thearyasamaj.org

आर.एन.आई. रजि० नं० HRHIN/2003/10425 सृष्टि संवत् 1960853116
डाक पंजीकरण संख्या : P/RTK/10/2013-15 विक्रम संवत् 2072
दयानन्दाब्द 192
E-mail : aryapsharyana@gmail.com
Website : www.apsharyana.org

॥ ओ३म् ॥

आर्य प्रतिनिधि

आर्य प्रतिनिधि सभा हरयाणा का साप्ताहिक मुखपत्र
दूरभाष : 01262-216222 सम्पादक : मा० रामपाल आर्य
विदेश में वार्षिक शुल्क : 75 डॉलर विदेश में आजीवन शुल्क : 300 डॉलर
वर्ष : 11 अंक : 41 रोहतक, 28 मार्च, 2015 वार्षिक शुल्क : 150/- आजीवन 1500/-

नवरात्रों में व्रत या उपवास : एक वैज्ञानिक चिन्तन

❑ गंगाशरण आर्य

नवरात्रे भारतवर्ष में एक धार्मिक अनुष्ठान के रूप में प्रचलित है। यह अनुष्ठान वर्ष में दो बार किया जाता है एक तो चैत्र मास में, दूसरा-आश्विन मास में। ये दोनों ही महीने ऐसे हैं जिनमें फसल काटकर घरों में लाई जाती हैं, चैत्र मास में गेहूँ और आश्विन मास में चावल। क्योंकि इन महीनों में नया अन्न गृह में आता है तो उसके ग्रहण करने से शरीर में किसी प्रकार का विकार उत्पन्न न हो इसलिए पहले शरीर की शुद्धि उपवास आदि के माध्यम से कर ली जाती है। आपने सुना भी होगा कि नया गेहूँ आते ही एकदम प्रयोग नहीं करना चाहिए क्योंकि ऐसा करने से दस्त इत्यादि हो जाते हैं। आज ही नहीं आदिकाल से ही भारतवर्ष में लंघन (व्रत या उपवास) आदि ऋतु सन्धि में होने वाले रोगों के उपचार हेतु एक अचूक ब्रह्मास्त के रूप में प्रयोग किया जाता रहा है, इसलिए व्रत (कल्प), उपवास, प्रातः जागरण आदि हमारे मनीषियों द्वारा हमारे त्यौहारों के रूप में जोड़ दिया गया ताकि हम लोग व हमारी आने वाली पीढ़ियाँ हानिकारक औषधियों के मिथ्योपचार से बच सकें।

प्राकृतिक या नैसर्गिक उपचार पद्धति में 'नौ दिन' का उपवास शरीर शोधन के लिए उपयुक्त माना जाता है। यहाँ तक कि 'उपनिषद्' में तो स्पष्ट लिखा है कि मनुष्य 15 से 20 दिनों तक निराहार रह सकता है यदि पानी का भरपूर मात्रा में प्रयोग करे। नौ दिनों का उपवास 'ऋतु परिवर्तन काल' में करने से शरीर का शोधन भली प्रकार से हो जाता है। इन दिनों में गेहूँ, जौ आदि कृषि प्रधान देश होने से बीज परीक्षण के लिए मिट्टी आदि के कसोरे, कुंडी आदि में बोया जाता है और वैसे भी गेहूँ के ज्वारे का रस पीने से हमारे शरीर की जीवनी शक्ति बढ़ती है। इसे पीने से भयंकर से भयंकर रोग से मुक्ति पाई जा सकती है। नवरात्रि ऐसा अनुष्ठान है, जो मानव के तन व मन तथा गुहा द्वारों के असन्तुलन और अशुद्धियों को दूर करता है। शरीर में नौ द्वार हैं। मूलाधार से लेकर ब्रह्मरन्ध्र तक इड़ा, पिंगला, सुषुम्ना नाड़ियों के रूप में गंगा, यमुना, सरस्वती बह रही हैं और इन नौ द्वारों को स्वच्छ तथा पवित्र कर रही हैं। जब यह आत्मा शरीर से निकल जाती है, तो यह शरीर निष्प्राण हो जाता है। तभी इसको अपवित्र माना जाता है। यह शरीर उसी समय तक पवित्र है जब तक नौ द्वारों वाले इस शरीर में आत्मा का निवास है। वैदिक साहित्य में नौ रात्रियों का सुन्दर वर्णन है। रात्रि का अर्थ है अन्धकार। अन्धकार से प्रकाश में लाने को ही जागरण कहा जाता है। जागरण का यहाँ अभिप्राय 'मानव के जागरूक होने से है और जो व्यक्ति जागरूक रहता है उसके यहाँ रात्रि का कोई मतलब नहीं अर्थात् रात्रि नाम की कोई वस्तु उसके पास नहीं होती। रात्रि तो उनके यहाँ होती है जो जागरूक रहकर जीवन यापन नहीं करते। आज धन का नाश करने तथा लोगों की नींद हराम करने वाले पाखण्डियों को बुलाकर इस गाने-बजाने के कार्यक्रम को गली-मोहल्ले में दूर-दूर तक सुनाने की ध्वनि विस्तारकों (हाई वाटेज स्पीकर बाक्सों) का प्रयोग किया जाता है। अन्ध परम्परा की अन्धी दौड़ में आज जिधर देखो नगरों में, गांवों में अपने आपको धार्मिक एवं भक्त के रूप में प्रतिष्ठित करने के लिए नित्यप्रति रात भर जाग-जागकर अष्टभुजा वाली माता दुर्गा के जागरण करने करवाने की एक प्रथा-सी चल पड़ी है जिसमें एक कपोल-कल्पित देवी अनैतिहासिक तथा ऐसे ही कपोल-कल्पित अन्य देवताओं के चित्र सजाकर उनके आगे धूप-दीप जला दिये जाते हैं तथा कुछ पेशेवर और रातभर चीखने-चिल्लाने वाले लोग किराये पर बुला लिये जाते हैं। ये किराये के लोग फिल्मी धुनों पर बनाये गाने चिघांड़-चिघांड़ कर गाते हैं। इनके सामने अनेक भोले-भाले नर-नारी और बालक भ्रमवश अन्धविश्वास में फँसे हुए किसी शक्ति के आगमन की प्रतीक्षा में अन्ध भक्ति भावना में बैठे झूमते रहते हैं। एक तरफ तो इन त्यौहारों पर 7 या 9 कन्याओं को जिमाया जाता है अर्थात् उन्हें बहुत सम्मान दिया जाता है दूसरी तरफ भारत में इनके साथ दुर्व्यवहार, बलात्कार आदि कर्मों का निग्दर्शन नित्य प्रति टेलीविजन या अखबारों आदि में होता है। क्या देवी दुर्गा के नौ रूपों की पूजा करने वाले हमारे देश में देवी के इन्हीं अलग-अलग रूपों की प्रतीक हमारी बहन-बेटियाँ इसी प्रकार अपना सम्मान खोती रहेंगी? इससे ऐसा प्रतीत होता है कि हिन्दुओं के इस प्रकार के अनुष्ठानों का उनके चरित्र से कुछ लेना देना नहीं है। इसलिए हमें व्रत या उपवास के वास्तविक अर्थ व महत्त्व को भली प्रकार समझना चाहिए तभी हमारे त्योहार शिक्षाप्रद हो सकते हैं। इन दिनों किये गये उपवास में सात्त्विक भोजन का प्रयोग करने से हमारे भीतर की दुर्भावनायें समाप्त हो जाती हैं। ये पत्थर की मूर्त्तियाँ देवियाँ नहीं हैं, हमें इनकी पूजा कभी नहीं करनी चाहिए। बल्कि परमात्मा की बनाई हुई सर्वोत्तम कृति हमारी माता, बहन और पत्नी व बेटी हैं यही तो असली देवियाँ हैं। हमें इनकी पूजा अर्थात् यथोचित सत्कार करना चाहिए और इन दिनों जागरण करने वाली मण्डली को भी स्थान-स्थान पर जाकर जनता को अपने भजनों व प्रवचनों आदि के माध्यम से यही निर्देश देना चाहिए लेकिन जागरण करने कराने वाले अधिकतर धर्मतत्त्व से अनभिज्ञ पाये जाते हैं। वे जागरण के बीच-बीच में पण्डाल से निकलकर छुप-छुपकर बीड़ी, सिगरेट, शराब आदि पीते हैं व जागरण के समय मनघडन्त कथाएं सुनाकर लोगों से खूब धन ऐंठते हैं। क्या प्रकार के रात्रि जागरण उचित हैं? स्वयं ही विचारें। श्रीकृष्ण जी गीता में उपदेश देते हुए अर्जुन को कहते हैं—**'न चाति स्वप्नशीलस्य न जाग्रतो नैव चार्जुन'** (गीता अ० 6/16) अर्थात् हे अर्जुन! योग न ज्यादा सोने वाले का सिद्ध होता है और न अति जागने वाले का अहा यथोचित जागना चाहिए, यथोचित सोना चाहिए। वैसे आयुर्वेद की दृष्टि से रात में जागना स्वास्थ्य के लिए हानिकारक है। प्रिय बन्धुओ! जागरण से हमारा कोई बैर नहीं है, जागरण हो पर वह वेद के निर्देशानुसार हो। वेद कहता है—**'वयं राष्ट्रे जागृयाम पुरोहिताः'** (यजुर्वेद अ० 9, मंत्र 23) अर्थात् सत्य-क्रिया के साथ सब के हितकारी हम लोग राज्य में निरन्तर आलस्य छोड़कर जागते रहें। जागना है तो ऐसे जागना चाहिए। अपने राष्ट्र में चारों ओर से सावधान रहना है अन्दर और बाहर से देशको क्षति पहुँचाने वालों से सावधान रहना है।

जहाँ तक माँ की पूजा का सवाल है उसका नवरात्रों से कोई सम्बन्ध नहीं क्योंकि माँ तो नवरात्रियों में ही क्यों सर्व समय पूजनीय हैं क्योंकि वह अपने गर्भस्थल में नवमास तक हमें रखकर नवजीवन प्रदान करती हैं। **'माता निर्माता भवति'** अर्थात् माता निर्माता होती है और माँ के गर्भस्थल में रहने के जो ये नौ मास हैं वे रात्रि के रूप में ही हैं। वहाँ पर अन्धकार रहता है। वहाँ रुद्र रमण करता है तथा मूत्रों की

शेष पृष्ठ 2 पर....

thearyasamaj.org

नवरात्रों में व्रत या उपवास.... पृष्ठ 2 का शेष.....

मलिनता रहती है, उसमें आत्मा वास करता है और शरीर का निर्माण होता है। वहाँ भयंकर अन्धकार है और माँ ही नौ मास पूरे होने पर हमें इस अन्धकार से बाहर निकालती है इसीलिए माँ पूजनीय है उसकी हमें सदैव श्रद्धा से तृप्ति करनी चाहिए और जो मनुष्य नौ द्वारों से जागरूक रहकर उनमें अशुद्धता नहीं आने देता वह मानव नवमास के इस गहन अन्धकार में नहीं जाता, जहाँ मानव का महाकष्टमय जीवन होता है।

नवरात्रि के इस पर्व को स्वास्थ्य पर्व भी कहा जाता है जिस प्रकार नौ मास नौ दिन के गर्भ के प्रसव के पश्चात् माता नौ-दस दिन तक विश्राम करती है उसी प्रकार धरती माता जिसके गर्भ से परमात्मा की सन्तान ये सृष्टि उत्पन्न होती है उसकी गति भी धीमी होती है। चैत्र शुक्ल प्रतिपदा को सृष्टि की उत्पत्ति का प्रथम दिवस माना जाता है और प्रतिपदा से अष्टमी तक प्रकृति की गति चैत्र मास में शान्त रहती है। इसलिए इसको गति देने के लिए तथा वायुमण्डल के शोधन करने के लिए प्रत्येक मानव यज्ञमयी ज्योति को जागरूक करता है।

यह ज्योति शान्त नहीं रहनी चाहिए। इसका अनुष्ठान व्रती रहकर अर्थात् संकल्प के द्वारा जब यज्ञपति, होता जन, उद्गाता जन आदि करते हैं तो उस समय प्रकृति माँ वसुन्धरा बनकर अपने प्यार पुत्रों को इच्छानुसार फल दिया करती है। जब प्रत्येक मानव याज्ञिक बनकर अनुष्ठान करने लगता है तो उसकी प्रवृत्तियाँ ही उसका निर्माण करती हैं तथा वैचारिक प्रदूषण भी वायुमण्डल से समाप्त हो जाता है। वायुमण्डल जितना परिष्कृत (शुद्ध) होगा उतनी ही भूमि पवित्र और भू-गर्भ में पल्लवित नाना प्रकार के अन्न, औषधियाँ आदि सब परिष्कृत हो जाते हैं इसलिए यह अनुष्ठान किया जाता है। लेकिन आज इस अनुष्ठान का स्वरूप ही पेटार्थी ब्राह्मणों ने परिवर्तित कर दिया। अपनी माँ की सेवा, सुश्रुषा छोड़ उसके बच्चे आज पेटार्थी ब्राह्मणों द्वारा कथित मनघड़न्त देवियों की पूजा अनुष्ठान में लगे हैं उसके लिए नौ दिन तक भूखे रहकर उपवास (व्रत) करते हैं। सही मायनों में तो आज उपवास भी नहीं करते क्योंकि उन्हें भय सताने लगा है कि भोजन नहीं करेंगे तो रोगी हो जायेंगे, दुर्बल हो जायेंगे, यह सोचकर लोगों ने इन दिनों में खाते-पीते रहने के लिए अनेक उपाय ढूंढ़ लिए जिनके लिए सबसे अधिक दोषी समाज का सम्पन्न वर्ग है जिसने विभिन्न प्रकार के फलाहारी पकवानों ने भी उनका अनुसरण कर, उन अस्वास्थ्यकर फलाहारों को अपना लिया। **'महाजनो येन गतः स पंथा।'** यह अस्वास्थ्यकर फलाहार है—कुट्टू, सिंघाड़े आदि का हलवा, पूड़ियाँ, पकौड़े, दूध को फाड़कर या खूब औटाकर बनाई जाने वाली विभिन्न मिठाइयाँ, साबूदाने की खीर, आलू चिप्स, साबुदाना चिप्स, नमकीन साबुदाना व नारियल मूंगफली आदि मिली हुई को फलाहारी पकवान का नाम देकर खाते हैं। इस प्रकार वे व्रत के स्थान पर भरत करते हैं अर्थात् गरिष्ठ भोजन ठूंस-ठूंसकर पेट में भरते हैं। जिसमें सहयोगी होती हैं बड़ी-बड़ी कम्पनियाँ जो व्रत की स्पेशल थालियाँ तैयार करती हैं, जिनकी कीमत 1100 रु० से लेकर 2, ढाई हजार तक होती हैं। परिणाम स्वरूप नवरात्रि के अन्त तक साधारण भोजन का प्रारम्भ करने पर अनेक लोग स्वस्थ होने के बजाय रोगी हो जाते हैं। इसका दोष या तो उपवास पर डाला जाता है अथवा मौसम पर। इस प्रकार उपवास के महत्त्व को भूलकर बगैर सोचे-समझे अनाप-शनाप खाने-पीने के पीछे पड़ गये हैं। इस प्रकार के उपवास का कोई लाभ नहीं होता। हाँ, लाभ के स्थान पर हानि अवश्य हो जाती है। इसमें पेट की शुद्धि के स्थान पर पेट में अधिक गन्दगी भर जाती है। उपवास का महत्त्व इतना है कि इसके सहारे हम अपने जीवन और मन का शोधन करके ऐहिक तथा लौकिक जीवन को यशस्वी कर सकते हैं।

धार्मिक एवं आयुर्वेदिक ग्रन्थों में उपवास को बहुत महत्त्व दिया गया है। जब शरीर रोगी है तो भोजन की जरूरत नहीं है, तब भोजन नहीं लेना ही उचित है, यह प्रकृति की मांग है। पशु, पक्षी मनुष्य से अधिक समझदार होते हैं, जो कि रोगावस्था में भोजन नहीं करते। उपवास रोगी के लिए सर्वसुलभ, मितव्ययी और रामबाण चिकित्सा है। जब उपवास से शरीर शुद्ध होकर निरोगी हो जाता है तब सच्ची भूख लगती है, श्वास, ताप सामान्य, जीभ साफ होती है यही उपवास तोड़ने का उचित समय है।

प्राकृतिक चिकित्सा पद्धति में उपवास चिकित्सा को ब्रह्मास्त्र कहा जाता है, क्योंकि जब कोई रोग किसी भी प्रकार से ठीक न होता दीखे तब रोगी को किसी अच्छे प्राकृतिक चिकित्सक की देखरेख में उपवास कराना चाहिए अन्यथा रोगी को अनपके भोजन पर रखना चाहिए। यह रामबाण है तथा उपवास से बढ़कर दुनिया में कोई तप नहीं है। इसलिए उपवास को हम साधारण चिकित्सा न समझें, बल्कि आरोग्य लाभ तथा आत्मिक शान्ति का साधन मानकर इसके महत्त्व को ठीक-ठीक समझ लेवें। उपवास दीर्घकाल तक तथा थोड़े दिनों के लिए भी किये जाते हैं। दुर्बल तथा शुष्क शरीर वाले यक्ष्मा, (टी.बी.) के रोगी, पूर्ण गर्भवती स्त्रियाँ, कमजोर बूढ़े व्यक्तियों को लम्बे उपवास नहीं करने चाहिएं। कहने का तात्पर्य है कि सब प्रकार के रोगियों को समय और स्थिति के अनुसार, अनुभवी व्यक्ति की देख-रेख में ही उपवास करना चाहिए। उपवास करने वाले रोगी को, उपवास काल में खाद्य पदार्थों के बारे में सोचते न रहकर मन को उत्तम विचारों और सद्ग्रन्थों के पठन के संयम तथा शान्त रखने का प्रयत्न करना चाहिए। उपवास काल में कुछ कष्ट होते हैं क्योंकि शरीर संचित विजातीय द्रव्य को बाहर निकालने में लग जाता है, जिससे शरीर का शोधन होता है और रोग दूर होने लगते हैं। उपवास से वजन घटता है, थोड़ी दुर्बलता भी प्रतीत होती है लेकिन मानसिक उत्साह बढ़ता है और शरीर में स्फूर्ति आती है। मानव शरीर रासायनिक परिशोधनालय से अधिक महत्त्वपूर्ण है। अन्न पाचन में लगने वाली शक्तियाँ उपवास काल में शरीर शोधन में लग जाती हैं। सप्त धातुओं में जो विकार होते हैं, बाहर निकलते हैं और शरीर का शोधन होने लगता है, जिस प्रकार किसी यन्त्र को तेल देने से वह फिर से सुचारु रूप में काम करने लगता है और उसमें कान्ति तथा स्फूर्ति आ जाती है।

अतः हमें गलत तरीके से या गलत अपेक्षाओं को मन में रखकर उपवास नहीं करने चाहिएं। कभी पति का नाम लेकर (करवा चौथ) तो कभी बच्चों के नाम लेकर (अहोई अष्टमी) तथा कभी देवी-देवताओं के नाम से हम उपवास करते हैं जो कि गलत है। इससे अज्ञान फैलता है। पति के नाम पर उपवास रखकर हम यह सोचते हैं कि ऐसा करने से मेरे पति की आयु लम्बी हो जाएगी अब बताओ उपरोक्त उपवास विषय पढ़ने के बाद भी आप ऐसा ही कहेंगे? उपवास करने से आपका शरीर स्वस्थ होगा न कि आपके पति की तो आयु किसकी बढ़ेगी? बताइए जरा। ठीक ऐसे ही बच्चों की प्राप्ति व सुख-शान्ति के लिए किए गए व्रत में हम यह सोचते हैं कि इस व्रत के करने से मुझे सन्तान हो जाएगी व मेरे जो बच्चे जीवित हैं वे सुख से रहेंगे लेकिन गलत तरीके से किये गये उपवास से लाभ की बजाय हानि हो जाएगी व अन्य बच्चों का स्वास्थ्य तो उन्हीं के द्वारा किए गए उपवास से ही ठीक होवेगा न कि आपके द्वारा किये गये व्रत से। ठीक ऐसे ही देवी-देवताओं के नाम पर रखे गए विभिन्न उपवास करने से हमें ऐसा लगता है कि अगर हमने अमुक व्रत या उपवास नहीं किया तो अमुक देवी या देवता अप्रसन्न हो जायेगा और पता नहीं किस-किस तरह की विपत्ति हमारे घर पर आन पड़े। इस प्रकार के भाव रखकर, डर से ही यदि उपवास करेंगे तो उसका कोई लाभ होने वाला नहीं। वैसे भी उपवास का देवी-देवताओं से कोई लेना-देना नहीं है। जहाँ तक रही पूजा अर्चना की बात तो मेरी धर्मपत्नी की आँखों देखी घटना बताता हूँ।

मेरी धर्मपत्नी की बड़ी बहन की सहेली ने एक बेटे को जन्म दिया जिसका शरीर बन्दर के जैसा था उन्होंने उस बच्चे को मरवा दिया था। जरा विचार करें हमने भी तो बन्दर के जैसा एक भगवान् बना रखा है तो क्यों न उसे भी भगवान् समझकर उन्होंने बढ़ने दिया? जरा बतायें कि आपके घर में यदि कोई अष्टभुजाओं वाली बच्ची पैदा हो जाये तो क्या आप देवी का स्वरूप समझकर उसे तहेदिल से स्वीकार करेंगे? क्या उसे अप्राकृतिक नहीं समझेंगे? अपना माथा नहीं पीटेंगे कि हमारे ही घर में ऐसी बच्ची ने क्यों जन्म लिया? वास्तव में ये सब पाखण्ड है और वे लोग इसे बढ़ावा अधिक देते हैं जो इससे सम्बन्धित सामान का व्यवसाय करते हैं। त्यौहारों में पाखण्ड केवल आज व्यवसायिकरण के कारण बढ़ता जा रहा है और मीडिया जो समाज का आईना बनकर काम करता था आज बाजारीकरण का रूप धारण कर पाखण्ड व अन्धविश्वास की जड़ों में पानी डालकर आग में घी डालने का काम कर रहा है।

अन्त में पाठकों से अनुरोध है कि उपरोक्त जो भी मानव समाज के हित के लिए उपवास का ठीक-ठीक रूप बताने का लघुप्रयास किया है उसको निष्पक्ष भाव से समझने का प्रयास कर पूरा-पूरा लाभ उठावेंगे व पाखण्ड का त्यागकर अपने त्यौहारों से शिक्षा लेकर अपने जीवन का आकलन कर सुधार करेंगे।

संपर्क-'साहित्य सुमन' चरित्र निर्माण मण्डल, सैनी मोहल्ला, ग्राम-शाहबाद मोहम्मपुर, नई दिल्ली-61, मो० 9871644195

thearyasamaj.org

❋ ओ३म् ❋

शरण में

गतांक से आगे....

बुद्धिमत्ता इसी में है। तू भी [कण्वेषु]=बुद्धिमानों के अन्दर गिना जाने वाला हो। और मेरी मित्रता व शरण में आकर [सचा]=मेरे साथ [सुपिब]=उत्तमता से आनन्द रस का पान कर। जो व्यक्ति इस प्रकार करता है वह उस महान् देव का अतिथि होता है। प्रभु उसे आनन्द का रस पान कराते हैं। इसी से वह 'देवातिथि' कहलाता है। कितना महान् है इसका भाग्य?

भावार्थ—मैं प्रकृति के पीछे न भागकर प्रभु के प्रति अपना अर्पण कर डालूँ और उस महान् देव का अतिथि बनूँ।

पवित्रता

प्रभु की शरण प्राप्त करने हेतु पवित्रता को अपनायें। पवित्रता का सर्वोत्तम साधन है कि अपने जीवन को खुली पुस्तक के समान बनायें। अर्थ की पवित्रता ही पवित्रता है। इस भ्रष्टयुग को श्रेष्ठ बनाने हेतु अपने आय-व्यय का ब्यौरा सब के सम्मुख बार-बार रखते रहना चाहिये। दान-पुण्य अपने से आरम्भ करना चाहिये। मैं अपने से आरम्भ करता हूँ जिससे दूसरे व्यक्तियों का भी सहयोग मिलता रहे।

मेरी आय-व्यय का यह ब्यौरा है कि दिसम्बर मास के आरम्भ में ग्यारह हजार रुपये उधार लिये।

प्रश्न-व्यय क्या है?

उत्तर-(1) वेदप्रचार तथा गोसेवा हेतु चलने वाली गाड़ी के तेल का व्यय। (2) मरम्मत व ड्राइवर का व्यय। (3) ब्रह्मचर्यामृत, व्यवहारभानु, कन्या और ब्रह्मचर्य, गोकरुणानिधि, आर्यसमाज क्या है? आदि पुस्तकों पर खर्च। (4) किसी विद्या-संस्थान, आर्यसमाज या गोशाला में दान। (5) किसी पात्र छात्र की आवश्यकता समय सहायता/अन्य दु:खग्रस्त व्यक्ति का सहयोग। (6) भोजन भिक्षा का तथा स्वयं पाकशाला का व्यय वहन करना। (7) गुरुकुल कालवा, गोशाला धड़ौली व आर्य प्रतिनिधि सभा हरयाणा से कुछ भी ग्रहण न कर जिसके लिए प्राप्त उसी में जमा कराना।

आचार्य वेदमित्र जी को गाड़ी भेंट

रोहतक। 17 मार्च 2015 को स्व० श्री मा० मांगेराम आर्य की स्मृति पर जसराना सोनीपत में बृहद् यज्ञ का आयोजन किया गया। आचार्य वेदमित्र जी के सान्निध्य में बृहद् यज्ञ सम्पन्न हुआ। कार्यक्रम में अध्यापक तथा अनेक शिक्षाविद् सम्मिलित हुए। आर्यसमाज के प्रचार व प्रसार में मास्टर जी सदैव अग्रणी थे। उसी प्रकार आचार्य वेदमित्र जी ने भी सारा जीवन आर्यसमाज को समर्पित कर उच्च अधिकारी का पद त्याग करके आर्यसमाज के प्रचार कार्य को 25 वर्ष पूर्ण कर लिया। माता सरजोदेवी ने आचार्य जी को यह चौथी 'रीट्ज' (Ritz) गाड़ी वेदप्रचार के लिए देकर आशीर्वाद प्रदान किया। शांतिपाठ के बाद कार्यक्रम का समापन हुआ। कार्यक्रम के उपरान्त भोजन की व्यवस्था की गई। आचार्य जी योग तथा भारतीय संस्कृति के संवर्धन में देश-विदेश में प्रचार कर रहे हैं।

सत्यार्थप्रकाश

समाज में फैले अन्धकार, अन्धविश्वास, गुरुडमवाद, भ्रूणहत्या आदि बुराइयों को मिटाने के लिये सत्यार्थप्रकाश हरयाणा के प्रत्येक घर तक पहुंचाने का यत्न किया जाये। —आचार्य बलदेव

आर्यसमाज के नियमों का एक अनुशीलन

❑ भद्रसेन वेद-दर्शनाचार्य

गतांक से आगे....

नि:सन्देह बृहद् विमानशास्त्र और समरांगण सूत्र आदि के अनुसार प्राचीन भारत में भी बहुत कुछ भौतिक विकास के वैज्ञानिक साधन थे। वह वर्णन जहाँ प्राचीन, सीमित और अस्पष्ट है, वहाँ वे दो-चार व्यक्तियों को ही सुलभ थे। आज तो हर वस्तु सर्वजन सुलभ है।

आज के इस वैज्ञानिक युग में अनथक परिश्रम द्वारा प्राप्त आविष्कारों के कारण जीवन की सुख-सुविधाओं को प्राप्त कर के एक विवेकशील के मन में एक स्वाभाविक जिज्ञासा होती है, कि जैसे भौतिक क्षेत्र में एक से एक अद्भुत आविष्कार हैं, क्या कोई जीवन के सम्बन्ध में भी ऐसी अनोखी जीवन पद्धति है? जिससे मानव जीवन का हर पहलू विकसित हो सके। क्या ही अच्छा हो कि जीवन कला का कोई ऐसा विज्ञान सदृश आविष्कार हो, जिसमें जीवन के सर्वांगपूर्ण विकास का जीवन पथ दर्शाया गया हो।

ऐसी स्वाभाविक जिज्ञासा वालों को मैं विश्वास के साथ कहना चाहता हूँ कि हाँ विज्ञान के आविष्कारों की तरह जीवन के सर्वांगपूर्ण विकास को बताने वाला जीवन पद्धति का एक ऐसा आविष्कार है। अत: वैज्ञानिक विकास जैसे जीवन के सर्वविध विकास को चाहने वाले पाठकों को मैं खुले दिल से निमन्त्रण देता हूँ कि बिना संकोच के इस वैज्ञानिक पद्धति को अपनायें और अपने जीवन को सर्वविध सुख-सुविधाओं से पूर्ण कर जीवन का विकास करें।

जीवन में वैज्ञानिक पद्धति (जीवन कला) का यह अद्भुत आविष्कार है—आर्यसमाज के दस नियम। मैं जब भी इन नियमों के एक-एक शब्द पर विचार करता हूँ, तो मन मोर की तरह नाच उठता है तथा आत्मविभोर होकर मन कह उठता है कि महर्षि दयानन्द सरस्वती ने वेदभाष्य, सत्यार्थप्रकाश आदि अमर साहित्य, समाज सुधार, संस्कृत-हिन्दी भाषा का पुनरुत्थान, भारतीय संस्कृति का उन्नयन, महिला, गौ, अनाथ, विधवा, अछूत को यथायोग्य सम्मान तथा सामाजिक स्थान सदृश जहां कार्य किये, वहाँ इन नियमों का आविष्कार भी मानव समाज के लिए महर्षि की एक ऐसी देन है, जिससे मानव समाज इतना अधिक उपकृत हुआ है और होगा कि वह कभी ऋषि ऋण से अनृण नहीं हो सकता।

संगठन का आधार

किसी संस्था और उसके सदस्यों की योग्यता, विचारधारा और कार्य आदि का सही ज्ञान उसके नियमों, व्यवस्थाओं, सिद्धान्तों से ही होता है। क्योंकि समाज के सदस्यों और नियमों में माला की मणियों या पुष्पों और सूत्र (धागे) जैसा ही सम्बन्ध होता है। सूत्र के दृढ़ होने पर माला भी दृढ़ बनती है अन्यथा सूत्र के निर्बल होने पर माला भी निर्बल होती है। जैसे साइकिल रूपी संगठन में बन्ध जाने पर साइकिल के पहिये की साधारण-सी तारों में इतना बल आ जाता है कि वे तीन प्रौढ़ों का भार बड़ी सरलता से वहन करने में समर्थ हो जाती हैं। ऐसे ही समाज के साधारण से साधारण सदस्य में सामाजिक संगठन के आधाभूत नियमों द्वारा भव्यता आ जाती है, क्योंकि नियमों के कारण ही समाज के सदस्य समूह में संगठित होते हैं। इसी का संकेत करते हुए ही महर्षि दयानन्द जी ने लिखा है—"उन्नति करना चाहो तो आर्यसमाज के साथ मिलकर उसके उद्देश्यानुसार आचरण करना स्वीकार कीजिए।" सत्यार्थप्रकाश शताब्दी संस्करण पृष्ठ 532। अत: ऐसी अपूर्वता देने वाले नियमों पर दृष्टि डालना अत्यावश्यक हो जाता है। यह केवल अपने मुँह मियाँ मिट्ठू बनने वाली ही बात नहीं है, यतो हि इन नियमों द्वारा आई हुई आर्यसमाज की अपूर्वता को देखकर अमेरिकन डॉ. एण्डरूज जैक्सन डेविड ने कहा था—"मैं एक ऐसी अग्नि को देखता हूँ, जो सर्वव्यापक है, वह अप्रमेय प्रेम की अग्नि है, जो सर्व विद्वेष को भस्मसात् करने के लिए प्रज्वलित हो रही है और सर्ववस्तु जात को पवित्र बनाने के लिए पिघला रही है। इस अनन्त अग्नि को जो निश्चित रूप से संसार भर के राज्यों, साम्राज्यों के शासन सम्बन्धी दोषों को पिघला देगी, देखकर मैं अतीव प्रसन्न हूँ, जाज्वल्यवान उत्साह से जीवन धारण करता हूँ। सनातन आर्य धर्म को उसकी आद्य पवित्र अवस्था को प्राप्त करने के लिए आर्यसमाज नामक अग्निकुण्ड में इस अग्नि का आधान हुआ था और यह भारत में ईश्वर के प्रकाश प्राप्त पुत्र दयानन्द सरस्वती के हृदय में प्रादुर्भूत और प्रज्वलित हुई थी।" **क्रमश:**

thearyasamaj.org

सत्यार्थप्रकाश प्रश्नोत्तरी

भूमिका के प्रश्नोत्तर

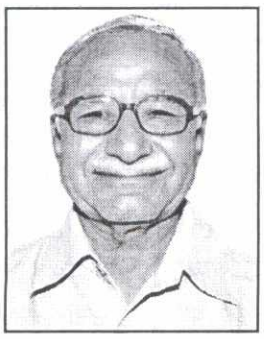
❑ कन्हैयालाल आर्य, कोषाध्यक्ष आर्य प्रतिनिधि सभा हरयाणा

गतांक से आगे....

प्रश्न-115. परमेश्वर को 'धर्मराज' क्यों कहा है?

उत्तर-जो धर्म में ही प्रकाशमान है और अधर्म से रहित है तथा धर्म ही का प्रकाश करता है, इसलिए उस परमेश्वर का नाम 'धर्मराज' है।

प्रश्न-116. परमेश्वर को 'यम' क्यों कहा है?



कन्हैयालाल जी आर्य

उत्तर-जो सब प्राणियों के कर्मफल देने की व्यवस्था करता और सब अन्यायों से पृथक् रहता है, इसलिए उस परमेश्वर को 'यम' कहा गया है।

प्रश्न-117. परमेश्वर को 'भगवान्' क्यों कहा है?

उत्तर-जो समग्र ऐश्वर्य से युक्त या भजने के योग्य है, इसलिए उस परमेश्वर का नाम 'भगवान्' है।

प्रश्न-118. परमेश्वर को 'पुरुष' क्यों कहा है?

उत्तर-जो सब जगत् में पूर्ण हो रहा है, इसलिए उस परमेश्वर का नाम 'पुरुष' है।

प्रश्न-119. परमेश्वर को 'विश्वम्भर' क्यों कहा है?

उत्तर-जो जगत् का धारण और पोषण करता है, इसलिए उस परमेश्वर का नाम 'विश्वम्भर' है।

प्रश्न-120. परमेश्वर को 'काल' क्यों कहा है?

उत्तर-जो जगत् के सब पदार्थ और जीवों की संख्या करता है, इसलिए उस परमेश्वर का नाम 'काल' है।

प्रश्न-121. परमेश्वर को 'शेष' क्यों कहा है?

उत्तर-जो उत्पत्ति और प्रलय से शेष अर्थात् बच रहा है, इसलिए उस परमेश्वर का नाम 'शेष' है।

प्रश्न-122. परमेश्वर को 'आप्त' क्यों कहा है?

उत्तर-जो सत्योपदेशक, सकलविद्यायुक्त, सब धर्मात्माओं को प्राप्त होता है और धर्मात्माओं से प्राप्त होने योग्य, छल, कपटादि से रहित है, इसलिए उस परमेश्वर का नाम 'आप्त' है।

प्रश्न-123. परमेश्वर को 'शंकर' क्यों कहा है?

उत्तर-जो कल्याण अर्थात् सुख का करने हारा है, इसलिए उस परमेश्वर का नाम 'शंकर' है।

प्रश्न-124. परमेश्वर को 'महादेव' क्यों कहा है?

उत्तर-जो महान् देवों का देव अर्थात् विद्वानों का भी विद्वान्, सूर्यादि पदार्थों का प्रकाशक है, इसलिए उस परमेश्वर का नाम 'महादेव' है।

प्रश्न-125. परमेश्वर को 'प्रिय' क्यों कहा गया है?

उत्तर-जो सब धर्मात्माओं, मुमुक्षुओं और शिष्टों को प्रसन्न करता और सबके द्वारा कामना के योग्य है, इसलिए उस परमेश्वर का नाम 'प्रिय' है।

प्रश्न-126. परमेश्वर को 'स्वयम्भू' क्यों कहा गया है?

उत्तर-जो आप से आप ही है, किसी से उत्पन्न नहीं हुआ, इसलिए उस परमेश्वर का नाम 'स्वयम्भू' है।

प्रश्न-127. परमेश्वर को 'कवि' क्यों कहा है?

उत्तर-जो वेद द्वारा सब विद्याओं का वेत्ता और उपदेष्टा है, इसलिए उस परमेश्वर का नाम 'कवि' है।

प्रश्न-128. सत्यार्थप्रकाश के प्रथम समुल्लास में महर्षि दयानन्द सरस्वती ने परमेश्वर के 100 नामों की व्याख्या की है। क्या परमेश्वर के केवल 100 ही नाम हैं?

उत्तर-महर्षि दयानन्द सरस्वती के शब्दों में—ये सौ नाम परमेश्वर के लिखे हैं, परन्तु इनसे भिन्न परमेश्वर के असंख्य नाम हैं, क्योंकि जैसे परमेश्वर के अनन्त गुण, कर्म, स्वभाव हैं, वैसे उसके अनन्त नाम हैं। उनमें से प्रत्येक गुण, कर्म और स्वभाव का एक-एक नाम है। इसमें मेरे ये लिखे नाम समुद्र के सामने बिन्दुवत् हैं, क्योंकि वेदादि शास्त्रों में परमेश्वर के असंख्य गुण, कर्म और स्वभाव व्याख्यात किये हैं।

प्रश्न-129. तैत्तिरीयोपनिषद् में किस कर्म को करने और किसको न करने योग्य कहा है?

उत्तर-जो अनिन्दनीय धर्मयुक्त कर्म हैं, उनको करने और जो निन्दनीय अधर्मयुक्त कर्म हैं, उन्हें न करने का आदेश दिया है।

प्रश्न-130. जैसे अन्य ग्रन्थकार लोग आदि, मध्य और अन्त में मंगलाचरण करते हैं, महर्षि स्वामी दयानन्द जी ने ऐसा कुछ क्यों नहीं लिखा?

उत्तर-यदि आदि, मध्य और अन्त में मंगलाचरण करते तो आदि, मध्य और अन्त के बीच में जो कुछ लिखा होता है वह सब अमंगल ही होता, इसलिए ऐसा नहीं किया।

प्रश्न-131. महर्षि दयानन्द सरस्वती जी ने मंगलाचरण किसे माना है?

उत्तर-उन्होंने सांख्य शास्त्र के वचन का उल्लेख करते हुए कहा है—जो न्याय, पक्षपातरहित, सत्य, वेदोक्त ईश्वर की आज्ञा है, उसी का यथावत् सर्वत्र और सदा आचरण करना मंगलाचरण कहलाता है।

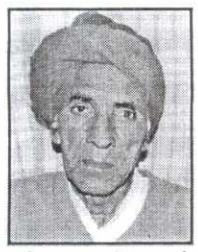
प्रश्न-132. यदि ग्रन्थ में मंगलाचरण नहीं करना, तो किन शब्दों से ग्रन्थ प्रारम्भ करें?

उत्तर-वेद और ऋषियों के ग्रन्थों में कहीं 'गणेशाय नमः', 'दुर्गायै नमः' आदि मंगलाचरण देखने में नहीं आते और आर्ष ग्रन्थों में 'ओ३म्' तथा 'अथ' शब्द तो देखने में आते हैं, इसलिए 'ओ३म्' व 'अथ' शब्द ही ग्रन्थ के आदि में लिखना चाहिए।

प्रश्न-133. कुछ लोग वेद के आरम्भ में 'हरि ओ३म्' लिखते हैं और पढ़ते हैं क्या यह उचित नहीं है?

उत्तर-यह पौराणिक और तान्त्रिक लोगों की कल्पना से सीखे हैं। वेदादि शास्त्रों में 'हरिः' या 'हरिः ओ३म्' शब्द आदि में कहीं नहीं, केवल ओंकार का पाठ ऋषि-मुनियों के ग्रन्थों में देखने में आता है। इसलिए यह 'हरिः' लिखना उचित नहीं है। क्रमशः

ओ३म्



सूबे० करतारसिंह आर्य

असली ईश्वर एक है, जिसने रचा संसार है।
पन्थों में नकली खुदा की हो रही भरमार है॥
खुद घड़ें पत्थर की मूरत, शक्ल दें इंसान की।
कहते हैं अब इसमें शक्ति पूर्ण है भगवान् की॥
जड़ के आगे हाथ जोड़े, सिर झुकाकर मांगते।
कामना पूर्ण करेगा, ऐसा नादान जानते॥
क्षीर सागर में कहीं, सुलवा दिया भगवान् को।
चौथे, सातवें आसमां, बिठला दिया भगवान् को॥
सर्वव्यापी ईश्वर को एकदेशी कर दिया।
दूर दुनिया से बिठाया, और विदेशी कर दिया॥
कोठरी में बन्द कर, बाहर से ताला जड़ दिया।
क्या अजब भगवान् इनका, कैद जिसको कर दिया॥
किस तरह अज्ञानता, मजहबों में फैली है यह।
आपकी भी समझ में, क्या बात कुछ आई है यह॥

(पोप गुणगान)

छल-कपट से लूटता, जो हर समय इंसान को।
सत्य मानें न कभी न वेद के प्रमाण को॥
धर्म के विपरीत पन्थों का करे प्रचार हो।
पोपलीलाओं से जिसका हर समय ही प्यार हो॥
अपने को कहता हो ब्राह्मण, पर न कुछ भी ज्ञान हो।
केवल अपने जन्म पर ही, कर रहा अभिमान हो॥
बन गुरु चेलों से नित्य, करवाता जो सम्मान है।
साधु होकर भी सदा, ठगने में जिसका ध्यान है॥
धर्म के शुभ नाम पर, पाखण्ड फैलाता हो जो।
वेद के विपरीत सारे, कर्म करवाता हो जो॥
बुद्धि के अनुकूल जिसका, कोई भी न काम हो।
'सेवक' ऐसे गुण जिसमें, पोप उसका नाम हो॥
कुटिलता छोड़कर जीवन सरल सच्चा बना ले तू।
सभी दुर्व्यसन पापों दोषों से अब मन हटाले तू॥
पवित्रता से अपनी आत्मा को तू बना उज्ज्वल।
प्रभु परमेश्वर का तू पकड़, प्यारे सदा आँचल॥

—सूबेदार करतारसिंह आर्य, सेवक आर्यसमाज गोहाना मण्डी (सोनीपत)

thearyasamaj.org

आओ ईश्वर की स्तुति कर कुछ मांगें

❑ मनमोहन कुमार आर्य

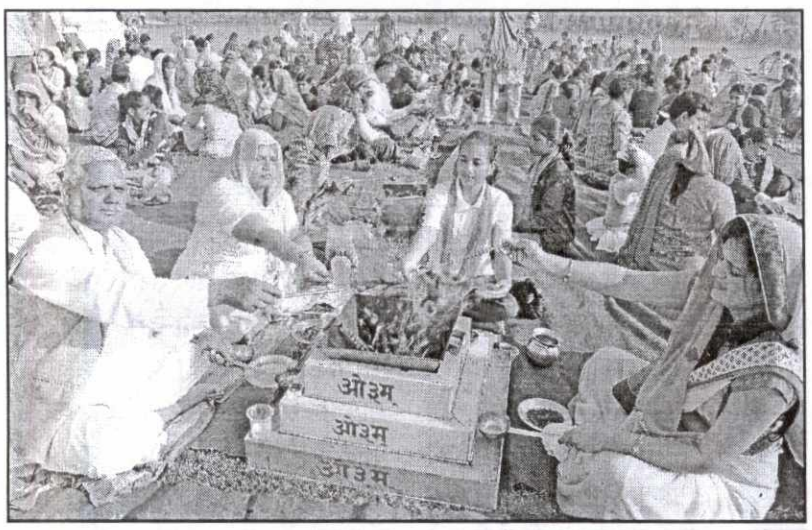
ईश्वर समस्त ऐश्वर्य का स्वामी होने के कारण ही ईश्वर कहलाता है। जीवात्मा अल्पज्ञ एवं अल्प शक्ति व सामर्थ्यवाला है। अतः इसे ज्ञान, बल, शक्ति व ऐश्वर्य आदि के लिए ईश्वर की स्तुति, प्रार्थना व उपासना करना स्वाभाविक व आवश्यक है। महर्षि दयानन्द के आगमन से पूर्व संसार के लोग ईश्वर से क्या व कैसी प्रार्थना करनी चाहिये, भूल चुके थे। उन्होंने गायत्री मन्त्र का प्रभावशाली अर्थ किया जो आज सारे विश्व में उपयोग में लाया जाता है। हम वर्षों पूर्व एक बार दिल्ली के एक पौराणिक मन्दिर में गये तो वहां गायत्री मन्त्र और उसका अर्थ लिखा देखा। हमें आश्चर्य हुआ कि हमारे पौराणिक मन्दिर में महर्षि दयानन्द जी का किया हुआ गायत्री मन्त्र का हिन्दी में अर्थ दिया हुआ है। महर्षि दयानन्द ने जहां सत्यार्थ प्रकाश, ऋग्वेदादिभाष्य भूमिका, संस्कार विधि, ऋग्वेद-यजुर्वेद भाष्य, गोकरुणानिधि, व्यवहारभानु आदि अनेक ग्रन्थ लिखे वहीं उन्होंने स्तुति व प्रार्थना का महत्व समझ कर "आर्याभिविनयः" पुस्तक की रचना भी की। इसी पुस्तक से सबसे प्रथम दिये गये मन्त्र व उसके हिन्दी अर्थ वा भावानुवांद को प्रस्तुत कर रहे हैं। इससे विदित होगा कि प्रार्थना क्या होती है व ईश्वर से प्रार्थना किस प्रकार करनी चाहिये। ऋग्वेद 1/6/18/9 मन्त्र निम्न है–

ओं शं नो मित्रः शं वरुणः शं नो भवत्वर्य्यमा। शं न इन्द्रो बृहस्पतिः शं नो विष्णुरुरुक्रमः।।

इस मन्त्र का वेदार्थ वा भावार्थ करते हुए महर्षि दयानन्द ने लिखा है – 'हे सच्चिदानन्दानन्तस्वरूप, हे नित्यशुद्ध-बुद्धमुक्तस्वभाव, हे अद्वितीयानुपम-जगदादिकारण, हे अज, निराकार, सर्वशक्तिमन्, न्यायकारिन्, हे जगदीश, सर्वजगदुत्पादकाधार, हे सनातन, सर्व-मंगलमय, सर्वस्वामिन्, हे करुणाकरास्मत्पितः, परमसहायक, हे सर्वानन्दप्रद, सकलदुःखविनाशक, हे अविद्यान्धकार-निर्मूलक, विद्यार्कप्रकाशक, हे परमैश्वर्य-दायक, साम्राज्यप्रसारक, हे अधर्मोद्धारक, पतितपावन, मान्यप्रद, हे विश्वविनोदक, विनयविधिप्रद, हे विश्वासविलासक, हे निरंजन, नायक, शर्मद, नरेश, निर्विकार, हे सर्वान्तर्यामिन्, सदुपदेशक, मोक्षप्रद, हे सत्यगुणाकर, निर्मल, निरीह, निरामय, निरुपद्रव, दीनदयाकर, परमसुखदायक, हे दारिद्रयविनाशक, निर्वैरविधायक, सुनीतिवर्द्धक, हे प्रीतिसाधक, राज्य-विधायक, शत्रुविनाशक, हे सर्वबलदायक, निर्बलपालक, हे सुधर्मसुपापक, हे अर्थ-सुसाधक, सुकामवर्द्धक, ज्ञानप्रद, हे सन्ततिपालक, धर्म्मसुशिक्षक, रागविनाशक, हे पुरुषार्थप्रापक, दुर्गुणनाशक, सिद्धिप्रद, हे सज्जनसुखद, दुष्टसुताडन, गर्वकुक्रोध-कुलोभविदारक, हे परमेश, परेश, परमात्मन्, परब्रह्मन्, हे जगदानन्दक, परमेश्वर, व्यापक, सूक्ष्माच्छेद्य, हे अजरामृताभय-निर्बन्धनादे, हे अप्रतिमप्रभाव, निर्गुणातुल, विश्वाद्य, विश्ववन्द्य, विद्वद्विलासक, इत्याद्यनन्तविशेषणवाच्य, हे मंगलप्रदेश्वर! आप सर्वथा सब के निश्चित मित्र हो। हमे सत्यसुखदायक सर्वदा हो। हे सर्वोत्कृष्ट, स्वीकरणीय, वरेश्वर ! आप वरुण अर्थात् सब से परमोत्तम हो, सो आप हमको परम सुखदायक हो। हे पक्षपातरहित, धर्म्मन्यायकारिन् ! आप अर्य्यमा (यमराज) हो इससे हमारे लिये न्याययुक्त सुख देने वाले आप ही हो। परमैश्वर्य्यवन् इन्द्रेश्वर ! आप हमको परमश्वर्ययुक्त शीघ्र स्थिर सुख दीजिये।

हे महाविद्यावायोधिपते, बृहस्पते, परमात्मन् ! हम लोगों को (बृहत) सब से बड़े सुख को देने वाले आप ही हो। हे सर्वव्यापक, अनन्तपराक्रमेश्वर विष्णो! आप हमको अनन्त सुख देओ। जो कुछ मांगेंगे सो आप से ही हम लोग मांगेंगे। सब सुखों को देनेवाला आप के बिना कोई नहीं है। सर्वथा हम लोगों को आप का ही आश्रय है, अन्य किसी का नहीं, क्योंकि सर्वशक्तिमान् न्यायकारी दयामय सब से बड़े पिता को छोड़ के नीचे का आश्रय हम कभी न करेंगे। आप का तो स्वभाव ही है कि अंगीकृत को कभी नहीं छोड़ते सो आप सदैव हमको सुख देंगे, यह हमको दृढ़ निश्चय है।

नवसंवत्सर पर यज्ञ का आयोजन



भारत स्वाभिमान एवं पतंजलि महिला योग समिति द्वारा नवसंवत्सर के उपलक्ष्य में 100 कुंडीय हवन यज्ञ का आयोजन किया। नगरपालिका के नजदीक स्थित मल्हान पार्क में आयोजित यह कार्यक्रम महिला सशक्तिकरण व शहीदी दिवस को समर्पित था। कार्यक्रम में हुए यज्ञ के दौरान विभिन्न स्कूलों में अध्यनरत 200 बेटियों ने एकस्वर में वेद मंत्रोच्चारण कर कार्यक्रम को आकर्षक बनाया।

कार्यक्रम का आगाज मंदिर बाबा प्रसाद गिरि के श्रीमहंत परमानंद गिरि ने दीप प्रज्वलित कर किया। इस मौके पर दिल्ली से आर्य इंद्र सिंह वर्मा बतौर मुख्यातिथि तथा झज्जर से लाला महेंद्र बंसल व विश्वास वेलफेयर सोसायटी के प्रधान प्रवेश छिकारा बतौर विशिष्ट अतिथि उपस्थित रहे। कार्यक्रम में यज्ञ ब्रह्मा विवेक गोयल रहे। गोयल ने उपस्थितजनों को संबोधित करते हुए कहा कि वातावरण में सभी समस्याओं का मूल कारण पर्यावरण प्रदूषण है। उन्होनें कहा कि गौघृत व जड़ी बूटियों से निर्मित सामग्री से किया गया हवन वातावरण को सुगंधित कर न केवल कीटाणुओं को नष्ट करता है बल्कि सभी समस्याओं को भी दूर करता है।

कार्यक्रम में श्रीमहंत परमानंद गिरि ने मंत्रोच्चारण करने वाली बेटियों को सम्मानित करते हुए समाज से बेटियों के सम्मान को बनाए रखने की अपील की। कार्यक्रम की अध्यक्षता भारत स्वाभिमान के अध्यक्ष राजबीर सिंह ने की वहीं इस मौके पर धीरज मल्हाण, पीयूष आर्य, शर्मिला, लाला प्रकाशवीर आर्य, सूर्यप्रकाश सिंघल, मास्टर द्वारिका प्रसाद, पंकज शर्मा, विकास, सुभाष आर्य, सूबेदार भरत सिंह, वैदिक सत्संग मंडल के प्रधान पंडित रमेश कौशिक व पंडित जयभगवान आर्य सहित बड़ी संख्या में शहरवासी उपस्थित रहे।

ओ३म्
(प्राचीन व आधुनिक शिक्षा का उत्तम सामंजस्य केन्द्र)
गुरुकुल भैयापुर लाढ़ौत, रोहतक (हरियाणा)
GURUKUL BHAIYAPUR LADHOT, ROHTAK
(Affiliated with C.B.S.E. New Delhi Code No. 531114)
प्रवेश प्रारम्भ
सीटें सीमित हैं
गुरुकुल में उपलब्ध सुविधाएं एवं आवश्यक निर्देश
★ लिखित परीक्षा द्वारा 6 अप्रैल को मैरिट के आधार पर प्रवेश। नियमावली उपलब्ध है।
★ प्रविष्ट छात्रों का हॉस्टल में रहना आवश्यक है।
★ संध्या-हवन, योगासन, प्राणायाम खेल समन्वित नियमित दिनचर्या और धर्म शिक्षा द्वारा संस्कारित वातावरण।
★ सी.बी.एस.ई. बोर्ड नई दिल्ली से मान्यता प्राप्त (मान्यता क्रमांक 531114) है।
★ इंग्लिश मीडियम (अंग्रेजी माध्यम)।
★ 10+1, 10+2 में आर्ट, कॉमर्स तथा नॉन मैडिकल संकाय।
★ आर्मी, नेवी तथा एयरफोर्स के लिए भर्ती में प्रशिक्षण।
★ सी.सी.टी.वी. कैमरों की व्यवस्था।
★ पुस्तकालय, वाचनालय, कम्प्यूटर तथा विज्ञान की आधुनिक प्रयोगशालाएं।
★ इंग्लिश स्पीकिंग कोर्स के लिए भाषा प्रयोगशाला।
★ शुद्ध जल का निजी प्रबन्ध।
★ संस्था में स्थापित पं० रामप्रसाद बिस्मिल खेल अकादमी के माध्यम से खेल प्रशिक्षण। प्रशिक्षित कोचों एवं अन्तर्राष्ट्रीय खिलाड़ियों द्वारा समय-समय पर दिशा निर्देश।
★ शुद्ध दूध के लिए निजी गोशाला।
★ 6 एकड़ का स्वच्छ तथा रमणीय परिसर।
★ स्टेशनरी तथा खाद्य पदार्थों के लिए कैन्टीन तथा वस्तु भण्डार की सुविधा।
3 K.M. STONE FROM BUS STAND, LADHOT ROAD, ROHTAK (HARYANA)
Contact : 01262-217550, 09992403892, 09467240298, 09416629972

hearyasamaj.org

खेलकूद में विद्यार्थियों का उत्कृष्ट प्रदर्शन (वर्ष-2014-2015)

आर्य बाल भारती पब्लिक स्कूल जी.टी. रोड पानीपत के खिलाड़ियों का प्रदर्शन काफी सराहनीय रहा जिसका विवरण इस प्रकार है—

1. रस्सा-कस्सी

12 मई 2014 को वीर शहीद सन्दीप आर्य जी के प्रथम शहीदी दिवस पर जिला स्तरीय रस्सा-कस्सी खेल का आयोजन किया गया जिसमें जिले के 17 टीमों ने इस प्रतियोगिता में हिस्सा लिया। इस प्रतियोगिता में हमारे विद्यालय की टीम ने प्रथम स्थान प्राप्त किया और 11,000/- रु० इनाम प्राप्त किया।

दिनांक 4 नवम्बर 2014 को रस्सा-कस्सी में दो विद्यार्थी मोहित दहिया व मोहित पंवार अण्डर 19 में व एक छात्र अण्डर 17 अनुज जागलान ने राष्ट्रीय स्तर पर हरियाणा की टीम में खेलने का सौभाग्य प्राप्त हुआ जिसमें अण्डर 17 ने राष्ट्रीय स्तर पर प्रथम स्थान प्राप्त किया व अण्डर 19 ने द्वितीय स्थान प्राप्त किया।

2. योगा

दिनांक 8 सितम्बर 2014 को शिवाजी स्टेडियम पानीपत में इण्टर सेंटर योगा प्रतियोगिता का आयोजन जिला स्तर पर करवाई गई जिसमें विद्यालय के खिलाड़ी 8 से 12 वर्ष आयु में अंशु प्रथम स्थान व आयुष द्वितीय स्थान प्राप्त किया और 12 से 15 वर्ष में नमन देशवाल ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। सभी खिलाड़ी राज्य स्तर पर चयनित हुए।

दिनांक 26 सितम्बर 2014 को शिक्षा विभाग हरियाणा की ओर से योग प्रतियोगिता जिला स्तर पर आयु वर्ग में आयोजित हुई जिसका परिणाम इस प्रकार रहा—

14 वर्ष से नीचे लड़कों में- शिवमपाल-प्रथम स्थान, अंशु-द्वितीय, आयुष-तृतीय और **लड़कियों में**- प्राञ्जल-तृतीय स्थान, नेहा पांचवें स्थान पर रही।

आयु 17 वर्ष से नीचे-नमन देशवाल ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। इन सभ्ज्ञी खिलाड़ियों का राज्य स्तरीय खेलकूद के लिए चयन हुआ।

दिनांक 6 नवम्बर 2014 के अखिल भारतीय योग प्रतियोगिता पलवल में आयोजित हुई जिसमें हमारे विद्यालय के नमन देशवाल ने द्वितीय स्थान प्राप्त किया।

3. खो-खो

26 सितम्बर 2014 को अण्डर-19 आयुवर्ग में जिला स्तरीय खो-खो का ट्रायल हुआ जिसमें हमारे तीन खिलाड़ी राज्य स्तर के लिए चयन किये गए। दिनांक 1 अक्तूबर 2014 को अण्डर-17 वर्ष में खो-खो-ब्लाक स्तरीय खेलकूद प्रतियोगिता का आयोजन हुआ। हमारी टीम ने ब्लॉक स्तर पर अन्तिम मैच में गाजबड़ हाईस्कूल से बराबरी पर रहा और 6 खिलाड़ी जिला स्तर पर चयन हुए और जिले की प्रतियोगिता में दूसरा स्थान प्राप्त किया।

दिनांक 11 अक्तूबर 2014 के अंडर 19 आयुवर्ग में हमारी विद्यालय की टीम ने जिला स्तर पर प्रथम स्थान प्राप्त किया। हमारे विद्यालय को यह पहली बार जीत प्राप्त हुई है और इसमें हमारे विद्यालय के 7 खिलाड़ी राज्य स्तर के लिए चयनित हुए।

4. ताईक्वांडो

1 से अगस्त को 5वीं हरियाणा राज्य जूनियर और सीनियर ताईक्वांडो प्रतियोगिता अम्बाला में आयोजित हुई जिसमें विद्यालय के खिलाड़ी मोहित कुलिया ने अंडर 17 आयुवर्ग राज्य में दूसरा स्थान प्राप्त किया।

दिनांक 24 सितम्बर 2014 के सी.बी.एस.ई. नॉर्थ जोन पंजाब में आयोजित हुई इसमें विद्यालय के खिलाड़ी सतीश शर्मा ने नॉर्थ जोन में तृतीय स्थान प्राप्त किया।

दिनांक 25 अक्तूबर 2014 को शिक्षा विभाग हरियाणा द्वारा जिला स्तरीय ताईक्वांडो प्रतियोगिता आयोजित किया गया इसमें भी सतीश शर्मा ने प्रथम स्थान प्राप्त किया और राज्य स्तर के लिए चयनित हुए।

दिनांक 7 नवम्बर 2014 को शिक्षा विभाग हरियाणा द्वारा जिला स्तरीय ताईक्वांडो प्रतियोगिता आयोजित किया गया जिसमें सतीश शर्मा ने पूरे हरियाणा राज्य में प्रथम स्थान प्राप्त किया।

दिनांक 19 नवम्बर 2014 को राष्ट्रीय खेलकूद प्रतियोगिता हुई जिसमें विद्यालय के खिलाड़ी सतीश शर्मा ने राष्ट्रीय स्तर पर तृतीय स्थान प्राप्त किया।

5. दिनांक 28 से 30 अक्तूबर 2014 को प्राथमिक विद्यालयों की खेलकूद प्रतियोगिता का आयोजन हुआ जिसमें हमारे विद्यालय के खिलाड़ियों ने जिला स्तर प्राप्त कर राज्य स्तर में हिस्सा लिया।

6. कबड्डी

दिनांक 2 से 4 सितम्बर 2014 तक शिक्षा विभाग पानीपत (हरियाणा) द्वारा कबड्डी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस प्रतियोगिता में हमारे विद्यालय के खिलाड़ी (अण्डर 19) वर्ग में ब्लॉक स्तर पर दूसरी बार प्रथम स्थान प्राप्त किया। इसके बाद हमारी टीम ने अन्तिम चार में जिला सतर पर पहुँच गई थी, लेकिन बारीश के वजह से मैच नहीं हो पाया। हमारे विद्यालय के दो खिलाड़ी राज्य स्तरीय टीम में चयन हुआ और पानीपत की टीम ने दूसरा स्थान प्राप्त किया।

आर्य बाल भारती विद्यालय पानीपत आर्य प्रतिनिधि सभा हरयाणा द्वारा संचालित है। अत: खेलों के माध्यम से शारीरिक उन्नति करवाना भी यहाँ एक मुख्य उद्देश्य है। उपरोक्त विवरण से स्पष्ट है कि इस उद्देश्य की पूर्ति यहाँ हो रही है। यह सारी व्यवस्था मुख्यत: डी.पी.ई. के अधीनस्थ होती है। यहाँ के डी.पी.ई. श्री जगदीश चहल का विद्यार्थियों पर बहुत अच्छा प्रभाव है। ये खेल के फॉर्म भरने, बालकों को बाहर ले जाने, अभ्यास करवाने में सदैव तत्पर रहते हैं। अत: बधाई के पात्र हैं।

—सन्दीप आर्य पी.टी.आई. आर्य बाल भारती विद्यालय पानीपत

संगच्छध्वं के पोषक श्रीराम

❑ प्राचार्य अभय आर्य, रोहतक

'ऋग्वेदादिभाष्यभूमिका' में वेद के **'संगच्छध्वं'** के सन्देश का अर्थ करते हुए महर्षि जी हमें स्पष्ट करते हैं कि धर्म की प्राप्ति के लिए विरोध को छोड़कर परस्पर सम्मति में रहें। आज हम **'कृण्वन्तो विश्वमार्यम्'** का उद्घोष लगा रहे हैं, लेकिन क्या उसकी प्राप्ति के लिए विरोध को छोड़कर परस्पर सम्मति में रह रहे हैं? लेकिन इस लक्ष्य की प्राप्ति के लिए एक जैसे विचार, भावना, श्रद्धा का होना भी आवश्यक है। आर्यों में भी उत्तम वह होता है, जो वेद के आदेशों का दृढ़ता से पालन करता हुआ उनका पोषक बन जाता है। वेद के ऐसे आदेशों के पोषक बनने के कारण ही श्रीराम मर्यादा पुरुषोत्तम कहलाए।

अधर्म के नाश में श्रीराम ऋषियों के साथ हैं। इस संदर्भ में ऋषियों की आज्ञा का पालन उन्हें सीता, लक्ष्मण व अयोध्या से भी अधिक श्रेयस्कर है। बाली वध के बाद उसके पुत्र अंगद तथा भाई सुग्रीव को तथा रावण वध के बाद विभीषण को उनका अधिकार सौंपना **'संगच्छध्वं'** के संदेश की ही पुष्टि है। **'संस्कारविधि'** में महर्षि जी इस संदेश का अर्थ पारिवारिक संदर्भ में करते हैं। इस संदर्भ में भी श्रीराम इस संदेश के पोषक ठहरते हैं। वन में विलाप के पश्चात् अयोध्या लौटते हुए भरत को वे आदेश देते हैं कि माता कैकेयी के प्रति कभी कठोर आचरण मत करना। वे आदर्श पुत्र, आदर्श भाई, आदर्श पति हैं। सिद्धान्तों का दृढ़ता से पालन करने के साथ वे स्वभाव से कोमल, दयालु, व्यावहारिक, दानी हैं, यही उनकी विशेषता है जो उन्हें उत्तमों में भी उत्तम बनाती है।

आर्यसमाजों के उत्सवों की सूची

1.	आर्यसमाज शेखपुरा खालसा जिला करनाल	4 से 6 अप्रैल 2015
2.	आर्यसमाज मोहदीनपुर जिला रेवाड़ी	25 से 26 अप्रैल 2015
3.	आर्यसमाज भुरथला जिला रेवाड़ी	9 से 10 मई 2015

—सभामन्त्री

आर्य प्रतिनिधि के ग्राहक महानुभावों की सेवा में

'आर्य प्रतिनिधि' साप्ताहिक निरन्तर आपकी सेवा में पहुँच रही है। जिन **'आर्य प्रतिनिधि'** के ग्राहकों ने अभी तक अपना वार्षिक शुल्क या पिछला शुल्क नहीं भेजा है उनसे विनम्र प्रार्थना है कि वह अपना वार्षिक शुल्क शीघ्रातिशीघ्र भिजवाने की व्यवस्था करें। **'आर्य प्रतिनिधि'** का वार्षिक शुल्क 150/- रुपये है और आजीवन सदस्यता शुल्क 1500/- रुपये है। इसलिए मेरी सभी ग्राहक महानुभावों से प्रार्थना है कि वह अपना शुल्क जल्द से जल्द भिजवाने की व्यवस्था करें। इसके साथ ही आर्यसमाजों के पदाधिकारियों एवं सदस्यों से भी निवेदन है कि वह अधिक से अधिक **'आर्य प्रतिनिधि'** साप्ताहिक के ग्राहक बनाने में सहयोग करें। आशा है आपका सहयोग हमें प्राप्त होगा।

व्यवस्थापक—'आर्य प्रतिनिधि' साप्ताहिक मो० नं० 7206865945

thearyasamaj.org

वार्षिक उत्सव सम्पन्न

आर्यसमाज नई मण्डी, मुजफ्फरनगर का 87वाँ त्रिदिवसीय वार्षिकोत्सव (नवसस्येष्टि महोत्सव) 6 मार्च 2015 को धूमधाम के साथ सम्पन्न हुआ। प्रात: वेद की ज्योति जलती रहे, ओ३म् का झण्डा ऊँचा रहे, भारत देश विश्व का सिरमौर बने, जीवमात्र का कल्याण हो, की कामना के साथ वेदमन्त्रों एवं त्रिदोष नाशक सामग्री से श्री राकेश कुमार आर्य जी के पौरोहित्य में यज्ञ सम्पन्न हुआ। यज्ञ के यजमान डॉ. सत्यवीर सिंह आर्य श्रीमती उर्मिला सिंह, श्री शरद कुमार श्रीमती गरिमा, श्री पंकज कुमार व श्रीमती दीपा रहे। ब्रह्मा पद पर सुशोभित प्रो० डॉ० धर्मवीर जी अध्यक्ष, परोपकारिणी सभा अजमेर ने अपने उद्‌बोधन में कहा कि महर्षि देव दयानन्द ने राष्ट्र और विश्व को वेदज्ञान की उपयोगिता का भान कराया और बताया कि आर्यसमाज ही एकमेव मार्ग है जिससे संसार का कल्याण सम्भव है। आर्यरत्न आचार्य गुरुदत्त आर्य ने कहा कि यदि देश बचाना चाहते हो तो जातिवाद को मिटाओ। इससे समाज में ईर्ष्या, द्वेष व घृणा पैदा होकर देश की एकता व अखण्डता को खतरा हो गया है। राष्ट्र के नागरिकों का कर्त्तव्य है कि अपने देश की संस्कृति व संस्कारों के अनुरूप अपना आहार व व्यवहार बनाकर सदाचरण को जीवन में धारण करें। इस सुअवसर पर श्री श्रीकृष्ण आर्य व श्री तेजपाल सिंह आर्य को आर्यसमाज की ओर से सम्मानित किया गया तथा महात्म प्रेममुनि, स्वामी भजनानन्द सरस्वती, स्वामी सत्यवेश सरस्वती, कुंवर सुखपाल सिंह प्रभाकर व सहदेवसिंह बेधड़क आदि विद्वानों के उपदेश व भजन भी हुए। श्री आर.पी. शर्मा ने कार्यक्रम का संचालन किया। जनपद व नगर की आर्यसमाजों के प्रतिनिधियों, सदस्यों व आम जनता की प्रचुर संख्या में सहभागिता रही। सभी को नि:शुल्क वैदिक साहित्य प्रसाद रूप में वितरित किया गया। ऋषिलंगर से उत्सव का समापन हुआ।

—आर.पी. शर्मा, मन्त्री, आर्यसमाज मन्दिर, दयानन्द मार्ग, नईमण्डी, मुजफ्फरनगर

सूचना

पं० विद्याभूषण शास्त्री गुड़गांव ने दिनांक 18.02.2015 को महर्षि दयानन्द सरस्वती जी की जन्मभूमि टंकारा में ऋषिबोधोत्सव के अवसर पर वानप्रस्थ की दीक्षा ले ली है। अब इनका नाम वेदमुनि रखा गया है। अब इन्हें वेदमुनि के नाम से जाना जाये। परमपिता परमात्मा से प्रार्थना है कि स्वस्थ रहते हुए वेद प्रचार-प्रसार का कार्य करते रहें।

—वी.पी. सिंह, प्रधान आर्यसमाज, सै० 10-10ए, गुड़गांव

दाखिला सूचना

चौ० लखीराम आर्य अनाथालय दयानन्दमठ गोहाना रोड रोहतक में गरीब व बेसहारा बच्चों के दाखिले के लिए कुछ सीटें खाली हैं। लड़के की उम्र 6 से 9 वर्ष हो व स्कूल जाता हो। जाति का कोई भेदभाव नहीं। रहना, खाना, पढ़ाई मुफ्त। सम्पर्क करें—मो०नं० 9466725461

वैदिक सत्संग समारोह का आयोजन

आर्यसमाज गोहानामण्डी के **104वें मासिक वैदिक सत्संग समारोह** का आयोजन **दिनांक 12 अप्रैल 2015, रविवार** को आर्यसमाज मन्दिर, गुढ़ा रोड, गोहाना (सोनीपत) में आयोजित किया जाएगा। इस सत्संग का आयोजन महीने के दूसरे रविवार को किया जाता है। आज संसार में भौतिक उन्नति खूब हो रही है लेकिन मानव की मानवता का ह्रास होता जा रहा है। संसार में सुख-शान्ति का वातावरण बनाने के लिए परमपिता परमात्मा द्वारा प्रदत्त वेद ज्ञान का प्रचार-प्रसार अति आवश्यक है। इसी उद्देश्य की पूर्ति हेतु आप सभी से निवेदन है कि सपरिवार एवं इष्ट-मित्रों सहित सभी कार्यक्रमों के समय पर उपस्थित होकर धर्मलाभ उठाकर अनुगृहीत करें।

आमन्त्रित वैदिक विद्वान् : **आचार्य अभय आर्य,**

निदेशक, आर्य बाल भारती पब्लिक स्कूल, पानीपत

कार्यक्रम-12 अप्रैल 2015 प्रात: 8 बजे से 11 बजे तक

यज्ञ, भजन, प्रवचन

निवेदक : आर्यसमाज गोहाना मण्डी (सोनीपत)

स्व० बालकिशन जी की स्मृति में शान्तियज्ञ का आयोजन

दिनांक 1 मार्च 2015 को श्री बालकिशन हुड्डा (पूर्व एस.डी.ओ. सिंचाई विभाग) का 81 वर्ष की आयु में हृदयगति रुक जाने से मृत्यु हो गई जिसका समाचार सुनकर सभी परिजनों, परिचितजनों और आर्यजनों को बड़ा दु:ख हुआ। दिनांक 11.03.2015 को उनके सुपुत्र श्री विनोद कुमार हुड्डा ने अपने निवास स्थान F-8, इन्द्रप्रस्थ कॉलोनी सोनीपत रोड रोहतक में बृहद् यज्ञ का आयोजन करवाया। यज्ञ के ब्रह्मा श्री बलवीर सिंह जी शास्त्री रहे। उनके कार्यक्षेत्र जीन्द एवं पैतृक गाँव किलोई से बहुत से लोग उपस्थित हुए। क्योंकि उनके पूर्वज पहले से ही आर्य विचारधारा से जुड़े हुए थे। गाँव किलोई में जो भी उपदेशक और प्रचारक आता था इन्हीं के पास रुकते थे जिसके कारण स्व० बालकिशन जी महान् व्यक्तित्व के धनी थे। आर्यसमाज में गहन निष्ठा, सरल तथा सादा जीवन, कर्त्तव्य परायणता, ईमानदारी तथा समाज की भलाई यही इनके जीवन का आधार था। शान्ति यज्ञ के पश्चात् दो मिनट के मौन के बाद शोक सभा का आयोजन किया गया। स्व० बालकिशन जी द्वारा समय-समय पर आर्यसमाज के कार्यों में आर्थिक सहायता और मासिक सत्संगों

में जो समय देते थे, हमें वह सदा याद रहेगा और परिवार के सदस्यों को उनके दर्शाये गये मार्ग पर चलने और हर वर्ष उनकी स्मृति में पुण्यतिथि पर इसी प्रकार यज्ञ की परम्परा को चालू रखा जाये। स्व० बालकिशन जी न किसी की निन्दा करते और न ही किसी से झगड़ा करते थे। हमेशा सामाजिक और धार्मिक कार्यों में पूरा-पूरा सहयोग करते रहते थे। ऐसे महापुरुष की याद में त्रिवेणी (बड़, पीपल, नीम) किसी सार्वजनिक स्थान पर लगाया जाये ताकि प्रदूषण मुक्त जलवायु बना रहे।

सभी यज्ञ में उपस्थित आर्यजनों द्वारा परमपिता परमात्मा से प्रार्थना किया गया कि दिवंगत आत्मा को सद्‌गति प्रदान करे तथा स्व० बालकिशन की मृत्यु के पश्चात् परिवार तथा सभी आर्यजनों को जो दु:ख हुआ है उसे सहन करने की शक्ति प्रदान करे। शान्तिपाठ के पश्चात् यजमान परिवार की तरफ से भोजन की व्यवस्था की गई और सामाजिक व धार्मिक संस्थाओं को अपने पूज्य पिता स्व० बालकिशन जी के नाम से 11000/- रु० का दान दिया। यज्ञ के ब्रह्मा सभी आगन्तुकों का धन्यवाद किया।

-भलेराम आर्य, ग्राम सांघी (रोहतक)

पुण्यतिथि पर यज्ञ

श्री विनीत कुमार हुड्डा सपुत्र श्री प्रदीप सिंह हुड्डा ने अपने निवास स्थान F-8, इन्द्रप्रस्थ कॉलोनी सोनीपत रोड रोहतक में दिनांक 16.03.2015 को अपनी दादी जी स्व० श्रीमती धर्मकौर की दूसरी पुण्यतिथि पर यज्ञ का आयोजन किया।

यज्ञ के ब्रह्मा श्री महादेव जी शास्त्री थे। यज्ञ के पश्चात् आदरणीय शास्त्री ने यजमान परिवार को अपने पूर्वजों के दर्शाये गये मार्ग का अनुशरण करने और उनकी स्मृति में धार्मिक संस्थाओं में दान देना चाहिए ताकि उनकी यादगार बनी रहे। श्री विनीत कुमार हुड्डा ने अपनी दादी जी स्व० श्रीमती धर्मकौर की स्मृति में आर्य प्रतिनिधि सभा हरयाणा रोहतक और गुरुकुल भैयापुर लाढौत रोहतक को एक-एक पंखा दान देने का संकल्प लिया और गाँव में एक फलदार वृक्ष लगाने का निर्णय लिया ताकि प्रदूषण मुक्त जलवायु बना रहे।

—भलेराम आर्य, ग्राम सांघी, जिला रोहतक

शोक-समाचार

आर्यजगत् के प्रसिद्ध भजनोपदेशक पं० शोभाराम प्रेमी का दिनांक 6.3.15 को देहावसान हो गया है। वह 101 वर्ष के थे। दिनांक 11.3.15 को आर्यस्माज सूरजकुंड मेरठ में उनकी श्रद्धांजलि सभा आयोजित की गई जिसमें गुरुकुल प्रभात आश्रम के तपोनिष्ठ संन्यासी स्वामी विवेकानन्द सरस्वती, स्वामी धर्मेश्वरानन्द आदि संन्यासियों एवं विविध आर्यसमाजों से आये आर्यजनों तथा विद्वानों ने स्व० प्रेमी जी को अपनी भावभीनी श्रद्धांजलि अर्पित की।

—सत्यपाल मधुर, नई दिल्ली-11

thearyasamaj.org

स्वास्थ्य-चर्चा...

एसिडिटी का कारण और निवारण

❑ वैद्या शुचि मित्रा

वैसे तो अम्लपित्त रोग कोई गम्भीर रोग नहीं है, पर रोग के गम्भीर कारणों की वजह से लोग हमेशा के लिए इस रोग के रोगी बन जाया करते हैं। अम्लपित्त (Acidity) रोग को एसिड डिस्पेपसिया, एसिड गेस्ट्राइटिस और हाइपर क्लोरहाइड्रिया के नाम से भी जाना जाता है। इस रोग का इतिहास बहुत ही पुराना है। वैसे तो आयुर्वेद के ग्रन्थ चरक संहिता व सुश्रुत संहिता में अम्लपित्त रोग का स्पष्ट रूप से जिक्र नहीं है। इस रोग का जिक्र, आयुर्वेदिक सबसे पहले अपनी संहिता में आचार्य कश्यप ने किया था। इसके पश्चात् अपने ग्रन्थ 'माधव निदान' में माधवाकार ने एक स्वतन्त्र रोग के रूप में अम्लपित्त रोग का पूर्ण रूप से व्याख्या किया है। लगातार बासी व तामसिक भोजन खाने से शरीर में बहुत ज्यादा अम्ल तथा पित्त का निर्माण होता है। इसी को अम्लपित्त कहते हैं। बदलती ऋतुओं से इस रोग का सीधा सम्बन्ध है। शरद् ऋतु और वर्षा ऋतु में यह रोग ज्यादा पैर पसारता है। इस रोग में रोगी के आमाशय में अम्ल और पित्त का निर्माण बहुत ज्यादा होने लगता है, जो इस रोग के जनक बन जाया करते हैं। तब गैस्ट्रिकम्यूकोसा में उत्तेजना पैदा होती है, जिससे हाइपर एसिडिटी का शरीर में निर्माण होता है। कई बार रोग की अवस्था में उचित उपचार न कराने की वजह से रोगी गैस्ट्रिक और ड्यूडिनल अल्सर का शिकार बन जाया करता है। रोग की गम्भीर अवस्था में रोगी को कैंसर भी हो सकता है।

लक्षण

- अम्लपित्त रोगी को थकान रहने लगती है।
- रोगी को पेट में भारीपन का एहसास होता रहता है।
- रोगी को उबकाई आती है। उसकी उबकाई में पीला, नीला, हरा या लाल रंग का पित्त निकलता है।
- रोगी को भोजन से अरुचि-सी हो जाया करती है। उसे डकार आती रहती है।
- रोगी के पेट, छाती और गले में जलन रहने लगती है।
- रोगी के मुँह का स्वाद कसैला व कड़वा रहने लगता है। रोगी के मुंह में अम्लपित्त की वजह से छाले हो जाया करते हैं।
- रोगी के दांत भी खट्टे रहने लगते हैं।
- भूखा पेट रहने पर रोगी को जलन का एहसास होता है और भोजन कर लेने के पश्चात् जलन में कुछ वक्त के आराम-सा पड़ जाया करता है।
- रोगी को सही नींद नहीं आती है, जिससे वह हर वक्त टेंशन में रहने लगता है।
- रोगी की जीभ पर मैला पदार्थ जम जाया करता है। रोगी को गैस की प्रॉब्लम रहने लगती है। जिससे उसे अफारा, पेटदर्द और पेट फूलने की समस्या का सामना करना पड़ता है।
- रोगी के हाथ-पैरों आंखों व तलवों में जलन रहने लगती है।
- रोगी को मल-मूत्र त्यागते वक्त भी जलन की अनुभूति होती है।
- इस रोग के रोगी को बार-बार थूकने की आदत बन जाया करती है। रोगी की नाक से गर्म-गर्म सांसें निकलती हैं और उनका गुदा मार्ग से भी तीखी खट्टी और दुर्गन्ध युक्त गैसों का विसर्जन होता रहता है।

कारण

- गलत खान-पान से भी यह रोग शरीर में पनपता है।
- शराब, धूम्रपान व तम्बाकू के ज्यादा सेवन से यह रोग होता है।
- तले भुने व ज्यादा चटपटे खाद्यपदार्थों के सेवन से भी यह रोग शरीर में अपनी पैठ बनाने में सफल होता है।
- ब्रेड, जैम, जैली, फास्ट फूड, कोल्ड डिंक्स आदि के सेवन से भी यह रोग होता है।
- चाय, कॉफी, बिस्कुट व ज्यादा चीनी के प्रयोग से भी यह रोग उत्पन्न होता है।
- चिन्ता व मानसिक तनाव भी इस रोग को शरीर में पैदा करते हैं।
- खट्टे खाद्य पदार्थों, सिरका, खट्टी दही, खट्टी छाछ के सेवन से भी शरीर में अम्लपित्त रोग पैदा हो जाया करता है।
- ज्यादा मात्रा में बेसन व मैदा से बने खाद्य पदार्थों के सेवन से भी अम्लपित्त रोग हो जाया करता है।
- कम मात्रा में पानी पीने से और ज्यादा उपवास व्रत रखने से भी व्यक्ति इस रोग का शिकार हो जाया करता है।
- चॉकलेट, कुल्फी, डिब्बा बन्द खाद्य पदार्थ, क्रीम, आईस्क्रीम, टॉफियाँ रोज ज्यादा मात्रा में खाने से भी अम्लपित्त रोग होता है।
- पॉलिश किया चावल खाने से भी यह रोग हो जाया करता है।
- बिना चोकर के बारीक पिसे आटे की रोटियां खाने से भी यह रोग सताने लगता है।
- आजकल लोग एलोपैथिक दवाओं और ऐंटीबायोटिक दवाओं का खूब सेवन करते हैं। इस तरह की दवाओं के ज्यादा सेवन से भोज नलिका और आमाशय पर विपरीत प्रभाव पड़ता है, जिससे व्यक्ति की आंतों में सूजन आ जाती है, घाव हो जाता है और शरीर में अम्ल ज्यादा बनने लगता है।
- जल्दी बिना चलाये भोजन से भी शरीर में अम्लपित्त रोग पैदा होता है।
- महिलाओं में गर्भाशय के दौरान यह रोग देखा गया है।
- अजीर्ण, पुरानी पेचिश, पुराने कब्ज, मन्दाग्नि, संग्रहणी, आमाशय में सूजन, आंतों में सूजन होने की वजह से भी अम्लपित्त रोग सता सकता है।
- दांतों के रोग, आंतों के रोग, पायरिया, लीवर की खराबी, तिल्ली की खराबी भी इस रोग को पैदा करती है।
- दूषित पानी पीने से भी यह रोग फैलता है।
- ठण्डे गर्म खाद्य पदार्थों का एक-दूसरे के ऊपर सेवन कर लेने से भी अम्लपित्त रोग हो जाता है।
- जड़ी-बूटियों से रोग निवारण
- त्रिफला या आंवले के चूर्ण में शहद मिलाकर चाटने से अम्लपित्त रोग ठीक हो जाता है।
- हरड़ के चूर्ण में थोड़ा-सा शहद मिलाकर चाटना चाहिए।
- अम्लपित्त रोग होने पर रोगी के शरीर में कई तरह के विकार पैदा हो जाया करते हैं। इन विकारों से छुटकारा पाने के लिए काली मिर्च सौंठ और नीम की छाल को मिलाकर बारीक पीसकर चूर्ण बना लें। इस चूर्ण को सुबह शाम एक चम्मच की मात्रा में ताजे पानी से लेने से फायदा होता है।
- पीपल, सूखा आंवला, छोटी हरड़, धनिया, कुटकी को समभाग मात्रा में लेकर पीस लें। इसमें इसके बराबर की मात्रा में मुनक्का दाख भी मिला लें। रात्रि के समय लगभग 15 ग्राम की मात्रा में इस मिश्रण को लेकर एक मिट्टी के सकोरे में पानी में भरकर उसमें मिला दें। दो-तीन महीने तक लगातार यह क्रिया रहने से अम्लपित्त रोग दूर हो जाता है।
- अगर इस रोग की वजह से पेट में दर्द की अनुभूति होती हो तो पीपल के वृक्ष की छाल का काढ़ा बनाकर पीने से पेटदर्द में आराम मिलता है। काढ़े में गुड़ और सेंधा नमक डालना न भूलें।
- ताजा आंवले के गुदे में बारीक पिसी हुई मिश्री मिलाकर रखनी चाहिए।
- मुनक्का 10 ग्राम और सौंफ आदि मात्रा में लेकर दोनों को 100 मिली. पानी में भिगो दें। सुबह मसलकर-छानकर पीने से अम्लपित्त में लाभ होता है।
- दाख, हरड़, बराबर-बराबर लें। इसमें दोनों में बराबर शक्कर मिला लें। सबको पीसकर एक-एक ग्राम की गोली बना लेने से अम्लपित्त, हृदय कंठ की प्यास, मन्दाग्नि का शमन होता है।
- पकी निबौली के तीन-चार दाने खाने से मन्दाग्नि में फायदा होता है।
- धनिया, सोंठ, शक्कर और नीम की सींक 6-6 ग्राम की मात्रा में लें। इसका क्वाथ बनाकर सुबह शाम पीने से पित्त की जलन, खट्टी डकारें, अपचन, ज्यादा प्यास मिटती है। पित्त स्वर में भी इसका सेवन लाभ पहुँचाता है।
- त्रिफला चूर्ण आधा चम्मच की मात्रा में दिन में दो-तीन बार पानी के साथ फांकने से एसिडिटी में लाभ होता है।

घरेलू उपचार

- ककड़ी या खीरे को बिना नमक के साथ खाने से अम्लपित्त रोगी ठीक होता है। ककड़ी या खीरा खाने के बाद पानी नहीं पीना चाहिए।
- अगर वायु विकार की समस्या हो और खट्टी डकारें आ रही हों तो दो आलू आग में भून लें। इसमें जीरा, काली मिर्च, थोड़ा-सा सेंधानमक मिला लें। अब इसमें थोड़ा-सा नींबू का रस मिलाकर इसका सेवन करें।
- गाय के दूध में गुड़ मिलाकर पीने से खूब खुलकर पेशाब आयेगा जिससे अम्लता मिटने के साथ-साथ गर्मी व जलन भी मिट जायेगी।
- आधा चम्मच नींबू के रस की 3-4 बूंदें मिला लें। इसे दिन में 3-4 बार चाटने से अम्लपित्त में फायदा होता है। गुड़ के साथ जीरे का चूर्ण लेना चाहिए।
- धनिया और अदरक को बराबर की मात्रा में लेकर पानी के साथ सेवन करने से रोग में फायदा होता है।
- एसिडिटी की समस्या हो तो नारियल का पानी पीना चाहिए।
- काली मिर्च की चटनी के साथ काले चनों को खाना चाहिए।
- प्याज के रस में नींबू का रस मिला लें। इसके सेवन से पेशाब की जलन मिटती है। (योग-सन्देश से साभार)

आर्य प्रतिनिधि सभा हरयाणा के स्वामित्व में मुद्रक, प्रकाशक व सम्पादक **मा० रामपाल आर्य** ने आचार्य प्रिंटिंग प्रेस, दयानन्दमठ, रोहतक से मुद्रित एवं कार्यालय, सिद्धान्ती भवन, दयानन्दमठ, रोहतक-124001 से प्रकाशित। पत्र में प्रकाशित लेखसामग्री से मुद्रक, प्रकाशक, सम्पादक का सहमत होना आवश्यक नहीं।
प्रत्येक विवाद के लिए न्यायक्षेत्र रोहतक न्यायालय होगा। आपत्ति की अवधि प्रकाशन तिथि से एक माह के भीतर ही मानी जाएगी।