

वेदों की खुशबू

ओ३म्

वेद सब के लिए

(धर्म मर्यादा फैलाकर लाभ दें संसार को)

VEDIC THOUGHTS

A Perfect Blend of Vedic Values And Modern Thinking

Monthly
Magazine

Issue
22

Year
2

Volume
10

July 2014
Chandigarh

Page
24

मासिक पत्रिका
Subscription Cost
Annual - Rs. 100-see page 9

विचार

जीवन में संतुलन ही योग है

अनुमान लगाईये एक बहुत सफल उद्योगपति, सफलता जिसे हर कदम पर छूती है ऐक ऐसे व्यापारिक अनुबन्ध के लिये हवाई जहाज में जा रहा है जो कि उसे विश्व के इने गिने सफल उद्योगपतियों की श्रेणी में ले आयेगा। वह अपने सुनहरे कल के सपनों में खोया आनन्द में डूबा है, तभी हवाई जहाज का संचालक घोशणा करता है

“ आप के लिये अच्छी खबर भी है और खराब भी। अच्छी खबर यह है कि हम तेजी से जा रहें हैं और खराब खबर यह है कि हम रास्ते से भटक गये हैं।”

हां। यह हम सब पर लागू होता है क्योंकि हम सब धन संग्रह व भौतिक सुखों की इस दौड़ में फंसते जा रहे हैं व अपने जीवन के संतुलन को खो दिया है। हैरानगी की बात देखिये, आज समय बचाने के लिये हमारे पास एक से एक नये उपकरण हैं जो कि हमारे पूर्वजों के पास नहीं थे पर इस के बावजूद हमारे पास अपने बारे में सोचने का समय नहीं है।

गीता में भगवान कृष्ण कहते हैं—जीवन में संतुलन ही योग है। इस संतुलन का सीधे मायने में अर्थ है—

पति के रूप में पत्नि की तरफ अपना कर्तव्य निभाये। एक आज्ञाकार पुत्र के रूप में माता पिता की और अपना कर्तव्य



निभाये, मित्र के नाते एक मित्र का कर्तव्य निभाये व इसी तरह पड़ोसी होने के नाते पड़ोसी होने का कर्तव्य निभाये और देश के नागरिक के रूप में नागरिक होने का अपना कर्तव्य निभाये। जीवन में इन सब कर्तव्यों का इतना महत्व है कि यदि हम इन से दूर भागकर, हर समय ईश्वर की भक्ति में लग जायें, तब भी मोक्ष अर्थात् परम आनन्द की प्राप्ति नहीं होगी। वेद में मनुष्य जीवन को चार भागों अर्थात् ब्रह्मचर्य, गृहस्थ, वानप्रस्थ व सन्यास में बांटने का जो आदेश दिया है

Contact: Bhartendu Sood, Editor, Publisher & Printer # 231, Sec. 45-A, Chandigarh 160047
Tel. 0172-2662870 (M) 9217970381,
E-mail : bhartsood@yahoo.co.in

वह जीवन में संतुलन की आवश्यकता को ही उजागर करता है।

धन कमाने की होड़ में, कीर्ती व पद प्राप्त करने की होड़ में अगर हम माता पिता, पत्नि, वच्चों व समाज में रह रहे आश्रित प्राणियों को भूल जाते हैं तो उसका सीधा अर्थ है हम रास्ते से भटक गये हैं व संतुलन खो बैठे हैं। आज जो हम घरों में लड़ाई झगड़े, टूटते हुये परिवार, युवको द्वारा नशे, अपराध का रास्ता पकड़ना और कुछ जगह आत्म हत्याएं तक देख रहे हैं, वे सब इस असंतुलन का ही परिणाम है। विशेष बात यह है कि यह सब उन परिवारों में भी हो रहा है जहां धन दौलत व सुख के साधनों की कमी नहीं। यह असंतुलन कैसे फर्क डाल रहा है इसको समझने के लिये उस परिवार का उदाहरण लें जहां पति पत्नि दोनों सुवह काम के लिये निकल जाते हैं और देर शाम वापिस आते हैं। माना घर में पैसा तो अधिक आ रहा है पर वच्चों को समय नहीं मिल रहा। उन से सम्पर्क के लिये उन्हें मोबाईल फोन दे रखें हैं। ऐसे में वच्चे उन मोबाईल फोन का गलत प्रयोग करते हैं, गलत सम्बन्ध बना रहे हैं तो बच्चों की गलती नहीं। गलती है जीवन में असंतुलन की।

इस संतुलन को जीवन में कैसे बनाया जा सकता है? आप जिन से प्यार करते हैं, जिन्होंने आपको जन्म दिया है उनके साथ काम छोड़ कर भी समय बितायें। होता यह है कि हम जब तक यह सब समझते हैं तब तक माता पिता स्वर्ग सिंधार चुके होते हैं।

जीवन में सब से बड़ी सुरक्षा माता पिता व परिवार के सदस्यों का प्यार है। इन सम्बन्धों को पैसे के लाभ हानी से भी अधिक महत्व दें। चाहे आप कितने भी व्यस्त हैं, अपने परिवार जनों के साथ समय अवश्य बितायें। अपने अहंकार व घमण्ड को इन सम्बन्धों को न तोड़ने दें। अपने छोटे – छोटे वच्चों को समय अवश्य दीजिये। वे आपसे समय चाहते हैं। उसकी पूर्ती इलेक्ट्रॉनिक electronic खिलोने या चीजें नहीं कर सकती।

वे आप के साथ खेलना चाहते हैं। उनके दिलों में बहुत सारे प्रश्न होते हैं जिनका वे आपसे जवाब चाहते हैं। याद रखें आप का सारा संचित धन भी आपके बच्चे का बचपन वापस नहीं ला सकता।

धन कमाने या काम में इतने व्यस्त न रहें कि आपके पास अपने लिये या अपने बारे में सोचने का समय ही न रहे। हर परिस्थिती में एक घंटा अकेले में शान्ति में बैठकर अपने बारे में, अपने स्वास्थ्य के बारे में, जीवन में जो कर रहे हैं, आगे आने वाले जीवन के बारे में अवश्य सोचें। महान व सफल व्यक्तियों के जीवन को पढ़ते रहें। अगर आप कोहलू का बैल बन गये हैं तो आप में या पशु में कोई फर्क नहीं।

स्वास्थ्य की उपेक्षा कर धन कभी न कमायें। अगर स्वास्थ्य ठीक न होगा तो कमाये हुये धन को भी न भोग पायेंगे। 65 वर्ष की आयु के बाद अच्छा स्वास्थ्य आदमी का सबसे बड़ा मित्र है। समय समय पर जीवन का हिसाब किताब करते रहें। जब धन आपके जीवन के लिये प्रयाप्त हो तो अपने ढंग से जीवन जिये। खयाल रहे यह जीवन इसी रूप में दुबारा नहीं मिलेगा।

समाज में करोड़ों ऐसे हैं जो कि हमारे जितने भाग्यशाली नहीं। हम अपने ज़रूरत से अधिक धन द्वारा उनके जीवन में फर्क ला सकते हैं। उदाहरण के लिये हो सकता है आपके घर में जो काम करती है उसके बच्चे धन या मार्ग दर्शन की कमी कि बजह से शिक्षा से वंचित हैं, हम धन या समय या दोनों द्वारा उनके जीवन में फर्क ला सकते हैं।

सब से आवश्यक है, इन बातों को जीवन में लाने के लिये किसी अच्छे समय की तलाश न करें। जिंदगी पानी के बुलबुले की तरह है, जितनी जल्दी हम शुरू करेंगे उतना ही अन्धा है।

वर की आवश्यकता

45 वर्षिय, सुन्दर, श्वेत वर्ण की सूद कन्या, बहुत होनहार, शाकाहारी, के लिये वर की आवश्यकता है। 13 वर्ष पहले शादी हुई थी पर consummate नहीं हुई, उसके बाद कन्या ने अपनी विधवा माता की सेवा में ही जीवन काटने का निश्चय किया परन्तु उसकी मां उसकी शादी में ही अपनी मुक्ती समझती है।

कन्या electronics Engineering में diploma, Central Govt job में चडीगढ़ में कार्यरत है 40000 के करीब मासिक वेतन है। Pensionable job, कार इत्यादी सब सुविधाएं हैं।

कृपया सम्पर्क करें 92179703 81 वैदिक थोटस - 0172-2662870

संपादकिय

शंकराचार्य और साईं श्रधालुओं का युद्ध

अभी कुछ महीने पहले मैंने अपने एक सम्पादकीय लेख—“**वेदों के अनुरूप ही हिन्दु धर्म का सम्मान सम्भव है**” में लिखा था कि जो हम हिन्दु धर्म का वुरा हाल देख रहे हैं उसके लिये हम खुद जिम्मेवार हैं। हाल ही में, शंकराचार्य और साईं श्रधालुओं का जो युद्ध देखने को मिल रहा है यह उसी का ही एक उदाहरण है।



बजाये इसके कि वेदों के अनुसार हमें एक ही ईश्वर जो कि निराकार, अजन्मा, (जिसका न कोई आकार है न—ही जन्म होता है) माने, हम ने अपनी अपनी पसन्द के अनुसार लाखों भगवान बना लिये हैं। यही नहीं हर 40—50 साल में परिवर्तन भी होता है और उनके स्थान उपर नीचे भी होते हैं। कहने का भाव यह है कि जो भगवान आज मेरे लिये सब से प्रिय है हो सकता है कुछ सालों बाद उसका स्थान और कोई नया भगवान ले ले या उसका नाम ही न हो। यानी कि जो ईश्वर अनादी है, इस सृष्टि और हम प्राणीयों को बनाने वाला है, उस का जीवन हम ने 50—60 साल का बना दिया है। यह किया तो मैंने अपने जीवन में ही देखी है। 1960—70 में पूटापर्थी वाले साईं बाबा का एक दम बहुत नाम हुआ, देखते—देखते हमारे बहुत सारे रिश्तेदारों ने अपने घर में बनाये मन्दिरों में बाबा की फोटो मूर्ती बीच में कर दी और और राम और कृष्ण की मूर्तियाँ उनके आस पास कर दी। आज 50 साल बाद सीन कुछ अलग ही है। उन बाबा जी का स्थान किसी दूसरे बाबा ने ले लिया है। शंकराचार्य और साईं श्रधालुओं का जो युद्ध देखने को मिल रहा है उसी की भूमिका भी यही है।

शंकराचार्य कहते हैं कि साईं मत वाले हमारे पूजनीय भगवानों शिव, श्री रामचन्द्र, हनुमान आदि को, साईं बाबा, जो कि भगवान न होकर धरती पर जन्म लेने वाला मानव थे, के पैरों में स्थान दे कर अपमान करते हैं। अक्सर देखने को मिलता है कि साईं बाबा की बड़ी मूर्ती तो बीच में होती है और शिव, श्री रामचन्द्र, हनुमान आदि की छोटी मूर्तियाँ उनके आस पास सजाई जाती हैं। शंकराचार्य का कहना है कि साईं बाबा तो धरती पर जन्म लेने वाले एक इन्सान थे इसलिये उन की पूजा करना गलत है। मेरा कहना यह है कि शंकराचार्य जी गलत तो आप भी हैं जो कि निराकार, अजन्मा, अनादि ईश्वर के स्थान पर जन्म लेने वाले महापुरुषों जैसे श्री रामचन्द्र है उनको ईश्वर मानते हैं।

मैं शंकराचार्य जी को याद दिलाना चाहता हूँ कि दसवीं सदी के अंत में उस समय के शंकराचार्य जब काशी विश्वनाथ जी के मन्दिर में शिव लिंग के दर्शन कर के वापिस आये तो उन्हें अपनी गलती का बोद्ध हुआ और उन्होंने कहा—“हे ईश्वर मुझे क्षमा करना। यह जानते हुये भी कि आप निराकार, अजन्मा और सर्वव्यापक हैं, मैं आपके दर्शन करने काशी चला गया।”

कहने का अर्थ यह है कि जब धर्म गुरु स्वयं ही गलत रास्ते पर चल रहे हैं तो दूसरे तो चलेंगे ही।



इस सब का एक ही समाधान है

- 1 हिन्दुओं को ईश्वर का स्वरूप वही मानना होगा जो कि

वेदों में है अर्थात् ईश्वर एक है उसके गुणों के आधार पर बहुत से नाम हैं पर मुख्य नाम ओम् है, जो निराकार, अजन्मा, सर्वान्तरयामी व सर्वशक्तिमान जिसका न कोई आकार है न ही जन्म होता है, वह कण कण में समाया हुआ है, वह हमारे अन्दर भी है, बात सिर्फ अन्दर झांकने की है। जब ईश्वर का हम कोई आकार ही नहीं दिखायेगे तो कोई उनको अश्लील रूप भी नहीं दे सकता। न होगा बांस न बजेगी बांसुरी।

- 2 महान पुरुषों को ईश्वर का स्थान न दें।
- 3 ऐसे धर्म गुरुओं से दूर रहें जो कि अपने आप को भगवान बताते हैं और ऐसे अज्ञानियों की बातों में न आयें जो जन्म

लेने वालों को भगवान बनाकर अपने स्वार्थ और धंधे के लिये आगे लाते हैं।

जब सिद्धान्तिक रूप से यह बात मान ली जायेगी कि ईश्वर एक ही है और उसका न आकार हो सकता है और न ही वह जन्म लेता है तो मानव को ईश्वर का स्थान देने की परम्परा अपने आप खत्म हो जायेगी और आज जो हम कदम-कदम पर हिन्दु धर्म का जो अपमान देख रहें हैं या यूँ कहे कि यह धर्म दूसरों के लिये एक मजाक बन कर रह गया है, वह स्थिती नहीं रहेगी।

इस बात को सभी हिन्दु सोचे चाहे शंकराचार्य हैं या फिर साई मत वाले या किसी दूसरे मत वाले।

चिन्तामुक्त जीने का तरीका

- 1 बीती जो जा चुकी उस की फिकर मत कर
बाकी जो रह गई उस को सुधार ले।।

उपनिषद् कहते हैं हिम्मती लोग वही हैं जो वर्तमान में जीते हैं और कायर वे हैं जो भविष्य की चिन्ता के कारण हमेशा दुखी रहते हैं। बहुत से लोग जीवन का आनन्द इसलिए नहीं उठा पाते, क्योंकि वे हमेशा भविष्य की चिन्ता करते रहते हैं। यह उसी तरह है जैसे कि अगर हम अपनी छाया को पकड़ने की कोशिश करते हैं तो आगे बढ़ने पर छाया भी आगे बढ़ जाती है। इस प्रकार हमारा सम्पूर्ण जीवन व्यर्थ का संघर्ष बन कर रह जाता है। वर्तमान का आनन्द हम उठाते नहीं हैं व भविष्य की चिन्ता से अपने आप को घेरे रखते हैं।

- 2 जो कार्य आप को सब से मुश्किल लगता है उसे सब से पहले करें।

3 हर समस्या के कई रास्ते हैं, उस रास्ते को भूल जाइये जो आप के लिये बन्द है। अक्सर हम उसी रास्ते के बारे में सोचते रहते हैं जो हमारे लिये बन्द होता है। न ही उस रास्ते को अख्तियार करें जो आपके मन की शान्ति को भंग कर दे।

4 जब आप कोद्विष्ट हो जाते हैं, तो आपका रास्ता और कठिनाई भरा हो जाता है व कार्य को पूरा करने के लिये जो शक्ति चाहिये उसे नष्ट कर बैठते हैं। इसलिए कोद्विष्ट होने से बचें।



- 5 हर हालत में अपना खर्चा, कमाई से कम रखें। यह बिल्कुल सम्भव है।

6 जो हमें मिला है उसके लिये धन्यवादी रहे। शिकायत व अपेक्षा का रुख न अपनायें।

7 सत्य से बढ़कर कोई और चीज मन को शान्ति नहीं देती, झूठ मन की शान्ति को खत्म कर देता है। इसलिए सत्य का ही आचरण करें।

Editorial-II

Fewer degrees more education

Perhaps, not many from the present generation might know that Matriculation, a school pass out examination after 10th standard, is another gift of British Raj to us. How this system came to India where Sanskritised teaching was traditionally entrusted to '*acharyas*' in *Gurukuls* has its background. . By the middle of 19th century, British Empire in its quest for global dominance had already taken control of many countries including India, known as British Colonies. With it came the severe manpower crunch for the Colonial empire. It was just not possible for a small European country to put Britishers for each and every job related with administration and governance of these Colonies. Therefore, British designed a system of education for these colonies that aimed at producing a workforce who were expected to be obedient, loyal and servile in approach to their masters known as *Lat sahibs* or *Barrah sahibs* in India at that time.

While in our traditional system focus was on religion, philosophy and warfare, in the British system focus was on English language, mathematics and science. Though, many with extreme jingoism continue to believe that this was a calculated plan of Lord Macaulay to create a class in India who might be Indian by skin but British in their thinking. Well this all is debatable but the fact remains that Matriculation came to be seen as the symbol of literacy in India as it opened doors for 90% of the jobs meant for non-British. Not only this, this system paved way for dalits and women to experience the glow of education which they were denied to in the Brahmanical Gurukul system at that time, consequent to wrong interpretation of Hindu scriptures by the Brahmin Sanskrit pundits. It is to the credit of British that they showed no leeway when it came to maintain standard of matriculation in India.

Such was the accomplishment of a matriculate pass at that time that in most of the high schools matriculates worked as teachers. Many would rise to the position of under secretaries and deputy secretaries in the Government and I know many who even headed the private sector companies.

Their drafting and proficiency in English language could leave even the MAs of present era rubbing their eyes in disbelief. It was never an easy course best manifested by the fact that our father of nation Mohan Das cleared this in his second attempt.

But then after independence, one thing that became the biggest causality was our national character. People at the helm wouldn't mind indulging in sophistry and using short cuts. To prop up the literacy figures, the standard of matriculation was drastically lowered. The fall outs are before us. Various surveys show that there are many matriculates who can't write a simple application or do simple addition. Not only this, the gap between the



standard of 10th and plus two is so huge that even those who clear 10th with 10 CGPA need coaching to come up to the expected level to compete in entrance examination after 12th standard.

I think that the one important task before our HRD Minister is to restore the glory of this valuable gift of British to us. Hon'ble Minister herself is a shining example of good school product without university degree to her name. Why should we expect poor people to spend on degrees and coaching classes if many of the things can be covered at the school level itself? In all developed countries, it is the school education which receives maximum attention and there are not many who go for University education. During my job, when I spent some time in Japan , I was shocked to find that their school pass outs had better engineering skills than our diploma and degree holders.

As the motto of new government is '**less government and more governance**' likewise HRD ministry should work on '**less degrees and more education**' by upgrading our school education. When we do this we will do great justice to the vast population of the poor and deprived who can't afford university education.

बाहरी धन के मोह को छोड़कर अंदर के धन को बढ़ाये

एक महर्षि थे। उनका नाम था कणाद। किसान जब अपना खेत काट लेते थे तो उसके बाद जो अन्न के कण पड़े रह जाते, उन्हें ही बीन कर वे अपना जीवन चलाते थे। इसी कारण उनका नाम कणाद पड़ गया था।

उन जैसा दरिद्र कौन होगा ! देश के राजा को जब पता चला तो उसे अच्छा न लगा कि इतना बड़ा ऋषि, उनके राज्य में ऐसा जीवन जीने पर मजबूर है। राजा ने बहुत-सी धन-समाग्री लेकर अपने मंत्री को उन्हें भेंट करने भेजा। मंत्री पहुंचा तो महर्षि ने कहा— “मैं सकुशल हूं। इस धन को तुम उन लोगों में बांट दो, जिन्हें इसकी जरूरत है। गरीबों को शायद इसकी ज्यादा जरूरत होगी।”

इस प्रकार राजा ने तीन बार अपने मंत्री को भेजा और तीनों बार महर्षि ने कुछ भी लेने से इन्कार कर दिया। अंत में राजा स्वयं उनके पास गया। वह अपने साथ बहुत सा धन ले गया। उसने महर्षि से प्रार्थना की कि वे उसे स्वीकार कर लें, किन्तु वे बोले, कि उन्हें दे दो, जिनके पास कुछ नहीं है मेरे पास तो सबकुछ है। राजा की कुछ समझ में नहीं आ रहा था कि वह क्या करे। महर्षि हर बार सहायता लेने से विल्कुल इंकार कर रहे थे।

राजा बहुत हैरान थे। जिसके तन पर एक लंगोटी मात्र है, वह कह रहा है कि उसके पास सबकुछ है। उसने लौटकर सारी कथा अपनी रानी से कही। वह बोली कि आपने

भूल की। ऐसे साधु के पास कुछ देने के लिए नहीं, लेने के लिए जाना चाहिए।

राजा को अपनी गलती समझ में आ रही थी।

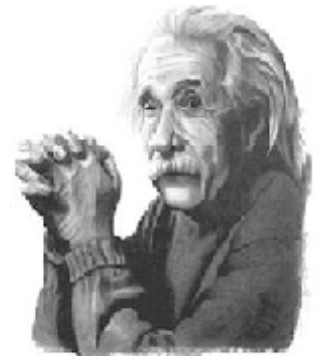
अगले दिन वह महर्षि के पास गया और अपने कृत के लिये क्षमा मांगी।

कणाद ने राजा को पास बिठाते हुये कहा— राजन जानते हो गरीब कौन है? मुझे देखो और अपने को देखो। बाहर से नहीं, भीतर झाको। मैं कुछ भी नहीं मांगता, कुछ भी नहीं चाहता। इसलिए अनायास ही सम्राट हो गया हूं। यह जरूरी नहीं आपके पास भौतिक सुख के साधन हैं तभी आप अमीर हैं। अगर आपके अंदर संतुष्टि है तो आप एक बहुत बड़ी सम्पदा के मालिक हैं जिसे कोई छीन नहीं सकता और यह आलोकिक आनन्द देने वाली सम्पदा है, जो बाहर की सम्पदा है जैसे सोना, चांदी, महल, ज़मीन आदि वह आज या कल छिन भी सकती है। इसलिए हमारे जैसे व्यक्ती, इसे सम्पदा नहीं, विपदा मानते हैं।

जो भीतर की सम्पदा है, वह जब मिल जाती है तो खोती नहीं। उसे पाने पर फिर कुछ और पाने को नहीं रह जाता। यह सिर्फ मन के समझने की बात है अगर आप मन की स्थिति को समझ जाते हैं तो आपसे महान कोई नहीं है। बाहरी सुख तो आनीजानी चीज है लेकिन जो आपके अंदर है उसे कोई नहीं छीन सकता। एक तरह से यह आपका धन है। इसलिए हमें इसका संचय करना चाहिए। और बाहरी धन के मोह को छोड़कर अंदर के धन को बढ़ाना चाहिए।

Life is life with others

Atharva veda says “Life is life with others. Man can not live as an individual. He is a social organism. God loves him only who loves other beings and it includes cattle, birds and other creatures as well. Man's glory lies in being a member of big family. On the one hand, man is bound by blood kinship-his parents, his wife and children on the other, he is linked with every individual of the society whether near or far. It is given to man to link himself with those who constitute his ancestry, and also think of those who could be his posterity. Man thus should live, work and die for the society by rising above his kinship”



Albert Einstein

Only a life lived for others
is a life worthwhile

Publisher & Printer Bhartendu Sood Printed at Amit Arts 36 MW Industrial Area, Ph-I, Chandigarh 9216504644

Owner Bhartendu Sood Place of Publication # 231, Sector 45-A, Chandigarh 160047

Phone : 0172-2662870 (M) 9217970381 Name of Editor : Bhartendu Sood

From his 'Lost and Found' book

Neela Sood



Recently during our travel from Rajkot to Junagarh, at one of the halts, we were joined by an elderly person Manohar Diwadkar. As generally happens, initial discussion centered on knowing about each other. My husband was doing all the talking while I'd time and again give a smoldering look for their

interfering with my sleep. But, when he mentioned that he was busy writing a book titled 'Lost and Found', suddenly I felt jolted from my reverie and now I was a serious listener. "Mr. Diwadkar, the title looks very interesting. It has sent my imagination vaulting." I remarked to be a part of conversation. He also looked keen to share and started "Ma'am the title of the book will leave nothing to imagination when you get to know that for the best part of my career before retirement, I was

handling 'Lost and found' cases in the Police Department which gave me an insight of human behaviour. Well, you can call it my passion that I decided to pen it all down in a book that throws light on the good and bad side of 'man' based on such experiences, though I know that not many will find it wise to lighten their wallet to buy it" His wit and humour made the environment lively for discussion "If you feel comfortable then please narrate to us a few



experiences which motivated you to pen your memories" my husband requested. "Sure, since the train will be touching Junnagarh shortly I'm going to narrate one such anecdote which unfolds both the good and bad side of a man." he replied.

Continuing he said: "This incident is of Kumbh fair at Nasik. Having been separated from their only son, a middle aged couple was weeping inconsolably in my office. Just then a constable brought a twelve years old boy,

"Sir, he has been separated from his parents but is acting funny. He looks least interested in finding them. I called out the couple in the adjoining room. Mother in a fit of ecstasy, ran to take the son in her embrace but the boy showed indifference. Shocked at his behaviour, I said to him in a threatening tone, "We'd send you to orphanage if you behave like this."

"I don't mind. If my grandfather can live in an old age home, I can also stay in orphanage." The boy retorted undeterred.

Couple was ashamed and crestfallen. Even before I said something, they rushed to bring boy's grandfather from the old age home and that boy went home only when next day his grandfather came to receive him"

Our train chugged in to Junnagarh station. We were convinced that this world has had both good and bad persons at all times. But good with their conduct show the right path to the bad ones.

Tel. - 09217970381

विज्ञापन

यह पत्रिका शिक्षित वर्ग के पास जाती है आप उपयुक्त वर वधु की तलाश, प्रियजन को श्रद्धा सुमन, अपने व्यापार को आगे ले जाने के लिये शुभ-अशुभ सूचना विज्ञापन द्वारा दे सकते हैं।

पत्रिका में दिये गये विचारों के लिए लेखक स्वयं जिम्मेवार हैं। लेखकों के टेलीफोन न. दिए गए हैं न्यायिक मामलों के लिए चण्डीगढ़ के न्यायलय मान्य हैं।

जीवन की यात्रा में जितना कम बोझ होगा उतना ही सुखी रहेंगे

पर्वेश शर्मा

पांच वर्ष पहले की बात है, मैंने अपने मित्र के साथ त्रिषिकेश और हरिद्वार की यात्रा का निश्चय किया। एक सप्ताह की यात्रा थी और मैंने एक बड़ा सूटकेस अपने सामान का तैयार कर लिया। इस के विपरीत मेरे मित्र ने एक छोटा सा बैग लिया उस में दो कपड़े के जोड़े और टूथ ब्रश आदि कुछ रोज आवश्यकता का सामान व कुछ पुस्तकें थी। जहां भी हम रहते वह अपने कपड़े धो लेता। सारी यात्रा के दौरान मेरा मित्र तो निश्चिन्त अपनी यात्रा का आनन्द उठाता रहा वहीं मैं अपने इतने बड़े सूट केस के कारण यात्रा का आनन्द उठाने से वंचित रहा।

पर इस अनुभव से मुझे बहुत बड़ी शिक्षा मिली। शीघ्र मैंने अनुभव किया कि यात्रा की ही बात नहीं, हमने अपने जीवन को भी अनावश्यक वस्तुओं के संग्रह द्वारा बोझिल बना रखा है। हमारे सामने युनान के एक दार्शनिक डायोजीनज का उदाहरण है। कहते हैं कि उसके पास तालाब से पानी पीने के लिये एक मिटी के लोटे के सिवा कुछ नहीं था। एक बार जब उसने एक कुते को तालाब से पानी पीते देखा तो महात्मा ने वह लोटा भी यह सोच कर फेंक दिया कि अगर यह जानवर बिना किसी बर्तन के पानी पी सकता है तो मैं क्यों नहीं? पर दुख की बात यह है कि युनान का महान योद्धा सिकन्दर जिसने की सारी दुनिया की दौलत को पाने और बटोरने के लिये लाखों का खून बहाया वह हमारे लिये आदर का पात्र है पर डायोजीनज नहीं जो कि अपने प्रयोग के लिये एक लौटा

तक भी न रखना चाहता था।

प्रकृति का नियम है कि हम जितना उपर जाते हैं उतना ही हमारा भार कम होता जाता है और एक ऐसी स्तह आती है जहां हमारा वजन शून्य हो जाता है। इस बात से यही सन्देश मिलता है कि प्रकृति चाहती है कि हम जीवन में जितना उपर जीते जायें अतने ही हलके होते जायें। जो वजन हमारे उपर होता है वह अहंकार, लोभ के कारण होता है।

ओमर ख्याम अपनी कविता में कहते हैं कि हम अपने को भूतकाल और भविष्य की चिन्ता से अलग कर वर्तमान में रह कर जीवन का आनन्द उठायें। पर इस के विपरीत हम अपनी पिछली बातों का बोझ, जिसमें की दूसरों के साथ द्वेष, ईर्ष्या और शत्रुता से उत्पन्न किस्से होते हैं, लेकर चलने के आदी बन चुके हैं।

भविष्य का डर हमें हर समय वैसे ही खाता रहता है जैसे कि खून पीने वाला कीड़ा खून चूसता रहता है। बच्चों के पालन पोषण में हमें हर समय उनके कैरियर, शादी और यहां तक कि उनके लिये घर जायदाद की चिन्ता सताये रखती है। इसलिये आवश्यकता इस बात की है कि हम इन फजूल की चिन्ताओं से, जो कि हमारे उपर एक बोझा की तरह है, मुक्त करके जीवन का आनन्द उठाये।

House No. 1231, Sector 7-B, Chandigarh
Mobile No. 09888450099

Positive side of traffic jams

Traffic jams may irritate you but they give a lesson in patience. According to one study, Indians are most impatient lot with inborn propensity to jump queues and overtake. God did its bit by making our roads notorious for traffic jams so that at least here we learn this all important lesson ---patience is a virtue.



परिश्रम और ईमानदारी की कसौटी

सीताराम गुप्ता,



बहुत पुरानी बात है। एक गाँव में एक व्यक्ति रहता था जो मेहनत मज़दूरी करके ईमानदारी से अपना परिवार चलाता था। उसका एक बेटा था जो अत्यंत आलसी और निकम्मा था। परिश्रम और ईमानदारी से उसका कोई नाता न था। कुछ कमाता भी तो बेईमानी और ठगी से। व्यक्ति बूढ़ा हो गया

था इसलिए उसके लिए काम करना मुश्किल हो गया। उसने अपने बेटे को बुलाकर समझाते हुए कहा कि अब मैं काम करने लायक नहीं रहा। तुम जवान हो और तुम्हारा इस तरह आवारा घूमना ठीक नहीं। तुम भी मेहनत मज़दूरी करके ईमानदारी से चार पैसे कमाओ और घर चलाओ। बहुत समझाने-बुझाने पर बेटा काम पर जाने को तैयार हो गया।

शाम को जब बेटा काम पर से लौटकर घर आया तो उसने अपनी दिनभर की कमाई बापू के हाथ पर रख दी। बापू ने सारे पैसे सामने जल रहे चूल्हे में डाल दिये। बेटा ये सब देखकर भी लापरवाही से अंदर चला गया और बापू से कुछ नहीं कहा। अगले दिन फिर यही घटना दोहराई गई। बेटे ने

जैसे ही पैसे बापू की हथेली पर रखे बापू ने सारे पैसे आग के हवाले कर दिये। बेटा अब भी कुछ नहीं बोला। तीसरे दिन जब बेटा काम करके लौटा और पैसे बापू को दिये तो बापू ने फिर से पैसे आगे में डालने की कोशिश की

लेकिन इस बार बेटे ने पिता का हाथ पकड़ कर गिड़गिड़ाते हुए कहा कि आप क्यों मेरी दिनभर की मेहनत की गाढ़ी कमाई को आग में झोंकना चाहते हो?

बेटे ने कहा, “आज मैंने सारे दिन जी तोड़ मेहनत की है। ये देखो काम कर-करके मेरे हाथों में छाले पड़ गए हैं।” हाथों के छाले और उसके चेहरे पर सच्चाई के भाव देखकर पिता ने कहा कि आज तुमने वास्तव में मेहनत की है। कल तक पैसे को आग में डालते समय तुम्हारे चेहरे पर कोई शिकन दिखलाई नहीं पड़ी थी क्योंकि वो तुम्हारी मेहनत और ईमानदारी की कमाई के नहीं थे। आज तुम्हारी पीड़ा बतला रही है कि तुमने वास्तव में परिश्रम किया है और ईमानदारी से पैसे कमाए हैं। बूढ़े पिता ने आगे कहा कि अब मुझे कोई चिंता नहीं है क्योंकि तुमने मेहनत और ईमानदारी से कमाना सीख लिया है। और इसी में जीवन की सार्थकता भी है।

पत्रिका के लिये शुल्क

सालाना शुल्क 100 रुपये है, शुल्क कैसे दें

1. आप 9217970381 या 0172-2662870 पर subscribe करने की सूचना दे दें। PIN CODE अवश्य दे
2. आप बैंक या कैश निम्न बैंक में जमा करवा सकते हैं :-
Vedic thoughts, Central bank of India A/C No. 3112975979 IFC Code - CBIN0280414
Bhartendu sood, IDBI Bank - 0272104000055550 IFC Code - IBKL0000272
Bhartendu Sood, ICICI Bank - 659201411714, IFC Code - ICIC0006592
3. आप मनीआर्डर या at par का Cheque द्वारा निम्न पते पर भेज सकते हैं। H. No. 231, Sector 45-A, Chandigarh 160047.
4. दो साल से अधिक का शुल्क या किसी भी तरह का दान व अनुदान न भेजें। शुल्क तभी दें अगर पत्रिका अच्छी लाभप्रद व रुचिकर लगे।

**यदि आप बैंक में जमा नहीं करवा सकते तो
कृपया at par का बैंक भेज दें।**

विद्वता नहीं, हमारे आंतरिक खोखलेपन का प्रतीक है आडंबरपूर्ण व्यवहार

सीताराम गुप्ता,

एक टूटी-फूटी झोंपड़ी में एक गरीब बुढ़िया रहती थी। दाने-दाने को मुहताज थी पर एक दिन उसको भी अँगूठी पहनने का शौक चरया। पाई-पाई जोड़कर किसी तरह एक सोने की अँगूठी बनवा ही डाली। बुढ़िया ने अँगूठी पहनी और सारे गाँव का चक्कर लगा आई पर अफ़सोस कि उसकी अँगूठी पर किसी की भी नज़र न पड़ी। न तो किसी ने उससे अँगूठी के बारे में ही पूछा और न उसकी अँगूठी की तारीफ़ ही की। बुढ़िया बेचारी परेशान। इतनी मुश्किल से तो अँगूठी बनवाई थी उसने और किसी ने भी नहीं देखा। बुढ़िया ने अपनी झोंपड़ी में आग लगा दी।

लोग-बाग जब तक पानी लेकर आए तब तक झोंपड़ी राख में तब्दील हो चुकी थी। लोगों ने पूछा कि अम्मा कुछ बचा भी कि सब कुछ जलकर स्वाह हो गया। बुढ़िया ने उँगली आगे करते हुए कहा कि बेटा इस सोने की अँगूठी के सिवा कुछ भी तो नहीं बचा। अब सभी लोग आग की बात भूलकर अँगूठी के बारे में पूछने लगे। एक ने पूछा, “अम्मा ये कब बनवाई?” “अम्मा, ख़ालिस सोने की लगती है कितने में बनी?” एक और प्रश्न आया। बुढ़िया मन ही मन कह रही थी, “अरे मुओ! ये सब पहले पूछ लेते तो मुझे अपनी झोंपड़ी क्यों जलानी पड़ती?”

माना कि बुढ़िया अपनी अँगूठी का प्रदर्शन करने, उसके बहाने अपनी तारीफ़ सुनने को मरी जा रही थी लेकिन क्या हम सब के अंदर भी वैसी ही एक बुढ़िया मौजूद नहीं है? हम सब में किसी न किसी रूप में स्वयं को दिखलाने या आत्म-प्रदर्शन की प्रवृत्ति मौजूद होती है लेकिन यह इतनी ज़्यादा भी नहीं होनी चाहिए कि यह विकृति लगने लगे। क्या कारण है इस छद्म व्यवहार का? कहा गया है कि थोथा चना बाजे घना या फिर अधजल गगरी छलकत जाय। कुछ लोग ऐसे कपड़े पहनते हैं अथवा जीवनशैली अपनाते हैं जिससे दूसरे लोगों का ध्यान उनकी ओर आकर्षित हो सके। ऐसे लोग अपने कपड़ों व अन्य बाह्य साधनों द्वारा अपनी पहचान स्थापित करना चाहते हैं क्योंकि उनकी अन्य कोई पहचान होती ही नहीं।

जिन लोगों के व्यक्तित्व में खामियाँ होती हैं, जिनका व्यक्तित्व प्रभावशाली नहीं होता, जो अल्पज्ञ होते हैं या जिनकी बुरी आदतों अथवा दोषपूर्ण व्यवहार के कारण समाज में मान-प्रतिष्ठा नहीं होती वो लोग महँगे

कपड़ों-जूतों अथवा अन्य बाह्य साधनों द्वारा अपने इस आंतरिक अभाव की पूर्ति करने का प्रयास करते हैं। इसका एक कारण और भी है और वो ये कि हमारे जीवन में किसी न किसी मोड़ पर कुछ चीज़ों का घोर अभाव रहा होता है। उस अभाव को परोक्ष रूप से पूर्ण करने के लिए या उस अभाव की क्षतिपूर्ति करने के लिए भी हम लोगों का ध्यान आकर्षित करने के प्रयास में लगे रहते हैं। यह प्रदर्शन सिद्ध करता है कि हमने जीवन में न केवल अर्थाभाव व अन्य चीज़ों की कमी झेली है अपितु दूसरे क्षेत्रों में भी कोरे हैं। हममें शिक्षा ही नहीं नैतिकता का भी नितांत अभाव है। हम धर्म, दर्शन, साहित्य, संस्कृति व कला से कोसों दूर हैं। हमारा पहनावा व उसका प्रदर्शन हमारे परिवेश, हमारी परवरिश व शिक्षा-दीक्षा सभी की जानकारी देने में सक्षम होता है।

धर्म-अध्यात्म के क्षेत्र में भी आज कमोबेश यही स्थिति है। धर्म-अध्यात्म के नाम पर कुछ लोगों का पहनावा और उनकी चाल-ढाल विशिष्ट प्रकार की होती है। विशेष रंग का कुर्ता, धोती, दुपट्टा या अंगवस्त्रम्, विशेष प्रकार के जूते या खड़ाऊँ, माथे पर तिलक, गले में मालाएँ, कमर में यज्ञोपवीत तथा हाथों की कलाइयों पर कई लपेटे देकर बाँधा गया कलावा अथवा एक ख़ास अंदाज़ में तराशी गई दाढ़ी-मूँछें रखने वाले तथा बात-बात पर शास्त्रों के हवाले से अप्रासंगिक उदाहरण देने वाले ये लोग अपनी जीवनशैली व व्यवहार से आतंक उत्पन्न करके प्रतीत होते हैं। उनका बाह्य अथवा नाटकीय रूप सिद्ध करता है कि ये व्यक्ति धर्म-अध्यात्म के क्षेत्र में शून्य हैं। वास्तव में धर्म-अध्यात्म के नाम पर कर्मकांड व आडंबरपूर्ण क्रियाएँ हमारी आंतरिक शून्यता व पाखण्ड का ही प्रतीक हैं।

मंदिर-मस्जिद अथवा अन्य धर्मस्थलों के सामने से गुज़रते हुए सर झुकाना लेकिन हर नियम को तोड़ना, हर जगह अनुशासनहीनता का प्रदर्शन करना, अशिष्ट भाषा का प्रयोग करना, हर बात पर निरर्थक बहस करना ये दर्शाता है कि हमारी पढ़ाई-लिखाई अथवा हमारे व्यक्तित्व में कुछ न कुछ खामी अवश्य है। कुछ लोग तो धार्मिक पाखण्ड अथवा अन्य प्रपंच करते ही इसलिए हैं कि लोगों पर प्रभाव डालकर अपना उल्लू सीधा करते रहें। यह हमारे साहित्यिक, सांस्कृतिक अथवा आध्यात्मिक सतहीपन व कपटपूर्ण जीवन को ही बयान करता है। कुछ कलाकार किस्म के लोग कानों में बालियाँ वगैरा पहनते हैं और उनकी देखादेखी एक छूत

के रोग की तरह कुछ अन्य लोग भी। यह अवश्य ही किसी न किसी अभाव, रिक्तता अथवा मनोग्रंथि का सूचक है। कलाकार की पहचान उसकी कला से होनी चाहिए न कि उसके वस्त्राभूषणों से।

भारत रत्न से सम्मानित प्रसिद्ध शहनाई वादक उस्ताद बिस्मिल्ला खाँ का जीवन बड़ा सादगीपूर्ण था। फटी हुई लूंगी पहने रियाज़ में लगे रहते थे। भारत रत्न मिल चुका था। मिलने-जुलने के लिए आने वालों का ताँता लगा रहता था। इसी वेशभूषा में सबसे मिलते थे। एक दिन एक शिष्या ने टोकते हुए उनसे कहा, “आपको भारत रत्न मिल चुका है। मिलने-जुलने के लिए आने वालों से फटी लूंगी पहने हुए मिलना क्या अच्छा लगता है?” खाँ साहब बोले, “भारत रत्न हमें शहनाईवादन के लिए मिला है न कि लूंगी के लिए। लूंगी का क्या है सिल जाएगी या नई आ जाएगी पर सुर फटा हुआ नहीं होना चाहिए।” हमारी संस्कृति में सादा जीवन व उच्च विचार के सिद्धांत को उत्तम माना गया है। उस्ताद बिस्मिल्ला खाँ साहब इसका प्रमाण थे।

एक कलाकार की पहचान उसकी कला से होनी चाहिए उसके महँगे वस्त्राभूषणों अथवा आक्रामक जीवनशैली से नहीं। कलाकार ही नहीं हर व्यक्ति की पहचान उसके कार्यों से होनी चाहिए। वस्त्राभूषणों अथवा जीवनशैली से नहीं, कर्म और कार्यशैली से ही हमारी पहचान बने। वास्तव में बाहरी साजो-सामान आंतरिक रिक्तता को प्रदर्शित करता है। यदि हम अपने आंतरिक विकास की ओर ध्यान देंगे तो इस बाहरी दिखावे की ज़रूरत ही नहीं पड़ेगी। गरीबी और अभावों के बीच भी यह असंभव नहीं। ज्ञान की प्राप्ति के साथ-साथ अपने अंदर संतुष्टि व सादगी का विकास कर हम आडंबररहित व सुखी जीवन व्यतीत कर सकते हैं।

सीतारामगुप्ताए.डी-10-सी, पीतमपुरा,
दिल्ली-110034
फोन नं. 09555622323
Email: srgupta54@yahoo.co.in

Inequality

Our inequality materializes our upper class, vulgarizes our middle class, brutalizes our lower class and shames our ruling class. Equality and arbitrariness are sworn enemies; one belongs to a rule of law in a republic, while the other, to the whims and caprice of an absolute monarch.

M/S AMMONIA SUPPLY COMPANY

(An ISO 9001-2008 Certified Company)

Joins “ VEDIC THOUGHTS” in its noble Pursuit of spreading 'Moral Values'

Prosperity

Prosperity, like a house, is a roof over man's head, affording him protection and comfort. A roof presupposes a support, and a support necessitates a foundation. The roof of prosperity, then, rests on following eight pillars which are cemented in a foundation of moral consistency. These pillars are-**energy, frugality, integrity, system, empathy, sincerity, impartiality and self reliance.** Business built on these principles would be as firm and enduring as to be invincible.

SUPPLIERS OF ANHYDROUS AMMONIA AND LIQUOR AMMONIA

D-4 Industrial Focal Point, Derabassi, District (Mohali) Punjab

Contact:- Rakesh Bhargav, Branch Manager 093161-34239, 01762-652465

Fax 01762-282894. Email- asco.db@ascoindia.com & ascodb@gmail.com

माता सुखदा रानी की यादें

नीला सूद

घर में मैं काम में व्यस्त थी कि मेरी बेटा बाहर से आई और बोली पार्क में माता जी आप को बुला रहें हैं। जाकर देखा तो हमारे घर से कुछ दूर रह रहे सज्जन श्री सरना के माता जी पेड़ के नीचे बैठे थे। नमस्ते हुई तो कुशल मंगल पता करने के बाद पता लगा कि वह पिछले रोज ही दिल्ली से आये थे जहां वह अपने बड़े बेटे के पास रहती हैं और अब यहां अपने छोटे बेटे के पास रहने आई थी। इस से पहले उन से मेरी मुलाकात तीन साल पहले हुई थी जब वह चण्डीगढ़ कुछ दिन के लिये आई थी। उनकी आयु अब 90 के करीब है और बहुत हंस कर मुझ से मिली।

बातों का सिलसिला शुरू हुआ तो बोली—“ मैं तुम्हारे लेख हिन्दुस्तान टाइम्स में पढ़ती हूं। मुझे बहुत अच्छे लगते हैं और मैं उनका हिन्दी में अनुवाद अपनी डायरी में कर लेती हूं। उनके पास एक डायरी थी जो कि ऋषी जन्मसंस्थान टंकारा वालो द्वारा भेजी गई थी। उन्होंने अपनी डायरी पढ़वाई जिस में मेरे लेखों के सिवाय उनके अपने जीवन की बहुत सारी बातें लिखी थी। उनकी लिखाई और लेखन की शैली देखकर मैं सत्त्व रह गई। लाकर पति को दिखाई तो वह और भी हैरान हुये। 90 वर्ष की आयु में इतनी सुन्दर लिखाई और बातों में इतनी स्पष्टता सब को हैरान कर सकती है। इसका एक कारण यही लगा कि उन्होंने सच्चे आर्यसमाजी की तरह योगी का जीवन जिया। आज से तीन साल पहले जब वह आई थी तो उन्होंने अपनी लिखी दो पुस्तकें मुझे दी थी। उन पुस्तकों को पढ़कर लगा कि वह न केवल विदुषी थी पर योगी और तपस्वी भी थी जिन्होंने दयानन्द को समझा था। उन पुस्तकों में से दो लेख हमने अपनी पत्रिका वैदिक थोटस में प्रकाशित भी किये थे।

अब मैं उन से अक्सर शाम को मिलने लगी। उन्होंने बताया कि उनका परिवार रावलपिण्डी से आया था व चकवाल का आर्य समाज उनके नाना श्री नानक चन्द कपूर जो की पेशे से बकील थे उन्होंने बनवाया था।

अपने नामकरण के बारे में उन्होंने बताया।— “उस समय अंग्रेजों का राज था। मेरे दादा जिनका नाम मिठे शाह था, उन को अंग्रेजों ने जेल में डाल रखा था और मुकदमा चल रहा था। जिस दिन मेरा जन्म हुआ उसी दिन तार आया कि लाला जी मुकदमें में बरी हो गये हैं। उस सुखद घटना को सुनने के बाद घर में खुशी की लहर दौड़ गई और सब ने कहा कि यह कन्या यह खुशी की बात ले कर आई है इस लिये इस का नाम सुखदा रखा जायें इस तरह सुखदा का इस संसार में उदघाटन हुआ।”

आगे नाम के बारे में ही उन्होंने बताया—“ उस समय शादी

के बाद वहां पर लड़कियों के नाम बदलने की प्रथा थी। जब वह 1945 में शादी के बाद ससुराल पहुँचीं जो उसी दिन उनका जेठ पति का बड़ा भाई, जिसका कोई अता पता नहीं था चार साल बाद बर्मा में रहने के बाद घर लौटा था। ससुराल में सब ने सोचा कि यह खुशी इस नई बहु के कारण ही आई है इस लिये इसका नाम सुखदा ही रहने दो।

अपनी शादी के बारे में भी उन्होंने बहुत रोचक घटना बताई—“ मैं अपने नाना के में थी। वहां मैं अपनी नानी के साथ किसी दूसरे परिवार में गई हुई थी तभी बाहर से उनका लड़का तांगे से उतरा। मेरी नानी ने पूछा —यह कोन है तो उन्होंने बताया कि उनका बेटा है और अभी कुंवारा है। झट से मेरी नानी बोली—ये मेरी दोहती भी अभी कुंवारी है। उसी वक्त उनकी सलाह बन गई और मेरी नानी ने लड़के को दूध का गिलास पिला कर रिश्ता पक्का कर दिया। उन्होंने बताया कि वह और उनकी नन्द जीवन भर सहेलीयों की तरह रही। यही नहीं मैं और मेरी सास भी सहेलियों की तरह रहती थी, पंगूड़े के एक तरफ वह बैठ जाती और एक तरफ मैं, और घंटो बातें करती। एक बार उनके पति ने उनको कोई खास बात बताई तो मैं झट से बोली—मुझे बीजी ने पहले ही बता दिया है। आगे उन्होंने बताया कि उस समय उनकी तरफ मिठाई कम पर बादाम बहुत मात्रा में तोहफे के तौर पर देते थे और अड़ोस पड़ोस में पहले बांटते थे।

आगे उन्होंने बताया कि समुद्री नमक तो उन्होंने आजादी के बाद ही खाया उनकी तरफ सब चट्टान का नमक प्रयोग करते थे। एक और बात उन्होंने बताई कि उस समय बरैड, जिसे वे डबल रोटी कहते थे, तीन पैसे की और मक्खन की टिक्की एक पैसे की थी। सबेरे 5 बजे टरंक में लेकर आदमी घूमता था, उन्हें बड़ी अच्छी लगती थी। आर्य समाजों में महात्माओं और विद्वानों के लम्बे लम्बे उपदेश होते थे, एक डेढ़ घंटे तक चलते थे बीच में एक दो भजन होते थे। आर्य समाज को विचारों के लिये जाना जाता था। आर्य समाज को लोग इस लिये जाते थे क्योंकि वहां अच्छे विचार सुनने को मिलते थे। दूसरे मतों के लोग भी उपदेश सुनने आते थे। सिक्ख भी आते थे। उन्होंने बताया कि उनकी सास सिक्ख परिवार से थी वह सुखमनी साहब का पाठ और संध्या हवन दोनों करती थी। उपदेशक और भजनोपदेशक बहुत त्यागी तपस्वी होते थे। बनावटी व्यक्ति का आर्य समाज में कोई स्थान नहीं था। पर अब सब उल्टा हो गया है, उपदेशक भी बनावटी और भजनोपदेशक भी आर्य समाजी नहीं। आर्य समाज club बनते जा रहें हैं। सुरीले गाने, अभिन्नदन, संस्कार, बर्थ डे, शादी की सालगिरह यही सब हो रहा है।

Fruits of dreaming

It is said— “Take time to dream, it will hitch your wagon to a star.”

Just think, if our ancestors had not dreamt of the comforts and facilities like car, TV, light and mobile etc., we enjoy today, we still would have been in the Stone Age

With dreaming comes progress. The aviation industry was born because the Wright Brothers dreamt of a world where humans would fly like birds. Both Edison and Einstein were thrown out of their schools and were labeled as hopeless students by their teachers. But both of them left a golden mark on the history of science. Simply because they chose to dream differently. Managing academic degrees and grabbing effortless jobs like others was not what they expected out of their lives. Rather, their eyes were brimmed with higher visions. Someone has rightly said— 'Our eyes make the horizon.' Those who dream big can achieve far more.

More recently, Bill Gates, again a school drop out, dreamt of a world where every person is connected wireless across the globe. With his imagination started the revolution of the lap-top and supersonic computer age. From the steam engine to generating solar power and from sky scrapers to CT Scanners, modern conveniences are all the incredible results of the man's ability to dream.

Given this unbelievable power in man's capacity to dream, great wonders could be unfolded with this one single weapon in his hands. Even so, seldom do ordinary men indulge themselves in the wise use of their dreaming powers.



Wright Brothers

The reason why man's ability to dream remains unexploited or partially tapped is probably due to the fact that as he grows older he loses out on his natural faculty of curiosity after falling prey to life's nitty-gritty in the mundane world. He goes about the day with monotonous movements of daily routine and forgets dreaming. As man grows, the inquisitive child in him becomes dormant and he lives like a zombie for much of his adult life. This type of life is not conducive to a vibrant dreaming.

It is a fact that man can dream only when his mind is free and is wired to the surroundings with a curious bent. In 1901, H C Booth was sitting in a rocking chair on his front porch, watching the sun set. Living in the Midwest of America, he was also watching the dust blow. As he contemplated the scene, he wondered, “What if we could

reverse the wind? Then instead of blowing dust, we could pull dust.” Later that year, he invented the vacuum cleaner.

The full use of our imagination, therefore, needs to be tapped. A thinker has put like this, “If you don't dream, you live out of your potential.”

Charles Dickens in his book “Hard Times” has beautifully portrayed the fact that fantasies help children become better human beings. They can empathise and handle real-life situations deftly.

In the musical South Pacific, there is a song called Happy Talk which says— 'Talk about things you'd like to do. If you don't have dream, how you gonna have a dream come true?' So, dream high, dream big.

Importance of celibacy in the life of an individual

Swami Chidananda

concept of celibacy in the life of an individual who goes through the four stages of life. In considering the role of celibacy in spiritual life, it is important to remember that in the context of Hindu society, the subject of brahmacharya or celibacy or self-restraint does not necessarily have any connection at all with spiritual life, or sadhana — spiritual practices, or with Self-realisation as such. It is not normally discussed or recommended only with a view to promote spiritual life. The situation is totally different because of a certain uniqueness that has come to be part and parcel of the life of a Hindu in Indian-Hindu society.

That uniqueness is that our ancients have drawn up a certain social structure and also a pattern of social life for the individual. In ancient India, a person's life was reckoned as 100 years, divided into four stages. The first stage was the student stage, or brahmacharya stage, where young people were expected to study hard, build a good physique, cultivate a noble character and in all ways, prepare themselves for their adult lives. During this first stage, they were expected to observe strict celibacy.

The second stage was the householder stage, where exercise of the sexual faculty was taken for granted and recognised as a legitimate part of human life. It was regarded as a fundamental, sacred duty of a family to create progeny to form the next generation — for the perpetuation of society and also of the species. So, here there was no question of celibacy. On the other hand, the exercise of sex was an indispensable duty for the householder. Of course, its exercise was not meant to be unbridled and unrestrained; otherwise, it would be degrading. But it was given the full sanction of society and was considered to be something sacred.

The third stage of life was the retired stage, when the couple turned over to their children the burdens of

earning a living and themselves turned their minds to higher things. Here, again, brahmacharya was expected. The lawgivers said: "Do you want to go on being just a physical creature, bound down to physical consciousness, all your life? Now, raise your consciousness above its present identification with the body and aspire to go higher!" So

Then during the fourth stage, one's entire life was to be devoted to God and God alone. One became a sanyasin, or monk, and then, of course, celibacy was automatically total. Therefore, the concept of brahmacharya was part of the Indian-Hindu social tradition. In its narrowest, restricted sense, brahmacharya meant complete celibacy, but in its broader sense, as it could be applied to the life of a householder, it meant moderation and not abusing the sex function, and strict fidelity to one's partner.



एक बार स्वामी दयानन्द के एक शिष्य ने उनसे पूछा कि क्या आपको कभी काम ने नहीं सताया? स्वामी जी बोले — काम मेरे समीप नहीं आया। जब आया भी होगा तो मेरे मस्तिष्क और हृदय के द्वारों को बन्द देखकर, निराश हो कर लौट गया होगा। यह है ब्रह्मचर्य की शक्ति।

Man is a mixture of three ingredients: first, an animal with all the physical propensities and sense urges that one shares in common with animals; second, the rational, logical human level; and third, the dormant Divinity, the sleeping God within. The whole of spiritual life is a gradual elimination, eradication, of the animal within, and the refinement or purification and education of human nature so that it stops its movement in all other directions and starts taking on an ascending vertical direction. Once human nature is given an upward turn, one simultaneously starts awakening the sleeping Divinity with the help of all one's

If one knows that the spiritual process, the spiritual life, is the elimination of the animal, the refining and directing upwards of the human, and the awakening and unfoldment of the Divine, then all spiritual practices, including brahmacharya, fall into their right place.

बुढ़ापा एवं स्वास्थ्य

ईजिनयर जे एस सामन्त

आज बड़ी तेजी से हमारे देश में वृद्धों की संख्या में बढ़ोतरी हो रही है। उसके साथ ही परिवारिक बदलते परिवेश के कारण वृद्धों के सामने उनेक प्रकार की समस्याएं उत्पन्न हो गई हैं। वृद्धावस्था में सामान्य रूप से स्वास्थ्य के ठीक न रहने के कारण सर्वाधिक वृद्धजन इस समस्या से परेशान हैं।

बुढ़ापा हमारा सुखी और निरोग रहे यह बुढ़ापे में सोचने से कुछ विशेष राहत नहीं मिलती। वस्तुतः यह इस बात पर निर्भर करता है कि हमने जवानी में जीवन कैसे जिया। अक्सर जब अकल आती है तो काफी देर हो चुकी होती है। युवावस्था में जिन्होंने संयमी व नियमित जीवन जिया होता है, जो सब प्रकार के दुर्गण और दुर्व्यसनों से दूर रहे होते हैं उनको बुढ़ापे में कम रोगों का शिकार होते देखा गया है। वृद्धावस्था के लिये धन तो संचित करते हैं परन्तु वृद्धावस्था को निरोग रखने हेतु युवावस्था में प्रयास करते कम को ही देखा गया है। आज की शिक्षा व्यवस्था ही ऐसी हो गई है कि निरोग ओजस्वी व्यक्तित्व के लिये कोई स्थान नहीं दिखाई देता। हमारी पूर्व वैदिक परम्परा में जीवन के प्रथम 25 वर्ष में केवल शिक्षा, नैतिकता, चरित्र निर्माण तथा योग और ब्रह्मचर्य व्रत के द्वारा फौलादी शरीर के निर्माण की व्यवस्था थी तथा अगला 25 वर्ष विवाहित जीवन तथा आजिविका अर्जन के लिये निर्धारित था तथा उसमें भी सन्तान उत्पन्न के अलावा गृहस्थ जीवन में भी ब्रह्मचर्य व्रत पालन करने का नियम था परन्तु खेद है कि आज बालकपन से ही यौन शिक्षा प्रदान करने का प्रचलन हो गया है। यह सत्य है कि स्वस्थ युवक ही देश की शक्ति है।

वैदिक मान्यता के अनुसार मनुष्य 100 वर्ष तक निरोग जीवन जीये।

यजुर्वेद का 36:24 मंत्र कहता है—जो सारे ब्रह्म का दृष्टा है, सब जगत का पालन करने वाला है, उस ब्रह्म को हम सौ वर्ष तक अनुभव करें, देखें, उसकी कृपा से सौ वर्ष पर्यन्त जिवें, सौ वर्ष पर्यन्त सुने, सौ वर्ष पर्यन्त दूसरों का मार्ग दर्शन करें, उसकी कृपा से सौ वर्ष पर्यन्त किसी के आधीन न रहें और उसकी कृपा से सौ वर्ष उपरान्त भी देखें, सुने और आरोग्य शरीर, शुद्ध मन

और आनन्द से रहें। यह सुन्दर प्रार्थना वृद्धावस्था के लिये ही की गई है। आज हमारा जीवन जो लम्बा होता प्रतीत हो रहा है वह कोई श्रेष्ठ जीवन शैली अपनाने के कारण नहीं परन्तु विभिन्न प्रकार की हानिकारक दवाओं के कारण है जो कि ओजहीन है और प्राणहीन है।

अथर्व वेद के एक मन्त्र में बहुत सुन्दर कहा है—हं परमेश्वर मुझे लम्बी आयु तो दें लेकिन ऐसा जीवन हो जिस में शरीर प्राणवान रहे। कहने का तात्पर्य है उस लम्बी आयु का कोई फायदा नहीं जिस में हम चल फिर न सकें, नित्य कर्म न कर सकें और दूसरों पर निर्भर करें। अर्थात् सौ वर्ष पर्यन्त भी कर्मठ, कार्यशील और आत्मनिर्भर रहें।



आज सोचने की बात यह है कि हम वैदिक युग में नहीं जी रहे। हमारा खान पान, सोच विचार सर्वथा बदल गया है। अब हमारे सामने वृद्धावस्था को लेकर समस्या यह है कि हम शरीर को निरोग कैसे रखें। बहुत

कुछ चूक जाने के बाद भी यदि पूर्ण मनोयोग से हम वृद्धावस्था में अपनी जीवन शैली में परिवर्तन लायें तो कुछ हद तक रोगों के कष्ट से बचा जा सकता है।

क्या है यह बातें—

- 1 हमारा भोजन पूर्ण रूप से शाकाहारी हो।
- 2 यथा सम्भव फलाहार और रसाहार में रहे।
- 3 चाहे जाड़ा हो या गर्मी 10—12 गिलास पानी अवश्य पिये।
- 4 अच्छा हो दिन का प्रारम्भ उषापान से करें।
- 5 निश्चित घंटों की निद्रा अवश्य लें।
- 6 ठीक समय पर प्रातःराश दिन का और रात्री का भोजन लें
- 7 रात्री का भोजन थोड़ी मात्रा में और सोने से 3 घंटे पहले लें
- 8 सोने से पूर्व दूध लेना अच्छा है। अगर बार बार पेशाव जाना पड़ता है तो कड़ा हुआ दूध लें।

- 9 कब्ज निवारण का सब से अच्छा उपाय काफी मात्रा में गर्म पानी का सेवन है और रेशेदार फल का सेवन करें। रैफरीजेरेटर में रखे ठंडे जल का प्रयोग न करें। कब्ज के लिये ऐलोपैथी दवाई भूलकर भी न लें। अगर दवाई लेनी ही पड़े तो ईस्वगोल की भूसी के तीन चार चमच प्रातः पानी के साथ लें।
- 10 फलों में अमरुद, बेल व पपीता बहुत अच्छे हैं इनमें प्रचुर मात्रा में ऐन्जाईम रहता है जो कि भोजन को पचाने में मदद करता है।
- 11 वृद्धावस्था में तलाभुना और गारिष्ठ भोजन बिल्कुल न करें। उबली सब्जी खायेंगे तो बहुत लाभ होगा। बड़ी दावतो से बचने का प्रयत्न करें।
- 12 अम्लीय भोजन त्याग कर क्षारीय भोजन ग्रहण करने की आदत बनायें। घी, तेल वसा से बचें
- 13 नित्य 3-4 कि मी भ्रमण दिनचर्या का अभिन्न अंग बनाये
- 14 प्रायः हम वृद्धावस्था में अपने परिवार में अन्य सदस्यों के साथ तालमेल नहीं रखपाते पर हमें यह करना चाहिये।
- 15 जो युवा वृद्धों की सेवा कर रहे हैं वे प्रशंसा के पात्र हैं। कई जगह युवा पीढ़ी द्वारा पुरानी पीढ़ी की अनदेखी भी है। वृद्धों को उनके इस आचरण को इश्वर की न्यायिक व्यवस्था पर छोड़ देना चाहिये। जितनी अपेक्षा करेंगे उतना ही दुख होगा। अपेक्षाएँ कम रखें और दूसरों की उपेक्षा न करें।

अतिआवश्यक हो तो किसी बृद्धाश्रम में चले जायें।

वृद्धावस्था आनन्दमय रहे, तनावमुक्त रहे, इस हेतु नित्य प्रातः सायं जितनी देर हो सके उपासना और प्रार्थना भावविभोर होकर करें। इससे आप तुरन्त तनावमुक्त हो जायेंगे। प्राणायाम एवं योग को दिनचर्या का अभिन्न अंग बनायें, इससे उच्च रक्ततान में भी राहत मिलेगी और स्वास्थ्य सुधरता जायेगा। यदि आप के शरीर की शक्ति सामर्थ्य कम होते जा रहें हैं तो पुनः पुनः परमपिता परमात्मा से प्रार्थना करें। वही इन सब का स्रोत है। वही पुनः पुनः प्रदान करने वाला है।

क्रियाशील रहना, व्यस्त रहना निरोग रहने की कूजी है। आप के पास बुढ़ापे में संग साथी, मित्र कम हो जाते हैं इस अभाव को स्वाध्याय द्वारा पूरा करें। जो ज्ञान अनुभव हमें अब तक नहीं मिल सका वह स्वाध्याय और सत्संग द्वारा मिल सकता है। मेरे एक मित्र बुढ़ापे में आंखों की समस्या से पढ़ नहीं सकते, स्वाध्याय की पूर्ती के लिये उन्होंने एक युवा व्यक्ति को लगा रखा है जो दिन में तीन बार आकर उनकी पसन्द के ग्रन्थ पढ़कर सुनाते हैं।

जीवन सुखी हो, हमें आत्म शान्ति प्रदान हो इस हेतु किसी समाजसेवी संस्था से अवश्य जुड़ें और अपने सामर्थ्य के अनुसार दान भी देते रहे। कोशिश करे बुढ़ापे में किसी के उपर निर्भर न रहना पड़े। समय रहते अपनी चल अचल सम्पत्ति की वसीयत करना न भूलें। कभी कभी ईश्वर की ऐसी कृपा होती है कि जो रोग वर्षों से चले आ रहे हैं वे उचित खान-पान, जीवन शैली बदलने से एक दिन अचानक गायब होते प्रतीत होते हैं। इस प्रक्रिया में थोड़े धैर्य से काम लेने की आवश्यकता है। जरा-जरा सी तकलीफ पर डाक्टर व ऐलोपैथी की शरण में जाने से बचना चाहिये। हां साल में एक बार किसी अच्छे अस्पताल में पूर्ण हेल्थ चेकअप कराया जा सके तो अच्छा है। होम्योपैथी अधिक लाभप्रद पद्धति है, पहले इसे आजमायें।

जीवन अमर नहीं है यह क्षण भंगुर है, एक दिन हमें मृत्यु को प्राप्त होना है, यह शाश्वत सत्य है। इससे भयभीत नहीं होना चाहिये। स्वस्थ क्रियाशील रहते हम मृत्यु का वरण करे तथा अगला जीवन हमें और अधिक श्रेष्ठ, उत्तम प्राप्त हो ऐसा कर्म तथा प्रार्थना करते रहना चाहिये।

अन्त में हम वृद्ध हैं फिर भी अपने से अधिक वृद्धजनों की खोज खबर, कुशलक्षेम पूछते रहने का क्रम बनाये रखना चाहिये।

गायत्री निवास, तल्लीताल, नैनीताल.
—263002—मो 9897034774

आप 82 वर्षिय स्वस्थ बहुत समर्पित आर्यसमाजी हैं व लेखक हैं और नैनीताल आर्य समाज से जुड़े हुये हैं

हमारे खाने का स्वास्थ्य के साथ सम्बन्ध

खास कर 50 वर्ष से उपर की आयु वालो के लिये

- 1 हम जितना खाते हैं उसका एक तिहाई ही पचा पाते है इसलिये भूख से कम खाये तो अच्छा है। न पचा भोजन पेट में असंख्य बिमारीयां पैदा करता है। आप ने अनुभव किया होगा जिस दिन व्यस्त रहने के कारण आपका खाना छूट जाए उस दिन आप दूसरे दिनो की अपेक्षा अधिक चुस्त महसूस करते हैं।
- 2 अगर आप भूख रखकर खाते हैं, तो फिर उपवास रखने की ज़रूरत नहीं
- 3 बिना भोजन के जितने व्यक्ति मरते हैं उससे कहीं अधिक, जरूरत से अधिक खाने के कारण पैदा होने वाली बिमारीयों से मरते हैं।

ईश्वर स्तुति के लाभ

नरेन्द्र आर्य 'विवेक'



ईश्वर न्यायकर्ता है वह मनुष्यों द्वारा अपनी स्तुति के भूखे नहीं हैं। ना ही परमपिता परमेश्वर किसी भी मनुष्य द्वारा स्तुति गान किए जाने पर अपनी न्याय व्यवस्था को भंग करके उसे उसके दुश्कर्मों के लिए दंड देने के स्थान पर अच्छी नियति प्रारब्ध के रूप में पुरस्कार नहीं देते। हर मनुष्य को अपने किए

प्रत्येक कर्म का फल दंड वा पुरस्कार के रूप में अवश्य मिलता है। योगेश्वर कृष्ण ने कहा **“अवश्यमेव भोक्तव्यं कृतं कर्म भुभाशुभम्”** यह जानने मानने के उपरांत एक स्वाभाविक प्रश्न उत्पन्न होता है कि फिर मनुष्य ईश्वर की स्तुति क्यों करे और उसका लाभ क्या है? वैसे भी आज के तथाकथित प्रगतिशील भौतिकतावादी युग में मनुष्य कोई भी काम अपने स्वार्थ के बिना नहीं करना चाहता। अतएव ईश्वर स्तुति से होने वाले लाभ पर चिंतन करते हैं।

ईश्वर स्तुति के लाभ जानने से पूर्व हमें इसका अर्थ समझना होगा। महर्षि दयानन्द आर्योद्देश्यरत्नमाला में स्तुति को परिभाषित करते हुए लिखते हैं **“जो ईश्वर या किसी दूसरे पदार्थ के गुण ज्ञान कथन श्रवण और यथारूप सत्य भाषण करना है वह स्तुति कहलाती है।”** स्तुति की इस परिभाषा को जानने के उपरांत हम ईश्वर स्तुति के लाभों पर विचार करते हैं।

ईश्वर स्तुति करते हुए प्रथम लाभ यह है कि इससे हमें ईश्वर के सच्चे सही स्वरूप अर्थात् ईश्वर को सच्चिदानंद, निराकार, सर्वशक्तिमान, न्यायकारी, दयालु, अजन्मा, अनंत, निर्विकार, अनादि, अनुपम, सर्वाधार, सर्वेश्वर, सर्वव्यापक, सर्वान्तर्यामी, अजर, अमर, अभय, नित्य, पवित्र और सृष्टिकर्ता मानने के बाद हम अपने जीवन में पाखंडों, अंधविश्वासों से बच जाते हैं। ईश्वर के स्वरूप का बोध होते ही हमें कोई भी तथाकथित गुरु, बाबा अपने पाखंड जाल में फंसाकर हमारा शोषण नहीं कर सकता। कोई भी किसी जड़ पदार्थ को ईश्वर बताकर या स्वयं अवतार बन कर हमारा शोषण नहीं कर सकता। स्तुति करने के लिए आवश्यक सत्य स्वरूप का बोध अज्ञान के अंधकार को दूर देता है।

ईश्वर स्तुति का दूसरा लाभ ईश्वर की स्तुति करने वाले स्तोता के मन में स्तुति करते हुए आत्मा में आर्द्रता का भाव उत्पन्न होता है। आत्मा में आर्द्रता का भाव उत्पन्न होने से मनुष्य के मन में ईश्वर के गुण कर्म स्वभाव को जानने मानने की स्वाभाविक इच्छा उत्पन्न होती है और ऐसी स्थिति में मनुष्य अपनी अन्तरात्मा की आवाज अर्थात् ईश्वरीय प्रेरणा को

सुनने की इच्छा उत्पन्न हो जाती है। मनुष्य के जीवन में यदि यह गुण उत्पन्न हो जाता है तो वह स्वाभाविक रूप से बहुत से दोशों से छूटकर पाप करने से बच जाता है। पाणिनी अष्टाध्यायी में मनुष्य को **“स्वतंत्र कर्ता”** कहा गया है अर्थात् मनुष्य किसी भी कार्य को करने, ना करने अथवा किसी अन्य प्रकार से करने के लिए स्वतंत्र होने के कारण अपने द्वारा किए गए प्रत्येक कर्म का कर्ता और कर्ता होने के कारण भोक्ता भी है। किसी भी कार्य को करने से पूर्व मनुष्य के मन में एक संकल्प और विकल्प की स्थिति पैदा होती है। यह कर्ता पर निर्भर करता है कि वह किये जाने वाले कर्म को काम, क्रोध, लोभ, मोह, ईर्ष्या, द्वेष आदि की किसी कलुशित भावना से करता है या फिर निःस्वार्थ भाव से परोपकार के लिए करता है। संकल्प विकल्प की स्थिति में यह निर्णय इस बात पर निर्भर करता है कि व्यक्ति ईश्वरीय अन्तःप्रेरणा यानि अपनी अन्तरात्मा की आवाज को सुन रहा है अथवा नहीं। ईश्वर स्तुति करने से स्तोता के मन में उत्पन्न आर्द्रता के भाव से अन्तरात्मा की आवाज ईश्वरीय प्रेरणा सुनने की स्वाभाविक इच्छा जागृत हो जाती। वह परमपिता परमेश्वर सर्वव्यापी होने के साथ-साथ अति सूक्ष्म रूप में सर्व अन्तर्यामी भी हैं। योगेश्वर कृष्ण ने गीता में कहा है **“ईश्वर सर्वभूतानां हृदयेशे तिष्ठति”** सर्व अन्तर्यामी ईश्वर प्रत्येक कार्य से पूर्व उत्पन्न संकल्प और विकल्प की स्थिति में सच्चे मित्र होते हुए **इन्द्रस्य युज्य सखा** के रूप में हमें निःस्वार्थ भाव से परोपकार के कार्य करने की प्रेरणा देते हैं। यदि हम ईश्वर स्तुति करते हैं हमारी आत्मा में आर्द्रता का भाव उत्पन्न हो चुका है तो हम ईश्वरीय प्रेरणा को सुनने में सक्षम हो जाते हैं और फिर ईश्वरीय प्रेरणा को सुनकर ईश्वरीय आज्ञानुसार जीवन जीते हैं तो सदैव धर्म के मार्ग पर चलते हैं। धर्म की परिभाषा में कहा गया है कि ईश्वरीय आज्ञा का यथावत पालन ही धर्म कहलाता है। इस तरह ईश्वर स्तुति से हमें धर्म के मार्ग का ज्ञान होता है।

ईश्वर स्तुति का तीसरा लाभ जीवन से अहंकार के भाव का खत्म हो जाता है। ईश्वर की स्तुति करते हुए जब हम प्रभु की प्रभुता और हम मनुष्यों की लघुता का बोध करते हैं और ईश्वरीय गुण कर्म स्वभाव की चर्चा करते समय उसकी असीम सत्ता को स्वीकार करते हैं तो हमारे मन से अहंकार का भाव लोप हो जाता है। अहंकार अभिमान या घमंड एक ऐसी बुराई है जो जीवन में किसी ना किसी अच्छाई से जन्म लेती है और आने के बाद सबसे पहले उसी अच्छाई को खा जाती है। अभिमानी का विनाश निश्चित होता है।

अकडू यूँ तन कर खड़ा , लगे ठूँट सा खूब ।

आंधी में औंधा गिरा , बची रही लघु दूब ।।

ईश्वर स्तुति का चौथा लाभ जिन गुणों के कारण हम परमपिता परमेश्वर की स्तुति करते हैं उन गुणों के प्रति ग्राह्यता का भाव पैदा होता है। जो ईश्वरीय गुण दयालुता, पालन करना, उत्पतिकर्ता, न्याय आदि जो हमें अच्छे लगते हैं और जिन के कारण हम ईश्वर की स्तुति करते हैं धीरे-धीरे उन गुणों का हमारे जीवन में भी समावेश हो जाता है। इन ईश्वरीय गुणों दया, न्याय, पालन, उत्पति आदि को धारण करने के बाद मनुष्य का जीवन अनुकरणीय हो जाता है और मनुष्य धर्म के मार्ग पर चलता हुआ अपने जीवन के प्रत्येक लक्ष्य को प्राप्त करने में सफल होता है। ईश्वर स्तुति करने के बाद स्तोता मनुष्य में यह चारों गुण ईश्वर के सच्चे स्वरूप का बोध उसकी आत्मा में आर्द्रता से अन्तरात्मा की आवाज सुनने की प्रेरणा, अभिमान का नाश और ईश्वरीय गुणों के प्रति ग्राह्यता उत्पन्न होने से मनुष्य ईश्वर की उपासना के लिए

सक्षम हो जाता है।

602 GH-53, Sector-20, Panchkula, Haryana
0172-4001895, 09467608686

श्री नरेन्द्र आर्य 'विवेक' बहुत ही समर्पित आर्य समाजी हैं व निष्काम सेवा का आज के युग में एक उदाहरण हैं। आज के समय में जब जब इन गुरुकुलों से पढ़े आचार्य आधा घंटा बोलने के भी हजार या दो हजार से कम नहीं मांगते, आहुजा जी बिना कोई दक्षिणा लिये प्रचार के काम में लगे रहते हैं। उनके उपदेश व लेख बहुत विद्वता पूर्ण होते हैं। उनकी पत्नी अंजू आहुजा भी उन्हीं की तरह प्रचार व निष्काम सेवा में लगी हुई है। ऐसे व्यक्ती ही आर्य समाज के लिये अन्धेरे में रोशनी की किरण हैं। हम उनके अच्छे स्वास्थ्य और लम्बी आयु की प्रार्थना करते हैं।

कोन है सच्चा परोपकारी

महात्मा गांधी की आत्मकथा से

जो हमें पानी पिलाये,
उसे हम अच्छा भोजन करवायें।
जो आकर हमारे सामने सिर नवाये,
उसे हम उमंग से दण्डवत प्रणाम करें।
जो हमारे लिये एक पैसा खर्च करे,
उसका हम मुहरों की कीमत का काम कर दें।
जो हमारे प्राण बचाये,
उस का दुख दूर करने के लिये हम अपने प्राण तक निछावर

कर दें।
जो हमारा उपकार करें,
उसका तो हमें मन, वचन और कर्म
से दस गुणा उपकार करें।
लेकिन जग में सच्चा और
सार्थक जीना उसी का है,
जो अपमान करने वाले के प्रति
भी उपकार करता है।



प्रकाश औषधालय

थोक व परचून विक्रेता हमदर्द, डाबर, वैद्यनाथ, गुरुकुल, कांगड़ी,
कामधेनु जल व अन्य आर्युवैदिक व युनानी दवाईयाँ
Wholesaler & Retailer of :

HAMDARD, DABUR, BAIDHYANATH,
GURUKUL KANGRI, KAMDHENU JAL
& All kinds of Ayurvedic & Unani Medicines

Booth No. 65, Sec. 20-D, Chandigarh

Tel.: 0172-2708497

A lesson from daughters

Bhartendu Sood



TWO things that I imbibed from my father are frugal living and to be health conscious. Both proved to be very useful in my life. His concept of frugality can be summed up in this one-liner — ‘Don't send a telegram if you can convey your message by a post card’. I grew up practising these ideals. He

believed that frugality is the mother of all virtues. If you are frugal, most likely you will not be dishonest. Once you are upright and honest, you will have peace of mind and when you have it, you will be healthy also, because good health involves both physical and mental state.

Frugality had such a profound impact on me that I never had more than four trousers at any time and when it came to woollens, I continued to use the suit which I was gifted at the time of my marriage till my body bulges refused to accept that any more. But after the marriages of my daughters, this time-tested practice started coming under strain, thanks to their gift culture. They started gifting me shirts, jackets and when I'd object, their reply would be, “If you can't accept, then stop giving to us.” My wife's intervention that I should respect their feelings would resolve the standoff, but it would be in their favour. Otherwise also, in a family which has only daughters, a male member can't be argumentative for long. It is a taste of matriarchy in a patriarchic India.

This time when my daughter got me a jacket from the USA, I said: “Enough is enough. Can't you see my age? Now I am in the last leg and do not need so many clothes. You may feel bad but there is lot of sense in what I am saying”. She didn't like to argue, seeing me angry for a change. Hardly a week had passed when I was



flummoxed to find my cupboard almost empty. I rushed to my wife in a fit of shock. Before she could say anything, both the daughters were there with a mischievous smile playing on their faces, “Papa these have reached the right place. We put all your garments in a box and gave it to the needy. But, don't worry; we have bought new garments for you.”

Still not recovered from the shock, I was looking at them helplessly. Now, it was the turn of the younger one. “Papa, don't worry, we know how sentimental you are about the pullovers gifted to you by buaji. We have kept them separately. Now don't think much. If everyone starts living like you, how will our economy move? This is the age of use and discard. The reject of one is the raw material for the other. Please start adjusting to this. You can still be frugal by having a few garments but the latest ones.”

Wearing a new suit, to me every onlooker appeared to be giving a message, “Be a part of new India.”

Frugality is a virtue, acerbity not.

अगर आपको कुछ कहना है या पत्रिका subscribe करनी है

कृपया निम्न address पर सम्पर्क करें

भारतेन्दु सूद, 231 सैक्टर— 45-A, चण्डीगढ़.160047

0172.2662870, 9217970381, E mail : bhartsood@yahoo.co.in

‘हमारा पर्यावरण व प्राणी जगत’

—मनमोहन कुमार आर्य



पर्यावरण सुरक्षा आज के युग की सबसे चिन्ताजनक समस्या है। इसके कुप्रभाव देश के अनेक भागों में सामने आने लगे हैं। पंजाब के एक स्थान या गांव का वातावरण ऐसा हो गया है जहां सबसे अधिक कैंसर की महामारी के रोगी हैं। यहां से एक रेलगाड़ी चलाई जाती है जिसे लोगों ने कैंसर एक्सप्रेस तक का नाम दे दिया है। कारण है पर्यावरण में बिगाड़। देश के कुछ एक स्थानों में प्रायः सभी बच्चे विकलांग पैदा हो रहे हैं। ‘सत्यमेव जयते’ टीवी कार्यक्रम में ऐसे एक गांव के लोगों को दिखाया गया तो दर्शक अपने दिल को थाम कर बैठे थे, इस विवरण सुनकर वह डरे हुए व सहमें हुए दिख रहे थे। वह ऐसे गुमशुम दिख रहे थे कि उस गांव के लोगों में उन्हें अपना भविष्य वहां के लोगों के समान दिखाई दे रहा था।

पर्यावरण के खतरे की घंटी बज चुकी है। खतरे की उपेक्षा चल रही है। यदि यह जारी रही तो इसके अब तक से अधिक विनाशकारी परिणाम सामने आयेगें जिसके लिए दोषी हमारे समय के पढ़े-लिखे, बुद्धिजीवी कहे जाने वाले बड़े लोग होंगे जिनकी सुख-सुविधाओं व जीवन शैली के कारण यह समस्या उत्पन्न हुई है।

सारी दुनियां में पर्यावरण एक ऐसा ज्वलन्त विषय है जिसको लेकर बुद्धिजीवी वर्ग अत्यन्त चिन्तित व आन्दोलित है। यदि पर्यावरण को सुरक्षित व नियंत्रित न किया गया तो मानव जाति सहित समस्त प्राणी जगत का भविष्य अनिश्चित, असुरक्षित, अन्धकारमय व विनाशकारी हो कर उसके अस्तित्व को समाप्त भी कर सकता है। पर्यावरण प्राणी जगत के लिए ऐसा ही है जैसा आत्मा के लिए मानव शरीर। ऐसा इसलिए है कि मानव शरीर उसमें निवास करने वाली जीवात्मा का एक प्रकार से पर्यावरण ही है। हम अपने शरीर की रक्षा के सभी उपाय करते हैं। स्नान करके इसे स्वच्छ रखना, शुद्ध वायु में श्वास, शुद्ध जल का पान, पौष्टिक व सन्तुलित भोजन, समय पर सोना व जागना, पुरुषार्थ व तप,

ईश्वरोपासना, मन व मस्तिष्क में सत्य व शुद्ध विचार, यज्ञ-अग्निहोत्र, माता-पिता की सेवा, परोपकार, समाज सेवा, निर्धनों की सहायता, भूखों को भोजन, अज्ञानियों को शिक्षा आदि सब कुछ करते हैं। इसका प्रभाव हमारे शरीर पर पड़ता है और वह स्वस्थ, निरोग, दीर्घजीवी, बलशाली, प्रतिष्ठित, यशस्वी, स्वावलम्बी, सुख व शान्ति से युक्त रहता है। जिस प्रकार हमारी आत्मा अर्थात् हमें, यह जड़ व मरणधर्मा शरीर स्वस्थ व निरोगी चाहिये उसी प्रकार से शरीर को स्वयं को स्वस्थ व निरोग रखने के लिए शुद्ध, सन्तुलित, प्रदूषण रहित, हरा-भरा प्राकृतिक वातावरण तथा शुद्ध अन्न-वनस्पति-ओषधियां चाहियें। यदि शरीर को स्वच्छ व प्रदूषण रहित वातावरण व पर्यावरण नहीं मिलेगा तो हमारे शरीर का अस्तित्व खतरे में पड़ जायेगा और जीवन के सामान्य कार्यों को करने के स्थान पर हम जीवन की पूरी अवधि इसे रोगों से बचाने व आ गये अनचाहे रोगों के उपचार आदि में लगे रहेगें।



पर्यावरण, पृथिवी-अग्नि-जल-वायु-आकाश की समस्त प्राणी जगत के जीवन-आयु-स्वास्थ्य के अनुकूल शुद्ध व आदर्श स्थिति को कहते हैं। यदि हमारा वायुमण्डल शुद्ध व प्रदूषण से मुक्त है, नदियों, नहरों, कुओं, तालाब, सरोवरों, वर्षा व खेतों में सिंचाई का जल भी शुद्ध व हानिकारक प्रभाव से मुक्त है, हमारी पृथिवी

की उर्वरा-शक्ति अपनी अधिकतम क्षमता के साथ विद्यमान है, हमारे जंगल घने व सुरक्षित हैं, देश के 3/4 भाग में वन व सभी प्रकार के वन्य-जन्तु हैं, भूमि के शेष भाग में कृषि-खेत, नगर-गांव-सड़के व उद्योग आदि हैं, खनन द्वारा भूमि का अनावश्यक व अनुचित दोहन नहीं होता है, वातावरण स्वास्थ्य के अनुकूल है, समय पर वर्षा होती हो, वर्षा का जल पीने योग्य हो तथा उसमें हानिकारक तत्व घुले हुए न हों, सभी ऋतुयें समय पर आती-जाती रहती हों, तो यह मान सकते हैं कि हमारा पर्यावरण ठीक व सामान्य है। परन्तु आज की स्थिति इसके सर्वथा विपरीत है। अतः अब यह देखना आवश्यक है कि यह स्थिति उत्पन्न कैसे हुई?

सृष्टि के प्रारम्भ से धरती पर मानव वा प्राणी जगत भी हैं, वनस्पतियां, जल, अग्नि, वायु आदि सब कुछ है। आरम्भ में वायु मण्डल एवं पूरा पर्यावरण आदर्श रूप में था अर्थात् उसमें किंचित भी असन्तुलन या प्रदूषण नहीं था। जनसंख्या कम थी। धीरे-धीरे जनसंख्या में वृद्धि होने लगी। इस कारण, सम्भवतः एकान्त प्रियता या भीड़भाड़ से दूर रहने के स्वभाव के कारण, लोग दूर-दूर जा कर बसने लगे और आरम्भ की कुछ शताब्दियां व्यतीत होने के साथ पृथिवी के चारों ओर मानव पहुंच गये व अपने निवास स्थान पृथिवी के सभी भागों में बना लिये। मनुष्य जहां रहता है वहां उसके शौच, रसोई या भोजन, वस्त्रों को धोने व अन्य कार्यों से जल व वायु में प्रदूषण उत्पन्न होता है। हमारे प्राचीन ऋषि-मुनि प्रदूषण व पर्यावरण के बारे में बहुत सतर्क, सजग व सावधान थे। उन्होंने मानव जीवन पद्धति **life style** को कम से कम आवश्यकताओं वाली बनाया। वायु व जल प्रदूषण को रोकने के लिए हमारे पूर्वजों ऋषियों ने दैनिक अग्निहोत्र का विधान किया। इस अग्निहोत्र को करने से सभी पदार्थ अग्नि के संसर्ग से सूक्ष्म होकर वायु मण्डल में फैल जाते हैं। वायुमण्डल में वायु के प्रदूषणयुक्त अणु-परमाणु यज्ञ की अग्नि से सूक्ष्म किए गये गोघृत, वनस्पति-ओषधि-सुगन्धित-पुष्टिकारक द्रव्य-सामग्री के अणु-परमाणु से मिलकर प्रदूषण के प्रभाव को समाप्त करते थे। इससे वायुमण्डल अपनी आदर्श स्थिति-संरचना-composition में रहता था। इस प्रकार यज्ञ से उत्पन्न वायु-गैस-सूक्ष्मकणों के वायुमण्डल में चहुंदिश फैलाव से दूर-दूर तक का वायुमण्डल शुद्ध व पवित्र व रोगकृमि रहित हो जाता था। वर्षा होने पर वह यज्ञ के परमाणु-अणु व कण हमारी भूमि पर आते थे जो नाना प्रकार की वनस्पतियों, अन्न, पुष्पों व सभी प्रकार की ओषधियों की गुणवत्ता में वृद्धि **value edition** करते थे। यह तो निश्चित है कि वायु व जल का वनस्पतियों से गहरा सम्बन्ध है। यज्ञ से वायु मण्डल में जो गुणात्मक परिवर्तन होता है, उसका वनस्पतियों पर भी प्रभाव तो होगा ही। मनुष्यों द्वारा यह प्रभाव एक रूप में नासिका से सुगन्ध के ग्रहण द्वारा प्राप्त होता है। यज्ञ व अग्निहोत्र की यह सुगन्ध आरोग्यकारी होने के साथ फूलों की सुगन्ध से अधिक प्रभावकारी होती है। अब क्योंकि यज्ञ में वनस्पतियां, ओषधियां, गोघृत व शक्कर आदि मीठे व पौष्टिक अनेक पदार्थ भी डाले गये हैं, तो उनका प्रभाव भी मानव शरीर व जीवन पर निश्चित रूप से होगा। पर आज हमारा वायु मण्डल जब अत्यधिक अशुद्ध है जिसका मुख्य कारण तेजी से बढ़ती वाहनों की

संख्या है यज्ञ की उपयोगिता पर प्रश्न है। इनका सुधार तो हम अपनी आवश्यकताओं को सीमित करके व विज्ञान की सहायता से कर सकते हैं। अधिक संख्या में वृक्षारोपण कर भी समस्या को कुछ-कुछ कम किया जा सकता है। सरकार के साथ नागरिकों को अपना कर्तव्य पालन करना आवश्यक है।

एक और पहलू जिस में ध्यान देने की आवश्यकता है वह है हमारा भोज्य-अन्न शुद्ध भूमि में शुद्ध प्राकृतिक खाद व पानी से उत्पन्न होना चाहिये। आज कल खेतों में प्रयोग किये जाने वाले रसायनिक खाद व कीटनाशकों का छिड़काव भी हमारे स्वास्थ्य को बिगाड़ने व असाध्य रोगों को उत्पन्न करने का सबसे बड़ा कारण सिद्ध हुआ है। देश भर में एक मिथ्या-विश्वास पैदा हो गया है कि रासायनिक खाद व कृत्रिम कीटनाशकों के छिड़काव से पैदावार अधिक होती है। वास्तविकता यह है कि हम प्राकृतिक खादों व कीटनाशकों से भी वही परिणाम प्राप्त कर सकते हैं और रोगों से बच सकते हैं। यद्यपि बुद्धिमान व विद्वानों को इस विषय से सम्बन्धित तथ्यों का ज्ञान है परन्तु कुछ विशेष कार्य होता दिखाई नहीं दे रहा है। रासायनिक खाद आदि के प्रयोग से उत्पन्न होने वाले अन्न से असाध्य रोगों में कैंसर, हृदय व मधुमेह आदि अनेक भयंकर रोग सम्मिलित हैं। बड़े व छोटे नगरों तथा ग्रामों तक कृत्रिम प्रकार का विषैला दूध, दही व घृत का प्रतिदिन विक्रय हो रहा है। आजकल मुनाफाखोरी के चक्कर में सब्जियों व फलों में विषैले इंजेक्शन लगाकर उनका आकार अल्प-समय में बढ़ा दिया जाता है। इससे एक ओर कुछ थोड़े से समाज विरोधी लोग मालामाल हो रहे हैं तो दूसरी ओर असंख्य लोग रोगों का शिकार होकर असमय मृत्यु का ग्रास बन रहे हैं।

अब जब यह निश्चित हो गया है कि कृत्रिम रसायनिक खाद से हमारी कृषि भूमि की उर्वरा शक्ति अर्थात् अन्न उत्पादन की शक्ति व सामर्थ्य धीरे-धीरे कम व नष्ट होती है और जो अन्न प्राप्त होता है वह शरीर पोषण कम करता है और साथ ही अनेक असाध्य रोग उत्पन्न कर जीवन को समय से पूर्व मृत्यु का ग्रास बनाता है तो कृत्रिम खादों का प्रयोग समाप्त कर और प्राकृतिक खाद का प्रयोग बढ़ाने के लिए योजनायें बनायी जानी चाहियें यदि ऐसा करेंगे तब ही हमें स्वास्थ्यप्रद अन्न वा भोजन प्राप्त हो सकेगा अन्यथा विनाश व अन्धकार हमारे सामने उपस्थित है। दोनों में से एक को ही चुना जा सकता है।

196 चुक्कूवाला-2, देहरादून-248001, दूरभाष: 09412985121

THE SECRET TO RELATIONSHIPS

When you want to attract a relationship, make sure your thoughts, words, actions and surroundings don't contradict your desires.

Your job is you. Unless you fill yourself up first, you have nothing to give anybody.

Treat yourself with love and respect, and you will attract people who show you love and respect.

Always remember, when you feel bad about yourself, you

block the love and instead you attract more people and situations that will continue to make you feel bad about you.

Focus on the qualities you like and the law of attraction will show that you attract people with those qualities.

To make a relationship work, focus on what you appreciate about the other person, and not your complains. When you focus on the strengths, you will get more of them.

रजि. नं. : 4262/12

॥ ओ३म् ॥

फोन : 94170-44481, 95010-84671



महर्षि दयानन्द बाल आश्रम

मुख्य कार्यालय - 1781, फेज़ 3बी-2, सैक्टर-60, मोहाली, चंडीगढ़ - 160059
 शाखा कार्यालय - 681, सैक्टर-4, नज़दीक गुरुद्वारा, मुंडीखरड़-मोहाली
 आर्य समाज मंदिर, चंडीगढ़ व पंचकुला

E-mail : dayanandashram@yahoo.com, Website : www.dayanandbalashram.org

महर्षि दयानन्द बालआश्रम की स्थापना फरवरी 2013 में चण्डीगढ़ के साथ लगे शहर मोहाली में की गई थी। प्रभु की असीम कृपा व आप सब के सहयोग से आज इस में 10 बच्चे व दो वार्डन हैं। इसका निरन्तर विकास हमारा उद्देश्य है।



आश्रम के बच्चे हरीद्वार के भ्रमण का आनन्द उठाते हुए

धार्मिक माता/पिता 2100 प्रति माह	धार्मिक सखा 500 प्रति माह
धार्मिक बहन/भाई 1500 प्रति माह	धार्मिक सहयोगी 100 प्रति माह
धार्मिक बन्धु 1000 प्रति माह	धार्मिक साथी 50 प्रति माह

आप आर्थिक सहयोग देकर भी पुण्य के भागी बन सकते हैं :-

योगिंदर पाल कौड़ा,

नरेन्द्र गुप्ता

A/c No. : 32434144307

Bank : SBI

IFSC Code : SBIN0001828

लेखराम (+91 7589219746)



स्वर्गीय
श्रीमती शारदा देवी
सूद

निर्माण के 63 वर्ष



स्वर्गीय
डॉ० भूपेन्द्र नाथ गुप्त
सूद

गैस ऐसीडिटी शिमला का मशहूर कामधेनु जल

(एक अनोखी आर्युवैदिक दवाई
मुख्य स्थान जहां उपलब्ध है)

Chandigarh-2691964, 5076448, 2615360, 2700987, 2708497, Manimajra-2739682, Panchkula 2580109, 2579090, 2571016, Mohali-2273123, 2212409, 2232276, Zirakpur-295108, Shimla- 2655644, Delhi-23344469, 27325636, 47041705, 27381489, Mumbai-23095120,, 9892904519, 25412033, 25334055, Bangalore-22875216, Hyderabad-24651472, 24751760, Kolkata-9339344231, Dehradun-2712022, Bhopal-2550773, 9425302317, Jaipur-2318554, Raipur-9425507000, Lucknow-2683019, Ranchi-09431941764, Guwhati-09864785009, 2634006, Meerut- 8923638010, Bikaner-2521148, Batala-240903, Gwalior-2332483, Surat-2490151, Jammu-2542205m, Gajabad-2834062, Noida-2527981, Nagpur-9422108322, Ludhiana-2741889, 9915312526, Amritsar-2558543, Jalandhar-2227877, Ambala Cantt-4002178, Panipat-4006838, Agra-0941239552, Indore-982633800, Gurgaon-2332988, Patiala-2360925, Bhatinda-2255790, Yamunanagar-232063, Kanpur-2398775, Nainital-235489, Mukerian-245113, Ujjain-2562140, Porbander-9825275198, Ajmer-2431084, Kota 7597306851, Jhansi-244163, Saharanpur-09412131021

Medicine is available in other places also, Please contact us to know the name of the shop/dealer.

शारदा फारमासियुटिकलज मकान 231ए सैक्टर 45-ए चण्डीगढ़ 160047
0172-2662870, 92179 70381, E-mail : bhartsood@yahoo.co.in

जिन महानुभावो ने बाल आश्रम के लिए दान दिया



Kanta Sharma



Mata Sh. Satyavati



Seema Bakshi



Narender Gupta



Upendera & family



Kiran Mukhija



मजबूती में बे-मिसाल

घर का निर्माण डीप्लास्ट के साथ

40 years
in service



DIPLAST

PLASTICS LIMITED

AN ISO 9001 COMPANY

C-36, Industrial Phase 2, S.A.S. Nagar, Mohali (Pb.) India
Phone : +91-172-2272942, 5098187, Fax : +91-172-2225224
E-mail : diplastplastic@yahoo.com, Web : www.diplast.com

QUALITY IS OUR STRENGTH

विज्ञापन / Advertisement

यह पत्रिका शिक्षित वर्ग के पास जाती है आप उपयुक्त वर-वधु की तलाश,
प्रियजनों को श्रद्धा सुमन, अपने व्यापार को आगे ले जाने के लिये
शुभ-अशुभ सूचना विज्ञापन द्वारा दे सकते हैं।

Half Page Rs. 250/- Full Page Rs. 500/- 75 words Rs. 100

Contact : Bhartendu Sood 231, Sector 45-A, Chandigarh
9217970381 and 0172-2662870