thearyasamaj.org

Date of Publication: 25 March 2015

कमल ज्योति

(मासिक पत्र)

वर्ष-9, अंक-1 अप्रैल 2015 विक्रमी संवत् 2072 सृष्टि संवत् 1960853113 एक प्रति का मूल्य 10/-रुपये सहयोग राशि 1100/-रुपये

ओ३म्

संस्थापक

स्व. श्री भजनप्रकाश आर्य जी

संरक्षक

ओमप्रकाश हसीजा

प्रधान सम्पादक

आचार्य चन्द्रशेखर शास्त्री
चलभाष : 9810084806

सम्पादक

एल.आर. आहूजा
आचार्य शिव नारायण शास्त्री
अतुल आर्य
चलभाष : 9718194653
दूरभाष : 011-27017780

सहयोगी सम्पादक

प्रिंसीपल हर्ष आर्या
चलभाष : 9999114012
राजीव आर्य
चलभाष : 9212209044
नरेन्द्र आर्य 'सुमन'
चलभाष : 9213402628

हम बढ़ें

हन्तो नु किमाससे प्रथमं नो रथं कृधि। उपमं वाजयु श्रवः॥

–ऋ.8।80।5

ऋषिः-**एकद्यूर्नौधसः**॥ देवता-**इन्द्रः**॥ छन्दः-**गायत्री**॥

शब्दार्थ-हन्तो=तो फिर (हे इन्द्र!) तुम **नु**=अब **किम्**=क्यों **आससे**=बैठे हो? **नः**=हमारे **रथम्**=रथ को **प्रथमम्**=सबसे आगे, प्रथम स्थान पर **कृधि**=कर दो। **वाजयु**=वाज- बल-ज्ञान चाहता हुआ **श्रवः**=ऐश्वर्य तो **उपमम्**=तुम्हारे पास (विद्यमान ही है)।

हिन्दी अर्थ–तो फिर हे इन्द्र! अब क्या देर है? तुम अब क्यों बैठे हो? उठो, आज्ञा करो, कृपा करो, मेरे रथ को सबसे आगे कर दो, प्रथम स्थान पर पहुँचा दो। हाँ, सचमुच मैं सर्वश्रेष्ठ मनुष्य बनूँगा, सर्वप्रथम बनूँगा। मैं राम की भाँति मर्यादा-पुरुषोत्तम होऊँगा, मैं कृष्ण की भाँति पूर्णपुरुष बनूँगा, मैं जीवन की दौड़ में सर्वप्रथम रहूँगा। मेरी यह महत्वाकांक्षा स्वाभाविक है। हरेक मनुष्य पूर्ण होने के लिए उत्पन्न हुआ है। जो कार्य कोई भी एक मनुष्य कर चुका है, वह मैं भी अवश्य कर सकता हूँ। मुझमें भी बिल्कुल वैसा ही आत्मा विद्यमान है जैसे राम में था, जैसा कृष्ण में था या जैसा किसी भी महापुरुष में था। तो फिर मेरे उन-जैसे होने में क्या रुकावट हो सकती है? और सर्वश्रेष्ठ बनने का जो साधन है वह सब तुम्हारे पास विद्यमान है, मेरे लिए 'वाज' को चाहता हुआ 'श्रवः' तुम्हारे पास उपस्थित है। तुम यदि चाहो तो अपने 'श्रवस्' द्वारा ऐश्वर्य द्वारा मेरे जीवन में 'वाज', बल और ज्ञान-प्रदान करके मुझे अधिक-से-अधिक उन्नत कर सकते हो। तो फिर हे इन्द्र! अब तुम उठो, मुझमें उठो, जागो, यदि तुम मुझमें उठोगे तो मुझमें वहाँ तक वाज, वहाँ तक ज्ञान व बल, प्रकट होता जाएगा जहाँ तक सर्वश्रेष्ठ पुरुष होनेके लिए आवश्यक है, अतः अब तुम क्यों बैठे हो? अपने ऐश्वर्य द्वारा वाज देकर मेरे जीवन को सवोच्च बना दो, मेरे जीवन रथ को सर्वप्रथम स्थान पर लाकर स्थापित कर दो।

नवसम्वत् (21 मार्च 2015) की सबको माता कमला स्मारक ट्रस्ट व कमल ज्योति की ओर से शुभकामनाएं

thearyasamaj.org

गतांक से आगे

सामवेद संहिता

–श्रीमती प्रकाशवती बुग्गा

अग्नि नरो दीधितिभिररण्योर्हस्तच्युत जनयत प्रशस्तम्।
दूरेदृशं गृहपतिमथव्युम ॥
तमग्निमस्ते वसवो न्यृण्वन्त्सुप्रतिचक्षमवसे कुतश्चित्।
दक्षाय्यो यो दम आसः नित्यः॥
प्रेद्धो अग्ने दीदिहि पुरो नोऽजस्त्रया सूर्म्या यविष्ठ।
त्वां शश्वन्त उप यन्ति वाजाः ॥865॥

ज्ञान कर्म की शक्ति से, मन में अग्नि प्रकट करो।
दूरदर्शक आत्मा स्वामी को, अपने अन्दर शीघ्र भरो॥
अन्तकरण में खोजती, इन्द्रियां उस अग्नि नेता को।
बलदाता रक्षक मन के स्वामी, दुष्ट विजेता को॥
हे अग्ने चमक चमक तू, ज्ञानमयी ज्योति चमका।
हे सर्वोत्तम ऐश्वर्य स्वामी, प्रज्ञा दृढ़ संकल्पों में ला॥

आयं गौः पृश्निरकमीदसदन्मातरं पुरः। पितरं च प्रयन्त्स्वः॥
अन्तश्चरति रोचनास्य प्राणादपानती। व्यख्यन्महिषो दिवम्॥
त्रिशुद्धाम वि राजति वाक्तपङ्गाय धीयते।
प्रति वस्तोरह द्युभिः ॥866॥

गतिशील धरती मातृ सम, सूर्य का चक्कर लगाती।
ज्ञान कर्म इन्द्रियां सुखरूप, जनक को कर यत्न पाती॥
दिव्यता दिखाने वाली, दिव्य सूर्य को है प्राणा जो।
ब्रह्माण्ड में गति कर रहो, शुभ्र शक्ति अपान जो॥
गीत गावें उस प्रभु के, जो रम रहा सब ओर है।
तीसों घड़ी है दे रहा जो, निज आलोक चारों छोर है॥

उपप्रयन्तो अध्वरं मन्त्रं वोचेमाग्नये। आरे अस्मे च शृण्वते॥
यः स्नीहितीषु पूर्व्यः सञ्जग्मानासु कृष्टिषु। अरक्षद्छाशुषे गयम्॥
स नो वेदो अमात्यमग्नी रक्षतु शन्तमः। उतास्मान् पात्वंहसः॥
उत ब्रुवन्तु जन्तव उदग्निर्वृत्रहाजनि। धनञ्जयो रणे रणे॥867॥

जीवन यज्ञ को हम निभाते, संकल्पाग्नि का करें आहान।
दूर हो या पास वह, भक्त को सुनता प्रभु महान॥
प्रेम से जो लोग रहते, उत्तम कर्म किया करते।
दानी जन की धन रक्षा कर, अग्नि सबका दुःख हरते॥
वह हमारे साथ हो और हम, उसे सदा साथी बनावें।
कल्याणामय अग्नि हमें सदा, पाप कर्मों से बचावें॥
अज्ञान का वह नाश करता, महिमा उसकी है बताती।
संघर्षों में विजय दिलाकर, सबके घर सम्पत्ति लाती॥

अग्ने युङ्क्ष्वा हि ये तवाश्वासो देव साधवः। अरं वहन्त्याशवः॥
अच्छा नो याह्या वहाभि प्रयांसि वीतये। आ देवान्सोमपीतये॥
उदग्ने भारत द्युमदजस्त्रेरण दविद्युतत्। शोचा वि भाह्यजर॥868॥

उन्नति पथ का नेता तू, बलवान घोड़े शीघ्र ला।
शीघ्रगामी साधन वाली, शक्ति किरणों से जगमगा॥
हे अग्ने गति दिलाकर, दिव्य अंगो में परमानन्द दे।
संकलपशक्ति हम बढ़ावें, शक्ति ऐसी तू अमनद दे ॥
सबका पालन करने वाले, तेज तेरा जगमग।
उन्नति कर हे अमर उठकर, अपनी ज्योति से पगे॥

प्र सुन्वानायान्धसो मर्तो न वष्ट तद्वचः।
अप श्वानमराधसं हता मखं न भृगवः॥
आ जामिरत्के अव्यत भुजे न पुत्र ओण्योः।
सरज्जारो न योषणां वरी योनिमासदम् ॥
स वीरो दक्षसाधनो वि यस्तस्तम्भ रोदसी।
हरिः पवित्रे अव्यत वेधा न योनिमासदम् ॥869॥

संजीवन रस हित यत्न करे, सोम की सुनता अनहद वाणी।
हे ज्ञानी लोभ हे कूकर, छोड़ के इसको बन जा दानी॥
मातृगोद सम अन्तःकरण में, सोम बन्धु सदा रमन करे।
प्रेमी प्रेमिका ओर खिंचे, सोम भक्त ढिंग गमन करे॥
परमानन्द है बल साधन, उसने धरा द्यौलोक है धारा।
मेधावी दुःखनाशक सोम को, भाई भक्त-हृदय की कारा॥

अभ्रातृव्यो अना त्वमनापिरिन्द्र जनुषा सनादसि।
युधेदापित्वमिच्छसे ॥
न की रेवन्तं सख्याय विन्दसे पीयन्ति ते सुराश्वः।
यदा कृणोषि नदनुं समूहस्यादित्पितेव हूयसे ॥870॥

हे इन्द्र तेरा कोई न शत्रु, नेता तू स्वतन्त्र रहता है।
जीवन संघर्षों में योग दिया, तब तू बन्धू कहता है॥
धनवाले का मित्र न बनता, तुझे को प्यारा शुभकारी।
अपने भक्त को मित्र बनाता, नेता पिता सम हितकारी॥

आ त्वा सहस्त्रमा शतं युक्ता रथे हिरण्यये।
ब्रह्मयुजो हरय इन्द्र केशिनो वहन्तु सोमपीतये॥
आ त्वा रथे हिरण्यये हरी मयूरशेप्या।
शितिपृष्ठा वहतां मध्वो अन्धसो विवक्षणस्य पीतये॥
पिबा त्वाऽ३स्य गिर्वणः सुतस्य पूर्वपा इव।
परिष्कृतस्य रसिन इयमासुतिश्चारूर्मदाय पत्यते॥871॥

हे दिव्य मन तेरे चमकीले वाहन में ज्ञानवृत्तियां होती।
तुझ को परमानन्द दिला, तेरे सारे दुःख खोतीं।
हे दिव्य मन तेरी चमकीली, गाड़ी की वृत्तियां दुःखहारी।
मोर पंख सी रंगबिरंगी, ज्ञानकर्म हित रसकारी॥
वाणियों से गाया, समाधि से बना, रस दिव्य मन पान कर।
शुद्ध स्वादु रस अभ्यासी, बन परमानन्द का ध्यान कर॥

[क्रमशः]

thearyasamaj.org

गतांक से आगे

चिन्ता से चिन्तन और चिन्तन से चिरन्तन की ओर

–आचार्य चन्द्रशेखर शास्त्री

भय के भेद

(1) पारिवारिक भय- मनोवैज्ञानिकों का कहना है कि आजकल प्राय: सभी बच्चों का जन्म पेनफुल बर्थ के रूप में होता है। बच्चे के जन्म के समय उसकी माँ को यह भय होता है कि मुझे दर्द होगी और यह दर्द होती भी है। क्योंकि हमारा जीवन रहन-सहन, खान-पान, सब बनावटी हो गया है। जीवन में कोई परिश्रम नहीं रहा। इसी कारण शहरों में रहने वाले लोगों को कब्ज होती है और कई लोगों को इतनी ज्यादा होती हैं कि उन्हें जोर लगाना पड़ता है, दर्द की बजाए माता को सुख का अनुभव होना चाहिए। दर्द के भय से माता अपने शरीर को सिकोड़ती है और बच्चे पर दबाव पड़ता है वह दु:खी और भयभीत हो जाता है।

बच्चे को पैदा होने के बाद पराधीनता के कारण भूख, प्यास और असुरक्षा का भय होता है। बच्चा जब और बड़ा होता है कोई गलती करता है और हम उसे डाँटते हैं तो उसका भय का जीवन आरंभ हो जाता है उसके स्वाभाव के प्रतिकूल उसे सभ्यता सिखाते है। भय के कारण सभ्य बना रहता है। भय के संस्कार आजन्म रहते है। नेपोलियन जब छ: माह का था तो एक जंगली बिल्ली ने उसकी छाती पर पंजा रख दिया वह भयभीत हो गया। नेपोलियन बड़ा शूरवीर था परन्तु जीवन भर बिल्ली से डरता रहा। बिल्ली को देखकर कांपने लग जाता था। जो बच्चे बचपन से किसी नहर या नदी में डूबते-डूबते बचा लिए जाते हैं वे जीवन भर पानी से डरते हैं। छोटा सा नाला भी पार नहीं कर सकते। बच्चे को लोग भूत-प्रेत आदि बाते सुना-सुनाकर डराते रहते हैं। जीवन में कभी-कभी ऐसी घटनाएं हो जाती है जिन्हें बुद्धि से समझा जाए वह सामान्य होती है। परन्तु हम भूतों की कल्पना करके अत्यन्त भयभीत हो जाते हैं।

एक बंगाली नवयुवक मेडिकल कॉलेज में पढ़ता था। कॉलेज में आप्रेशन सिखाने के लिए नया मुर्दा लाकर रखा गया। उस युवक के साथियों ने उसे कहा अगर तू बहादुर है और भूतों को नहीं मानता तो रात को 12 बजे उस मुर्दे की लाश में एक कील ठोकर कर आ। वह युवक रात को एक कील और हथौड़ी लेकर गया। अंधेरे में जब वह कील ठोक रहा था तो उसके कुर्त्ते का बाजे कील के साथ ही ठुक गया। जब वह चलने लगा तो उसे ऐसा लगा कि हाथ भूत ने पकड़ लिया है। भय के कारण उसका वहीं हार्ट फेल हो गया।

कई लोग अपना स्वार्थ सिद्ध करने के लिए भूतों की बनावटी घटनाएं बनाकर दूसरों को भयभीत कर देते हैं। एक व्यक्ति अपने सम्बन्धी की भूमि हथियाना चाहता था। उसका सम्बन्धी हृदयरोग से पीड़ित था। उसने अपने सम्बन्धी को एक दिन आकर कहा कि अमुक व्यक्ति की मृत्यु हो गई है। उसने कहा कि मैं उसके घर जाता हूँ और कल को आऊँगा। वास्तव में उस व्यक्ति की मृत्यु नहीं हुई थी। उसने जाकर उस मृतघोषित व्यक्ति को रात 12 बजे अपने सम्बन्धी के पास भेजा। उस मृत घोषित व्यक्ति ने दरवाजा खटखटाया। उस हृदय के रोगी ने दरवाजा खोला और उसे भूत समझकर भयभीत हो गया। उसका हार्ट ही फेल हो गया।

बच्चा जब बड़ा होता है तो स्कूल कॉलेज में शिक्षा पाते समय भी भयभीत रहता है। यदि पढ़ने में कमजोर है तो उसे भविष्य अन्धकारमय नजर आता है। यदि पढ़ने में बहुत होशियर है तो भी यह भय है कि शिक्षा समाप्ति के बाद नौकरी मिलेगी या नहीं। नौकरी मिल जाने पर भी योग्यता के अनुसार पदोन्नति न होने का भय है।

आजकल हमारे देश में युवक विवाह करवाने से भी भयभीत है। उसे यह भय है कि वह अपनी संतान का पालन भी इस मँहगाई में कर पाएगा या नहीं। विवाह एक भयप्रद आवश्यकता है। लड़कियों को भय होता है कि विवाह के बाद उसका पति और सास ससुर कहीं उसे जलाकर ही न मार डाले (ऐसी घटनाएं आज भी सुनने में आती हैं) अपना जीवन ठीक से भी चले तो गृहस्थियों को भय है कि उनकी संतान का भविष्य न जाने क्या होगा? कचहरियों में 80 प्रतिशत झगड़े पारिवारिक सम्बन्धियों के हैं।

अंदाज अपने आइने में देखते हैं वो
और यह भी देखते हैं कोई देखती न हो।

(2) सामाजिक भय- आज विश्व में सर्वत्र भय का वातावरण है। हर व्यक्ति एक दूसरे से डरता है। गरीब आदमी अपने जीवन से भयभीत है। धनवान व्यक्ति अपने धन की सुरक्षा के विषय में भयभीत है। यात्रा करते समय यही भय होता है कि बैठने के लिए रेल गाड़ी या बस में सीट मिलेगी कि नहीं। यात्रा में कहीं पानी पीने पेशाब करने जाएं तो यही भय होता है कि हमारा सामान चोरी न चला जाए। विदेशों में इस प्रकार के छोटे-छोटे भय लोगों को नहीं हैं। इसलिए उन लोगों का स्वास्थ्य और आयु हमसे अधिक है। दुकानदार और ग्राहक उसके हाथ से न निकल जाए और ग्राहक इस बात से भयभीत रहता है कि दुकानदार मुझे घटिया चीज देकर ज्यादा पैसे न ठग लें।

thearyasamaj.org

Be Like A Fragrant Flower

- Chandra Shekhar Shastri

The mother of five Pandavs Kunti could raise five children. However, in the present era five children cannot take care of their one mother. Parents held your hand to teach how to walk in childhood. They took you to the doctor when you were sick. Hence. it becomes as a son your responsibility to take care of the parents when they become weak and sick, like they did for you.

Mata pita ke marne ke baad aansu tapkane se kya hoga?, Jeete jee tune kante boye, up phool charha ke kya hoga?, Agya manee kadeen konyou, Tere phool charhana theek nahin., Rakhe sada andhere mein, tera deep jalana ttheek nahin., Bhukhe pyase rahe tarhpate babu, Ub pind bharana ttheek nahin., Cchuye konya paer kabhee ub sheesh jhukana ttheek nahin., Bhookh mein bhojan diya nahin, ub pind bhara ke kya hoga?, Mata pita ke marne ke baad ansu tapka lene se kya hoga?

Remember if you serve your parents when they are alive, their blessings yield enhanced life, education, fame and strength.

Shri Rama says, "Sun Janani soi sut barh bhagi, jo pitu matu charan anuragi." That son is very fortunate who is devoted to his parents.

An Example from Mahabharata: Several thousand sages and kings were invited to the Rajsuya Yagya. Yogiraj Krishna asked Arjuna to go to Pataal Lok to bring Uddalak rishi. All women were busy with cooking and other decorations as needed for such preparations. Lord Krishna called a meeting of Pandavas. He invited Duryodhana too, and stressed that for this yagya they were not five or one hundred but they were one hundred and five. When Gandharva Chitrasen captured Duryodhana, Yuddhishter sent Bhhema and Arjuna to get him free. Bhima got annoyed with his eldest brother ad said, why should I go to set him free when he has made our life miserable and insulted Draupadi in front of everone?

Yuddhishter said, Parasper vivade tu vayum panchshatam chate.
Anayeh sa vivade tu vyum panch shatottaram.

In our fight, we are five and they are one hundred. However, when others fight with us, we are one hundred and five. By saying so Yuddhishter established and ideal for brotherhood and brotherly love despite their personal and family differences. By doing so he demonstrated his belief in the saying, "United we stand and divided we fall."

Charity Increases Respect: Bhagwan Krishna invited Yuddhishter first and gave him the responsibility of daan/ dakshina (Donation) to the Brahmins. In scriptures, donations of food, clothing and liquids have been prescribed. If you do not want to remain hungry in your next life, feed the hungry in your next life, feed the hungry. If you have twenty five saris at home, give one to the maid of the home. Those who do not donate are called "Araati." Araati means enemy. In reality, those who do not donate are enemies of the society. Donation is a part of the Yagya.

In atharvaveda it notes, "Uttaditsantum dapayatu prajanam." It means those who do not give, inspire them to donate. You should give and make others to give too. Jruthusth says, "What your get is not for keeping with you but to share with the appropriate people. God does not need your money because he is the reason to let you have what you have.

God is the prime donor. He keeps on giving. His offerings are unparalleled. A father gives to son but pulls his strings simultaneously. Husband gives his life from his garden`s ripe fruits. Boss gives wages to his servant, but makes him to work for it. However, God gives happiness and prosperity in abundance without asking for anything in return.

Those who wish to make their life better in this world and beyond must bring godliness in their lives. Inculcate an attitude to give. Teach the next generation so that the good habits get passed on from one generation to another. Today, many care for only about how much property their parents have left. However, they do not think of religious activities performed by the previous generation.

Bharosa kisi se na kar saath ka.
Chale saath tere diya haath ka.

"Daanmekam kaliyuge." In Kalikaal, donations are considered to be the principal righteous act. If a needy person is knocking on your door for alms, give him some food if you can, or close the door if you cannot. However, never say that why don`t you work despite your healthy body? Or, you should be ashamed of begging. Remember, they are symbolic of the God`s message to convey that in my last life, I didnot make any charitable donations. Therefore the God has made my a beggar. If you will not make any charitable donations, this could be your next life too.

thearyasamaj.org

तुलसी

- डॉ. विनोद गुप्ता

- गले में खराश होने पर तुलसी के पत्तों के रस में बराबर मात्रा में अदरक का रस और शहद मिलाकर चाटा जाए तो लाभ होता है।
- सिरदर्द की शिकायत होने पर तुलसी के पत्तों के रस में कपूर मिलाकर माथे पर लेप करने से राहत मिलती है।
- मूर्च्छा आ गई हो, तो तुलसी के पत्तों के रस में थोड़ा-सा नमक मिलाकर नाक में दो-दो बूंद टपकाने से लाभ होता है।
- चक्कर आने की शिकायत हो, तो तुलसी के रस में शहद मिलाकर देने से लाभ होगा।
- होंठ फट गए हो, तो तुलसी के रस के बराबर गुलाब जल मिलाकर लगाना चाहिए।
- कान का दर्द सताए, तो तुलसी के रस में सरसों का तेल मिलाकर गरम करें तथा ठंडा हो जाने पर दो-दो बूंद कान में डालें।
- कान का दर्द सताए, तो इसके रस में जरा सा कपूर मिलाकर उसकी दो-दो बूंद कान में टपकाना चाहिए।
- नाक में फंसी हो गई हो, तो तुलसी के पत्तों को कुचलकर सूंघें, लाभ होगा।
- दांत का दर्द सताए, तो तुलसी के पत्तों के रस में काली मिर्च का चूर्ण मिलाकर गोलियां बना लें तथा दर्द वाले दांत के नीचे रखें। दर्द से तुरंत राहत मिलेगी।
- दाद, खाज, खुजली आदि चर्मरोगों से परेशान हों, तो तुलसी के रस में बराबर मात्रा में नीबू का रस मिलाकर लेप करना चाहिए।
- बुखार आने पर तुलसी की पत्तियों का काढ़ा बनाकर सेवन करने से लाभ होता है।
- पेट फूलता हो या अफरा की शिकायत हो, तो गुनगुने पानी में तुलसी के चार-पांच पत्ते निगलने से लाभ होता है। इससे पेट में गैस भी नहीं बनेगी।
- तुलसी के रस में अडूसे के पत्तों का रस मिलाकर सेवन करने से पुरानी खांसी दूर हो जाती है।
- मलेरिया होने पर दो चम्मच तुलसी के रस में आधा चम्मच शहद और एक चुटकी काली मिर्च पाउडर मिलाकर सेवन करने से लाभ होता है।
- आंखो में सूजन या खुजली हो, तो तुलसी की पत्तियों का काढ़ा बनाकर उसमें थोड़ी-सी गुलाबी फिटकरी मिला दें तथा रूई के फाहे में भिगोकर पलकों पर रखें।
- तुलसी का पौधा पर्यावरण को शुद्ध करता है। यह वायु में उपस्थित हानिकारक जीवाणुओं का नाश करता है।
- पित्ती उछलने या चकत्ते होने पर तुलसी के पत्तों को माजूफल के साथ सेवन करने से लाभ होता है। यदि दाद, खाज आदि चर्मरोग हों, तो तुलसी के पत्तों को कुचलकर उसका लेप करना चाहिए।
- जहरीले कीड़े-मकोड़े ने काट लिया हो, तो तत्काल तुलसी का रस लगा देने से विष का प्रभाव कम हो जाता है।
- शरीर का कोई अंग जल या झुलस जाए, तो तुलसी के रस में नारियल का तेल मिलाकर लगाने से राहत मिलती है।
- चेहरे पर व्याप्त कील, मुंहासों, दाग, धब्बों आदि से निजात पाने के लिए तुलसी के रस में बराबर मात्रा में नींबू का रस मिलाकर लगाना चाहिए।

रमेश नगर आर्य समाज का निर्वाचन

रमेश नगर आर्य समाज में सर्वसम्मति से श्री नरेन्द्र आर्य 'सुमन' जी को प्रधान निर्वाचित किया गया है।

माता कमला आर्य व कमल ज्योति की ओर से बधाई।

गुरुकुल खेड़ा खुर्द में प्रवेश प्रारम्भ

श्रीमद्दयानन्द आर्ष गुरुकुल खेड़ा-खुर्द दिल्ली-82 में कक्षा 6, 7, व 8वीं में प्रवेश प्रारम्भ हो गया है। इसके अतिरिक्त महर्षि दयानन्द विश्वविद्यालय से उत्तीर्ण छात्र का 9वीं, 10वीं 11वीं व 12वीं में भी प्रवेश प्रारम्भ हो गया है। निर्धन छात्रों का सम्पूर्ण खर्च गुरुकुल वहन करता है। इच्छुक अभिभावक सम्पर्क करें।

- आचार्य सुधांशु, मो. 8800443826

वार्षिकोत्सव के लिए निमन्त्रण

श्रीमद् दयानन्द आर्ष गुरुकुल एवं श्री राम कृष्ण गौशाला खेड़ा खुर्द का वार्षिकोत्सव जिसमें ऋग्वेद पारायण यज्ञ एवं राष्ट्र रक्षा व गौ रक्षा सम्मेलन दिनांक 1 अप्रैल से 11 अप्रैल 2015 को प्रातः 7 बजे से 9 बजे तथा सायं 5.30 बजे में 7 बजे तथा पूर्णाहुति दिनांक 12 अप्रैल को प्रातः 8.00 बजे से 9 बजे तक होगी। दिनांक 12 अप्रैल को ध्वजारोण प्रातः 9.30 बजे, जलपान 9.45 बजे में 10.15 बजे तक तथा राष्ट्र रक्षा गौ रक्षा सम्मेलन प्रातः 10.15 बजे से सम्पन्न होगा। आप सभी सदर आमन्त्रित है।

thearyasamaj.org

ईश्वर पर विश्वास

विश्वास एक मनोदशा है। आंतरिक और नितांत निजी, व्यक्तिगत। जब इसकी दिशा, ईश्वर की और उन्मुख होती है तब यह दिव्यता की ओर ले चलता है, किन्तु जब यही विश्वास सांसारिक लोगों और विषयों की ओर उन्मुख होता है तब एक के बाद एक ढेर सारे उपद्रव पैदा हो जाते हैं। संसारपरक विश्वास परिस्थितियों के कारण डगमगा जाते हैं। कोई भी आध्यात्मिक जागत पुरुष डगमगाती परिस्थितियों के प्रति आरंभ से ही आश्वस्त नहीं होता, इसीलिए तलाश रहती है किसी ऐसे स्रोत की जो अडिग, अचल और कल्याणकारक हो। ऐसा स्रोत तो केवल एक ही है और वह है ईश्वर। संसार में देखने में आता है कि मित्र, शत्रु बन जाते है। कल तक जो हमारा आत्मीय रहा है, आज उसका रूख बदल जाता है। कल तक जिसने विश्वास दिलाया था, आज विश्वासघात पर उतारू हो जाता है पर ईश्वर एक ऐसी सत्ता है जो हमारा परम सुहद है। वह बिना किसी कारण ही हम पर अपनी कृपा बरसाता रहता है।

एक ईश्वर को छोड़कर भला ऐसा कौन है जो असंभव को संभव और संभव को असंभम्व में बदल देने की सामर्थ्य रखता हो? जो सृष्टि के प्रारंभ से ही हमारे साथ रहता आया हो और सृष्टि के अंत तक भी हमारे साथ रहे और हमारा हित भी करता रहे, प्रतिदान में हमसे कुछ न चाहे? जिसने सिर्फ देना ही जाना हो, लेना नहीं? कमी हमारी ही है कि जो हम ईश्वर पर दृढ़ विश्वास नहीं रख पाते। ईश्वर दिखाई नहीं देते, शायद इसीलिए हमारा विश्वास दृढ़ नहीं हो पाता। लेकिन दूसरी और हम ऐसी अनेक वस्तुओं-बातों पर विश्वास रखते हैं, जो अदृष्य हैं। हवा दिखाई नहीं देती, पर हम उसकी वर्तमानता पर विश्वास करते हैं। ठंडक-गरमी दिखाई नहीं देती, पर हम उसका अनुभव करते हैं। जिस प्रकार इन सभी चीजों के अदृश्य रहते हुए भी हम इन पर खूब विश्वास करते हैं, उसी प्रकार इन सभी चीजों के अदृश्य रहते हुए भी हम इन पर खूब विश्वास करते हैं, उसी प्रकार हम ईश्वर के अदृश्य हाथों और शक्तियों पर भी विश्वास कर सकें तो कितना अच्छा हो। सारे धार्मिक ग्रंथ और संत-महात्मा एवं ज्ञानी इसी बात पर जोर देते हैं कि ईश्वर का विश्वास करो। वे महान दयालु हैं, उदार हैं, सबके हितकारी है। सभी के बारे में सब कुछ जानते हैं। जिनके लिए जो आवश्यक होता है उसे बिना कहे हुए करते रहते हैं।

परेशानी का कारण बन सकती हैं मौसमी बीमारियां

मौसम का बदलता मिजाज कई तरह की स्वास्थ्य समस्याओं को न्योता दे रहा है। विशेषज्ञों के मुताबिक सुबह के वक्त हल्की ठंड और दिन में तेज़ गर्मी होने की वजह से गला खराब होना, खांसी, जुकाम, बुखार जैसे वायरल संक्रमण तो हो ही सकते है। साथ ही विषाक्त खाद्य पदार्थों व दूषित पानी के इस्तेमाल से उल्टी-दस्त, हैज़ा, पीलिया, आंत्रशोथ व तेज धूप तथा तेज हवाओं के प्रभाव से त्वचा में जलन जैसी समस्याएं भी हो सकती है। ऐसे में बचाव के लिए जहाँ तक हो सके सावधानी बरतें।

राम मनोहर लोहिया अस्पताल के मेडिसिन विभाग के विशेषज्ञ का कहना है कि वायरल का सबसे ज्यादा प्रभाव बच्चों और बुजुर्गों में देखा जाता है, क्योंकि रोग प्रतिरोधक क्षमता कम होने के कारण उनका शरीर मौसमी बदलाव के साथ आसानी से तारतम्य नहीं बैठा पाता। जहां तक हैज़ा, आंत्रशोथ, पीलिया, टायफाइड जैसी बीमारियों की बात है तो इसमें स्वच्छता की भूमिका सबसे अहम है। यदि साफ़-सफ़ाई बरती जाए तो इन समस्याओं से आसानी से बचा जा सकता है।

रॉकलैंड अस्पताल के वरिष्ठ गैस्ट्रोइंट्रोलॉजिस्ट **डॉ. एम.पी. शर्मा** का कहना है कि गर्मी के मौसम में बैक्टीरिया का प्रभाव ज़्यादा होता है। इसलिए खाने की वस्तुएं जल्दी खराब हो जाती है और इनके सेवन से तमाम तरह की पेट की बीमारियां होती हैं। साथ ही सड़कों पर बिकने वाले कटे फल, मिल्क शेक व रेहड़ी के पानी आदि का इस्तेमाल भी बहुत हानिकारक सिद्ध होता है। इस चीजों की वजह से हर साल सैकड़ों की संख्या में लोग बीमार होकर अस्पतालों में पहुंचते हैं। ऐसे में समस्या बढ़ने से पहले ही लोगों को जागरूक किया जाना चाहिए।

बचाव के उपाय

❖वायरल संक्रमण से बचने के लिए सावधानी बरतें ❖हमेशा ताजे खाद्य पदार्थो का प्रयोग करें। ज्यादा देर तक खाली पेट न रहें। ❖ बाहर बिकने वाले कटे फल, मिल्क शेक व रेहड़ी के पानी का इस्तेमाल न करें। ❖पानी उबालकर पिएं, धूप से बचने के लिए शरीर पर सनस्क्रीन लोशन लगाकर तथा छाता लेकर निकलें। ❖पूरे शरीर को ढकने वाले कपड़े पहनें तथा पानी की बोतल लेकर चलें।

उपचार

❖वायरल आम तौर पर एक सप्ताह में ठीक हो जाता हैं। इसमें कोई दवा लेने की आवश्यकता नहीं पड़ती। फिर भी यदि आवश्यकता महसूस हो तो पौरासिटामोल ले सकते हैं। अगर तकलीफ ज्यादा हो तो डॉक्टर को दिखाएं। ❖उल्टी दस्त (लूज मोशन) होने पर नींबू चीनी व पानी का घोल दें तथा डॉक्टर की सलाह लें। ❖बुखार, थकावट, पेट में दर्द और आंखों में जलन आदि लक्षण नजर आने पर बीमारी से बचाव के लिए तुरंत जांच तथा इलाज कराएं।

thearyasamaj.org

चरित्र निर्माण की प्रथम एवं प्रधान शिल्पी

माता

–श्री जयपाल सिंह

गुरु शब्द तो अति महत्त्वपूर्ण है। गु+रु=गुरु, गु–अज्ञान, रु–अवरोधक अर्थात् अज्ञान का नाशकर ज्ञान प्रदान करें उसे गुरु कहते है। इसके लिए विचारकों ने चार प्रकार के गुरु माने हैं 1. ईश्वर, 2. माता–पिता, 3. दीक्षा गुरु एवं 4. शिक्षा गुरु। इनमें ईश्वर के बाद माता–पिता का स्थान है और इन दोनों में भी माता का स्थान अक्षुण्ण है। माता ही जैसी शिक्षा चाहे वैसी शिशु को दे सकती है। मनु ने कहा है–

उपाध्यायान्दशाचार्य आचार्याणां शतं पिता।
सहस्त्रं तु पितृ माता गौरवेणाति रिच्यते॥

भारतीय संस्कृति में चरित्र को सर्वोच्च महत्त्वपूर्ण स्थान प्राप्त है। बालक के चरित्र निर्माण में माता का स्थान प्रमुख है, गर्भाधान से ही मनुष्य के चरित्र निर्माण की प्रक्रिया प्रारंभ हो जाती है। हमारी संस्कृति में ऐसी व्यवस्था की गयी है कि यदि पथ–प्रदर्शक माता, पिता, गुरु, आचार्य उच्च कोटि के चरित्रवान मिल जायें तो मनुष्य अपना चरम–उत्कर्ष साधन कर सकता है। इनमें से भी चरित्र निर्माण में माता का स्थान सर्वोपरि है और चरित्र पर माता के शील व्यवहार एवं शिक्षा की अमिट छाप पड़ना अनिवार्य है।

शिशु तो गीली कच्ची मिट्टी के समान होता है। उसे माता जैसा चाहे ढाल सकती है। शैशव में शिशु के मन बुद्धि और शरीर की तीव्र गति से विकास होता है और चूंकि उसका अधिकार समय मां के साहचर्य में ही व्यतीत होता है, इसलिए शैश्वावस्था में मां की दैनन्दिनचर्या–भोजन, व्यवहार, परिधान, स्वाध्याय, आदि का शिशु के कोमल चित पर अमिट प्रभाव पड़ता है मात्र पढ़ने लिखने से किसी में धर्मपालन करने की शक्ति उत्पन्न नहीं हो सकती न किसी की मूर्खता अथवा धूर्तता कम हो सकती है।

उचित कार्य करवाने हेतु माता को बालक पर ताड़ना का प्रयोग नहीं करना चाहिए। बल्कि अत्यंत प्रेम से समझाकर वही कार्य करवाना चाहिए। शैश्व से ही धर्मात्मा महापुरुषों के चित्र दिखलाकर और उनकी कथा सुनाकर बालक का आदर्श उच्च बना देना चाहिए। बालक में श्रेष्ठ गुणों की प्रवृत्ति हेतु मां अपने आचरण से बच्चे को स्वार्थ त्याग का अनुशीलन कराये। महाभारत और पुराण ऐसे महापुरुषों के उपाख्यानों से भरे पड़े हैं।

कयाधु, सुनीति, अदिति, देवहूति, चन्द्रमणि देवी, भुवनेश्वरी देवी, जीजाबाई आदि अनेक उदाहरण हैं जो इस सिद्धान्त की पुष्टि करते हैं कि चरित्र निर्माण की प्रथम एवं प्रधान शिल्पी माता ही है। भारत को अपने अतीत गौरव के समुन्नत शिखर पर पुनः आरूढ़ कराने के लिए हमें उच्च चरित्र सम्पन्न नागरिकों की आवश्यकता है। इस आवश्यकता की पूर्ति तो हमारी मातृशक्ति द्वारा हमारे प्राचीन शास्त्रानुसार अपना आहार–विहार, परिधान शिक्षा आदि को अपनाने पर ही होगी।

संत–मुनि दीपक है। परमात्मा सूर्य है। एक सूर्य पूरे संसार के अंधकार से लड़ सकता है। माना कि दीपक में संसार भर के अंधकार से लड़ने की सामर्थ्य नहीं है। लेकिन जहां–जहां दीपक जलेगा, उसके आस–पास के अंधकार को तो दूर कर ही सकता है और सायं जब सूर्य अस्त हो जाता है तब दीपक ही तो अंधकार से लड़ता है। अभी जब कोई तीर्थकर, कोई अवतार इस धरती पर नहीं है। तब संत–मुनि ही तो समाज और देश को रोशनी बांट रहे हैं। दीपक बनकर ही सही, अंधेरे से लड़ने की साधना तो कर रहे हैं। **– मुनि तरूण सागर जी**

पाठकों से निवेदन

यदि आपका 'कमल ज्योति' हेतु शुल्क अभी तक जमा नहीं हुआ है या समाप्त हो गया है तो कृपया अपना शुल्क आजीवन 1100/– रुपये की दर से 'कमल ज्योति' के नाम मनिआर्डर/क्रास चैक से कार्यालय, डी–796, सरस्वती विहार, दिल्ली–110034 के पते पर शीध्र भेजें ताकि पत्रिका आपको लगातार मिलती रहे। अपना नाम, निवास का पूरा पता, कोड नम्बर, फ़ोन तथा मोबाईल नम्बर आदि सुन्दर व साफ़ शब्दों में लिखने का कष्ट करें। धन्यवाद!

–प्रबन्धक

धर्म, संस्कृति एवं स्वास्थ्य की मासिक पत्रिका

कमल ज्योति

डी–796, सरस्वती विहार,
दिल्ली–110034

अपने जीवन की शारीरिक, मानसिक एवं आत्मिक उन्नति के लिए 'कमल ज्योति' पत्रिका अवश्य पढ़े और इष्ट मित्रों को भी पढ़ाएं। सदस्य बनें और बनाएं।

thearyasamaj.org

सही तरीके से पकाएं दालें

हम कितना ही अच्छा क्यों न खाएं, हमारी सेहत तभी बरकरार रह सकती है, जब हम सही ढंग से खुराक लेते रहें। इसके साथ ही यह भी महत्वपूर्ण है कि जो हम खाते हैं, उसे किस ढंग से पकाया जाता है। भोजन में दालों में प्रोटीन का काफी अहम् स्थान है। सभी प्रकार की दालों में प्रोटीन की काफी मात्रा होती है। इसके अलावा इनमें विटामिन बी, लोहा, फास्फोरस आदि भी पर्याप्त मात्रा में होते हैं, जो शरीर के लिए बेहद जरूरी हैं। बहुत-से लोग दालों का सेवन करते हैं, लेकिन इनमें से बहुत कम लोग इन्हें पकाने की विधि जानते हैं, जबकि यह पता होना बहुत आवश्यक है कि दालों को किस प्रकार पकाया जाए, ताकि उनके पोषक तत्व नष्ट न हों।

1. छिलके वाली या साबुत दालें ही प्रयोग में लाएं, क्योंकि इनके छिलके में ही सभी पोषक तत्व विद्यमान होते हैं, लेकिन कई महिलाएं छिलके वाली दालों को कुछ समय भिगोकर बाद में हाथों से रगड़-रगड़ कर उनके छिलके उतार देती हैं, जिससे उनमें मौजूद पोषक तत्व नष्ट हो जाते हैं। इसके अलावा दाल को जिस पानी में भिगोएं, उसी में पकाएं।
2. दाल में तेज मिर्च-मसाले का प्रयोग न करें।
3. बनाने से पूर्व दालों को भली भांति साफ कर लें।
4. दाल को यथासम्भव कुकर में ही पकाएं। इससे उसी पौष्टिकता बरकरार रहेगी।
5. दाल को स्वादिष्ट बनाने हेतु मिर्च-मसालों की बजाए पकने के बाद इसमें नींबू डाल सकते हैं। यह प्रोटीन को पचाने में भी सहायक है।
6. दाल में टिण्डा, घिया, पालक आदि सब्जियां डालने से इसकी पौष्टिकता और भी बढ़ जाती है।
7. बासी दाल कदापि न खाएं। यह सेहत के लिए नुकसानदायक होती है। अतः दाल उतनी ही बनाएं जितनी आवश्यकता हो।
8. रात के बजाए दिन के समय दाल का सेवन करना श्रेयस्कार है। भारी दालें, जैसे-मसूर की दाल, चने की दाल इत्यादि तो रात को कदापि न खाएं।
9. गाढ़ी दाल पचने में अधिक समय लगाती है। अतः जहां तक सम्भव हो सके, दाल को पतला ही रखें।
10. दाल को अधिक समय तक न रखें। यदि आप अधिक मात्रा में दाल मंगवा कर रखती हैं, तो समय-समय पर उसे धूप लगाती रहें। पुरानी दाल को बचाने से पूर्व देख लें कि कहीं उसमें घुन तो नहीं लग गया। अगर घुन लगा हो, तो उसे इस्तेमाल में न लाएं।

दोहेः आज के

बदल गया अब आदमी, बदले उसके काम।
दिन में सौ-सौ बार वह, बदले अपना नाम।।

छोटी-छोटी बात पर होती है अब जंग।
अनहोनी ऐसी घटे कर दे सबको दंग।

बची नहीं सद्भावना, नहीं बचा अब प्यार।
नैतिकता कुंठित हुई, मानवता बीमार।।

बड़बोलों की भीड़ में खड़ा संत चुपचाप।
सहमत हैं हर बात पर कहकर माई-बाप।।

युग ऐसा अब आ गया, बिगड़ गया माहौल।
सड़कों पर जन घूमते, हाथ लिये पिस्तौल।।

भ्रष्टाचारी घूमते, यहाँ-वहाँ निःशंक।
सज्जन दुबके फिर रहे, ऐसा है आतंक।।

सज्जनता की आड़ में, करे उल्टा काम।
यश पाते वे रात दिन, होता जग में नाम।।

छिपता-फिरता आदमी अपने ही घर-द्वार।
ढूँढे से मिलता नहीं मन का सच्चा यार।।

दहशत कुछ ऐसी बढ़ी, घटे हास-परिहास।
अर्थहीन-सी जिन्दगी, आये कुछ ना रास।।

बात-बात पर हो रहे, अब तो वाद-विवाद।
ऐसे में संभव कहाँ, यहाँ भला संवाद।।

चलना दूभर हो गया, सड़कों पर है आज।
मनमानी होने लगी, आया जंगल राज।।

बनफूलों की आजकल, फीकी पड़ी सुगंध।
साँसों में घुलने लगी, अब बारूदी गंध।।

आभारः इन्द्रप्रस्थ भारती

thearyasamaj.org

आज भी प्रासंगिक हैं स्वामी विवेकानन्द के विचार

–श्री साकेन्द्र प्रताप वर्मा

विस्मृत भारतीय गौरव के पुनर्स्थापक, विश्व मंच पर दिग्विजयी हिन्दुत्व के संघोषक और अपनी ललकारपूर्ण तेजस्वी वाणी से युवकों के निर्विवाद मार्गदर्शक, युग पुरुष स्वामी विवेकानन्द के विचारों पर चलकर आज भी विश्वपटल पर उपस्थित चुनौतियों का सामना करते हुए क्रान्तिकारी परिवर्तन लाने में भारत महत्त्वपूर्ण भूमिका का निर्वाह कर सकता है। याद रहे कि जब प्रकृति अपने परिवर्तन को संक्रांति के रूप में प्रकट कर रही थी तभी भगवान् सूर्य नारायण अपनी राह बदल रहे थे, उसी मांगलिक बेला में पौष संक्रांति के दिन अर्थात् 12 जनवरी सन् 1863 ई. को कोलकात्ता (तत्कालीन कलकत्ता) के सिमुलियापल्ली में श्रीयुत विश्वनाथ दत्त के घर माता भुवनेश्वरी की कोख से अत्यन्त तेजस्वी बालक नरेन्द्र का जन्म हुआ, जो कालान्तर में स्वामी विवेकानन्द के नाम से संपूर्ण विश्व में विख्यात हुए।

अपनी मां से रामायण और महाभारत के दृष्टांतों को सुनकर अपने मानस पटल पर अंकित कर लेने की अद्भुत क्षमता के धनी स्वामी विवेकानन्द (नरेन्द्र) के लिए पाठ्यपुस्तकें पढ़कर परीक्षा उत्तीर्ण करना अत्यंत सरल कार्य था। इसी कारण धर्म, अध्यात्म तथा दर्शन की पुस्तकों का अध्ययन भी उनकी रुचि का विषय बन गया था। बलिष्ठ शरीर के साथ-साथ वक्तृत्व कला, संगीत और वाद्ययंत्रों का विशेष ज्ञान उनके अद्भुत व्यक्तित्व को प्रकट करता था। 18वें वर्ष में बी.ए. की परीक्षा की तैयारी करते समय उनके विचार में आया कि जब सभी एक परमपिता की संतान हैं तो फिर ब्राह्मण और चाण्डाल में जबर्दस्त विषमता क्यों है, अमीरी और गरीबी का अन्तर क्यों? इस विचार के चलते दीन- दुखियों की दशा देखकर उनका मन रो उठता था। उन्होंने ईश्वर की खोज करने का संकल्प लिया और अपनी इसी व्याकुलता के कारण अनेक संत महात्माओं के पास गये लेकिन उन्हें संतुष्टि नहीं मिली। इसी काल में उनकी भेंट दक्षिणेश्वर में स्वामी रामकृष्ण परमहंस से हुई और उनसे भी उन्होंने वही प्रश्न किया कि क्या ईश्वर साक्षात्कार हो सकता है। परमहंस जी का उत्तर था, हां बिल्कुल ऐसे ही जैसे हम तुम बात कर रहे हैं। परमहंस जी को नरेन्द्र में विपुल तेज दिखाई दिया और नरेन्द्र को परमहंस में भगवान् दिखाई दिये। परमेश्वर का साक्षात्कार उनके जीवन का उद्देश्य बन चुका था।

इसी बीच सन् 1884 में उनके पूज्य पिता का निधन हो गया, फलस्वरूप परिवार की जिम्मेदारी उनके ऊपर आ गई, भूख प्यास से व्याकुल परिवार को देखकर मां भी क्रुद्ध हो गई। उसने नरेन्द्र से कहा, क्या भगवान् जपते हो? क्या किया है तुम्हारे भगवान् ने हमारे परिवार के लिये? नरेन्द्र नौकरी की खोज में नंगे पैर निकल पड़े लेकिन कोई संतोषजनक समाधान नहीं मिला। निराशा की स्थिति में नरेन्द्र रामकृष्ण परमहंस के पास गये और कहा कि सुना है माँ काली आपकी बात मान लेती हैं इसलिए आप मेरे परिवार के लिए कुछ माँग दो। परमहंस जी ने कहा कि मैं तो माँ से माँगता नहीं हूं, जाओ तुम आज रात माँ से माँग लो, जो भी माँगोगे मिल जायेगा। नरेन्द्र मंदिर में तो गये लेकिन ज्ञान, भक्ति, विवेक और वैराग्य मांगकर लौट आये। परमहंस जी इस सत्य को समझ गये और उन्होंने मां से नरेन्द्र के परिवार को अभावमुक्त करने का आर्शीवाद ले लिया और परिवार में भोजन वस्त्र आदि का कोई अभाव नहीं रह गया। मां की अद्भुत महिमा को देखकर नरेन्द्र ने स्वामी रामकृष्ण परमहंस का शिष्यत्व ग्रहण करके दीक्षा ली और स्वामी विवेकानन्द बन गये। उन्होंने पूरे देश का भ्रमण करते हुए 31 मई 1893 को अमेरिका स्थित शिकागो में आयोजित विश्व स्तरीय सर्व धर्म सभा में भाग लेने के लिए प्रस्थान किया।

शिकागो में स्वामी जी

शिकागो में स्वामी जी की वेषभूषा देखकर पाश्चात्य सभ्यता में पले हुए कुछ लोग हंसे और पूछा कि कितने गरीब देश से आप आये हैं, लगता है आपके देश में पहनने को वस्त्र भी नहीं हैं? **तब स्वामी जी द्वारा दिया गया उत्तर पाश्चात्य संस्कृति के मुँह पर पहला तमाचा था जब उन्होंने अंग्रेजी में कहा था, 'इन योर कंट्री टेलर मेक्स ऐ जेंटिलमैन, बट इन माई कंट्री, करेक्टर मेक्स ए जेन्टिल मैन' अर्थात् तुम्हारे देश में बड़प्पन का मापदंड दर्जी द्वारा सिले गये वस्त्रों में निहित होता है, जबकि मेरे देश में व्यक्ति के बड़प्पन का मापदंड उसके चरित्र में निहित होता है।**

सर्वधर्म सभा के प्रथम अधिवेशन 11 सितम्बर 1893 को अपने उद्बोधन में अमेरिका वासी बहनों और भाइयों के शब्द प्रयोग पर सभागार में तीन मिनट तक गूँजती रहीं तालियों की गड़गड़ाहट पाश्चात्य सभ्यता में पले हुए लेडीज एंड जेंटिल मैन के मुँह पर भारत की सांस्कृतिक विरासत और विश्व बन्धुत्व का

thearyasamaj.org

करारा तमाचा स्वामी विवेकानन्द ने शिकागो में जड़ा था। अपने संबोधन में उन्होंने कहा था कि साम्प्रदायिकता, हठधर्मिता और उनकी वीभत्स वंशधर धर्मान्धता सुन्दर पृथ्वी पर बहुत समय तक राज्य कर चुकी है तथा अपनी हिंसक प्रवृत्ति के कारण मानवीय रक्त से पृथ्वी को बारंबार नहला रही है। वस्तुत: आज सारा विश्व चतुर्दिक इन्हीं संकटों से घिरा है। अपनी पवित्र मातृभूमि भी इन्हीं आतंकवादी शक्तियों द्वारा बार-बार रक्त रंजित की जा रही है, ऐसी अवस्था में स्वामी विवेकानन्द का ही विचार भारत सहित संपूर्ण विश्व के लिए संजीवनी का काम करेगा।

शिकागो के ही अपने उद्बोधन में उन्होंने यह भी कहा था कि हमारे धर्म प्रचारक दुनिया में शस्त्र लेकर नहीं शास्त्र लेकर गये और दुनिया को नतमस्तक किया, इसी कारण विश्व के समस्त पुरात्विक अवशेष केवल हिन्दुओं की जीवन शैली को प्रकट करते हैं। उन्होंने कहा था कि मैं ऐसे देश और धर्म का व्यक्ति होने का अभिमान कर सकता हूँ जिसने पृथ्वी के सभी देशों और धर्मों के उत्पीड़ितों को आश्रय प्रदान किया। हमने संपूर्ण विश्व को सहिष्णुता का संदेश दिया है। लेकिन हमारी सहृदयता को हमारी गलती या कमज़ोरी समझने की भूल की जा रही है। इतना ही नहीं हमारी आत्मशून्यता ने हमें स्वयं दिग्भ्रमित किया है और हम अपने को भोगवादी पाश्चात्य संस्कृति का पिछलग्गू, ज्ञान विज्ञान से शून्य, शक्तिहीन तथा दूसरों की कृपा पर जीवन यापन करने वाला समझने लगे। इसीलिए आज भी हर बात के लिए अमेरिका की ओर ललचायी निगाहों से देखने की हमारी आदत बन गई है।

स्वामी जी कहते थे कि जब कोई मनुष्य अपने पूर्वजों के बारे में लज्जित होने लगे तो समझिये कि उसका अन्त आ गया है। आज हम अपने को हिन्दू कहने में लज्जा का अनुभव करते हैं। लेकिन कोई हिन्दू पड़ोसी का विधर्मी होने के कारण गला नहीं काट सकता।

विवेकानन्द कहते थे कि आज का विश्व ऐसे तिराहे पर खड़ा है जिसका एक रास्ता मजहबी कट्टरता की ओर जाता है और दूसरा रास्ता भौतिकवादी पाश्चात्य शैली की राह पर जाता है और तीसरा रास्ता तेजोमयी हिन्दू संस्कृति की महान विरासत और धार्मिक परंपरा में सर्व स्वीकृत विश्व बन्धुत्व और सर्वे भवन्तु सुखिन: की परंपरा को प्रकट करता है।आज की परिस्थितियों में दूसरों की नकल करने से न तो भारत का भला होगा, न ही दुनिया का।

इसीलिए पंडित नेहरू ने भी कहा था कि स्वामी विवेकानन्द ने अवसादग्रस्त और हतोत्साहित हिन्दू मन के लिए संजीवनी शक्ति के वाहक का काम किया था, उन्होंने आत्मविश्वास और अतीत पर श्रद्धा का भाव पैदा किया है किन्तु 4 जुलाई 1902 को 39 वर्ष की अल्पायु में बैलूर मठ में उनका महाप्रयाण हो गया। दरिद्र नारायण की सेवा के संबंध में वे कहते थे कि शंख फूंकना, घंटी बजाना और आरती उतारना बंद करो, शास्त्रों के ज्ञान पर घमंड न करो, दरिद्रनारायण की सेवा करो क्योंकि जब तक ये नहीं उठेंगे, भारत माता का उद्धार नहीं हो सकता। दुनिया के अनेक धर्मावलम्बी इनकी कमज़ोरी का लाभ उठाकर धर्मान्तरण करोंगे और इनका राष्ट्रभाव बदलने का प्रयास करेंगे। जब तक लोग भूख और अज्ञानी हैं तब तक हमें शिक्षित या धनवान होने का गर्व करने का कोई अधिकार नहीं।

भारत की युवा शक्ति को उन्होंने चेतावनी के स्वर में कहा था कि तुम्हारे भविष्य को निश्चित करने का यही समय है, भरी जवानी में नये जोश के साथ काम करो अन्यथा समय तुम्हारी प्रतीक्षा नहीं करेगा। भगवान् के चरणों में वही ताजा फूल चढ़ाया जाता है जिसे सूंघा भी नहीं गया हो, इसलिए एक महान जीवन ध्येय अपनाकर अपना जीवन समर्पित कर दो। उतिष्ठत! जाग्रत प्राप्त वरान्निबोध त्! उठो! जागो और अपने लक्ष्य तक पहुंचे बिना मत रुको। मोह निद्रा को त्याग दो।

आज स्वामी विवेकानन्द अपने बीच में नहीं हैं किन्तु उन्नीसवीं शताब्दी में प्रस्तुत उनके विचार इक्कीसवीं शताब्दी में भी उतने ही सटीक और प्रेरणादायी प्रतीत होते हैं। कर्मशील, ध्येय मार्ग पर सतत प्रवाह मान तथा अपने पुरखों की विरासत पर गौरव रखने वाली तेजस्वी युवा पीढ़ी का निर्माण करके ही हम आज की संकटपूर्ण स्थिति से भारत ही नहीं समूची दुनिया को मुक्ति दिला सकते हैं, यही स्वामी विवेकानन्द के जीवन का संदेश है।

धरती को भूख नहीं लगती। उसकी कोई इच्छा नहीं होती कि कोई मुझे एक दाना भी दे। फिर भी धरती को कोई चार दाना भी देता है तो धरती उसे हजार गुना करके देती है। संत चमत्कार नहीं करते। चमत्कार करने वाले संत नहीं होते। संत के मन में कोई इच्छा नहीं होती कि मैं चमत्कार करूं लेकिन संत के चरित्र के प्रभाव से खुद-ब-खुद चमत्कार हो जाता है। संसारी व संन्यासी में बस इतना ही फर्क है कि संसारी अपने स्वभाव को छिपाता है और प्रभाव को दिखाता है जबकि संन्यासी अपने प्रभाव को छिपाता है और स्वभाव को दिखाता है।

- मुनि तरूण सागर जी

thearyasamaj.org

समस्याओं से भागिये नहीं मुकाबला कीजिए, कैसे?

तनाव आज के युग की सबसे भयंकर मानसिक व्याधि है। तनाव से ही अधिकतर शारीरिक रोग पैदा होते हैं। उपयुक्त विधि से समस्याओं का समाधान करके आप न केवल मनोदैहिक रोगों से बच सकेंगे अपितु सदैव स्वस्थ, प्रसन्नचित तथा उत्साही भी बने रहेंगे। यदि सदैव स्वस्थ एवं प्रसन्नचित बने रहना है तो समस्याओं से भागने की अपेक्षा उनका मुकाबला कीजिए और एक-एक कर उन्हें समाप्त कर डालिए। समस्याओं का निराकरण किसी भी तरह एक उपचार पद्धिति से कम नहीं।

ये तनाव या मानसिक व्याधियाँ ही बाद में शारीरिक व्याधियाँ बन कर आपका स्वास्थ्य क्षीण कर आपकी कार्य क्षमता समाप्त कर देती हैं तथा आपका सुख-चैन छीन लेती हैं। इन समस्या रूपी पौधों को पनपने मत दीजिए, उन्हें फौरन जड़ से उखाड़ फेंकिए। आपको सिर्फ इतना करना है:

- ❖ कार्यो अथवा समस्याओं को कल पर मत टालिए। आज ही समाधान की दिशा में अग्रसर हो जाइए।
- ❖ यदि कोई कार्य आज किसी भी कीमत पर नहीं हो रहा है तो घबराइए नहीं और न ही उसे उलझाइए अपितु कल फिर प्रयास कीजिए।
- ❖ समस्याओं को आपस में मिलाने की बजाय एक-एक करके सुलझाइए।
- ❖ यदि समस्या बहुआयामी है तो समस्या को टुकड़ों में विभाजित कर लीजिए और समस्या के एक-एक भाग को निपटाते रहिए।
- ❖ यदि बहुत सारे कार्य करने हैं तो भी घबराइए मत। कार्यो की प्राथमिकता के आधार पर एक सूची बना लीजिए और एक-एक करके निपटाते चलिए।
- ❖ कार्य को भली-भांति सम्पन्न करने के लिए जरूरी है कि जो काम सामने है उसे सबसे महत्वपूर्ण समझकर उसे पूरा करने के लिए अपना सारा ध्यान तथा संपूर्ण इच्छा उस पर केंद्रित कर दीजिए सफलता अवश्य मिलेगी।
- ❖ कार्य को सर्वश्रेष्ठ तरीके के करने का इंतजार मत कीजिए अपितु उपलब्ध श्रेष्ठ तरीके पर अमल कीजिए। उससे बेहतर और बेहतरीन तरीके अपने आप विकसित होते चले जाएंगे।
- ❖ समस्याओं के बावजूद काम करते रहिए न कि उस समय की प्रतीक्षा जब समस्याएं ही न रहें अथवा कार्य करने में कठिनाई न आए।
- ❖ जब तक सफलता नहीं मिल जाती पूर्ण आत्मविश्वास और धैर्य के साथ निरंतर प्रयास करते रहिए।
- ❖ अंत तक हार मत मानिए। किसी समस्या को हल न कर पाना आपकी हार नहीं है। बल्कि अंत तक प्रयास न करना आपकी सबसे बड़ी हार है।
- ❖ कार्य की सफलता के लिए जरूरी है कि कार्य को आधा-अधूरा नहीं बल्कि समग्रं रूप से किया जाए।
- ❖ कार्य या समस्या के प्रति अपने दृष्टिकोण को बदलकर अथवा सकारात्मक बनाकर भी हम उसे आसानी से पूरा कर तनाव तथा तनावजन्य शारीरिक व्याधियों से बच सकते हैं।

क्या आप जानते हैं?

'हंसना' सर्वोत्तम औषधि क्यों? चूंकि-

1. हंसने से रक्त के सफेद कण, टी सैल्स तथा शरीर के रक्षा-साधन (एंटी बॉडीस सहित) द्रुतगति से कार्य करने लगते हैं, जिससे आक्रामक रोग-कीटाणुओं को नष्ट करने में मदद मिलती है।
2. हंसने से 'इम्यूनोग्लोब्यूलिन ए' नामक रोगाणु नाशक एंटीबॉडी के स्तर में वृद्धि होती है।
3. हंसने से साईटोकाइन हारमोन्स (Happy Homones) के बढ़ने से रोगों के कीटाणु तथा ट्यूमर नष्ट होते हैं।
4. हंसने से एंडोर्फाइन्स (Endorphines)- प्रसन्नता देने वाले हारमोन्स भरपूर मात्रा में निकलते हैं।
5. बीस सैकेण्ड की खुलकर हंसी तीन मिनट की नाव की कठोर सैर के बराबर है, जो कि सर्वोत्तम 'एरोबिक कसरत' मानी जाती है।
6. हंसने से रक्तचाप कम होता है और रक्त-कोशिकाओं में ऑक्सीजन की मात्रा में वृद्धि होती है।
7. हंसने से पाचन, श्वसन, संचार तथा उत्सर्जन संस्थानों का सुधार होता है।
8. हंसने से हृदय को बल मिलता है, फेफड़ों को ऑक्सीजन तथा मस्तिष्क को ताजगी।
9. डॉ. फ्राई अपनी पुस्तक 'ह्यूमर तथा एजिंग' में लिखते हैं कि हंसने वाले ही दीर्घायु होते हैं।
10. हंसने से अच्छी नींद आती है तथा चिंतन सकारात्मक हो जाता है। इसलिए प्रतिदिन खूब खुलकर हंसिए, प्रसन्नचित रहिए और रोगों को दूर भगाइए।

- सुभाष चन्द्र गुप्ता, टंकारा समाचार

thearyasamaj.org

RNI No.DEL BIL/2008/25452 Total Pages 12 ओ३म् Posting Date 5 or 6 April 2015 DL (N)0225/2015-17

प्रेषक Date of Publication: 25 March 2015

कमल ज्योति

अप्रैल 2015 (मासिक) एक प्रति का मूल्य 10 रुप

डी-796, सरस्वती विहार, दिल्ली-110034,

फोन : 27017780

सेवा में

दिल्ली आर्य प्रतिनिधि सभा के द्वारा ऋषि जन्मोत्सव मनाया गया

दिल्ली आर्य प्रतिनिधि सभा के द्वारा ऋषि जन्मोत्सव के कार्यक्रम पर वैदिक प्रचार-प्रसार हेतु माता कमला आर्य ट्रस्ट द्वारा संचालित कमल ज्योति के संचालन के लिए श्री अरूण आर्य और श्री अतुल आर्य जी को सम्मानित किया गया। इस अवसर पर श्री धर्मपाल आर्य, प्रधान, दिल्ली आर्य प्रतिनिधि सभा, श्री विनय आर्य, मन्त्री, दिल्ली आर्य प्रतिनिधि सभा, श्री राजीव आर्य, मन्त्री, आर्य केन्द्रीय सभा दिल्ली के द्वारा शाल, शील्ड व प्रमाण पत्र देकर सम्मानित किया गया। प्रधान धर्मपाल जी आर्य जी ने स्व. श्री भजन प्रकाश जी के द्वारा आर्य समाज के योगदान के लिए प्रशंसा की। उनका सम्पूर्ण जीवन आर्य समाज के प्रति समर्पित रहा। आर्य समाज स्व. श्री भजन प्रकाश जी के द्वारा किए गए कार्यों को दिल्ली आर्य प्रतिनिधि सभा भुला नहीं सकती। उन्हीं के पदचिन्हों पर चलकर उनके सुपुत्र आर्य समाज में अपना योगदान दे रहे हैं।

स्वामी-माता कमला आर्या स्मारक ट्रस्ट (रजि.) के लिए मुद्रक, प्रकाशक तथा सम्पादक एल.आर. आहूजा, चलभाष : 9810454677 द्वारा मयंक प्रिन्टर्स, 2199/64, नाईवाला, करौलबाग, नई दिल्ली-5, दूरभाष : 41548504 मो. 9810580474 से मुद्रित। कार्यालय : डी-796, सरस्वती विहार, दिल्ली-110034 से प्रकाशित