

ओ३म्

वर्षम् - ११, अङ्कः - १४०

फाल्गुन-चैत्री-२०७७/मार्च-२०२०

आर्ष-ज्योतिः

श्रीमद् दयानन्द वेदार्थ-महाविद्यालय-न्यास का द्विभाषीय मासिक मुखपत्र

ज्योतिष्कृणोति सूनरी

'जरा याद करो कुर्बानी'

शहीद दिवस

२३ मार्च

सृष्टिसम्बत् - १,९६,०८,५३,१२१

विक्रमसंवत् - २०७७

भारतीय नववर्ष की हार्दिक शुभकामनायें



रक्तसाक्षी पण्डित लेखराम को शत-शत नमन...



प्रसारणकार्यालयः

श्रीमद् दयानन्दार्थ-ज्योतिर्मठ-गुरुकुलम् पौन्धा,
देहरादूनम् (उत्तराखण्डः)

दूरवाणी - ७५७६४६६६५६ चलवाणी - ०६४१११०६१०४

ई-मेल : arsh.jyoti@yahoo.in Website: www.pranwanand.org

गुरुकुल दिनचर्या



❖ ओ३म् ❖

आर्ष-ज्योतिः

श्रीमद्दयानन्द वेदार्ष-महाविद्यालय-न्यास

का
द्विभाषीय मासिक मुखपत्र

फाल्गुन-चैत्रौ, विक्रमसंवत्-२०७७ / मार्चमासः-२०२०, सृष्टिसंवत्-१,९६,०८,५३,१२१
वर्षम् - ११ :: अङ्कः - १४० मूल्यम्- रु. ५ प्रति, वार्षिकम्-५०

❖ संरक्षकाः ❖

स्वामी प्रणवानन्दः सरस्वती

कै. रुद्रसेन आर्यः

प्रो. देवीप्रसादत्रिपाठीवर्याः

श्रीगिरीश-अवस्थीवर्याः

❖ परामर्शदातृमण्डलम् ❖

डॉ. रघुवीरवेदालङ्कारः

प्रो. महावीरः

आचार्ययज्ञवीरवर्याः

श्रीचन्द्रभूषणशास्त्री

❖ मुख्यसम्पादकौ ❖

डॉ. धनञ्जय आर्यः

डॉ. रवीन्द्रकुमारः

❖ कार्यकारी सम्पादकः ❖

ब्र. शिवदेवार्यः

❖ व्यवस्थापकाः ❖

ब्र. आकाशार्यः

ब्र. त्रिजकिशोरार्यः

ब्र. सुधांशुः

❖ कार्यालयः ❖

श्रीमद्दयानन्द-आर्ष-ज्योतिर्मठ-गुरुकुलम्

दूनवाटिका-२, पौन्धा,

देहरादूनम् (उत्तराखण्डः)

दूरवाणी - ०९४११०६१०४,८८१०००५०९६

website: www.pranwanand.org

E-mail : arsh.jyoti@yahoo.in

विषय-क्रमणिका

विषयः	पृष्ठः
सम्पादकीय	२
परीक्षा की तैयारी कैसे करें	६
रक्तसाक्षी पण्डित लेखराम के बलिदान से प्रेरणा लें	९
युवकों में बढ़ता तनाव समस्या एवं समाधान	१२
कर्तव्यों के पालन से ही होगी अधिकारों की रक्षा	१४
ट्रम्प ने बढ़ाई हिन्दी की 'ग्लोबल इमेज'	१६
योगदर्शनशिक्षणम्	१८
सन्यासाचारः	२०
संस्कृतशिक्षणम्	२२
अखिल भारतीय गुरुकुलीय शिक्षा सम्मेलन निमन्त्रण	२४

न्याय्यात् पथः प्रविचलन्ति पदं न धीराः

लेख में प्रकट किए विचारों के लिए सम्पादक उत्तरदायी नहीं हैं।

प्रकाशनतिथि-३ मार्च २०२० :: डाकप्रेषणतिथि-८ मार्च २०२०

सम्पादक की कलम में...



ये कैसा विरोध... ?

आज देश की स्थिति को देखकर अत्यन्त आश्चर्य होता है कि देश किस दिशा में गति कर रहा है, यह अत्यन्त चिन्तनीय है। जिस सरकार को पूर्ण बहुमत के साथ हम अपने लिए ही चुनते हैं और आज हम ही उसके निर्णयों पर प्रश्न करने लग जाते हैं? यह कैसी विडम्बना है? निर्णयों पर प्रश्न उठाना कोई अनुचित बात नहीं, किन्तु विचारने की आवश्यकता है कि हम किन निर्णयों पर प्रश्न उठा रहे हैं? और प्रश्न उठाने का तरीका क्या है? आखिर हम विरोध किसका कर रहे हैं?

प्रथम तो आवश्यकता है कि हम जाने कि नागरिकता संशोधन विधेयक है क्या? नागरिकता संशोधन अधिनियम (Citizenship (Amendment) Act, 2019) भारत की संसद द्वारा पारित एक अधिनियम है, जिसके द्वारा सन् 1955 का नागरिकता कानून को संशोधित करके यह व्यवस्था की गयी है कि ३१ दिसम्बर सन् २०१४ के पहले पाकिस्तान, बांग्लादेश और अफगानिस्तान से आए हिन्दू, बौद्ध, सिख, जैन, पारसी एवं ईसाई को भारत की नागरिकता प्रदान की जा सकेगी। इस नये विधेयक के आधार पर पड़ोसी देशों के अल्पसंख्यक यदि ५ वर्षों से भारत में

निवास कर रहे हैं तो वे अब भारत की नागरिकता प्राप्त कर सकते हैं। पहले भारत की नागरिकता प्राप्त करने के लिए ११ वर्ष भारत में रहना अनिवार्य था।

नागरिकता संशोधन बिल को लोकसभा ने १० दिसम्बर २०१९ को तथा राज्यसभा ने ११ दिसम्बर २०१९ को पारित कर दिया था। १२ दिसम्बर को भारत के राष्ट्रपति ने इसे अपनी स्वीकृति प्रदान कर दी और यह विधेयक एक अधिनियम बन गया। १० जनवरी २०२० से यह अधिनियम प्रभावी भी हो गया। लोकसभा में इस नागरिकता संशोधन विधेयक २०१९ के पक्ष में ३११ मत तथा विरोध में ८० मत पड़े।

इस अधिनियम में मुसलमान शरणार्थियों को नागरिकता नहीं प्रदान की जा सकेगी। इसका कारण यह दिया गया कि उक्त देश मुस्लिम बहुल हैं तथा वे देश स्वयं इस्लामी देश हैं।

अब समझते हैं कि इसका विरोध क्यों शुरू



हुआ। विरोध की शुरुआत मुसलमानों को नागरिकता न देने से आरम्भ हुई। विपक्षी पार्टियों तथा मुसलमानों का मानना है कि यह विधेय मुसलमानों के खिलाफ है और भारतीय संविधान के अनुच्छेद - १४ का उल्लंघन करता है। अनुच्छेद - १४ से तात्पर्य है समानता का अधिकार। क्योंकि भारत एक धर्मनिरपेक्ष देश है, फिर

यह विधेयक इस्लाम धर्म के साथ कैसे भेद-भाव कर रहा है? भारत के पूर्वोत्तर राज्यों असम, मेघालय, मणिपुर, मिजोरम, त्रिपुरा, नागालैंड और अरुणाचल प्रदेश में भी इस विधेयक का विरोध आरम्भ हुआ क्योंकि ये राज्य बांग्लादेश की सीमा के अत्यन्त समीपस्थ हैं। इन राज्यों में बांग्लादेश के मुसलमान और हिन्दू दोनों ही बड़ी संख्या में आकर रहते हैं। विपक्षी पार्टियों ने अपनी वोटबैंक की रोटी सेकने के लिए इस नियम को मुस्लिमों की नागरिकता छिनने की बातें कहकर आग में

घी डालने का काम किया। असदुद्दीन औवैसी ने इस विधेयक को देश को तोड़ने वाला बताकर विरोध को जन्म दिया। कांग्रेस ने मुस्लिमों को यह कहकर विरोधी बनाया कि सरकार



यह नियम लागू करके भारत को हिन्दू राष्ट्र बनाना चाहती है। सपा तथा बसपा ने भी भारत की मुस्लिम जनता को विरोध के लिए प्रेरित किया।

इस नियम की अत्यन्त आवश्यकता थी क्योंकि किसी भी देश की सरकार का ये कर्तव्य होता है कि वह अपनी सीमाओं की रक्षा करे, घुसपैठियों को रोके, शरणार्थियों में छिपे देश के लिए घातक लोगों को पहचाने। हमारे देश में रह रहे शरणार्थियों का कोई तो स्थान होगा। आखिर उनकी भी तो कोई इच्छा होगी कि हम किसी देश के नागरिक कहलायें, जहाँ वे सुख-शान्ति से दो समय का भोजन कर सकें। हमारे निकटवर्ती देशों में निरन्तर अल्पसंख्यकों की संख्या निम्नतम होती जा रही है। उन पर नित कष्टों का पहाड़ गिरता जा रहा है। कहीं तो उन्हें स्थान मिले। क्योंकि इस दुःख दर्द को कोई मानवाधिकार के ठेकेदार तो देखने आते नहीं। इसलिए भारत सरकार ने

पूर्ण प्रतिबद्धता के साथ इस नियम को लागू किया। हम भारतवासियों को इस नियम का पूर्ण रूप से स्वागत करना चाहिए। किन्तु दुर्भाग्य है भारतवर्ष की जनता का, जो दूसरों की असत्य बातों को अपने हित के लिए समझकर आग में कूद जाते हैं।

इस आग का उदय हुआ था पूर्वोत्तर राज्यों से। असम में लोग इस कानून का सर्वाधिक विरोध कर रहे थे। धीरे-धीरे यह विरोध की आग देश के अनेक राज्यों में फैलने लगी। कुछ राज्यों में राष्ट्र हित को सोच समझ कर सरकार ने विरोध की अग्नि को प्रज्वलित ही नहीं होने दिया किन्तु कुछ राज्य ऐसे थे जो इस विरोध रूपी अग्नि का पूर्णरूप से सहयोग कर रहे थे।

जवाहर लाल नेहरू विश्वविद्यालय, दिल्ली तथा जामिया मिल्लिया इस्लामिया विश्वविद्यालय आदि शिक्षण संस्थानों से नागरिकता संशोधन अधिनियम का विरोध हिंसात्मक रूप से शुरू हुआ।

इस विरोध में विश्वविद्यालय के प्रबन्धकों का अप्रत्यक्ष रूप से पूर्ण समर्थन प्राप्त होता है, क्योंकि यदि समर्थन न होता तो परिसर में रहकर ऐसा विरोध कदापि सम्भव ही नहीं है।



इस विरोध ने निश्चय कर लिया था कि हम हिंसा करके सरकारी सम्पत्ति का नाश करेंगे और इस अधिनियम को वापस करायेंगे। बड़े-बड़े राजनेता तथा अभिनेता इनके समर्थन में उतर आये। सभी ने अपनी-अपनी राजनीति की रोटियां पकाने के लिए लोगों को हिंसा के मार्ग से बचाने के स्थान पर हिंसा करने के लिए प्रेरित किया।

विश्वविद्यालयों में हिंसा न हो इसके लिए प्रशासन ने कमर कस ली। अब विरोधियों को कोई तो स्थान चाहिए था जिससे वह अपना विरोध उजागर कर सकें। ऐसे में विरोधियों ने शाहीन बाग को अपना मुख्य केन्द्र बनाया। शाहीन बाग भारत की राजधानी दिल्ली के दक्षिण में स्थित एक आवासीय क्षेत्र है। यमुना के किनारे स्थित यह दिल्ली को नोएडा से जोड़ने वाली सड़क पर स्थित है।

शाहीन बाग में पिछले ढाई मास से सीए और एनआरसी के विरोध में धरना प्रदर्शन चल रहा है। प्रदर्शनकारियों ने यहाँ अवैध रूप से सड़क पर टेंट लगाया तथा टेंटों में लाउड स्पीकर और बड़ी-बड़ी हैलोजन



लाइटें, हीटर आदि लगाये गये। ऐसे में सरकार ने कोई ध्यान नहीं दिया। और ध्यान तो प्रदर्शनकारियों के समर्थन में था। कोई गरीब अपने घर में चोरी से बिजली के तार डाल ले तो उससे जुर्माना लेकर प्रताड़ित किया जाता है, पर यहाँ तो सब फ्री था। शाहीन बाग में प्रदर्शन करने वालों से जब पूछा गया कि खाने की व्यवस्था कहाँ से होती है तब कहते थे कि 'सब अल्लाह ताला की रहम है, सुबह अपने आप

ही सारी व्यवस्था कर देता है।' अब विचार करो कि अल्लाह खुद तो बनाता नहीं होगा। तो आखिर कहीं-न-कहीं इनके समर्थक इनके लिए व्यवस्था करते होंगे। जब लोगों को फ्री में बिरयानी मिलेगी और साथ में रुपये मिलेंगे तो कौन नहीं जाना चाहेगा शाहीन बाग?

इसी बीच दिल्ली के चुनाव होने थे, जिसका पूर्ण लाभ विरोध कराने वाले प्रत्याशियों को हुआ। चुनाव के प्रत्याशियों ने अपने पोस्टरों पर इस विरोध का पूर्ण समर्थन किया। आर्थिक सहयोग भी पहुँचाया। तथा आगे भी सहयोग का आश्वासन दिया गया। इसके बाद ११ फरवरी २०१९ को चुनाव का परिणाम आया और आम आदमी पार्टी की सरकार बनी।

शाहीन बाग के लोगों को दिल्ली सरकार का

पूर्ण समर्थन प्राप्त था ही। प्रदर्शनकारियों ने योजनाबद्ध तरीके से सड़कों पर उतरकर हिंसा करने का निश्चय किया। २४ फरवरी २०२० से प्रदर्शनकारियों द्वारा हिंसा का तांडव

उग्र रूप से आरम्भ हुआ। लोगों के घर जलाये गये, सरकारी सम्पत्ति को क्षतिग्रस्त किया गया, लोगों को चाकुओं से मृत्यु के घाट उतारा गया, सुरक्षाकर्मियों पर खुलेआम गोली तान दी जाती है, आम आदमी का तो घर से बाहर निकलना मुश्किल हो गया है। यहाँ तक कि घर में घुसकर भी तोड़-फोड़ कर रहे हैं। पेट्रोल बम व पत्थर फेंके जा रहे हैं। एक कश्मीर खतम हुआ तो दूसरा कश्मीर तैयार कर रहे हैं। प्रत्येक जगह को

शाहीन बाग बनाना चाहते हैं, जिससे इनके परिवार के लोग फ्री में सब कुछ पा सकें। इनको तो बस हिन्दुत्व के नाम से आजादी चाहिए। इनका बस चले तो रातो-रात हिन्दुस्तान को पाकिस्तान बना दें।

इस हिंसा की ज्वाला ने बहुत से घरों से अपने परिवार के सदस्यों को खोया है। चारों ओर भय का



वातावरण तैयार कर दिया है।

इस हिंसा की ज्वाला को भड़काने वाला कपिल मिश्रा को बताया जा रहा है। हम जानना चाहते हैं कि किस आधार पर कपिल मिश्रा दोषी हैं। कपिल मिश्रा ने तो बस इतना ही कहा था कि हम हर जगह शाहीन बाग नहीं बनने देंगे। क्या इनते कह देने मात्र से हिंसा हो सकती है? यदि इतने कह देने से हो सकती है तो कि किस-किस ने क्या-क्या नहीं कहा? आप के विधायक अमानतुल्ला खान ने क्या कुछ नहीं बोला? आम आदमी पार्टी के नेता मनीष सिसोदिया कहते हैं

कि हम शाहीनबाग के साथ हैं। असुदुद्दीन ओवैसी कहते हैं कि १५ मिनट के लिए पुलिस हटा दो बता देंगे किसमें कितना दम है। हमने ८०० साल तक राज किया है। वारिस पठान कहते हैं कि हम १५ करोड़ १०० करोड़ पर भारी हैं।

और इस हिंसा की भट्टी तो आम आदमी पार्टी के नगरनिगम पार्षद ताहिर हुसैन के घर से चल रही थी। हिंसा की सम्पूर्ण सामग्री ताहिर के घर से प्राप्त होती है तो फिर आज ताहिर हुसैन पर कोई कार्यवाही करने को तैयार क्यों नहीं? दिल्ली सरकार क्यों चुप्पी साधे हुये है? कपिल मिश्रा पर कार्यवाही के लिए संजय सिंह चिल्ला रहे हैं, पर ताहिर हुसैन पर चुप्पी क्यों? मुख्यमंत्री केजरीवाल जी तो कहते हैं कि यदि आम आदमी पार्टी का कोई दोषी है तो उस पर दोगुनी कार्यवाही की जाये। पर हम जानना यह चाहते हैं कि कार्यवाही करेगा कौन?

आज देश जल रहा है। सब ओर बस हिन्दू-मुस्लिम के नाम पर राजनीति कर लोगों को लड़ाया जा रहा है। कोई किसी से कम नहीं रहना चाहता। लड़ाई का परिणाम सदैव दुःख ही होता है। इस हिंसा से बचने के लिए यथाशीघ्र उपाय खोजना चाहिए। अपने आप को सुरक्षित रखते हुए सर्वत्र शान्ति को स्थापित करने के लिए प्रयास करना चाहिए।

-शिवदेव आर्य,
गुरुकुल पौन्धा, देहरादून
मो.-८८१०००५०९६

**कोई कितना ही करें, परन्तु जो स्वदेशीय राज्य होता है,
वह सर्वोपरि उत्तम होता है।**

- महर्षि दयानन्द सरस्वती

परीक्षा की तैयारी कैसे करें...

□ अंकित आर्य...✍



वर्तमान में बोर्डों तथा विश्वविद्यालयों की परीक्षाओं का आयोजन आरम्भ हो रहा है। ऐसे समय में विद्यार्थियों को अपना पूर्ण ध्यान अपने पाठ्यक्रम की ओर एकत्रित करना चाहिए। कुछ बातें जो विद्यार्थियों के लिए पालनीय हैं, उनका उल्लेख यहाँ किया जा रहा है -

१. सर्वप्रथम अपनी दिनचर्या बनायें। रात्रि में देर रात तक पढ़ना और प्रातः काल तक सोना उचित नहीं है। रात्रि में १०-११ बजे सोना प्रातः ४-५ बजे उठने का नियम बनायें। कम से कम ६-७ घण्टे की निद्रा अवश्य लें।

प्रातः काल शौचादि से निवृत्त होकर २ घण्टे पढ़ने में लगाये। इसके पश्चात् आधा घण्टा आसन प्राणायाम हल्के व्यायाम का अभ्यास करें। पश्चात् स्नान करें



कुछ समय ध्यान भृकुटी में लगाकर गायत्री मन्त्र का जप करें इससे मन को एकाग्र करने में सहायता मिलती है। विद्यालय में जाने से पहले दिन के पढ़े सुने विषयों को सरसरी दृष्टि से देखकर जायें।

२. विद्यालय में ध्यान देकर पढ़ें। जो विषय समझ में नहीं आये उसे गुरुजनों से पूछने में संकोच न करें।

३. विद्यालय से आकर कुछ विश्राम अल्पाहार या मनोरंजन करने से मस्तिष्क से ताजा हो जाता है।

४. इसके पश्चात् अपना प्रतिदिन का स्मरण किया हुआ पाठ अवश्य लिखें, प्रश्नों के उत्तरों को कापी में लिखने का अभ्यास। यदि समय बचे तो मैदान में जाकर कुछ समय खेल खेलना चाहिये।

५. सायंकाल भोजन के पश्चात हल्का मनोरंजन परिवार के लोगों से वार्तालाप आदि में सम्मिलित होवें।

६. इसके पश्चात् कम से कम दो घण्टे अध्ययन करें। नोट्स बनायें और उन्हें ध्यान में रखते हुये पढ़ना बन्द कर ईश्वर का स्मरण कर सो जायें।

७. रविवार के दिन सप्ताह में पढ़े हुए विषयों की पुनरावृत्ति करें और प्रश्नों के उत्तर रफ कापी में लिखने का अभ्यास करें। सायंकाल खेलने या भ्रमण के लिये कुछ समय अवश्य निकालें।

८. जब आप किसी विषय को पढ़ते हैं तो एक पृष्ठ में आये महत्त्वपूर्ण बिन्दुओं को रेखांकित कर लें और कुछ समय आंखें बन्द रखकर उन्हें मन ही मन दोहरायें। इसी भांति एक विषय या अध्याय समाप्त हो जाने पर उसकी मन से पुरावृत्ति करें।

९. सतताध्ययनं वादः परतन्त्रावलोकनम्।

तद्विदाचार्य सेवा च बुद्धि मेधा करे गणः।।

आयुष्यं भोजनं जीर्णं वेगानां चाविधारणम्।

ब्रह्मचर्यमहिंसा च साहसानां च वर्जनम्।।

सम्बन्धित विषय के ग्रन्थों का नित्य अध्ययन, पढ़े विषय की आपस में चर्चा करना अपने विषय में सहयोगी दूसरे ग्रन्थों को पढ़ना विषय के जानने वाले गुरुजनों से पढ़ना ये सब बुद्धि कर वृद्धि करने वाले कार्य है। इनके अतिरिक्त भोजन के पाचन होने पर आयु एवं बुद्धि वर्धक आहार का सेवन मल मूत्रादि के वेगों को न रोकना ब्रह्मचर्य का पालन अहिंसा और

अति साहस वाले कार्यों का त्याग करने से बुद्धि वृद्धि होती है।

१०. आत्मविश्वास बढ़ायें। मैं परीक्षा में प्रश्नों का उत्तर दे सकूंगा या नहीं, इस कार्य में मुझे सफलता मिलेगी या नहीं इत्यादि संशयात्मक विचारों से व्यक्ति में नकारात्मक भावना आ जाती है और उसे अपनी क्षमताओं पर सन्देह होने लगता है। इसी भांति अत्यधिक आत्मविश्वास भी कई बार धोखा दे जाता है। इन दुर्बलताओं को हटाने के लिये पढ़ने में रुचि लेना जीवन का उद्देश्य निश्चित करें अर्थात् मुझे यह बनना है। मन को एकाग्र करने के लिये ध्यान, जप, मन के संवेगों का नियन्त्रण शरीर एवं मन के अत्यधिक श्रम से बचना और दृढ़ आत्मविश्वास बनाए रखना चाहिये। सदैव आशावादी दृष्टिकोण प्रसन्नता, संयम, सदाचार, सत्संगति, ईश्वर पर विश्वास तथा लिखने का अभ्यास करते रहना भी लाभदायक है।



११. सायंकाल १० बादाम के बीज ५-६

काली मिर्च चीनी या कांच के पात्र में भिगो दें। प्रातः काल नित्यकर्मों से निवृत्त होकर बादाम का छिलका उतार कर इन्हें मिक्सी में पीस लें और चटनी बनने पर दूध में मिला पी लें अथवा बादामों को चबाकर उपर से दूध पीयें। इससे स्मरण शक्ति की वृद्धि होती है।

१२. प्राणायाम-कपालभाति, अनुलोम-विलोम अथवा बाह्य प्राणायाम श्वास को बाहर निकालकर उसे यथाशक्ति बाहर ही रोके रखना। जब अधिक समय तक नहीं रुके तो धीरे से भीतर लेकर फिर बाहर निकाल बाहर ही रोक लेना। ऐसे ११ प्राणायाम करने से बुद्धि तीव्र होती है। और विचार पवित्र बनते हैं तथा पाचन शक्ति भी बढ़ जाती है।

परीक्षा से पूर्व क्या करें?

१. पुराने प्रश्न पत्रों के आधार पर महत्वपूर्ण प्रश्नों का चयन कर उनकी तैयारी करें।

२. चित्र मानचित्र आदि विषय को समझने में बहुत सहयोगी है।

३. पढ़ते समय कम्प्यूटर या इन्टरनेट की सहायता ले सकते हैं।

४. पढ़ने के १-२ घण्टे पश्चात् कुछ टहलना, पानी पीना या थोड़ा संगीत सुनना तनाव को दूर करने में सहायक हैं।

५. किसी विषय को समझने के लिये टुकड़ों में बांट लें इससे समझने में सुविधा रहेगी।

६. यदि किसी विषय को समझने में आप कठिनाई महसूस करते हैं तो बिना किसी संकोच के उस विषय के विशेषज्ञ से मार्गदर्शन प्राप्त करें।

७. जो विषय आपने पढ़े हैं उसके संक्षेप में नोट्स बनाते जायें। इन्हें परीक्षा से पहले सरसरी रूप से देखना उपयोगी रहेगा।

८. भोजन संतुलित लें। अधिक भोजन से आलस्य एवं निद्रा आती है और कम भोजन से पढ़ने में मन नहीं

लगता तथा थकान और सिरदर्द होने लगता है।

९. यदि आपको परीक्षा की तैयारी करते समय किसी प्रकार की बाधा या समस्या है तो अपने माता-पिता एवं गुरुजनों से परामर्श अवश्य लें।

१०. स्मरण रहे पाठ पढ़ने तथा विषय को समझने के अनेक उपाय हो सकते हैं कोई एक विधा सबके लिये उपयुक्त हो ऐसा नहीं कहा जा सकता।

११. सबसे महत्वपूर्ण एवं ध्यान देने योग्य बात यह है कि मोबाईल का कम से कम प्रयोग करें। मोबाईल पढाई का शत्रु है। इसी भांति पढ़ते समय टेलिविजन का देखना या रेडियों से गाने सुनना भी ठीक नहीं है।

परीक्षा के समय ध्यान देने योग्य बातें-

१ मन से परीक्षा का भय निकाल दें। आत्मविश्वास से प्रश्नों को ध्यान से पढ़कर अंकों के अनुसार प्रश्नों का

उत्तर दे।

२. जिस विषय की परीक्षा है उसका पाठ्यक्रम एक दिन पहले ही पूरा दोहरा लें। परीक्षा के दिन रात्रि में अधिक समय तक जागने से परीक्षा के समय स्मरण किया हुआ भूल जाता है। विषय से सम्बन्धित मुख्य बिन्दुओं को ध्यान में रखना और समझ लेना बहु आवश्यक है।
३. परीक्षा के दिन भी कुछ समय तक हल्का व्यायाम, आसन, प्राणायाम और अल्प आहार लेकर जायें।
४. परीक्षा के पूर्व और परीक्षा स्थल पर तनाव से बचना चाहिये। ऐसी स्थिति आने पर दीर्घ श्वास प्रश्वास लेना, पूर्ण आत्मविश्वास और जो प्रश्न सरल हो उसका उत्तर प्रथम लिखने से विचारों की एवं शृंखला बन जायेगी और शेष प्रश्न भी समझ में आते चले जायेंगे।
५. प्रश्न पत्र को ध्यान से पढ़ना प्रश्नों का उत्तर सुलेख और सटीक देना परीक्षक को प्रभावित करता है। जहाँ तक हो सके भाषा की गलतियां कम से कम होनी

चाहिये।

६. एक ही प्रश्न का उत्तर देने में अधिक समय न लगाये। यदि किसी प्रश्न के उत्तर देने में कुछ संदेह या कठिनाई है तो उसके लिये कुछ लाईन छोडकर शेष प्रश्नों का उत्तर लिखने में ध्यान दें।
७. प्रश्नों के उत्तर में शीर्षक या उपशीर्षक को साफ अक्षरों में लिखें।
८. जहां तक हो सके बिना उत्तर दिये किसी भी प्रश्न को नहीं छोडना चाहिये। परन्तु इसका यह अभिप्राय नहीं है कि अनावश्यक बातों से उत्तर संचिका को भरा जाये।
९. उत्तर संचिका में अनावश्यक बातें न लिखें।
१०. जब आपके प्रश्नों के उत्तर पूरे हो जाये तो एक बार उन्हे पुनः देख लें और कहीं कोई अशुद्धि या और अन्य त्रुटि रह गई है तो उसे ठीक कर लें।

– शास्त्री तृतीय वर्ष,
गुरुकुल पौन्धा, देहरादून

वार्षिकोत्सव एवं स्थापना समारोह

आप सभी को यह जानकर अत्यन्त हर्ष होगा कि मसूरी की तलहटी में स्थित, प्राकृतिक सौन्दर्य का अनुपम स्थल गुरुकुल पौन्धा, देहरादून का ऋग्वेद पारायण महायज्ञ, वार्षिकोत्सव एवं स्थापना समारोह ५, ६ एवं ७ जून २०२० शुक्र, शनि एवं रविवार को भव्य सम्मेलनों के साथ मनाया जा रहा है, जिसकी पूर्णाहूति रविवार को होगी। इस कार्यक्रम में प्रसिद्ध वैदिक उपदेश एवं भजनोपदेशक पधार रहे हैं जिनके अनुपम सन्देश आपको सुनने को मिलेंगे।

इस अवसर पर आपको गुरुकुल के ब्रह्मचारियों के भाषण, भजन, कविताओं को सुनने एवं शारीरिक प्रदर्शन देखने का अवसर प्राप्त होगा।

आप सबसे विनम्र अनुग्रह है कि आप सभी अपने परिवार एवं इष्ट मित्रों सहित अधिक से अधिक संख्या में उपस्थित होकर धर्म लाभ उठायें।

सम्पर्क सूत्र : ०१३५-२१०२४५१, ०९४१११०६१०४, ९४११३१०५३०

ई-मेल : arsh.jyoti@yahoo.in / Website : www.pranwanand.org

रक्तसाक्षी पण्डित लेखराम के बलिदान से प्रेरणा लें

□ मनमोहन कुमार...



वर्ष १८६७ की ६ मार्च को पं. लेखराम जी का १२३ वां बलिदान दिवस होने के कारण उनके जीवन पर विचार कर उनसे प्रेरणा ग्रहण करने का अवसर है। पं. लेखराम जी का आरम्भिक जीवन साधारण मनुष्यों की भांति ही था परन्तु ऋषि दयानन्द वा वेदों के विचारों के स्पर्श व उन पर उनकी अद्भुत श्रद्धा व भक्ति सहित उसके लिए अपने प्राणों को अर्पित कर देने के कारण आज वह वैदिक धर्म पर शहीद हुए बलिदानियों में शिखरस्थ स्थान पर हैं। बलिदान दिसव पर उनके जीवन से प्रेरणा लेकर उनके गुणों को अपने जीवन में धारण करने पर विचार करने का दिन है। मनुष्य जीवन का उद्देश्य मात्र अर्थ प्राप्ति करना तथा उससे सुख-भोग की सामग्री एकत्रित करना ही नहीं है अपितु संसार के उत्पत्तिकर्ता ईश्वर व एकदेशीय सूक्ष्म एवं चेतन जीवात्मा के सत्यस्वरूपों को जानकर ईश्वर की स्तुति, प्रार्थना व उपासना करते हुए शुभ गुणों को धारण की आत्मा का कल्याण करना है। इसके साथ ही ईश्वर का साक्षात्कार कर मोक्ष की प्राप्ति करना भी मनुष्य जीवन का उद्देश्य है। पण्डित लेखराम जी के जीवन काल में विधर्मी मिथ्या ज्ञान व अविद्या के सहारे वैदिक धर्म का ह्रास कर रहे थे। ऋषि दयानन्द ने वैदिक धर्म के यथार्थ स्वरूप को प्रस्तुत कर उसके महत्व को प्रस्तुत किया था जो इस जन्म में अभ्युदय प्राप्त कराने के साथ



मृत्यु होने पर निःश्रेयस अर्थात् मोक्ष कराता है। पं. लेखराम जी ने ऋषि दयानन्द की वैदिक मान्यताओं, सिद्धान्तों व उद्देश्यों के प्रचार को ही अपने जीवन का उद्देश्य बनाया था और अपनी योग्यता व पुरुषार्थ से वैदिक धर्म की महत्वपूर्ण सेवा व रक्षा की। सारा आर्य जगत् व सभी वैदिक धर्मी उनकी सेवाओं एवं बलिदान के लिए सदा-सदा के लिए ऋणी व कृतज्ञ हैं। उनके बलिदान ने यह सिद्ध कर दिया कि वैदिक धर्म के विरोधियों के पास वेद और आर्यसमाज के सिद्धान्तों की काट व उनका उत्तर नहीं है। उनकी नींव असत्य व मिथ्या ज्ञान अथवा अविद्या पर आधारित है। वह वैदिक धर्म के सिद्धान्तों का न तो सामना ही कर सकते हैं और न आक्षेपों का उत्तर ही दे सकते हैं। पं. लेखराम जी के बलिदान ने विपक्षियों व विरोधियों की सैद्धान्तिक दृष्टि से पराजय प्रदर्शित की है। हमें पं. लेखराम जी से प्रेरणा लेकर ऋषि दयानन्द व उनके मार्ग पर चलना है। इसी से वैदिक धर्म का प्रसार होगा और हम पुण्य के भागी होंगे।

पण्डित लेखराम जी सच्चे ब्राह्मण, धर्मवीर वा धर्मजिज्ञासु थे। आपका सारा जीवन सभी एषणाओं से मुक्त जीवन था। धन व भौतिक पदार्थों का आपको किंचित भी मोह नहीं था। अर्थ शुचिता का यदि आदर्श रूप देखना हो तो वह महर्षि दयानन्द, पं. लेखराम जी, स्वामी श्रद्धानन्द जी व पं. गुरुदत्त

आदि के जीवन में मिलता है। पं. लेखराम जी आर्य प्रतिनिधि सभा पंजाब के प्रचारक विद्वान थे। पंजाब सभा व स्वामी श्रद्धानन्द जी की प्रेरणा से ही आपने ऋषि दयानन्द जी के जीवन चरित का अनुसंधान किया। इसके लिए वह उन सभी स्थानों पर गये जहां जहां ऋषि दयानन्द जी गये थे। वहां जाकर लेखराम जी ने उन व्यक्तियों की तलाश की, जो ऋषि दयानन्द के जीवन में उनसे मिले थे, उन्हें देखा था तथा उनके सम्पर्क में आये थे या उनके प्रवचनों आदि से लाभान्वित हुए थे। ऐसे व्यक्तियों का पता लगाकर आपने उनसे ऋषि के बारे में जानकारी संग्रहीत की थी। ऋषि दयानन्द के सम्पर्क में आये लोगों के संस्मरणों को पता कर उनके ही शब्दों में उन्हें लिपिबद्ध करके ऋषि का अपूर्व जीवनचरित तैयार किया था। यद्यपि आर्यसमाज में ऋषि दयानन्द के पं. देवेन्द्रनाथ मुखोपाध्याय, स्वामी सत्यानन्द, श्री गोपालराव हरि, श्री रामविलास शारदा, श्री हरविलास शारदा, मास्टर लक्ष्मण आर्य और डा. भवानीलाल भारतीय आदि विद्वानों के महत्वपूर्ण जीवनचरित विद्यमान हैं परन्तु पं. लेखराम जी ने जो तथ्यात्मक जीवनचरित दिया है वही सामग्री परवर्ती विद्वानों द्वारा लिखे गये जीवनचरित का मुख्य आधार बनी है। लेखराम जी के इस कार्य की जितनी भी प्रशंसा की जाये कम है। इसे पढ़कर पाठकों को सन्तोष व प्रसन्नता का अनुभव होता है। हम कल्पना भी नहीं कर सकते कि यदि पं. लेखराम जी द्वारा यह कार्य सम्पन्न न किया जाता तो आज ऋषि के जितने जीवन चरित उपलब्ध होते हैं, घटनाओं की दृष्टि से उन सबका आकार अत्यन्त संक्षिप्त व न्यून होता। इस कार्य के लिए भी सारा आर्यजगत पं. लेखराम जी का ऋणी है। न केवल यह एक ग्रन्थ ही, अपितु पं. लेखराम जी ने वैदिक धर्म व ऋषि दयानन्द की मान्यताओं एवं सिद्धान्तों के पोषक अनेक ग्रन्थों का सृजन किया है। 'कुलियात आर्य मुसाफिर'

ग्रन्थ में उनकी प्रायः सभी रचनाओं को संग्रहित किया गया है। वर्तमान में भी यह ग्रन्थ परोपकारिणी सभा से उपलब्ध है।

पं. लेखराम ने देश के अनेक स्थानों पर जाकर वैदिक धर्म का प्रचार किया। उन्होंने आर्यसमाजों की स्थापना, विधिर्मियों के आर्यों के धर्मान्तरण से रक्षा तथा अनेक धर्मान्तरित बन्धुओं को वैदिक धर्म में प्रविष्ट कराया। उन्होंने जिस समर्पण भाव से शुद्धि व धर्मप्रचार का कार्य किया वह स्तुत्य एवं प्रशंसनीय है। उन्होंने वेद विरोधी मुस्लिम विद्वानों को जो चुनौतियां दीं वही उनकी हत्या व बलिदान का कारण बनीं। इस कार्य को करते हुए उन्होंने कभी अपनी माता, धर्मपत्नी व 9 वर्ष 3 माह की अल्पायु में मृत्यु को प्राप्त पुत्र 'सुखदेव' के प्रति मोह का परिचय नहीं दिया। आप आचरण बताता है कि पंडित जी पारिवारिक मोह से ऊपर उठे हुए थे। आपकी धर्मपत्नी माता लक्ष्मी देवी जी भी आप की ही तरह वैदिक धर्म प्रेमी व ऋषिभक्त थी। आप उन्हें शिक्षित कर आर्यसमाज की प्रचारिका बनाना चाहते थे। पं. लेखराम जी की मृत्यु पर माता लक्ष्मीदेवी जी को इंशोरेंस से बीमे की राशि मिली थी। उसे उन्होंने गुरुकुल कांगड़ी को पं. बुद्धदेव विद्यालंकार जी की शिक्षा व्यय के लिए दान दे दी थी। पं. बुद्धदेव विद्यालंकार जी परवर्ती जीवन में स्वामी समर्पणानन्द सरस्वती के नाम से प्रसिद्ध हुए। वह अद्भुद प्रतिभाशाली विद्वान थे। गुरुकुल प्रभात आश्रम, मेरठ उन्हीं के द्वारा स्थापित उनका स्मारक है। वैदिक वर्ण व्यवस्था की समर्थक उनकी कृति "कायाकल्प" एक अतीव महत्वपूर्ण ग्रन्थ है जिसमें गुण, कर्म, स्वभाव पर आधारित वर्णव्यवस्था का पोषण किया गया है। पं. लेखराम जी ने वैदिक धर्म के प्रचार प्रसार के लिए अनेक आदर्श स्थापित किये। सभी का वर्णन यहां किया जाना शक्य नहीं है। हम उनके धर्म प्रेम की एक अतीव प्रेरणाप्रद घटना प्रस्तुत कर लेख को विराम देंगे।

पं. लेखराम जी को एक बार सूचना मिली कि लुधियाना के दोराहा गांव के हिन्दूओं का धर्मान्तरण किया जा रहा है। यह उनके लिए असह्य था। उन्होंने तत्काल वहां जाने की तैयारी की। मेल एक्सप्रेस रेलगाड़ी का टिकट लिया और यह निश्चय होने पर गांड़ी दोराहा रुकेगी नहीं, उन्होंने चलती रेल से कूदने का निश्चय किया। आपने अपने बिस्तर को अपने शरीर के चारों ओर लपेटकर चलती रेल से छलांग लगा दी। आपके शरीर के अनेक भागों में चोटें लगीं। आप लहुलुहान हो गये और इसी घायल अवस्था में उस स्थान पर जा पहुंचे जहां हिन्दुओं को धर्मान्तरित कर मुसलमान बनाया जाना था। जब वह वहां के लोगों से मिले तो पूछने पर उन्होंने रेलगाड़ी से कूदने की यथार्थ कथा सुनाई। यह सुनकर सभी बन्धु स्तब्ध रह गये कि कोई व्यक्ति उनके धर्म की रक्षा के लिए अपने प्राणों की बाजी लगा कर उन तक पहुंचा है। वहां के लोग पं. लेखराम जी से इतने प्रभावित हुए कि उन्होंने धर्मान्तरण का अपना निश्चय त्याग दिया। स्वाभाविक है कि पंडित जी ने उसके बाद उन सभी बन्धुओं को वैदिक धर्म की महत्ता पर उपदेश भी अवश्य दिया होगा और उसके साथ ही मुस्लिम मत के अनेक अन्धविश्वासों व कुरीतियों का वर्णन भी किया होगा जिससे भविष्य में कोई उनको मूर्ख न बना सके। हमें पं. लेखराम जी के जीवन की यह घटना उनके गहरे धर्मभाव का प्रमाण प्रतीत होती है।

दिनांक ६ मार्च, सन् १८९७ को एक मुस्लिम युवक ने धोखे से पं. लेखराम जी के लाहौर स्थित निवास पर सायं ७ बजे छुरे को उनके पेट में घोंप कर हत्या कर दी और भाग गया। जिस मनुष्य व समाज के पास किसी बात का उत्तर नहीं होता वह ऐसा ही कुकृत्य करता है। पं. लेखराम जी मरकर भी जीवित वा अमर हैं। वैदिक सत्य मत आज भी अपराजित है और अन्य सभी मत ऋषि दयानन्द व

उनके अनुयायियों द्वारा युक्ति, तर्क व प्रमाणों के आधार पर असत्य व अपूर्ण सिद्ध किये गये हैं। पं. लेखराम जी की मृत्यु पर पं. चमूपति जी और लाला लाजपत राय जी श्रद्धांजलियां प्रस्तुत करते हैं। पं. चमूपति जी के अनुसार 'वीर लेखराम की अर्थी के साथ सहस्त्रों मनुष्यों का तांता लग रहा था। लाहौर के नर-नारी इस निर्भीक युवक के बलिदान पर अत्यन्त क्षुब्ध थे। पृथिवी पर हर जगह फूल ही फूल दीखते थे। गुलाब के पानी के कंटर पर कंटर बहा दिये गये। आर्यजाति में एक नई स्फूर्ति थी, नया आवेग था। प्रतीत यह होता था कि एक धर्मवीर के बलिदान ने सम्पूर्ण जाति को नया जीवन प्रदान कर दिया है। पवित्रता का पारावार था। उत्साह ठाठें मार रहा था। साहस की बाढ़ आ गई थी। जिधर देखो, कर्मण्यता-पूर्ण वैराग्य था।' लाला लाजपत राय जी ने अपनी श्रद्धांजलि में कहा है कि "पं. लेखराम लेखनी की तलवार लेकर कार्यक्षेत्र में आया। विरोधियों की छावनी में भगदड़ मच गई। किसमें इतना साहस था कि सामने आये? उसकी लेखनी ने वही कार्य किया जो स्वामी दर्शनानन्द की लेखनी व वाणी ने मिलकर सम्पन्न किया। कुलियाते आर्य मुसाफिर उसके अथक परिश्रम का ज्वलन्त प्रमाण है। मरने वाला मर गया। निर्दयी व क्रूर हत्यारे ने अपनी गर्दन पर निष्पाप लेखराम की हत्या का पाप लिया।" धर्मवीर पण्डित लेखराम जी ने अपनी नश्वर देह का त्याग करते हुए आर्यों को यह सन्देश दिया था, "लेखनी व वाणी से प्रचार का कार्य बन्द न हो।" आज आर्यों को उनकी इस वसीयत को पूरा करना है, तभी भविष्य में वेदाज्ञा 'कृण्वन्तो विश्वमार्यम्' चरितार्थ हो सकता है। हम भी अपनी अल्प सामर्थ्य एवं योग्यता से इस कार्य में लगे हुए हैं।

&f<~ p@ [k@kyk&,,]
ngj knu&,, †ŠŒŒf

युवकों में बढ़ता तनाव समस्या एवं समाधान

□ स्वामी देवव्रत सरस्वती...✍

वर्तमान भौतिक और यान्त्रिक युग में सर्वत्र स्पर्धा का प्राधान्य है और व्यक्ति रोजी, रोटी तथा अस्तित्व की लड़ाई लड़ रहा है। नई जिम्मेदारियों की समस्या, अनुभव की कमी और समाज में अपने आपको सबसे अच्छा दिखाने की भावना के कारण युवकों को सब से अधिक तनाव सहन करना पड़ रहा है।

तनाव व्यक्ति एवं परिस्थियों के मध्य होने वाले क्रिया और प्रतिक्रिया का आदान-प्रदान मात्र है। इस स्थिति में व्यक्ति Fight or Flight अर्थात् परिस्थिति का मुकाबला करता है अथवा वहां से पलायन करने का उपाय सोचता है। इस पलायन के फलस्वरूप वह हताशा और निराशा से घिर जाता है।

सामान्य रूप में युवावर्ग में तनाव के निम्न कारण हैं-

१. परीक्षा में कम अंक आना अथवा प्रतियोगी परीक्षा में अनुतीर्ण हो जाना -

प्रत्येक माता-पिता की यह इच्छा रहती है कि उनके बच्चे परीक्षा में अधिक से अधिक अंक प्राप्त करें जिससे उन्हें इंजीनियर, डाक्टर, सिविल सर्विस आदि में प्रवेश मिल सके। बच्चों को आगे बढ़ने के लिए उन्हें प्रेरित करना कोई बुरी बात तो नहीं है परन्तु सभी बच्चे कुशाग्र बुद्धि वाले नहीं होते। ऐसे समय माता-पिता का यह कर्तव्य बनता है कि वे बच्चों पर अनावश्यक दबाव न डालें। व्यक्ति का जीवन केवल परीक्षा के अंको के आधार पर नहीं चलता। प्रत्येक व्यक्ति को प्रकृति प्रदत्त गुण भी मिले हैं जिनका विकास कर वह सम्मानपूर्वक जीवन व्यतीत कर सकता है।

२. प्रेम में असफलता - आज सर्वत्र पश्चिम की

अपसंस्कृति का प्रचार-प्रसार हो रहा है जिसके कारण युवक और युवतियां जीवन निर्माण के स्थान पर जीवन ऊर्जा को समय से पहले ही क्षीण करने की ओर प्रवृत्त हो रहे हैं। यह प्रवृत्ति उन्हें पतन की ओर ले जाने वाली है। आजकल जिसकी गर्लफ्रेंड और ब्वायफ्रेंड नहीं है उसे निरा बुद्धू समझा जाता है।

प्रेम और वासना में अन्तर है। प्रेम आन्तरिक अनुभूति है और वासना शारिरिक भूख है। प्रेम में समर्पण तथा वासना में स्वार्थ की प्राधानता रहती है। माता पिता एवं गुरुजनों का यह कर्तव्य है कि वे युवकों का मार्गदर्शन करें और उन्हें समझाये कि समय से पहले किया गया कोई भी कार्य अच्छा नहीं होता। इस समय आपको अपने भविष्य का निर्माण करने के लिए कठोर परिश्रम करना चाहिए।

विवाह की आयु हो जाने पर अभिभावकों का यह कर्तव्य है कि वे लड़का, लड़की की भावनाओं का सम्मान करें। जहां तक हो सके गुण, कर्म, स्वभाव के अनुसार उन्हें अपना जीवन साथी चुनने की स्वतन्त्रता होनी चाहिए। आजकल जो प्रेम विवाह हो रहे हैं यह प्रवृत्ति सामाजिक परिवेश के अनुकूल नहीं है।

३. युवावर्ग और पुरानी पीढ़ी के विचारों में विभिन्नता भी तनाव का कारण बनती है-

बड़े लोग चाहते हैं कि उनके बच्चे जैसा हम कहें उसी के अनुसार चलें। जहां हम उनका विवाह करें और जैसी शिक्षा दिलायें वही उचित है। जब हम उनके लिए सारी सुविधायें जुटा रहें हैं तो हमारी भी कुछ आकाक्षाएं हैं। कुछ सीमा तक उनकी बात उचित हो सकती है परन्तु सर्वांश में नहीं। बच्चों की अपनी रुचि और क्षमता का भी ध्यान रखना उचित है। उन पर अधिक दबाव डालने पर वे आपकी बात को

अनसुना कर स्वैच्छिक वृत्ति वाले बन जाते हैं और स्वयं भी तनाव में रहते हैं।

कुछ सूत्र और भी हैं जिनकी ओर माता - पिता को ध्यान देना चाहिए।

१. शास्त्रों में कहा है कि जब बालक सोलह वर्ष का हो जावे तब उसके साथ मित्रवत् व्यवहार करना उचित है।

२. युवा हो जाने पर बच्चों सारी बात अपने माता-पिता को नहीं बतलाते। इस स्थिति में यदि उन्हें कोई मानसिक परेशानी है तो माता-पिता बच्चों को विश्वास में लेकर उनके विचारों को जान उनका समाधान करें अथवा मित्रों से सूचना प्राप्त कर यथोचित उपाय करने का प्रयत्न करें।

३. माता-पिता का कर्तव्य बनता है कि जो बातें वे अपने बच्चों से कहते हैं कि ऐसा करो आदि वे उनके जीवन में यदि नहीं हैं तो ऐसा व्यक्ति अपने बच्चों को किस आधार पर उन्हें रोक पायेगा।

४. माता पिता अपने बच्चों को सदा प्रोत्सहित करते रहें तथा उच्च आदर्श, पुरुषार्थ एवं सत्य व्यवहार की प्रेरणा दें। वे उनकी क्षमताओं को बतलायें और उन्हें विकसित करने में पूरा सहयोग करें।

तनाव या डिप्रेशन को दूर करने में युवकों को स्वयं भी प्रयत्न करना चाहिये।

१. अपनी दिनचर्या में परिवर्तन करें। प्रातः काल शीघ्र जागकर नित्य कर्मों से निवृत्त हो व्यायाम, आसन, प्राणायाम और ध्यान करने से निराशामय वातावरण बदल जाता है। सायंकाल खेलकूद और परिवार या मित्रों के साथ मनोरंजन करना भी तनाव को पर्याप्त सीमा तक दूर करता है।

२. अपने मन की बात माता-पिता या मित्रों को बतला देने से भी मन हलका हो जाता है।

३. आपकी जिस क्षेत्र में रुचि और क्षमता है उसी में अपना भविष्य सुरक्षित करना चाहिए। माता-पिता यदि सहमत नहीं हैं तो विनम्रतापूर्वक उन्हें अनुकूल बनाने का प्रयत्न करें।

४. अपने सुखद भविष्य का चिन्तन करें। आजकल सभी क्षेत्रों में प्रतिस्पर्धा का युग है। इसके लिये आपको कठोर परिश्रम करने की आवश्यकता है।

५. इस कच्ची आयु में प्यार की पींग बढ़ाना, अपने आपको अत्याधुनिक या सुपरमैन दिखलाना कदापि उचित नहीं है। स्मरण रहे- **‘सादगी सदाचार की जननी है और श्रृंगार व्यभिचार का दूत है।’**

५. यदि परिस्थितियां आपके अनुकूल नहीं हैं तो उन्हीं के अनुरूप सामञ्जस्य बिठाते हुये आगे बढ़ें। सभी वस्तुयें किसी के भी अनुकूल नहीं रहतीं। जिस पथ में कांटे न हों वह पथ ही क्या है? धारा के प्रतिकूल होने पर ही नाविक के धैर्य की परीक्षा होती है।

६. जब भी कमी निराशा के भाव आयें तब जिन महापुरुषों ने प्रतिकूल परिस्थियों से लोहा लिया है, उनका स्मरण करें। कुआँ खोदने वाले को पहले कीचड़ और अन्त में निर्मल जल की प्राप्ति होती है। सोना अग्नि में तप कर ही कुन्दन बनता है।

७. लोक में कहावत है-‘तेते पाँव पसारिये जेती लाम्बी सौर’ आप कोई बड़ा कार्य करना चाहते हैं तो पहले अपने संसाधन, सामर्थ्य और मित्रजनों की सहायता कितनी मिलेगी इसका चिन्तन अवश्य ही कर लें।

८. जीवन में सफलता और असफलता दोनों ही मिलती है। असफलता भी एक कदम आगे बढ़ने की सीढ़ी है। **यत्ने कृतेऽपि यदि न सिध्यति कोऽत्र दोषः।** प्रयत्न करने पर भी यदि कोई कार्य सिद्ध नहीं होता तो देखें। कि कहाँ कमी रह गई। उसे दूर कर फिर से उत्साह पूर्वक कार्य प्रारम्भ करें।

९. व्यक्ति कर्म करने में स्वतन्त्र है। फल ईश्वराधीन है। कई बार दुष्ट प्रकृति के लोग भी अड़चन डाल देते हैं। इसके अतिरिक्त भ्रष्टाचार का बोलबाला आपकी योग्यता को दबा लेता है। यह समाज की विसंगति है। आपको उस समय भी हतोत्साहित नहीं होना चाहिए। बाधायें कब रोक सकीं रोक सकीं हैं आगे बढ़ने वाले को।

- सार्वदेशिक आर्यवीर दल

कर्तव्यों के पालन से ही होगी अधिकारों की रक्षा

□ महेश तिवारी...



राष्ट्रकवि मैथलीशरण शरण गुप्त जी ने लिखा है - 'जो भरा नहीं भावों से, बहती जिसमें रसधार नहीं, वह हृदय नहीं पत्थर है, जिसमें स्वदेश का प्यार नहीं।' यह पंक्तियां किसी भी व्यक्ति में राष्ट्र के प्रति अगाध प्रेम और निष्ठा को पिरो सकती हैं। ऐसे में जब हम आज के इक्कीसवीं सदी में विश्वगुरु और नया भारत बनने को आशयित है। फिर हमें राष्ट्रवाद क्या होता है? क्या है हमारे कर्तव्य? इन्हें न सिर्फ समझना होगा। अपितु आत्मसात और अंगीकृत करना होगा। तभी नए भारत का निर्माण किया जा सकता। जो न सिर्फ आधुनिक भारत कहलाएगा, अपितु वैश्विक परिदृश्य का नेतृत्वकर्ता भी होगा।

ऐसे में पहले हम समझते हैं राष्ट्रवाद को। राष्ट्रवाद वर्तमान युग की महाशक्ति है। एक अवधारणा है। विचार है। जो अपने राष्ट्र के प्रति अनुराग या लगाव का भाव प्रदर्शित करता है। भले ही सत्रहवीं शताब्दी में राष्ट्रवाद का सूक्ष्म अभिप्राय राज्य की जनसंख्या तक सीमित था, लेकिन आज उसका दायरा असीमित हो चुका है। राष्ट्रवाद एक महान संयोगी तत्व के रूप में देश को एकता के सूत्र में पिरोने वाला प्रमुख तत्व है। राष्ट्रवाद एक नैतिक आधार भी है। जिस प्रकार व्यक्ति राष्ट्र का अंग है, उसी प्रकार राष्ट्र विश्व समाज का अंग है। जब हम राष्ट्रवाद की बात करते हैं। फिर हमें पहले राष्ट्र की संकल्पना समझनी चाहिए। राष्ट्र का निर्माण राज्यों से, राज्यों का जिलों से और जिलों का गठन वहां रहने वाले लोगों से होता है। आज के दौर में हम अखंड भारत की बात भी करते हैं। ऐसे में हमें अपने राष्ट्र और समाज की बेहदारी के बारे में चिंतन और मनन करना चाहिए, लेकिन वह स्व-हितों के आगे नगण्य होता जा रहा है।

कैटलिन के शब्दों में - 'नागरिकता किसी व्यक्ति की वह वैधानिक स्थिति है जिसके कारण वह राजनीतिक

रूप से संगठित समाज की सदस्यता प्राप्त कर विभिन्न राजनीतिक एवं सामाजिक अधिकार प्राप्त करता है।' ऐसे में व्यक्ति को जब नागरिकता प्राप्त हो जाती है तो बेहतर जीवन जीने के लिए उसे मौलिक अधिकारों की जरूरत पड़ती है। ऐसे में इसका इंतजाम भी हमारे संविधान में अनुच्छेद १२ से ३५ के मध्य किया गया है। जिससे कि एक व्यक्ति बेहतर जीवन व्यतीत कर सकें, लेकिन जब आप एक राष्ट्र का हिस्सा होते हैं। वह भी उस संवैधानिक देश में जहां के संविधान की प्रस्तावना की शुरुआत ही फहम भारत के लोग से होती है। ऐसे में हमें अपने अधिकार को याद करने से पूर्व अपने कर्तव्यों को याद करना होगा, क्योंकि एक राष्ट्र कोई भौगोलिक क्षेत्रफल नहीं। वह व्यक्तियों से मिलकर बनता है। लोकतंत्र किसी एक व्यक्ति से नहीं बनता। ऐसे में सभी का अपना स्वतन्त्र अस्तित्व और निर्बाध जीवन चल सकें। इसके लिए हम और हमारे समाज द्वारा संवैधानिक कर्तव्यों का पालन करना भी जरूरी है। वैसे यहां देखें तो भारत जैसे देश में लोकतंत्र की परंपरा कोई नई बात नहीं है। इतिहासकार केपी जायसवाल के मुताबिक प्राचीन भारत में गणतंत्र की प्रणाली रोमन गणतंत्र प्रणाली से पहले ही थी। इतना ही नहीं भारतीय पुरातन परम्परा से ही राष्ट्रवाद और कर्तव्य निर्वहन की परंपरा चली आ रही। याद करिए भगवद्गीता और रामायण जैसे पुराणों के प्रसंगों को, कर्तव्यपरायणता के अनुपम उदाहरण देखने को मिल जाएंगे। गीता में तो भगवान श्रीकृष्ण ने कहा भी है, कि व्यक्ति को फल की इच्छा किए बिना अपने कर्तव्यों का निर्वहन करना चाहिए। इतना ही नहीं राष्ट्रपिता महात्मा गांधी ने भी कहा है कि 'हमारे अधिकार का सही स्रोत हमारे कर्तव्य हैं और यदि हम अपने कर्तव्यों को सही ढंग से निभाएंगे तो हमें अधिकार मांगने की जरूरत नहीं पड़ेगी।'

गौरतलब हो, कि दुनियाभर के कई राष्ट्रों ने आज तरक्की की नई इबारत लिख दी है। तो उसके पीछे का अहम कारण उन देशों में राष्ट्रवाद की प्रबल भावना का होना और वहां की अवाम द्वारा अपने कर्तव्यों को समझना और उनका पालन करना है। जर्मनी, जापान, रूस और इजरायल को उठाकर देख लीजिए। ये देश सिर्फ आज वैश्विक परिदृश्य पर अमित छवि ही नहीं रखते। अपितु विकसित अर्थव्यवस्था है इन देशों की। तो इसका सबसे बड़ा कारण यहां के लोगो मे राष्ट्रवाद की भावना का कूटकूट कर समाहित होने के साथ अपने देश के प्रति कर्तव्य बोध होना है। इतना ही नहीं आप संयुक्त राज्य अमेरिका को देख लीजिए। जो आज वैश्विक फलक का नेतृत्व कर रहा। किस आधार पर। सिर्फ और सिर्फ अपने नागरिकों की सामूहिक कार्य क्षमता और प्रबल राष्ट्रवाद के कारण। अमेरिका ऐसा देश है जो अपने नागरिकों को 'सिटीजन्स अल्मनाक' नाम से एक दस्तावेज देता है। जिसमें सभी नागरिकों के कर्तव्यों का विवरण दिया होता है। यहां एक अन्य देश सिंगापुर का उदाहरण भी लेते हैं। जिसके विकास में नागरिकों की कर्तव्यपरायणता गुंथी हुई है। जिसके फलस्वरूप कम समय मे ही सिंगापुर जैसा अल्पविकसित देश आज विकसित राष्ट्र बन बैठा है।

इन सबसे इतर एक हमारा राष्ट्र है। जिसको विरासत में राष्ट्रवाद और कर्तव्यनिष्ठा का गुण मिला। लेकिन दुर्भाग्य देखिए आज हम अधिकारो को लेकर आंदोलित हो उठते लेकिन कर्तव्यों की बारी आती तो हम सुसुप्त अवस्था मे चले जाते। फिर कैसे बनेंगे हम विश्वगुरु और वैश्विक परिदृश्य के संचालक? हम यहां जिक्र २०१८ में केरल में आई बाढ़ के तबाही की ही कर लेते हैं। केरल में २०१८ में आई तबाही कुछ मायनों में १९२४ में आई तबाही से भी बड़ी प्राकृतिक आपदा रही, जिसका कारण माननीय भूल और उसकी बढ़ती महत्वाकांक्षाएं हैं। जिसमें सरकारी आँकड़े के मुताबिक ४०० से ऊपर लोग मारे गए और हजारों लोग बेघर हुए। इसके अलावा बीते वर्ष बिहार में आई प्राकृतिक आपदा

को कौन भूल सकता। उस दौरान तो देश का चौथा स्तम्भ कहलाने वाला मीडिया भी अपने कर्तव्यों को विखंडित करते हुए नजर आया। ये चंद घटनाएं उदाहरण मात्र है। ऐसी अनगिनत घटनाएं हमारे लोकतंत्र के साए तले आए दिन घटित होती है। ज्यादा दूर जाने की बात नहीं है। बीते दिनों देश के एक अस्पताल में एक महिला को अपनी भूख मिटाने के लिए जिंदा कबूतर खाना पड़ा। ऐसे में पहला सवाल यहीं कहाँ गई समाज की मानवता, राष्ट्रवाद की भावना? क्या उस अस्पताल में एक भी ऐसा व्यक्ति नहीं जिसे संवैधानिक कर्तव्यों और राष्ट्रवाद की भावना की याद उस समय न आई हो। अगर किसी को संवैधानिक कर्तव्यों का भान आया भी, फिर तो ऐसी स्थिति में संवैधानिक देश के नागरिकों और अवाम का कर्तव्य बनता था। सभी लोग आगे आकर संवैधानिक कर्तव्यों और राष्ट्रवाद की भावना का परिचय देते, लेकिन दुर्भाग्य देखिए ऐसे मौकों पर देश के नागरिकों को न कर्तव्य याद आता और न ही उस राष्ट्रवाद की भावना में उबाल आता। जो पाकिस्तान का नाम सुनते प्रस्फुटित होने लगता है। प्रतिवर्ष विश्व में बाढ़ से होने वाली कुल मौत में २० फीसद योगदान भारत का होता है। ऐसे में अगर विश्व बैंक कहता है, कि भारत के रहन-सहन में २०५० तक और गिरावट देखी जाएंगी। तो आधुनिक होते देश की अवाम को राष्ट्रवाद और फर्जी राष्ट्रदोह के बारे में बहस न करके प्रकृति के संरक्षण के बारे में चिंतन-मनन और विमर्श करना चाहिए। कैसे प्रकृति का अनिर्यात्रित दोहन कम किया जा सकें। वैसे अगर संविधान में वर्णित मूल कर्तव्यों का ही सच्चे मन से निर्वहन किया जाए तो ऐसी समस्याओ से निजात मिल सकती, पर अमूमन अभी ऐसा कुछ होता दिखता नहीं। न ही सामाजिक स्तर पर और न ही रहनुमाई स्तर पर। जो बेहद चिंताजनक पहलू की तरफ इशारा कर रहा।

विषय चिंतनीय तब और अधिक हो जाता। जब यह मालूम पड़ता कि अधिकार की बात आते ही भौंह तान देश के नागरिक खड़े हो जाते और अनगिनत

अनुच्छेद गिनाना शुरू कर देते हैं। अनुच्छेद १४ विधि के समक्ष स्वतंत्रता का अधिकार देता। अनुच्छेद १६ अवसर में समता की बात करता। वहीं अनुच्छेद २१ जीवन जीने की स्वतंत्रता देता। उसका हनन क्यों ठीक है। आपका अधिकार है बेहतर जीवन जीने की स्वतंत्रता का, लेकिन यह भी तो समझिए साहब। प्रत्येक सिक्के के दो पहलू होते हैं। अधिकार दिए गए हैं, तो कुछ संवैधानिक कर्तव्य भी हैं। उन्हें क्यों बिसार देते? वैसे भी इतने बड़े लोकतांत्रिक देश में कर्तव्यों का जिक्र बहुत कम है उसका तो निर्वाह किया जा सकता है। गिने-चुने ग्यारह कर्तव्यों का जिक्र है। उसे भी न अवाम निभाती है और न ही सरकारें उसके लिए ऐसा माहौल निर्मित कर पाती। जिससे कर्तव्यों का निर्वहन करना अवाम की नैतिक जिम्मेदारी बन सकें। फिर स्थिति काफी विकट नजर आती है। वैसे सियासत के कृष्ण से ज्यादा उम्मीद करना भी आज के वक्त में बेईमानी ही लगता है, क्योंकि न यह त्रेतायुग है और न ही अपने कर्तव्य के प्रति निष्ठावान राजा। आज तो सियासतदां ही संवैधानिक कर्तव्यों का पालन नहीं करते। फिर वो कैसे अवाम को कर्तव्यों के प्रति वफादार बना पाएंगे। यह बड़ा सवाल है। ऐसे में गौरतलब हो यह सवाल इसलिए क्योंकि वर्ष २०१६ में दायर की गई एक जनहित याचिका में यह तथ्य सामने आया कि सुप्रीम कोर्ट के वकीलों, जजों और सांसदों सहित देश के लगभग ९९.९ प्रतिशत नागरिक संविधान के अनुच्छेद ५१ 'ए' में वर्णित कर्तव्यों को पूरा नहीं करते हैं। उसका सबसे मुख्य कारण यह है कि उन्हें इस संबंध में मुकम्मल जानकारी ही नहीं है।

वैसे आज के दौर में एक अजीब बिडम्बना भी है। जब आदमी के खुद के ऊपर कोई बात आती, तो उसके बारे में जानकारी न होना बता देना उसके लिए बहुत आसान होता है। चलिए एक दफा मान लेते नहीं होगी संवैधानिक कर्तव्यों की जानकारी, लेकिन अधिकारों को लेकर इतना जागरूकता क्यों? जागरूकता तो ठीक है। अधिकार के नाम पर आज तो देश की सरकारी संपत्ति तक का नुकसान उस देश में हो रहा। जहां का

एक बहुत बड़ा तबका दो वक्त की रोटी और सिर पर छत के लिए मोहताज है। एक आंकड़े के मुताबिक श्रम सुधारों की ओर ध्यान आकर्षित करने के लिए आयोजित बंद में करदाताओं को १८ हजार करोड़ रूपए का नुकसान हुआ तो जाट आंदोलन के कारण ३४ हजार करोड़ रूपए, और कर्नाटक में कावेरी जल विवाद पर विरोध प्रदर्शन के कारण २२-२५ हजार करोड़ का नुकसान हुआ। इसके अलावा इंस्टिट्यूट फॉर इकोनॉमिक्स एंड पीस २०१७ की रिपोर्ट के मुताबिक देश को हिंसात्मक विरोध के कारण ८० लाख करोड़ रूपए की छति उठानी पड़ रही है। अगर इसे प्रतिव्यक्ति में बदल दें, तो लगभग प्रतिव्यक्ति के हिस्से में ४० हजार रूपए आएगा। इसके अलावा इसे सकल घरेलू उत्पाद के संदर्भ में देखें तो देश को जीडीपी के नौ फीसदी के बराबर नुकसान झेलना पड़ा। ऐसे में जिस दौर में हम आधुनिक भारत बनने की बाट जोह रहें, उसमें अधिकार के लिए यह सरकारी संपत्ति की बर्बादी जायज है क्या? इसे जायज कहीं से नहीं ठहराया जा सकता। फिर क्यों न अगर हम नए भारत का निर्माण करना चाह रहे, तो संवैधानिक देश के वासी होने के नाते पहले अपने उन ११ कर्तव्यों को आत्मार्पित करें। जिससे देश और समाज सभी का भला होगा। जब हम कर्तव्यों को समझने लगेंगे तो अधिकार तो स्वतः प्राप्त हो जाएंगे। इन सबसे इतर अगर वर्ष १९९८ में गठित वर्मा समिति ने पाया कि मौलिक कर्तव्यों के गैर-परिचालन का मुख्य कारण इसके कार्यान्वयन हेतु रणनीति की कमी है। फिर अधिकार और कर्तव्यों की बीच समन्वय के लिए सरकारी प्रयास होना बेहद जरूरी है। साथ ही साथ अगर सच में कर्तव्य नाम की चिड़िया को भारतीय लोकतंत्र में जीवित रखना है, तो उसे कानूनी ताबुत से सुरक्षित करना होगा। वरना हक की आड़ में सारी नैतिकता आने वाले दिनों में खूंटी पर टँगी हुई नजर आएगी और नए भारत का सपना सिर्फ सपना बनकर ही रह जाएगा।

- गोड़ा (उत्तरप्रदेश)

ट्रम्प ने बढ़ाई हिन्दी की 'ग्लोबल इमेज'

□ प्रभुनाथ शुक्ल...✍

भारत और अमेरिकी संबंधों में गुजरात का मोटेरा स्टेडियम नई इबादत लिखेगा। राष्ट्रपति बनने के बाद अपनी पहली यात्रा पर भारत आए दुनिया के सबसे शक्तिशाली शिखर डोनाल्ड ट्रम्प बेहद खुश और गौरवान्वित दिखे। लेकिन एक बात जो खुल कर सामने आई है वह है हिंदी की अहमियत को लेकर। मोदी और ट्रम्प की इस जुगलबंदी ने हिंदी का ग्लोबल मान बढ़ाया है। वैसे तो मोटेरा स्टेडियम में आयोजित इस कार्यक्रम की मूल थीम हिंदी यानी नमस्ते ट्रम्प पर आधारित थी। लेकिन ट्रम्प और मोदी ने लाखों की भीड़ को हिंदी यानी नमस्ते से संबोधित किया। अपनी भारत यात्रा के दौरान ट्रम्प ने तीन बार हिंदी में ट्यूट किया।

अमेरिकी राष्ट्रपति ने हिंदी की स्वीकार्यता को निश्चित रूप से बढ़ाया है, यह हर भारतीय और हिंदी प्रेमी के लिए गौरव की बात है। ट्रम्प ने हिंदी फिल्म शोले और शाहरुख का भी जिक्र किया। जबकि देश में हिंदी भाषा की स्वीकार्यता पर संसद से लेकर सड़क तक खूब राजनीति होती है। पूर्वोत्तर भारत में हिंदी और हिंदी भाषियों के साथ क्या सलूक होता है यह बात किसी से छुपी नहीं है। दक्षिण भारत में हिंदी को लेकर क्या स्थिति है सब जानते हैं। गुजरात में हिंदी भाषियों पर किस तरह जानलेवा हमले

हुए यह कहने की बात नहीं है। लेकिन ट्रम्प ने उसी गुजरात की धरती से हिंदी को बड़ा सम्मान दिया है। हिंदी को राजभाषा का दर्जा भले मिल गया हो लेकिन राष्ट्रभाषा का सम्मान आज तक नहीं मिल 55 पाया है। सरकारी परीक्षाओं को हिंदी माध्यम से कराने पर भी राजनीति होती है। अंग्रेजी सोच की हिमायती राजनीति हिंदी बोलने में अपना अपमान और शर्म महसूस करती है। अधिकांश राजनेता अपने ट्यूट अंग्रेजी में करते हैं। जबकि अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प ने हिंदुस्तान और हिंदी की अहमियत समझते हुए अपनी

भारत यात्रा को हिंदीमय बना दिया। इससे यह साबित होता है कि हिंदी अब बेचारी नहीं बल्कि ग्लोबल धमक वाली हो गई है।

अंग्रेजी के हिमायत यह कह सकते हैं कि ट्रम्प ने यह सब अमेरिका में

होने वाले आम चुनाव के लिए किया। क्योंकि अमेरिका में भारतीय मूल के ४० लाख लोग रहते हैं। लेकिन आलोचकों को यह सोचना होगा कि दुनिया के सबसे ताकतवर देश के राष्ट्रपति को हिंदी में ट्यूट की क्या जरूरत थी। वह अपनी बात अंग्रेजी में भी कह सकते थे। निश्चित रूप से हिंदी का ग्लोबल मान बढ़ाने में ट्रम्प और मोदी का अहम योगदान है। पहले ट्यूट में उन्होंने लिखा हम भारत आने के लिए तत्पर हैं। हम



रास्ते में हैं, कुछ ही घंटों में हम सबसे मिलेंगे। दूसरे और तीसरे ट्यूट में उन्होंने भारत और अमेरिकी संबंधों का जिक्र किया। इसका असर भी अमेरिका में रहने वाले भारतीय मूल के लोगों पर बेहद गहरा होगा। लोग इस ट्यूट के राजनीति मायने चाहे जो निकालें, लेकिन एक बात सच है कि वैश्विक स्तर पर हिंदी की स्वीकार्यता बढ़ी है।

हिंदी में संबोधन किसी विदेशी राष्ट्राध्यक्ष की कोई नई पहल नहीं है। पूर्व अमेरिकी राष्ट्रपति बराक ओबामा जब २०१० में भारत आए तो उन्होंने भी अपने



सत्कार से प्रभावित होकर हिंदी में 'बहुत-बहुत धन्यवाद' बोलकर भारत और भारतीयता के प्रति अभार जताया था। जबकि भाषण का अंतिम संबोधन 'जयहिंद' से किया था। विदेशी धरती पर सिर्फ हिंदी नहीं उसकी क्षेत्रिय भाषाओं का भी जलवा कायम रहा है। आपको याद होगा प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जब अपनी अमेरिकी यात्रा पर गए थे तो तत्कालीन राष्ट्रपति बराक ओबामा ने गुजराती भाषा में 'केम छो मिस्टर मोदी' से स्वागत किया था। जब अमेरिका में आम चुनाव हो रहे थे तो वहां भी 'अबकी बार ट्रम्प सरकार' की गूज सुनाई दी थी। भारत में गढ़ा इस चुनावी जुमले का इस्तेमाल खुद राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प ने किया था। भारत में २०१४ के आम चुनाव में यह चुनावी नारा खूब गूजा था अबकी बार मोदी सरकार। हिंदी की अहमियत और ग्लोबल

स्वीकार्यता तेजी से बढ़ रही है। इसमें प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का भी अहम योगदान है। जबकि इससे पूर्व भारत के कई राजनेता वैश्विक मंच पर हिंदुस्तान और हिंदी का मान बढ़ाते आए हैं। प्रधानमंत्री अपनी विदेश यात्राओं में हिंदी का खुल कर प्रयोग करते रहे हैं। हिंदी को 'ग्लोबल' बनाने में भी खास योगदान रहा है। अपनी अमेरिकी यात्रा के दौरान ट्रम्प से मुलाकात में उन्होंने हिंदी में भाषण दिया था।

देश की परराष्ट्रमंत्री सुषमा स्वराज आज हमारे बीच नहीं है। लेकिन हिंदी के उत्थान और विकास के लिए उनके योगदान को भूलाया नहीं जा सकता है। विदेशमंत्री रहते हुए संयुक्तराष्ट्र संघ में २०१७ में उन्होंने ने हिंदी में भाषण देकर पाकिस्तान को खूब लताड़ लगाई थी। सुषमा स्वराज अपनी प्रखर भाषण शैली और बेवाक हिंदी के लिए जानीजाती थी। संसद में जब बोलती थीं तो सन्नाटा पसर उठता था। भारत की संसद से लेकर वैश्विक मंच पर उन्होंने हिंदी का मान बढ़ाया। भारत रत्न एवं पूर्व प्रधानमंत्री अटल बिहारी वाजपेयी का हिंदी प्रेम किसी से छुपा नहीं है। अटल जी अपने विदेशी दौरों के समय कई मंचों पर हिंदी में अपनी बात रखी। १९७७ में संयुक्तराष्ट्र संघ में उन्होंने अपना पहला भाषण हिंदी में दिया था। यह बेहद प्रभावशाली भाषण था जो नस्लवाद और मानवधिकारों पर दिया गया था। देश के प्रथम प्रधानमंत्री पंडित जवाहर लाल नेहरू भी हिंदी के विशेष हिमायती थे। उनकी पहल पर ही १४ सितम्बर को 'हिंदी दिवस' रूप में मानाया जाता है। क्योंकि १४ सितम्बर १९४९ को हिंदी को संविधान सभा में अधिकारिक भाषा सम्मान मिला था। सोशलमीडिया में हिंदी का अच्छा प्रयोग हो रहा है। लोगों की पहली पसंद बने ट्यूट पर भी हिंदी पर काफी ट्यूट किए जा रहे हैं। लेकिन राष्ट्रीय स्तर पर इसे जो सम्मान मिलना चाहिए वह नहीं मिल सका है। अब वक्त आ गया है जब हमें हिंदी की वैश्विक स्वीकार्यता को समझते हुए राजनीति को किनारे रख हिंदी को और संवृद्ध बनाने के लिए काम करना चाहिए।

योगदर्शनशिक्षणम्

□ शिवदेव आर्यः...



दृष्टानुश्रविकविषयवितृष्णस्य वशीकारसंज्ञा वैराग्यम्

(योगदर्शन.-१/१५)

पदार्थव्याख्या-

दृष्टः=इन्द्रियों द्वारा देखे हुए और आनुश्रविकः=वेद, वेदोक्त ग्रन्थ अथवा आचार्य आदि से सुने हुए विषयः=विषयों से वितृष्णस्य=वासना रहित मनुष्य की वशीकारसंज्ञा=अपने वस में रखने की अनुभूति वैराग्यम्=अपरवैराग्य कहलाता है।

सूत्रार्थ-

वर्तमान जीवन में अनुभव किये हुए और सुने हुए विषयों की तृष्णा से रहित योगी की मन, इन्द्रियों पर पूर्ण वशीकरण की अनुभूति 'अपरवैराग्य' कहलाता है।

व्यासभाष्य-

स्त्रियोऽन्नं पानमैश्वर्यमिति दृष्टविषये वितृष्णस्य स्वर्गवैदेह्यप्रकृतिलयत्वप्राप्तावानुश्रविकविषये वितृष्णस्य दिव्यादिव्यविषयसम्प्रयोगेऽपि चित्तस्य विषयदोषदर्शनः प्रसंख्यानबलादनाभोगात्मिका हेयोपादेयशून्या वशीकारसंज्ञा वैराग्यम्।

व्यासभाष्य पदार्थ व्याख्या-

स्त्रियः=स्त्री, अन्नम्=भोजन के पदार्थ, पानम्=पान करने योग्य जल, दुग्धादि और ऐश्वर्यम्=ऐश्वर्य की

कामना इति दृष्टविषये=इस लोक में दृष्ट विषयों में वितृष्णस्य=वासना से रहित स्वर्गः=पारलौकिक सुख विषय, वैदेह्यप्रकृतिलयत्वप्राप्तौ=विदेह और प्रकृतिलयत्व की प्राप्ति रूप आनुश्रविकविषये=आनुश्रविक विषयों में वितृष्णस्य=वासना से रहित तथा दिव्यादिव्यविषयः=दिव्य और अदिव्य विषयों के साथ सम्प्रयोगे अपि=सम्बन्ध होने पर भी विषयदोषदर्शनः=विषयों में दोषों को देखने वाले चित्तस्य=चित्त की जो प्रसंख्यानबलात्=विवेकज्ञान के बल से अनाभोगात्मिका=न भोगने की हेय=द्वेष और उपादेयः=राग भाव से शून्या=रहित वशीकारसंज्ञा=वशीकार भावना की अनुभूति वैराग्यम्=वैराग्य है।

व्यासभाष्य व्याख्या-

स्त्री, अन्न, पान, ऐश्वर्य आदि दृष्टविषय हैं। स्वर्ग, विदेह बनने की इच्छा और प्रकृतिलयत्व आदि आनुश्रविकविषय हैं। इन सबमें वासना रहित तथा दिव्य और अदिव्य विषयों के साथ सम्बन्ध होने पर भी उनमें विषय दोषदर्शी चित्त की प्रसंख्यान के बल से जो अनाभोगात्मक हेयोपादेय से शून्य वशीकार अनुभूति अर्थात् मन-इन्द्रियों को वश में करने का अनुभव वैराग्य कहलाता है।

शेष अग्रिम अंक में...

-गुरुकुल पौन्धा,
देहरादून (उ.ख.)

आप आपने लेख, कहानि, कविता, संस्मरण, ग्रन्थ- समीक्षा व सुझाव हमें ई.मेल - arsh.jyoti@yahoo.in कर सकते हैं।

'शिक्षा' जिस से विद्या, सभ्यता, धर्मात्मता, जितेन्द्रियतादि की बढ़ती होवे और अविद्यादि दोष छूटें उस को शिक्षा कहते हैं।

संन्यासाचारः

□ डॉ. रवीन्द्रकुमारः...✍

मनुः संन्यासग्रहणाय विदधाति यत् अरण्ये आयुषः तृतीयं भागम् अधिकाधिकानि पञ्चविंशतिवर्षाणि विहार्य आयुषः चतुर्थे भागे संन्यासी भवेत् -

नेषु च विहृत्यैवं तृतीयं भागमायुषः ।

चतुर्थमायुषो भागं त्यक्त्वा संगान्परिव्रजेत् ।।^१

संन्यासी विधिपूर्वकं ब्रह्मचर्याश्रमेण सर्ववेदान् पठित्वा गृहाश्रमी भूत्वा धर्मेण पुत्रोत्पत्तिं कृत्वा वानप्रस्थे यथासामर्थ्यं यज्ञं कृत्वा मोक्षेऽर्थात् संन्यासाश्रमे मनो रमयेत्-

अधीत्य विधिवत् वेदान् पुत्रांश्चोत्पाद्य धर्मतः ।

दृष्ट्वा च शक्तितो यज्ञैर्मनो मोक्षे निवेशयेत् ।।^२

संन्यासीकृते मनु इदमपि विदधाति यत् परमात्मप्राप्तिहेतोः गृहाश्रम^३ वैराग्ये ब्रह्मचर्याश्रमतः^४ एव संन्यासं गृहीतुं शक्नोति । एवं संन्यासे गृहीते संन्यासिने मोक्षः लोकलोकान्तराणि च तेनोभयानि भवन्ति ।^५

अधुना मनुस्मृतिप्रोक्तानि संन्यास्याचरणानि विचारयन् संन्यासिनं मनुः विदधाति यत् एकाकी विचरेत् । यतश्च एकाकिनो मुक्तिः भवति । कस्यापि आश्रयं न च्छेत् । एकाकी विचरेत् एकाकिनि सति न चासौ कमपि त्यजति न च एतं कमपि त्यजति अर्थात् मोहरहितो भवति । मृत्युसमये गच्छन् दुःखभावना परिसमाप्यते-

एक एव चरेन्नित्यं सिद्धयर्थं सहायवान् ।

सिद्धिमेकस्य संपश्यन्न जहाति न हीयते ।।^६

संन्यासी आह्वनीयादि-अग्निरहितो भूत्वा स्वगृहविरक्तो भूत्वा च अन्नवस्त्रार्थमेव ग्रामाश्रयं कुर्यात् । दुर्जनान् उपेक्षमाणः स्थिरबुद्धिः तेजस्वी च भूत्वा परमेश्वरे स्वभावनां स्थापयन् विचरेत् -

अग्निरनिकेतः स्यात् ग्राममन्नार्थमाश्रयेत् ।

उपेक्षकोऽसंकुसुको मुनिर्भावसमाहितः ।।^७

जीवनं प्रति निर्लिप्तभावं कुर्वन् संन्यासी न तु

स्वजीवने आनन्दं न च मृत्यौ दुःखं कुर्यात् किन्तु यथा क्षुद्रभृत्यः स्वस्वामिनः आज्ञां प्रतीक्षते तथैव मृत्युकालं च प्रतीक्षमाणो वसेत् -

नाभिनन्देत मरणं नाभिनन्देत जीवितम् ।

कालमेव प्रतीक्षेत निर्देशं भृत्यको यथा ।।^८

संन्यासिने सदाचरणाम् उपदिशन् मनुः ब्रूते यत् संन्यासी सदैव स्वमार्गं चलन् इतस्ततो न पश्यन् अधो भूमौ स्वदृष्टिं कुर्वन् सर्वदा वस्त्रपूतं जलं पिबेत् तथा च सततं सत्यं वदेत् सर्वदा मनसा विचार्य सत्यग्रहणम् असत्यपरित्यागं च कुर्यात् -

दृष्टिपूतं न्यसेत्पादं वस्त्रपूतं जलं पिबेत् ।

सत्यपूतां वचेद्वाचं मनःपूतं समाचरेत् ।।^९

संन्यासी अपमानं सहेत, यथासामर्थ्यं कदापि कस्यापि अपमानं न कुर्यात् । मनोवाक्कायैः केनापि सह वैरं न कुर्यात् -

अतिवादांस्तितिक्षेत नावमन्येत कञ्चन ।

न चेमं देहमाश्रित्य वैरं कुर्वीत केनचित् ।।^{१०}

संन्यासी कदापि क्रोधं न कुर्यात् कश्चित् यदि संन्यासिने क्रुध्येत् निन्देत् च तर्हि संन्यासी तस्य प्रतिकारं कुर्वन् क्रोधं न कुर्यात् । किन्तु सदा तत्कल्याणार्थमेव उपदिशेत् वाण्या अपि च मिथ्याचरणं न कुर्यात् -

क्रुध्यन्तं न प्रतिक्रुध्येदाक्रुष्टः कुशलं वदेत् ।

सप्तद्वारावकीर्णां च न वाचमनृता वदेत् ।।^{११}

संन्यासी आत्मनिष्ठायां स्थितो भूत्वा सर्वथा मद्यमांसादिकं विहाय आत्मसहाय्येन अर्थात् आत्मबलेन एव सुखार्थी भूत्वा विचरेत् सत्यमुपदिशेत् च-

अध्यात्मरतिरासीनो निरपेक्षको निरामिषः ।

आत्मनैव सहायेन सुखार्थी विचरेदिह ।।^{१२}

विरक्तो यतिः शिरसः केशान् श्मश्रुन् नखान् च

समये समये छिद्यात् । पात्रेण दण्डेन च युक्तः सन्
कुसुमवर्णयुक्तवस्त्राणि धारयन् प्राणिमात्रस्य पीडां हरन्
दृढात्मा नित्यं विचरेत्-

क्लृप्तकेशनखश्मश्रुः पात्री दण्डी कुसुम्भवान् ।

विचरेन्नियतो नित्यं सर्वभूतान्यपीडयन् ॥^{१३}

संन्यासी केवलमेकस्मिन्नेव समये भिक्षां याचेत ।
भिक्षाया अधिके लोभे न पतेत् यतोहि भिक्षालोभे स्वादे वा
मनो रममाणः यतिः विषयेषु पतितुं शक्नोति -

एककालं चरेत् भैक्ष्यं न प्रसज्येत विस्तरे ।

भैक्षे प्रसक्तो हि यतिर्विषयेष्वपि सज्जति ॥^{१४}

तथा भिक्षायाम् अप्राप्तायां दुःखी न भवेत् । प्राप्तायां
प्रसन्नो न भवेत् । अधिकन्यूनसमीचीनभिक्षाया मोहं न कृत्वा
प्राणमात्रं चालयितुं योग्यां भिक्षां प्राप्नुयात्-

अलाभे न विषादी स्याल्लाभे चैव न हर्षयेत् ।

प्राणपात्रिकमात्रः स्यान्मात्रासङ्गाद्विनिर्गतः ॥^{१५}

अत्यादरसत्कारेण प्राप्तां भिक्षां लाभान् चोपेक्षेत,
यतोहि बहुसत्कारेण प्राप्तया भिक्षया संन्यासी विषयेषु
आसक्तो भवितुं शक्नोति -

अभिपूजितलाभांस्तु जुगुप्सेतेव सर्वशः ।

अभिपूजितलाभैश्च यतिर्मुक्तोऽपि बद्धयते ॥^{१६}

मनुना संन्यासी निर्दिश्यते यत् एतादृशानां कष्टानां
विचाराय उक्तम्-प्रियजनेभ्यः वियोगः, शत्रुभिः सम्पर्कः,
तेभ्यः कष्टप्राप्तिः, जरावस्थया भव्यानि दुःखानि,
रोगकारणात् शरीरस्य कष्टानि, शरीरेण जीवात्मनिस्सरणम्,
गर्भे पुनर्जन्मग्रहणे भवितुं कष्टानि, एवं जीवने सहस्रप्रकारैः
कष्टानि विचार्य संन्यासी मुक्तौ मनो रमयेत् -

विप्रयोगं प्रियंश्चैव संयोगं च तथाऽप्रियैः ।

जरया चाभिभवनं व्याधिभिश्चोपपीडनम् ।

देहादुत्क्रमणं चास्मत्पुनर्गर्भे च सम्भवम् ।

योनिकोटिसहस्रेषु सुतीश्चास्यान्तरात्मनः ॥^{१७}

संन्यासी विचारयेत् यत् अधर्मेण एव प्राणिभ्यो
दुःखं भवति, अक्षयसुखप्राप्तयेऽर्थात् मोक्षावधिपर्यन्त-
सुखप्राप्तिः केवलं धर्मभ्यो भवति । एवं विचार्य तदनुसारं
धर्माचरणं कुर्यात्-

अधर्मप्रभवं चैव दुःखयोगं शरीरिणाम् ।

धर्मार्थप्रभवं चैव सुखसंयोगमक्षयम् ॥^{१८}

योगाभ्यासेन परमात्मसूक्ष्मतां तथोत्तमाधमशरीरेषु
जन्मप्राप्तिविषये विचारयेत् -

सूक्ष्मतां चान्वेक्षेत योगेन परमात्मनः ।

देहेषु च समुत्पत्तिमुत्तमेष्वधमेषु च ॥^{१९}

ब्राह्मणः संन्यासी वा विधिमनुसृत्य प्रणवम् अर्थात्
ओंकारपूर्वकम् भुवः स्वः इत्यादि सप्तमहाव्याहृतीनां सजपं
सतपः त्रिविधम् अर्थात् बाह्य-आभ्यान्तर-स्तम्भक-
प्राणायामान् न्यूनातिन्यूनं प्राणायामत्रयम् अवश्यं कुर्यात् -

प्राणायामा ब्राह्मणस्य त्रयोऽपि विधिवत्कृताः ।

व्याहृतिप्रणवैर्युता विज्ञेयं परमं तपः ॥^{२०}

संन्यासी ध्यानेन पदार्थज्ञाने प्रवृत्तो भवेत् । मनुः
एवं वर्णयन् लिखाति यत् उच्चावचप्राणिभिः
आत्मनोऽशुद्धताकारणात् नैवं द्रष्टुं शक्यते । तस्य
अन्तर्यामिपरमात्मनः प्राप्तये संन्यासी ध्यानयोगेन कुर्यात्-

उच्चावचेषु भूतेषु दुर्ज्ञेयामकृतात्मभिः ।

ध्यानयोगेन सम्पश्येद् गतिमस्यान्तरात्मनः ॥^{२१}

एवं मनुप्रोक्त संन्यासाचरेण शनैः-शनैः
सर्वप्रकारसङ्गेभ्यो दोषान् परित्यज्य सर्वहर्षशोकादिद्वन्द्वेभ्यः
निर्मुक्तो भूत्वा विद्वान् संन्यासी ब्रह्मणि स्थिरो भवति ।

सन्दर्भ-सूची :-

- | | |
|------------------|---------------|
| १. मनु. ६.३३ | २. मनु. ६.३६ |
| ३. मनु. ६.३८ | ४. मनु. ६.४८ |
| ५. मनु. ६.३८ | ६. मनु. ६.४२ |
| ७. मनु. ६.४३ | ८. मनु. ६.४५ |
| ९. मनु. ६.४६ | १०. मनु. ६.४७ |
| ११. मनु. ६.४८ | १२. मनु. ६.४९ |
| १३. मनु. ६.५२ | १४. मनु. ६.५५ |
| १५. मनु. ६.५७ | १६. मनु. ६.५८ |
| १७. मनु. ६/६२,६३ | १८. मनु. ६.६४ |
| १९. मनु. ६.६५ | २०. मनु. ६.७० |
| २१. मनु. ६.७३ | |

- सहायकाचार्यः,

भगवानदासादर्शनसंस्कृतमहाविद्यालयः,

हरिद्वारम् (उत्तराखण्डः)

संस्कृतशिक्षणम्

□ शिवदेव आर्य...✍



क्रमशः...

○ गत्यर्थकर्मणि द्वितीयचतुर्थ्यौ चेष्टायामध्वनि - गत्यर्थक धातुओं (गम्, चल् या इण्) का कर्म जब मार्ग नहीं रहता है तब चतुर्थी और द्वितीया होती है, यथा - गुरुकुलम्/गुरुकुलाय वा गच्छति (गुरुकुल को जाता है) विमर्श - यहाँ जाने में हाथ, पैर आदि अंगों का हिलना-डुलना रहा है और गृह, मार्ग नहीं है। इसलिए गुरुकुल में द्वितीया विभक्ति हुई है। मार्ग में द्वितीया विभक्ति होती है, यथा - पन्थानं गच्छति (मार्ग को जाता है)।

○ एनपा द्वितीया - एनप् प्रत्ययान्त शब्द की जिससे निकटता प्रतीत होती है, उसमें द्वितीया या षष्ठी विभक्ति होती है, यथा - गुरुकुलम्/गुरुकुलस्य पूर्वेण नदीम् पश्चिमेन वनम् वर्त्तते। (गुरुकुल की पूर्व की ओर नदी और पश्चिम की ओर वन है।)

द्विकर्मक धातुएँ-द्विकर्मक धातुएँ वह धातुएँ कहलाती हैं जिनके दो कर्म होते हैं। यह धातुएँ १६ हैं - दुह् (दोहना), याच् (मांगना), पच् (पकाना), दण्ड् (सजा देना), रुध् (घेरना), प्रच्छ् (पूछना), चि (बटोरना), ब्रू (बोलना), शास् (शासन करना), जि (जीतना), मन्थ् (मथना), मुष् (चोरना), नी (ले जाना), हृ (चुराना) कृष् (खोदना), वह् (ले जाना)। यथा - गोपः गां पयः दोग्धि (ग्वाला गौ से दूध दुहता है।) यहाँ पर दोग्धि रूप दुह् धातु का है, जो कि द्विकर्मक है। इस वाक्य में दो कर्म हैं - गाम् और पयः हैं। दोनों कर्मों में ही द्वितीया विभक्ति होती है। उदाहरणस्वरूप समस्त धातुओं के प्रयोग को यहाँ पर दर्शाया जा रहा है -

१. दुह्- दिव्यांशुः गां पयः दोग्धि (दिव्यांशु गाय का दूध दुहता है) यहाँ पर साधारणतया अपादान कारक प्रतीत होता है किन्तु दुह् धातु के होने से

गाय और दूध दोनों कर्म हुये, अतः दोनों में द्वितीया विभक्ति का प्रयोग हुआ है।

२. याच् - बालकः आचार्यं पुस्तकं याचते। (बालक आचार्य से पुस्तक मांगता है।)

३. पच् - सुधांशुः तण्डुलान् ओदनं पचति। (सुधांशु चावलों से भात पकाता है।)

४. दण्ड् - नृपः चौरं शतं दण्डयति। (राजा चोर को सौ रुपये का दण्ड देता है।)

५. रुध् - छात्राः विश्वविद्यालयं परिसरं रुणद्धि। (छात्र विश्वविद्यालय के परिसर को घेरते हैं।)

६. प्रच्छ् - विजयः पूजां मार्गं पृच्छति। (विजय पूजा से मार्ग पूछता है।)

७. चि - आकाशः लताम् पुष्पाणि चिनोति। (आकाश लता से पुष्पों को चुनता है।)

८. ब्रू - आचार्यः ब्रह्मचारिणं धर्मं ब्रूते। (आचार्य ब्रह्मचारी को धर्म बताता है।)

९. शास् - गुरुः शिष्यं धर्मं शास्ति। (गुरु शिष्य को धर्म बताता है।)

१०. जि - अरुणः शत्रुं शतं जयति। (अरुणः शत्रु से सौ रुपये जीतता है।)

११. मन्थ् - मनमोहनकुमारः वेदसागरं अमृतं मन्थति। (मनमोहन कुमार वेदसागर से अमृत को मथते है।)

१२. मुष् - चौरः राजानं सहस्रं मुष्णाति। (चोर राजा के हजार रुपये चुराता है।)

१३. नी - पिता बालकं गुरुकुलपौन्धां नयति। (पिता बालक को गुरुकुल पौन्धा ले जाता है।)

१४. हृ - चौरः अदुष्टमनुष्यं धनं हरति। (चोर अदुष्ट मनुष्य का धन चुराता है।)

१५. कृष् - कृषकाः वसुधां रत्नानि कर्षन्ति। (किसान धरती से रत्नों को खोदता है।)

१६. वह् - गुरुः बालकं गुरुकुलं वहति। (गुरु बालक को गुरुकुल ले जाता है।)

करण कारक एवं तृतीया विभक्ति विचार

- साधकतमं करणम् - क्रिया की सिद्धि में जो अत्यधिक सहायक हो वह करण कारक होता है अर्थात् जिस साधन से क्रिया की सिद्धि हो वह करण कारक है। यथा - बालकः दण्डेन फलं त्रोटयति। (बालक दण्डे से फल तोड़ता है।) विमर्श - उक्त उदाहरण वाक्य में बालक दण्डे से फल तोड़ रहा है, सो यहाँ दण्डा त्रोटन क्रिया का साधन है, अतः करण कारक होकर 'कर्तृकरणयोस्तृतीया' सूत्र से तृतीया विभक्ति होती है।
- कर्तृकरणयोस्तृतीया - करण कारक में तृतीया विभक्ति होती है।
- इत्थंभूतलक्षणे - शरीर के किसी भी अंग में यदि विकृति दिखाई दे तो विकृत अंग के वाचक शब्द में तृतीया विभक्ति हो जाती है। यथा - जटाभिः यतिः। (जटाओं से यति जाना जाता है) विमर्श - यहाँ पर जटाओं की विकृति के कारण मुनि प्रतीत हो रहा है, इसलिए विकृतिवाचक शब्द जटाभिः में तृतीया विभक्ति हुयी है।
- येनांगविकारः - शरीर के यदि किसी अंग से विकृति दिखायी दे रही हो तो उस अंग में तृतीया विभक्ति होती है। यथा - देवेन्द्रः पादेन खंजः वर्तते। (देवेन्द्र पैर से लंगड़ा है) विमर्श - यहाँ पर शरीर का अंग पैर विकृत है, अतः पादेन में तृतीया विभक्ति हुयी है।
- हेतौ - कारण (हेतु) बोधक शब्दों में तृतीया विभक्ति होती है। यथा - अतुलः अध्ययनेन वसित। (अतुल अध्ययन के लिए रहता है।) विमर्श - यहाँ पर कारण अध्ययन है, अतः अध्ययन शब्द में तृतीया विभक्ति है।
- दिवः कर्म च - दिव् धातु के साधकतम कारक की विकल्प से कर्म संज्ञा भी हो जाती है। यथा - अक्षैः/अक्षान् दीव्यति।

- पृथग्विनानानाभिस्तृतीयाऽन्यतरस्याम् - पृथक् (अलग), विना, नाना शब्द जिसके लिए प्रयुक्त होंगे, उनमें साथ तृतीया, द्वितीय तथा पंचमी विभक्ति होगी। यथा- छात्रः मित्रेण/मित्रं/मित्रात् विना उद्याने न गच्छति। (छात्र मित्र के विना उद्यान में नहीं जाता।) विमर्श - यहाँ पर विना शब्द का प्रयोग मित्र के लिए हुआ है, अतः 'मित्रेण/मित्रं/मित्रात्' शब्द में तृतीया, द्वितीय तथा पंचमी विभक्ति हुयी है।
- प्रकृत्यादिभ्य उपसंख्यानम् - प्रकृति (स्वभाव) आदि क्रिया विशेषण शब्दों में तृतीया विभक्ति होती है। यथा - आकाशः स्वभावेन सज्जनः। (आकाश स्वभाव से सज्जन है।) विमर्श - यहाँ पर प्रकृतिवाची शब्द स्वभाव है, अतः 'स्वभावेन' शब्द में तृतीया विभक्ति हुयी है।
- सहयुक्तेऽप्रधानम् - जिन शब्दों के साथ 'सह, साकम्, समम्, सार्धम्' (साथ अर्थ में) ये शब्द लगते हैं, उन शब्द शब्दों में तृतीया विभक्ति होती है। यथा - आचार्येण सह/साकम्/समम्/सार्धं ब्रह्मचारी गच्छति। (आचार्य के साथ ब्रह्मचारी जाता है।) विमर्श - यहाँ पर आचार्य के साथ सह/साकम्/समम्/सार्ध शब्द का प्रयोग है, अतः 'आचार्येण' शब्द में तृतीया विभक्ति का प्रयोग किया गया है।
- तुल्यार्थैरतुलोपमाभ्यां तृतीयाऽन्यतरस्याम् - तुल्य (समान बराबर) अर्थ वाले शब्दों के साथ तृतीया विभक्ति होती है किन्तु तुल्य अर्थ वालों में 'तुला' और 'उपमा' इन दो शब्दों को छोड़कर। यथा - सः देवेन/देवस्य समानोऽस्ति। (वह देव के समान है।) विमर्श - यहाँ तुल्य अर्थ वाले समान शब्द का प्रयोग जिसके लिए किया है ऐसे 'देवेन/देवस्य' में तृतीया विभक्ति का प्रयोग किया गया है।

शेष अग्रिम अंक में...
-गुरुकुल पौन्धा, देहरादून

॥ ओ३म् ॥

वैदिक मिशन मुम्बई

डी-३०९, मिल्टन अपार्टमेंट, जुहू कोलिवाड़ा, मुम्बई- ४०० ०४९, चलभाष : ९८६९६६८१३०

‘अखिल भारतीय गुरुकुलीय शिक्षा सम्मेलन’

२०-२१-२२ मार्च २०२०

सेवा में,

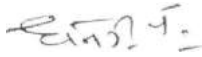
माननीया आचार्या/आचार्य जी

सादर नमस्ते!

परमात्मा की कृपा से आप स्वस्थ एवं सानन्द होंगे। पारिवारिक, सामाजिक और राष्ट्रीय विकास में गुरुकुल शिक्षा प्रणाली का योगदान एवं उपयोगिता विषय पर वैदिक मिशन मुम्बई की ओर से दिनांक २० से २२ मार्च २०२० को स्वामी प्रणवानन्द जी (अध्यक्ष, महर्षि दयानन्द वैदिक गुरुकुल न्यास, दिल्ली) की अध्यक्षता में कन्या गुरुकुलों की आचार्या एवं गुरुकुलों के आचार्यों का ‘अखिल भारतीय गुरुकुलीय शिक्षा सम्मेलन’ पद्मिनी आर्ष कन्या गुरुकुल, प्रतापनगर, चित्तौड़ में आयोजित किया जा रहा है, जिसमें वैदिक सिद्धान्तों का गहन अध्ययन, गुरुकुल शिक्षा प्रणाली का पारिवारिक, सामाजिक और राष्ट्रीय विकास में योगदान और उपयोगिता, महर्षि दयानन्द द्वारा प्रतिपादित शिक्षा पद्धति का संरक्षण, गुरुकुलों के सुदृढ़ संगठन, सैद्धान्तिक पाठ्यक्रम की आवश्यकता एवं एकरूपता आदि विषयों पर विचार-विमर्श किया जायेगा।

आपका वैदिक सिद्धान्तों के पठन-पाठन एवं गुरुकुलीय जीवन के विषय में विशेष अनुभव एवं चिन्तन है। इन विषयों में क्या बाधाएँ आती हैं तथा उनके निराकरण के क्या उपाय हो सकते हैं। आर्य समाज एवं गुरुकुल (दोनों संस्थाओं) का परस्पर सहयोग की क्या रूपरेखा हो सकती है - इस विषय में अपने चिन्तन को लिखित रूप अवगत कराने की कृपा करें। इस विषय में अपने चिन्तन की संक्षिप्त रूपरेखा लिखकर (एक पृष्ठ की) भेज दें, या साथ लेते आवें। जिनकी रूपरेखा प्राप्त होगी उन्हें वक्तव्य का अवसर प्राप्त होगा। आप अपने आने-जाने का चित्तौड़ का आरक्षण शीघ्र कराकर किस ट्रेन से कब पहुँच रहे हैं ये सूचित करने की कृपा करें। आपके मार्गव्यय (तृतीय श्रेणी ए. सी.) की व्यवस्था वैदिक मिशन की ओर प्रदान की जायेगी। मार्गव्यय की टिकिट (या उसकी फोटो प्रति) हिसाब हेतु अवश्य देने की कृपा करें।

निवेदक



मन्त्री

महर्षि दयानन्द वैदिक गुरुकुल न्यास

मो.-७९००६५६६४९



सोमदेव शास्त्री

अध्यक्ष - वैदिक मिशन मुम्बई

मो.-९८६९६६८१३०

गुरुकुल काङ्गड़ी विश्वविद्यालय, हरिद्वार के कुलाधिपति, संसद सदस्य एवं पूर्व मानव संसाधन विकास राज्य मंत्री माननीय डॉ. सत्यपाल सिंह जी ने ब्रह्मचारियों को आशीर्वाद दिया।



दिल्ली आर्य प्रतिनिधि सभा के मानीय महामन्त्री श्री विनय आर्य का गुरुकुल पौन्धा देहरादून में आगमन

पूज्य स्वामी देवव्रत सरस्वती जी ने गुरुकुल पौन्धा देहरादून में आगमन



गुरुकुल झज्जर में आचार्य डॉ. धनञ्जय जी को स्वामी ओमानन्द जी की स्मृति में सम्मानित किया गया।



गुरुकुल ज्वालापुर महाविद्यालय हरिद्वार की हुंकार रैली में गुरुकुल पौन्धा देहरादून।





पतंजलि®
प्रकृति का आशीर्वाद

करोड़ों देशवासियों का भरोसेमन्द हर्बल टूथपेस्ट **दन्त कान्ति**



दन्त कान्ति के लाभ

- ✓ लौंग, बबूल, नीम, अकरकरा, तोमर, बकुल आदि बेशकीमती जड़ी बूटियों से निर्मित दन्त कान्ति, ताकि आपके दाँतों को मिले लंबी उम्र व असरदार प्राकृतिक सुरक्षा।
- ✓ पायरिया, मसूड़ों की सूजन, दर्द व खून आना, सेंसिटिविटी, दुर्गन्ध एवं दाँतों के पीलेपन आदि को दूर करे।
- ✓ कीटाणुओं से लम्बे समय तक बचाकर दे दाँतों को प्राकृतिक सुरक्षा कवच।

पूरी दुनिया अब नैचुरल प्रोडक्ट्स को अपना रही है

आप भी पतंजलि के नैचुरल प्रोडक्ट्स अपनाइए और प्रकृति का आशीर्वाद पाइए

आवाहन— राष्ट्र के जागरूक व्यापारियों व ग्राहकों से हम विनम्र आवाहन करते हैं कि करोड़ों देश भक्त भारतीयों की तरह, आप भी पतंजलि के उत्पादों को अपनी दुकानों व दिलों में सर्वोच्च प्राथमिकता देकर जन-जन तक पहुँचाएँ और देश की सेवा व समृद्धि में योगदान दें। जिससे महात्मा गाँधी, भगत सिंह व राम प्रसाद बिस्मिल आदि सभी महापुरुषों के स्वदेशी अपनाने के सपने को मिलकर साकार कर सकें।

पतंजलि आयुर्वेद के लगभग 500 उत्पाद हैं, ये शुद्ध खाद्य उत्पाद व हर्बल सौन्दर्य उत्पाद हमारे पतंजलि स्टोर्स के साथ ओपन मार्केट की दुकानों पर भी उपलब्ध हैं।

मुद्रक, प्रकाशक, सम्पादक एवं स्वामी : आचार्य धनञ्जय द्वारा श्रीमद्दयानन्द आर्ष-ज्योतिर्मठ-गुरुकुल, दून वाटिका-२ पौधा, देहरादून (उत्तराखण्ड) से प्रकाशित एवं जयरति प्रिन्टिंग प्रेस, ३५ कांवली रोड, देहरादून से मुद्रित।

मुद्रण तिथि - ३ मार्च २०२० :: डाक प्रेषण तिथि - ८ मार्च २०२०