माध्यम से उनका भौतिक शरीर दधीचि देह दान समिति दिल्ली के माध्यम से विदा किया गया। उन के इस पवित्र संकल्प के लिए सभी लोगों ने उनके इस साहसिक कदम की प्रशंसा की और बहुत लोगों ने इस मार्ग पर चलने की इच्छा प्रकट की।

प्रेरणा सभा दिनांक 18.02.2018 रविवार दोपहर 12 बजे से आर्य विद्या मन्दिर सीनियर सैकेण्डी स्कूल सैक्टर-7 में चारों वेदों के शतकम यज्ञ से प्रारम्भ हुई। दोपहर 12 बजे से 2 बजे तक चारों वेदों के शतकम यज्ञ का ब्रह्मत्व गुरुकुल लोवाकलां की प्राचार्या सु श्री राजन मान एवं वेदपाठ गुरुकुल की ब्रह्मचारिणियों द्वारा किया गया। यज्ञोपरान्त सभागार में प्रेरणा सभा दोपहर 2 बजे प्रारम्भ हुई। भजनोपदेशक के रूप में युवा भजनोपदेशक श्री अंकित उपाध्याय द्वारा मार्ग दर्शन किया गया। तत्पश्चात श्रद्धांजलि सभा का प्रारम्भ गुरुकुल आश्रम पाली फरीदाबाद के संचालक डॉ. ओम प्रकाश जी द्वारा किया गया। मंच का संचालन कवि हृदय श्री अशोक शर्मा जी ने किया। आर्य प्रतिनिधि सभा दिल्ली के प्रधान श्री धर्मपाल आर्य, आर्य प्रतिनिधि सभा हरियाणा के प्रधान राम पाल आर्य, आनन्दपुर कुटिया से बाई जी, साँई फाउन्डेशन से श्री आनन्द रंजन जी, पलवल से स्वामी श्रद्धानन्द सरस्वती जामपुर सभा से बी.आर. सीकरी, वैदिक योगाश्रम हरिद्वार के संचालक आचार्य अखिलेश्वर जी, गुरुकुल गौतम नगर दिल्ली के संचालक स्वामी प्रणवानन्द जी, आत्मशुद्धि आश्रम बहादुरगढ़ के संचालक स्वामी धर्ममुनि जी, दधीचे देहदान समिति के महामन्त्री श्री कमल खुराना जी, पौराणिक जगत से संस्कृत महाविद्यालय पटौदी के संचालक महामण्डलेश्वर स्वामी धर्मदेव जी ने माता जी को श्रद्धांजलि दी। सभी वक्ताओं ने माता जी के नेत्रदान एवं देहदान के संकल्प की न केवल प्रशंसा की अपितु पूरे आर्य परिवार को इस पुनीत कार्य को सम्पन्न कराने के लिए आशीर्वाद दिया। दधीचे देहदान समिति दिल्ली के अधिकारियों ने अपनी श्रद्धांजलि में इस देहदान के कार्य में भागीदार बनने के लिए प्रेरणा प्रदान की। इस श्रद्धांजलि सभा में उपरोक्त विद्वानों के अतिरिक्त आर्य प्रतिनिधि सभा हरियाणा के मन्त्री श्री उमेद शर्मा जी, कोषाध्यक्ष श्रीमती सुमित्रा आर्या जी, प्रस्तोता श्री सर्वमित्र आर्य जी, सफीदों आर्य समाज के प्रधान पलवल से श्री जय प्रकाश आर्य,

बल्लभगढ़ फरीदाबाद से भी देशबन्धु आर्य श्री शिव कुमार टूटेजा, होतीलाल आर्य, आचार्य ऋषि पाल जी, गुरुकुल भादस से आचार्य हरि निवास जी, गोशाला मरोड़ा से श्री वेद प्रकाश परमार्थी जी, वेद प्रचार मण्डल के प्रधान श्री किशन चन्द सैनी जी, आर्य केन्द्रीय सभा गुरुग्राम के प्रधान श्री लक्ष्मण पाहूजा जी, महामन्त्री श्री प्रभु दयाल चुटानी जी, मन्त्री श्री धर्मेन्द्र बजाज जी, उपप्रधान श्री चन्द्रप्रकाश गुप्ता जी, कोषाध्यक्ष श्री नरवीर चौधरी जी, गुरुग्राम, सोहना, बादशाहपुर, झड़सा, बसई, सैक्टर-21, 22, 23, पालम विहार, सुशांत लोक, डी.एल.एफ., सैक्टर-14, सैक्टर-10, 10ए, नई कॉलोनी, सैक्टर-4, सैक्टर-7, एक्सटेन्सन, भीम नगर, अर्जुन नगर, राम नगर, शिवा जी नगर, मॉडल टाऊन, जैकमपुरा, पटेल नगर की आर्य समाजों के प्रधान मन्त्री तथा सभी अधिकारी, आर्य विद्यामन्दिर के प्रधान श्री सुरेन्द्र अदलखा जी, प्रबन्धक श्री नरेन्द्र कालड़ा जी, कोषाध्यक्ष नरेन्द्र तनेजा जी, आर्य वीर दल हरियाणा के उपसंचालक श्री शिवदत्त आर्य जी, सनातन धर्म, केन्द्रीय सनातन धर्म सभा के प्रधान श्री सुरेन्द्र खुल्लर जी, महामन्त्री श्री देवराज आहूजा जी, पंजाबी बिरादरी महासभा के प्रधान श्री सुभाष खन्ना जी, महामन्त्री श्री अनुराग बख्शी जी, शिक्षा जगत् के पुरोधा वरिष्ठ नागरिक समिति के प्रधान श्री पी.एन.मोंगिया जी, चोटी पंचायत से श्री अमीर चन्द श्रीधर जी, कोटछुटा पंचायत से श्री ओम प्रकाश चुटानी जी, आनन्द पार्क समिति से श्री ओम प्रकाश अत्रेजा जी शिवा जी नगर सुधार सभा से श्री राजेश दुआ जी, श्मशान भूमि समिति से श्री सुभाष खरबन्दा जी एवं असंख्य अन्य संस्थाओं के सभी सदस्य, अधिकारी इस सभा में सम्मिलित हुए। राजनैतिक क्षेत्र से श्री धर्मवीर गाबा, श्री गोपीचन्द गहलोत, कपिल दुआ, अश्विनी शर्मा, अनिल यादव सहित अनेकों गणमान्य व्यक्ति भी उपस्थित हुए। वैदिक विद्वान् डॉ. सत्येन्द्र प्रकाश सत्यम, श्री मेहरचन्द सोतिया, श्री अरविन्द शास्त्री, श्री सत्यदेव शास्त्री, डॉ. उषा शर्मा उषस, श्री शिवदत्त शास्त्री, श्री रविरंजन शास्त्री, श्री मदन साहनी, श्री देशबन्धु शास्त्री, श्री ईश्वर चन्द्र शास्त्री, श्री विजय व्यास शास्त्री, डॉ. सुभाष सचदेवा, केन्द्रीय आर्य युवक परिषद् के राष्ट्रीय अध्यक्ष श्री अनिल आर्य सहित हजारों गणमान्य व्यक्तियों ने माता जी को श्रद्धांजलि दीं हिमाचल प्रदेश के राज्यपाल महामहिम श्री देवव्रत आचार्य जी, परोपकारिणी सभा अजमेर के मन्त्री श्री ओम मुनि जी, गुरुकुल कांगड़ी विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ. सुरेन्द्र कुमार जी सहित 97 संस्थाओं के सान्त्वना सन्देश प्राप्त हुए। जीते जी रक्तदान और मरणोपरान्त नेत्रदान, अंगदान, देहदान का संकल्प लगभग 100 व्यक्तियों ने लिया। सभा के अन्त में श्री कन्हैया लाल आर्य जी ने इस दुःख की घड़ी में सान्त्वना देने के लिए सभी का आभार प्रकट किया।

श्रीमति भगवान देवी आर्या हुई पंचतत्व में विलिन

प्रसिद्ध स्वतन्त्रता सेनानी स्व. श्री जयदेव जी की धर्मपत्नी श्रीमती भगवान देवी आर्या का 19.02.2018 को धर्मपुरा बहादुरगढ़ में स्वर्गवास हो गया। विशेषता यह रही की उन्होंने अपनी अन्तिम यात्रा का अन्त ओ३म शब्द बोल कर किया। आत्मशुद्धि आश्रम बहादुरगढ़ में परिवार की तरफ से श्रद्धांजलि सभा का आयोजन किया गया जिसमें सबसे पहले यज्ञ का आयोजन किया गया। इसमें उनके बड़े सुपुत्र श्री वेदरत्न सन्दूजा सपत्नीक यजमान बने। श्रीमती सुदेश सन्दूजा ने जन्म मृत्यु विषयक एक भजन सुनाया। और बताया की माता जी बड़े शान्त व मधुर स्वभाव की महिला थी। श्री हेषू भूटानी ने भी कबीर बाणी के द्वारा इस नश्वर शरीर के विषय में परिचित कराया। इस अवसर पर श्री सतीश सन्दूजा जी पुत्र प्रभा रानी व शान्ता जी भी उपस्थित रहे। स्वामी धर्ममुनि ने पवित्र आत्मा को श्रद्धांजलि समर्पित करते हुये कहा कि सन्दूजा परिवार बहुत ही श्रेष्ठ परिवार है मैं वर्षो से इस परिवार को जानता हूं। इन्होंने सभी ने माता जी की बड़ी सेवा की है। यज्ञ का सारा कार्यक्रम आचार्य विक्रम शास्त्री द्वारा करवाया गया। श्री धनश्याम दास पुरूषार्थी ने भी परिवार की प्रशंसा की और प्रवचन भी किया। परिवार द्वारा अच्छे मधुर भोजन की व्यवस्था की गई थी।

ब्रह्म. कर्ण आर्य

अखेराम सरदारों देवी आत्मशुद्धि आश्रम फर्रूखनगर का मासिक सत्संग

अखेराम सरदारों देवी आत्मशुद्धि आश्रम फर्रूखनगर का मासिक सत्संग का कार्यक्रम स्वामी धर्ममुनि की अध्यक्षता में सम्पन्न हुआ। कार्यक्रम की शुरुआत यज्ञ के द्वारा हुई। जिसके ब्रह्मा आचार्य प्रवीण शास्त्री और यजमान सुभाष आर्य जी रहे। यज्ञ उपरान्त भजन-प्रवचन का कार्यक्रम हुआ। जिसका सुन्दर मंच संचालन श्री राजवीर जी आर्य ने किया। इस अवसर पर आश्रम संचालक स्वामी सच्चिानन्द ने बताया कि हमें परिस्थितियों के वशीभूत नहीं होना चाहिए और स्वामी दयानन्द के जीवन से प्रेरणा लेकर सामाजिक बुराईयों को मिटाने का प्रयास जारी रखना चाहिए। ऋषि दयानन्द ने विपरित परिस्थितियों में भी अनेक सामाजिक बुराईयों को समाप्ति के लिए संघर्ष किया। इस अवसर पर सुभाष आर्य जी ने बताया कि हमें कोई दु:ख आता है तो उसके पीछे कारण बुराईयां होती हैं। हमे इन बुराईयों को अपने जीवन से समाप्त करना चाहिए। बुराईयों को जीवन में समाप्त करने से जीवन सुखी हो जाएगा।

इस अवसर पर पंडित जयभगवान जी ने बताया कि ऋषि दयानन्द आधुनिक भारत के महान समाज सुधारक थे। उनके सामाजिक उत्थान के लिए किए गए योगदान को भुलाया नहीं जा सकता। साथ ही उन्होंने ऋषि दयानन्द के जीवन पर मधुर भजन भी सुनाए। आचार्य प्रवीण शास्त्री ने समाज में व्याप्त जातिवाद, पाखण्ड आदि कुरीतियों को समाप्त करने का संकल्प दिलाते हुए बताया कि जब तक से कुरीतियाँ समाज से समाप्त नहीं होगी समाज की उन्नति में बाधा बनती रहेगी।

आचार्य चांद सिंह जी ने कहा कि कहने-सुनने से भी बहुत चीजे बदल जाती हैं। कहने-सुनने से मतलब प्रेरित करने से है। हमें निराशा को जीवन में नहीं लानी चाहिए। हमें दृढ़ संकल्पी होना चाहिए। हमें अपने जीवन में अच्छी पुस्तकों का स्वाध्याय करना चाहिए। उनसे हमें प्रेरणा लेनी चाहिए।

कार्यक्रम के अंत में स्वामी धर्ममुनि जी ने सभी आए हुए सज्जनों को आशीषवचन सुनाए। कार्यक्रम में रितेश शास्त्री, सुखपाल आदि ने मधुर भजन सुनाए। इस अवसर पर ओमप्रकाश यादव, विकास आर्य अभिमन्यु आर्य, मंजीत, ललित, देवेन्द्र कैप्टन महेन्द्र सविता आदि लोग उपस्थित रहे।

घनौरा (टिकरी) का 42वां महोत्सव सम्पन्न

आर्य समाज घनौरा टिकरी का उत्सव बड़े हर्षोल्लास के साथ सम्पन्न हुआ। सामवेद खण्ड पारायण यज्ञ के ब्रह्मा आत्मशुद्धि आश्रम के मुख्य अधिष्ठाता स्वामी धर्ममुनि जी रहे। जिन्होंने यज्ञ के मध्य मुख्य-मुख्य मन्त्रों का सरल ढंग से व्याख्या करके समझाया। जिसे सभी ग्रामीणों ने बहुत पसंद किया। वेदपाठ आचार्य विक्रम देव शास्त्री व ध्रूव शास्त्री द्वारा किया गया। उपस्थित श्रोताओं को आचार्य सत्यदेव जी ने अपने प्रवचनों के माध्यम से प्रभावित किया। मुख्य अतिथि के रूप में डॉ. चन्द्रवीर राणा ने बताया कि विज्ञान ने भी यह सिद्ध कर दिया हे कि पर्यावरण शुद्धि का यज्ञ से बड़ा कोई माध्यम नहीं है। आज के इस दुषित पर्यावरण में प्रत्येक घर में यज्ञ होना चाहिए। महोत्सव का उद्‌घाटन श्री ओमकार सिंह प्रदेश अध्यक्ष खेत किसान मजदूर पार्टी के कर कमलों द्वारा किया गया। पुरोहित का सफलतापूर्वक कार्य पं. शिवनारायण शर्मा, अंकित आर्य के द्वारा किया गया। 23, 24 व 25 फरवरी को तीनों दिन भजनों का कार्यक्रम बड़े उत्तम ढंग से हुआ। प्रसिद्ध भजनोपदेशक श्री अशोक कुमार प्रबोध व राजेन्द्र आर्य निरपुड़ा, आत्मशुद्धि आश्रम बहादुरगढ़ से आये ध्रव शास्त्री व रामदेव आर्य ने भजनो के माध्यम से श्रोताओं को मन्त्र मुग्ध किया। भिन्न-भिन्न परिवारों में भोजन की व्यवस्था की गई थी। अतिथि सत्कार की सभी ने सराहना की। भरपूर दक्षिणा के साथ सभी साधु संन्यासियों व विद्वानों को विदा किया। मा. देवेन्द्र आर्य ने मंच का कुशलतापूर्वक संचालन किया। 25 फरवरी को प्रात: कालपूर्णाहुति हुई।

– मन्त्री, ओमपाल चौधरी

बल के उत्सवों में

- डॉ. रामनाथ वेदालंकार

तमप्सन्त शवस उत्सवेषु, नरो नरमवसे तं धनाय।
सो अन्धे चित् तमसि ज्योतिर्विदत्,
मरूत्वान्नो भवत्विन्द्र ऊती॥

ऋग् 1.100.8

ऋषय: वार्षागिरा: ऋज्राश्व, अम्बरीष, सहदेव, भयमान्-सुराधस:। देवता इन्द्र:। छन्द: त्रिष्टुप।

(नर:) पुरुषार्थी मनुष्य (शवस:) बल के उत्सवेषु) उत्सवों में (तं) उस (नरं) नेता को (अवसे) रक्षण के लिए (अप्सन्त) प्राप्त करते हैं, (तं) उसे (धनाय) ऐश्वर्य के लिए प्राप्त करते हैं। (स:) वह (अन्धे चित्त) अन्धे भी (तमसि) अन्धकार में (ज्योति:) ज्योति (विदत्) प्राप्त करा देता है। (वह) (मरूत्वान्) प्राणवान (इन्द्र:) परमात्मा (न:) हमारी (ऊती) रक्षा के लिए (भवतु) हो।

क्षत्रियों के लिए संग्राम बल के उत्सव होते हैं, क्योंकि उनमें उन्हें अपने बल का जौहर दर्शाने का सुअवसर प्राप्त होता है। जब-जब संसार में अधर्म की व्याप्ति और धर्म की ग्लानि हो जाती है, अधार्मिक लोग अपना राज्य-विस्तार करने में संलग्न हो जाते हैं, तब-तब वीर क्षत्रिय लोग धर्म की रक्षा के लिए संग्राम का बिगुल बजाते हैं, बल के उत्सवों का आयोजन करते हैं। परमेश्वर स्वयं अधर्म के नाश और धर्म की रक्षा के लिए कटिबद्ध हैं, अत: वीरजन अधर्म-संहार के संग्रामों में उन्हीं परमेश्वर को अपना नेता बनाते हैं और रक्षण के लिए उन्हीं का आह्वान करते हैं। जो ऐश्वर्य धार्मिक जनों से छीनकर अधार्मिक शत्रु ने हस्तगत कर रखे होते हैं, उनहें वापिस दिलाने के लिए भी वे उन्हीं परमप्रभु की शरण में जाते हैं। नि:सन्देह प्रभु उन्हें बल के उत्सवों में विजय दिलाते हैं और विपुल ऐश्वर्य प्राप्त कराते हैं। ऐसे ही संग्राम हमारे हृदय में भी चलते हैं। वहाँ भी आसुरी और दैवी सेना में कड़ा मुकाबला होता है और विजयप्राप्ति के लिए बड़े तीव्र बल-प्रदर्शन की आवश्यकता होती है। तब भी स्मरण किये जाने पर प्रभु रक्षा करते हैं और दिव्य ऐश्वर्यो को प्राप्त कराते हैं।

इन्द्र-प्रभु अन्धे घुप्प अन्धकार में भी ज्योति प्राप्त करानेवाले हैं। जब मन में ऐसी विकट तामसिकता छा जाती है कि कर्तव्य की दिशा सर्वथा आँखों से ओझल प्रतीत होने लगती है, उस समय भी प्रभु ज्योति की रेखा प्रकट करके दिशा-प्रदर्शक बनते हैं। इन्द्र-प्रभु 'मरूत्वान्' हैं, प्राणवान् हैं, समर्थ हैं, भक्त की रक्षा के लिए उत्साहवान् हैं, जागरूक हैं। उन्हीं से हमारी विनय है कि जब-जब हम पर संकट के बादल मँडरायें, हमारी नाव मँझधार में डूबने लगे, हमपर विपत्तियों का पहाड़ आ पड़े, हम असहाय हो जायें, तब-तब वे आकर हमारी रक्षा करें, हमें अपनी शरण में लें, विपदा से हमारा उद्धार करें और हमें पैरों पर खड़ा कर दें। हे इन्द्र प्रभु! तुम हमारी प्रार्थना को सुनो, हम असहायों के सहायक बनकर रक्षा के लिए दौड़ो और रक्षा का वरदान देकर हमें सदा के लिए निश्चिन्त कर दो।

आश्रम द्वारा प्रकाशित महत्त्वपूर्ण साहित्य अवश्य पढ़ें

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

आश्रम द्वारा प्रकाशित साहित्य के साथ-साथ अन्य प्रकाशकों द्वारा प्रकाशित वैदिक साहित्य भी उपलब्ध है।

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

सम्पादकीय

मार्च पर्व परिचय

-धर्ममुनि जी

प्रिय पाठक बन्धुओं! जनवरी 2018 अंक से पर्व परिचय संक्षेप से देना प्रारम्भ किया गया है जनवरी फरवरी अंकों में आप होली दुल्हण्डी तक के पर्वो को संक्षेप से देख चुके हैं। मार्च में आने वाले पर्व।

3 मार्च-जन्म व बलिदान-शिवचन्द, **4 मार्च**- शिवाजी जयन्ती, **6 मार्च**-पं. लेखराम बलिदान, **18 मार्च**-नवसंवत्सर व आर्य समाज स्थापना दिवस, **18 मार्च**-गुरुदत्त विद्यार्थी पुण्यतिथि, **23 मार्च**-शहीद दिवस भगतसिंह, राजगुरु और सुखदेव, **25 मार्च**-रामनवमी, **28 मार्च**-महावीर जयन्ती, **31 मार्च**-पं. लेखराम जयन्ती।

श्री राम नवमी पर संक्षेप से प्रकाश डाला गया है।

समय: चैत्र शुक्ला नौवी, सम्वत् 2075, तदानुसार रविवार 25 मार्च, सन् 2018

परिचय: चैत्र शुक्ला नवमी को पुनर्वसु नक्षत्र में माता कौशल्या से राम का जन्म हुआ, चैत्र शुक्ला दसवीं को पुष्य नक्षत्र में माता कैकेयी से भरत का जन्म हुआ और आश्लेषा नक्षत्र में सूर्योदय होने पर माता सुमित्रा से लक्ष्मण व शुत्रघ्न दोनों का जन्म हुआ।

नौ लाख वर्ष से भी अधिक निरन्तर प्रवाहमान् मर्यादा पुरुषोत्तम श्री राम की पावन यशोगाथा हमारी राष्ट्रीय चेतना और सांस्कृतिक निष्ठा की प्रेरणाकेन्द्र रही है। यदि पूर्ण परिश्रम से संसार के समस्त स्मरणीय जनों की जीवनियां एकत्रित की जायें, तो हमको उनमें से किसी एक जीवनी में वह सर्वगुणराशि एक स्थान पर न मिल सकेगी, जिससे सर्व गुणागार श्री राम का जीवन भरपूर है। आज हमारे पास भगवान् रामचन्द्र का ही एक ऐसा आदर्श चरित्र उपस्थित है जो अन्य महात्माओं के उपलब्ध चरित्रों से सर्वश्रेष्ठ और सर्वोपरि शिक्षाप्रद है। वस्तुत: श्री राम का जीवन सर्वमर्यादाओं का ऐसा उत्तम आदर्श है कि मर्यादा पुरुषोत्तम की उपाधि केवल उनके लिए दी गई ही रूढ़ हो गई है। जब किसी को सुराज्य का उदाहरण देना होता है तो ''रामराज्य'' शब्द का प्रयोग किया जाता है। परन्तु खेद के साथ लिखना पड़ रहा है कि महाभारत के पश्चात् पांच हजार वर्ष के पतन और लगभग एक हजार वर्ष की पराधीनता ने इस सूर्य सदृश चमकती हुई तस्वीर को भी धूमिल कर दिया है। अनार्ष ग्रन्थों एवं स्वार्थी पण्डितों के अत्युक्तियों की मिट्टी के ढेरों नीचे पुरुषोत्तम राम की सही तस्वीर दबा दी गई है। परिणाम यह है कि हमारे अन्य आदर्शों की तरह राम-चरित्र रामायण को भी काल्पनिक अनैतिहासिक कुछ बिगड़े मस्तिष्कों ने कहना आरम्भ कर दिया है। अत: हमारा सभी का कर्त्तव्य बनता है कि बड़े धैर्य निष्ठा के साथ मिट्टी की इन परतों को हटा कर राष्ट्र पुरुष श्री राम जी की सही तस्वीर को दिखाने के लिए महर्षि वाल्मीकि द्वारा वर्णित रामायण का प्रत्येक स्थान पर प्रचार करें।

अन्य रामायणें प्रामाणिक नहीं हैं उनमें मर्यादा पुरुषोत्तम श्रीराम के साथ अनरगल बातों का सम्बन्ध जोड़ दिया गया है जैसे-राम जन्म से पूर्व रामायण लिखी गई, अहल्योद्धार, शूर्पनखा की नाक काटना, स्वर्ण मृग, हनुमान, सुग्रीव, अंगदादि को पूंछ लगाना, जटायु को पक्षी बताना, रावणवध-दशहरे के दिन हुआ। दीपावली पर अयोध्या प्रवेश, सीता का अग्नि प्रवेश, मूर्ख धोबी के कहने से सीता को वन में भेजा गया। कुशा से कुश पैदा कर दिया आदि-आदि वेद विरूद्ध और सृष्टि नियम के विरूद्ध अनेकों असत्य बातें जोड़ दी गई हैं, जिनको पढ़-सुन कर कुछ लोगों द्वारा रामायण को काल्पनिक कहने का दुस्साहस किया गया। इस अल्प लेख में श्री राम का पुण्य जीवन नहीं लिखा जा सकता, केवलमात्र संकेत कर दिया गया है। अत: राम-भक्तों! सत्यता को जानो, मानो और रामनवमी के पावन पर्व पर प्रतिज्ञा करो कि हम राम के चित्र के स्थान पर राम के चरित्र की पूजा स्वयं करेंगे और अन्यों को भी सत्य मार्ग अपनाने के लिए प्रेरित करेंगे। तब आप का राम नवमी, राम जन्म दिवस मनाना सार्थक होगा और ''राम राज्य'' स्थापना में सहायक होगा।

अन्तःकरण व प्राण-अपान का रक्षक प्रभु

-महात्मा चैतन्यस्वामी

प्राण मे अपानपाः, चक्षुषाः श्रोत्रपाश्च। वाचो में विश्वभेषजो, मनसोऽसि विलायकः॥ (यजु. 20-34) हे परमेश्वर! तू प्राण का रक्ष अपान का रक्षक, चक्षु का रक्षक और श्रोत्र का रक्षक है, मेरी वाणी के सब रोगों की चिकित्सा करने वाला तथा मन को इन्द्रियों के साथ जोड़ने वाला और आत्मा में लीन कराने वाला तू ही है। जिस प्रकार परमात्मा सारे ब्रह्माण्ड का पालन करने वाले हैं, वैसे ही हमारी इस छोटी सी नगरी के भी सजाने-सँवारने और पालन करने वाले प्रभु ही हैं। परमात्मा ने हमें इतना कुछ दिया है कि और कुछ भी माँगने की आवश्यकता ही नहीं है-**विभक्तारं हवामहे वसोश्चित्रस्य राधसः। सवितारं नृचक्षसम्॥ (यजु. 30-4)** प्रभु ने हमें कर्मानुसार विभाजित करके बहुत से अद्‌भुत साधन दे रखे हैं आवश्यकता इस बात की है कि हम इनका सदुपयोग करें। प्रभु ने हमें वाणी, हाथ, पैर, उपस्थ और गुदा में पाँच कर्मेन्दियाँ दी हैं। इनसे भी अधिक महत्वपूर्ण श्रोत्र, नेत्र, घ्राण, रसना और त्वचा ये पाँच ज्ञानेन्द्रियाँ दी हैं और वह प्रभु ही इन सबका रक्षक भी है। प्रभु को प्राण व अपान का रक्षक बताया गया है। इन इन्द्रियों आदि का संचालन प्राण के द्वारा ही होता है इसलिए कहा गया है कि प्रभु आप मेरे प्राण और अपान के रक्षक हैं। मुख्य पाँच प्राणों द्वारा जो संचालन किया जा रहा है वह इस प्रकार है कि प्राण-आँख, कान, मुख, नासिका आदि ऊर्ध्व अंगों का संचालन करता है। अपान, गुदा, उपस्थ तथा मल त्यागादि की समस्त क्रिया का संचालन करता है। समान-पेट, नाभि, जठराग्नि....भोजनादि के पाचन क्रिया का संचालन करता है। व्यान-हृदय से प्रसूत समस्त नाड़ियों से परिक्रमा कराता हुआ रक्त-शुद्धि का कार्य करता है और उदान 101 नाड़ियों में से एक द्वारा ऊपर जाने वाले प्राण का नाम उदान है, सूक्ष्म शरीर सहित जीव को भिन्न-भिन्न स्थानों में पहुँचाता है। ब्रह्माण्ड में सूर्य प्राण है। पृथिवी अपान, आकाश समान, वायु-व्यान और अग्नि-उदान है।

प्रभु ने हमें पाँच कर्मेन्द्रियाँ और पाँच ज्ञानेन्द्रियाँ दी जो अत्यंत महत्त्वपूर्ण है मगर इससे भी अधिक महत्त्वपूर्ण अन्तःकरण भी दिया है। जिस प्रकार प्रभु प्राण-अपान एवं कर्मेन्द्रियों और ज्ञानेन्द्रियों का रक्षक है उसी प्रकार अन्तकरण का भी प्रभु ही रक्षक है। वही **(मनसः वलायकः असि)** इस मन को इन्द्रियों के साथ जोड़ने वाला और आत्मा में लीन कराने वाला है.. यजुर्वेद के 34वें अध्याय के छः मन्त्रों में इस मन की विलक्षणता और अद्‌भुत शक्ति का विस्तर से विवेचन किया गया है वहाँ इसे **यज्जाग्रतो...** जागते हुए ही नहीं बल्कि सोते हुए भी दूर-दूर तक जाने वाला बताया गया है। उसे **हृत्प्रतिष्ठिम्** हृदय में प्रतिष्ठित बताया है। उसे सुसारथि-उत्तम सारथी कहा है। उसे **दैवम्** अर्थात् दिव्यता से परिपूर्ण तथा 'देव' अर्थात् आत्मा का प्रमुख साधन बताया है। यहाँ इस बात को इस प्रकार से समझना चाहिए कि जैसे आँख रूप का उपकरण है वैसे ही मन आत्मदर्शन का उपकरण है। मन को **प्रज्ञानम्**-प्रकृष्ट ज्ञान प्राप्त कराने वाला बताया है। मन के बिना प्रकृष्ट-ज्ञान प्राप्त नहीं हो सकता है क्योंकि आँख देख सकती है, कान सुन सकते हैं मगर आत्मदर्शन केवल मन ही करवा सकता है। आगे इस मन को **चेतः** अर्थात् आत्म-चेतना का साधक बताया है। यह मन की **धृतिश्च**-धैर्य का साधन है... कहा भी गया है कि मन के हारे हार है मन के जीते जीत..... इस मन को अमृतं ज्योतिः-अमरत्व की ज्योति देने का साधन भी बताया है। मन के उपरोक्त गुणों पर चिंतन और मनन करके हमें मन की इन समस्त शक्तियों का प्रयोग करके अपने जीवन को सार्थक बनाना चाहिए। हम मन की इन शक्तियों को पहचान लें तो कोई कारण नहीं कि हम जीवन में स्वयं को निराश, हताश और असहाय अनुभव करें। वास्तव में अपने भीतर छिपी इन शक्तियों को पहचान ही नहीं पाता है इसीलिए वह स्वयं को प्रभु का उपासक नहीं बना पाता है और न ही स्वयं को सुरक्षित समझता है... मन को साधने के लिए मन के उपरोक्त गुणों व शक्तियों को पहचानकर उसे संयमित करना अपेक्षित है। वायु निरंतर वेग से चलता रहता है

मगर पृथिवी के परिधि-मण्डल पर आकर रूक जाता है, जल प्रवाह निरंतर बहता है मगर समतल भूमि पर रूक जाता है, वैसे ही मन भी असीम परमात्मदेव के चिंतन में जाकर रूक जाता है.... जो लोग यह कहते हैं कि मन कहीं भी रूकता नहीं है वह उनकी अपनी ही कमजोरी है मन तो रूकता है मगर उसे रोकने अर्थात् दिशा देने की तकनीक आनी चाहिए। गीता तथा योगदर्शन में कहा गया कि मन को अभ्यास और वैराग्य के द्वारा वश में किया जा सकता है।

उपरोक्त वेद मन्त्र में यह भी कहा गया है कि वह परमात्मा ही मन को इन्द्रियों के साथ जोड़ने वाला तथा आत्मा में लीन करने वाला है। वेद में अनयन्त्र भी कहा गया है-**इदं सवितर्वि जानीहि षड्यमा एक एकजः। तस्मिन्हापित्वमिच्छन्ते य एषामेक एकजः॥ (अर्थर्व 10-8-5)** हे जीव! तू यह समझ ले कि पाँच ज्ञानेन्द्रियाँ और एक मन ये छः परस्पर जोड़े के रूप में रहने वाले हैं। अकेली आँख नहीं देखती... मन से मिलकर ही देखने वाली बनती है, कान नहीं सुनता है बल्कि मन से मिलकर वह सुनता है। मगर मन भी उस एक आत्मा के सम्पर्क में ही कार्य कर पाता है। आत्मा का निवास जब तक है तभी तक इनका कार्यकलाप चलता है, आत्मा के निकल जाने पर इनका संगतिकरण भी बिखर जाता है.... साध ना प्रभु के सुरक्षा कवच में सुरक्षित हुआ जा सकता है और उसके लिए अपनी बुद्धि को भी निर्णयात्मक बनाने की अपेक्षा है। गीता में कहा गया है **(संशयात्मा विनश्यति गीता 4-40)** संशयग्रस्त बुद्धि वाले का विनाश हो जाता है। विधि और निषेध के रहस्य को पहचानकर उसका अनुपालन करना चाहिए। सत्य बोलो यह विधि है निषेध स्वयं हो गया कि असत्य नहीं बोलना। इसी प्रकार वहाँ जाओ को मतलब यह भी हो गया कि और कहीं मत जाओ। ज्ञान क्रिया से जुड़ा होना चाहिए... जो ज्ञान हमारे कर्म में नहीं आता वह ज्ञान किस काम का? बहुत से व्यक्ति हैं जो जीवनभर मात्र बड़ी-बड़ी योजनाएँ ही बनाते रहते हैं मगर उन्हें कार्यान्वित करने की दिशा में कोई प्रयास नहीं करते हैं। इसी प्रकार कुछ लोग मात्र ज्ञान-ग्रहण करने में ही लगे रहते हैं उसे अपने जीवन में धारण नहीं करते हैं। वेद कहता है-**संश्रुतेन गमेमही....** हम सुने हुए उपदेश के अनुसार जीवन बनाएँ....ज्ञान स्वाभाविक और नैमित्तम दो प्रकार का होता है। आगे नैमित्तम के भी अभावात्मक, संशयात्मक, भ्रमात्मक और निश्चयात्मक ये चार भेद हैं। यह निश्चयात्मक ज्ञान ही बुद्धि की निर्णयात्मक स्थिति है... गीता के अनुसार अव्यसायात्मक बुद्धि अनेक विषयों में वा अनेक शाखाओं में बँटी होती है, और व्यवसायात्मक बुद्धि का भाव है कि जो किसी भी संकल्प को पूरा करने के लिए प्रयत्नशील हो जाती है... इसे ही हम एकाग्रबुद्धि कह सकते हैं। गीता में आगे चलकर इसी को बुद्धि-योग कहा है तथा ऐसा व्यक्ति ही अपने कार्यो को कुशलतापूर्वक कर सकने में समर्थ होता है। इतना ही नहीं बल्कि ऐसा व्यक्ति ही निष्कामकर्मी भी बनता है।

ऐसा योगी ही जन्म-मरण के बन्धन से मुक्त होता है और वही 'स्थितप्रज्ञ' बनता है। गीता में अर्जुन के पूछने पर कि ऐसे व्यक्ति का बोलना, बैठना, चलना आदि कैसा होता है, श्री कृष्णजी कहते हैं कि ऐसा व्यक्ति राग-भय-क्रोध से मुक्त होता है। वह मैं की भावना का त्यागी होता है। वह प्रज्ञावान होता है और जैसे कुछआ अपने अंगो को अपने ही भीतर समेट लेता है वैसे ही स्थिप्रज्ञ भी अपनी इन्द्रियों को समेट लेता है। वह पूर्णरूप से इन्द्रिय-संयमी हो जाता है.. मोह नाम की वस्तु उसे छू तक भी नहीं पाती है इसलिए वह ब्राम्ही-स्थिति का अधिकारी बनता है। वह अपनी समस्त कामनाओं का त्याग कर देता है। इसलिए वह सुख-दुःख, हानि-लाभ तथा यश-अपयश में सम रहता है। बुद्धि की इस उत्कृष्टता को प्राप्त करना चाहिए। बुद्धि की श्रेष्ठता के संबंध में गीता में कहा गया है कि (3-42) हे अर्जुन! इन्द्रियाँ श्रेष्ठ हैं मगर इन्द्रियों की अपेक्षा मन श्रेष्ठ है और मन की अपेक्षा बुद्धि श्रेष्ठ है, बुद्धि की अपेक्षा वह 'आत्मा' अधिक श्रेष्ठ है। बुद्धि का वर्गीकरण करते हुए गीता में (गी.18-30 से 32) बहुत अच्छा चिंतन दिया है। वहाँ पर तीन प्रकार की बुद्धि बताई गई है-तामसिक, राजसिक और सात्विक बुद्धि। तामसिक-बुद्धि वाला व्यक्ति अन्धकार के आवरण से घिरा हुआ होता है

इसलिए वह धर्म को अधर्म और अधर्म को धर्म समझने लगता है। उसकी बुद्धि सबकुछ उल्टा ही देखने लगती है। राजसिक-बुद्धि वाला मनुष्य धर्म-अधर्म भेद करने की सामर्थ्य रखता है। उसे कार्य-अकार्य की भी पहचान होती है। वह यह भी जानता है कि किससे डरना चाहिए और किससे नहीं, कौन वस्तुएँ आत्मा को बाँधती है और कौन छुड़ाती है उसे इस बात का भी ज्ञान होता है..... इसलिए बुद्धि को तीर्थ कहा गया है।

जहाँ तक चित्त की बात है तो यह चित्त ही है जो भूत एवं भविष्य का स्मरण रखता है। पाँच ज्ञानेन्द्रियों के विषयों अर्थात् गन्ध, रस, रूप, स्पर्श व शब्द का ज्ञान इसी से होता है। मन का संकल्प-विकल्प व्यवहार और बुद्धि का सन्देह व निर्णय जैसे भूतकाल में अनुभव किए, वर्तमान में किए जा रहे हैं और भविष्य में किए जाने वाले हैं या जिन पर लक्ष्य व ध्यान है-ये सब चित्त के ही अधीन हैं। वेद में कहा गया है-**येनेदं भूतं भुवनं भविष्यत् परिगृहीतमृतेन सर्वम्। येन यज्ञस्तायते सप्तहोता तन्मे मनः शिवसंकल्पमस्तु॥** अर्थात् इस चित्त के द्वारा ही सप्तहोताओं अर्थात् दो कानों, दो आंखों, दो नासिका छिद्रों और मुख का कार्य चलता है। जो व्यक्ति अयुक्त कर्मों का बुरा फल तथा पुण्य कर्मों का श्रेष्ठ फल भूल जाता है (भूतकाल) उसका वर्तमान कभी नहीं बना करता है। जो अपने भूतकाल की गलतियों से किसी प्रकार का सबक नहीं लेता है और अपने भविष्य की नहीं सोचता उसका वर्तमान भी नहीं बनता है। पिछले निकृष्ट कर्मों का त्याग और पुण्यकर्मों का अचारण करके अपने वर्तमान को बनाने वाला ही सुखी है। मगर उपयोग तो अपने वर्तमान का ही करना है क्योंकि भूत चला गया और भविष्य अभी आने वाला है, उन्हें पकड़ना कठिन है मगर वर्तमान को हम पकड़ सकते हैं... अन्तः करण का चौथा तत्त्व अहंकार बताया गया है। इसके दो भाव हैं एक ततो अहं भाव और दूसरा मम-भाव। प्रभु की उपासना करने वाले तथा उसके रक्षण में जाने वाले व्यक्ति को अपने अहं-भाव का त्याग करना चाहिए और अपने मम-भाव अर्थात् अपने स्वरूप की पहचान करनी चाहिए। इस प्रकार अपनी कर्मेन्द्रियों और ज्ञानेन्द्रियों तथा मन, बुद्धि और चित्त का सदुपयोग करेंगें तो निश्चित ही प्रभु हमारे रक्षक बन जाएँगे...

– महर्षि दयानन्द धाम, महादेव,
सुन्दरनगर-175018, हिमाचल प्रदेश

आत्म शुद्धि-पथ (मासिक) सम्बन्धी घोषणा

फार्म-4 (नियम 8 देखिए)

1.	प्रकाशन का स्थान	: बहादुरगढ़
2.	प्रकाशन अवधि	: मासिक
3.	मुद्रक का नाम	: स्वामी धर्ममुनि
4.	क्या भारत का नागरिक है?	: हाँ
5.	मुद्रक का पता	: आत्म-शुद्धि आश्रम, बहादुरगढ़, जिला-झज्जर (हरियाणा)-124507
6.	प्रकाशक का नाम	: स्वामी धर्ममुनि
7.	क्या भारत का नागरिक है?	: हाँ
8.	प्रकाशक का पता	: आत्म-शुद्धि आश्रम, बहादुरगढ़, जिला-झज्जर (हरियाणा)-124507
9.	सम्पादक का नाम	: स्वामी धर्ममुनि
	क्या भारत का नागरिक है?	: हाँ
	सम्पादक का पता,	: आत्म-शुद्धि आश्रम, बहादुरगढ़, जिला-झज्जर (हरियाणा)-124507
	उन व्यक्तियों के नाम पते जो समाचार पत्र के स्वामी हों तथा जो समस्त पूंजी के एक प्रतिशत से अधिक के साझेदार या हिस्सेदार हों	:

मैं स्वामी धर्ममुनि एतद् द्वारा घोषित करता हूं कि मेरी अधिकतम जानकारी एवं विश्वास के अनुसार ऊपर दिये विवरण सत्य हैं।

स्वामी धर्ममुनि (प्रकाशक)

दिनांक 15.3.2018

उड़ियो पंख पसार

- कन्हैया लाल आर्य, उपप्रधान आत्मशुद्धि आश्रम बहादुरगढ़

मनुष्य बहुत चतुर प्राणी है। वह अपने गणित से सभी आविष्कार कर लेता है। किसी ने कहा है-

''अब हम सांची कहत है उड़ियो पंख पसार'' हम आप से सत्य ही सत्य कह देते हैं, सौ टके सत्य बात कहते हैं और सत्य बात यह है-उड़ियो पंख पसार। अपने भीतर के आकाश में पंखो को पसारो और उड़ो। कथा कहानियों में मत उलझे रहो। यह उधार का ज्ञान काम नहीं आयेगा। अपने ही पंखों को फैलाओं। मर्यादा पुरुषोत्तम श्री राम उड़े, योगीराज श्रीकृष्ण उड़े, युगप्रर्वतक महर्षि दयानन्द सरस्वती उड़े, महावीर बुद्ध उड़े। तुम्हें भी उड़ना होगा। अपने ही पंख काम आयेंगे।

उड़ियों पंख पसार। पसारो अपने पंखों को। साहस जुटाओ। भय तो लगता है। भीतर जाने में भय लगता है, क्योंकि कि वहां भीतर हम बिल्कुल अकेले हो जाते हैं। बाहर तो अपने हैं, प्रियजन हैं, बन्धु-बान्धव हैं, मित्र हैं, पति-पत्नी, पुत्र-पिता सब हैं, बाहर तो सभा संसार है परन्तु भीतर तो इनमें से कोई भी नहीं है। अकेले होने से हम भयभीत हैं। अकेले होने में बड़ी घबराहट होती है, कहीं डूब न जाये, कहीं सहारे टूट न जाये। अत: हम दूसरों को पकड़े रहते हैं। पति-पत्नियाँ पतियों को पकड़े हुए है और एक जन्म में ही नहीं सात-सात जन्मों की बात की जाती है। जो कल तक जन्मों-जन्मों की बात किया करते थे वे आज सम्बन्ध विच्छेद करने के लिए न्यायलयों में खड़े मिलते हैं।

लोग सम्बन्ध बना रहे हैं, अमरता के जाल गूंथ रहे हैं। एक दूसरे को झूठे आश्वासन दे, रहे हैं, भीतर जायेगी तो अकेले हो जायेंगे यह अकेलेपन का भय हमें सता रहा है। जब कोई पहली बार भीतर प्रवेश करता है तो उन्हें लगता है कि अन्दर अन्धकार ही अन्धकार है, प्रकाश नहीं है। धीरे-धीरे अन्धकार को खोदते खोदते प्रकाश मिल ही जाता है। हमने जन्मों-जन्मों तक तो अन्धकार एकत्रित कर रखा है। उसकी परतें इतनी गहरी हो गई। उनकी खुदाई भी तो गहरी करनी पड़ेगी। भूमि में जल तो है। जैसे कोई व्यक्ति कुआँ खोदता है, तो एकदम जल की प्राप्ति तो नहीं हो जाती। यद्यपि भूमि में जल तो है परन्तु पहले कंकड़-पत्थर आयेंगे, कूड़ा कचरा आयेगा, फिर गीली मिट्टी आयेगी, फिर गन्दा पानी आयेगा। ऐसे खोदते जाओ, खोदते जाओ, एक दिन निर्मल झरना उपलब्ध हो जायेगा। ऐसी ही अन्तर की खुदाई करनी होगी।

कन्हैया लाल आर्य

उतनी प्रतीक्षा नहीं है हमें। हम चाहते हैं कि शीघ्र सारा कार्य सम्पन्न हो जाये। कोई दूसरा ही इस कार्य को कर दें। हम पण्डितों और पुरोहितों के जाल में पड़े हुए है। हम सोचते है कि हमारे लिए प्रार्थना कर लें, ये हमारे लिए पूजा कर लें।

मेरे पास लोग आ कर कहते हैं, ''हमारे लिए आप परमात्मा से प्रार्थना करें। मैंने कहा, ''श्रीमान जी! यह भी खूब रही। पाप करो तुम। प्रार्थना करूँ मैं। पाप करते समय मुझसे क्यों नहीं पूछते? अरे भाई! मेरे खाया मेरे शरीर को पुष्ट करेगा। मेरी की गई प्रार्थना मेरे जीवन में सुधार लायेगी। यह प्रार्थना कोई व्यापारिक लेने-देन नहीं है। मेरी प्रार्थना मेरे काम आयेगी, तुम्हारे नहीं। इसलिए अपनी यात्रा तुम्हें स्वयं ही करनी होगी।

विचारिये! तुम कब से भीतर नहीं गये। स्मरण है। विचारोगे तो पता चलेगा कि कभी प्रयास ही नहीं किया। जब प्रयास ही नहीं किया तो भय तो अवश्य लगेगा।

कई सज्जन मेरे पास आते हैं, बस उनके मुख से एक ही स्वर निकलता है:-''आप की आशीर्वाद चाहिए।'' मैं उनसे कहता हूँ, ''भाई। केवल मेरे आशीर्वाद से कुछ नहीं बनेगा ध्यान तुम्हें स्वयं करना होगा, प्रार्थना तुम्हें स्वयं करनी होगी।'' मैंने उनसे कहा कि यदि मुझ पर इतना विश्वास है तो तुम ऐसा करो, दुकान भी बन्दर करो, धन्धा भी बन्द करो फिर क्या केवल मेरे आशीर्वाद से बात बन जायेगी। तब वे असमजंस में पड़ जाते हैं और कहते हैं, ''यह बहुत कठिन है।'' यदि तुम स्वयं कुछ नहीं करोगे तो केवल आशीर्वाद से कुछ नहीं बनेगा। वास्तविकता यह है कि कोई श्रम तो नहीं करना चाहता। केवल आशीर्वाद

और गुरुकृपा का सहारा लेना चाहते हैं। वे परमात्मा को पाना तो चाहते हैं परन्तु इसके लिए पुरुषार्थ नहीं करना चाहते। सब कुछ नि:शुल्क प्राप्त हो जाये। अरे भाई! श्रम स्वयं करना होगा। साधना और ध्यान स्वयं करना होगा। अपने पंख स्वयं उड़ाने होंगे, फड़फड़ाने होगे। पर यह क्या? तुम ने कई जन्मों से इन्हें हिलाया ही नहीं। ये तुम्हारे पंख तुम्हारे पास तो हैं परन्तु उड़ना भूल गये हैं।

प्राय: यह होता है कि जो पक्षी बहुत दिनों तक पिंजड़ें में बन्द रह गया, कुछ दिनों के पश्चात उसे पिंजड़े से बाहर निकालो तो वह उड़ न सकेगा। वह भूल ही जाता है कि पंख उसके पास है। यदि उड़ने का प्रयास भी करता है तो सम्भवत: गिर जाता है, फड़फड़ा कर गिर पड़ता है। प्राय: जो तोते पर्याप्त समय तक पिंजड़ो में बन्द रहते हैं, छोड़ दिये जाने पर वे या तो शीघ्र ही मृत्यु का शिकार हो जाते हैं या कोई बिल्ली उन्हें खा जाती है, या चील झपट्टा मार देती है। वे अपने को सुरक्षित नहीं रख सकते। वे भूल जाते हैं कि उनके पास पंख भी है। विस्मरण का बड़ा पर्दा उनके बीच में आ जाता है।

यदि खोल सको पंख अपने, उड़ सको। अपने स्वभाव में, उड़ सको अपने स्वरूप में, तो हो जाओगे दु:ख के पार जो जाओगे इस शरीर के सरोवर के पार यह भवसागर पार हों जायेगा। ये प्यारे बहुमूल्य वचन हैं।

मैं तुम्हें अर्थ समझा दूंगा, परन्तु मेरा अर्थ मेरा अनुभव होगा। तुम सुन लोगे, शब्द तुम्हारे कान तक पहुँच जायेगी परन्तु पंख तो तुम्हें अपने ही खोलने होंगे। तुम्हें यात्रा तो अपनी ही करनी पड़ेगी। मैं संकेत दे सकता हूं, इंगित कर सकता हूँ। कैसे पंख फड़फड़ाओगे, कैसे पहला पग आगे बढ़ाओ-ये सब सूचनाये तुम्हें दी जा सकती है परन्तु यात्रा तो तुम्हें स्वयं ही करनी पड़ेगी। कोई दूसरा तुम्हारे लिए यात्रा नहीं कर सकता। प्रत्येक व्यक्ति को परमात्मा तक स्वयं ही चलकर पहुंचना होता है यह यात्रा उधार नहीं हो सकती।

धूप अगरबत्ती एवं गायत्री महिमा हवन सामग्री

ऋतु अनुकूल

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

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

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

निर्माता :

मै. लाजपतराय सामग्री स्टोर

856, कुतुब रोड, दिल्ली-110006

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

शिक्षा और नैतिकता पर वैदिक चिन्तन:आधुनिक सन्दर्भ में

- आचार्य सोमेन्द्र श्री

आधुनिक संदर्भ में प्रस्तुत विषय की नितान्त आवश्यकता है। शिक्षा में नैतिकता के बिना मानवीय मूल्यों का ह्रास दिन-प्रतिदिन दिखाई दे रहा है। शिक्षा का मात्र उद्देश्य रोजी रोटी और व्यवसाय प्राप्त करना ही न होकर बालक का सर्वांगीण विकास करना है। शारीरिक, मानसिक, आध्यात्मिक विकास से ही सर्वोन्नति संभव है। शिक्षा का उद्देश्य है-**'सा विद्या या विमुक्तये'** अर्थात् विद्या वह है, जो हमें सब प्रकार के दु:खों से विमुक्ति दिलवाए। इसलिए ऋग्वेद का ऋषि कहता है-'मनुर्भव' मनुष्य बनो। मानवीय गुणों-प्रेम, दया, सहानुभूति, त्याग, सेवा, परस्पर सहयोग भावना, उत्तमोत्तम आचरण, शिक्षा, विद्या, इत्यादि शुभ श्रेष्ठ गुणों द्वारा ही मनुष्य का निर्माण सम्भव है। इसी के द्वारा समाज एवं राष्ट्र को भी मंगलमय बनाया जा सकता है। शिक्षा का वैदिक आदर्श है-**सहनाववतु सह नौ भुनत्तु सह वीर्य करवावहै। तेजस्विनावधीतमस्तु मा विद्विषावहै।** इस मन्त्र में शिक्षा के पाँच उद्देश्य बताये हैं-शारीरिक विकास, जीवन की आवश्यकताओं की पूर्ति, सबका विकास, धर्म संस्कृति सभ्यता के प्रति उदात्त भावना, द्वेष भावना के स्थान पर गुरु शिष्य का आपसी सहयोग। इसी उद्देश्य को सामने रखकर शिक्षा के उद्देश्यों को प्राप्त किया जा सकता है। ज्ञान, भक्ति और निष्काम कर्म शिक्षा के मूल तत्व हैं। यम और नियम के द्वारा भी समानता व एकरूपता की प्राप्ति की जा सकती है। वेद के उदात्त विचारधारा द्वारा विश्वबन्धुत्व, विश्वशान्ति, समष्टिभावना, भद्रभावना, विश्वशान्ति, आशावाद, निर्भयता, श्रद्धा सामंजस्य को प्राप्त किया जा सकता है। शिक्षा का वैदिक नैतिक रूप इस वाक्य में दिग्दर्शित किया गया है-**''मातृमान् पितृमान् आचार्यवान् पुरुषो वेद''** जब तीन उत्तम माता-पिता और आचार्यगण होते हैं, तभी मनुष्य ज्ञानवान बनता है। वैदिक वाङ्मय की उन्नति में राजा राम मोहनराय द्वारा स्थापित ''ब्रह्मसमाज'' और स्वामी दयानन्द सरस्वती द्वारा स्थापित ''आर्य समाज'' ने विशेष सक्रिय कार्य किया है। ब्रह्मसमाज का ध्यान भारतीय-गौरव रक्षा के लिए उपनिषदों की ओर रहा है और आर्य समाज ने वैदिक साहित्य पर बल दिया। यह नि:संकोच कहा जा सकता है कि आधुनिक समय में वैदिक साहित्य एवं शिक्षा पर जो कुछ कार्य हुआ है उसमें आर्य समाज का स्थान अग्रगण्य है।

शिक्षा के ध्येय एवं उद्देश्य के विषय में विचार करते समय हम नि:सन्देह यह कह सकते हैं कि अन्त: शक्तियों को समुचित रूप में विकसित कर देना ही शिक्षा का प्रथम एवं अन्तिम ध्येय है। इसी आदर्श को हृदयंगम कर वैदिक ऋषि अपनी शक्तियों के विकास के लिए परमात्मा से प्रात: सायं इस प्रकार से प्रार्थना किया करते थे-ईश्वर। हमारी बुद्धि को सद्मार्ग में प्रेरित करो-**''धियो यो न: प्रचोदयात्''** हे अग्निदेव! हमें आप सद्मार्ग से विश्व में ले चले, ले ही न चले, अपितु आप हमारे हृदयों से दुर्गुण एवं पाप भावनाओं को निकालकर निष्पाप तथा शुद्ध पवित्र बुद्धि प्रदान करें, इसके लिए हम पुन: आपकी प्रार्थना करते हैं-

अग्नेनय सुपथा राये अस्मान्विश्वानि देव वयुनानिविद्वान्।
युयोध्यस्मज्जुहुराणमेनो भूयिष्ठां ते नम उक्ति विधेम।।

वैदिक ऋषि पवित्र भावभूमि पर स्थित होकर पुन: बुद्धि को मेधावी बनाने के लिए ईश्वर से प्रार्थना करता है-

यां मेधां देवगणां पितरश्चोपासते तया मामद्य मेधाविनं कुरु।

इस प्रकार बुद्धि को मेधावी बनाने के लिए प्रार्थनाएं नहीं की जाती थीं, अपितु उस बुद्धि को पवित्र एवं कालुष्य रहित बनाने के लिए भी-

पुनन्तु मां देवजना पुनन्तु मनासाधिय:
पुनन्तु विश्वा भूतानि जातवेद पुनीहि मा।।

इस प्रकार वैदिक शिक्षा का मूल आधार मानव की बुद्धि का परिष्कार कर सुपथ का दर्शन कराना था, वस्तुत: यही प्राचीन शिक्षा का ध्येय था। क्या आज की शिक्षा में कहीं भी इस प्रकार का पाठ्यक्रम निर्धारित है जो बुद्धि को मानवता के मार्ग का पथिक बना सके जिससे कि हम उच्च स्वर से आयु.

प्राण, धन, तेज को प्राप्त करने के लिए प्रार्थना करना न भूलें।

तेजोऽसि तेजोमयि धेहि
वीर्यमसि वीर्यमयि धेहि
बलमऽसिबलं मयि धेहि
सहोऽसि सहोमयि धेहि।

प्राचीन काल में **'सत्यं शिवं सुन्दरम्'** के अनुसार विश्व की कल्याण कामना ही वैदिक संस्कृति का प्रयोजन था। उसी सिद्धि के लिए ऐहिक एवं पारलौकिक उन्नति करते हुए ब्रह्म के स्वरूप में भारतीय निमग्न हो जाते थे। वह ब्रह्म तप से प्राप्त होता था- **'ब्रह्म तल्लक्ष्यमुच्यते', 'तपसा चीयते ब्रह्म'** तथा तप की कसौटी के रूप में यम-नियमों का पालन करने के लिए एक निर्देश प्रत्येक विद्यार्थी को तो दिया जाता था, साथ ही मानव मात्र को इनका पालन करना आवश्यक था। यम के अन्तर्गत-

''तत्राऽहिंसा सत्यास्तेय ब्रह्मचर्यापरिग्रहा यमः'' **तथा नियमों में ''शैच सन्तोषस्तपः स्वाध्यायेश्वर प्राणिधानानि नियमाः''** अर्थात् अहिंसा, सत्य अस्तेय, ब्रह्मचर्य, अपरिग्रह तथा मन, वचन, कर्म में पवित्रता शौच, सन्तोष, तप, स्वाध्याय और ईश्वर प्राणिधान। इन यम एवम् यमों की उपयोगिता, महत्व एवं अनिवार्यता के विषय में कुछ कहना उचित न होगा, वस्तुतः ये मानव को पूर्ण मानव बनाने के साधन थे। इनका आज के छात्र समाज में पूर्णतः अभाव-सा ही दृष्टिगोचर हो रहा है। जिस ब्रह्मचर्य का पालन कर देवताओं ने इच्छा मृत्यु प्राप्त की थी, उसका भी धवल यश वैदिक साहित्य में गाया गया है।

''ब्रह्मचर्येण तपसा देवा मृत्युपाघ्नतः
मरणं बिन्दु पातेन जीवनं बिन्दु धारणत्।''

चरित्र की भी प्रशंसा की गई है कि चरित्र से रहित मनुष्य मृतप्रायः ही है-

'अक्षीणो वित्ततः क्षीणो वृत्ततस्तु हतो हतः'

इसप्रकार प्राचीन निर्देशों के अनुसार हम कह सकते हैं कि प्राचीन छात्र व्रती एवं तपस्वी बनकर शिक्षोपार्जन किया करते थे।

प्राचीन काल की शिक्षा में मूल श्रद्धा की भावना थी, किन्तु आज के छात्र समाज में उसका पूर्णतः अभाव है। वस्तुतः मानव जीवन की सफलता के लिए विभिन्न तत्वों में श्रद्धा का प्रधानतम स्वार्थ हैं। श्रद्धा से समस्त कार्य अनायास ही सम्पन्न हो जाते हैं। श्रद्धा की भावना अपने गुरुजनों को वश में करने का सर्व-सुलभ साधन है-

श्रद्धायाग्निः समिध्यते श्रद्धया हूयते हविः।
श्रद्धा भगस्य मूर्धनि वचसावेदयामसि॥

श्रद्धा भावना जब ऐश्वर्य तथा कल्याण की प्रदाता है तो क्या आज के छात्रों में श्रद्धा की भावना संचार होने पर गुरु प्रदत्त शिखा जीवनोपयोगी नहीं हो सकती है? अवश्य हो सकती है। आज शिक्षा के क्षेत्र में फैली विश्रृंखलता के कारण छात्रों में श्रद्धा का अभाव है। वस्तुतः श्रद्धाः ज्ञानार्जन का मूलमन्त्र है, जिस श्रद्धा की भावना ने नचिकेता में यम के मुख में जाकर प्रश्न करने के साहस का संचार किया था। ज्ञानार्जन करने में नचिकेता को समर्थ बनाया था। क्या वही श्रद्धा आज की शिक्षा में जीवन में क्रान्तिकारी परिवर्तन नहीं करा सकती। संसार में श्रद्धाहीन मानव सदा से पददलित होते आए हैं। उनका सदा विनाश हो रहा है आज विनाश से बचने के लिए छात्र समाज को श्रद्धालु बनाने का उपाय करना चाहिए। लेकिन हम देखते क्या हैं आज का छात्र, माता, पिता एवं गुरुजनों के प्रति पूर्णतः अवज्ञा की भावना को लिए सदैव तिरस्कृत-सा करता है। यही कारण है कि उन्हीं गुरुजनों से प्रदत्त शिक्षा छात्र के लिए अभिशाप बनकर दु:खदायी ही सिद्ध हो रही है। अतः छात्रों को तपानुष्ठान का आचरण का श्रद्धाशील बनाना चाहिए। वेद के शब्दों में वह व्रतपालन से ही सम्भव है-

व्रतेन दीक्षामाप्नोति दीक्षामाप्नोति दक्षिणाम्।
दक्षिणाश्रद्धामाप्नोति श्रद्धया सत्यमाप्यते॥

अर्थात् व्रत से दीक्षा, दीक्षा से दक्षिणा, दक्षिणा से श्रद्धा, श्रद्धा से सत्य। इस प्रकार क्रमशः मानव को सुपथ पर ले जाने के लिए यह एक पद्धति वेद में निर्दिष्ट है। इसका पालन कल्याण की कामना करने वाले के लिए आवश्यक है।

विद्या स्वयं ही दुष्टाचरण कर्ताओं से भयभीत रहती है अतः उनके पास जाकर भी उनका कल्याण न कर अहित साधन ही करती है। इस सम्बन्ध में निरूक्त के ये वचन दृष्टव्य हैं-

विद्या आचार्य से कहती हैं-हे आचार्य! मेरी रक्षा

करो, मैं तुम्हारी शरण हूं। ईष्यालु, कुटिल एवं दुराचारी को मेरा दान न करो–

विद्याह वै ब्राह्मणमाजगाम गोपाय मा
शेवधिष्टेष्हमस्मि।
असूयकायनृजवेऽयताय न मा ब्रूया
वीर्यमती यथा स्याम्।।

विद्या, पवित्र शुद्धचरण कर्ता मेधावी ब्रह्मचारी को अपनी कृपा से अनुग्रहीत करती है–

यमेव विद्या शुचिमप्तमन्तं मेधाविनं ब्रह्मचर्योपसन्नम्।
यस्ते न द्रुह्येत्कृतमच्चनाह तस्मै मा ब्रूया निधि
पाय ब्रह्मत्रिति निधि शेबधिरिति।।

भगवान मनु का यह वचन भी दर्शनीय है–

उत्पादक ब्रह्म दात्रोर्गरीन्ब्रह्मदः पिताः।
ब्रह्मजन्म हि विप्रस्य प्रेत्य चेह च शाश्वतम्।।

उत्पादक पिता की उपेक्षा आचार्य अधिक महत्व का भागी होता है क्योंकि उत्पादक पिता ने तो केवल एक जन्म प्रदान किया है। किन्तु इस भव सागर से संतरण करने के लिए आचार्य ही मानव का पूर्ण व पवित्र निर्माण करता है। योगदर्शन में पंचक्लेशों को अर्थात् दु:खों का वर्णन मिलता है जिनमें अविद्या का परिगणन सर्वप्रथम किया गया है–**''अविद्याऽष्मिता रागद्वेषाभिनिवेषा पञ्चक्लेशा''** वस्तुत: अविद्या मानव को पतन के गर्त में ले जाकर यथासम्भव दु:खों से पीड़ित करती है। अत: इन दु:खों से यदि मुक्ति प्राप्त करनी है तो ज्ञानार्जन करना चाहिए क्योंकि **''ऋते ज्ञानान्न मुक्ति''** ज्ञान की प्राप्ति का एकमात्र साधन शिक्षा सम्बन्धि भारतीय विचारधारा का अनुपालन ही है। क्योंकि विद्या पात्रापात्र का विचार कर ही अनुग्रह करती है।

अत: यह निश्चित रूप से कहा जा सकता है कि शिक्षा का पूर्ण विकास राष्ट्र की संस्कृति के आधार पर ही हो सकता है क्योंकि उसकी पृष्ठभूमि में अपने देश के आदर्शों का वरदहस्त रहता है। जिस प्रकार एक पौधा अपने अनुकूल जलवायु पर एवं मिट्टी से पृथक हो, अन्य भूमि पर विकसित नहीं हो सकता है उसी प्रकार किसी राष्ट्र की शिखा पद्धति अपनी संस्कृति की आधारशिला का परित्याग कर उन्नति नहीं कर सकती है। वैदिक काल की शिक्षा का पूर्ण विकास इसी पृष्ठभूमि पर हुआ है।

शिक्षा के आधुनिक सन्दर्भ में वैदिक शिक्षाकालीन सूत्रों की प्रासंगिकता आज भी अधिक बढ़ जाती है। क्योंकि आज की शिक्षा प्रणाली में केवल मात्र जीविकोपार्जन की दृष्टि को ही महत्व दिया जाने लगा है। शिक्षा का यथार्थ उद्देश्य मानव को सर्वागीण विकास की अवहेलना स्पष्ट परिलक्षित होती है। शिक्षा में नैतिकता का संपुट अवश्य दिया जाना चाहिए। प्रसिद्ध शिक्षाशास्त्री डॉ. राधाकृष्णन् के अनुसार–भारतसहित सारे संसार के कष्टों का कारण यह है कि शिक्षा का सम्बन्ध नैतिक और आध्यात्मिक मूल्यों की प्राप्ति से न रहकर केवल मस्तिष्क के विकास से रह गया है, जिस शिक्षा में हृदय, मन और आत्मा की अवहेलना है उसे पूर्ण नहीं माना जा सकता, इन शब्दों पर सभी शिक्षाशास्त्रियों को गम्भीरता से विचार करना चाहिए। प्रस्तुत विषय की प्रासंगिकता नितान्त अनिवार्य है। इस पर गम्भीरता नितान्त अनिवार्य है। इस पर गम्भीरता से सभी शिक्षाशास्त्रियों को विचार-विमर्श करना चाहिए।

– रिसर्च स्कॉलर दिल्ली विश्वविद्यालय,
दिल्ली शास्त्री सदन, ग्राम नित्यानन्दपुर,
पोस्ट–शाहजहांपुर, जिला–मेरठ (उत्तर प्रदेश),
मो. 9410816724

गुणों से भरपूर गुलकंद

वरिष्ठ आयुर्वेदिक चिकित्सक डॉ. प्रताप चौहान के अनुसार गुलाब की पंखुड़ी से बनने वाला गुलकंद पित्तशामक है। इसलिए यह गर्मी के प्रकोप को दूर करता है। गुलकंद के कुछ गुण इस प्रकार है।

- इसमें विटामिन सी. और विटामिन बी पाया जाता है। विटामिन सी शरीर की रोग प्रतिरोधक की क्षमता को बढ़ाता है।
- घर से बाहर निकलते वक्त 2 छोटी चम्मच मात्रा भर गुलकंद लेकर निकलें। लू से बचाव होगा।
- गुलकंद के सेवन से भूख खुलकर लगती है और पेट साफ रहता है।
- यह मस्तिष्क को तरोताजगी प्रदान करता है।

महारानी द्रौपदी

– राजवीर जी आर्य ट्रस्टी आश्रम

राजा विराट के यहां रह रहे पाण्डवों व द्रोपदी से सम्बन्धित एक प्रसंग और आता है। पाठकों की जानकारी के लिए इसे यहां दे रहे हैं। राजा विराट की सेना का दुर्योधन आदि से भयंयकर युद्ध हुआ। राजा विराट के महारथी पुत्र उत्तर का सारथी अर्जुन बना। अकेले अर्जुन ने द्रोणाचार्य, कृपाचार्य, भीष्म, कर्ण, दुर्योधन और विकर्ण को युद्ध छोड़कर भागने के लिए विवश कर दिया। अर्जुन इस जीत का श्रेय उत्तर को देना चाहता था। दूसरी तरफ राजा विराट युद्धिष्ठिर से बड़ा नाराज हो रहा था कि तुमने एक नपुंसक को मेरे बेटे का सारथी बनवाकर मुझे पुत्र विहिन कर दिया है। मुझे मेरे पुत्र के जीवित रहने की बिल्कुल भी आशा नहीं है। मुझ पर विपत्तियों का पहाड़ आन गिरा है। इस पर युद्धिष्ठिर ने राजा विराट को धैर्य दिलाया कि जिसका सारथी ब्रहन्नला हो, उसे कोई नहीं हरा सकता है। जब यह चिन्तन चल ही रहा था तो राजा विराट को सूचना मिली क युवराज उत्तर सभी कौरवों के योद्धाओं को हराकर अपनी समस्त गौओं को जीतकर लाया है। तो विराट की खुशी का कोई ठिकाना नहीं रहा और उसने राज्य के अन्दर घोषणा कर दी कि इस विजय को एक महोत्सव के रूप में मनाया जाये। सबको भरपूर धन दौलत बांटा जाये और कंक (युद्धिष्ठिर) की तरफ संकेत करते हुए कहा कि ''आओ कंक शतरंज खेलें।'' यद्यपि युद्धिष्ठिर इन परिस्थितियों में शतरंज नहीं खेलना चाहता था। लेकिन राजा के एक साल के उपकारों को देखते हुए खेलने के लिए तैयार हो गया। शतरंज खेलते-खेलते राजा विराट तो अपने पुत्र उत्तर की प्रशंसा बार-बार कर रहा था और युद्धिष्ठिर बार-बार ब्रहन्नला की प्रशंसा कर रहा था। यह राजा विराट को अच्छा नहीं लगा और उसने क्रोध में आकर शतरंज की गोटिया युद्धिष्ठिर के मुंह पर दे मारी। इनकी चोट से युद्धिष्ठिर की नासिका से रूधिर बह निकला जिसे युद्धिष्ठिर ने अपने हाथों में ही रोके रखा और द्रोपदी की तरफ देखा।

युद्धिष्ठिर का भाव समझ कर वह पतिव्रता शीघ्र ही एक पानी का पात्र ले आई और उसमें गिरते हुए रूधिर को ले लिया। इसी अवसर पर प्रसन्न होकर सेनापति राजा विराट को विजय का सारा हाल कह सुनाया। द्वारपालों ने जब राजकुमार उत्तर के राजा विराट से मिलने की आज्ञा मांगी तो बड़ी बुद्धिमता से युद्धिष्ठिर ने ब्रहन्नला को द्वार पर ही रूकवा दिया, क्योंकि उस महाबाहु ने व्रत किया हुआ था कि मेरे बड़े भाई को कोई चोट पहुंचायेगा, वह जीवित नहीं बच पायेगा। लेकिन राज कुमार उत्तर को इसका पता लग चुका था कि कंक नामक ब्राह्मण पाण्डवों के सबसे बड़े भ्राता युद्धिष्ठिर हैं। जब उत्तर ने युद्धिष्ठिर को इस हाल में देखा तो राजा को सावधान करते हुए युद्धिष्ठिर से क्षमा याचना के लिए कहा और अर्जुन को इसका पता नहीं लगने दिया। यद्यपि यह उपरोक्त घटना हमें मनघडंत लगती है कि जिस राजा को भीमसेन ने शत्रुओं के चंगुल से छुड़वाया हो। जहां भयंकर युद्ध हुआ हो और यह तो ज्ञात हो ही गया था कि वह कंक, बल्लभ, ब्रहन्नला, तंतपाल, ग्रंथिक व सैरन्धी नाम कौन बला राज्य में आन बड़ी है जिसने भीष्म, द्रोणाचार्य, द्रोण, कर्ण दुर्योधन और दु:शासन जैसे योद्धा जिनके नाम से ही पृथ्वी कांप उठती थी और वे एक नपुंसक के आगे भाग खड़े हुए, क्या ऐसे हालातों में कोई शतरंज जैसा मनोरंजन कर सकता है? एक और विचार करने योग्य विषय है कि द्रौपदी का विवाह पहले हुआ या सुभद्रा का? निश्चित तौर पर द्रौपदी का विवाह पहले हुआ था तो इन परिस्थितियों में अगर द्रौपदी पांचो भाईयों की भार्या थी तो उतरा का विवाह द्रौपदी के लड़के से होना चाहिए था, ना की अभिमन्यु से।

दाम्पत्य व्यवहार में नवाचार के उपहार

– देव नारायण भारद्वाज

प्रोफेसर शरदेन्दु जी! हम सब सज्जन प्रभात भ्रमण से लौट रहे हैं। एक रहस्य आप से जानना चाहते हैं। आप पति-पत्नी किसी भी समारोह में मिलते हैं तो हंसते हुए ही मिलते हैं। इस ज्ञान सरोवर कॉलोनी के हम सभी के घरों में कभी न कभी वाद-विवाद या झगड़ा-फसाद का शोर बाहर भी सुनाई दे जाता है। आपके आवास के पास से जब भी निकलते हैं, तो या तो सुखद शान्ति मिलती है, या फिर आप दम्पति का हास्य गुंजन सुनाई देता है। इतने में प्रोफेसर साहब की धर्मपत्नी चाय लेकर बैठक में आ गयी। इस जिज्ञासा के समाधान का भार भी गृह स्वामिनी दुर्गेश नन्दिनी पर आ पड़ा। उन्हें समाधान करने में कोई देर नहीं लगी। वे बोली, यहाँ भी वैसा ही झगड़ा होता है, जैसा पूरी कॉलोनी में होता है। हम लोगों के बीच में एक समझौता है। हम दोनों यथा नाम व गुण वाले हैं। ये सन्तोषी, मैं क्रोधी। ये अपने ही काम में व्यस्त रहते हैं, और मैं गृह कार्य में। जब श्रीमान जी असहयोग या भूल करते हैं तो मैं हल्की घुँघरू वाली गेंद से इन पर प्रहार करती हूँ। इनके लग जाती है तो मैं हँसती हूँ, और ये अपने को बचा ले जाते हैं तो ये हँसते हैं। इधर भी हँसी, उधर भी हँसी। इसी खेल-खेल में फिर से मेल हो जाता है। यह हास्य व मुस्कान दम्पति को तो जोड़ते ही हैं, परिवार-परिवेश व समाज को जोड़कर रखने का भी काम करते हैं।

इस जोड़ के तोड़ में भी लोग लगे रहते हैं। इसके लिए वे किसी न किसी व्यंग्य-बाण को छोड़ने में लग जाते हैं। विश्व-ख्याति प्राप्त महान् भारतीय वैज्ञानिक जगदीश चन्द्र बसु अत्यन्त क्षीणकाय, उसकी पत्नी स्थूलकाय। एक आगन्तुक उनसे कह बैठे "आपकी जोड़ी कैसी है?" बसु महोदय ने जो कहा उससे उनकी बोलती बन्द हो गयी। उन्होंने कहा "हमारी जोड़ी परम सुन्दरी-पत्नी बरगद है और मैं उस पर आश्रित लता।" उपमा सुनकर कौन पत्नी गदगद नहीं हो पायेगी? बसन्त पंचमी के पर्व पर कवि महोदय से साहित्यकार भी मिलने आये। पति पतले, स्फूर्त, गौरांग, उनकी पत्नी अति स्थूल व चटक श्याम-सुन्दरी। पीले रंग की साड़ी पहनकर वे सजधज कर कवि पति के समीप आयीं, जो कभी नहीं पूछती थी, आज पूछ बैठी-मैं कैसी लग रही हूँ। उपस्थित साहित्यकार परिवार से हिले-मिले व खुले थे। वे बोल पड़े-"**जैसे पीली-पीली सरसों के फूले-फूले खेत में भैंस खड़ी पगुराय।**" पत्नी ने जिस मुस्कान के साथ बैठक में प्रवेश किया था, वह तो अधरों से प्रस्थान कर गयी और ठिठक कर खड़ी रह गयी। पति ठहरे कवि और तुरन्त कविता गढ़ दी-"**धन्य धन्य प्रभु की नाटिका, कोकिल की पीली शाटिका। स्वागत, तुम्हारा देविका, बासन्ती सजाई वाटिका॥**" सुनकर पत्नी के अधरों पर फिर से मुस्कान आ गयी और आगन्तुक साहित्यकार को भी स्वादिष्ट चाय-पकौडों के साथ मिल गयी।

दम्पति निर्माण की विधि जो वैदिक विवाह में निहित है वह अद्भुत और अलभ्य है। शहनाई, सुगन्धि, सुसज्जा के साथ मुस्कानों के संगम के मध्य मातृ-पितृ-परिवार जन के सान्निध्य में कन्या वर का स्वागत करती है। दोनों पक्षों के समूह हास, परिहास, मुस्कान को अट्टाहास करके प्रकट करते हैं। वर-कन्या की मुस्कान इस समय इतनी मूल्यवान होती है कि वह इनके हृदय में गुप्त रहती है। कन्या का वर के लिए पहला सम्बोधन होता है-साधु। वह उससे अर्चन की सहमति चाहती है। अर्चन उसका होता है जो साधु होता है अर्थात् सुयोग्य, सरल, सहृदय और कार्य साधक होता है। ऐसे ही साधक पति की आराधिका पत्नी होती है। पति द्वारा पत्नी का जब पाणिग्रहण किया जाता है, तब वह स्वयं को गृहपति एवं पत्नी को धर्मपत्नी घोषित करता है। सांसारिक, साधन, सामग्री का संग्राहक पति और धर्म-कर्म संधारिका पत्नी दोनों ही एक होकर एक-दूसरे के इस लोक एवं परलोक का प्रबन्ध करते हैं। सप्तपदी में सात कदम साथ-साथ चलकर पति गृह का सम्पूर्तिकर्ता व पत्नी संरक्षिका बनकर परस्पर सखा होने की घोषणा करते

हैं। कोई स्वामी नहीं है, कोई दास नहीं। साथ-साथ खाने वाले समान ख्याति के पात्र बनते हैं।

निज, सन्तति, परिवार, समाज, राष्ट्र व वैश्विक कल्याण कामना अनेकशः यज्ञाहुतियों के द्वारा करके भर्ता एवं भार्या बनने के लिए उनका ग्रन्थि बन्धन होता है। ऊपर से दो वस्त्रों में गाँठ लगा कर उसे कितना ही विस्तीर्ण कर लिया जाता है। वैसे ही वर कन्या की इस ऊपरी गाँठ से उनके हृदय को जोड़ दिया जाता है। वे दो शरीर तथा एक हृदय-(सगान हृदय वाले) हो जाते हैं। इस गाँठ का ठाठ कुछ निराला ही होता है। कहा गया है-

''जहाँ गांठ तहाँ रस नहीं, यह जानत सब कोय।
मैडुए तक की गाँठ में, गाँठ-गाँठ रस होय॥''

कितना ही मीठा गन्ना लीजिए। गाँठ में रस नहीं मिलता है। विवाह मण्डप की इस गाँठ के गाँठ-गाँठ रस होता है। वर-कन्या जुड़ गए, दम्पत्ति बन गए। इनमें माता-पिता जुड़ गए, इतने जुड़ गए कि वे सास-ससुर बने गए। ऐसे ही अनेकानेक सम्बन्ध जुड़ते चले गए। अरमान में अगर मुस्कान है तो यही प्रेम की पहचान है। इन सम्बन्धों को वैसे ही संभाल कर रखना पड़ता है जैसे कोई कच्चे धागे को रखता है। जरा उलझा नहीं कि टूटा नहीं।

''रहिमन धागा प्रेम का मत तोड़ो चटकाय
जोड़े से फिर ना जुड़े, जुड़े गाँठ पड़ जाय।''

दो साबुत को जोड़ने से मण्डप की गाँठ बनती है। एक साबुत को तोड़कर फिर जोड़ने से धागे की गाँठ बनती है। अस्तु, दम्पति को हर सावधानी रखकर प्रेम के धागे को टूटने नहीं देना चाहिए। लेखक ने ऐसे अनेक दम्पतियों से भेंट की है। पति या पत्नी जो भी बाहर से घर आता है, अथवा कुछ अन्तराल के बाद एक दूसरे को निहारता है, तो दोनों के अधरों पर मुस्कान-मधुर मुस्कान का साम्राज्य छा जाता है, चाहे कोई समस्या ही क्यों न हो, वे उसका सामना कर लेते हैं।

वे दम्पति, दम्पति नहीं स्वयं अपनी विपत्ति बन जाते हैं, जिनको जोड़ने वाली मुस्कान उनके अधरों से तिरोहित हो जाती है। पति-पत्नी दोनों समृद्ध व्यवसायरत, घर में नौकर-चाकरों का राज्य, स्वाभाविक है कि उन पर पत्नी का नियन्त्रण ही रहना है। नये आये अनाड़ी रसोइये ने भोजन बनाया, कुछ जली-भुनी अधपकी रोटी बच गयी। उसने मालकिन से पूछा ''साहब ने खाना खा लिया?'' उसका उत्तर था-हाँ, तो फिर कुत्ते को डाल दो। बात एक ही तरफ की नहीं, दूसरी ओर भी कुछ ऐसा होता है। जीवन चलता रहता है। मुस्कान बिना अधरों का मधुरस सूखता रहता है। काम सब होते हैं मन में, आराम नहीं होता। **(शेष अगले अंक में)**

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

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

धन्यवाद! –व्यवस्थापक आश्रमसम्पर्क सूत्र : 9416054195

सुने कौन ये पीड़ा

– नरसिंह सैनी, वेदान्त नगर, बहादुरगढ़, मोबाइल-09034601586

जबसे गई हो मुझे छोड़कर,
सबने मुझे सताया माँ।
दिया नहीं हंसने का मौका,
मिलकर मुझे रूलाया माँ।

जब भी मुझे किसी ने डांटा,
सुबक-सुबक कर रोया मैं।
खाने को नहीं दिया किस ने,
तो भूखा ही सोया मैं।
कौन है अपना किसे सुनाऊं,
सुने कौन इस पीड़ा को।
वह सब प्यार मिला मिट्टी में,
जो था तुमसे पाया माँ।
दिया नहीं हंसने का मौका,
मिलकर मुझे रूलाया माँ।
जबसे गई हो मुझे छोड़कर,
सबने मुझे सताया माँ।

छोड़ कर काम अधूरा माँ,
सीने से मुझे लगाती थी।
मुझे छुपाकर आंचल में,
तुम कितने लाड लडाती थी।
तुम बिन अब मैं भटक रहा हूँ,
कोई नहीं है यहां मेरा।
कहा था तुमने सब हैं तेरे,
नहीं मुझे कोई पाया माँ।
दिया नहीं हंसने का मौका,
मिलकर मुझे रूलाया माँ।
जबसे गई हो मुझे छोड़कर,
सबने मुझे सताया माँ।

मुझको पाने की चाह में,
बाधाएं बहुत सी लांघी थी।
मुन्ना खेले मेरी गोद में,
रब से मन्नत मांगी थी।
अब छोड़कर मुझे अकेला,
जाने तू कहां चल गई।
तुम्हें ढूंढने जहां गया मैं,
वहीं मुझे ठुकराया माँ।
दिया नहीं हंसने का मौका,
मिलकर मुझे रूलाया माँ।
जबसे गई हो मुझे छोड़कर,
सबने मुझे सताया माँ।

बोल-बोल कर झूठ इन्होंने,
खूब दिया मुझको धोखा।
किया खूब नुकसान इन्होने,
जब भी मिला इन्हें मौका।
नीची हरकत करके मुझको,
नीचा दिखा रहे है ये।
खुद तो बने रहे सच्चे,
हर बार मुझे झुठलाया माँ।
दिया नहीं हंसने का मौका,
मिलकर मुझे रूलाया माँ।
जबसे गई हो मुझे छोड़कर,
सबने मुझे सताया माँ।

साधना के इच्छुक सम्पर्क करें

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

–व्यवस्थापक, चलभाष: 9416054195

आत्म शुद्धि पथ के संरक्षक सदस्य

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

उपवासः स्वस्थ जीवन का आधार

-ब्र. अजय कुमार आर्य

भारतीय संस्कृति तथा वैदिक परम्परा में उपवास की महत्ता अत्यंत विश्रुत है तथा जन जन की धार्मिक भावना उसे किसी न किसी रूप में किसी न किसी दिन उपवास की ओर आकर्षित जरूर करती है। उपवास को वर्तमान की रूढ़िवादी परम्परा में धार्मिक कृत्य के रूप में स्वीकार करके धार्मिकता का चिन्ह मान लिया गया है। वर्तमान में देवी देवताओं के नाम पर विभिन्न व्रत एवं उपवास प्रचलित दिखायी देते हैं। व्रत एवं उपवास के साथ तरह-तरह की पूजा पद्धतियों का भी प्रचलन है। किन्तु यदि हम उपवास पर बहु आयामी व्यापक दृष्टि डालें तो पायेंगे कि उपवास मात्र कर्मकाण्डी आस्था, विश्वास से सम्बन्धित धार्मिक कृत्य नहीं, अपितु शरीर के लिए अत्यंत आवश्यक आचरणीय विधि है, जिससे शरीर में होने वाले बहुविध रोगों की चिकित्सा (उपचार) करके शरीर की रोगप्रतिरोधक शक्ति में आश्चर्यजनक वृद्धि की जा सकती है।

यद्यपि उपवास का इतिहास सुदीर्घ अज्ञात काल से संबद्ध है, पुनरपि वर्तमान वैज्ञानिक युग उपवास के माहात्म्य तथा चिकित्सा विधि से विगत शताब्दी में ही परिचित हुआ, जब सिल्वेस्टर ग्राहम, डॉ. जोयल, डॉ. जॉन कोयम, डॉ. ए. गुथेल्पा, बर्नर मैकफेडेन जैसे लब्धप्रतिष्ठ चिकित्सा शास्त्रियों ने पाश्चात्य जगत् में उपवास पर अनुसंधान कर उसकी महत्ता प्रतिपादित करते हुए विभिन्न रोगों का सफल उपचार किया।

प्राकृतिक चिकित्सा के सिद्धांतों व उपवास की प्रक्रिया के संबंध में बर्नर मैकफिडन ने लिखा है-'प्राकृतिक चिकित्सा की सारी विधियाँ इस मूलभूत तथ्य पर आधारित हैं कि प्रकृति सबसे प्रधान आरोग्यकारी माध्यम है और चिकित्सा की कोई भी विधि तभी सफल हो सकती है जबकि वह प्रकृति के काम में बाधा पहुँचाने के बजाय उसे सहायता पहुँचाये। इस लक्ष्य को ध्यान में रखकर शरीर के विभिन्न मल निष्कासक अंगों का काम तेज कर दिया जाता है और कुछ काल विशेष तक रोगी को भोजन न देकर उसके शरीर में और अधिक जहरीला पदार्थ पहुँचने से बचाया जाता है, और इस बीच में शरीर की शक्ति भोजन के पाचन से बचाकर रोगों को दूर करने में खर्च की जाती है। डॉ. डिबी इस उपवास चिकित्सा के संबंध में कहते हैं-'बीमार आदमी के पेट से भोजन अलग करके तुमने बीमार आदमी को नहीं, बल्कि बीमारी को भूखा मारना शुरु कर दिया है।'

सामान्यतः लोग सोचते हैं कि रोगी को भोजन देकर वे उसे कमजोरी से बचा रहे हैं, किन्तु स्थिति इससे सर्वथा विपरीत है, रोगी व्यक्ति को भोजन देकर हम उसकी क्षीण शक्ति का अपव्यय कर उसे और अधिक कमजोर कर रहे होते हैं, इसलिए आधुनिक एवं पुरातन चिकित्सा विज्ञान दोनों ही रोगी को निराहार (उपवास) रहने अथवा बिल्कुल हल्का भोजन करने की राय देते हैं।

बर्नरमैकफेडन, उपवास चिकित्सा नामक पुस्तक में उपवास से होने वाले शारीरिक प्रभाव के अध्ययन को प्रस्तुत करते हुए निम्नलिखित लाभों की चर्चा करते हैं।

'उपवास का लाभ सबसे पहले हमारे फेफड़े अनुभव करते हैं। उपवास प्रारंभ करते ही फेफड़ो का सारा अवरोध समाप्त हो जाता है। सांस अधिक स्वच्छन्द व निर्बाध गति से आती जाती है। उपवास करने वाले रोगी का स्वर स्वच्छ, मधुर और गंभीर हो जाता है। उपवास की अवधि में फेफड़े विकारों को बड़ी तीव्रता से निष्कासित करते हैं और शुद्धिकरण की इस प्रक्रिया में फेफड़ो में ओषजन अधिक पहुँचता है और रक्त प्रणाली निरंतर स्वच्छ होती चली जाती है। हृदय के रोगी, शारीरिक विकारों के निष्कासित हो जाने के कारण अधिक स्वस्थ और सशक्त अनुभव करते हैं। उपवास का मल प्रणाली पर भी प्रभाव पड़ता है। आहार के बंद होते ही निचला आमाशय संकुचित हो जाता है।'

उपवास द्वारा हमारी इन्द्रियां अत्यंत सक्रिय हो उठती हैं। बहुत से रोगी उपवास के उपरांत ज्यादा अच्छा देख सकते हैं, ज्यादा अच्छा सुन सकते हैं और ज्यादा अच्छी तरह सूंघ सकते हैं। उपवास के प्रारंभिक दिनों में लाल रक्त कोषाणुओं की संख्या बढ़ जाती है।

उपवास द्वारा रक्त शोध, उदर रोगों में अभूतपूर्व लाभ हुआ है। मैक्सनार्डो एवं डॉ. अलक्जेण्डर ने अपने परीक्षणों से सिद्ध किया है कि प्राकृतिक और सम्यक् आहार के फलस्वरूप हम रोगमुक्त ही नहीं रहते, बल्कि हमारा मन, विवेक और चरित्र भी श्रेष्ठ हो जाता है। न्यूयार्क के रॉकफेलर संस्थान ने मधुमेह रोग का उपचार उपवास चिकित्सा के द्वारा किया है।

कुछ आंशिक उपवासों में फलों का उपयोग किया जाता है। फलाहार एवं रसों से शारीरिक पोषण प्राप्त होता है। शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाने में अत्यंत सहायक है, फलों व जूस का उपवास। फलाहार से शरीर हल्का होता हुआ स्फूर्त बना रहता है। फलाहार में खट्टे व कसैले फलों का उपयोग नहीं करना चाहिए। मीठे व गूदेदार फलों का उपयोग अत्यंत हितकारी है। उपवास छोड़ने के तुरन्त बाद ठोस आहार नहीं लेना चाहिए, इससे कोष्ठ बद्धता की शिकायत हो सकती है। उपवास छोड़ने के बाद तरल व सुपाच्य आहार ही हितकर होता है। अपेक्षाकृत स्वल्प आहार स्वास्थ्य, शक्ति, बुद्धि व सौन्दर्य के लिए लाभकारी होता है।

उपवास के दिनों में खुली हवा में रहते हुये सूर्यताप का सेवन करना अत्यन्त हितकर होता है। कब्जियत के दिनों में उपवास से अच्छा कोई उपचार नहीं। कभी-कभी उपचार के दिनों में सिरदर्द की शिकायत भी हो जाती है, किन्तु ऐसी पीड़ा व कष्ट का कारण शरीर के विजातीय द्रव्यों का निस्तारण होता है। उपवास के दिनों में शरीर के सभी कोषांग शरीर के मल के निस्तारण में लग जाते हैं। शरीर, मल-मूत्र, स्वेद, थूक आदि के माध्यम से अनावश्यक मल तत्त्वों का निष्कासन करता है।अत्यधिक दुर्बल व वृद्ध शरीर में उपवास की बजाय स्वलपाहार ही हितकर होता है। गर्भ के दिनों में स्त्रियों को उपवास न करके दूध व फलों का पौष्टिक व सुपाच्य आहार करना चाहिए। प्राचीन वैद्यक शास्त्रों में पचास वर्ष से अधिक उम्र में एक समय ही भोजन के निर्देश दिये हैं। सहस्राब्दियों पूर्व के चरक व सुश्रुत जैसे मान्य वैद्यक शास्त्रों में उपवास चिकित्सा के वर्णन उपलब्ध होते हैं। उपवास एक पूर्ण प्राकृतिक चिकित्सा विधि है, जिससे मधुमेह, बुखार, सिरदर्द, कोष्ठबद्धता सहित सामान्य व विशेष रोगों के उपचार किये जा सकते हैं। उपवास न केवल शारीरिक अपितु मानसिक व आत्मिक चिकित्सा के लिए भी हितकर है, अतएव प्राचीन आचार्यों ने विभिन्न साधना पद्धतियों में शरीर व मन के उत्कर्ष के लिए इसका विधान किया है।

मधुमेह का घरेलू उपचार

अगर आप अपने खाने में मिठाई, पेस्ट्री, मीठे, पेय, गाजर, चुकंदर, चॉकलेट, आइसक्रीम, मीठे बिस्कुट, गन्ना, गन्ने का रस, गुड़, शक्कर, चावल तथा गेहू, आलू, डबलरोटी व बंद, केला, अंगूर, शरीपा, लीची, आम, शराब, कैफीन आदि लेते हैं तो आपको सावधान हो जाना चाहिए। ये पदार्थ मधुमेह रोग को बढ़ाते हैं।

- प्रयत्न कर मोटापा कम करें। वसा कम करें। मेथी, जामुन, करेला, लहसुन तथा रेशेदार खाद्य पदार्थ इस रोग को कम करने और ठीक करने वाले हैं।
- शलगम उबालकर खाएंगे तो चीनी भी निकल जाएगी।। इसमें स्टार्च तथा कार्बोहाइड्रेट भी कम होते हें। अत: यह उपयोगी रहता है।
- खमीर में कार्बोहाइड्रेट से भी शर्करा कम होती है। यह इंसुलीन पैदा करता है। इसमें फास्पफोरस भी काफी रहता है। अत: उपकारी है।
- कच्चे केले को बतौर सब्जी खा सकते हैं। यह मोटापा नहीं करेगा।
- चने का सूप तथा चने का आटा दोनों इस रोग में शरीर की शर्करा को आत्मसात करने में मदद करते हैं। चने में प्रोटीन की मात्रा तो अधिक रहती है, कार्बोहाइड्रेट्स की मात्रा कम।
- रक्त में मौजूद शर्करा की मात्रा को कम करने के लिए उड़द की दाल ठीक रहती है। - **फीडे**

अध्यापक विद्यार्थी का निर्माता

- डॉ. विजेन्द्र पाल सिंह

विद्यार्थी कैसा हो यह उसकी शिक्षा व आचरण पर निर्भर करता है। वैदिक संस्कारों के अनुसार शिक्षा का आरंभ तो गर्भ से ही आरंभ हो जाता है। शतपथ ब्राह्मण में कहा है कि-**मातृमान् पितृमान् आचार्यवान् पुरुषों वेद।** बालक की सर्वप्रथम शिक्षक उनकी माता, दूसरा, पिता, तीसरा आचार्य यह तीनों उत्तम हों ज्ञानवान विद्वान हो तो ऐसा बालक श्रेष्ठ होता है। इन सबमें बालक सर्वाधिक सर्वप्रथम माता के सम्पर्क में रहता है सत्यार्थ प्रकाश में कहा है-

''प्रशस्ता धार्मिकी विदुषी माता
विद्यते यस्य स मात्रमान''

सत्यार्थ प्रकाश द्वितीय समुल्लास में लिखा है कि धन्य वह माता है जो गर्भाधान से लेकर जब तक पूरी विद्या न हो तब तक सुशीलता का उपदेश करें।

कहने का तात्पर्य यह है कि शिक्षा गर्भ से ही आरंभ हो जाती है। मदालसा जो ऋतु ध्वज की पत्नी थी गर्भ से ही शिक्षा दी और जैसी शिक्षा दी वैसे ही योग्य पुत्र हुए। माता के पश्चात् पिता बालक का अध्यापक होता है। तत्पश्चात आचार्य जिसके सान्निध्य में बालक ब्रह्मचर्य काल तक जब तक शिक्षा पूरी न हो जाए रहता है।

आज की शिक्षा भारतीय प्राचीन ऋषि परम्परा से हट कर है आज विद्यालयों में सह शिक्षा है दूसरे विद्यालय कोलाहल युक्त वातावरण में स्थित हैं। वहीं विद्यालय हैं वहीं नगर में डांसबार, मद्यशालाएँ, सिनेमाघर स्थित हैं। विद्यालयों व नगर की दीवारों पर सिनेमा के अश्लील पोस्टर चिपके रहते हैं। जिनमें अश्लीलता के दृश्य सीमा से ऊपर होते हैं। उधर विद्यालयों के छात्र-छात्राओं पर मोबाइल, उसमें नैट का प्रयोग, नैट पर सामान्य जन भी जानते हैं कि क्या-क्या देखा जा सकता है। विद्यार्थी इसका भरपूर मनोरंजन करते हैं। उधर आज के विद्यार्थी में अधिकांशतः मादक द्रव्यों के प्रयोग की लत हो जाती है। विश्व विद्यालयों आदि में बड़े विद्यालयों में, हास्टलों में, अनेक स्थानों पर छात्र-छात्राएं सिगरेट, सिगार के धुएँ के छल्ले बनाते उड़ाते देखे जा सकते हैं। हैरोयन जैसी मादक द्रव्यों का प्रयोग भी करते देखे जा सकते हैं।

यह भारतीय संस्कृति के विरूद्ध है इसलिए हमारे सभ्य नागरिक धूम्रपान, मद्यपान बार आदि में जाना, नाचना थिरकना उचित नहीं मानते। भारत के लोग आदर्शवादी रहे हैं। विदेशी यहाँ शिक्षा लेने आदर्श स्थापित करने आते थे। आज हम विदेशी पाश्चात्य जो भोगवादी हैं उसकी नकल कर रहे हैं। हमारे अध्यापक ऐसे होने चाहिए जैसे ऋषि बाल्मीकि व भारद्वाज ऋषि थे, विश्वामित्र, गौतम, कणाद व चाणक्य आदि थे क्योंकि विद्यार्थी विद्यालयों में अध्यापक के सान्निध्य में ही होता है। मुंशी प्रेमचन्द, बालकृष्ण भट्ट, मैथिलीशरण गुप्त, सुभद्रा कुमारी चौहान ऐसे ही अध्यापकों की देन है जो भारतीय संस्कृति को जानते मानते थे, श्रेष्ठ थे जो ऐसे अच्छे अध्यापकों द्वारा ही शिक्षित हो। डॉ. अब्दुल कलाम व लाल बहादुर शास्त्री जैसे महान पुरुष बने आज भी जहां अच्छे अध्यापक व विद्वान् हैं वहाँ से डॉ. जगदीश चन्द्र वसु जैसे वैज्ञानिक निकलते हैं। वे अध्यापक वेदानुसार आचरण वाले होते हैं महर्षि दयानन्द सरस्वती जी महाराज ने सत्यार्थ प्रकाश चतुर्थ समु. में प्रकाश किया है।

जिसको आत्मज्ञान सम्यक आरंभ अर्थात् जो निकम्मा आलसी कभी न रहें, सुख-दुःख, हानि-लाभ मानापमान, निन्दा-स्तुति में हर्ष-शोक भी न करें, धर्म ही में नित्य निश्चित रहें, जिसके मन के उत्तम-उत्तम पदार्थ अर्थात् विषय सम्बन्धी वस्तु आकर्षण न कर सकें वही पण्डित कहाता है।

सदा धर्म युक्त कर्मो का सेवन, अधर्मयुक्त कर्मो का त्याग, ईश्वर, वेद, सत्याचार की निन्दा न करने वाला, ईश्वर आदि में अत्यन्त श्रद्धालु हो, यही पण्डित का कर्त्तव्याकर्तव्य कर्म है। जो कठिन विषय को भी शीघ्र जान सके बहुत काल पर्यन्त शास्त्रों को पढ़े, सुने और विचारे, जो कुछ जाने उसको परोपकार में प्रयुक्त करे, अपने स्वार्थ के लिए कोई काम न करे। बिना पूछे वा बिना योग्य समय जाने दूसरे के अर्थ में सम्मति न दे। वही प्रथम प्रज्ञान पण्डित को होना चाहिए।

जो प्राप्ति के अयोग्य की इच्छा कभी न करे, नष्ट हुए पदार्थ पर शोक न करे आपातकाल में मोह को न प्रापत अर्थात् व्याकुल न हो वही बुद्धिमान पण्डित है।

जिसकी वाणी सब विद्याओं और प्रश्नोत्तरों के करने में अनितिपूर्ण: विचित्र शास्त्रों के प्रकरणों का वक्ता, यथा योग्य तर्क और स्मृमिान, ग्रन्थों के यथार्थ अर्थ का शीघ्र वक्ता हो वही पण्डित कहाता है।

जिसकी प्रज्ञा सुने हुए सत्य अर्थ के अनुकूल और जिसका श्रवण बुद्धि के अनुसार हो जो कभी आर्य अर्थात् श्रेष्ठ धार्मिक पुरुषों की मर्यादा का छेदन न करे वही पण्डित संज्ञा को प्राप्त होवे। **महाभारत उद्योग पर्व विदुर प्रभाग।**

अध्यापक को आत्मज्ञान हो, समस्त विषयों का ज्ञाता हो, आलसी न हो, धर्म युक्त कार्य करने वाला अच्छा वक्ता हो, कठिन विषयों को शीघ्र जान सके, सत्याचरण करता हो, धार्मिकों का मान रखता हो ऐसा व्यक्ति ही अध्यापक पद पर शोभायमान होता है। इसके अतिरिक्त अभिमान, दरिद्र, कर्महीन, आलसी बिना बुलाए किसी के घर चला जाए, उच्चासन पर बैठ जाए व्यर्थ में ही अधिक बोले, ऐसा व्यक्ति मूर्ख व निम्न श्रेणी का नीच होता है।

अतः अध्यापक अत्यन्त श्रेष्ठाचारी, धार्मिक, विद्यावान होने चाहिए तभी विद्यार्थियों की उन्नति होती है और जब विद्यार्थी सुशील, विद्यावान, कर्त्तव्यपालन वाल होंगे तो वह राष्ट्र सदैव उन्नति करने वाला होगा।

– चन्द्र लोक कॉलोनी खुर्जा, मो. 8979794715

समाचार खण्ड

हरियाणा गौरव आबार्डी पूनम व प्रवेश आर्या का भव्य स्वागत

वैदिक सत्संग मंडल समिति के तत्वावधान में यज्ञ व सम्मान का कार्यक्रम मौ. कानूगो में आयोजित किया गया जिसमें बेटी बचाओ अभियान की राष्ट्रीय अध्यक्ष कु. पूनम आर्या व संयोजक कु.प्रवेश आर्या जो कि वैदिक सत्संग मंडल समिति झज्जर के व्याख्यानमाला कार्यक्रम की स्टार प्रचारक को हरियाणा के मुख्यमन्त्री श्री मनोहर लाल द्वारा हरियाणा गौरव सम्मान दिए जाने पर वैदिक सत्संग मंडल समिति के सदस्यों द्वारा भव्य स्वागत किया गया। पं. रमेश चन्द वैदिक एवम् सीता देवी की 50वीं विवाह वषगांठ बड़े ही धूमधाम से मनाया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता आर्य जगत के प्रसिद्ध संन्यासी स्वामी धर्ममुनि जी आत्मशुद्धि आश्रम बहादुरगढ़ ने की तथा मुख्य वक्ता आर्य समाज की सर्वोच्च संस्था सार्वदेशिक आर्य प्रतिनिधि दिल्ली के अध्यक्ष स्वामी आर्यवेश जी रहें।

यज्ञ की ब्रह्म कुमारी पूनम व प्रवेश आर्या रही। यज्ञके यजमान पं. रमेशचन्द्र वैदिक व श्रीमती सीता देवी रही। कुमारी रीतिका, अमित कुमार व पं. जयभगवान आर्या ने भजनों की मधुर प्रस्तुति दी। मुख्य वक्ता स्वामी आर्यवेश जी ने अपने सम्बोधन में कहा कि कन्या भ्रूण हत्या, पाखण्ड खण्डन, नशा आदि विषयों पर जोरदार प्रचार करने की आवश्यकता है। ये सामाजिक बुराइयाँ समाज को खोखला कर रही है और युवक-युवतियों को तथा कथित धर्मगुरु धर्म के बारे में भ्रमितकर रहे हैं। वैदिक सत्संग मंडल समिति झज्जर द्वारा चलाया जा रहा विद्यालयों/ महाविद्यालयों में व्याख्यानमाला कार्यक्रम बहुत ही सराहनीय प्रयास है जिसे पूरे देश में चलाने की जरूरत है और विद्यार्थियों को संस्कारित करना बहुत ही आवश्यक है। समिति अध्यक्ष पं. रमेशचन्द्र वैदिक ने उपरोक्त बहनों को सम्मान दिए जाने पर हार्दिक बधाई दी। कार्यक्रम के अध्यक्ष स्वामी धर्ममुनि जी ने भी अपना आशीर्वाद प्रदान किया। कार्यक्रम में राजेन्द्र कुमार, विरेन्द्र कुमार, राजन एडवोकेट, रंजन अध्यापक, मा. जैसी राम, हरीश कुमार, अमोद कुमार, सुभाष आर्य, राजीव, वी.के. नरूला, सुबेदार भरतसिंह, राव रतीराम, ओमप्रकाश यादव, सुषमा, सविता, कविता, अलका, सीमा, कमलेश आदि बड़ी संख्या में महिला-पुरुष आदि रहें।

– पं. रमेशचन्द्र वैदिक, अध्यक्ष
वैदिक सत्संग मंडल समिति झज्जर

बेटी बचाओ-बेटी बढ़ाओ, बेटी पढ़ाओ

- विजेन्द्र शौकीन, गुरुग्राम हरियाणा

बेटी रहेगी थोड़ी, देस क्यूं समझया ना फसाना।
इब तै चेतो लोगो, ना पड़ैगा फिर पछताना।।
बेटी रहेगी थोड़ी, देस क्यूं समझया ना फसाना।

दराकां पहल्या भाई, ये बेटी थी बराबर,
सब जार्णे किस लालच नै ये कर दी ना बराबर,
इब कुटम्ब कबीले मिट ज्यांगे,
ना ब्याह होगें ना रवाण।
बेटी रहेगी थोड़ी, देस क्यूं समझया ना फसाना।

दुष्कर्मों में होगी लिप्त जवानी, भुगतै महिला बेटी,
किस्सै की कोए लहयाज रहै ना,
बड्डी हो या छोटी के तै रास खींच लो ईब्बै,
ना तै बध जायेगा घिंगताणा।
बेटी रहेगी थोड़ी, देस क्यूं समझया ना फसाना।

पालो, पोसो, खूब पढ़ाओ, फिर ब्यालो, अच्छे वर हो।
दान दहेज की कती टाल हो बराती थोड़े
वैदिक संस्कार हों दान दहेज, यो सै वैदिक फरमाण। ईब तैचेतो

इब बूढ़ा सठियाया 'बिजेन्द्र' पोती भी एक पाई।
बूढ़ी बैठी मेरी धरणी, थारी लागै ताई।।
कुछ जगत बणै, फेर चौंच लड़ैते, बणावै बेटी लल्लू ठाणा।

अनमोल वचन

- शरीर को रोगी और दुर्बल रखने के समान कोई पाप नहीं है।
  —लोकमान्य तिलक
- असफलता नहीं वरन निकृष्ट ध्येय ही पाप है। —टेनीसन
- अनजान में जो पाप होता है, उसका प्रायश्चित है, देवता उसे क्षमा कर देते हैं। किन्तु जानबूझकर जो पाप किया जाता है, उससे कैसे बचा जा सकता है। —शरतचन्द्र

जल संरक्षण-जल ही जीवन

- विजेन्द्र शौकीन, गुरुग्राम हरियाणा

मेरें गांव शहर के लोगो, तुम खूब बचाओ पानी।
इस एकत्रित पानी से सींचो घर की तुम बागवानी।
मेरे गांव शहर के लोगो, तुम खूब बचाओ पानी।

पानी बिन सब सूना होवे, मोती मानुष चून बताया।
दादा परदादा कह गए, रहिमन कवि ने यही सुझाया।
आधी बचत भी बहुत है बन्धु, मत व्यर्थ बहाओ पानी।
इस एकत्रित पानी से सींचो घर की तुम बागवानी।

करो साफ तालाब गांव के क्षमता दुगनी बढ़ाओ।
वर्षा जल संरक्षित हो, धरती की प्यास बुझाओ।।
भूज ल स्तर कुछ ऊपर हो, तभी लाभ में बदले हानि।
इस एकत्रित पानी से सींचो घर की तुम बागवानी।

शहरी बन्धु तुम्हें प्रेरणा, फव्वारे से ना नहाओ,
घर के बेड़े आंगन में जल संरक्षण कूप बनाओ,
वर्षा जल सब जाए भूमि में, कहो बात ये हमने ठानी,
इस एकत्रित पानी से सींचो घर की तुम बागवानी।

कृषि भूमि फसलों में हो, मॉर्डन तकनीक सिंचाई,
जल मात्रा भी छोटी होगी, ज्ञानी जन ये रीत बताई,
'शौकीन' अभी नहीं संभले तो, होगा खून से महंगा पानी,
इस एकत्रित पानी से सींचो घर की तुम बागवानी।

होली

छोड़ो झगड़े कर लो प्यार होली है
अब गले लग जाओ यार होली है
बुरी बात है नफरत करना
बीज प्यार के बोलो यार होली है।
हिन्दु मुस्लिम सिख ईसाई
तोड़ो मजहब क दीवार होली है
प्यार के रंग में रंग दो सबको
करो नहीं कोई तकरार होली है
दूर खड़ी ना करो इग्नोर
पहना दो बाहों के हार होली है।

- कवि कृष्णा 'सौमित्र'' साहित्यालंकार

चमत्कारों का पोलखाता

- इन्द्रजित्‌देव

विज्ञान का एक सर्वमान्य नियम है-बिना किसी कारण कार्य नहीं होता। लोहे बिना रेल का पहिया अथवा पटरी बन नहीं सकती। लोहा रेल का कारण तथा रेल का पहिया अथवा पटरी कार्य हैं। इस प्रकार रोटी कार्य है तो आटा कारण है। आटा को कार्य भी माना जा सकता है। तब इस कार्य का कारण गेहूँ माना जाएगा। इसी व्यवस्था को वैशेषिक दर्शन (4.3) में कहा है-**कारणभावात् कार्यभाव:।** इसी प्रकार इस सृष्टि का भी कोई-न-कोई कारण तो होगा ही। यह वैदिक सिद्धान्त आज का विज्ञान भी स्वीकार कर चुका है- Matter cannot created nor it can be destroyed. विज्ञानवेत्ताओं ने स्पष्ट घोषणा की है कि जहाँ Material Cause (उपादान कारण) नहीं होगा, वहाँ वस्तु की उत्पत्ति नहीं हो सकती। महर्षि दयानन्द सरस्वती ने क्रान्तिकारी ग्रन्थ ''सत्यार्थप्रकाश'' के अष्टम समुल्लास में लिखा है-**''साकार वस्तु से ही साकार वस्तु बनती है।''** सांख्यदर्शन 1/43 में भी लिखा है-**''नावस्तु वस्तुसिद्धि''** अर्थात् जो वस्तु कारण में नहीं है, वह कार्य में भी नहीं आ सकती। सांख्य दर्शन 1/83 में भी लिखा है-**'कारण-भावच्च'** अर्थात् कार्य का अस्तित्व कारण को छोड़कर पृथक् नहीं होता।

इसी सिद्धान्त का प्रतिपादन गीता के 12वें अध्याय के 16वें श्लोक में भी किया है-

नासतो विद्यते भावो नाभावो विद्यते सत:।
उभयोरपि दृष्टोऽन्तस्त्वनयोस्तत्त्वदर्शिभि:॥

अर्थात् यदि कोई वस्तु वर्तमान नहीं है तो उसका वर्तमान(=उपस्थित) नहीं हो सकता तथा यदि उपस्थित है तो वह अनुपस्थित हो जाए, ऐसा नहीं हो सकता। इन दोनों तथ्यों का निर्णय तत्वदर्शियों अर्थात् प्रकृति तथा परमाणुओं का साक्षात्कार करने वाले विद्वानों ने किया है।

जगत् तथा वस्तु के कारण व कार्य को यदि हम सच्चाई व गहराई से जान लें तो संसार में प्रचलित अन्धविश्वासों व कथित चमत्कारों की पोल-पट्टी खुल सकती है। पहले हम जगत् के 3 कारणों को समझते हैं, फिर चमत्कारों की पोल-पट्टी खुलेगी। पहला कारण है उपादान कारण। उपादान का अर्थ है-जिसके बिना कुछ न बने। वैज्ञानिकों ने इसे अंग्रेजी में Material Cause स्वीकारा है। स्वर्ण से आभूषण बनते हैं। घड़ा मिट्टी से बनता है। रोटी आटे बिना नहीं बनती। वस्त्र रूई से बनता है। ये सब उपादान कारण अर्थात् पदार्थ हैं।

यह भी सत्य है कि इनमें से कोई एक भी वस्तु अपने-आप नहीं बनती। लाखों वर्षों तक लोहा पड़ा रहे तो रेल का पहिया या दरवाजा अथवा बाल्टी नहीं बन सकता। स्वर्ण से आभूषण, मिट्टी से घड़ा, रूई से वस्त्र, आटे से रोटी तथा लोहे से रेल का पहिया, दरवाजा या बाल्टी अपने-आप नहीं बनती। इन्हें बनाने वाला कोई-न-कोई व्यक्ति अवश्य होना चाहिए, जिसके बनाने से बने। यह दूसरा कारण है-निमित्त। आधुनिक वैज्ञानिकों ने इसको अंग्रेजी में Efficient Cause कहा है। स्वर्ण से आभूषण बनाने वाला स्वर्णकार निमित्त कारण है। मिट्टी से घड़ा बनाने वाला कुम्हार निमित्त कारण है। आटे से रोटी बनाने वाली हमारी माँ निमित्त कारण है। लोहे से बाल्टी या दरवाजा बनाने वाले को लोहार कहना होगा।

तीसरा कारण साधारण कारण माना जाता है। आधुनिक वैज्ञानिकों ने इसे अंग्रेजी में Formal Cause नाम से अभिहित किया है। दुकान में स्वर्ण पड़ा हो, स्वर्णकार भी वहाँ उपस्थित हो तो क्या आभूषण बन जाएगा? स्वर्णकार को हाथ, आंख, प्रकाश, काल व अग्नि आदि अपेक्षित है, इनके बिना वह आभूषण नहीं बना सकता। घड़ा, बाल्टी, वस्त्र व रोटी आदि बनाने के लिए भी यही नियम लागू होता है। उपकरणों व प्रयोजनों का होना भी अनिवार्य है। आभूषण, रोटी, घड़ा व दरवाजा आदि किस काम आएँगे? किसके काम आएँगे, इनके प्रयोजन क्या हैं?

इस आधार पर यह संसार, यह सृष्टि या जगत् भी बिना कारण नहीं बन सकता था, न ही बिना

कारण बना है। यह बनाया गया है, इसका सृजन किया गया है। इसीलिए इसे सृष्टि भी कहते हैं। यह अनित्य है। यह बनाई गई है। बनाने से पूर्व यह न थी। यह प्रकृति जो नित्य वस्तु है, से बनाई गई है। आधुनिक वैज्ञानिकों ने इसे अंग्रेजी में Matter कहकर स्वीकार किया है।

सृष्टि साकार है तो प्रकृति भी साकार है क्योंकि साकार वस्तुओं से ही साकार वस्तु उत्पन्न होगी। परमेश्वर क्योंकि निराकार है, अतः उससे सृष्टि या जगत् उत्पन्न हुआ, यह मानना सर्वथा असत्य है। सृष्टि प्रकृति से सृजित की गई। उसके बिना सृष्टि बन नहीं सकती थी। अतः प्रकृति उपादान कारण (Material Cause) है। वह जड़ पदार्थ है। अपने आप कुछ नहीं कर सकती। परमेश्वर सृष्टि का निमित्त कारण (Efficient Cause) है अर्थात् ईश्वर ने प्रकृति से सृष्टि या कहिए जगत् बनाया परन्तु किस प्रयोजन तथा किन उपकरणों से सृष्टि या जगत् को बनाया? यह भी विचारणीय है। मिट्टी के अतिरिक्त चाक आदि सहायक कारण तथा घड़ा किस काम आएगा, जिसके काम आएगा, इसका प्रयोजन क्या होगा-यह सब जानना भी आवश्यक है। स्पष्ट उत्तर यह है कि जो सृष्टि का भोग करता है अर्थात् जीव, यह सृष्टि उसी के लिए बनाई गई है। उसे Formal Cause अर्थात् साधारण कारण कहा जाता है। ईश्वर का ज्ञान, ईश्वर की शक्तियाँ आदि उपकरण भी साधारण कारण ही हैं।

इस विश्लेषण के विपरीत कुर्रान (म.1/सि.1/सू. आ. 117) के अनुसार खुदा ही आरम्भ में था। शेष कुछ भी न था। वह भूमि और आसमान को उत्पन्न करने वाला है तथा उसे कुछ करना नहीं पड़ता। वह जो कुछ करना चाहता है, वही कहता है=हो जा(=कुन) तो वह हो जाता है। महर्षि दयानन्द सरस्वती जी ने ऐसा मानने वालों से पूछा है कि 'हो जा' वाला आदेश किसको दिया गया? किसने सुना? कौन-क्या बना? किस पदार्थ से बना? किसके लिए बना? जब यह मानते हो, कहते हो कि खुदा के सिवाय कोई वस्तु न थी तो यह विशाल-विस्तृत ब्रह्माण्ड बिना Material Cause अर्थात् उपादान कारण के कैसे बन गया? तुम एक मक्खी की एक टांग ही बनाकर दिखाओ। ईसाई भी बाईबल के अनुसार ऐसा ही मानते हैं तथा उनसे भी यही हमारे प्रश्न हैं।

पौराणिकों का विचार यह है कि जैसे मकड़ी बाहर से कोई पदार्थ नहीं लेती, अपने शरीर से ही तन्तु निकालकर जाला बना लेती है, ऐसे ही परमेश्वर अपने में से ही सृष्टि को बना लेता है। पौराणिकों (हिन्दुओं) से हमारा निवेदन है कि मकड़ी अपने शरीर में उपस्थित जड़ प्रकृति से बने जड़ पदार्थों से जाला बनाती हैं। अपनी आत्मा से वह कुछ पदार्थ निकालकर कुछ नहीं बना सकती। साकार वस्तु साकार वस्तु से ही बनती है, यह बात पहले भी लिखी गई है। मकड़ी का आत्मा निराकार है तथा निराकार से साकार वस्तु बन ही नहीं सकती। मकड़ी की आत्मा निमित्त कारण है। उसका जड़रूप शरीर तन्तु का उपादान कारण है।

इस सम्बन्ध में महर्षि कपिल का यह सूत्र विचारणीय है-**नावस्तुनो वस्तुसिद्धिः। सांख्यदर्शनम् 1.43।**

अर्थात् अवस्तु से वस्तु की सिद्धि नहीं होती। कार्यमात्र का आदान वस्तुभूत होना चाहिए।

पूर्वोक्त तीनों कारणों को समझ लें तो बहुत-से अन्धविश्वास, पाखण्ड व कथित चमत्कार समाप्त हो सकते हैं। मुझे स्मरण है कि सन् 1972 में सत्यसाई बाबा अपना एक 'चमत्कारपूर्ण' प्रदर्शन करके घड़िया, भस्म व अंगूठियाँ निकालकर बाँट देता था। दर्शक यही मानते थे कि यह बाबा अपनी अलौकिक सिद्धियों से ऐसा चमत्कार करता है। तभी कर्णाटक के एक विश्वविद्यालय के उपकुलपति ने उसे चुनौती भरा पत्र लिखा था-''आप मेरे यहां आकर रात्रि विश्राम करें। अगली प्रातः मेरे सामने स्नान करें तथा वस्त्र पहनें। तत्पश्चात् मैं आपको विश्वविद्यालय में ले चलूँगा। वहाँ विश्वविद्यालय के विद्यार्थियों, प्राध्यापकों एवं अधिकारियों के समक्ष अपना चमत्कारपूर्ण प्रदर्शन करके दिखाएँगे तो मैं भी आपका श्रद्धालु बन जाऊँगा।'' इसका कोई उत्तर बाबा ने नहीं दिया था तथा न ही फिर कोई कथित चमत्कार ही दिखाया। यदि वह उपकुलपति की इच्छानुसार प्रदर्शन करना मान जाता तो स्वतः सिद्ध हो जाना था कि वह अपने वस्त्रों के भीतर दाएँ-बाएँ कुछ घड़ियाँ, अगूँठियाँ व भस्म की पुड़ियाँ छिपाकर लाता था तथा वस्त्र को दबाने से घड़ियाँ आदि बाहर आ जाती थी। दुःख की बात यह है कि अधिकतर लोग यह नहीं सोचते कि बाबा के

वस्त्रों के नीचे कोई कारखाना तो था नहीं, फिर घड़ियाँ कैसे बाहर निकल आती थीं यदि ऐसे ही अंगूठियाँ बन सकती हैं तो सभी स्वर्णकारों की दुकानें बन्द हो जानी चाहिए थीं। 'यदि स्वर्ण न हो, स्वर्णकार न हो तथा उसके उपकरण व साधन न हों तो घड़ियाँ बन ही नहीं सकती।, यह न सोचने वाले लोग ऐसे बाबाओं के शिष्य बनते हैं। ज्यों-ज्यों उक्त बाबा की पोल खुल गई त्यों-त्यों अपने इस प्रकार के 'चमत्कार' दिखाने उसने बन्द कर दिए तथा वह अपने आश्रम तक ही सीमित होकर रह गया था। परन्तु दिव्य व अलौकिक शक्तियाँ प्राप्त कर लेने का दावा करने वाले बाबाओं की कमी अब भी नहीं है। बिना उपादान व साधारण कारणों के जब ईश्वर भी कुछ नहीं बना सकता तो कोई मनुष्य कैसे ऐसा कर सकता है?

इस विषय में कुछ ऐसे ढोंगों का भण्डाफोड़ करना भी हमें अभीष्ट है जो ढोंगी साधुओं द्वारा जनता को मूर्ख बनाकर धन ऐंठने के लिए किए-दिखाए जाते हैं। पहला ढोंग किसी बाबा द्वारा भभूत उत्पन्न करना है। वह बाबा राख, इत्र तथा चावल के मांड की गोलियाँ बनाकर उनहें अंगूठे के बीच फंसकर रखते हैं तथा कुशलतापूर्वक वायु में हाथ हिलाकर लोगों में बांटते हैं प्रभावित करते हैं। इसी प्रकार सिक्के या चित्र से भभूत पैदा करने के लिए ढोंगी मरक्यूरस क्लोराइड का प्रयोग करते हैं। पहले से रसायन लगी अंगुलियों से जब ये लोग चित्रों को छूते हैं तो रासायनिक क्रिया से तस्वीर या सिक्के का अल्यूमीनियम राख में बदल जाता है।

कई ढोंगी साधु त्रिशुल को जीभ के आरपार करके दर्शकों को प्रभावित करते हैं। वस्तुतः उस त्रिशुल की बनावट में एक प्रकार का सूप होता है जिसे बाबा लोग कुशलता से छिपा कर जीभ में फंसा लेते हैं। इसी प्रकार कुछ बाबा बने ढोंगी साधु अपनी मन्त्र-शक्ति से स्वयं हवनकुण्ड में अग्नि प्रज्जवलित करने का दावा करते हैं। इसके लिए वे ग्लीसरीन को धोखे से घृत के रूप में प्रयोग करते हैं तथा लकड़ियों के नीचे पोटेशियम परमैगनेट रखा रहता है। जब इस पर हवा की की जाती है तो ग्लीसरीन तथा पोटेशियम परमैगनेट की क्रिया तो अग्नि प्रज्ज्वलित स्वतः होती है। इस विषय में हम महर्षि दयानन्द सरस्वती जी के 13 जुलाई 1875 को पुणे में दिए एक उपदेश में से ये शब्द उद्धृत करना उचित समझते हैं-

''मन्त्रों के कारण आग उत्पन्न होती थी, यदि ऐसा मानें तो मन्त्र बोलने वाला स्वयं क्यों नहीं जलता था?''

कुछ स्थानों पर तान्त्रिक भोले-भाले लोगों से धन उगाहने के उद्देश्य से उन पर भूत-प्रेत का साया बताते हैं तथा उनके मन में बैठे अन्धविश्वास का अनुचित लाभ उठाने के उद्देश्य से उन्हें भयाक्रान्त कर देते हैं। तत्पश्चात् भूत-प्रेत निकालने के नाम पर धन, चावल, नारियल तथा अन्य सामान मंगाते हैं। 'मन्त्र' पढ़ते हुए जब नारियल पर पानी फैंकते हैं, तो पहले से सोडियम अन्दर रखे नारियल में से सोडियम और पानी की क्रिया से आग लग जाती है परन्तु 'साधु' लोग उस व्यक्ति के भूत-प्रेत या चुड़ैल को निकालने का दावा करते हैं। मुस्लिम समुदाय के पीरों-फकीरों द्वारा अग्निपर चलना बहुत प्रचलित है। वस्तुतः मानव शरीर बिना जले तथा बिना पीड़ा के एक सैकण्ड के तीसरे हिस्से तक आग सहन कर सकता है। इसी सिद्धान्त का लाभ देते हुए ये फकीर जल्दी-जल्दी के शोलों पर पाँव रखते हुए आग को पार करते हैं। इससे उन्हें कोई परेशानी नहीं होती। इसी प्रकार कई 'साधु' अग्नि की लपटों को हाथ पर रखकर आरती करते हैं तथा बाद में उसे मुँह में डाल लेते हैं। सच्चाई यह है कि इसके लिए वे कपूर के बड़े कपड़े का प्रयोग करते हैं। इसे जलाकर एक सैकण्ड में तीन बार जल्दी-जल्दी हाथ बदलते रहने से न तो हाथ जलता है और उसे जब मुँह में रखा जाता है तो लार मुँह को जलने से बचाता है। टुकड़ा बड़ा होने के कारण यह अंगारे के रूप में नजर आता है। इसी सिद्धान्त के आधार पर कई 'साधु' मशाल से अग्नि स्नान करते हैं।

खाली जग में पानी पैदा करने का भी एक चमत्कार कुछ लोग दिखाते हैं। इसका आधार है बर्तन में दो सतहों का होना है। बर्तनों के तली में छेद होता है। उसे जब अंगुली से बन्द कर दिया जाता है, तो पानी गिरना बन्द हो जाता है। अंगुली हटा लेने पर पानी दोबारा आने लगता है। इसी विधि का प्रयोग

करके केरल में कई 'साधु' लोगों के घरों का जल मन्त्र-शक्ति से आकश मार्ग से 'स्वर्ग' में भेजते हैं तथा देवताओं को आदेश देकर उसे पृथ्वी पर लाकर भक्तों को दु:ख दूर करने का दावा करते हैं। इस प्रकार लोगों को मूर्ख बनाकर अपनी जेबें भरते हैं। इसी प्रकार अस्सी/एक सौ किलोग्राम तक भार अंगुलियों की सहायता से उठाना भी भौतिकी के सिद्धान्त पर आधारित है। मध्य प्रदेश में विमल सागर जैन मुनि ने साड़ी के एक टुकड़े पर मिट्टी की परत पर हवन किया था। बाद में जब उसी साड़ी को निकाला गया तो वह जली बिल्कुल नहीं थी। उस साड़ी का एक-एक टुकड़ा पच्चास-पच्चास हजार रूपयों में भक्तों में बेचा गया था। सत्य यह है कि मिट्टी की परत आग की सारी गर्मी सोख लेती है। इस प्रकार उसके नीचे रखी गई साड़ी जली नहीं थी। एक अन्य चमत्कार में बाल के भीतर पानी सोखे स्पंज का गोला रखकर जटाओं से सरलता से पानी निकाला जा सकता है।

ऐसे चमत्कार वस्तुत: ढोंगी लोगों के 'हाथों की सफाई' हैं। जादूगर ऐसे चमत्कार दिखाते फिरते हैं परन्तु वे ईमानदारी से यह स्वीकारते हैं कि वे विज्ञान व प्राकृतिक व्यवस्था के विपरीत कुछ नहीं कर रहे जबकि दूसरे लोग स्वयं को अलौकिक सिद्धियाँ प्राप्त व्यक्ति घोषित करके दर्शकों को धोखा देते हैं व अन्धविश्वासों को बढ़ावा देते हैं। आवश्यकता है कि वैदिक सिद्धान्तों की तार्किक, दार्शनिक व विज्ञान के दृष्टिकोण से परख की जाए तथा सत्य को ही स्वीकार किया जाए।

– चूना भट्टियाँ, सिटी सैन्टर के निकट,
यमुनानगर (हरियाणा) मो. 09466123677

जो मनुष्य दूसरे का उपकार करता है वह अपना भी उपकार न केवल परिणाम में अपितु उसी कर्म में करता है, क्योंकि अच्छा कर्म करने का भाव ही स्वयं उचित पुरस्कार है। – सेनेका

हंसो और हंसाओ

– रवि शास्त्री, आत्मशुद्धि आश्रम बहादुरगढ़

- पति अपनी सास से बात करता है
  पति आपकी बेटी में तो हजारों करोड़ो कमियां है बिल्कुल बेकार है।
  सास– हां बेटा इसी वजह से तो उसे अच्छा लड़का नहीं मिला।
- गणित के अध्यापक-जब मैं तुम्हारे जितना था तो मेरे गणित की परीक्षा में 100 में से 100 आते थे।
  विद्यार्थी-आते होंगे भाई, आपको कोई अच्छा अध्यापक पढ़ाता होगा।
- माता बेटे से-टीपू सुल्तान कौन था
  बेटा– पता नहीं
  माता-पढ़ाई पर ध्यान दो।
  बेटा– चिंकी आंटी कौन है?
  माता-पता नहीं
  बेटा-पिताजी जी पर ध्यान दो।
- प्रोफेसर-अगर तुम्हें किसी को संतरा देना है तो क्या बोलोगे?
  विद्यार्थी– ये संतरा लो
  प्रोफेसर-नहीं वकील की तरह बोलो
  विद्यार्थी– मैं एतद द्वारा पूरी रूचि व होशो-हवास में और बिना किसी दबाव में आये इस फल जो संतरा कहलाता है जिसपर मैं पूरा मालिकाना हक रखता हूं, को उसके छिलके रस और गुदे सहित आपको देता हूं।
- दारू की वजह से बर्बाद शराबी ने कसम ली और घर से दारू की खाली बोतले फेंकने लगा। पहली फेंकते हुए बोला-तेरी वजह से मेरी नौकरी गई।
  दुसरी फेंकते हुए बोला-तेरी वजह से मेरा घर बिका
  तीसरी फेंकते हुए बोला– तेरी वजह से मेरी बीवी गई
  चौथी उठाई तो वो भरी हुई निकली– तो बोला– तू साईड में हो जा पगली तू तो बेकसूर है।

आर्यसमाज स्थापना दिवस पर विशेष लेख
आर्यसमाज की स्थापना

- गंगा प्रसाद उपाध्याय

स्वामी दयानन्द ने आर्य समाज की स्थापना की। आर्य समाज के कुछ नियम बनाये, और हर सभासद का कर्तव्य हुआ कि उन नियमों का पालन करे। इनके अतिरिक्त कुछ धार्मिक कृत्य नियत किये गये जिनका आर्य समाज के जीवन पर प्रभाव पड़े। इन सब में राष्ट्र निर्माण की कितनी सामग्री थी इसी पर विचार करना है।

हर धर्म प्रकट रूप से मोक्ष का इच्छुक है। मृत्यु के पश्चात् मुक्ति कैसे मिलेगी, हर धर्म में इसके लिए कुछ नियम है। स्वामी दयानन्द ने भी मुक्ति को जीवन का अन्तिम ध्येय माना है, और इसकी प्राप्ति के लिए कुछ सिद्धान्त निश्चित किये हैं, परन्तु स्वामी दयानन्द की शिक्षा और अन्य धर्मों के आचार्यों की शिक्षा में भेद है, प्राय: सब धर्मों की धारणा है कि सांसारिक अभ्युदय मोक्ष की प्राप्ति में बाधक है। दुनिया को छोड़ो और ईश्वर का पल्ला पकड़ो तभी मोक्ष प्राप्त होगा।

गर खुदा स्वामी व ई दुनियाभाए दूँ।
ई खयालस्तो मुहालस्तो जुनूँ॥

(फारसी कवि का एक पद) (यदि ईश्वर की प्राप्ति चाहता है और दुनिया की भी, तो यह चाहना प्रमाद, कल्पना तथा पागलपन है) दुनिया को पकड़ेगा तो खुदा छूटेगा। खुदा को पकड़ेगा तो दुनिया छूटेगी। यदि आध्यात्मिक मुक्ति चाहता है तो सांसारिक उन्नति की परवाह न कर।

स्वामी दयानन्द कहते हैं कि जो शारीरिक दास है और शारीरिक दासता को तोड़ नहीं सकता, वह आध्यात्म स्वातंत्राय (मोक्ष) को प्राप्त नहीं कर सकता। 'मुक्ति' का अर्थ है 'स्वतन्त्रता'। न केवल आध्यात्मिक, अपितु शारीरिक, आर्थिक तथा सामाजिक। इसलिए उन्होंने संध्या में एक मन्त्र रक्खा जिसका एक पद यह है:-

''अदीना: स्याम शरद: शतम्''।

अर्थात् हम सौ वर्ष तक स्वतन्त्रता का जीवन व्यतीत करें। (किसी के गुलाम न रहें)

किसी को हमसे, किसी से हमें खतर न रहे।
गुलाम बनके किसी का कोई वशर न रहे॥

आर्य समाजी जब प्रात: सायं ईश्वर की उपासना करता है तो अपनी प्रार्थना में यह कामना प्रकट करता है कि मैं दीन न रहूँ (स्वतन्त्र रहूँ)। इस संध्या ने आर्य समाजियों की प्रवृति बदल दी। उनके मन में भरी उमंगे पैदा कर दी। उसके मस्तिष्क में भर दिया कि जब तक दूसरी जातियाँ हम पर शासन करती है हमारी आध्यात्मिक मुक्ति केवल धोखा मात्र है। आयु भर दासता में कटी। जी हजूर, जी हजूर करते रहे। एक ग्रास के लिए दूसरों का मुँह तकते रहे। ऐसे गुलाम को मरते ही मुक्ति कैसे मिल सकती है। अन्तिम मुक्ति प्राप्त के लिए जो स्वतन्त्रता के मूल्य की अनुभूति होनी चाहिए। हर एक भौतिक स्वतन्त्रता के लिए भी प्रार्थना होनी चाहिए।

इसका प्रतिफल हम आर्य समाजियों के जीवन में आरंभ से पाते हैं। सत्यार्थ प्रकाश में स्वामी दयानन्द ने इस बात पर खेद प्रकट किया है कि भारतवर्ष विदेशियों का पादाक्रान्त हो रहा है। आर्य समाजी सत्यार्थ प्रकाश को धार्मिक ग्रंथ समझ कर पढ़ते थे। उनके हृदय को चोट लगती थी। वह गुलामी की जंजीर की रगड़ को अपनी गर्दन पर अनुभव करते थे। उसकी पीड़ा से दु:खित होते थे चुपके-चुपके उनके मुँह से चीख निकल जाती थी। वह भजनों में गाया करते थे कि हाय हमारी क्या दशा हो गई। आरंभकाल में आर्य सामाजियों में एक कविता बड़ी प्रिय थी, वह झूम-झूम कर गाया करते थे।

''गंगा उठो कि नींद में सदियां गुजर गई।
देखो तो सोते-सोते यह बरसे किधर गई॥''

यह कविता आर्य सामाजियों के हृदय से निकली थी और उनकी भावनाओं पर प्रकाश डालती थी। दासता की जंजीर थी तो भारत के हर नर नारी के गर्दन में परन्तु इसकी जो कसक आर्य सामाजियों को

थी वह दूसरों को न थी। कुछ लोग तो इस दासता की जंजीर को सम्मान का ताबिज समझते थें अंगरेजों ने हमारे दिल पर अंकित कर दिया था कि ब्रिटिश शासन का प्रसाद बढ़ चढ़ कर है। जैसा उत्तम शासन ब्रिटिश सरकार का है उतना किसी अन्य सरकार का नहीं है।

स्वामी दयानन्द ने सत्यार्थ प्रकाश में एक नई बात लिखी। उन्होंने ब्रिटिश शासन के गुणों की अवहेलना नहीं की। अवहेलना कर भी कैसे सकते थे? ब्रितानिया वालों की बुद्धिमत्ता स्पष्ट थी और यह भी विदित था कि उन्नीसवीं शताब्दी के ब्रिटिश के निवासी स्वतन्त्रता-प्रिय थे। उन्होंने गत चार वर्ष से स्वतन्त्रता के लिए सरतोड़ कोशिश की थी। उन्होंने अपने अत्याचारी राजाओं और जागीरदारों से स्वतन्त्रता को छीना था। उन्होंने धार्मिक नेताओं अर्थात् पोपों और दूसरे पादरियों के अत्याचारों से छुटकारा प्राप्त किया था। इस आन्दोलन में उनको घोर कष्ट उठाने पड़े थे। वह स्वतन्त्रता के मूल्य को समझते थे। परन्तु स्वामी दयानन्द ने कहा कि जैसे तुम अपने स्वतन्त्रता से प्रेम रखते हो उसी प्रकार हम भी अपनी स्वतन्त्रता से प्रेम रखते हैं। हम यह नहीं कहते कि तुम्हारा शासन बुरा है। हमारा यह कहना है कि कोई शासन जो विदेशी जाति का दूसरी जाति के ऊपर है अपने जातीय शासन से अधिक अच्छा नहीं हो सकता। दूसरे का शासन चाहे वह कितना ही अच्छा क्यों न हो अपने शासन अर्थात् 'स्वराज्य' से अधिक अच्छा नहीं हो सकता।

फटे कपड़े गज़ी के इससे हम बेहतर समझते हैं।
अगर उतरा हुआ होवे तने नव्वाब को जोड़ा॥

दूसरों के दिये हुये हलवे से अपनी सूखी रोटी अधिक मूल्यवान, अधिक स्वादिष्ठ और पुष्टि प्रद सिद्ध होती है।

इसलिए हम देखते हैं कि आर्य समाज के नेताओं ने आरम्भ से ही स्वतन्त्रता प्राप्ति के लिए आन्दोलनों का सूत्रपात कर दिया। जब 1885 ई में कांग्रेस की नींव पड़ी तो लाला लाजपत राय, महात्मा मुंशीराम और दूसरे आर्य समाजी नेताओं ने विशेष रूप से भाग लिया। आप उन खुली चिट्ठीयों का अध्ययन करें जो लाला लाजपत राय ने सर सैय्यद अहमद को लिखी थी उनसे आपको विदित होगा कि किस प्रकार मुसलमानों ने कांग्रेस से पृथकता ग्रहण की वे ब्रिटिश सरकार के कृपा पात्र बने रहे और भारत की बेड़ियों को अधिक सुदृढ़ कर सकें। लाला लाजपत राय से सर सैय्यद से अपील की कि वे आने वाली विपत्ति की ओर दृष्टि रक्खें। यदि उनकी यह अपील सफल नहीं हुई परन्तु आर्य समाज की मनोवृति का यह एक सुदृढ़ प्रमाण है कि राष्ट्र के निर्माण की ओर आर्य समाज का विशेष ध्यान था और वह राजनैतिक आवश्यकताओं की ओर से उदासीन न थे।

भारतवर्ष की दासता का आरम्भ भी इसी प्रकार हुआ। दासता की जंजीर अकस्मात् आकाश से नहीं टूट पड़ी। ईश्वर ने यदि भारत वर्ष के लोगों से स्वतन्त्रता छीनी तो अकारण नहीं। इनका एक मूल कारण था। भारतवर्ष का प्राचीन इतिहास इसका साक्षी है। जब तक उन कारणों को दूर न किया जाय जिनकी निमित्त से हमको दासता की जंजीर पहननी पड़ी उस समय तक केवल ऊपरी रीति से स्वतन्त्रता प्राप्ति का प्रयास करना व्यर्थ होगा।

यह बात दूसरे लोगों के मस्तिष्क में न थी। उनकी धारणा थी कि दूसरी जातियों ने अकारण ही आक्रमण करके हमको दास बना लिया है और यदि हम विद्रोह करके उन जातियों को नष्ट कर डालें तो हम स्वतन्त्र हो जायेंगे। परन्तु जब कभी इस प्रकार के बाह्य प्रयत्न किये गये परिणाम यथेष्ट न निकला। हमने एक अत्याचारी का दमन किया तो दूसरे अत्याचारी ने आकर हमारी गर्दन दबोच ली। हम इस प्रयत्न के बाद भी गुलाम ही रहे। यदि कोई घोड़ा शरारत करके अपने स्वामी को गिरा दे और उसके सिर का चकनाचूर कर दे तो वह यह आशा तो नहीं रख सकता कि अब स्वतन्त्र रहूँगा और कोई दूसरा मुझ पर सवारी न करेगा।

स्वामी दयानन्द ने आर्य समाजियों के दिलों में यह बात इतनी बिठा दी थी कि यद्यपि स्वतन्त्रता की उत्कण्ठा सभी को थी फिर भी प्रयत्न के मार्ग अलग-अलग हो गये। आगे चलकर हम देखेंगे कि स्वामी दयानन्द के विचार गलत न थे।

संस्कार

बेटा तुम्हारा इन्टरव्यू लैटर आया है। माँ ने लिफाका हाथ में देते हुए कहा। यह मेरा सातवाँ इन्टरव्यू था। मैं जल्दी से तैयार होकर दिए गए नियत समय 9.00 बजे पहुँच गया। एक घर में ही बनाए गए ऑफिस का गेट खुला ही पड़ा था। मैंने बन्द किया, भीतर गया। सामने बने कमरे में जाने से पहले ही मुझे माँ की कही बात याद आ गई-बेटा भीतर आने से पहले पाँव झाड़ लिया करो। फुट मैट थोड़ा आगे खिसका हुआ था मैंने सही जगह पर पाँव रखा। पाँव पोंछे और भीतर गया।

एक रिसेप्शनिस्ट बैठी हुई थी अपना इंटरव्यू लैटर उसे दिखाया तो उसने सामने सोफे पर बैठकर इंतजार करने के लिए कहा। मैं सोफे पर बैठ गया, उसके तीनों कुशन अस्त व्यस्त पड़े थे आदत के अनुसार उन्हें ठीक किया, कमरे को सुन्दर दिखाने के लिए खिड़की में कुछ गमलों में छोटे-छोटे पौध लगे हुए थे उन्हें देखने लगा। एक गमला कुछ टेढ़ा रखा था, जो गिर भी सकता था। माँ की व्यवस्थित रहने की आदत मुझे यहाँ भी याद आ गई, धीरे से उठाकर उस गमले को ठीक किया।

तभी रिसेप्शनिस्ट ने सीढ़ियों से ऊपर जाने का इशारा किया और कहा तीन नम्बर कमरे में आपका इंटरव्यू है। मैं सीढ़ियाँ चढ़ने लगा देखा दिन में भी दोनों लाइट जल रही हैं ऊपर चढ़कर मैंने दोनों लाइट को बंद कर दिया तीन नम्बर कमरे में गया।

वहाँ दो लोग बैठे थे उन्होंने मुझे सामने कुर्सी पर बैठने का इशारा किया और पूछा तो आप कब ज्वाइन करेंगे मुझे बड़ा आश्चर्य हुआ जी मैं कुछ समझा नहीं इंटरव्यू तो आप ने लिया ही नहीं।

इसमें समझने की क्या बात है हम पूछ रहे हैं कि आप कब ज्वाइन करेंगे? वह तो आप जब कहेंगे मैं ज्वाइन कर लूँगा लेकिन आपने मेरा इंटरव्यू कब लिया वे दोनों सज्जन हँसने लगे।

उन्होंने बताया जब से तुम इस भवन में आए हो तब से तुम्हारा इंटरव्यू चल रहा है, यदि तुम दरवाजा बंद नहीं करते तो तुम्हारे 20 नवम्बर कम हो जाते हैं यदि तुम फुटमेट ठीक नहीं रखते और बिना पाँव पौंछे आ जाते तो फिर 20 नवम्बर कम हो जाते, इसी तरह जब तुमने सोफे पर बैठकर उस पर रखे कुशन को व्यवस्थित किया उसके भी 20 नवम्बर थे और गमले को जो तुमने ठीक किया वह भी तुम्हारे इंटरव्यू का हिस्सा था। अंतिम प्रश्न के रूप में सीढ़ियों की दोनों लाइट जलाकर छोड़ी गई थी और तुमने बंद कर दी जब निश्चय हो गया कि तुम हर काम को व्यवस्थित तरीके से करते हो और इस जॉब के लिए सर्वश्रेष्ठ उम्मीदवार हो, बाहर रिसेप्शनिस्ट से अपना नियुक्ति पत्र ले लो और कल से काम पर लग जाओ।

मुझे रह रह कर माँ और बाबूजी की यह छोटी-छोटी सीखें जो उस समय बहुत बुरी लगती थीं याद आ रही थीं। मैं जल्दी से घर गया माँ के और बाऊजी के पाँव छुए और अपने इस अनूठे इंटरव्यू का पूरा विवरण सुनाया, इसीलिए कहते हैं कि व्यक्ति की प्रथम पाठशाला घर और प्रथम गुरु माता-पिता ही है। - साभार वेद प्रकाश से

कुविचार अन्दर न घुसने दे

नासिका के द्वार पर दो ऋषि रहते हैं-कश्यप और वशिष्ट। कश्यप देखने वाला और वशिष्ट वास देने वाला है। साधारण अज्ञानी मनुष्य जो इन ऋषियों की(द्वार पालों की) इज्जत नहीं करता, उनके प्राणों के साथ जो कुविचार सुविचार अन्दर जाते हैं, वे भी उन से आँखें मून्दे रखते हैं परन्तु जो योगी-अभ्यासी प्रभु का मिलाप चाहने वाला, उनका आदर करता है, उसके अन्दर जब भी प्राण जाता है तो कश्यप ऋषि तलाशी ले लेता है, देख लेता है कि चोर डाकू तो नहीं, ओर कुविचार के शस्त्र तो नहीं ले जा रहा। उसके बाद वशिष्ट उसे वास देता है और अन्दर के कुविचारों (चारों) को वशिष्ट निकालता और कश्यप देखभाल करके बाहिर निकालता है।

- वीतराग महात्मा प्रभुआश्रित जी

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

दान सुची

श्री श्यामलाल जी गुप्ता काष्ठ मण्डी बहादुरगढ़	12000/-
श्री कन्हैयालाल जी आर्य गुरुग्राम हरियाणा	5000/-
श्री ओम प्रकाश जी गुप्ता अशोक विहार, फेस-1, दि.	3100/-
स्व. श्री भीमसैन जी खुल्लर वी.जी.एस.,एम.आई.ई.,ब.गढ़	2100/-
श्रीमती रामदुलारी बंसल वैद्धिक वृद्धाश्राम, बहादुरगढ़	2000/-
श्री पूर्ण सिंह सु. श्री नौरंग सिंह जी, टीकरी कलां दि.	1501/-
श्री पं. रमेश चन्द्र जी वैदिक झज्जर, हरियाणा	1500/-
श्री राजकुमार जी अरोड़ा दयानन्द नगर, बहादुरगढ़	1101/-
श्री ओमप्रकाश जीवन ज्योति होस्पीटल बहादुरगढ़	1100/-
श्री राम प्रताप जी आर्य माल गोदाम रोड नरवाना जींद हरि.	1100/-
श्रीमती शांति देवी निलौठी हरियाणा	1100/-
श्री कर्नल राजेन्द्र जी सहरावत सैक्टर-6, बहादुरगढ़	1100/-
शिव मन्दिर (जलघर) नूना माजरा हरियाणा	1100/-
कुमार नक्ष सुपुत्र श्री वरूण जी राजौरी गार्डन दिल्ली	1100/-
श्री डॉ. मनोज जी आर्य घनौरा टीकरी उत्तर प्रदेश	1100/-
श्री संजीव जी वैद्यवान घनौरा टीकरी उत्तर प्रदेश	1000/-
कुमारी मेद्याली सुपुत्री श्री विजेन्द्र जी पाराशर बहादुरगढ़	1000/-
श्रीमती मायावती जी धर्म स्व. मा. प्रकाशचन्द्र जी आर्य धनौरा टीकरी उत्तर प्रदेश	1000/-
श्री सतीश जी सन्दुजा, धर्मपुरा, बहादुरगढ़	1000/-
श्री जितेन्द्र जी राठी पुराना झज्जर रोड, बहादुरगढ़	606/-
श्री जे.के. अग्रवाल जी एम.आई.ई. फेस-1, बहादुरगढ़	600/-
श्रीमती कृष्णा देवी विवेकानन्द नगर, बहादुरगढ़	500/-
लक्ष्य, आदित्य सुपुत्र श्री सिद्धान्त जी कटारिया नजफगढ़	500/-
श्रीमती शान्ता देवी पंचकुला हरियाणा	500/-
श्रीमती चन्द्रदेवी सन्दुजा, गुरुग्राम हरियाणा	500/-

विविध वस्तुएं

शंटी होटल बहादुरगढ़	30 किलो दाल मिक्स
श्री राजीव जी लाईनपार बहादुरगढ़	50 किलो गेहूं
डॉ. दिव्या सिंह जी दयानन्द नगर बहादुरगढ़	8 कम्बल
श्री मोतीलाल जी शुक्ल नैनपाल मन्दिर टीकरी कलां दिल्ली	7 किलो सरसों का तेल

गौशाला हेतु दान

श्री पूर्ण सिंह जी सु. श्री नौरंग सिंह टीकरी कला दि.	1501/-
श्रीमती मृदुला पुत्र वधु श्री रामचन्द्र जी ढाका जी दयानन्द नगर, बहादुरगढ़	1100/-
श्रीमती शान्ता देवी पंचकुला हरियाणा	1100/-
श्री दीपक जी छिकारा प्रो. श्री चेतराम जी छिकारा माल गोदाम रोड, अग्रवाल कॉलोनी, बहादुरगढ़	551/-
श्री एस.के. अग्रवाल एडवोकेट अग्रवाल कॉलोनी, बहा.	501/-
श्रीमती कान्ता जी पत्नी श्री बिजेन्द्र कुमार जी सुभाष नगर लाईनपार, बहादुरगढ़	501/-
श्रीमती मधु गुलाटी गुरुग्राम हरियाणा	500/-
श्रीमती रमन नरूला जी सैक्टर-6, बहादुरगढ़	500/-
श्री सतीश जी वर्मा ओमैक्स सीटि, बहादुरगढ़	500/-

विशिष्ट भोजन एक समय का

वानप्रस्थी मनुदेव जी वैदिक वृद्धाश्रम बहादुरगढ़

श्री विश्वानाथ जी आर्य अग्रवाल कॉलोनी बहादुरगढ़

श्री जितेन्द्र जी सेखावत सैक्टर-2, बहादुरगढ़

श्री अमन कुमार सुपुत्र श्री पं. सत्यवीर सिंह जी, बहादुरगढ़

श्री सतीश जी सन्दुजा, धर्मपुरा, बहादुरगढ़

आपकी सुविधा हेतु

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

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

मुद्रक व प्रकाशक : स्वामी धर्ममुनि 'दुग्धाहारी', सम्पादक एवं मुख्याधिष्ठाता-आत्मशुद्धि आश्रम बहादुरगढ़, जिला-झज्जर (हरियाणा), पिन-124507 द्वारा मयंक प्रिन्टर्स, 2199/64, नाईवाला, करोल बाग, नई दिल्ली-110005, दूरभाष-41548503, चलभाष-9810580474 से मुद्रित, आत्म-शुद्धि-पथ कार्यालय-आत्मशुद्धि आश्रम से 15 मार्च 2018 को प्रकाशित एवं प्रसारित।

आत्मशुद्धि आश्रम बहादुरगढ़ चलें ओ३म् आत्मशुद्धि आश्रम बहादुरगढ़ चलें

राष्ट्र धर्म व मानवता के सबल रक्षक वेद, यज्ञ योग साधना केन्द्र
आत्मशुद्धि आश्रम की ज्ञानगंगा में स्नान हेतु सात दिवसीय पावन ऊर्जामय

निःशुल्क पुरोहित प्रशिक्षण एवम् आसन व्यायाम प्राणायाम स्वस्थ्य सुधार शिविर

तथा

चतुर्वेद शतकम् बृहद् यज्ञ

सोमवार 26 मार्च 2018 से रविवार 01 अप्रैल 2018 तक

सानिध्यः- **स्वामी धर्ममुनि जी महाराज** (मुख्यअधिष्ठाता आत्मशुद्धि आश्रम, बहादुरगढ़)
पुरोहित प्रशिक्षक एवम् यज्ञ ब्रह्माः-**आचार्य नरेन्द्र मैत्रेये जी**, (रोहिणी दिल्ली)
आसन प्राणायाम प्रशिक्षकः-**आचार्य चांदसिंह योगी**, (आत्मशुद्धि आश्रम बहादुरगढ़)
मुख्य प्रवक्ताः-**स्वामी रामानन्द जी सरस्वती, स्वामी सच्चिदानन्द जी** (फर्रूखनगर आश्रम), **आचार्य खुशी राम जी** (दिल्ली), **आचार्य रवि शास्त्री, प्रवीण शास्त्री** (फर्रूखनगर आश्रम)
भजनोपदेशकः **वानप्रस्थी ओममुनि जी, पंडित रमेश चन्द्र जी वैदिक** (झज्जर), **संगीताचार्यः लक्ष्मण प्रसाद जी, श्री रामानन्द जी और आश्रम के ब्रह्मचारी एवम् कन्या गुरुकुल लौवा कलां की ब्रह्मचारिणियां।**

दिनचर्याः **सोमवार 26 मार्च 2018 को शिविर उद्घाटन सांय 4 बजे। मंगलवार 27 मार्च 2018 प्रातः 5 से 6.30 बजे तक आसन व्यायाम प्राणायाम अभ्यास, 7:00 बजे से 9 बजे तक यज्ञ भजन उपदेश, 9:30 बजे से 12 बजे तक पुरोहित प्रशिक्षण, मध्यांह्नोपरान्त 3 बजे से 4.30 बजे तक पुरोहित प्रशिक्षण, सायं 5 बजे से 7 बजे तक यज्ञ भजन उपदेश, रात्रि मल्टीमीडिया हॉल में धार्मिक फिल्मों का प्रदर्शन।**

नोट- -शिविर मध्य महिलाए भी भाग ले सकती हैं। ❑ शिविरार्थी अपना आवश्यक सामान ऋतु अनुसार बिस्तर एवम् कॉपी, पैन, योगदर्शन, टॉर्च आदि साथ लेकर आए। ❑ भोजन, आवास की व्यवस्था आश्रम की ओर से निःशुल्क रहेगी। ❑ शिविरार्थी आने से पूर्व सूचित अवश्य करें। आश्रम दिल्ली रोड पर बस स्टैण्ड के निकट है।

संयोजकः
राजवीर जी आर्य, मो. 9811778655

निवेदक

सत्यानन्द आर्य
प्रधान ट्रस्ट, 9313923155

दर्शन कुमार अग्निहोत्री
मन्त्री ट्रस्ट, 9810033799

कन्हैयालाल आर्य
उपप्रधान ट्रस्ट, 9911197073

सत्यपाल वत्सार्य
उपमन्त्री ट्रस्ट, 9416055359

विक्रमदेव शास्त्री
व्यवस्थापक आश्रम, 9896578062

आत्मशुद्धि आश्रम, बहादुरगढ़ (पंजीकृत) जिला झज्जर, हरियाणा-124507

आत्म – शुद्धि – पथ मासिक

मार्च 2018

छपी पुस्तक – पत्रिका

एच.ए.आर.एच.आई.एन/2003/9646

पंजीकरण संख्या पी/रोहतक-035/2018-20

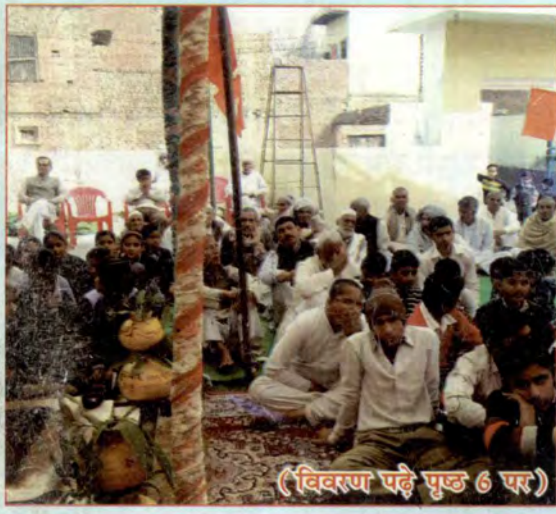
प्रेषक – आत्मशुद्धि आश्रम

बहादुरगढ़, झज्जर (हरियाणा)-124507

सेवा में –

विभिन्न कार्यक्रमों की सुन्दर झलकियां

(विवरण पढ़े पृष्ठ 6 पर)



(विवरण पढ़े पृष्ठ 6 पर)

(विवरण पढ़े पृष्ठ 6 पर)

(विवरण पढ़े पृष्ठ 6 पर)