॥ ओ३म् ॥

कृण्वन्तो विश्वमार्यम्

आर्य-प्रेरणा

(आर्यसमाज राजेन्द्र नगर का मासिक पत्र)

वर्ष-2, अंक-12, मास अगस्त 2023 विक्रमी संवत् 2080 दयानन्दाब्द 200 सृष्टि संवत् 1,96,08,53,123

कुल पृष्ठ 8 एक प्रति 5 रूपये वार्षिक शुल्क 50/- रूपये आजीवन 500/- रूपये

सम्पादक : आचार्य गवेन्द्र शास्त्री www.aryasamajrajandernagar.org दूरभाष:- 011-40224701

ये राखी बंधन है ऐसा

❑ सुमन चाँदना आर्य महिला आश्रम, न्यू राजेन्द्र नगर, दिल्ली

भारतीय संस्कृति के अलंकार कहे जाने वाले पर्व और त्योहारों में रक्षाबंधन एक भावपूर्ण त्योहार है। रक्षाबन्धन भाई और बहिन के मध्य प्रेम और स्नेह की डोर बांधने वाला रक्षा सूत्र है। बहन भाई की कलाई में राखी बांधकर भगवान से उसके कुशलक्षेम की कामना करती है और भाई बहन की रक्षा का बचन देता है। सावन की फुहारों, घटाटोप मेघ, सर्वत्र छाई प्राकृतिक हरियाली और उस पर भी चारों ओर से रक्षाबंधन के गीतों की मधुर धुन 'भैया मेरे राखी के बंधन को निभाना' 'मेरे चंदा, मेरे भैया, मेरे अनमोल रतन' आदि गीतों को सुनकर हृदय तरंगित होने लगता है। और ऐसे में सात समंदर पार से भी प्रेम व सौहार्द के इस बंधन को निभाने के लिए भाई-बहन राखी के त्यौहार पर अपने घर आ जाते हैं। श्रावण शुक्ल पक्ष की पूर्णिमा रक्षाबन्धन के भावपूर्ण त्यौहार के शुभ दिन बहन अपने भाई की कलाई पर रक्षा सूत्र बांधती है तो भाई अपनी बहन को खुशियों के उपहार प्रदान करते हैं। भाई-बहन के लिये बड़ी ही खुशी और सद्भावना का त्योहार होता है ये रिश्ता। भाई-बहन जब आमने-सामने होते हैं, कहीं चेहरे पर खिलखिलाहट तो कहीं प्रेम से आंसू छलक जाते हैं। बड़ा ही सुन्दर दृश्य होता है जब कोई बहन अपने भाई की राखी लेकर अपने मायके जाती है। भाई-बहिन के इस भाव प्रधान त्यौहार की अनुपम विशेषता है। दोनों को सामंजस्य बनाना होता है। अपनी बहन भी इस त्यौहार को पूर्ण रूप से मनाए और दूसरे की बहन जो हमारे घर में पत्नी-बहू-बेटी बनकर आई है, वह भी प्रसन्नतापूर्वक इस पर्व को धूमधाम से मनाए।

यज्ञ से पर्यावरण की शुद्धि

❑ आचार्य सोमेन्द्र आर्य, आर्य समाज राजेन्द्र नगर, दिल्ली

यज्ञ पर्यावरण की शुद्धि का सर्वश्रेष्ठ साधन है। यह वायुमण्डल को शुद्ध रखता है। यज्ञ से वर्षा होकर धन धान्य की आपूर्ति होती हैं इससे वातावरण शुद्ध व रोग रहित होता है। यह एक ऐसी औषध है जो सुगंध भी देती है, पुष्टि भी देती है तथा वातावरण को रोगमुक्त रखता है। यज्ञ करने वाला व्यक्ति सदा रोग मुक्त व प्रसन्नचित रहता है। इतना होने पर भी कभी-कभी मानव किन्ही संक्रमित रोगाणुओं के आक्रमण से रोग ग्रसित हो जाता है। इस रोग से छुटकारा पाने के लिए उसे अनेक प्रकार की दवा लेनी होती है। हवन यज्ञ जो बिना किसी कष्ट व पीड़ा के रोग के रोगाणुओं को नष्ट कर मानव को शीघ्र निरोग करने की क्षमता रखते हैं। इस पर अनेक अनुसंधान भी हो चुके हैं। एक वेबसाइट रिपोर्ट के अनुसार फ्रांस के ट्रेले नामक वैज्ञानिक ने हवन पर रिसर्च की। जिसमें उन्हें पता चला की हवन मुख्यत: आम की लकड़ी पर किया जाता है। जब आम की

(शेष पृष्ठ 6 पर)

'आर्य-प्रेरण' में प्रकाशित लेखों में व्यक्त विचार एवं दृष्टिकोण सम्बन्धित लेखक के हैं। सम्पादक अथवा प्रकाशक का उनसे सहमत होना आवश्यक नहीं है।

वर्तमान परिस्थितियां और आर्य समाज

❑ सुरेश चुघ, सदस्य आर्य समाज राजेन्द्र नगर

आधुनिक भारत के मार्गदर्शक महर्षि दयानन्द को जिसने देश की पतितावस्था में भी राष्ट्रवासियों को प्रभु की भक्ति और मानव समाज की सेवा के सच्चे–सीधे मार्ग का दर्शन कराया। मेरा बारम्बार प्रणाम हैरू आर्य समाज के

उन अनुयायियों को जिसमें स्वामी श्रद्धानन्द, शहीद लेखराम एवम् महात्मा हसंराज विशेष हैं और उन सभी आर्य समाज के उन महानुभावों को जिन्होने अपनी सेवाओं द्वारा आज आर्य समाज को शिखर पर पहुँचा दिया है महर्षि दयानन्द केवल सुधारक मात्र नही थे वे एक क्रान्तिकारी पुरुष थे। क्योंकि परिवतर्न जब धीरे–धीरे आता है तब सुधार कहलाता है किन्तु जब वेग में पहुंच जाता है तब उसे क्रान्ति कहते हैं। सब जानते है कि महर्षि दयानन्द क्रान्ति के वेग से आये और उन्होनें निश्च्छल भाव से यह घोषणा कर दी कि हिन्दू ग्रन्थों में केवल वेद ही मान्य है। छः शास्त्रों और १८ पुराणों को उन्होंने एक ही झटके में साफ कर दिया। मनसा वाचा कर्मणा क्रान्ति उनके रोम–रोम में बसी हुई थी। यही कारण था कि सामाजिक, धार्मिक राजनैतिक, आर्थिक, दार्शनिक, नैतिक शैक्षिक प्रत्येक क्षेत्र में उन्होंने क्रान्तिकारी परिवर्तन किया। जहां भी बुराई देखी, जहां भी शिथिलता पाई, जहाँ भी अज्ञानता के दर्शन हुये, जहां भी दुर्बलता के दर्शन किये वहीं उन्होंने उस पर जग का प्रहार किया। स्वदेशी, स्वभाषा, स्वराज एवं स्वराज्य का सर्वप्रथम उद्घोष महर्षि ने ही किया।

ऋषि की आर्य समाज– क्रान्तिकारी महर्षि दयानन्द ने क्रान्तिकारी विचारधारा वाले संगठन आर्य समाज की स्थापना दानवता का सामना करने के लिए और मानवता का विकास करने के लिए सन १८७५ में की। ऋषि का उद्देश्य वैदिक सर्वगुण मान्यताओं के आधार पर कर्तव्यनिष्ठ, सत्यनिष्ठ, राष्ट्रनिष्ठ, मानवनिष्ठा समाज की रचना करना था ऋषि ने आर्यसमाज के द्वारा कोई नया पन्थ, मजहब, धर्म या सम्प्रदाय स्थापित नहीं किया अपितु प्राचीन वैदिक धर्म, सस्कृति और मूल्यों की पुनः स्थापना के लिए प्रेरित व समर्पित कार्यक्रम स्थापित किया। ऋषि द्वारा आर्य समाज की स्थापना एक प्रबल सांस्कृतिक आन्दोलन था। आर्य समाज की स्थापना भारतीय चिंतन में एक युगांतकारी घटना थी और आज आर्य समाज एक जीवन पद्धति है, जीवन को सुख–शान्ति और आनन्दमय बनाने का उपाय बताता है। आर्य समाज एक वैचारिक चिन्तन प्रक्रिया है, विचारधारा और क्रान्ति है एक सुधारक व्यवस्था है। इसके विचार, चिन्तन व दर्शन पूर्णता की और ले जाते है, जीवन बोध कराते हैं। जीवन को उद्देश्य की ओर प्रेरित करते हैं। वास्तव में आर्य समाज एक मार्ग दर्शन व्यवस्था है और भारतीय संस्कृति की रक्षक शक्ति है। इस दिशा में आर्य समाज ने कई कीर्तिगान स्थापित किये उनमें से एक महत्वपूर्ण कीर्ति और यश की गरिमा का मील पत्थर 'हैदराबाद का आर्य सत्याग्रह है'। राजेन्द्र नगर की आर्य समाज के स्वर्ण जयन्ती अवसर पर उस गौरव पूर्ण ऐताहासिक यश को स्मरण करना मै अपना कर्तव्य समझता हूँ क्योंकि इससे आने वाली पीढ़ी को गर्व महसूस होगा और वह प्रेरित होगी। आज हमें यह भी नहीं भूलना चाहिये की आर्य समाज की एक बड़ी सेवा यह भी है कि उसने हिन्दूधर्म और हिन्दू समाज को उसकी अनेक कमजोरियों से मुक्त करके न केवल संगठित किया और सुनिश्चित करने का प्रत्यत्न किया अपितु, उसके दरवाजे ईसाई मुसलमान आदि अहिन्दुओं के लिये भी खोलकर वास्तविक अर्थों में व्यापक और उदार बनाने का यत्न किया।

सावन घटा ले जाएगा

हर नया मौसम नई संभावना ले आएगा
जो भी झोंका आएगा,
ताजा हवा ले आएगा
और कब तक धूप में
तपती रहेंगी बस्तियाँ
बीत जाएगी उमस,
सावन घटा ले जाएगा
सूखी-सूखी पत्तियों से
यह निराशा किसलिए
टहनियों पर पेड़ हर पत्ता
नया नया ले आएगा
यह भी सच है बढ़ रहा है
धूप अंधेरा रात का
यह भी सच है वक्त
हर जुगनू नया ले आएगा
रास्ते तो इक बहाना है
मुसाफिर के लिए
लक्ष्य तक ले जाएगा
तो हौसला ले आएगा

– गिरिराज शरण अग्रवाल

अपना सहयोग प्रदान करें।

आर्य समाज राजेन्द्र नगर नई दिल्ली की गतिविधियों को सुचारु रूप से चलाने के लिए अपना सहयोग प्रदान करते रहें। आप अपना सहयोग क्रॉस चैक द्वारा आर्य समाज राजेन्द्र नगर के नाम से कार्यालयः आर्य समाज राजेन्द्र नगर, नई दिल्ली के पते पर भिजवाये अथवा सीधा ऑनलाइन भी जमा कर सकते हैं।

खाता संख्या-
3075000100082363,
IFSC-PUNB307500,
पंजाब नेशनल बैंक।

-अशोक सहगल (प्रधान)

सम्पादकीय

अगस्त भारत के लिए क्रांतिकारी माह

❑ आचार्य गवेन्द्र शास्त्री, मो. 9810884124

अगस्त भारत के लिए क्रांतिकारी माह के रूप जाना जाता है। क्रांतिकारी इसलिए क्योंकि देश को इसी माह क्रांतियों के बीच से स्वतंत्रता मिली और देश का प्रमुख राष्ट्रीय पर्व स्वतंत्रता दिवस इसी माह मनाया जाता है। प्रत्येक देशवासी इस अवसर पर देश के शहीदों को नमन करते हैं और उनके स्वप्न के अनुरूप भारत निर्माण का सामूहिक संकल्प व्यक्त करते हैं। हम सदियों पूर्व दृष्टि ले जायें तो देश के संस्कृति पुरुष, जनक्रांति के प्रणेता पुरुषों में उत्तम भगवान श्रीकृष्ण का जन्मदिवस लगभग इसी माह के निकट पड़ रहा है। भगवान श्रीकृष्ण को लोकतंत्र के प्रथम प्रणेता भी कह सकते हैं। वह ऐसा काल था जिसमें देश के नागरिकों को अभिव्यक्ति के अधिकार की बात तो दूर, अपने खाने-पीने, सोचने, अपने संबंधों को ठीक ढंग से निर्वहन करने तक का अधिकार नहीं था। तभी तो गायें पालकर दूध-घी जनता तैयार करती थी, पर उसे ग्रहण करने का अधिकार राजा को था। ऐसे ही अनेक स्थितियां थीं। इस प्रकार शोषक राजा कंस के प्रति जन आंदोलन खड़ा करने का श्रेय श्रीकृष्ण को जाता है। उन्होंने राजतंत्र की कुप्रथाओं का जनता के साथ जुटकर विरोध किया और राज्य में लोकतंत्र स्थापित करने में सफल हुए। भगवान श्रीकृष्ण का जन्मोत्सव भी हमें लोकतंत्र को सफल बनाने की प्रेरणा देता है। आज देश में लोकतंत्र है, देश का संविधान प्रत्येक नागरिकों को समान अधिकार देता है, पर इसे सशक्त व सुमधुर-सौहार्दपूर्ण तभी बनाये रखा जा सकता है, जब देश के प्रत्येक नर नारी के परस्पर सम्बन्धों में पवित्रता हो। परस्पर एक दूसरे के प्रति सम्मान भाव जागृत हो। रक्षा बंधन पर्व यही संदेश देता है। इस पर्व पर हर नर-नारी स्वयं से शपथ लेता है कि हम नर-नारी परस्पर पवित्र दृष्टि रखेंगे और एक दूसरे का सम्मान करते हुए देश का गौरव बढ़ायेंगे।

मनुष्य जन्म एक अनुपम निधि है

हम सब जानते हैं कि यह हमारा मनुष्य जन्म एक अनुपम निधि है इसे कई नामों से जाना जाता है। कोई यात्रा की उपमा देता है। हम सब मुसाफिर हैं मुसाफिर को तो कष्ट सहने ही पड़ते हैं। विश्राम तो घर जाकर ही मिलता है। कोई इसे गीत की उपमा देता है। गीत में आरोह अवरोह होता ही है। उतार चढ़ाव तो जिन्दगी में बने रहेंगे। कोई घड़ी की, रेल की इत्यादि अनेक नामों से अलंकृत हैं यह जीवने।

सन्त तुलसी दास ने कहा है–"बड़े भाग मानुष तन पावा। सुर दुर्लभ सद ग्रन्थन गावा"। देवताओं को भी दुर्लभ है यह शरीर। देवता मनुष्य तन पाने को इच्छा क्यों करते हैं क्यों कि वे सदा रहने से सुख की कदर क्या जानें, जैब दुःख आता है तो सुख को कदर पड़ती है। वेद मे तो इसका बड़ा मनोरम वर्णन है विस्तार भय से लिखती नहीं हूँ। अस्तु, एक पौराणिक कथानक बड़ा प्रिय लगता है। वह लिख देती हूँ जब बहना जी ने सृष्टि बनाई आकाश, जल, पृथ्वी, अग्नि, वायु पांच महाभूत और पशु पक्षी तो कहने को अभि सृष्टि अधूरी है। तब बड़ी तल्लीनता बडी लगन से मानवी सृष्टि को सृजन कर ब्रहमा जी बड़े खुश हुए कि एक विवेक और भक्ति के आधार पर ये मानव नर से नारायण बन जायेगा। देखो कितनी सारी जिम्मेदारी है। मनुष्य की कितना सुन्दर उद्देश्य है। मनुष्य जीवन का की नर से नारायण बनना सचमुच भगवान राम, भगवान कृष्ण नर से नारायण ही तो बने थे। तभी तो जमाना उन्हें पूजता है। मैं तो समझती हूँ कि जिस मनुष्य का जीवन रहा परोपकार परायणता, वह वन गया नर से नारायण पंडित जवाहर लाल नेहरू, महत्मा गांधी, गोपाल कृष्ण गोखले, लौह पुरुष पटेल सारे शहीदगण भारत भक्त नारायण ही बन गए। इस ऋषि मूनि ने रामकृष्ण परमहंस, स्वामी विरजानन्द आदि महर्षियों देशभक्तों प्रभुभक्तों, सन्तु तुकाराम मीराबाई रानी झांसी आदि को जन्म देकर अपने को गौरवान्वित किया। मेरा दिल चाहता है स्वामी विवेकानन्द, रवीन्द्रनाथ टेगोर आदि महानुभाव इस भूमि पर पुनरू अवतरित हो जिनसे भारत भारत बने।

यदि कोई कहे कि मनुष्य इतना गौरवान्वित क्यों (हुआ, जिन्होंने समझा कि मनुष्य देह में ही प्रभु की अद्भुत कारीगरी छिपी पड़ी है। जिसका सानिध्य पाने के लिए योगी योगाभ्यास करते हैं, अन्तर्मुखी बनकर। ठीक है सबसे बड़ी दुनिया में उसने बात की जिसने अपने से अपनी मुलाकात की। – **कौशल्या देवी**

सदाचारी व्यक्तियों से ही मित्रता करें

मा वो घ्नन्तं मा शपन्तं प्रति वोचे देवयन्तम्। सुम्नैरिद्व आ विवासे॥ (ऋग्वेद १/४१/८)। जो लोग धर्मनिष्ठ सदाचारी पुरुषों की मित्रता करते हैं, उनकी रक्षा करते हैं और सद्व्यवहार, भोजन, वस्त्र आदि के द्वारा उनका सम्मान करते हैं उन्हें सदैव सुख प्राप्त होता है। दुष्ट, दुर्जनों के प्रभाव से सदैव दूर रहना चाहिए। वे विद्वान हैं जो धर्मात्माओं की मैत्री करते हैं। पिता-पुत्र, माता-पुत्र और पति-पत्नी के सम्बंध तो अन्य जंतुओं में भी होते हैं भले ही वह अल्पकाल के लिए ही क्यों न हों, परंतु गुरु-शिष्य सम्बन्ध केवल मनुष्यों में ही होता हैं। कोई पशु-पक्षी किसी दूसरे को अपना ज्ञान और कौशल नहीं सिखाता पर एक दूसरे को सिखाना मानव की विशेषता है। मनुष्य में इच्छा, बुद्धि, भाषा, परोपकार की भावना, दूरदृष्टि, सब कुछ होता है इसी से अपने से दूसरे को लाभ करा देना और दूसरों से स्वयं लाभ प्राप्त कर लेना उसकी सहज प्रवृत्ति होती है। अपने ज्ञान, अनुभव, कल्पना, भावना का मनुष्य सतत आदान-प्रदान करता रहता है। इस विशेषता से ही गुरु-शिष्य परम्परा विकसित हुई है। अन्य अनेक प्राणी शारीरिक दृष्टि से मनुष्य की तुलना में अधिक शक्तिशाली हैं पर बुद्धि में वह ही सर्वश्रेष्ठ है। इस बुद्धि-लता में जो ज्ञान का फल लगता है वही अमृतफल है। संसार में सब कुछ ईश्वर है, क्षणभंगुर है। मानव भी मर्त्य है पर ज्ञान के कारण वह अमर हो जाता है। मानव जीवन में सहसंवेदना का बहुत महत्व है। प्राप्त वस्तु का एकाकी उपभोग करना पशु-प्रवृत्ति है। स्वयं को प्राप्त वस्तु, दूसरों में भी बांटें, सबको उसका लाभ मिले, यह मानवी प्रवृत्ति ही उसे मनुष्य बनाती है। गुरु केवल किताबी शिक्षा ही नहीं, संस्कार भी देते हैं। केवल विद्यालय के शिक्षक या किसी मठ-आश्रम के अधिकारी ही गुरु नहीं होते। अनेकानेक धर्मनिष्ठ, सदाचारी व्यक्तियों से हम कुछ न कुछ सीखते रहते हैं। कभी-कभी कुछ ऐसे व्यक्तियों से भी हमारा सम्पर्क होता है जिनका जीवन, जिनका आचरण, जिनका व्यक्तित्व स्वयं एक पाठ रहा हो। जिनके आचरण ने हमारे आचरण को मोड़ दिया होगा, जिनके जीवन ने हमारे जीवन को प्रभावित किया होगा, जिनके व्यक्तित्व ने हमारे व्यक्तित्व को आकार दिया होगा। बिना बोले, बिना कहे, उन्हें देखकर हमने उनका अनुकरण किया और बहुत कुछ सीखा होगा। ऐसे विद्वान महापुरुषों की सेवा, सत्कार और सम्मान करना मनुष्य का पुनीत कर्त्तव्य है। ऐसे व्यक्तियों की मैत्री सदैव सद्गुणों की वृद्धि में सहायक होती है और जीवन में सुख, शांति और समृद्धि आती है। हमें सदैव दुष्ट दुराचारी व्यक्तियों से बचना चाहिए और धर्मनिष्ठ, सज्जन, सदाचारी व्यक्तियों से मित्रता रखनी चाहिए।

जीवन को इस प्रकार जिओ की दूसरों को प्रेरणा मिले

श्री सुधीर एवं श्रीमती संगीता जी के पुत्र समीर एवं पुत्रवधु एलिजाबेथ की विवाह की वर्षगांठ आर्य समाज राजेन्द्र नगर में यज्ञ एवं सत्संग के द्वारा सम्पन्न किया गया। शिवांगी जी, हर्ष पटेल जी, समेधा, अहिनता, विनायक ओंकार भी इस शुभ अवसर पर सम्मिलित रहें। आचार्य गवेन्द्र शास्त्री जी ने अपनी अमृतयीवाणी से भक्ति रस की वर्षा करते हुए कहा कि मनुष्य के अन्दर जितनी भी प्रतिभाएं है, जब मनुष्य उसका विस्तार करता हैं, तब उसकी उन्नति होती है। आपके अन्दर जो भी प्रतिभा है, जब आप उसको दुनिया को देंगे तब बदले में प्रोत्साहन और प्रशंसा मिलेगा। यह सम्पूर्ण परिवार भी इसी के भांति अपने भारतीय संस्कृति को विदेश में प्रचार-प्रसार कर रहे है। इसी कार्य से यह आत्मिक शक्ति और प्रशंसा को विदेश में भी प्राप्त कर रहे है। अन्त में आर्य समाज राजेन्द्र नगर के प्रधान अशोक सहगल जी एवं समस्त अधिकारियों ने पुष्पवर्षा के माध्यम से इनका स्वागत किया। सत्संग से पश्चात प्रसाद की व्यवस्था भी कक्कड़ परिवार द्वारा वितरण किया गया।

MESSAGE OF GITA

❑ Dr. Mahesh Vidyalankar

Cotinue from last issue

The worldly people want to meet God with a heart filled with lust, anger, greed, attachment, jealousy, hatred, sins, unrighteousness and unacceptable food habits. How strange! The people are looking for the superior-most and the sacred-most God in a filthy heart. How is it possible? According to Gita, precondition for practising Yoga is cleansing the body, mind, wealth, thought, action, heart etc. Only a clean and genuine heart deserves yoga. So long as the senses are leaning towards their objects, the mind is indulging in pleasures, there is attachment to the worldly pleasures and the mind is filled with passions, the mind will not be able to head for the genuine yogic mental training. In order to get success in Yoga, we will have to inculcate in the mind an aversion to worldly pleasures, to enable it to keep away from the attraction of those pleasures.

Faculties of knowledge and renunciation will have to be strengthened. We will have to remind ourselves time and again that though we went for all kinds of pleasures, gave our all senses the satisfaction of their respective consumables, even then, they are not satiated. The whole life was spent in meeting their never-ending demands. What's the result? We, as slaves of senses, have failed to go ahead. No satisfaction till date and the mind still longs for the pleasures and so on. Such a stream of thought functions as a brake for the mind. The mind is able to hold itself. The spirit of renunciation dawns, and the mind starts leaning towards yoga.

Gita offers practical and psychologically justified ideas about yoga. Lord Shri Krishna was himself a karmayogi 'the one practising the philosophy of detached action'. Whatever he did he did with dexterity and perfection. He says:

योगः कर्मसु कौशलम्।

" Performing with excellence is yoga." Whatever you do, do it efficiently and beautifully. Observing excellence in work culture is yoga. Whatever your identity- a mother, a father, a son, a teacher-if you carry out the prescribed task sincerely, honestly and skillfully with a zeal of perfectionist, you are practising yoga. Mixing beauty with duty is yoga.

समत्वं योग उच्यते।

"Viewing all with the spirit of equality is yoga." The spirit of equality not only in the abstract but also in the concrete, in actual behaviour. Here 'all' means people and circumstances and what have you. Maintaining a sense of harmony in all situations and circumstances, not being affected either in happiness of distress, gain or loss, birth or death is also yoga. Gita's concept of yoga permeates the entire human life. Discharging the responsibility, doing the duty, behaving and acting in general-doing all this well and in a pleasing manner is part of yoga. Living a life of regularity, self-restraint and discipline is the practical aspect of yoga.

According to Gita, yoga in fact is the process of entering the inner world from the external one. Yoga is the method of knowing the abstract through the concrete. Yoga is a way of concentrating the innumerable powers of mind. Yoga is controlling, elevating and directing the mind which is otherwise obdurate, fickle and uncontrolled. The mind is a man's friend and also the enemy. One who succeeds in controlling mind, also controls himself. One who loses control over mind, also loses control over himself. Wherever the mind goes and strays, yoga tames it and directs it towards the soul. Yama (moral duty) and niyama (mental restraint) are the foundations of yoga. The mind submits to the intellect. The intellect applies brake to the mind. Yoga keeps the intellect clean and pure.

Gita is a detailed account of glory of yoga. In the present day life and world, the mental diseases are on the rise. Lust, anger, attachment etc. are the diseases of the mind. There is no cure for these diseases in the material world Suppose, a man is very angry. There is no treatment of anger with any physician. You have to take recourse to yoga for treating anger. Another man is greedy. He is running after things in greed. He can be treated by yoga only. Yoga will teach the mind the lesson of self-restraint and the mind will be restrained. Along with he will restrain anger and greed. People are suffering from tension, worries, fears, restlessness, diseases, passions and greed for consumption.

श्रावणी पर्व की महत्ता

सावन मास श्रावण का परिवर्तित नाम है। इस मास की महत्ता ऋषि मुनियों के समय से प्रचलित है। विक्रमी संवत के अनुसार श्रावण पांचवा मास है प्राचीन काल में श्रावण मास को जीवन का अभिन्न अंग माना जाता था पाश्चात्य संस्कृति के प्रचार से जनमानस इसे इसे भूल गया। श्रावणी पर्व के तीन लाभ आध्यात्मिक, वैज्ञानिक, सामाजिक।

आध्यात्मिक पक्ष-श्रावण का अर्थ होता है जिसमें सुना जाए। अब सुना किसे जाता है। संसार में सबसे अधिक महत्त्वपूर्ण ईश्वरीय ज्ञान वेद है। इसलिए इस मास में वेदों को सुना जाता है। श्रावण में गर्मी के पश्चात् वर्षा आरम्भ होती है। वर्षा में मनुष्य को राहत मिलती है। चित वातावरण के अनुकूल होने के कारण शांत हो जाता है। वर्षा के कारण मनुष्य अधिक से अधिक समय अपने घर पर व्यतीत करता है। ऐसे अवसर को हमारे वैज्ञानिक सोच वाले ऋषि मुनियों ने वेदों के स्वाध्याय एवं आचरण से मनुष्य का अपना आध्यात्मिक प्रयोजन है।

वैज्ञानिक पक्ष- श्रावण में वर्षा के कारण कीट पतंगे से लेकर वायरस बैक्टरीया सभी का प्रकोप होता है। इससे अनेक बीमारियां फैलती है। प्राचीन काल से अग्निहोत्र के माध्यम से बीमारियों को रोका जाता था। श्रावण मास में वेदों के स्वाध्याय के साथ-साथ दैनिक अग्निहोत्र का विशेष प्रावधान किया जाता है। इसलिए वेद परायण यज्ञ को इसमें सम्मिलित किया गया था। श्रावणी पर्व का वैज्ञानिक पक्ष पर्यावरण रक्षा के रूप में प्रचलित है।

सामाजिक पक्ष- श्रावण मास में वर्षा के कारण सन्यासी वानप्रस्थी आदि वन त्यागकर नगर के समीप स्थानों पर आकर वास करते थे। गृहस्थ आश्रम का पालन करने वाले लोग अपनी आध्यात्मिक उन्नति के लिए महात्माओं का सत्संग करने के लिए उनके पास जाते थे। महात्माओं के धर्मानुसार जीवन यापन वैदिक ज्ञान, योग उन्नति एवं अनुभव गृहस्थियों के जीवन मार्गदर्शन एवं प्रबंध में लाभदायक होता है श्रावणी पर्व का सामाजिक पक्ष ज्ञानी मनुष्यों द्वारा समाज को दिशा-निर्देश एवं धर्म भावना को समृद्ध करना है। **- अतुल सहगल**

आर्य प्रेरणा के सभी सुधी पाठकों को रक्षाबन्धन, श्रावणी, स्वाधीनता दिवस एवं श्रीकृष्ण जन्माष्टमी पर्व की हार्दिक शुभकामनाएं

आओ! मिलकर संकल्प करें आर्य प्रेरणा पत्रिका घर-घर तक पहुंचानी है।

आइए! सब मिलकर फैलाएं वर्षा की बूंदे
शीतल, मलय पूरे विश्व में वेदरूपी ज्ञान की खुशियों से भर दे
सबका आंचल, महक उठे जीवन बगिया
हर व्यक्ति, संकल्प करे, मुझे आर्य प्रेरणा को कम-से-कम
दस सदस्यों तक पहुंचना है।

(पृष्ठ 1 का शेष)

लकड़ी जलती है तो फार्मिक एल्डिहाइड नामक गैस उत्पन्न होती है जो की खतरनाक बैक्टीरिया और जीवाणुओं को मारती है तथा वातावरण को शुद्ध करती है। इस रिसर्च के बाद ही वैज्ञानिकों को इस गैस और इसे बनाने का तरीका पता चला। गुड़ को जलाने पर भी ये गैस उत्पन्न होती है। टौटीक नामक वैज्ञानिक ने हवन पर की गयी अपनी रिसर्च में पाया कि यदि आधे घंटे हवन में बैठा जाये अथवा हवन के धुएं से शरीर का सम्पर्क हो तो टाइफाइड जैसे खतरनाक रोग फैलाने वाले जीवाणु भी मर जाते हैं और शरीर शुद्ध हो जाता है। हवन की महत्ता को देखते हुए राष्ट्रीय वनस्पति अनुसंधान संस्थान लखनऊ के वैज्ञानिकों ने भी इस पर एक रिसर्च की, कि क्या वाकई हवन से वातावरण शुद्ध होता है और जीवाणुओं का नाश होता है अथवा नहीं। उन्होंने ग्रंथों में वर्णित हवन सामग्री जुटाई और उसे जलाने पर पाया की ये विषाणुओं का नाश करती है। फिर उन्होंने विभिन्न प्रकार के धुएं पर भी काम किया और देखा कि सिर्फ आम की लकड़ी एक किलो जलाने से हवा में मौजूद विषाणु कम ही नहीं हुए पर जैसे ही उसके ऊपर आधा किलो हवन सामग्री डालकर जलायी गयी तो एक घंटे के भीतर ही कक्ष में मौजूद बैक्टेरिया का स्तर 94 प्रतिशत कम हो गया। यही नहीं उन्होंने आगे भी कक्ष की हवा में मौजूद जीवाणुओं का परीक्षण किया और पाया की कक्ष के दरवाजे खोले जाने और सारा धुआं निकल जाने के 24 घंटे बाद भी जीवाणुओं का स्तर सामान्य से 96 प्रतिशत कम था। बार-बार परीक्षण करने पर ज्ञात हुआ कि इस एक बार के धुएं का असर एक माह तक रहा और उस कक्ष की वायु में विषाणु स्तर 30 दिन बाद भी सामान्य से बहुत कम था।

सुकरात का उपदेश:- एक बार महात्मा सुकरात अपने कई शिष्यों के साथ कहीं जा रहे थे। मार्ग में एक प्रतिष्ठित व्यक्ति उन्हें मिला। सुकरात ने उसे प्रणाम किया परन्तु उसने महात्मा सुकरात के अभिवादन का कोई उत्तर न दिया और चुपचाप उनके पास से होकर चला गया। इस पर उनके शिष्यों को बड़ा क्रोध आया। वे उस असभ्य व्यक्ति को दण्ड देने पर उतारू हो गये। सुकरात ने उनको रोककर कहा-यदि कोई आदमी गंदे वस्त्र पहने हुए तुम्हारे पास से गुजरे तो क्या तुम उससे नाराज होकर उसे मारने-पीटने लग जाओगे? असभ्यता तो गन्दे कपड़े के सदृश है, जिसे कोई भी भला व्यक्ति पहनना पसन्द नहीं करेगा। **-सत्यानन्द आर्य**

प्रेरणा दिवस

आर्या माता स्व. श्रीमती वैष्णो देवी जी सहगल का 14 जुलाई को प्रेरणा दिवस भजन एवं प्रवचन के माध्यम से बनाया। आचार्य गवेन्द्र शास्त्री जी ने कहा कि माता जी का जीवन आर्य समाज को समर्पित था। श्री सतीश मैहता जी ने कहा कि मैंने अपने जीवन में माता वैष्णो देवी जैसा धार्मिक व्यक्ति नहीं देखा और अतुल सहगल जी ने कहा कि मुझे जो अपनी दादी जी से जो प्रेरणा मिली है और उनके बताये हुए कार्यों पर जीवन भर मैं चलता रहूंगा। परिवार की ओर से प्रसाद वितरण किया गया।

पुण्य तिथि पर नमन

प्रेरक व्यक्ति के धनी स्व. प्रोफेसर श्री वी. आर. बजाज की पुण्य तिथि पर स्मृति दिवस का आयोजन रविवार दिनांक 16.07.2023 को अपने निवास स्थान ईस्ट पटेल नगर, नई दिल्ली में यज्ञ प्रवचन भजन के द्वारा समस्त परिवारजनों ने स्मरण किया। आचार्य गवेन्द्र शास्त्री ने कहा कि बजाज जी तन, मन, धन से आर्य समाज एवं दयानन्द कॉलेज हिसार के लिए समर्पित थे। उनके जीवन में धर्म साक्षात रूप में प्रतिष्ठित हो गया था। बजाज जी एक अच्छे लेखक बुद्धिजीवि शिक्षाविद् थे। धर्मपत्नी श्रीमती वीना बजाज जी एवं परिवार की ओर से शत-शत नमन्।

शोक समाचार

आर्य समाज नगला गहराना जिला-एटा, उत्तर प्रदेश के संरक्षक श्री रवेन्द्र आर्य जी का दिनांक 27.06.2023 का दुःखद निधन हो गया। उनका अन्तिम संस्कार वैदिक विद्वान आचार्य सुरेन्द्र जी आचार्य नरेन्द्र जी आचार्या राजेश व शैलेन्द्र शास्त्री जी ने पूर्ण वैदिक रीति से सम्पन्न कराया। उनकी श्रद्धांजलि सभा दिनांक 08.07.2023 को नगला गहराना में हुई। इस अवसर पर आर्य पुरोहित सभा के अध्यक्ष आचार्य प्रेमपाल शास्त्री आ. अभयदेव जी, आ. अनिल जी, डॉ. व्रजेश गौतम जी, आ. भानुप्रकाश जी, डॉ. देवेश प्रकाश आर्य, आ. विद्यादेव, आ. रवीश योगी, आ. हरिओम, आ. सतीश सत्यम्, आ. श्यामपाल, आ. अमन, आर्य नेता मेधा, व्रत शास्त्री जी, आ. कुंवर पाल सैकड़ो विद्वानों तथा हजारों लोगों ने दिवंगत आत्मा की सदगति के लिए प्रार्थना की तथा श्रद्धांजलि अर्पित किए।

आर्य समाज राजेन्द्र नगर ने होनहार बच्चों को किया सम्मानित

आर्य समाज राजेन्द्रनगर में कक्षा 10 एवं 12 में 85 प्रतिशत से अधिक अंक प्राप्त करने वाले छात्र/छात्राओं को सम्मानित किया गया। कार्यक्रम के संयोजक भीष्म लाल जी ने बताया कि पंजीकृत बच्चों को अतुल गोयल (अध्यक्ष URJA % A Open Body of @ 2500 RWAs of Delhi) चिरंजीव मल्होत्रा (सुप्रसिद्ध पी छिंदा पूर्व प्रिंसीपल, कारोना योद्धा) डॉ. के केशव महाविद्यालय, दिल्ली विश्वविद्यालय एवं संकल्प से जुड़े समाज सेवी) तथा डॉ. राजेश तलवार (महामन्त्री आरोग्य भारती) ने सम्मानित किया, प्रेरणा दी। बच्चों ने अभिभावकों ने पूरे उत्साह से भाग लिया। आर्य समाज के सभी पदाधिकारियों ने आर्य महिला आश्रम/आर्य स्त्री समाज की बहनों माताओं का सहयोग सराहनीय रहा। आचार्य गवेन्द्र शास्त्री जी एवं डॉ. देवेश प्रकाश जी का भी आशीर्वाद मिला।

- संयोजक भीष्म लाल

कुछ महत्वपूर्ण जानकारी- जो फल आप छिलके समेत आसानी से खा सकते हैं, उन्हें छिलकों के साथ खाए। ❑ फलों को अच्छी तरह से धोकर खाएं। ❑ खट्टें और मीठे फल के साथ न खाएं। ❑ फलों का रस भी बहुत लाभदायक होता है। ध्यान रखें फलों का रस निकालते ही उसका सेवन कर लें, उसे रखें नहीं। ❑ कटे हुए फल अधिक देर तक रख कर न खाएं। ❑ सब्जियों को जितना अधिक पका कर खाऐं, उनका लाभ उतना ही कम होगा। ❑ सब्जियों को बनाते समय मसाला हल्का रखें। ❑ नरम सब्जियों को बिना छिलके के पकाऐं या कच्चा खाएं। ❑ कुछ सब्जियों के पत्ते और डंठल भी लाभप्रद होते हैं उन्हें फैकें नहीं। उनका भी सेवन करें।

R.N.I.No. DEL BIL/2007/22120
Date of P 20-07-2023

Delhi Postal R.No. DL(C)-14/1431/2021-23
Posted at SRT Nagar PO, New Delhi-55
Posting Date: 7-8 Every Month

सेवा में,

आर्य प्रेरणा

अगस्त-2023

ऋग्वेद यजुर्वेद

॥ कृण्वन्तो विश्वमार्यम् ॥

ओ३म् भूर्भव: स्व:। तत्सवितुर्वरेण्यम् भर्गो देवस्य धीमहि। धियो यो न: प्रचोदयात॥

आर्य समाज राजेन्द्र नगर, नई दिल्ली-110060

(निकट राजेन्द्र प्लेस मेट्रो स्टेशन) दूरभाष: 011-40224701 website: www.aryasamajrajindernagar.org

वेद प्रचार, श्रावणी पर्व एवं छात्रावृत्ति वितरण समारोह

बुधवार 30 अगस्त से गुरुवार 7 सितम्बर 2023 तक जन्माष्टमी 2023 तक

सभी धर्मप्रेमी भाईयों/बहनों से निवेदन है कि आप अपने सभी इष्ट मित्रों सहित सामवेदीय बृहद् महायज्ञ तथा वैदिक सत्संग के पूरे कार्यक्रम में भाग लेकर अपना जीवन सफल बनायें तथा कार्यक्रम की शोभा बढ़ाएं।

सामवेदीय बृहद् महायज्ञ

बुधवार 30 अगस्त से गुरुवार 7 सितम्बर 2023 तक

ब्रह्मा:आचार्य गवेन्द्र शास्त्री जी **वेदपाठ:** आर्य समाज के ब्रह्मचारीगण, प्रतिदिन प्रात: 6:30 से 8:00 तक बृहद् यज्ञ, **सायंकालीन कार्यक्रम सोमवार 4 सितम्बर से बुधवार 6 सितम्बर 2023 तक, भजन:** 7:00 से 8:00 बजे तक आचार्य अंकित शास्त्री जी, **प्रवचन:** 8:00 से 9:00 बजे तक आचार्य गवेन्द्र शास्त्री जी एवम् देवेश प्रकाश आर्य जी

11 कुण्डीय महायज्ञ

पूर्णाहुति तथा छात्रवृत्ति वितरण एवं समापन समारोह गुरुवार 7 सितम्बर 2023

प्रात: यज्ञ की पूर्णाहुति: 7:45 से 9:00 तक, **ध्वजारोहण**-9:00 से 9:15 तक, **प्रसाद वितरण**-9:15 से 9:45 तक, भजन-आचार्य अंकित शास्त्री जी-9:45 से 10:30 तक

10:30 से 12:00 बजे तक विशेष कार्यक्रम (विषय: गीता का सन्देश मानव कल्याण के लिए)

अध्यक्षता- आचार्य गवेन्द्र शास्त्री जी, **मुख्य अतिथि**-श्रीमती सुनीता बग्गा जी,
मुख्य वक्ता- डॉ. महेश विद्यालंकार, छात्रवृति वितरण-11:30 से 12:00 बजे तक गुरुकुलों के छात्र-छात्राओं को 12:00 बजे धन्यवाद, शान्ति पाठ एवं प्रसाद वितरण।

निवेदक: अशोक सहगल (प्रधान), सतीश मैहता (कार्यकारी प्रधान), विकास मैहता (मन्त्री), सतीश कुमार (कोषाध्यक्ष) **आर्य समाज, राजेन्द्र नगर**, उमा अब्बी (प्रधाना), सकुन्तला कालरा (मन्त्राणी), **आर्य स्त्री समाज, राजेन्द्र नगर**। सुशीला वर्मा (प्रधाना) संगीता (मन्त्राणी) **आर्य स्त्री समाज, बहावलपुर**। वीना बजाज (प्रधान), जगदीश बधवा (मन्त्राणी), आर्य महिला आश्रम, न्यू राजेन्द्र नगर

सामवेद (प्रतिदिन सायंकालीन सत्संग के पश्चात् ऋषिलंगर की व्यवस्था है) अथर्ववेद

Printed and published by Mr. Narinder Mohan Walecha secretary on behalf of Arya Samaj, Rajinder Nagar and printed at Mayank Printers, 2199/63, Naiwala, Karol Bagh, New Delhi-110005 and published at Arya Samaj, Rajinder Nagar, New Delhi-110060. Editor: Aacharya Gavendra Shastri