वेदोऽखिलो धर्ममूलम्

वेद प्रकाश

अक्टूबर 2018 का अंक विशेषांक होगा

अवैदिक मतों पंथो से वैदिक धर्म का

मौलिक भेद

प्रा. राजेन्द्र 'जिज्ञासु'

ऋग्वेद

यजुर्वेद

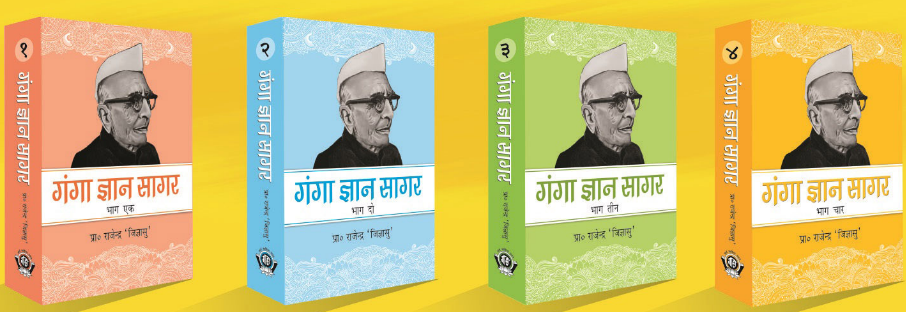
सामवेद

अथर्ववेद

अन्तर्राष्ट्रीय आर्य महासम्मेलन-2018 के उपलक्ष्य में पुनः प्रकाशित होने वाला साहित्य

गंगा ज्ञान सागर-1	सं. राजेन्द्र 'जिज्ञासु'	रु. 500.00
गंगा ज्ञान सागर-2	सं. राजेन्द्र 'जिज्ञासु'	रु. 500.00
गंगा ज्ञान सागर-3	सं. राजेन्द्र 'जिज्ञासु'	रु. 500.00
गंगा ज्ञान सागर-4	सं. राजेन्द्र 'जिज्ञासु'	रु. 500.00

पूज्य पं. गंगाप्रसाद उपाध्याय जी के साहित्य, लेखों तथा व्याख्यानों को संग्रहित करके 'गंगा ज्ञान सागर' के नाम से धर्मप्रेमी जनता को भेंट किया जा रहा है। आर्यसमाज के इतिहास में यह सर्वाधिक लोकप्रिय ग्रन्थमाला है। यह इस ग्रन्थमाला का तृतीय संस्करण है। तीन अनादि पदार्थों से लेकर जन्म, मृत्यु, मोक्ष, पाप-पुण्य, परोपकार, जप, तप, सन्तोष, दया, अहिंसा, तुलनात्मक धर्म अध्ययन पर जितनी ठोस सामग्री इस एतिहासिक ग्रन्थमाला में मिलेगी इतनी और कहाँ?



बहुत दिनों बाद पुनः प्रकाशित कुछ उपयोगी पुस्तकें

सत्यार्थप्रकाश स्थूलाक्षरी	महर्षि दयानन्द सरस्वती	550.00
महर्षि दयानन्द चरित	बाबू देवेन्द्रनाथ मुखोपाध्याय	550.00
स्वाध्याय संदीप	स्वामी वेदानन्दतीर्थ	400.00
स्वाध्याय संदोह	स्वामी वेदानन्दतीर्थ	400.00
पौराणिक पोल प्रकाश	पं. मनसाराम वैदिक तोप	450.00
संस्कार समुच्चय	पं. मदन मोहन विद्यासागर	350.00
ईश्वर का वैदिक स्वरूप	पं. सुरेशचन्द्र वेदालंकार	40.00
वैदिक गणपति	श्री मदन रहेजा	85.00
वैदिक दर्शन	पं. चमूपति एम. ए.	60.00
पं. रामचन्द्र देहलवी व उनका वैदिक दर्शन	प्रा. राजेन्द्र 'जिज्ञासु'	200.00
Light of Truth	Dr. Chiranjeeva Bharaddwaja	300.00

वेदप्रकाश

संस्थापक : **स्वर्गीय श्री गोविन्दराम हासानन्द**

वर्ष ६८ अंक २ वार्षिक मूल्य : तीस रुपये, एक प्रति ५ रुपये, सितम्बर, २०१८

सम्पा० **अजयकुमार** पूर्व सम्पादक : स्व० **स्वामी जगदीश्वरानन्द सरस्वती**

अन्तःपथ

वैदिक धर्म की विशेषताओं पर 'मौलिक भेद' के हृदय स्पर्शी वाक्य | 5 से 9
–प्रा. राजेन्द्र 'जिज्ञासु'
हवन करते समय पंच घृत आहुति का क्या प्रयोजन है? | 9 से 10
राहुल देवाचार्य
परमात्मा के प्रतिद्वन्द्वी | 10 से 16
–पं० गंगा प्रसाद जी उपाध्याय
मन पर नियंत्रण कैसे करें | 17 से 18

निमन्त्रण

अन्तर्राष्ट्रीय आर्य महासम्मेलन 2018 के उपलक्ष्य में गोविन्दराम हासानन्द आपको दिल्ली में आमन्त्रित करता है। पुस्तकें किसी भी समाज की प्राण होती हैं। पुस्तकों के बिना हर समाज अधूरा है। इस बार भी एक सुन्दर व अनुपम साहित्य बाजार इस सम्मेलन के दौरान लगाया जाएगा।

आपको नई-पुरानी हजारों सर्वश्रेष्ठ व प्रेरणादायक पुस्तकें देखने व खरीदने को मिलेंगी जो आपकी जिंदगी को एक नया मोड़ दे सकने में सक्षम हैं। यह सुनहरा अवसर है अपनी संस्था के पुस्तकालय को समृद्ध करने का तथा अपने व्यक्तिगत पुस्तकालय की अभिवृद्धि करने का।

इस वर्ष गोविन्दराम हासानन्द वैदिक-ज्ञान-प्रकाशन के गरिमापूर्ण 93 वर्ष पूरे कर रहा है। परिवार की तीन पीढ़ियों ने बहुत ही लगन, उत्साह, श्रद्धा व प्रचार की भावना से इसे पल्लवित और पुष्पित किया है।

अपने स्टॉल पर हम आपकी प्रतीक्षा करेंगे। इस अवसर पर नई पुस्तकों के विमोचन में भी सम्मिलित हों तथा हमारे प्रतिष्ठित विद्वानों व लेखकों से भी वार्तालाप करें।

आइए 25 से 28 अक्टूबर स्वर्ण जयंती पार्क, रोहिणी, सेक्टर-10, दिल्ली।

निवेदक : अजयकुमार

गोविन्दराम हासानन्द, 4408, नई सड़क, दिल्ली-6, दूरभाष 23977216

वेद प्रकाश का अक्टूबर अंक विशेषांक होगा

आर्य जनता को यह शुभ सूचना देते हुये हमें अत्यन्त हर्ष हो रहा है कि अक्टूबर 2018, दिल्ली में आयोजित होने वाले आर्य महासम्मेलन के शुभ अवसर पर,

अवैदिक मतों से वैदिक धर्म के

'मौलिक भेद'

नाम की एक लोकप्रिय और मूर्धन्य आर्य विचारकों, विद्वानों द्वारा सराहनीय पुस्तक धर्म प्रेमी जनता को **वेद प्रकाश के विशेषांक के रूप** में भेंट की जाएगी। पूज्य पं. गंगाप्रसाद जी उपाध्याय ने देह त्याग से पूर्व जिस अन्तिम पुस्तक पर अपनी सम्मति दी यह वही मौलिक कृति है।

इस पुस्तक के लेखक साहित्य जगत में नये-नये कीर्तिमान स्थापित करने वाले आर्य जगत् के वयोवृद्ध विद्वान् श्री राजेन्द्र 'जिज्ञासु' जी हैं। इसी पुस्तक को पढ़कर उपाध्याय जी ने अपनी अन्तिम वेला में कहा था कि **भविष्य का लेखराम यही है।**

पूज्य स्वामी सत्यप्रकाश जी व प्रकाण्ड विद्वान् पं० धर्मदेव विद्यामार्तण्ड द्वारा अत्यन्त प्रशंसित इस पुस्तक का प्रकाशन आर्य मात्र के लिये गौरव का विषय है। इस परिवर्द्धित संस्करण को जन-जन, घर-घर पहुँचाकर पुण्य के भागी बनिये।

यह विशेषांक सीमित संख्या में ही छपेगा, इसलिए यदि आपका शुल्क समाप्त हो गया है तो पाँच वर्ष का शुल्क रु.१५० आजीवन सदस्यता के लिए रु.४०० मनीआर्डर द्वारा या हमारे बैंक के खाता नं. 603220100011589 बैंक ऑफ इण्डिया, अंसारी रोड ब्रान्च, दरियागंज, दिल्ली-११०००२ IFSC CODE BKID0006032 विजयकुमार गोविन्दराम हासानन्द के नाम शीघ्र जमा करें, क्योंकि लगभग 100 पृष्ठों का यह विशेषांक केवल वेद प्रकाश के सदस्यों को ही निःशुल्क उपलब्ध होगा।

वैदिक धर्म की विशेषताओं पर मौलिक भेद के हृदय स्पर्शी वाक्य

–प्रा. राजेन्द्र 'जिज्ञासु' वेद सदन
अबोहर 152116

लेखक:–अपनी ही कृति पर कुछ अधिक लिखते हुये संकोच सा होता है। **'अन्य मतों से वैदिक धर्म का मौलिक भेद'** यह लेखक की कोई बहुत बड़ी पुस्तक तो नहीं है परन्तु इसके कई संस्करण छप चुके हैं। हिन्दी के अतिरिक्त अंग्रेजी आदि भाषाओं में भी यह कई बार छप चुकी है। वेद प्रकाश के अगस्त मास में इसी पुस्तक पर छपे लेख के वाक्य तथा बिन्दु इसके महत्त्व को उजागर करने के लिये यहाँ दोहराने पड़ेंगे। इसके कुछ अंश देश के सबसे बड़े उर्दू दैनिक प्रताप तथा साप्ताहिक वैदिक धर्म व आर्य गजट जैसे लोकप्रिय आर्य पत्रों में कई वर्ष तक छपते रहे। अपने शोलापुर के निवास काल में लेखक ने महाराष्ट्र से लेकर कन्या कुमारी तक दक्षिण में इस पुस्तक को आधार बना कर अनेक व्याख्यान दिये।

और आज भी किसी नये स्थान पर नये श्रोताओं विशेष रूप से युवकों के सामने इसी पुस्तक के किसी अध्याय पर व्याख्यान देना मिशन के लिये हितकर लगता है। महाराष्ट्र में लातूर आर्यसमाज के उत्सव पर कोई 53 वर्ष पूर्व **'जगत् मिथ्या'** की समीक्षा करते हुये हमने बड़े जोश से कहा: जो लोग जगत् की वास्तविकता या सत्ता में ही विश्वास नहीं रखते वे विश्व का, देश का कल्याण, उद्धार, उपकार, सुधार व रक्षा भी नहीं कर सकते। वे तो संसार को एक स्वप्न समझते हैं। स्वप्न सोने वालों को आते हैं। सोने वाले देश के शत्रुओं से क्या टक्कर लेंगे। शत्रुओं से लोहा लेकर देश की रक्षा हमीं कर सकते हैं जो जगत् को, देश को, जीवों को तथा परमात्मा की सत्ता को और वास्तविकता को जानते व मानते हैं। करतल ध्वनि से तब श्रोत्राओं ने इस वैदिक विचार की पुष्टि की। श्रोताओं में श्री मनोहर नाम का एक लिंगायत युवक श्री नरदेव जी स्नेही की प्रेरणा से मुझे मिलने व सुनने आया था। उस पर शंकर मत का प्रभाव था। ये वाक्य सुनकर वह तभी त्रैतवादी वैदिक धर्मी बन गया। एक गुरुकुल में प्रविष्ट हुआ और वैदिक मिशनरी बना।

पाप दुष्कर्म छूटेंगे तो सत्कर्मों के करने से कल्याण व निर्माण हो। वेद मन्त्रों में एक-एक कर्म इन्द्रियें से दुष्कर्म न करने व सत्कर्म की प्रतिज्ञा करने

से कल्याण मार्ग के सफल पथिक बनोगे। कोई मत-पंथ यह कड़वी औषधि नहीं देगा कि भक्ति भजन से किये गये दुष्कर्मों के लिये परमात्मा क्षमा नहीं करेगा। पाप का फल भोगना ही पड़ेगा।

इसी पुस्तक में आप यह हृदय स्पर्शी वाक्य पढ़ेंगे कि ईश्वर के नियमों को कोई पीर, पैगम्बर महापुरुष नहीं तोड़ सकता। बड़प्पन की कसौटी वैदिक धर्म में ईश्वर के नियमों का पालन करना है अन्य मतों में ईश्वर के नियमों को तोड़कर चमत्कार के दिखाने से है। चाँद को तोड़कर दिखाने से हजरत मुहम्मद पैगम्बर माने जाते हैं। कोई मुख में सूर्य लेने से बड़ा कहाता है। कोई कुमारी माँ से जन्म पाकर बड़ा कहाता है। वैदिक धर्म में सूर्य, चन्द्र सदृश दृढ़ता से ईश्वर के कल्याण मार्ग पर चलने से बड़प्पन की प्राप्ति सम्भव है।

इस पुस्तक में अन्य मतों से वैदिक धर्म के मौलिक भेद का यह हृदय स्पर्शी वाक्य पढ़ेंगे कि केवल वैदिक धर्म परमात्मा को सर्वव्यापक, हर जन में, हर मन में, हर तन में, कण-कण में मानता है। हमारा ईश्वर हमारे पास है। हम उसके पास हैं। वह हमारे भीतर-बाहर है। हम उसके भीतर हैं। अन्य मत, पंथ ईश्वर को omnipresent कहते तो हैं परन्तु उनका खुदा उनसे जुदा दूर-दूर है यथा चौथे या सातवें आसमान पर या क्षीर सागर में कैलाश पर्वत पर। केवल हमारा प्रभु हमारे हृदय में है। ब्रह्मकुमारी मत तो खुलकर ईश्वर की सर्वव्यापकता का खण्डन करता है।

अन्य मत-पंथों का भगवान जगत से दूर अति दूर रहता है और जगत् अल्लाह से दूर है। इस पुस्तक में आप पढ़ेंगे कि ईश्वर सर्वव्यापक होने से ही सर्वज्ञ तथा सर्वशक्तिमान है। उसको किसी दूत-पूत व यन्त्र की सृष्टि की रचना में आवश्यकता नहीं है। हर वस्तु उसके पास है। वह प्रत्येक परमाणु में ओत-प्रोत है।

इस पुस्तक में आप पढ़ेंगे कि सब मत-पंथ ईश्वर को जगत् का केन्द्र बिन्दु मानते हैं। परमात्मा ने अपनी सत्ता व महत्ता दिखाने के लिये और अपनी पूजा, उपासना करवाने के लिये जगत् को रचा है। **केवल वैदिक धर्म जीव को सृष्टि का केन्द्र बिन्दु मानता है।** सृष्टि रचना प्रयोजन जीवों का कल्याण है न कि ईश्वर की उपासना। हम ईश्वर को प्रसन्न करने के लिये उसकी उपासना नहीं करते प्रत्युत आत्म शुद्धि व आत्मोन्नति तथा आत्म-कल्याण के लिये उसकी उपासना करते हैं।

जो ईश्वर की सत्ता में विश्वास नहीं भी करते परमात्मा उनको भी जल, वायु, धूप, प्रकाश आदि सब कुछ देता है। परमात्मा ने आज तक किसी

नास्तिक को, अपनी निन्दा करने वाले को अपने राज्य (अपनी सृष्टि) से निकाल कर बाहर फेंका क्या?

परमात्मा अपने बनाये किसी भी नियम को स्वयं भी नहीं तोड़ सकता। वह सब कुछ कर सकता है या जो चाहे सो कर सकता है। मत-पंथों का यह कथन सुनने में तो बहुत मीठा-मीठा व प्यारा लगता है परन्तु व्यवहार की कसौटी पर खरा नहीं उतरता। परमात्मा क्या झूठ बोल सकता है? उसकी आज्ञा के बिना पत्ता तक नहीं हिल सकता। मत-पंथों का यह कथन लुभावना तो है परन्तु सत्य नहीं।

पं० गंगाप्रसाद उपाध्याय जी वैदिक दार्शनिक कहा करते थे पत्ता हिले न हिले झूठ बोलने वाले असत्यवादी की जिह्वा तो सदा हिलती रहती है।

कराची में देश विभाजन से पूर्व एक शास्त्रार्थ में आर्यसमाज का मुसलमानों से इसी विषय पर शास्त्रार्थ हो रहा था। मौलाना जो प्रतिपक्षी के रूप में बोल रहे थे वह ताल ठोक कर हर बार अपनी बारी पर यही कहते थे कि अल्लाह कादिरे मुत्लिक (जो चाहे सो कर सकता) है। आर्य विद्वान् श्री महाशय चिरंजीलाल जी 'प्रेम' ने कई अकाट्य तर्कों से उसके भ्रम भंजन का प्रयास किया। जब उसकी समझ में उसकी भूल न आई तो प्रेमी ने कहा, "आपका अल्लाह मुझे अपने राज्य से-इस सृष्टि में क्या निकालकर वहाँ फेंक न सकता है, जहाँ उसका राज्य न हो?"

प्रेमजी का यह प्रश्न सुनकर मौलाना के होश उड़ के गये। वह प्रेम जी की इस चुनौती पर कुछ भी सन्तोषजनक उत्तर न दे सका।

वैदिक धर्म यह मानता है कि कर्म फल का सिद्धान्त अटल है परन्तु जीव कर्म करने में स्वतन्त्र है। आज विज्ञान भी पूरे विश्व में यही मानता है। As you sow, so shall you reap यह वेद की ऋचा का ही अनुवाद है। प्रश्न है जो कर्म का फल मिलना अटल है तो फिर हमारी कर्म करने की स्वतन्त्रता का क्या अर्थ?

डॉ० गोकुलचन्द्र नारंग ने लिखा है कि आप छाता लेकर बाजार में निकलते हैं। ऊपर से वर्षा आ गई। आप वर्षा को रोक तो नहीं सकते परन्तु छाते का प्रयोग करके भीगने से बच तो सकते हैं। पूज्य उपाध्याय जी कहा करते थे कि किसी पूर्व कर्म के फल स्वरूप हम को दुःख भोगना पड़ गया। हम दुःख को तो टाल नहीं सकते परन्तु अपने कर्म करने की स्वतन्त्रता से दुःख के काठिन्य-दुःख दर्द के काठिन्य (Intensity) को कम अवश्य कर सकते हैं।

कुछ लोग विज्ञान की आड़ लेकर वेद के कर्म की स्वतन्त्रता के सिद्धान्त

का खण्डन करने का यत्न करते हैं। ऐसे लोग ही डार्विन के Law of Natural selection प्राकृतिक निर्वाचन के नियम की दुहाई दिया करते हैं। इनको पता नहीं चलता कि Selection (निर्वाचन-चुनाव) शब्द का प्रयोग करके आप अपने कथन का प्रतिवाद आप कर रहे हो। चुनाव का अर्थ ही आपकी कर्म करने की स्वतन्त्रता-आपकी Choice सुरुचि की मान्यता है।

कभी फिर अवसर मिला तो इस पुस्तक के एक-एक अध्याय के मौलिक वचन देकर इसकी उत्कृष्टता पर लिखा जावेगा। जिस पुस्तक पर आर्यसमाज के लेखनी सम्राट् पूज्य उपाध्याय मुग्ध हो गये। जिसका प्राक्कथन लिखते हुये पूज्य स्वामी सत्यप्रकाश जी ने गागर में सागर भर दिया। पूज्य पं० धर्मदेव जी ने शीर्षस्थ आर्य विद्वानों के मार्मिक उद्धरणों की भूरि-भूरि प्रशंसा की उसके आर-पार जाकर सब पाठक स्वयं को पुरानी पीढ़ी के सब विद्वानों को आदर से शीश झुकायेंगे। इसकी श्रेष्ठता का श्रेय उन्हीं को है।

श्री शरर जी कहा करते थे कि आपने मेहता जैमिनि व आचार्य रामदेव जी की व्याख्यान तथा लेखन शैली को जीवित रखकर बड़ा उपकार किया है। आवश्यकता इस बात की है आर्य समाज में उन जैसे अनेक साहित्यकार व वक्ता हों। श्री शरर जी के इस कथन को साकार करने में समाज व संसार का भला है।

ईसाई मत व इस्लाम में जीव की स्वतन्त्र सत्ता के न होने से जीव की कर्म करने की स्वतन्त्रता को मान्यता न मिल सकी और वेद विमुख होने से यही भ्रम पूर्ण विश्वास हिन्दुओं में घुस गया है। मायावादी नवीन वेदान्ती तो जीव की सत्ता को कतई नहीं मानते। वे केवल एक ब्रह्म की सत्ता में विश्वास करते हैं। इस कारण इसमें भी जीव की कर्म करने की स्वतन्त्रता का प्रश्न ही नहीं उठता।

व्रत, उपवास और प्रायश्चित्त सम्बन्धी पुजारियों के कर्मकाण्ड तथा नदी नालों में स्नान से स्वर्ग प्राप्ति तथा पाप धुल जाने, मनोकामनायें पूर्ण होने के अंधविश्वास से सत्कर्म करने व कर्म करने की स्वतन्त्रता का कोई महत्त्व नहीं रहता।

पत्नी के उपवास से (करवा चौथ) से पति की आयु बढ़ जाती है। इस दुष्प्रचार ने तो गीता के मूल सिद्धान्त कर्म की स्वतन्त्रता व कर्म फल की जड़ ही काट कर रख दी है। उपवास पत्नी ने रखा, आयु पति की बढ़ गई। यह कैसा अंधेर है। पति औषधि का सेवन करे तो क्या पत्नी रोग मुक्त हो जायेगी? हिन्दू की भक्ति विचित्र है। **"जो बिगड़े सो तेरा नाथ मेरा क्या बिगड़े"**

क्या अपनी सन्तान के व देश के बिगड़ने पर भगवान् से यही भक्ति भजन करेंगे या सुधार का कुछ उपाय करेंगे? पूर्ण परमानन्द भगवान् का आपके दुष्कर्मों से क्या बिगड़ेगा? उसे पूर्ण परमानन्द भी मानना और यह रट लगाना, **"जो बिगड़े सो तेरा"** मूर्खता की पराकाष्ठा है। इस पुस्तक से भ्रमित पाठकों की आँखें खुल जायेंगी।

हवन करते समय पंच घृत आहुति का क्या प्रयोजन है?

–राहुल देवाचार्य

देवयज्ञ हवन में विनियोग किये हुये

ओ३म् अयं त इध्म आत्मा... आश्वलायन गृह्य सूत्र 1।10।12॥

के पंच घृत आहुति मंत्र में परमात्मा से पाँच वस्तुए माँगी गई हैं। उन पाँच वस्तुओं की कामना के लिए इस मंत्र को पाँच बार पढ़ने का विधान ऋषियों ने किया है। सन् 1995 में एक नवीन विवाद उत्पन्न हुआ कि इस मंत्र में चार वस्तुएं माँगी गई हैं, पाँच नहीं। उस समय आर्यजगत के मूर्धन्य विद्वान् आचार्य रामनाथ वेदालंकार जी ने परोपकारी मासिक पत्रिका में अक्टूबर 1995 के अंक में इस मंत्र को 5 बार बोलकर घृताहुति देना सिद्ध किया था और पाँच वस्तुएँ बताई जो इस मंत्र में प्रार्थना पूर्वक माँगी गई हैं।

प्रथम प्रार्थना–"अयन्त इध्म आत्मा" यह आत्मा ईंधन है। जैसे अग्नि की आत्मा (ईंधन) घृत और समिधा है। अग्नि में डालने से ये प्रज्वलित होते हैं, प्रकाशित करते हैं। उसी प्रकार यह आत्मा भी परमात्मा की समीपता को पाकर उसमें समर्पित होकर ज्ञान से प्रकाशित होता रहे। **तेन इध्यस्व वर्धस्व** निरंतर वृद्धि को प्राप्त करें।

द्वितीय प्रार्थना:–"प्रजया" प्रजा से हमें बढ़ा। अपनी संतान उत्तम हो उन्नति की ओर अग्रसर हो। नैष्ठिक ब्रह्मचारी के लिए प्रजा उसकी इंद्रियाँ है। गुरुकुल के आचार्य के लिए ब्रह्मचारी उसकी प्रजा है। ब्राह्मण के लिए चारों वर्ण उसकी प्रजा, क्षत्रियों के लिए अन्याय से पीड़ित व्यक्ति, वैश्य के लिए अभाव से पीड़ित व्यक्ति, शुद्र के लिए सेवनीय जन प्रजा है।

तृतीय प्रार्थना:–"पशुभि:" हमें पशुओं से समृद्ध कर। मानव जीवन के लिए गौ, बैल आदि पशु बहुत ही उपयोगी हैं। धन-धान्य समृद्धि के प्रतीक हैं। खेती हरियाली का प्रतीक है। हमें इससे बढ़ा।

चतुर्थ प्रार्थना:–"ब्रह्मवर्चसेन" ब्रह्म वर्चस से हमें बढ़ा। ब्रह्म वर्चस

के प्रताप से हम तेजस्वी हों। ब्रह्म का अर्थ ईश्वर, वेद और ब्रह्मचर्य का पालन होता है। तीनों से हमारा वर्चस्व बढ़ता रहे।

पंचम प्रार्थना:–**"अन्नाद्येन"** हमें अन्नादि से समृद्ध कर। निश्चय से अन्न प्राणियों का प्राण है। अन्न के बिना प्राणियों के जीवन की कल्पना नहीं की जा सकती। **"अन्न वै प्राण:"**। हमारा घर अन्नादि से भरपूर रहे। हम कभी दीन–हीन भूखे ना रहें।

मंत्र में निहित पाँच प्रार्थनाओं के अतिरिक्त पाँच घृत की आहुति देने का अन्य भाव पाँच ज्ञानेंद्रियों से तथा पाँच कर्मेंद्रियों से संयुक्त है। पाँच बार आहुति देकर इनको सद्विचारों एवं सत्कर्मों में संलग्न रखना है। ऐसे ही अविद्यादि पाँच क्लेश से संत्रस्त पाँच यम, पाँच नियम का जीवन में यथावत पालन करने की प्रेरणा के लिये पाँच बार घृत आहुति दी जाती है।

इसके अतिरिक्त उसको यदि वृहद रूप दें तो यज्ञ आदि शुभ कर्म करते हुए जब आत्मा ज्ञान के प्रकाश से प्रकाशित हो जाता है तो यह पंच घृत आहुति उसे पाँच प्रकार के पुरुषार्थ के लिए प्रेरित करती है–

1. व्यक्तिगत उन्नति के लिए
2. पारिवारिक उन्नति के लिए
3. सामाजिक उन्नति के लिए
4. राष्ट्रीय उन्नति के लिए
5. विश्व की उन्नति के लिए

इस प्रकार देव यज्ञ में विनियोग किए हुए पंच घृताहुति मंत्र के व्यापक भाव एवं अनेक प्रयोजन एवं लाभ हैं।

परमात्मा के प्रतिद्वन्द्वी (Competitor)

–पं० गंगा प्रसाद जी उपाध्याय

अनुवादक राजेन्द्र 'जिज्ञासु' जी

[पूज्य पं० गंगा प्रसाद जी उपाध्याय उर्दू भाषा के भी अद्वितीय लेखक थे। 'खुदा के रकीब' शीर्षक से उन्होंने यह विचारोत्तेजक रोचक लेख लिखा था। यह एक से अधिक बार उर्दू पत्रों में छपा। मेरी दृष्टि में यह उनके सर्वश्रेष्ठ लेखों में से एक है। मेरी चिरकाल से यह इच्छा थी कि इसका हिन्दी अनुवाद करके प्रकाशित करवाऊँ। आशा है, आर्य संसार के विचारशील पाठक महान् दार्शनिक लेखक के इस आध्यात्मिक एवं बौद्धिक प्रसाद को पाकर स्वयं

को भाग्यशाली मानेंगे। -अनुवादक-राजेन्द्र जिज्ञासु]

सारे आस्तिक आस्तिक नहीं हैं, न सारे नास्तिक नास्तिक हैं: सारे आस्तिक आस्तिक नहीं है, न सारे नास्तिक नास्तिक। नास्तिकों की संख्या तो उंगलियों पर गिनी जा सकती है और इनमें भी वास्तविक नास्तिक बहुत थोड़े हैं परन्तु यदि सब आस्तिकों के मन व मस्तिष्क को टटोला जाय तो इन आस्तिकों में ईश्वर के उपासकों की संख्या बहुत थोड़ी मिलेगी।

नास्तिकों का कोई मन्दिर नहीं: नास्तिकों के कोई मन्दिर नहीं हैं। न उनके पुजारी, न वे चेले बनाते हैं अथवा कण्ठी माला देते हैं। आस्तिकों के मन्दिरों, मस्जिदों व गिरजाघरों की भरमार है। एक लोकोक्ति प्रसिद्ध है।

काशी का हर कंकर शंकर है: यह बात केवल काशी तक ही नहीं है। प्रत्येक देश में ऐसी बातें मिलती हैं। परन्तु, यदि इतने नास्तिक होते जितनी की गिनती बताई जाती है तो संसार ऐसा न होता जैसा कि आज है।

सच्चिदानन्द परमात्मा से व्याप्त सृष्टि में आनंद का अभाव है। घर में अशान्ति, मुहल्ले में अशान्ति, नगर में, प्रान्त में, देश में और सारे संसार में अशान्ति है। एक विचारशील मनुष्य प्रश्न उठाता है, क्या वास्तव में मनुष्य ईशोपासक है? जो परमात्मा की सत्ता ही नहीं मानता वह प्रतिद्वन्द्विता भी क्या करेगा? उसकी दृष्टि में कोई ऐसा प्रतिद्वन्द्वी नहीं जिसे ईश्वर कहा जा सके अथवा जिसका उसको भय हो। अथवा दूसरी शक्तियाँ हैं जिनको वह अपना प्रतिद्वन्द्वी समझता है। तथा जिनको वश में करने के लिए वह सदा प्रयत्नशील रहता है परन्तु जो परमेश्वर की सत्ता को स्वीकार करते हैं वे तो सब प्रकार से ईश्वर को अपने वश में करने की चिन्ता करते रहते हैं।

भक्त के वश में हैं भगवान:-अर्थात् भक्ति क्या है? भगवान पर नियंत्रण करने का एक साधन। कहते हैं कि बाबा तुलसीदास जी एक मन्दिर में दर्शन के लिये गए। वह मन्दिर था कृष्ण भगवान का जिसमें कृष्ण की मूर्ति बाँसुरी बजा रही थी। तुलसीदास थे राम के उपासक। राम के सच्चे भक्त थे। उनसे वह मन्दिर राम से रहित देखकर न रहा गया। (यह कहो कि सहा न गया)। मचल गए। "मैं तो तब दर्शन करूँगा जब मूर्ति धनुषबाण हाथ में लेकर राम का रूप धारण करेगी।"

ईश्वर की आज्ञा या ईश्वर को आज्ञा:- कहा जाता है कि ऐसा ही हुआ। कृष्ण की मूर्ति राम की मूर्ति बन गई। इस कहानी से पता चलता है कि भक्ति का उद्देश्य ईश्वर की आज्ञा का पालन करना नहीं है। प्रत्युत्त ईश्वर से

अपनी आज्ञा का पालन करवाना है। क्या यह सच्ची ईश्वर भक्ति अथवा ईश्वर की पूजा है।

ईश्वर के इतने प्रतिद्वन्दी:–आस्तिक संसार में ईश्वर के अनेक प्रतिद्वन्द्वी हैं। जो ईश्वर के भक्तों का ध्यान ईश्वर से हटाकर अपनी ओर खींचते रहते हैं। वे सब स्थान तो ईश्वर के स्थान पर पूजे जाते हैं, ईश्वर के प्रतिद्वन्द्वी हैं।

इन सबमें प्रथम स्थान गुरुओं का है। कहावत प्रसिद्ध है जिसने गुरु के दर्शन कर लिये उसने ईश्वर के दर्शन कर लिए। अत: गुरु का स्थान ईश्वर के स्थान से अधिक समझा जाता है। संसार में चाहे हिन्दू धर्म, चाहे अन्य मतों में जितने भी सम्प्रदाय हैं सबमें गुरु की महत्ता पर बल दिया गया है। तर्क यह है कि तुम ईश्वर को साक्षात् नहीं देख सकते¨गुरु तो सामने खड़ा है अत: गुरु को पूजो! अनेक लोगों का यह विश्वास है कि गुरु ईश्वर का साक्षात स्वरूप है। इसलिये वे गुरु की पूजा को ही ईश्वर–पूजा समझते हैं।

गुरु गिरिधिर दोनों खड़े किसके लागूं पाय।
गुरु को शीश नवाय जिन गिरिधर दिये बताय।

इन सबका भाव यह है कि गुरु की पूजा पहले करो फिर ईश्वर की और जब गुरुओं की पूजा होने लगी तो ईश्वर की पूजा संसार से लुप्त हो गई क्योंकि गुरु की पूजा को ही पर्याप्त समझा गया। जिस गुरु ने गिरधर को बता दिया वह प्रसन्न हो जायेगा और गिरधर को भी प्रसन्न कर सकेगा।

ईश्वर को भौतिक वस्तुएँ नहीं चाहिये:–ईश्वर की पूजा में ईश्वर भौतिक नहीं है। न ही उसको भौतिक पदार्थों की आवश्यकता है। इसलिये ईश्वर की पूजा भौतिक वस्तुओं से नहीं होती। मन से ईश्वर का ध्यान करना ही तो ईश्वर की पूजा करना है परन्तु, गुरु तो एक मनुष्य है। उसका शरीर है। उसको शारीरिक आवश्यकतायें होना स्वाभाविक व आवश्यक है। उसे भोजन चाहिये, वस्त्र चाहिये, भवन चाहिये। अन्य सुख सुविधायें चाहियें। ये सब प्राप्त होने चाहिये। उसके चेले व चेलियों से ये सभी कुछ तभी तो मिलेगा जब कुछ ढोंग किया जाय और गुरु की महिमा जताने के लिये अनेक प्रकार की व्याख्यायें गढ़ी जायें। इसलिये आप देखेंगे कि गुरुओं की प्रसन्नता के लिये कितने यत्न किये जाते हैं। उनसे मन्नतें (कामनायें) माँगी जाती हैं। उनको स्नान कराया जाता है। उनके चरण तक धोकर पिये जाते हैं।

एक राधा स्वामी मित्र का विचित्र उत्तर:– मैंने एक बार अपने एक

राधा स्वामी मित्र से पूछा, "आप गुरु का जूठा क्यों खा लेते हो, क्या यह गन्दा काम नहीं, इससे तो गुरुओं का रोग भी लग सकता है?"

उस प्रतिष्ठित मित्र ने मुझसे एक प्रश्न पूछा, "क्या जूठा खाने से रोग लग सकता है?" मैंने कहा, "हाँ, अवश्य लग सकता है।"

मेरे मित्र ने उत्तर दिया कि "जिस प्रकार से शारीरिक रोग जूठा खाने से गुरु के शरीर से शिष्य के शरीर में आ सकता है इसी प्रकार जूठा खाने से गुरुओं की आध्यात्मिकता भी चेले के भीतर प्रविष्ट हो सकती है।"

प्रत्येक भद्दे काम के लिये युक्ति दी जाती है:—उस दिन मुझे पता लगा कि प्रत्येक व्यक्ति का एक दर्शन है। गन्दे से गन्दे कार्य के लिये वह एक तर्क रखता है। भले ही कुतर्क हो परन्तु तर्क तो है और उस तर्क को परखना प्रत्येक छोटे-बड़े के बस की बात नहीं है। मेरे मित्र ने जो युक्ति दी थी वह सुनने में अच्छी ही लगती थी।

गुरु जूठा खिलाकर विचार प्रविष्ट नहीं कर सकता:— कम से कम उस मित्र को पूर्ण विश्वास था कि वह ठीक तथा विरोधी को चुप करने वाली युक्ति दे रहा है। ऐसा लगता है कि इस प्रकार की युक्तियाँ चेलों के मध्य कही जाती होंगी। यद्यपि युक्ति सर्वथा लचर व भ्रामक थी। रोग तो शारीरिक होने से जूठा खाने से एक शरीर से दूसरे में जा सकता है। रोग के कीटाणु थूक के साथ दूसरे शरीर में बहुत सुविधापूर्वक प्रवेश कर सकते हैं परन्तु, आध्यात्मिकता के तो कीटाणु नहीं होते। गुरु अपना जूठा खिलाकर अपने विचार तो चेले के भीतर प्रविष्ट नहीं कर सकता। यदि ऐसा होता तो विभिन्न विषयों के कॉलेजों के प्राध्यापक अपने शिष्यों को जूठन खिलाकर विद्वान बना दें। गुरु की जूठन खाने का व ईश्वर की पूजा का परस्पर कुछ भी सम्बन्ध नहीं है—परन्तु लोग ईश्वर के स्थान पर गुरु को पूजते हैं।

मेरी परिभाषा में गुरु ईश्वर के प्रतिद्वन्द्वी हैं:—मेरी परिभाषा में तो जो गुरु अपने चेले से पूजा कराता है, वह ईश्वर का प्रतिद्वन्द्वी हैं। संसार के मन्दिरों में देवताओं अथवा पूर्वजों की जो मूर्तियाँ पूजने के लिये रखी हुई हैं, वे सब ईश्वर के प्रतिद्वन्दी हैं, क्योंकि उनकी पूजा करने वाला यह समझ बैठता है कि अब ईश्वर की पूजा की आवश्यकता नहीं।

ईश्वर नहीं देखा—मूर्ति दिखाई देती है:—लोग कहा करते हैं कि हमने ईश्वर नहीं देखा, हम इस मूर्ति को देख रहे हैं इसलिये इसी की पूजा करते हैं। यदि ईश्वर को देख पाते तो ईश्वर को पूजते।

सो ईश्वर की खोज क्यों करें?:– इसका स्पष्ट अर्थ यह है कि हमने उसी को अपना ईश्वर मान लिया है। हमको अब किसी दूसरे ईश्वर की खोज में भटकने की आवश्यकता नहीं। कुछ लोगों को यह पट्टी भी पढ़ाई गई है कि ईश्वर की आत्मा गुरु के आत्मा में विलीन हो जाती है अतः गुरु के दर्शन भी ईश्वर के दर्शन हैं।

ईश्वर भक्ति का आसन रिक्त होता है:– गुरु से आगे चलिये तो अवतार अथवा पैगम्बर लोगों के सामने आते हैं उन्होंने अथवा उनके अनुयायियों ने सदा यह प्रयास किया है कि इन अवतारों अथवा पैगम्बरों को ईश्वर का प्रतिनिधि स्वीकार कर लिया जाय। एक बार परमात्मा का प्रतिनिधित्व प्राप्त हो जाय तो उनकी ही पूजा आरम्भ हो जाती है।ईश्वर की पूजा या तो सर्वथा विलुप्त हो जाती है अथवा अपना आसन पैगम्बर पूजा (Prophet worship) के लिये रिक्त कर देती है और सब लोग भगवान के स्थान पर पैगम्बर को मान लेते हैं। हजरत मुहम्मद ने अपने चेलों से स्पष्ट कहा है कि जो मेरे हाथ पर बैअत करेगा वह समझ ले की खुदा की बैअत (दीक्षा) कर रहा है।

और पादरी कहेगा कि ईसा के बिना मुक्ति असम्भव है:–हजरत ईसा मसीह को लोगों ने खुदा का पुत्र कहा, खुदा कहा और खुदा का उत्तराधिकारी स्वीकार किया। परिणाम यह निकला कि परमात्मा को भूल गये। यदि किसी पादरी के सामने जाकर यह कहिये कि मैं ईश्वर को मानता हूँ परन्तु ईसा को नहीं तो वह अविलम्ब कहेगा कि हजरत ईसा के पास आये बिना मुक्ति का प्राप्त होना असम्भव है।

और मूर्तियाँ भी ईश्वर की प्रतिद्वन्द्वी बन गई:– यही स्थिति अन्य मतों की है। श्रीकृष्ण की मूर्ति को पूज लो और ईश्वर की पूजा हो गई। राम की मूर्ति के सामने सिर झुका लो और ईश्वर की पूजा हो गई। इस प्रकार न केवल राम व कृष्ण ही भगवान के प्रतिद्वन्द्वी हुए प्रत्युत उनकी मूर्तियाँ भी भगवान् की प्रतिद्वन्द्वी बन गई।

एक बार एक व्यक्ति देहली में महात्मा गाँधी की समाधि पर माला फेर रहा था। गांधी जी आजीवन स्वयं को ईश्वर का सेवक मानते रहे परन्तु, उनके चेलों ने गांधी जी को ईश्वर का प्रतिद्वन्द्वी बना दिया। गांधी का पुजारी स्वयं को सीधा ईश्वर का पुजारी समझता है तथा आवश्यकता नहीं समझता कि दूसरे ईश्वर की खोज में यत्नशील रहे।

आस्तिकता का कितना अंश?:–साधारण आस्तिकों में आस्तिकता का

कितना अंश है? यह मैं एक घटना से स्पष्ट करता हूँ। प्राचीनकाल में राजाओं के सामने उनके शासन सम्बन्धी कोई शिकायत करने का किसी में साहस नहीं होता था। जब किसी को राजा का ध्यान किसी शिकायत की ओर खींचना होता था तो वह दरबार के बहुरुपिये की सहायता लेता था। केवल बहुरुपियों को यह अनुमति थी कि वे भली–बुरी बातें अपने ढंग से कह सकते थे और शासक उसके परिणाम निकाल लेते थे।

इस प्रकार अवध के नवाब के बहुरूपियों ने एक रूप बनाकर अपना खेल किया। एक बहुत बड़ा पीतल का हाण्डा भूमि पर रखा गया। उस पर एक छोटा हाण्डा, उस पर उससे एक छोटा हाण्डा–इस प्रकार से एक बड़े हाण्डे पर पच्चीस तीस छोटे हाण्डे रख दिये गए। सबसे ऊपर वाली हाण्डी बहुत छोटी थी। अब एक बहुरूपिये ने प्रश्न किया, यह नीचे का हाण्डा क्या है?

अवध के नवाब के कर्मचारी दूसरे बहुरूपिये ने उत्तर दिया, यह ग्राम के पटवारी की भेंट है। फिर दूसरे ने प्रश्न किया यह ऊपर का छोटा हाण्डा क्या है? उत्तर मिला, यह कानूगो की भेंट है। तीसरा उससे छोटा तहसीलदार की घूस था। चौथा कलैक्टर की और अन्त में सबसे छोटी हाण्डी के विषय में कहा गया कि यह माननीय नवाब साहेब का मालिया है। इस खेल में बहुरूपियों ने नवाब के सम्मुख यह प्रकट कर दिया कि आपके कर्मचारी सहस्रों रूपये की घूस डकार जाते है और स्वल्प राशि दरबार तक पहुँच पाती है।

थे तो प्रतिद्वन्द्वी परन्तु निष्ठावानः–यह थी कहानी नवाब अवध के प्रबन्ध की जिसमें घूस में किसी प्रकार से कोई कमी नहीं छोड़ी गई थी। ये छोटे अधिकारी कर्मचारी नवाब के प्रतिद्वन्द्वी थे और ऐसे प्रतिद्वन्द्वी जो प्रतिद्वन्द्विता तो करते थे तथापि नवाब के आज्ञाकारी निष्ठावान कर्मचारी समझे जाते थे।

परन्तु ये प्रतिद्वन्द्वी तो भीतर छुपकर भुजा को लिपटे साँप थे। उनको कैसे मारा जा सकता था।

इस प्रकार यदि देखा जाय तो जो लोग ईश्वर पूजा की दुहाई देते हैं वही लोगों को ईश्वर के नाम पर अधिक ठगते हैं। जिस प्रकार मृतकों का श्राद्ध खाने वालों से कोई नहीं पूछता कि तुमने मृतकों के नाम पर जो भोजन प्राप्त किया वह मृतकों को पहुँचाया अथवा नहीं? इसी प्रकार किसी गुरु अथवा पैगम्बर से कोई नहीं पूछता कि जो बात आप भगवान् के प्रतिनिधि के रूप में

कहते हो वह कहाँ तक भगवान् का प्रतिनिधित्व करती है।

कोई गुरु नहीं रोकताः–सच्चे गुरुओं का काम अपनी पूजा करवाना नहीं है। प्रत्युत अपने अनुयायियों को यह बताना है कि ईश्वर के स्थान पर किसी अन्य की पूजा मत करो। सच्चा गुरु वह है जो अपने चेलों को ऐसी कुचेष्टा से बचाये व रोकता रहे कि मैं ईश्वर नहीं हूँ और ईश्वर वह है जो आपका भी उपास्य है और मेरा भी। मैं ईश्वर का उसी प्रकार का एक पूजक हूँ जैसे तुम हो परन्तु, कोई गुरु ऐसा नहीं करता। उसका लाभ इसी में है कि लोग उसे ईश्वर का प्रतिनिधि समझते रहतें। जो ईश्वर से माँगना चाहते हैं, वह उसी से माँगते रहें और विचित्रता यह है कि यह मनुष्य पूजा लोगों को ईश्वर से बहुत दूर कर देती है।

चेले क्या माँगते हैं?:–लोग गुरु के सामने जाकर यह नहीं कहते कि ईश्वरीय नियमों के पालन करने की विधियाँ बतायें? कोई कहता है, मेरा उच्च अधिकारी रुष्ट हो गया है, प्रार्थना करें कि प्रसन्न हो जाय। कोई कहता है, मेरा बच्चा जो लम्बे समय से रोगग्रस्त है कैसे अच्छा हो जायेगा? कोई कहता है कि मेरे केस में मुझे सफलता मिल जाय।

गुरु क्या करता है?:–औप आप जानते है कि गुरु क्या करता है? वह दो मिनट के लिये आँखें बन्द कर लेता है और फिर जो चाहे व्यवस्था दे देता है।

मरने वाले नरक में जाएं अथवा स्वर्ग में:–मुझे एक मित्र ने एक महात्मा का वृतान्त सुनाया जो बीस वर्ष पूर्व आर्यसमाजी थे परन्तु अब महात्मा बन गये हैं और लोगों को ईश्वर का दर्शन करवाने लगे और इस प्रकार उन्होंने लाखों की सम्पत्ति एकत्र कर ली है। वह इसी प्रकार से कहते हैं कि तुम्हारा रोगी छः मास में निरोगी हो जायेगा। किसी से कहते हैं, विपदा तो आ पड़ी है, दूर हो जायेगी। चेले प्रसन्न होकर चले जाते हैं और सहस्रों रुपयों की भेंट चढ़ा जाते हैं।

जहाँ वह महात्मा जाते हैं उनका राजाओं सरीखा सन्मान होता है। ईश्वर कहाँ है? कैसा है? क्या चाहता है? उसको कैसे प्रसन्न कर सकते हैं? इनकी कतई चर्चा नहीं होती। बड़े-बड़े भण्डारे होते हैं और चढ़ावे चढ़ते हैं। मरने वाला नरक में जाय अथवा स्वर्ग में, उनको अपने हलवे-माण्डे से काम। ये सब भगवान् के प्रतिद्वन्द्वी और आस्तिकता के शत्रु हैं। जब तक ये पुजते रहेंगे कोई ईश्वर पूजक नहीं बन सकता।

वैचारिक क्रांति के लिए "सत्यार्थ प्रकाश" पढ़ें, वेदों की ओर लौटें।

मन पर नियंत्रण कैसे करें

मन के हारे हार है, मन के जीते जीत"ये तो हम सभी ने सुना ही है लेकिन क्या इस बात का यह अर्थ लगाया जाए कि हमारे जीवन के सभी अहम फैसलों में मन का ही हाथ होता है? कई बार हमने अपने आसपास के लोगों को ये कहते सुना भी होगा और हम खुद भी अक्सर यही कहा करते होंगे कि आज मन नहीं है, आज मन खुश है और कभी महसूस करते होंगे कि आज मन उदास है। कई बार ये सवाल आपको भी बेचैन करता होगा कि आखिर मन है क्या? दरअसल मन हमारे विचारों की श्रृंखला है जो हमारे अंदर, बिना रुके लगातार चलते ही रहते हैं और ये विचार ही हैं, जो हमारे हर अच्छे–बुरे फैसले के लिए जिम्मेदार होते हैं और देखते ही देखते मन हमारे पूरे व्यक्तित्व पर अधिकार कर लेता है और हम इस बात से अनजान रहते हैं कि हमें मन द्वारा नियंत्रित नहीं होना है बल्कि स्वयं के मन पर नियंत्रण रखने की जरूरत है।

हम यह भी जानते हैं कि जब किसी भी चीज का दमन किया जाता है तो वह कुछ समय के लिए जरूर थम जाती है लेकिन कुछ वक्त बाद तेजी से वापिस भी आ जाती है। बिलकुल ऐसा ही मन के मामले में भी होता है। हमेशा के लिए मन पर नियंत्रण कर पाना संभव नहीं हो सकता, इसलिए बेहतर यह है कि हम अपने मन को सही दिशा में लगाएं ताकि हम मन के नियंत्रण से बाहर निकल सकें। तो चलिए, हम आपको बताते हैं कि अपने इस मन पर नियंत्रण के लिए आपको क्या करने की आवश्यकता है।

अपने अन्न पर ध्यान दीजिये–जैसा खावे अन्न, वैसा होवे मन"ये कहावत आपने कभी ना कभी सुनी ही होगी। जैसी प्रकृति हमारे भोजन की होगी, वैसा ही हमारे मन का स्वभाव होगा। यह प्रकृति तीन प्रकार की होती है–सात्विक, राजसिक व तामसिक। अगर हम सात्विक और पौष्टिक भोजन करते हैं तो हमारे मन की अस्थिरता और चंचलता भी कम ही होगी लेकिन अगर हम तामसिक और पोषण रहित अन्न का भक्षण करते हैं तो हमारा मन ज्यादा अधीर, चंचल और अनियंत्रित होता जायेगा।

व्यायाम की आवश्यकता-मन को शांत और संयमित बनाने में हमारे शरीर की भी खास भूमिका होती है। निष्क्रिय शरीर में निष्क्रिय मन ही निवास कर सकता है लेकिन अगर शरीर चुस्त दुरुस्त और ऊर्जा से भरपूर हो तो मन में भी उल्लास और सकारात्मक भाव विकसित होते हैं। इसलिए शरीर को स्वस्थ और तंदुरुस्त रखने के लिए व्यायाम बेहद जरूरी है।

ध्यान की भूमिका अहम है–

यूँ तो ध्यान करने से तन और मन के सभी विकार खुद–ब–खुद दूर हो जाते हैं लेकिन मन पर नियंत्रण के लिए ध्यान करना सबसे बेहतरीन विकल्पों में से एक है। ध्यान करने से हमारा मन यहाँ–वहाँ भागना बंद कर देगा। अर्थात् अस्थिरता से धीरे–धीरे स्थिरता की ओर बढ़ने लगेगा और इसे एक सही और निश्चित दिशा में एकाग्र करना हमारे लिए काफी आसान हो जायेगा।

अच्छी संगत होगी मददगार–मन में कैसे विचार चलेंगे, ये इस बात पर भी निर्भर करता है कि हम अपने दैनिक जीवन में किन चीजों, लोगों और परिस्थितियों से मिलते हैं। अच्छी किताबें पढ़ने से अच्छे और सकारात्मक विचार ही मन में जगह बना पाते हैं जिससे मन सही दिशा में केंद्रित रहता है और आसपास के माहौल और हमारी संगत अगर अच्छी है तो मन के गलत राह पर भटकने का खतरा नहीं रहता।

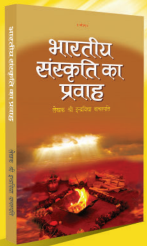
वाणी पर संयम भी है ज़रूरी तोल मोल के बोल¨इसका अर्थ हम सभी जानते ही हैं कि बोलने से पहले भली प्रकार से सोच लेना चाहिए। मन और हमारी वाणी द्वारा कहे गए शब्दों का गहरा सम्बन्ध होता है। मन जितना अस्थिर उतने ही अनियंत्रित और कड़वे हमारे बोल और मन जितना शांत उतनी ही स्पष्ट और निश्छल हमारी वाणी। इसलिए मन पर नियंत्रण के लिए क्यों न वाणी पर संयम रखना शुरू किया जाए। ऐसा कर पाना थोड़ा कठिन लग सकता है लेकिन शुरू में वाणी पर रखा गया नियंत्रण बहुत जल्द हमारे मन को भी नियंत्रित करने लगेगा।

व्यस्त रहना भी मन के नियंत्रण में सहायक–खाली दिमाग शैतान का घर होता है यानि जब हमारे पास व्यस्त रहने का कोई विकल्प नहीं होता है, उस समय हमारा मन अनियंत्रित विचारों से घिर जाता है जो अक्सर नकारात्मक ही होते हैं और ऐसे विचार हमारे व्यक्तित्व को काफी नुकसान पहुँचाते हैं। इससे बचने के लिए जरूरी है कि खुद को किसी निश्चित कार्य में व्यस्त रखा जाए ताकि मन में आने वाले विचार भी उस कार्य के लक्ष्य को प्राप्त करने में ही व्यस्त बने रहें। वह कार्य कोई भी हो सकता है–जैसे आर्ष ग्रंथों का स्वाध्याय, वैदिक साहित्य का अध्ययन जैसे धार्मिक व आध्यात्मिक कार्य या अन्य कोई रचनात्मक कार्य।

केवल मन की निंदा करने और उसके द्वारा नियंत्रित होते रहने की स्थिति में हम अपने जीवन के खुशनुमा लक्ष्य से काफी दूर रह जाएँगे। इससे बेहतर है कि हम मन को संयमित करने और इसके नियंत्रण से स्वयं को मुक्त करने के लिए उक्त सभी सुझावों पर अमल करने का प्रयास करें तभी हम कुछ ही समय में अपने मन को अपनी मनचाही दिशा में मोड़ने में सफलता पा सकेंगे।

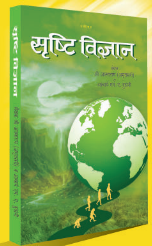
2018 Registered with Regn. of News Paper for India
वेदप्रकाश R.No. 627/57 Regd. No. DL(DG-11) / 8030/2018-20, U(DGPO) 01/2018-20
Posted at Delhi RMS, Delhi - 110006

आर्य महासम्मेलन-2018 के शुभ अवसर पर प्रकाशित साहित्य



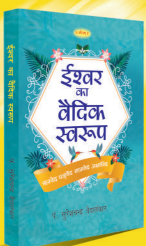
भारतीय संस्कृति का प्रवाहः पं. इन्द्र विद्यावाचस्पति

लेखक ने इस पुस्तक में भारत की संस्कृति के अब तक के जीवन की गाथा सुनाने का यत्न किया है। यद्यपि सदियों से काल चक्र हमारा शत्रु रहा है तो भी हमारी हस्ती नहीं मिटी इसकी तह में कोई बात है। वह बात क्या है? लेखक ने ऐसे प्रश्नों का उत्तर देने का प्रयास किया है।



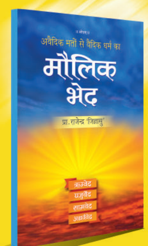
सृष्टि विज्ञानः पं. आत्माराम अमृतसरी

महर्षि दयानन्द ने रुड़की में डारविन के विकासवाद के सिद्धान्त का युक्ति पूर्वक खण्डन किया था। विकासवाद जैसी कल्पना को यूरोप छोड़ चुका है, परन्तु भारत में अभी तक इसकी लकीर पीटी जा रही है। ऐसी विज्ञान-विरुद्ध मिथ्या धारणा के उन्मूलन की दृष्टि से यह पुस्तक लिखी गई है।



ईश्वर का वैदिक स्परूपः पं. सुरेशचन्द्र वेदालंकार

विद्वान् लेखक ने परिश्रमपूर्वक चारों वेदों और उपनिषदों से अनेक मन्त्रों का संग्रह करके ईश्वर, जीव और प्रकृति के स्वरूप का विशद् विवेचन किया है।



मौलिक भेदः प्रा. राजेन्द्र 'जिज्ञासु'

अवैदिक मतों पंथों से वैदिक धर्म के 'मौलिक भेद' नाम की यह लोकप्रिय और मूर्धन्य आर्य विचारकों-विद्वानों द्वारा सराही गई यह पुस्तक धर्म प्रेमी जनता को सप्रम भेंट की जा रही है।

वैदिक धर्म गाईडः श्री मदन रहेजा

लेखक ने वैदिक धर्म की संक्षिप्त जानकारी इस लधु पुस्तक के माध्यम से देने का प्रयास किया है।

अथातो ब्रह्म जिज्ञासा : श्री वेद प्रकाश

वेदों में प्रतिपादित ईश्वर के वास्तविक स्वरूप को हम जान सकें इसी उद्देश्य से यह पुस्तक लिखी गयी है।