Date of Publication: 25 April 2018

कमल ज्योति

(मासिक पत्र)

वर्ष-10-11, अंक 3-4, मार्च-अप्रैल 2018 विक्रमी संवत् 2075 सृष्टि संवत् 1960853113, सहयोग राशि: **रोज एक नेक काम अवश्य करें।**

ओ३म्

संस्थापक

स्व. श्री भजनप्रकाश आर्य जी

स्व. श्री ओम प्रकाश हसीजा

संरक्षक

नरेन्द्र आर्य 'सुमन'

चलभाष: 9213402628

प्रधान सम्पादक

आचार्य चन्द्रशेखर शास्त्री

चलभाष : 9810084806

सम्पादक

आचार्य शिव नारायण शास्त्री

चलभाष : 9718194653

दूरभाष : 011-27017780

सहयोगी सम्पादक

प्रिंसीपल हर्ष आर्या

चलभाष : 9999114012

हमारे जीवन-रथ को आगे बढ़ा

इन्द्र प्र णो रथमेव पश्चाच्चित सन्तमद्रिवः।

पुरस्तादेनं मे कृधि॥ - ऋक्. 8.80.4

ऋषिः-**एकद्यूनौंधसः॥** देवता-**इन्द्रः॥** छन्दः-**गायत्री॥**

शब्दार्थ-इन्द्र=हे इन्द्र! अद्रिवः=हे वज्रवाले! नः=हमारे पश्चात् चित् सन्तम्=पीछे भी होते हुए, पिछड़ते भी हुए रथम्=रथ की प्रअव=प्रकृष्टतया रक्षा करो। मे=मेरे एनम्=इस रथ को पुरस्तात्=आगे, आगे बढ़ा हुआ कृधि=कर दो।

विनय-हे इन्द्र! तुम मेरे रथ की रक्षा करो, मेरे पिछड़े हुए जीवन-रथ की रक्षा करो। यह मेरा रथ पिछड़ा हुआ है, इसलिए हे वज्रवाले! तुम इसकी विशेषतया, प्रकृष्टतया रक्षा करो। मैं देख रहा हूँ कि बहुत-से मेरे साथी आगे निकल गये हैं, मेरे देखते-देखते अपने जीवनों को उन्नत बनाकर मुझसे बहुत आगे बढ़ गये हैं। कोई 'धृति' आदि धार्मिक गुणों को अपने जीवन में धारण कर उन्नत हो गया है, कोई 'अभय' आदि दैवी सम्पत् के कारण आगे बढ़ गया है, कोई कठोर 'तपस्या' की शक्ति से विशेष वेगवान् होकर मुझसे आगे निकल गया है, तो कोई विवेक-वैराग्य आदि 'साधनचतुष्टय' की साधना द्वारा मुझसे बहुत ही आगे बढ़ गया है, तथा कोई महान् आत्मा आत्मिक शक्तियों के दिव्य घोड़े पाकर एकदम हम सबका अतिक्रमण करके अग्रणी बन गया है। यह देखो, कर्मशूर, कर्मयोगियों के एक-से-एक बढ़कर रमणीय रथ, ज्ञानियों-योगियों के एक-से-एक तेजस्वी रथ तथा भक्तों-महात्माओं के एक-से-एक दिव्य रथ मुझे पीछे छोड़कर आगे निकलते चले जा रहे हैं, पीछे से आकर भी 'तीव्र-संवेग' के कारण मुझसे आगे निकलते जा रहे हैं। तो हे परमेश्वर! मैं ही कब तक इस तरह पीछे रहता जाऊँगा।? अपनी इस मन्दगति से घिसटता हुआ चलूँगा? तुम्हीं मुझे इस निरन्तर पिछड़ने से बचाओ, इस सतत अवनति से मेरी रक्षा करो। नहीं-नहीं, तुम केवल मुझे इस अवनति से ही नहीं बचाओ किन्तु मेरी उन्नति करो, निरन्तर प्रगति करो। मेरे इस जीवन-रथ को आगे बढ़ाओ, इसमें अपना इन्द्र-बल भरकर इसे अन्य रथों से भी आगे बढ़ाओ।

गतांक से आगे

चिन्ता से चिन्तन और चिन्तन से चिरन्तन की ओर

–आचार्य चन्द्रशेखर शास्त्री

यह बात सत्य है दु:ख जब जाता है तब अच्छा लगता है। सुख जब आता है तब व्यक्ति को बहुत खुशी होती है। एक बार विष्णु के सामने शनि आकर खड़ा हो गया, शनि कहने लगा-महाराज? आप मेरी तारीफ में कुछ कहिए? जबकि आकाश में सब तारों में से मैं बहुत सुन्दर हूँ। विष्णु सोचने लगे कि शनि की मैं कैसे प्रशंसा करूँ? मन में विचार कर रहे थे कि लक्ष्मी आ गयी। लक्ष्मी कहने लगी-हे विष्णु! आप मेरे विषय में दो शब्द कहिए। अब विष्णु धर्मसंकट में पड़ गये। यदि शनि की तारीफ न की तो वह मुझसे नाराज हो जाएगा।

लक्ष्मी की मैंने प्रशंसा नहीं की तो घर में लड़ाई हो जायेगी। विष्णु कुछ कहने ही वाले थे कि शनि कुपित होकर कहने लगा-हे विष्णु! अभी मुझे निर्णय चाहिए कि दुनियां में शनि महान है, या लक्ष्मी। भगवान विष्णु ने लक्ष्मी और शनि से कहा-तुम दोनों सामने जो बरगद का पेड़ लगा है उसे छूकर आओ! फिर मैं निर्णय करूँगा। लक्ष्मी तेज रफ्तार से दौड़कर बरगद के वृक्ष को छूकर वापिस आने लगी। आप जानते ही हैं लक्ष्मी बड़ी चंचल है। कंगाल व्यक्ति को करोड़पति बनाने में देर नहीं लगती।

इधर शनि धीरे-धीरे चल रहा है, अभी वह उस पेड़ तक पहुँच ही नहीं पाया, जबकि लक्ष्मी छूकर वापिस आ रही है। इस दृश्य को देखकर शनि को बहुत गुस्सा आया है, और पीछे मुड़कर शनि विष्णु से कहने लगा-हे विष्णु! जब तक मैं बरगद के वृक्ष को छूकर वापिस न आऊँ, तब तक निर्णय मत सुनाना नहीं तो फैसला एक तरफा हो जायेगा, और लक्ष्मी बाजी मार लेगी। इस बात को सुनकर भगवान विष्णु मन्द-मन्द मुस्करा कर कहते हैं शनि! जहाँ तक तुम पहुँचे हो, वहीं खड़े हो जाओ। अभी मैं निर्णय सुना देता हूँ। भगवान विष्णु बहुत सुन्दर निर्णय देते हैं। लक्ष्मी! तुम आती हुई अच्छी लगती हो। और शनि! तुम जाते हुए अच्छे लगते हो। दु:ख जब जाता है तब व्यक्ति को अच्छा लगता है और सुख आता है तब व्यक्ति को खुशी होती है।

न आदि न अंत-ऐसा है अनन्त

प्रिय आत्मन्! सुख का विपरीत शब्द दु:ख है। लाभ का विपरीत शब्द हानि है, जय का पराजय, संयोग का वियोग आदि शब्द मिल जाते हैं, परन्तु आनन्द का विपरीत शब्द कहीं नहीं मिलता, सुख दु:ख जीव का धर्म है, परन्तु आनन्द परमात्मा का स्वरूप है, वह एक रस है निर्विकार है। सच्चिदानन्द भी वह है। जैसे समुद्र का पानी कहीं से भी ले लो, खारा ही लगेगा। ऐसा नहीं होता कि ऊपर का पानी बहुत खरा है, अन्दर का पानी मीठा है, अपितु सर्वत्र जल खारा ही लगता है। ठीक इसी तरह परमात्मा सदा आनन्द स्वरूप हैं। न वहाँ सुख का कोई लेना देना है, न दु:ख का। भगवान न सुख देता है न दु:ख वह तो आनन्दप्रदाता है। ऐसे आनन्दस्वरूप परमात्मा को जानना चाहते हैं उसका साक्षात्कार करना चाहत हैं तो अहंकार को तजो। बालक के समान निर्विकार, निष्कपट बनो।

एक साधु के पास उसका चिरपरिचित बाल सखा आया। साधु अपने मित्र को देखकर बहुत प्रसन्न हुआ। बीस वर्ष के बाद एक दूसरे से मिल रहे हैं। खुशी क्यों न होगी? साधु की कुटिया में वह रहने लगा। मित्र ने देखा कि एक खूंटी में रेशम के वस्त्र टंगे हुए हैं। मित्र ने पूछ लिया? हे मित्र! ये वस्त्र किसके हैं? आप तो गेरूआ वस्त्र पहनते हैं, ये रेशम का वस्त्र किसके लिए हैं? इसे कौन पहनता है? साधु ने कहा-इस वस्त्र को राजा ने मुझे दिये हैं, वे रेशम के वस्त्र फल फूल लेकर मेरी कुटिया में आये थे। इन वस्त्रों से मुझे कोई आसक्ति नहीं है, यहाँ पड़ा हुआ है, मैं तो इसे नहीं पहनता हूँ। मित्र ने कहा अपने साधु मित्र से-मित्र! मैं इस वस्त्र को पहन लूँ? साधु ने मुस्कराते हुए कहा-यदि आप इस वस्त्र को धारण करते हैं, तो मुझे बहुत खुशी होगी। क्योंकि ये वस्त्र एक मित्र के काम तो आया। रेशमी वस्त्र को धारण करने वाला मित्र अब असली साधु लगने लगा, असली साधु नकली लगने लगा।

व्यवाहारिक जीवन की सच्चाई है कि 'ड्रेस' और 'एड्रेस' का प्रभाव अत्यधिक पड़ता है। कई बार देखा गया है कि गांव में अनपढ़ व्यक्ति तिलक ऊँची, पगड़ी, रूद्राक्ष की माला धारण करके अपने आपको बहुत बड़ा पंडित मनवाने का साहस करता है।

अब असली साधु के मन में ईर्ष्या उत्पन्न हो गई क्योंकि जब दोनों साथ चलते थे लोग रेशमी वस्त्र पहने हुए व्यक्ति को पहले प्रणाम करते, असली साधु को कोई पूछ ही नहीं रहा है। एक दिन असली साधु से किसी ने पूछा-महाराज! आपके साथ जो व्यक्ति है, ये कौन है? साधु ने कहा-है तो ये मेरा मित्र ही परन्तु इसने जो कपड़े पहन रखे हैं, वे मेरे हैं। मित्र को बहुत दु:ख हुआ। इधर साधु की मैं मेरापन खत्म ही नहीं हो रहा। रात्रि को भोजन के समय मित्र ने कहा-हे साधु मित्र! तुम ऐसी बात मत किया करो कि ये मेरे कपड़े हैं। मुझे लज्जा आती है। साधु ने कहा-अब मैं ऐसा नहीं कहूँगा।

धर्म का मर्म

–नरसिंह सोनी

जो धारण किया जावे, वही धर्म। क्या धारण करें? प्रश्न उठता है, वही धारण करें जिससे स्वयं और मनुष्यमात्र का कल्याण हो। मनुस्मृति में धर्म के दस लक्षण बताये हैं। जो मनुष्यमात्र के लिए लाभकारी हैं। धृतिः क्षमा दमोऽस्तेयं शौचमिन्द्रियनिग्रहः। धीर्विद्या सत्यमक्रोधो दशकं धर्म लक्षणम्।।92।।

1. धृति-सदा धैर्य रखना, 2. क्षमा-दुःखों में सहनशीलता, 3. दम-मन को सदा धर्म में प्रवृत्त कर अधर्म से रोकना, 4. अस्तेय-चोरी न करना, 5. शौच-बाहर और भीतर की पवित्रता, 6. इन्द्रिय निग्रह-इन्द्रियों को सदा धर्म में ही चलाना, 7. धीः-सत्संग, योगाभ्यास से बुद्धि बढ़ाना, 8. विद्या-मन वाणी से एक जैसा वर्तना, 9. सत्य-जो पदार्थ जैसा है, उसको वैसा ही समझना, 10. अक्रोध-क्रोधादि दोषों को छोड़ के शान्त्यादि गुणों का ग्रहण करना, ये धर्म के दस लक्षण हैं।

धर्म तो मनुष्यमात्र के लिए एक ही है और ईश्वर भी सभी के लिए एक ही है। इसमें देश काल की कोई सीमा नहीं है। जैसे सूर्य-चन्द्र सभी प्राणी मात्र के लिए एक सी ऊर्जा, गर्मी, प्रकाश देता है। अलग-अलग विचारधाराओं से मत, सम्पद्राय भिन्न हो सकता है, लेकिन धर्म तो सबके लिए एक ही है। धर्म गुण वाचक शब्द है। जैसे अग्नि का धर्म प्रकाश, ताप है। पानी का धर्म शीतलता, स्नेह है। वैसे ही मनुष्य का धर्म प्राणीमात्र के लिए कल्याण का होना चाहिए। मनु महाराज ने भी कहा है-मनुर्भवः। ऐ मनुष्य तू मानव बन। प्राणी मात्र के लिए मनुष्यता का व्यवहार कर, पशुता का नहीं। जो स्वार्थवश अपना अलग धर्म समझ दूसरों को दुःख देते हैं, उनका अहित करते हैं, उनसे प्रभु ईश्वर कभी खुश नहीं रहता। क्योंकि सारा जगत, प्राणी मात्र उसी की रचना है। जहां कहीं भी अलगाव दिखता है, विघटन दिखता है, वह अपनी अलग मान्यता दिखाना, अपने इन्द्रियों के वशीभूत होकर पद, लोभ, स्वार्थ के वशीभूत होकर ही है। वास्तविकता से परे है, सत्यता से परे है।

'धर्म नहीं सिखाता, आपस में वैर रखना' यह उक्ति प्रसिद्ध है। तो फिर धर्म के नाम पर क्यों लड़ाई, दंगे, हिंसा होती है। 'वसुधैव कुटुम्बकम' जब प्रभु, मालिक, ईश्वर का बनाया हुआ, यह संसार एक कुटुम्ब की तरह है। कोई छोटा बड़ा नहीं, सभी के हृदय में एक आत्मा, एक प्रभु का निवास है। तो फिर धर्म के नाम पर क्यों आपस में वैर, हिंसा हो रही है। क्या एक ही धर्म को मानने वाले आपस में नहीं लड़ते हैं। तो फिर अपना धर्म, मत पन्थ फैलाने के नाम पर धन और जन की हानि क्यों करते हैं। जीयो और जीने दो, अपने धर्म के नाम पर हिंसा मानवता पर कलंक है। अपनी उन्नति के साथ दूसरों की उन्नति में भी प्रसन्न रहो, उनसे ईर्ष्या मत करो। यही मानवता है, यही धर्म है। केवल पूजा-पाठ, यज्ञ-हवन, माला-तिलक, वस्त्र पहन लेने का नाम धर्म नहीं है। धर्म को जब तक कर्म में नहीं लायेंगे, जीवन में, व्यवहार में नहीं उतारेंगे, तब तक कोई लाभ नहीं। दिखावा है, आडंबर है। सभी धर्म अच्छे हैं, लेकिन जहां मानवता का ह्रास होता है, उनको छोड़ दो। प्रभु के प्यारे बनो, उसके संदेश को अपनी आत्मा में सुनो। सत्य को जानने, मानने में सदा लगे रहो। इसी में सबकी भलाई है। प्रभु, ईश्वर भी तभी प्रसन्न रहेगा जब हम उसकी आज्ञाओं का पालन करेंगे।

अपने मां-बाप, गुरुजनों की खूब सेवा करोगे। लेकिन उनकी आज्ञाओं का, आदेशों का पालन नहीं करोगे, तो वे क्या तुमझे खुश रहेंगे? वैसे ही तुम ईश्वर, प्रभु, भगवान् की खूब जय-जयकार करोगे, पूजा-पाठ करोगे। लेकिन उनके बतलाए हुए मार्ग पर नहीं चलोगे, तब तक वे तुम्हें शुभ आशीर्वाद कभी नहीं देंगे। यह हमेशा याद रखने की बात है। सच्चे धर्मयुक्त मार्ग पर चलने में ही सबकी भलाई है।

यारो यह जिन्दगी आनी-जानी है।
कर लो नेक कमाई, छोड़ दुराचारी बन जावो सदाचारी।

- डागा, सेठिया गली, बाकानेर (राजस्थान)
- आभार- टंकारा समाचार जून 2007

रक्त दान

कई तरह के दान में एक रक्तदान भी है। रक्तदान एक पुण्य कार्य है। खून देने से कम नहीं होता, फिर बढ़ जाता है। ठीक वैसे ही जैसे हम बाल काटते हैं और फिर बढ़ जाते हैं, हम नाखून काटते हैं और फिर बढ़ जाते हैं। कुए से पानी निकालते हैं और फिर बढ़ जाता है। खून देने से तुम्हारा तो कुछ घटता नहीं है। हां, किसी मरते हुए को नई जिन्दगी जरूर मिल जाती है और फिर यह भी सच है कि जो देह में अनुरक्त है वह रक्त कैसे दे सकता है? रक्त पानी बनें, इससे पहले उससे किसी की जिदंगानी बना दो। नदी का पानी सागर में जाकर खारा हो-इससे पहले इसे खेतों में पहुंचा दो। याद रखें

जीते जी रक्तदान,
जाते जाते देहदान,
जाने के बाद नेत्रदान।

वृद्धावस्था में सुखी कैसे रहें?

संसार में प्रत्येक व्यक्ति सुखी रहना चाहता है और ऐसा होना स्वाभाविक ही है। दु:खों और कष्टों का जीवन कोई नहीं चाहता। यद्यपि यह सत्य है कि इस संसार में जिसने भी जन्म लिया है, उसे सुख और दु:ख दोनों का मिला जुला जीवन जीना पड़ता है। सुख-दु:ख जीवन में आते रहते हैं, सुख तो सभी भोग लेते हैं, किन्तु दु:ख धीरे ही सहते हैं। तात्पर्य यही है कि प्रत्येक मनुष्य को अपने जीवन में सुख और दु:ख दोनों को भोगना आवश्यक होता है। मनुष्य के जीवन की चार अवस्थाओं में अन्तिम अवस्था वृद्धावस्था ही मुख्य रूप से विशेष कष्टप्रद होती है। इसीलिए लोग वृद्धवस्था को भी एक बीमारी मानते हैं। इस अवस्था में शरीर के सभी अंग शिथिल हो जाते हैं। शरीर कमजोर हो जाने पर अनेक रोगों का भी आक्रमण होने लगता है और फिर मनुष्यों को दूसरों के सहारे ही शेष जीवन गुजारने के लिए बाध्य होना पड़ता है। बुढ़ापा कष्टदायी अनुभव होने लगता है। वृद्धावस्था के शारीरिक कष्टों को भोगते समय यदि परिवार के लोगों की उपेक्षा भी सहन करनी पड़े और इसके साथ यदि वह आर्थिक दृष्टि से भी लाचार हो तो फिर उसे मानसिक क्लेश भी होता है जो शारीरिक कष्टों से भी अधिक हो जाता है।

वृद्धावस्था के शारीरिक और मानसिक कष्टों से बचने के लिए प्रत्येक मनुष्य को पूर्व से ही सावधान हो जाना चाहिए ताकि बूढ़ापे को अधिक दु:खदायी होने से बचाया जा सके।

सुखद जीवन का पहला सूत्र है-अपने शरीर को रोगमुक्त रखने का प्रयास करना। अपने जीवन को एक दिनचर्या में ढाल लें। रोगमुक्त रहने के लिए नियमित प्रात:-भ्रमण एवं योगाभ्यास करें। खान-पान पर नियन्त्रण रखें। आचार-विचार को शुद्ध रखें। अनावश्यक एवं स्वास्थ्य के लिए प्रतिकूल पदार्थों के सेवन से परहेज करें। यह ख्याल रखें कि बच्चों की पूरी जिम्मेदारी देने के समय अपनी हैसियत के अनुसार अपने लिए कुछ धन सुरक्षित कर लें और अपनी आवश्यकताओं को यथासम्भव सीमित कर लें। चिन्ता करना बन्द कर दें। चिन्ता हमेशा काल्पनिक होती है। अपनी चिन्ता को चिन्तन में बदल दें। यह ध्यान रखें कि चिता तो एक बार जलाकर अपना अस्तित्व समाप्त कर देती है, लेकिन चिन्ताएं तब तक जलाती रहती हैं जब तक आप जीवित रहेंगे। चेहरे पर हमेशा हंसी, खुशी एवं प्रसन्नता रखें तो चिन्ताएं अपने-आप दूर हो जाएगी, ठीक उसी प्रकार जैसे प्रकाश के आने पर अंधेरा अपने-आप चला जाता है। अंधेरे को भगाना नहीं पड़ता। अपने को निराशा, उदासी, हताशा से दूर रेखें।

अपनी दिनचर्या में अपने को व्यस्त रखें यह ध्यान रखें कि आलसी जीवन भी शरीर को रोगी बना देता है। वृद्धावस्था में व्यस्त रहने के लिए पढ़ने का अभ्यास डाल लें। किसी सेवा संस्था के सेवाकार्यो में अपनी सेवाएं दें। इस भावना से सेवाकार्य करेंगे तो सेवा भी पूजा हो जाएगी। अपने बच्चों एवं परिवार को उनके काम में पूरा सहयोग दें। उनको यह अनुभव न होने दें कि आप उनके लिए भार-स्वरूप हैं। किसी काम में बच्चों को आपकी आवश्यकता हो तो पूरा सहयोग करें। बच्चों की मानसिकता का पूरा ख्याल रखें।

बच्चों के कर्त्तव्य को वृद्ध अपना अधिकार न समझ लें। वृद्ध ऐसी गलती करेंगे तो उनका जीवन अशान्त हो जाएगा। वृद्धावस्था में अध्यात्म की ओर मुड़ जाएं। धर्मशास्त्रों का अध्ययन करें। सन्त महात्माओं का सत्संग करें। उनकी कथाओं का श्रवण करें, बड़ी शान्ति मिलेगी, परिवार में आदर बढ़ेगा। ऐसा कोई काम न करें कि बच्चों से अपमानित होना पड़े। ध्यान रखें कि अप्रिय वचन सुनना बड़ा कष्टकारक होता है। बाहरी कोई व्यक्ति अगर अपमानित कर दें तो ज्यादा कष्टकारक नहीं होता, लेकिन अपने ही बच्चों द्वारा अपमानित होना बड़ा कष्टकारक हो जाता है। अत: वृद्धजनों को ही परिवार के सभी सदस्यों की भावनाओं से तालमेल बैठाना होता ताकि अप्रिय वचन न सुनना पड़े। साथ रहने के लिए आवश्यक है कि एक-दूसरे की कमी-कमजोरियों का निर्वाह करते चले एवं एक-दूसरे की अच्छाइयों को लेकर आगे बढ़ें। आप यह मानकर चलें कि प्रत्येक व्यक्ति में अच्छाइयां एवं कमियां होती हैं। ऐसा भी नहीं होता कि हमेशा आप ही सही होते हैं। अत: दूसरों के विचारों एवं भावनाओं का भी आदर करना चाहिए।

सदैव प्रसन्न रहें। खूब हंसें और दूसरों को भी हंसाएं-इसमें आपका कुछ भी तो खर्च नहीं होता। आपको मानसिक शान्ति मिलेगी। तनाव दूर होगा। आपके शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य में भी आश्चर्यजनक सुधार होगा। इच्छाओं का कम करना तो प्रत्येक व्यक्ति के लिए अच्छा होता है। सन्तोष धारण करना चाहिए। सन्तोषी व्यक्ति सदैव सुखी रहता है। यदि आप परिवार के साथ रहते हैं तो आप अपने को भाग्यशाली समझे। केवल एक बात का ध्यान रखें-बेटों, बहुओं की आलोचना-निन्दा बिल्कुल न करें। बच्चों के साथ प्रसन्नतापूर्वक रहने का सुख कम नहीं होता। पारिवारिक कार्यो में सहायक बनें। हां, एक बात का ध्यान रखें-क्रोध कभी न करें। और सहनशील बने। कमाऊ व्यक्ति का क्रोध परिवार के सदस्य सहन भी कर लेते हैं, परन्तु अब आप कमाऊ नहीं है, इसलिए

आपका क्रोध कोई क्यों सहन करेगा? क्रोध करना तो किसी प्रकार भी उचित नहीं माना जाता।

अतीत की अप्रिय घटनाओं अथवा दु:खद क्षणों को भूलना प्रत्येक व्यक्ति के लिए अच्छा होता है। बीती हुई दु:खद बातों को मन में गांठ बांधकर रखना स्वास्थ्य के लिए घातक हो सकता है। कहा गया है-बीती ताहि बिसारि दे, आगे की सुधि लेय।। यदि बेटा-बहू महत्वपूर्ण समस्याओं पर निर्णय लेते समय आपसे परामर्श लेने की आवश्यकता न समझें। तो आप बुरा न मानें। हो सकता है वे आपको चिन्ता में न डालना चाह रहे हो। यदि कभी आपकों अप्रिय कटु एवं व्यग्यात्मक वाणी भी सुनने को मिले तो उस पर भी ध्यान न दीजिए बल्कि उस स्थान को छोड़ एकान्त में जाकर प्रभु का जप करें। यदि आपको समय पर जलपान उपलब्ध न हो सके अथवा भोजन भी आपकी रूचि और स्वास्थ्य के प्रतिकूल हो तो भी कुछ न कहिए, उसे प्रभु का प्रसाद समझकर प्रसन्नता के साथ ग्रहण कीजिए। उक्त अवसरों पर अपनी सहनशीलता की शक्ति का परिचय दीजिए।

वृद्धावस्था में अकेले रहने की गलती न कीजियेगा। अकेला रहने वाला व्यक्ति तनावपूर्ण जीवन जीता है, वह अनेक बीमारितयों का शिकर बन जाता है। सुरक्षा की दृष्टि से भी अकेला रहना ठीक नहीं है।

जीने की रीति : युनान के प्रसिद्ध दार्शनिक सुकरात भ्रमण करते हुए एक शहर में पहुंचें। वहां उनकी यह वृद्ध व्यक्ति से भेंट हुई।

सुकरात ने पूछा-इस वृद्धावस्था में आपका जीवन कैसे चल रहा है?

वृद्ध मुसकराकर बोला-मैं अपना पारिवारिक उत्तरदायित्व अपने समर्थ पुत्रों को देकर निश्चिन्त हूं वे जो कहते हैं कर देता हूं, जो खिलाते हैं खा लेता हूं और अपने पौत्र-पौत्रियों के साथ हंसता-खेलता रहता हूं। बच्चे कुछ भूल करते हैं, मैं चुप रहता हूं। मैं उनके किसी कार्य में बाधक नहीं बनता। जब कभी वे परामर्श लेने आते हैं, मैं अपने जीवन के अनुभवों को उनके सामने रख देते हूं। वे मेरी सलाह पर कितना चलते हैं यह देखना मेरा काम नहीं हे। यह आग्रह नहीं कि मेरे निर्देशों पर चले। यदि फिर भी भूल करते हैं तो मैं चिंतित नहीं होता। हां, यदि वे पुन: मेरे पास आते हैं तो भी मैं क्रुध नहीं होता बल्कि अपनी सलाह देकर उन्हें विदा करता हूं।

वृद्ध की बात सुनकर सुकरात बहुत प्रसन्न हुए और बोले-इस आयु में जीवन कैसे जीया जाए यह आपने बहुत अच्छी तरह से समझ लिया है।

अन्त में परमात्मा की शरण में जाना ही सर्वोत्तम होता है। ईश्वर जो कुछ करता है, वह आपके कल्याण के लिए ही होता है। हमेशा यही सोचना चाहिए कि जो कुछ घटित हुआ है अथवा हो रहा है उसमें ईश्वर का विधान है, ऐसा मानने से मन चिन्ता, तनाव और असन्तोष से मुक्त रहेगा।

जन सेवा संस्थान के सिद्धांत (मानव सेवा संघ)

1. यदि सुखी रहना चाहते हो तो सदैव दूसरों को सुख दो।
2. कार्य उसी का पूरा होता है जो दूसरों के काम आता है।
3. निकटवर्ती जन समाज की यथा शक्ति, क्रियात्मक रूप में सेवा करना। मो-**9416057057, 9896014651, 235375**

– आभार आत्मशुद्धि पथ जनवरी 2011

सच्चा गुरु

चाणक्य ने जब पहली बार चन्द्रगुप्त को देखा उस समय चन्द्रगुप्त धनुष-बाण हाथ में लेकर निशाना लगा रहा था। उस समय वह छोटा बालक था। वह रोज बाण छोड़ता था। पर, लक्ष्य तक कोई भी बाण नहीं पहुंचता था।

चाणक्य ने बच्चे से पूछा ''किसी से सीखा है धनुष चलाना?'' चन्द्रगुप्त ने कहा, ''मैंने किसी से कुछ नहीं सीखा। लेकिन मैं जानना चाहता हूँ कि यह तीर लक्ष्य तक कैसे पहुंचता है।'' चाणक्य ने कहा-''पहले एकाग्रता धारण करना। धनुष की डोरी को कान तक खींचना और तीर छोड़ते समय सांस रोक लेना। जो लक्ष्य है, बस वही दिखाई देना चाहिए।'' बालक चन्द्रगुप्त ने वैसा ही किया। इस बात तीर लक्ष्य पर लगा। तब बालक बोला ''आप हैं कौन? कोई राजा या कोई भगवान्! मैं तो कई दिनों से कोशिश कर रहा था, पर बात नहीं बन पा रही थी। आपने तो मेरे मन की बात पूरी कर दी। चाणक्य ने कहा, ''न हम राजा हैं, न हम भगवान्! लेकिन एक बात हमें आती है। किसी को राजा बनाना हो तो हम उसे राजा बना सकते हैं।'' बालक ने पूछा ''आप गुरु है क्या?'' इस पर चाणक्य मुस्कुराये। बच्चे ने कहा वह उनके साथ चलना चाहता हैं। बालक ने चाणक्य की ऊंगली थाम ली। बच्चे ने चाणक्य की ऐसी ऊंगली पकड़ी थाम ली। बच्चे ने चाणक्य की ऐसी ऊँगली पकड़ी कि 'चन्द्रगुप्त' सम्राट बनकर ही रहा। चन्द्रगुप्त में जो तेजस्विता थी उसको एक दिशा मिल गई। क्योंकि हाथ पकड़ने वाला गुरु आ गया था। गुरु इतना ही करता है कि शिष्य के स्वरूप को उसके सामने रख कर उसे अवगत कराता है कि तुम कौन हो? तुम्हारे जीवन का लक्ष्य क्या है? अपने आपको पहचानो।

''जिसे गुरु का अनुग्रह मिला हो, गुरु सेवा का परमानन्द का जिसने भोग किया हो, वही उसकी माधुरी जान सकता है।''

अच्छे स्वास्थ्य के छः राज

–श्री जयप्रकाश

1. हवा: अच्छे स्वास्थ्य के लिए ऑक्सीजन बहुत जरूरी है। जो लोग मुँह ढक्कर सोते हैं तो कार्बन डाई-ऑक्साइड लेते हैं और बीमार पड़ते है। रात में सोते समय खिड़की खोलकर सोएं ताकि साफ हवा आए व गंदी हवा बाहर जा सके। इससे शरीर में स्फूर्ति, ताजगी आती है।

2. पानी: शरीर को पानी की बहुत जरूरत है। ठण्ड के दिनों में कम से कम 5 गिलास व गर्मियों में कम से कम 10 से 15 गिलास पानी जरूर पीना चाहिए। भोजन के साथ पानी पीना जहर के समान है। लेकिन एक घंटे बाद पानी पीना अमृत के समान है। सुबह उठकर एक बोतल पानी पीने से कब्ज दूर होता है। इसे उषापान कहते हैं।

3. दूध: रात्रि भोजन के एक घण्टे बाद पानी पीना बहुत लाभकारी है। अनेक लोग उस समय दूध पीते हैं वह गलत है और रोगी बनाता है। पुराने जमाने में लोग जल्दी संध्या काल भोजन करते थे। कड़ी मेहनत करते थे। इसलिए जल्दी पच जाता था और सोने के लिए जाते समय तक खाना पच जाता था। दूध पीते थे तो चल जाता था। आजकल लोग देर से खाते हैं। फिर एक घण्टे बाद दूध पीते हैं। दूध लाभकारी है। इसे नाश्ते में लें। इसे दही बनाकर दिन के भोजन के साथ लें। छाछ के रूप में घूँट-घूँट करके ले सकते हैं। दूध स्वास्थ्य के लिए लाभकारी है।

4. गुड़: गुड़ हमारे शरीर के लिए बहुत लाभदायक हैं गुड़ खून साफ करता है। शरीर को ऊर्जा मिलती है। चीनी सफेद जहर है।

5. सलाद/हरी सब्जियाँ/अंकुरित अन्न: मौसम के अनुसार सलाद जैसे, गाजर, खीरा, ककड़ी, टमाटर, मूली, चुकंदर, गोभी आदि खाना स्वास्थ्य के लिए बहुत अच्छा है। इससे पेट ठीक रहता है। अंकुरित मूंग, चना, मसूर, मूंगफली के दाने आदि भी शरीर की शक्ति को बढ़ाते हैं। अनाज को 8 घंटे तक पानी में भिगोकर रखने से अंकुरित तैयार हो जाएगा। उसका प्रयोग आहार के रूप में करें। अंकुरित स्वास्थ्य के लिए अमृत के समान है।

6. हँसना: हँसने से पेट तथा शरीर में कंपन होता है एवं रोग ठीक होते हैं तथा भोजन जल्दी पचता है। मुस्कुराने की आदत भी बनाओ। इससे आपके दोस्त बढ़ेंगे एवम् स्वास्थ्य बढ़ेगा। आपके चेहरे की सुन्दरता भी बढ़ेगी।

सदाचरण ही मनुष्य को महान् बनाता है

इन दिनों हर आदमी अपने एक खालीपन, एक खोखलापन, एक अतृप्ति महसूस करने लगा है। जैसे कुछ है, जो उसके पास नहीं है और जिसके बिना वह बेचैन है। उसने भौतिक संपदा तो अर्जित की है। वह सुबह से शाम तक टी.वी. चैनलों पर रामकथा, प्रवचन और भागवत् सुनता है, लेकिन उसे अपने आप में, अपने आसपास की परिस्थितियों में कोई परिवर्तन दिखाई नहीं देता। वह धार्मिक कार्यक्रमों में भाग लेकर यह दिखाना तो चाहता है कि वह भी धार्मिक है, लेकिन आचरण में कुछ भी नहीं लाना चाहता। धार्मिक सभाओं में अत्यधिक भीड़ इसी का उदाहरण है। हमारी कथनी और करनी में बहुत फर्क हैं रामकथा सुनने वाले न जाने कितने लोग अपने भाईयों के साथ धोखेबाजी कर रहे हैं, सीता के चरित्र को सुनने वाली न जाने कितनी स्त्रियाँ ऐसी हैं जो परपुरुष का आकर्षण नहीं छोड़ पाती। राम के एक पत्नीव्रत का पालन भी आज कितने पुरुष कर रहे हैं? हमारे जीवन में सदाचार का अभाव दिखता है। तो, सदाचरण हमारे जीवन में कैसे उतरे? द्रोणाचार्य ने कौरव तथा पांडव दोनों को ही 'सत्यं वद' का पाठ याद करने को दिया। दूसरे दिन युधिष्ठिर को छोड़कर सब ने पाठ रट कर सुना दिया। चार दिन गुजरने के बाद जब युधिष्ठिर ने यह पाठ सुनाया तो द्रोणाचार्य ने आश्चर्यचकित होकर पूछा-युधिष्ठिर, ये दो शब्द याद करने में तुम्हें इतना समय कैसे लगा? युधिष्ठिर ने उत्तर दिया-गुरु जी, ये दो शब्द जीवन में उतारने अत्यधिक कष्टकारक हैं, मैं चार दिन तक सत्य बोलने का अभ्यास करता रहा और जब मुझे लगा कि सत्य मेरे जीवन का हिस्सा बन चुका है, तभी मैंने आपको यह पाठ सुनाया है।

कुछ लोग अपनी दिनचर्या में गीता, रामायण, भागवत्, बाइबल, कुरान या गुरु ग्रंथ साहब के पाठ का नियम बना लेते हैं, लेकिन वे यह चिंतन कभी नहीं करते कि अगर रामायण, गीता, बाइबल या कुरान शरीफ हमारे जीवन में नहीं उतरी तो क्या लाभ। सदाचार को जीवन में उतारना असंभव तो नहीं, कठिन अवश्य है। अगर कोई प्रयास करे तो धीरे-धीरे अपने व्यक्तित्व को ऐसा बना सकता है जो दूसरों के लिए भी अनुकरणीय हो। मनुष्य धीरे-धीरे प्रयास करे कि वाणी पर संयम करना है और यह तभी होगा जब मनुष्य मितभाषी तथा मृदुभाषी बनेगा। मृदुभाषिता मनुष्य को औरों से अलग करती है। कुछ लोग कहते हैं कि अगर झूठ नहीं बोलें, बेईमानी न करें तो आज के युग में अपने परिवार का भरण पोषण भी नहीं कर सकते। इसका तात्पर्य तो यह हुआ कि अच्छाई ने बुराई के आगे घुटने टेक दिए। झूठ अगर ऐसे अवसर पर बोला जाए जिससे किसी का भला हो रहा हो तब तो ठीक है, लेकिन कुछ लोग ऐसे अवसरों पर भी झूठ बोलते देखे जाते हैं, जिससे किसी का न तो लाभ हो रहा है न ही कुछ प्राप्त हो रहा है। चूंकि झूठ बोलना उनके आचरण का हिस्सा बन चुका है। इसलिए झूठ बोले जा रहे हैं।

–रेखा दीक्षित

- आभार आत्मशुद्धि पथ

ग्रीष्म-ऋतु में आहार विहार

–आयुष्मान

ग्रीष्म-ऋतु याने गर्मी का मौसम। अंग्रेजी महीनों के अनुसार पन्द्रह मार्च से पन्द्रह जून तक के समय को हम गर्मी का मौसम कह सकते हैं। पन्द्रह जून के पश्चात् वर्षा-ऋतु का आगमन हो जाता है। समुद्री किनारों के शहरों में पन्द्रह जून तथा मध्यवर्ती क्षेत्र में उसके 8-10 दिवस के अंदर मानसून की कृपा से वर्षा-ऋतु का प्रारंभ हो जाता है। हिन्दी महीनों के अनुसार ज्येष्ठ एवं आषाढ़ के दो महीने ग्रीम-ऋतु के होते हैं। गर्मी की ऋतु में भगवान सूर्य उत्तरायण होते हैं तथा यह समय आदान काल होता है। आदान काल होने से सूर्य किरणों में तीव्र उष्णता रहती है। किरणें तीक्ष्ण (तेज) एवं उष्ण (गरम) होने के कारण वायुमण्डल में भी गर्मी बढ़ जाती है, जो देहधारियों के लिए अहसनीय होती है। सूर्य किरणों के तेज से वायुमण्डल की हवा गरम हो जाती है। नदी-नालों, कुओं, तालाबों का पानी सूखने लगता है। वृक्षों के पते सूखकर गिर जाते हैं, जिससे राह चलते यात्रियों को छाया नसीब नहीं होती। वातावरण में चारों तरफ गरमी बढ़ जाती है। गर्मी बढ़ने के कारण आकाश, धरती, दिशाएं सब गर्म हो जाते हैं। दिन में गर्म हवा के थपेड़े (लू) चलते हैं। लू चलने से पशु, पक्षी और मनुष्यों के शरीर में दाह (जलन) होने लगती है। इस जलन से शांति पाने के लिए सबको पानी की आवश्यकता होती है।

ग्रीष्म-ऋतु में मिट्टी के नये बर्तनों में रखे हुए मनपसंद, सुगंधित तथा शक्कर मिलाये हुए ठंडे पानक (शर्बत), मीठे, ठंडे तरल अन्न, पुराने चावल, दूध घी, द्राक्षा, खजूर, नारियल का पानी, ताड़ वृक्ष के पत्ते से बने हुए पंखों या खस के पंखों की वायु का सेवन ठंडक पहुंचाता है तथा गर्मी से राहत मिलती है।

आजकल लोग कूलर, फ्रिज तथा एयर कंडीशनर का अधिकाधिक प्रयोग करने लगे हैं, किन्तु इन सभी उपकरणों का स्वास्थ्य पर अच्छा प्रभाव नहीं होता है। कूलर तथा एयर कंडीशनर के अधिकाधिक प्रयोग से सिर में दर्द, जुकाम, अंगमर्द तथा अन्य वातज विकार उत्पन्न होते हैं। वातविकार से पीड़ित व्यक्तियों को तो आवश्यकता पड़ने पर इनका न्यूनतम प्रयोग करना चाहिए।

फ्रिज के रखे हुए ठंडे पदार्थो का सेवन करना भी अत्यंत हानिकारक है। फ्रिज के पदार्थो का सेवन करने के पहले उसे कुछ देर तक बाहर निकालकर रखें तथा बाहर के तापमान में समाहित होने के पश्चात ही फ्रिज की वस्तुओं का सेवन करें।

गर्मी के मौसम में लोग प्राय: शीतल पेयों (कोल्ड ड्रिंक्स) का उपयोग करते हैं, जिनमें विभिन्न रासायानिक द्रव्य मिले होते हैं, जो स्वास्थ्य के लिए अत्यंत घातक होते हैं। इन रसायन युक्त शीतल पेयों के सेवन से कई प्रकार के पेट के रोग उत्पन्न होने की आशंका रहती है। गर्मी की ऋतु में खाली पेट मठे का सेवन अत्यंत हितकारी है। इससे प्यास अधिक नहीं लगती तथा लू लगने का भय भी नहीं रहता। इस ऋतु में स्नान अवश्य करना चाहिए। दिन में प्रात:काल स्नान करें तथा अपने स्वास्थ्य को देखते हुए आवश्यकतानुसार रात्रि में भी स्नान करें। इस ऋतु में ठंडे पानी से स्नान करने से शरीर और मन दोनों को शीतलता प्राप्त होती है। दिन में घर से बाहर जाते समय टोपी (केप), चश्मा, पैरों में जूते, चप्पल आदि का उपयोग अवश्य करें। कानों को कपड़े से बांध कर रखें इससे लू के थपेड़ों से बचाव होता है। बड़े-बूढ़ लोग आज भी बाहर जाते समय छाते का प्रयोग करते हैं।

राह चलते पसीना अधिक निकलने पर पसीना सूखने के बाद ही पानी पीना चाहिए। उसी तरह नहाने के पहले भी पसीना सूख जाने दें। पसीना निकलते रहने पर तुरंत, पंखे की हवा नहीं लेनी चाहिए। पहले पसीने को अच्छी तरह कपड़े से पोंछ लें, उसके बाद ही पंखे का प्रयोग करें। पसीना निकलते रहने पर पंखे, कूलर ही हवा लेने से पसीना सूख जाता है जिससे विभिन्न चर्मरोग उत्पन्न हो सकते हैं।

कूलर अथवा वातानूकूलित कमरे से निकलकर तत्काल ही बाहर धूप में न जाएं तथा इसी तरह धूप से आने के बाद तुरंत ही कूलरयुक्त अथवा वातानुकूलित कमरे में प्रवेश न करें। स्नान के बाद चंदन, अगरू आदि सुगंधित द्रव्यों का शरीर पर लेप करने से उष्णता, दाह, घमौरियां एवं पसीने से बचाव होता है। आजकल कई तरह के टेलकम पावडर तथा डिओडरेंट का प्रयोग स्नान के बाद शरीर पर छिड़काव के लिए किया जाता है, चेहरे पर कई तरह के क्रीम मले जाते हैं, इस सबसे त्वचा की प्राकृतिक घटा नष्ट होती है तथा कई व्यक्तियों को त्वचा की एलर्जी (अनूर्जता) जन्य चर्मरोग भी हो जाते हैं। सुगंधित रासायनिक द्रव्यों की एलर्जी से प्रतिश्याय, शिथिलता आदि विकार भी उत्पन्न हो जाते हैं।

ग्रीष्म-ऋतु में हमेशा ताजा और स्वच्छ भोजन ग्रहण करें। जहां तक संभव हो तरल पदार्थ अधिक मात्रा में सेवन करें। संतरा, अंगूर, मौसम्मी, आम, नींबू आदि फलों का रस,

अन्नानास, पपीता, तरबूज, खरबूज, लीची, ककड़ी, आंवला आदि फलों को अधिक मात्रा में लें। साधारणयता जो व्यक्ति फलाहार का खर्च नहीं उठा सकते, उन्हें पुराना चावल, मूंग की दाल, लौकी, पालक, बथुआ, पपीता, ककड़ी, गेहूं की चपाती, परवल, चौलाई, भिण्डी, प्याज आदि का प्रयोग करना चाहिए। अधिक मिर्च-मसालेदार, अधिक खट्टे, तेल अथवा घी के तले हुए पदार्थ तथा गरिष्ठ आहार हलवा, पूड़ी, दूध खोये के बने हुए पदार्थो का सीमित मात्रा में ही प्रयोग करें।

कुल्फी, आइसक्रीम तथा बर्फ की बनी हुई वस्तुओं का भी सीमित प्रयोग ही इस ऋतु में श्रेयस्कर है। गेहूं, चना, जौ और चावल आदि धान्य को भांड में भूनकर तथा चक्की में पीसकर सत्तू बनाया जाता है। इनमें चने का सत्तू गर्मी में अत्यंत शीतलता प्रदान करता है।

सत्तू को पानी में घोलकर मन्थ बनाया जाता है, यह मन्थ सत्तू की अपेक्षा अधिक शीतल और तृप्तिकारक होता है। सत्तू में इच्छानुसार शक्कर या नमक मिला सकते हैं। गर्मी में सत्तू अथवा मन्थ का आहार में प्रयोग अवश्य करना चाहिए। इस ऋतु में शराब, तम्बाकू, चरस, गांजा, भांग, अफीम, नशीले ड्रग्स (स्मैक, हेरोइन), कोदो धान्य, कुलथी, उड़द तथा पिट्ठी के बने हुए पदार्थ, अंडे, सूखे साग तथा मांसाहार वर्जित है। गर्मी में प्याज का प्रयोग साग, सब्जी में अवश्य करें।

कच्चे आमों को भूनकर उसका पानक (पना) तैयार कर आहार में शामिल करें। यह आम का पानक भी मन एवं शरीर को शीतल रखता है, लू से बचाता है तथा तृप्तिकारक है।

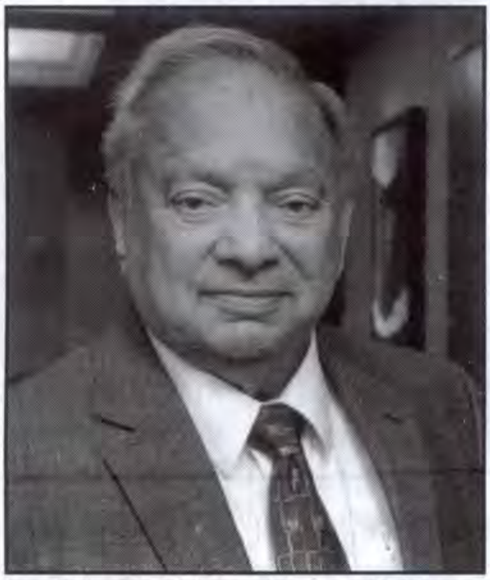
इस ऋतु में मैथुन वर्जित है, क्योंकि मैथुन से शरीर में गरमी बढ़ती है अत: ग्रीष्म-ऋतु में मैथुन क्रिया में संयम बरतना चाहिए। उपरोक्तनुसार आहा-विहार का पालन करना। आप सूखपूर्वक गर्मी की ऋतु व्यतीत कर सकते हैं।

महान आत्माएं फल वाले वृक्ष के समान होती हैं, जो स्वयं कड़कती धूप में रह कर दूसरों को शीतल छाया तो प्रदान करते ही हैं और साथ ही अपने स्वादिष्ट तथा मीठे फल दूसरों को खिलाकर उनकी क्षुधा तृप्त भी करती हैं। ठीक इसी स्वभाव के थे-श्री संत अरोड़ा

सब की प्रेरणा स्रोत, मार्ग दर्शक, आदर्श एवं त्याग और तपस्या की प्रतिमूर्ति

पुण्यात्मा श्री संत अरोड़ा

सरल, सरस, सहृदय, परोपकारी, दानी, ईश्वर भक्त, स्व. श्री संत अरोड़ा जी को शत्-शत् नमन।



जीवन के हर क्षण में आपके द्वारा दिखाया गया सच्चाई, कर्त्तव्य, अनुशासन एवं निष्ठा का मार्ग हमें हमेशा सही दिशा में बढ़ने की प्रेरणा देता रहेगा।

01.01.1933–10.04.2018

परमपिता परमात्मा आपकी आत्मा को शान्ति प्रदान करें।

❑ अरोड़ा परिवार ❑ आर्य परिवार ❑ टुटेजा परिवार ❑ कटारिया परिवार

माता कमला आर्या स्मारक ट्रस्ट एवं 'कमल ज्योति' परिवार के सभी सदस्य

आत्मा की शिक्षा

–बालकृष्ण विरमानी

एक दिन स्वामी विवेकानन्द कलकत्ता नगर के एक कन्या विद्यालय में आए। वहां की अध्यापिकायें इनके चरणों में बैठी सत्संग का आनन्द प्राप्त कर रही थीं। बात चलते-चलते निकल पड़ी शिक्षा पर। शिक्षा क्या है? बच्चों में हम क्या विकसित करें? सभी का उत्तर भिन्न था। समाधान के लिए सभी स्वामी जी का मुँह ताकने लगीं। स्वामी जी ने कहा, ''सुनो एक कहानी सुनाता हूँ।''

''यूनान का सम्राट सिकन्दर देशों व जातियों को रौंदता हुआ भारत आ पहुँचा। चलते समय अपने गुरु अरस्तु से आशीर्वाद भी माँगा था। अरस्तू, जो एक प्रसिद्ध दार्शनिक थे उन्होंने अपने शिष्य से कहा था, यदि तुम भारत विजय कर के लौटा तो मेरे लिए तीन अमूल्य वस्तुएँ लेते आना। वह तीनों चीजें अपने में विलक्षण थीं। भारत क बाहर उन्हें पाना दुर्लभ था। भारत में आते ही इस विदेशी सम्राट को लेने के देने पड़ गए। विवश होकर वापिस लौटना पड़ा। हताश, निराश, ध्वस्त और परास्त होकर वापसी यात्रा में उसे गुरु के शब्द याद आये। सिकन्दर ने अपने सेनापति को आदेश दिया 'जाओ एक भारतीय संन्यासी को ले आओ' आदेश पाते ही सेनापति जंगल की ओर चल पड़ा। निकट के वन में एक विद्वान संन्यासी रहते थे। संन्यासी के पास पहुँच कर सेनापति ने अकड़ कर कहा, 'ओ साधु, तुम्हें सम्राट ने अपनी सेवा में बुलाया है' साधु जोर से हँसा फिर पूछा, 'तुम कौन हो, कहाँ से आये हो, कौन है वह सम्राट? सब कुछ सुन साधु ने कहा, मैं तो एक ही सम्राट को जानता हूँ जो इस जगत् का सम्राट है। जिसके संकेत पर सूर्य, चन्द्रमा व सारा संसार चल रहा है। उसको छोड़ कर मैं किसी का आदेश नहीं मानता।'

सेनापति का सिर चकरा गया। फिर चतुराई से बोला 'सम्राट की शरण में आते ही तुम्हें मुँह मांगा इनाम मिलेगा'। साधु मुस्काया और बोला 'यह भूमि मुझे अन्न, फल व फूल देती है, सूर्य प्रकाश व जल तृप्ति देता है, मुझे और चाहिए भी क्या? जाओ अपने मालिक से कहा मुझे कुछ नहीं चाहिए और मैं कहीं नहीं जाऊँगा।' सेनापति इस निर्भीक उत्तर से सकपका गया। सम्राट को सूचना दी गई। सिकन्दर के कानों में अरस्तु के वाक्य गूँज उठे 'इन तीन विलक्षण वस्तुओं में से एक है भारत का संन्यासी आखिर में सम्राट स्वयं सेनाधिकारियों के साथ संन्यासी के पास आया। सम्राट के आने पर भी संन्यासी निश्चित भाव से बैठा रहा। क्रोध में आकर सम्राट ने कहा, 'ओ सन्यासी के बच्चे, क्या तुम्हें ज्ञान है कि तू किस के सामने बैठा है। जिसके इशारे पर सिंहासन डोल जाते हैं। क्षण भर में तेरी बोटी-बोटी काट डाली जाएगी।' अविचल रूप से बैठे संन्यासी ने उत्तर दिया, 'रे अज्ञानी मनुष्य! इससे मूर्खतापूर्ण बात क्या हो सकती है? क्या तू मुझे काट सकता है, जला सकता है? मैं अमर पुत्र हूँ, न मुझे कोई जला सकता है, न काट सकता है। आत्मा नश्वर है। तू केवल मेरे शरीर को ही नष्ट कर सकता है। मेरी आत्मा को नहीं।' अध्यापिकाओं से पूछा ''वह कौन सी शक्ति है जिसने उस डेढ़ पसली वाले संन्यासी में इतनी निर्भीकता उत्पन्न कर दी थी? किसी ने उत्तर नहीं दिया। स्वामी जी ने कहा, ''जो शक्ति इस संन्यासी मं इस महानता को जगा सकी, इस निर्भीकता का इसके जीवन में उदय कर सकी, अमरत्व के इस प्रबल आत्मविश्वास को इसके जीवन में संचारित कर सकी उसी का नाम शिक्षा है। देश में आज उसी की आवश्यकता है।''

– आभार-योग मंजरी

'शोभायात्रा के गीत' ग्रन्थ का लोकार्पण

प्रख्यात वैदिक विद्वान आचार्य चन्द्रशेखर शास्त्री जी की 'शोभायात्रा के गीत' नामक पुस्तक का लोकार्पण करते हुए बायें से-स्वामी धर्मानन्द सरस्वती जी (संस्थापक-गुरुकुल आमसेना), आचार्य बालकृष्ण जी (कुलपति, पतंजलि विश्वविद्यालय), कैप्टन रूद्रसेन सिन्धु जी (प्रधान, गुरुकुल न्यास) एवं आचार्य चन्द्रशेखर शास्त्री जी (ग्रन्थ के संपादक)

गुरुकुल आश्रम आमसेना (उड़ीसा) की स्वर्णजयन्ती महोत्सव के अवसर पर 'अध्यात्म पथ' के यशस्वी सम्पादक आचार्य चन्द्रशेखर शास्त्री जी की 'शोभायात्रा के गीत' नामक पुस्तक का लोकार्पण पतंजलि विश्वविद्यालय के कुलपति आचार्य बालकृष्ण जी के कर कमलों से सम्पन्न हुआ। मंचस्थ गणमान्य विद्वानों ने 'शोभा यात्रा के गीत' शीर्षक पुस्तक के संकलन कर्ता एवं सम्पादक आचार्य चन्द्रशेखर शास्त्री जी को इस उत्तम कृति के लिएं बधाई दी। इस शुभावसर पर स्वामी धर्मानन्द सरस्वती जी, स्वामी चित्तेश्वरानन्द सरस्वती जी, स्वामी प्रणवानन्द सरस्वती जी, स्वामी धर्मेश्वरानन्द सरस्वती जी, आचार्य विजय पाल जी, श्री सुदर्शन भगत जी (केन्द्रीय राज्य मन्त्री), ठाकुर विक्रम सिंह जी (अध्यक्ष-राष्ट्र निर्माण पार्टी), कैप्टन रूद्र सेन सिन्धु जी (प्रधान-गुरुकुल न्यास) आदि गणमान्य लोग मंच पर शोभायमान थे।

महर्षि दयानन्द सरस्वती जी के जन्मदिवस पर 25 आर्य समाजों ने मिलकर प्रदर्शनी निकाला

महर्षि दयानन्द सरस्वती जी के जन्मदिवस पर 25 आर्य समाजों ने मिलकर प्रदर्शनी निकाली जिसमें दिल्ली सरकार के स्वास्थ्य मन्त्री श्री सतेन्द्र जैन जी, एम.सी.डी. सरस्वती विहार के निगम पार्षद श्री नीरज गुप्ता जी एवम् रानीबाग के निगम पार्षद श्रीमती वंदना जेटली ने भी भाग लिया। इसके साथ रानी बाग गुरुकुल के बच्चों के साथ बड़ी संख्या में वहाँ के नागरिकों ने बढ़ चढ़कर शिक्षा लिया।

वरिष्ठ नागरिक मिशन द्वारा वरिष्ठ नागरिकों को सम्मान

श्री जैन साहब एक समाज सेवी है। आप वरिष्ठ नागरिक मिशन सरस्वती विहार एवम शारदा निकेतन के प्रधान है। आप क्षेत्र के सभी वरिष्ठ नागरिकों का निष्काम सेवा में कार्यरत है। परमपिता परमेश्वर से प्रार्थना की प्रभु आप को शत नीरोग आयु प्रदान करे। आप इसी प्रकार से वरिष्ठ सदस्यों की सेवा करते रहे। मिशन आप को इस कार्य हेतु सम्मानित करके अपने आपको गौरवान्वित महसूस कर रहा है।

श्रीमती शीला गर्ग आप श्री स्व. के.के. गर्ग की पत्नी है। आप के पति देव बहुत ही विनम्र और लोकप्रिय शिक्षाअधिकारी रहे है। आप सी-543 सरस्वती विहार में रहती है। मिशन माता जी को जिन्होंने अपने जीवन के 80 वर्ष पूर्ण कर लिये हैं सम्मानित करके अपने को गौरवान्वित अनुभव कर रहा है।

श्रीमती सूक्ष्म वाला कालरा बहन जी हमारा मिशन की सदस्य है। माता का सारा परिवार ई-978 इस कॉलोनी की क़ाफी वर्षो से सेवा कर रहा है। मिशन आप को इस अवसर पर सम्मानित करके अपने आप को गौरवान्वित महसूस कर रहा है।

सारे साथी काम के, सबका अपना मोल,
जो संकट में साथ दें, वो सबसे अनमोल!!

श्री सूरज गर्ग जी आप सी-619 स. विहार में अपने परिवार के साथ रहते है। आप पेशे से सी.ए. है। आप वरिष्ठ नागरिकों की टैक्स सम्बन्धित सभी समस्याओं का निदान फ्री में करते हैं। आप पर प्रभु की बड़ी कृपा है। आप कई संस्थानों के ट्रस्टी है। आप अपनी नेक कमाई में भरपूर दान करते है। प्रभु पर आप का अटल विश्वास है। परमपिता परमेश्वर से प्रार्थना है कि प्रभु की कृपा इसी प्रकार परिवार पर बनी रहे। मिशन द्वारा आप को सम्मानित करके हम अपने आप को गौरवान्वित महसूस कर रहे है।

श्री प्रेम प्रकाश जी गुप्ता आप अपने परिवार के साथ 33 दीपाली में रहते है। आप शिक्षा क्षेत्र में देश की बहुत बड़ी सेवा कर रहे है। आपका सारा परिवार आर्य समाज विचारों से ओत-प्रोत है। आप सारा परिवार दानी एवम् सेवारत रहा है। आप हर संस्था की निष्काम सेवा करते है। परमपिता परमेश्वर आपको शत नीरोग आयु-प्रदान करे और आप की सेवा भावना इस प्रकार से बनी रहे।

श्री सत्यपाल जी अग्रवाल आप बी-182 में अपने परिवार के साथ रहते है। आपका परिवार बहुत दानी परिवार है। आप ने अपने आयु के 80 वर्ष पूर्ण कर लिए है। परमपिता परमेश्वर से प्रार्थना है कि अग्रवाल साहब की शतः नीरोग आयु प्रदान करें। मिशन आप को सम्मानित करके गौरवान्वित महसूस कर रहा है।

Delhi-01

RNI No.DEL BIL/2008/25452 Total Pages 12

ओ३म्

प्रेषक Date of Publication: 25 April 2018

कमल ज्योति

मार्च-अप्रैल 2018 (मासिक) एक प्रति का मूल्य 10 रुपये

डी-796, सरस्वती विहार, दिल्ली-110034,

फोन : 27017780

सेवा में

श्रीमती सावित्री राणा आप स्वर्गीय पतिदेव श्री ओमप्रकाश जी राणा की पत्नी है। श्री ओम प्रकाश जी राणा बहुत ही लोकप्रिय मधुरभाषी और सामाजिक व्यक्ति थे। शिक्षा क्षेत्र में उनका विशेष स्थान था। आज कल आप अपने निवास स्थान सी-548 में रहती है। परमपिता परमेश्वर आपको शत: नीरोग आयु प्रदान करें। मिशन आपको सम्मानित करके अपने आप को गौरवान्वित महसूस कर रहा है।

श्रीमती विजय करारिया आप 169 शारदा निकेतन में अपने परिवार सहित रहती है। आप स्वामी दयानन्द जी की अन्यय भक्त है। आप के पतिदेव श्री वेद प्रकाश जी करारिया टेलीफोन विभाग से एक बड़े अच्छे पद से सेवानिवृत हुए है। दान देने में आपका परिवार सदैव आगे रहता है। परमपिता परमेश्वर आपको शत: नीरोग आयु प्रदान करें। मिशन आपको सम्मानित करके अपने आप को गौरवान्वित महसूस कर रहा है।

श्री राजीव रस्तोगी जी आप सी-595 सरस्वती विहार में रहते है। आप भारत सरकार के एक उच्च पदाधिकारी कार्य से कार्य निवृत हुए है। आप की धर्मपत्नी श्रीमती सविता रस्तोगी श्री राम देव जी द्वारा संचालित स्वदेशी मिशन से तन, मन, धन से जुरी है। आप परिवार दानी और समाज के प्रति सदैव सेवारत रहता है। आप आर्य उत्सवों में बढ़-चढ़ कर दान राशि एवं यज्ञ हेतु देसी घी का सहयोग सदैव आप के परिवार द्वारा होता है। परमपिता परमेश्वर आपको शत: नीरोग आयु प्रदान करें। मिशन आपको सम्मानित करके अपने आप को गौरवान्वित महसूस कर रहा है।

धर्म, संस्कृति एवं स्वास्थ्य की मासिक पत्रिका

कमल ज्योति

डी-796, सरस्वती विहार, दिल्ली-110034

अपने जीवन की शारीरिक, मानसिक एवं आत्मिक उन्नति के लिए 'कमल ज्योति' पत्रिका अवश्य पढ़े और इष्ट मित्रों को भी पढ़ाएं। सदस्य बनें और बनाएं।

उम्मीदों से बंधा एक जिद्दी परिंदा है इंसान,
जो घायल भी उम्मीदों से है
और जिन्दा भी उम्मीदों पर है।

सेवा सबकी कीजिए मगर , आशा किसी से मत रखिये
क्योंकि सेवा का सही मूल्य
भगवान ही दे सकता है इंसान नहीं

स्वामी-माता कमला आर्या स्मारक ट्रस्ट (रजि.) के लिए मुद्रक, प्रकाशक तथा सम्पादक आचार्य चन्द्रशेखर शास्त्री, चलभाष : 9810084806 द्वारा मयंक प्रिंटर्स, 2199/64, नाईवाला, करौलबाग, नई दिल्ली-5, दूरभाष: 41548503, mail:mayankprinters5@gmail.com से मुद्रित। कार्यालय : डी-796, सरस्वती विहार, दिल्ली-110034 से प्रकाशित