



ॐ प्रवर्तक महर्षि दयानन्द सरस्वती

ओ३म्

वैदिक संस्कृति का उद्घोषक

# वैदिक सार्वदेशिक

सार्वदेशिक आर्य प्रतिनिधि सभा, नई दिल्ली का साप्ताहिक मुख-पत्र

शुल्क :- एक प्रति 5 रुपया (भारत में) वार्षिक 250 रुपये तथा आजीवन 2500 रुपये

वर्ष 17 अंक 14

कुल पृष्ठ-8

11 से 17 अगस्त, 2022

दयानन्दाब्द 198

सृष्टि सम्वत् 1960853123

सम्वत् 2079

आ. कृ.-15

**स्वामी सच्चिदानन्द सरस्वती जी की प्रेरणा से श्रीमती संतोष आर्या वानप्रस्थ की दीक्षा लेकर संतोष यती बनीं दीक्षा समारोह में आर्य समाज के यशस्वी संन्यासी स्वामी आर्यवेश जी व स्वामी आदित्यवेश जी भी हुए सम्मिलित**



आर्य समाज के प्रसिद्ध संन्यासी स्वामी सच्चिदानन्द सरस्वती जी की प्रेरणा से गत 31 जुलाई, 2022 को बजरंग भवन, करनाल, हरियाणा में आयोजित एक भव्य दीक्षा समारोह में प्रतिष्ठित आर्य विदुषी श्रीमती संतोष आर्या ने वानप्रस्थ की दीक्षा लेकर महर्षि दयानन्द सरस्वती जी की आश्रम व्यवस्था का पालन किया। दीक्षा एवं नामकरण की प्रक्रिया आर्य जगत् के प्रसिद्ध आर्य संन्यासी स्वामी आर्यवेश जी ने करवाई और उन्हें संतोष यती नाम दिया गया।

इस अवसर पर प्रातः 10 से 11 बजे तक यज्ञ का कार्यक्रम रहा उसके पश्चात् दीक्षा और भजन एवं उपदेश भी हुए। इस कार्यक्रम में स्वामी आर्यवेश जी के अतिरिक्त तेजस्वी युवा संन्यासी स्वामी आदित्यवेश जी, करनाल के प्रसिद्ध आर्य नेता श्री लाजपत राय चौधरी जी, आर्य केन्द्रीय सभा के प्रधान प्रो. आनन्द सिंह आर्य जी, पूर्व प्रधान श्री सत्येन्द्र मोहन कुमार जी, महिला आर्य केन्द्रीय सभा की प्रधाना श्रीमती शकुन्तला सुखीजा जी आदि महानुभाव सम्मिलित हुए। मंच का संचालन स्वामी सच्चिदानन्द जी महाराज ने किया। वानप्रस्थ दीक्षा के उपरान्त उपस्थित महिलाओं एवं पुरुषों ने वानप्रस्था संतोष यती जी को बधाई एवं सम्मान देते हुए विविध उपहार भेंट किये।

अपने उपदेश में स्वामी आर्यवेश जी ने वेद के मंत्र की व्याख्या करते हुए वर्णाश्रम व्यवस्था पर प्रकाश डाला और कहा कि जिस राष्ट्र में तप एवं दीक्षा का पालन किया जाता है वह राष्ट्र ओज एवं बल से भरपूर होता है। तप से तात्पर्य है आश्रम व्यवस्था का और दीक्षा से तात्पर्य है वर्ण व्यवस्था का अर्थात् जिस राष्ट्र में आश्रम तथा वर्ण व्यवस्था को अपनाया जाता है उस राष्ट्र के समक्ष बड़ी-बड़ी शक्तियाँ हार मान जाती हैं। वह पूरे विश्व का गुरु कहलाता है। भारतवर्ष में जब वर्णाश्रम व्यवस्था का प्रचलन था तब यह भारत पूरे विश्व का गुरु कहलाया। अतः आवश्यकता है वर्णाश्रम व्यवस्था को अपनाने की। स्वामी जी ने वानप्रस्था संतोष यती जी को वानप्रस्थ की दीक्षा लेने के लिए साधुवाद एवं शुभकामनाएँ दी और उन्हें वानप्रस्थी के कर्तव्यों को समझाया। उन्होंने कहा कि वानप्रस्थ लेने के बाद व्यक्ति को साधना, स्वाध्याय एवं परोपकार के कार्य में लगाना चाहिए।

गृहस्थ की सभी जिम्मेदारियों से मुक्त होकर उसे अपनी आत्मा की उन्नति एवं समाज की सेवा के कार्य को विशेष प्रयत्न एवं प्राथमिकता के साथ करना चाहिए। वानप्रस्थ का जीवन तप का जीवन है। अतः वानप्रस्थी को तपस्वी होना चाहिए। आर्ष ग्रन्थों का स्वाध्याय, योगाभ्यास एवं परोपकार ही उसे तपस्वी बनाते हैं। स्वामी आर्यवेश जी ने समाज की उन्नति के लिए वर्ण व्यवस्था के महत्त्व को समझाया और कहा कि विभिन्न जातियों एवं वर्गों में बंटा समाज कभी भी उन्नति नहीं कर सकता। इसके लिए उसे वर्ण व्यवस्था का पालन करना चाहिए। वर्ण व्यवस्था में बंटा हुआ समाज एक-दूसरे के प्रति समर्पण व सम्मान की भावना से ओत-प्रोत होगा तो निश्चय ही वहाँ पर सुख, शांति एवं समृद्धि



होगी। वर्तमान में जातिवाद से पीड़ित समाज द्वेष की भावना से ओत-प्रोत है। स्वार्थी जातीय नेता लोगों को परस्पर लड़ते रहते हैं। अतः जाति के आधार पर, लिंग के आधार पर, रंग के आधार पर और गरीब-अमीर के आधार पर बंटा हुआ समाज कभी भी उन्नति नहीं कर सकता। वैदिक वर्णाश्रम व्यवस्था ही ऐसे समाज की समस्या का समाधान है।

स्वामी आदित्यवेश जी ने अपने उद्बोधन में मातृ शक्ति की समाज निर्माण में भूमिका पर विशेष प्रकाश डालते हुए कहा कि माता निर्माता भवति। माँ बच्चे का निर्माण करने वाली होती है। अतः मातृ शक्ति को भी पढ़ने-लिखने, वेद मंत्र बोलने, वानप्रस्थ

व संन्यास की दीक्षा लेने का बराबर का अधिकार होना चाहिए, ताकि वे भी अपनी आत्मा की उन्नति कर सकें। उन्होंने संतोष यती को वानप्रस्थ लेने के लिए बधाई दी।

स्वामी सच्चिदानन्द सरस्वती जी ने अपने आशीर्वाद में संतोष यती जी के सम्बन्ध में विचार प्रस्तुत करते हुए कहा कि इनकी संन्यास लेने की इच्छा थी, किन्तु मैंने यह उपयुक्त समझा कि पहले वानप्रस्थ की दीक्षा लेकर ये अपनी तैयारी करें और उसके पश्चात् विधिवत रूप से संन्यास की दीक्षा लें। स्वामी सच्चिदानन्द जी ने स्वामी आर्यवेश जी का धन्यवाद किया कि उन्होंने अपना अमूल्य समय देकर वानप्रस्थ दीक्षा को सम्पन्न कराया। उन्होंने स्वामी आर्यवेश जी के सम्बन्ध में यह कहते हुए गर्व अनुभव किया कि स्वामी आर्यवेश जी सार्वदेशिक आर्य प्रतिनिधि सभा जैसे शीर्षस्थ संगठन के प्रधान पद पर विराजमान होते हुए भी छोटे से छोटे कार्यक्रम में एक निवेदन पर पहुंचते हैं और कार्यकर्ताओं का उत्साहवर्द्धन करते हैं। निःसंदेह सही अर्थों में संन्यासी हैं। संन्यासी को कभी भी अहंकारी नहीं होना चाहिए और स्वामी आर्यवेश जी की विनम्रता, उदारता एवं निर्भिमानता निश्चय ही प्रेरणा देने वाली है।

इस अवसर पर आर्य केन्द्रीय सभा के प्रधान प्रो. रामेन्द्र सिंह जी, श्री लाजपत राय चौधरी जी, आर्य केन्द्रीय सभा की प्रधाना श्रीमती शकुन्तला सुखीजा, मंत्राणी श्रीमती प्रिया आर्या आदि ने भी अपने विचार प्रस्तुत किये। कई माताओं ने गीत सुनाकर कार्यक्रम की शोभा बढ़ाई। इस अवसर पर वानप्रस्था संतोष यती जी के परिवार के सभी प्रमुख सदस्य उपस्थित थे जिनमें सर्वश्री राजू वरमानी, सृष्टि वरमानी, संध्या वरमानी, मृदुला वरमानी, श्री अजीत चौधरी आदि के नाम उल्लेखनीय हैं। इसी प्रकार इस दीक्षा समारोह की व्यवस्था में संतोष यती जी की बहन और उनके परिवार ने महत्त्वपूर्ण योगदान दिया जिनके नाम श्रीमती सुमन रहेजा, रीना रहेजा, तनु रहेजा रोशन लाल वरमानी, कृष्णा आर्या आदि उल्लेखनीय हैं। कार्यक्रम के उपरान्त प्रीति भोज की सुन्दर व्यवस्था की गई थी जिसमें सभी उपस्थित महानुभावों ने भाग लिया। श्रीमती संतोष यती जी ने सभी संन्यासियों का दक्षिणा आदि देकर सम्मान किया।

सम्पादक - प्रो. विठ्ठलराव आर्य

## बलिदान दिवस पर विशेष

## महान देशभक्त मदनलाल ढींगरा

लन्दन तक पहुंचकर भारतीयों पर किये जाने वाले अत्याचारों का बदला लेने के लिए सर करजन वाइली की हत्या कर फांसी पर झूलने वाला युवा मदनलाल ढींगरा देश का पहला क्रांतिकारी था जिसके इस कृत्य पर संसार भर के समाचार पत्रों में एक व्यापक चर्चा छिड़ी थी। मदनलाल ढींगरा के इस साहसिक कृत्य ने ब्रिटेन तथा अन्य देशों के बुद्धिजीवियों को यह सोचने पर विवश किया था कि क्या दूसरे देश तक पहुंचकर वहां की जनता को गुलाम बनाना और उस पर अत्याचार करना उचित हो सकता है। और तो और भारतीय स्वाधीनता सेनानियों के नेताओं तक को मदनलाल ढींगरा द्वारा लिये गये इस प्रतिशोध ने जहां वीर ढींगरा के इस साहस को सराहा था वहीं महात्मा गांधी ने इस कृत्य को 'अमानवीय' तथा 'बर्बर' कहते हुए इसकी घोर निन्दा की थी। ज्ञानचन्द वर्मा, कोरेगांवकर आदि अनेक भारतीय युवक लन्दन में रहकर भारत की स्वाधीनता का बिगुल बजा रहे थे। अमृतसर के डॉ. दित्तामल का पुत्र मदनलाल ढींगरा भी उन दिनों इंजीनियरिंग की शिक्षा प्राप्त करने इंग्लैंड गया हुआ था। वह भी विनायक दामोदर सावरकर की गतिविधियों से प्रभावित होकर नियमित रूप से 'इंडिया हाऊस' जाने लगा था।

सावरकर जी तथा उनके कुछ उत्साही साथियों का मत था कि जब तक अंग्रेजों के अत्याचारों का प्रतिशोध लेने के लिए अंग्रेजों के गढ़ लन्दन में किसी अंग्रेज अधिकारी की हत्या नहीं की जायेगी इस ज्वलन्त प्रश्न पर बुद्धिजीवियों का ध्यान ही नहीं जायेगा। मदनलाल ढींगरा ने इस कार्य को करने के लिए अपने को प्रस्तुत किया। लन्दन के इम्पीरियल इंस्टीट्यूट के जहांगीर हाल में दादाभाई नौरोजी की नेशनल इंडियन एसोसिएशन संस्था का समारोह था। पहली जुलाई 1909 की रात्रि का समय था। समारोह के बाद निकट के सेवॉय होटल में रात्रि भोज था। इसमें भारतीय छात्र भी शामिल थे।

इसी रात्रिभोज में आए सर करजन वाइली जैसे ही होटल की सीढ़ियों से उतर रहे थे कि एक भारतीय युवक ने उन पर दनादन गोलियों की वर्षा कर दी। करजन वायली ने वहीं दम तोड़ दिया। कैप्टन कावस नामक व्यक्ति गोलियां चलाने वाले युवक पर झपटा ही था कि छठी गोली ने उसे भी ढेर कर डाला। इस घटना से पूरे होटल में भगदड़ मच गई। मदनलाल ढींगरा की पिस्तौल की गोलियां समाप्त होने के बाद ही अंग्रेज उसे पकड़ने में सफल हुए।

भारतीय छात्र द्वारा अंग्रेजों के गढ़ लन्दन में इस हत्या की घटना ने पूरे संसार में तहलका मचा डाला। ब्रिटेन तथा अन्य देशों के समाचार पत्रों ने इस घटना को पहले प्रमुख समाचार के



रूप में प्रकाशित किया। सम्पादकीय लिखकर इसकी कड़ी भर्त्सना की गई। 'टाइम्स', 'डेली टेलीग्राफ' तथा अन्य प्रमुख पत्रों ने वायली के चित्रों के साथ मदनलाल ढींगरा को दबोचे हुए चित्र छापे।

हत्या के पांचवें दिन 5 जुलाई को लंदन के 'कैक्सटन हाल' में सर आगाखां की अध्यक्षता में हुई सभा में इस हत्या की भर्त्सना के बाद जब निन्दा प्रस्ताव पारित किया जाने लगा तथा जैसे ही आगाखां ने खड़े होकर कहा कि "यह सभा सर्वसम्मति से ढींगरा के इस दुष्कृत्य की भर्त्सना करती है" तो सावरकर ने तुरन्त खड़े होकर कहा "मैं इसका विरोध करता हूँ।"

'सावरकर' नाम उन दिनों पूरे लन्दन में एक क्रांतिकारी के रूप में चर्चित हो चुका था। अंग्रेज उन्हें 'बम-गोले' वाला खूंखार युवक मानते थे। अतः जैसे ही उन्होंने सभा में कहा- 'मैं सावरकर इस प्रस्ताव का विरोध करता हूँ' कि सन्नाटा छा गया। अनेक अंग्रेज तो थर-थर कांपने लगे कि कहीं यह किसी को गाली न मार दे? इसी बीच रावर्ट पामर नामक एक अंग्रेज ने क्रोध में भरकर सावरकर पर हमला कर दिया। मुक्के के प्रहार से सावरकर का चश्मा टूट गया तथा मुंह से खून बहने लगा। उसके साथियों तमिल पत्रकार एम. पी. टी. आचार्य तथा वी. वी. एस. अय्यर ने झपटकर उस हमलावर अंग्रेज की अच्छी खासी धुलाई ही कर डाली।

श्री श्याम जी कृष्ण वर्मा उन दिनों पेरिस में थे। उन्होंने समाचार पत्रों में लेख लिखा- "अब ब्रिटिश शासन को यह

जान लेना चाहिए कि भारतीय प्रतिशोध लेना भी जान गये हैं। अब वे भारत को ज्यादा दिन गुलाम नहीं रख पायेंगे।

श्री लोकमान्य तिलक के पत्र 'कैसरी' के सम्पादकीय में ढींगरा के इस कृत्य की सराहना की गई। दूसरी ओर महात्मा गांधी ने इसकी तीव्र भर्त्सना की। गांधी जी उन दिनों लन्दन में ही थे। उन्होंने 'डेली टेलीग्राफ' के संवाददाता से बातचीत करते हुए कहा- "ढींगरा का यह कृत्य कायरतापूर्ण, अमानवीय तथा बर्बर है। उसने कुछ दुष्ट व्यक्तियों की निरर्थक रचनाओं से प्रेरित होकर यह अमानवीय कुकृत्य किया है। इस हिंसात्मक शर्मनाक कृत्य से भारतीयों का सिर नीचा हुआ है।"

मदनलाल ढींगरा ने वेस्टमिस्टर पुलिस कचहरी में हत्या से अगले ही दिन 2 जुलाई को स्वीकार कर लिया था कि उसने भारत में अत्याचारों के खिलाफ बदला लेने के उद्देश्य से करजन वायली की हत्या की है जबकि पारसी युवक कैप्टन लाल काका की मृत्यु, बचाव के लिए चलाई गोली से हुई है। ढींगरा के परिवार वाले सम्पन्न तथा समृद्ध थे अतः उन्होंने लन्दन पहुंचकर अदालत के समक्ष अनेक प्रमाण प्रस्तुत किये कि मदनलाल मानसिक दृष्टि से 'विक्षिप्त' हो गया था। विक्षिप्त होने के कारण ही उसने आवेश में हत्या की। मदनलाल के दो भाई लन्दन जेल में जब उससे 'मिलाई' करने गये तो मदनलाल ने उन्हें 'देशद्रोही' बताकर मिलने से इन्कार कर दिया था।

सावरकर जी 22 जुलाई को ब्रिक्सटन जेल पहुंच कर ढींगरा से मिले तो वह उनके चरणस्पर्श को दौड़ पड़ा। मदनलाल ढींगरा ने न्यायाधीश होटेस स्मिथ की अदालत में अपने लम्बे लिखित बयान में स्पष्ट कहा कि जिस प्रकार इंग्लैंड को जर्मनी पर कब्जा करने का अधिकार नहीं है उसी प्रकार अंग्रेजों को भी भारत पर शासन करने का कोई अधिकार नहीं है।"

उसने कहा- "एक हिन्दू के नाते मैं विश्वास करता हूँ कि मेरे देश का अपमान प्रत्यक्ष ईश्वर का अपमान है। मेरी मान्यता है कि देश का कार्य प्रभु राम और कृष्ण का ही कार्य है। देश सेवा श्रीराम तथा श्रीकृष्ण की ही आराधना है।

मेरे पास न धन है, न कोई योग्यता ही है। अतः सिवाय अपने रक्त के यह अयोग्य पुत्र माता के पावन चरणों में और क्या अर्पित कर सकता है। उसी भावना से मैंने सहर्ष बलिदान का कार्य अपनाया है।

"हिन्दू होने के नाते मेरा विश्वास है कि आत्मा कभी नहीं मरती अतः प्रत्येक भारतवासी को अब अंग्रेजों के विरुद्ध मारने-मरने पर उतारू होना पड़ेगा।

"मेरी अन्तिम कामना है कि पुनः भारत माता की गोद में ही जन्म लूं और फिर से देश की स्वाधीनता के संघर्ष में लग जाऊँ। मैं इस उद्देश्य के लिए बार-बार जन्म लेना चाहता हूँ।" श्री ढींगरा का यह वक्तव्य अनेक समाचार पत्रों में प्रकाशित हुआ तो चर्चा का विषय बन गया। क्रांतिकारियों ने जगह-जगह छपवाकर उसे बंटवाया।

अन्त में अदालत ने ढींगरा को फांसी की सजा सुना दी। फांसी से पूर्व वीर सावरकर जब जेल में उससे मिलने गये तो उन्होंने अपनी हिन्दू विधि से अन्त्येष्टि किये जाने तथा शव को किसी अहिन्दू का स्पर्श तक न होने देने की इच्छा व्यक्त की थी।

16 अगस्त 1910 को ढींगरा को लन्दन में फांसी दे दी गयी। सावरकर जी के मित्र ज्ञानचन्द वर्मा ने सिर मुंडाकर वीर ढींगरा के शव की अन्त्येष्टि की।

आयरलैंड के पत्रों ने शहीद मदनलाल ढींगरा पर विशेषांक निकाले थे। वस्तुतः मदनलाल ढींगरा देश की स्वाधीनता संग्राम के एक अमर बलिदानी थे जिन्होंने हजारों मील दूर अंग्रेजों के गढ़ लन्दन तक पहुंचकर प्रतिशोध लेकर तथा हंसते-हंसते फांसी पर झूलकर पूरे संसार में भारत की आजादी की पावन आवाज बुलन्द करने का सफल आदर्श उपस्थित किया था।

- वीचपट्टी, पिलखुवा

शुभ सूचना

ओ३म्

शुभ सूचना



सार्वदेशिक आर्य प्रतिनिधि सभा द्वारा प्रकाशित

ऋषिवर दयानन्द सरस्वती द्वारा विरचित  
अद्भुत और अनुपम कालजयी ग्रन्थ1100/- रुपये में  
उपलब्ध हैसत्यार्थ प्रकाश  
बड़े साईज में उपलब्धहिन्दी के एक बड़े  
सत्यार्थ प्रकाश के साथ  
छोटे साईज का अंग्रेजी का  
सत्यार्थ प्रकाश मुफ्त  
में उपलब्ध है।स्वामी दयानन्द सरस्वती जी द्वारा लिखित कालजयी ग्रन्थ 'सत्यार्थ प्रकाश' को आप अपने आर्य समाज,  
स्कूल, कॉलेज में रखें तथा इष्ट मित्रों एवं नव-दम्पतियों को भेंट करके पढ़ने के लिए प्रेरित करें।बड़े साईज का सत्यार्थ प्रकाश बढ़िया कागज तथा सुन्दर बाईंडिंग के साथ तैयार कराया गया है  
जिसे बिना चश्मे के भी पढ़ा जा सकता है।हिन्दी के बड़े सत्यार्थ प्रकाश के साथ जो  
अंग्रेजी का सत्यार्थ प्रकाश दिया जा रहा है वह  
भी सुन्दर कागज तथा आकर्षक बाईंडिंग में  
तैयार कराया गया है20X30 का  
चौथा साईज

-: प्रकाशक :-

उपरोक्त पुस्तक को मंगाने के लिए नीचे दिये  
गये दूरभाष नम्बर तथा ई-मेल आई.डी. पर  
बुक कराकर मंगा सकते हैं। डाक से मंगाने पर  
डाक व्यय का अतिरिक्त खर्च देना होगा।

सार्वदेशिक आर्य प्रतिनिधि सभा, "दयानन्द भवन" 3/5 आसफ अली रोड, नई दिल्ली-110002

दूरभाष - 011-23274771, 011-42415359, मो.: -9868211979, 8218863689

ई-मेल : sarvadeshikarya@gmail.com, sarvadeshik@yahoo.co.in

# सत्यार्थ प्रकाश एक अमूल्य धरोहर है

— ब्रिगेडियर चितरंजन सावंत, वी. एस. एम.

‘सत्यार्थ प्रकाश’ मानव मात्र की धरोहर है और है मेरी पैतृक संपत्ति। पिछली तीन पीढ़ियों से हमारे व्यक्तित्व विकास का साधन रहा है सत्यार्थ प्रकाश। सन् 1883 ई. में महाराणा जी की नगरी उदयपुर, राजपूताना में महर्षि दयानन्द सरस्वती ने सत्यार्थ प्रकाश के दूसरे संस्करण का लेखन पूरा किया। प्रथम संस्करण की अशुद्धियों को स्वामी दयानन्द सरस्वती ने स्वयं सुधारा था। वैदिक यंत्रालय, प्रयाग के प्रबन्धकर्ता, मुंशी समर्थदान ने मुद्रित करके जन सामान्य को उपलब्ध कराया तो समस्त भारत में वैचारिक क्रान्ति का सूत्रपात हुआ। मार्यादा पुरुषोत्तम श्री राम की नगरी, अयोध्या अछूती न रही। स्वामी दयानन्द सरस्वती स्वयं अयोध्या पधारथे, किन्तु वह था सत्यार्थ प्रकाश के प्रकाशन से कई वर्ष पूर्व फिर भी, नये विचारों का प्रचंड वेग अयोध्या के निकटवर्ती ग्राम बरौरा को, जहाँ सत्यार्थ प्रकाश प्रकाशन की आधी शताब्दी बाद मेरा जन्म हुआ, भ्रांति भरी निद्रा से जगा न पाया था। अनेक सुधारक आये और चले गये किन्तु बरौरा ग्राम अज्ञान के सागर में ‘अनन्त शयनम’ की स्थिति में रहा। आया प्रथम विश्व युद्ध सन् 1914-18, मेरे पितामह के छोटे भाई, सम्राट् जार्ज की तरफ से हिटलर पूर्व जर्मनी से युद्ध करने विदेश गये। जब वे लौटे तो भ्रांतियों का भार उतार चुके थे, उनके हाथ में थी एक पुस्तक, सत्यार्थ प्रकाश, मन-मस्तिष्क दयानन्द सन्देश से ओत-प्रोत थे। ‘जनाब’ का लोप हो गया था, ‘मुंशी’ का स्थान ले लिया ‘महाशय’ ने महाशय राम लोटन सावंत।

सत्यार्थ प्रकाश का पठन-पाठन परिवार में आरम्भ हुआ। परिवार और पड़ोस की महिलाओं के लिए सत्यार्थ प्रकाश ‘श्रुति’ समान था अक्षर ज्ञान का महिला जगत में अभाव था। पिछले आठ-नौ दशकों में, सत्यार्थ प्रकाश के द्वितीय और तृतीय समुल्लासों ने महिलाओं में हलचल मचा दी। उनमें शिक्षा का अभूतपूर्व प्रसार हुआ। मेरी दादी (पितामह की पत्नी) जो पिछली शताब्दी की सन्ध्या में समुराल की ड्योढ़ी में दाखिल हुई थीं। अक्षर ज्ञान से अनभिज्ञ थीं। मेरी मां ने किसी प्रकार हस्ताक्षर का प्रयास किया था और उस समय को देखते हुए प्रयास सफल माना गया था। सत्यार्थ प्रकाश के प्रभाव में नारी शिक्षा लोकप्रिय हुई। मेरे बच्चों की माँ, मुझसे विवाह के समय संस्कृत में एम. ए. थीं और अब वेदपाठी हैं। मेरी बेटियों ने विदेश में पी. एच. डी. और एम. ए. किया विदेशी भाषाओं में। नारी शिक्षा का यह उत्थान, ऋषि दयानन्द कृत सत्यार्थ प्रकाश द्वारा लाये गये जन-जागरण का प्रत्यक्ष प्रमाण है।

आइये लौटते हैं अपने गाँव में सत्यार्थ प्रकाश आगमन काल में। गाँव के बीचों बीच बना बड़ा शिवालय धार्मिक और सामाजिक-सांस्कृतिक गतिविधियों का केन्द्र था और है। राम के राज्य में भी शैव मत उतना ही लोकप्रिय था जितना कि वैष्णव। किन्तु काठियावाड़ स्थित टंकारा के शैवों के समान कट्टरता न थी बरौरा में। तभी तो किसी मूलशंकर ने जन्म नहीं लिया। वर्ष प्रतिवर्ष महाशिवरात्रि आती रही, उपवास और नींद के दोहरे प्रहार को न सह सकने वाले शिवभक्त आधी रात होते-होते सपने में साक्षात् शिव के दर्शन से संतुष्ट होते रहे। गणेश के वाहन, गणेश के पिता पर चढ़ाया गया छप्पन भोग खाते रहे, मुक्त और स्वच्छंद चूहे शिवलिंग पर शवासन करते रहे किन्तु कोई मूलशंकर समान बालक सच्चे शिव की खोज में न निकला। हाँ, बालक मूलशंकर से प्रौढ़ दयानन्द बने आदित्य ब्रह्मचारी की पुस्तक सत्यार्थ प्रकाश ने बरौरा के जिज्ञासुओं के ज्ञान चक्षु खोल दिये। गाँव में और आस-पास अविद्या और अंधकार छाये हुए थे। जड़पूजा का बोल बाला था। वेदोक्त ईश्वर की स्तुति का प्रायः लोप हो चला था। चेचक निकलने पर नीम के पत्ते के नीचे हाथी-घोड़े और स्त्री की आकृति के खिलौनों को रखकर ‘देवी’ को भेंट चढ़ाई जाती थी। यहाँ तक कि बच्चों के बीमार पड़ने पर प्रेत-पिशाच शमन के लिए ओझा-सोखा बुलाये जाते थे। इन भ्रांतियों के भूतों को भगाने के लिए मेरे पिता, महाशय राम नरेश सावंत, और उनके सहयोगियों को सत्यार्थ प्रकाश के ग्यारहवें समुल्लास से सहायता मिली।

भ्रांतियों का भार ढोने से युवा वर्ग कतराने लगा। कभी-कभी तो पोंगा-पंधियों ने जाति बाहर करने की धमकी दी। ‘नीम का चौरा’ अब शीतला माता (चेचक) के शमन का स्थान नहीं अपितु नई लहर की गोष्ठी का केन्द्र बन गया था। होली मिलन में अछूत भी आमंत्रित किये गये। बुजुर्गों ने पोप पंथी दबाव में शूद्रों से होली में गले मिलने पर हुक्का पानी बंद कर दिया। यह सामाजिक दंड प्रभावहीन हुआ।

देव दयानन्द के दीवाने तो हुक्का पीते नहीं थे। सत्यार्थ प्रकाश के दशम समुल्लास, में स्वामी दयानन्द सरस्वती ने स्वयं लिखा है :-

बुद्धि लुम्पति यद् द्रव्य मदकारी तदुच्यते।

(जो-जो बुद्धि का नाश करने वाले पदार्थ हैं उनका सेवन कभी न करें)

एकादश समुल्लास में अवैदिक मत-मतांतरों के बारे में सही स्थिति जानने के बाद बच्चों की बीमारी में उचित उपचार होने लगा। कपटी और धूर्त ओझा अपने कपोल कल्पित घृणित प्रेत पिशाचों के साथ छू मंतर हो गये। नवीन आर्यों के ज्ञान का स्रोत सत्यार्थ प्रकाश सच्चा पथ प्रदर्शक बना।

सत्यार्थ प्रकाश का परिवार में प्रभावी होना मेरे स्वयं के लिए सदैव सर्वहितकारी रहा। आर्यावर्त में महाभारत उपरांत पनपे वेद विरुद्ध मत-मतांतरों के अतिरिक्त किरानी-कुरानी पोप लीलाओं से सुरक्षा प्रदान करने वाला कवच रहा सत्यार्थ प्रकाश। किरानी-कुरानी ब्यूह और कुचक्र को ध्वस्त करने वाला ब्रह्मास्त्र है सत्यार्थ प्रकाश। मेरे कथन की पुष्टि करते हैं मेरे जीवन के कई दिन और पल।

मेरा जन्म शनिवार को हुआ। उस समय शनिवार शुभ नहीं माना जाता था। मेरे संयुक्त परिवार में मेरे जन्म से खुशी की लहर दौड़ गई किन्तु गाँव की बड़ी-बूढ़ियों ने शनिवार को अशुभ मानते हुए मुँह बिचकाया। एक अन्य अज्ञानी ने सलाह दी कि सूर्यापुर के मौलवी पहुँचे हुए हैं और नवजात शिशु की शनि से रक्षा के लिए उनका बनाया ताबीज प्रभावी होगा। स्थानीय पोंगा पंथी पोप ने तो ‘शनिदेव शमन’ की विधि लिखकर दे दी। बलि के बकरे की आयु एक वर्ष एक महीन एक दिन एक घंटा निर्धारित की गई। दो पीढ़ियों से सत्यार्थ प्रकाश पढ़ने वाले और आर्य पथ के पथिक-परिवार को ‘शनि शमन’ की बातें न भायीं। जब मेरे पिता ने पौराणिक पंडित को सत्यार्थ प्रकाश के प्रथम समुल्लास की यह पंक्ति दिखाई : य शनैश्चरति स शनैश्चरः, जो सबमें सहज से प्राप्त धैर्यवान है, इससे उस परमेश्वर का नाम शनैश्चर है।

तो वे विद्याविहीन महाशय ऐसे गायब हुए जैसे गधे के सर से सींग। शैशव में और बाल्यकाल में मेरी तो चांदी रही। न गले में ताबीज लटकानी पड़ी और न बाजू में बांधनी पड़ी। ‘बकरे की माँ कब तक खैर मनाती’ ऐसी कहावत है। किन्तु मेरे संदर्भ में खैर मनाने से एक वर्ष एक महीना एक दिन एक घंटा वाले बकरे की जान बच गई। मेरे जीवन में ‘शनिवार’ शुभ दिन माना जाने लगा। सेना में नये स्थान पर नये पद का कार्यभार मैंने शनिवार को सम्हाला था। न कभी अनिष्ट की संभावना मन में खटकी और न कभी कोई अनिष्ट शनिवार को नया काम शुरू करनेके कारण हुआ। मन में यही दृढ़ विश्वास रहा कि ‘शनैश्चर’ तो परमात्मा का वैदिक नाम है। ‘शनि शमन’ की बात तो मूर्ख मस्तिष्क और निर्बल मन की उपज है। इस उपज का अन्न पौराणिक पंडित के खलिहान और कोष्ठक में ही जाता है। किन्तु धूमिल होती है हमारे समाज की छवि। ‘शनैश्चर’ परमपिता परमात्मा अपने पुत्रों-पुत्रियों का अहित क्यों करेंगे? इस अचल सत्य से ही हमारा मन स्थिर है। निःसंदेह ‘शनि शमन’ के भूत रूपी भ्रांति को भगाना, सत्यार्थ प्रकाश के पठन से ही संभव हो सका।

भूत-प्रेत पिशाच आदि से कभी भी मेरा लगाव नहीं रहा, आत्मीयता का प्रश्न ही नहीं उठता। बाल्यकाल और किशोरावस्था में भी कभी समवयस्कों ने तो कभी अविद्याग्रस्त सेवक-सेविका ने भूत-प्रेत की मग्नदंत कहानियाँ सुनाकर मेरे मन को बहकाया। कभी-कभी मन में डर समाया भी। अंधकार में सूखे पत्तों की खड़खड़ाहट से मन भयभीत हो जाता था। अंधेरे कोने से चुड़ैल के चलने का आभास होता था।

यों उस समय ‘भटकती आत्मा’ को होना या न होना मेरी अपनी कल्पना से परे था। फिर भी, रात के बारह बजे ‘जिन’ द्वारा शाही हलवाई का घंटा बजाना और सोने की मुहरें देकर रसीली चमचम खरीदने की कहानी, काल्पनिक होते हुए भी मन में मिठास भर देती थी। भय, कौतूहल, आशंका और चमचमी मिठास में झूलते हुए दिन और रात बीतते रहे। रात को कभी-कभी इसलिए जागता रहता था कि शायद कोई भूला भटका ‘जिन’ चमचम का एक दोना हमारे सिरहाने सरका जाए। परन्तु ऐसा कभी भी नहीं हुआ और हो भी नहीं सकता था। कल्पना की उड़ान और कठोर सत्य में उतना ही अंतर है जितना कि रात और दिन में। अपनी उलझन से मैंने पिता जी को परिचित कराया और फिर आरम्भ हुआ सत्यार्थ प्रकाश के द्वितीय

समुल्लास का विधिवत पाठ, विशेष कर ‘भूत प्रेतादि निषेध प्रकरण’ का। फिर क्या था, विज्ञान के समीर ने शंका के बादलों का ब्यूह छिन्न-भिन्न कर दिया। आया नया सवेरा, सूर्योदय और ज्ञानोदय। स्वामी दयानन्द सरस्वती के लिखे शब्द और वाक्य मानस पटल पर अंकित हो गए। प्रेत से भयभीत होने की आवश्यकता नहीं क्योंकि गुरु के प्राणांत होने पर उनके मृतक शरीर को ही ‘प्रेत’ कहते हैं। भूत कौन है? जो बीत गया वही भूत है, जो जीवित है वही वर्तमान है। अतः वर्तमान को भूत से भयभीत कभी नहीं होना चाहिए।

भटकती आत्मा क्या है? यह केवल भटकते मन की उपज है। विद्या के अभाव में अविद्या मन पर हावी हो जाती है। प्रकाश न रहने पर अंधकार अपने आप ही छा जाता है। जब सत्य और असत्य के बीच भेद करने की बौद्धिक शक्ति क्षीण हो जाती है तो ‘अकाल मृत्यु’ और फलस्वरूप ‘भटकती आत्मा’ की कपोल कल्पित बात से निर्बल मन भयभीत हो जाता है। मृत्यु होने पर मृतक का शरीर भस्म कर दिया जाता है। आत्मा दूसरा शरीर धारण कर लेती है, अतः ‘भटकती आत्मा’ का कोई अस्तित्व नहीं हो सकता। महर्षि दयानन्द सरस्वती के शब्द हैं :

और जब शरीर का दाह हो चुका तब उसका नाम भूत होता है, अर्थात् वह अमुकनामा पुरुष था। जिसने उत्पन्न हो, वर्तमान में आ के न रहें वे भूतस्थ होने से उनका नाम भूत है। .... जिसको शंका, कुसंग, कुसंस्कार होता है उसका भय और शंका रूप भूत-प्रेत, शाकिनी, डाकिनी उनके भ्रमजाल दुखदायक होते हैं। (सत्यार्थ प्रकाश, द्वितीयो समुल्लास)

इसी संदर्भ में ऋषिवर सत्यार्थ प्रकाश में लिखते हैं :-

‘देखो! जब कोई प्राणी मरता है तब उसका जीव पाप, पुण्य के वश होकर परमेश्वर की व्यवस्था से सुख-दुख के फल भोगने के अर्थ जन्मान्तर धारण करता है। क्या इस अविनाशी परमेश्वर की व्यवस्था का कोई भी नाश कर सकता है?’

स्पष्ट हो गया सत्यार्थ प्रकाश से कि हमें किसी भी पोंगा पंथी रचित भटकती आत्मा के भ्रमजाल में नहीं फंसना चाहिए। ग्यारहवें समुल्लास में विभिन्न ढोंगी मत-मतान्तरों की पोल खोल दी है महर्षि दयानन्द सरस्वती ने। जैन मत के मानने वाले न केवल घोर नास्तिक हैं अपितु 24 तीर्थंकरों द्वारा फैलाये गये भ्रमजाल में उलझे हुए हैं, यह मुझे 12वें समुल्लास से स्पष्ट हो गया। वस्तुतः चार्बाक के नास्तिक मत की समीक्षा, ऋषिवर ने 12वें समुल्लास के आरम्भ में ही किया और फिर जैन व बौद्ध मत पर वैदिक सूर्य का प्रकाश डाल कर उन मतावलंबियों को सत्य सनातन वैदिक धर्म मार्ग पर चलने का निमंत्रण दिया। सत्य के ग्रहण करने और असत्य को छोड़ने के सिद्धान्त ने ही सत्यार्थ प्रकाश के द्वितीय संस्करण में दो समुल्लास और जुड़वाए : 13वें में ईसाई मत का विषय और 14वें में मुसलमानों के मत का विषय है। ईसाई मत और यवन मत, यद्यपि भारतीय मत नहीं है किन्तु उनकी समीक्षा से हम भारतीयों की आंखें खुल गईं। कम से कम मुझे तो विदित हो गया कि भारत में आकर ये विदेशी हमारे वैदिक धर्म पर झूठे आक्षेप लगाते रहे जबकि स्वयं उनके किरानी और कुरानी मत अविद्या और अंधविश्वास की ही उपज है। सत्यार्थ प्रकाश के अध्ययन से दूध का दूध और पानी का पानी कर देना संभव हो सका। सत्यार्थ प्रकाश का पाठक निडर होकर, अपने वैदिक धर्म पर मिथ्या आक्षेप लगाने वाले को मुंहतोड़ जवाब देने में सक्षम, समर्थ और तत्पर है। जब एक क्रिस्तान पादरी ने कहा कि गऊ माता के पति, बैल पिता को मैला खाते देखा गया तो उत्तर था ‘वह बैल ईसाई हो गया होगा’। अस्तु।

सत्यार्थ प्रकाश की मुझे सबसे बड़ी देन है : आस्तिकता। मैं दृढ़ आस्तिक हूँ आज। महर्षि दयानन्द सरस्वती के विचार उनकी सच्ची आस्तिकता सत्यार्थ प्रकाश में निहित है। अनेक महानुभाव सत्यार्थ प्रकाश को पढ़कर नास्तिक से आस्तिक बने। महर्षि दयानन्द सरस्वती के शिष्य महाराणा सज्जन सिंह, मेवाड़ नरेश, रावराजा सर नाहर सिंह वर्मा, शाहपुराधीश उनमें मुख्य थे। पंडित गुरुदत्त ने सत्यार्थ प्रकाश पढ़ा किन्तु उनमें नास्तिकता से आस्तिकता आई थी ऋषिवर द्वारा प्राण त्यागने का दृश्य देखकर।

सत्यार्थ प्रकाश ने मेरे समान अनेक मनुष्यों का जीवन सुधार दिया। भविष्य में असीम श्रद्धा से वेदपाठ करने वाले, सत्यार्थ पढ़ने वाले ही होंगे - यह हम आर्यों का विश्वास है - अटूट विश्वास।

- उपवन, 609, सैक्टर-29, नायेडा-3

# आर्य समाज की दृष्टि में योगेश्वर श्रीकृष्ण

- कृष्णदेव शास्त्री

योगीराज श्रीकृष्ण जी देश की उन महान् विभूतियों में से एक हैं जिनका निर्मल यश आज भी विद्यमान है। आज से पांच हजार वर्ष पूर्व उनका जन्म कंस के कारागृह में अर्धरात्रि को हुआ। जिनके जन्म से अन्धेरा उजाले में बदल गया। अन्याय की नींव हिल गई, अत्याचार कांप उठा, पीड़ित तथा सताये हुए प्राणी आनन्दित हो उठे, उनमें पुनः नवजीवन का संचार होने लगा। परन्तु हमारे लिए शर्म की बात है, कि हम ऐसे दिव्यात्मा को अभी तक माखन चोर, गोपियों के साथ खेलने तथा रासलीला करने के नाम से बदनाम किए जा रहे हैं। “चोर-जार-शिरोमणि” के रूप में जिस कृष्ण का चित्रण किया है वह सर्वथा गलत है। क्योंकि इसका अनुमोदन तो महाभारत में भी नहीं है। इस प्रकार आज श्रीकृष्ण का सत्चरित्र मिथ्या और अलौकिक घटनाओं की भस्म में ऐसा छिप गया है कि उसका पता लगाना अब मुश्किल पड़ रहा है। किन्तु फिर भी जितना सत्य उपलब्ध होता है उसी के आधार पर आर्य समाज उन्हें सूर्य और चांद की तरह स्वच्छ पवित्र तथा निर्मल मानता है।

आर्य समाज की दृष्टि में श्रीकृष्ण योगी थे जितेन्द्रिय थे और जितेन्द्रिय होने के कारण अपने शरीर की 16 हजार नस-नाड़ियों को अपने वश में किए हुए थे। परन्तु इस भौतिकता रूपी चहल-पहल के वातावरण में लोगों ने अर्थ का अनर्थ कर उन्हें 16 हजार नारियों का स्वामी बता दिया। और बिना सोचे समझे ही उन बातों पर विश्वास करने लगे हैं। यह अत्यन्त खेद का विषय है कि एक महान् उदारचेता वा आप्तपुरुष का चरित्र जितना महान् व पवित्र है उसको उनके नकली भक्तों ने उतना ही निकृष्ट व अपवित्र बना दिया है। उन्होंने

यह कभी नहीं सोचा कि हम जैसे हैं वैसे ही रह लें, किन्तु अपने प्रेरणा देने वाले एक आदर्श पुरुष को कलंकित तो न करें। यदि हम श्रीकृष्ण के तुल्य नहीं बन सकते तो उन्हें अपने सदृश्य नराधम तो न बनाएं।

पुराणकारों ने श्रीकृष्ण के आदर्श को सम्मुख न रखकर देवलीलाओं की अलौकिक कल्पना कर मानों आकाश में बिना पंख के ही पंखी उड़ा दिया है। श्रीकृष्ण तो देवता थे। उनकी विभूति तो मानवेतर कार्यों में ही प्रकट हो सकती है। उन्होंने तो एक पत्नीव्रत

का पालन कर प्रद्युम्न जैसा वीर पुत्र प्राप्त किया। उनमें शूरता, वीरता, तेजस्विता, नम्रता, शालीनता, चतुराई, धैर्य, साहस आदि गुण कूट-कूट कर भरे हुए थे। वे क्षत्रिय समाज में सर्वश्रेष्ठ वीर समझे जाते थे। जिसके कारण उन्हें कभी कोई परास्त नहीं कर सका था। उन्होंने कंस तथा शिशुपाल जैसे राजाओं को उदण्डता के कारण उनकी जीवन लीला समाप्त कर, जरासंध को भी भीमसेन से मरवा दिया था। काशी, कलिंग गान्धार आदि के राजाओं तथा उनके योद्धाओं को परास्त किया। उन्हें राष्ट्र पुरुष और इतिहास पुरुष की दृष्टि से अद्वितीय कहा जा सकता है। उन्होंने इस राष्ट्र को अपनी बुद्धि से इतना बलवान तथा अपराजेय बना दिया था कि महाभारत के पश्चात् लगभग 3000 वर्ष तक अनेक विदेशी शक्तियां बार-बार प्रयत्न करने पर भी आर्यावर्त को खण्डित नहीं कर सकी। अतः श्रीकृष्ण वेद-वेदांग के अद्वितीय पण्डित तथा शारीरिक बल में अतुलनीय थे उनका गुण, कर्म और स्वभाव आप्त पुरुषों के सदृश है। वे अपने जीवन के प्रत्येक क्षण में अन्तरात्मा से प्रेरित थे, इसीलिए उनका जीवन एक ऐसी पहाड़ी नदी के समान है, जो उछलती-कूदती चट्टानों को तोड़ती दुर्गम उपत्यकाओं में अपना मार्ग बनाती और बरसात में अपने कूल किनारों की मर्यादाओं को भंग करती हुई लगातार आगे बढ़ती चली जाती है।

अवतारवादी श्रीकृष्ण को भगवान् का अवतार मानते हैं। जिसकी पुष्टि में गीता का श्लोक प्रस्तुत करते हैं कि:-

यदा-यदा हि धर्मस्य, ग्लानिर्भवति भारत।

अभ्युत्थानं धर्मस्य, तदात्मानं सृजाम्यहम्।।

परित्राणाय साधूनां, विनाशाय च दुष्कृताम्।

धर्म संस्थापनाथार्य, संभवामि युगे-युगे।।

अर्थात्- श्रीकृष्ण कहते हैं कि जब-जब धर्म की हानि होती है तथा अधर्म, अन्याय और अत्याचार बढ़ जाता है तब-तब मैं शरीर धारण करता हूँ। साधुओं के रक्षण के लिए दुष्टों के दलन के लिए और धर्म की स्थापना के लिए मैं प्रत्येक युग में उत्पन्न होता हूँ।

यह विचारधारा वेद के प्रतिकूल तो है ही स्वयं गीता और श्रीकृष्ण के सिद्धान्तों के भी प्रतिकूल है। श्रीकृष्ण तो वेद-वेदांग के मर्मज्ञ थे। वेद विरुद्ध बातों का उपदेश नहीं कर सकते वे तो सदैव ही अज्ञान, अन्याय और अभाव के विरुद्ध रहे हैं। इसलिए अपने आने वाले समय में भी मैं जन्म लेकर इधर जाऊँ, तब-तब समाज सेवा, धर्म की रक्षा, अधर्म का नाश, साधुओं का रक्षण, दुष्टों का दलन तथा धर्म की स्थापना के लिए ही मेरा सदुपयोग हो सके। परन्तु हमारे लिए यह शर्म की बात है कि हम उन्हें अवतारवाद के सिद्धान्त में फंसाकर अपनों से भी ऊपर ईश्वर के रूप में प्रदर्शित कर रहे हैं। जो कि उनकी गरिमा के लिए सर्वथा अनुपयुक्त ही है। क्योंकि श्रीकृष्ण स्वयं कहते हैं कि:-

न जायते म्रियते वा कदाचित्, नायं भूत्वा भविता वा न भूयः।

अजो नित्यः शाश्वतोऽयं पुराणः, न हन्यते हन्यमाने शरीरे।।

अर्थात्- वह परमात्मा न उत्पन्न होता है न मरता है। वह होकर भी नहीं होता, वह अज है, नित्य है। निरन्तर प्राचीन है। शरीर के नाश होने से वह नाश नहीं होता। इसी प्रकार चारों वेदों में एक भी मन्त्र ऐसा नहीं है जहाँ ईश्वर को शरीरधारी कहा गया हो। वेद में तो ईश्वर को “अकाम्यमस्नाविरम्” अर्थात् शरीर और नश-नाड़ी से रहित कहा गया है। वह तो निराकार रूप में सर्वव्यापक होकर हमारा पालन-पोषण करता है। वह अजर है, अमर है शरीर धारण करने से तो उसके ये गुण समाप्त ही हो जाते हैं। अतः आर्य समाज की दृष्टि में श्रीकृष्ण न तो मानव श्रेणी के निन्दनीय हैं और न ही मानव श्रेणी से ऊपर ईश्वर के रूप में है अपितु एक

आदर्श महापुरुष हैं। जिसके महाभारत का युद्ध एवं गीता के उपदेश सीधे सच्चे प्रमाण है। जब सारा महाभारत कालीन समाज युद्ध के समय सामूहिक भय और सामाजिक त्रास्त से ग्रस्त था। तब ऐसे समय में श्रीकृष्ण कमल की तरह पानी में रहकर भी सर्वथा निर्लिप्त थे। युधिष्ठिर से लेकर धृतराष्ट्र और भीष्म पितामह तक सभी लोग टूटते हैं। घबराते हैं परन्तु एकमात्र श्रीकृष्ण ही ऐसे हैं जो न कभी टूटते हैं न घबराते हैं वे न पछताते हैं, न रोते हैं

और न ही जय-पराजय की चिन्ता करते हैं अपितु वे अनासक्त भाव से घटनाओं का संचालन करते हैं। इसलिए वे नरोत्तम, पुरुषोत्तम और नर से नारायण बनने की क्षमता रखते हैं।

आर्य समाज की दृष्टि में श्रीकृष्ण नीति के पुतले, शील की प्रतिमा, सदाचार के अवतार, वेद विद्या के सागर, आदर्श साम्राज्य के निर्माता, शूर-शिरोमणि, शीलवान तथा निष्ठावान थे। वे ध्येयवादी के साथ व्यवहारवादी भी थे। वे गृहस्थ जीवन के प्रेमी होने के साथ-साथ अत्यन्त संयमी और योगविद्या में पारंगत योगेश्वर भी थे। वे राजा न थे, बल्कि राज निर्माता थे। तथा महाभारत के श्रेष्ठ पुरुष भी वही थे। उनके समान प्रगल्भ बुद्धिशाली, कर्तव्यवान, प्रज्ञावान, व्यवहार कुशल, ज्ञानी एवं पराक्रमी पुरुष आज तक इस संसार में नहीं हुआ। संक्षेप में निःसंकोच कहा जा सकता है कि श्रीकृष्ण भारत की संस्कृति और राष्ट्रीय अस्मिता तथा राष्ट्रधर्म के मूर्तिमन्त्र प्रतीक है।

अन्त में मैं आप लोगों से यही निवेदन करूँगा कि वर्तमान समय में हम इस पावन पर्व जन्माष्टमी पर श्रीकृष्ण के चित्र की पूजा न कर उनके उज्ज्वल धवल चरित्र की पूजा करें। राष्ट्र की एकता के लिए हम उनके चारित्रिक गुणों को अपने जीवन में धारण कर सारे संसार को श्रेष्ठ बनाते हुए सन्मार्ग पर चलें जिससे हमारी सभ्यता और संस्कृति सुरक्षित रह सके और यह भारतवर्ष फिर से विश्व गुरु कहलाए।

देवतुल्य महापुरुष श्रीकृष्ण जी महाराज थे।

वे थे ईश्वरभक्त और परम योगीराज थे।।

देवकी माता, पिता वासुदेव के लाल थे।

दुष्ट नाशक, धर्मरक्षक, सर्वप्रिय गोपाल थे।।

हम प्रण करते हैं कि वैदिक संस्कृति की शाम नहीं होने देंगे।

योगेश्वर श्रीकृष्ण के पवित्र-चरित्र को बदनाम नहीं होने देंगे।।

जब तक नभ में सूरज और चांद रहेगा।

तब तक हम उनकी महानता को गुमनाम नहीं होने देंगे।।



**श्री विवेक मलिक एडवोकेट एवं प्रसिद्ध व्यवसायी श्री विशाल मलिक की पूज्य माता जी श्रीमती सुमित्रा मलिक के शांति यज्ञ एवं श्रद्धांजलि सभा में सम्मिलित होकर स्वामी आर्यवेश जी, स्वामी आदित्यवेश जी, डॉ. वेद प्रताप वैदिक जी, श्री योगेश आत्रेय जी, बहन पूनम आर्या एवं प्रवेश आर्या जी ने दी श्रद्धांजलि परिवार के हितैषीजनों एवं सम्बन्धियों ने सैकड़ों की संख्या में पहुँचकर परिवार को दी सांत्वना**



अमेरिका के प्रसिद्ध शहर सेंट लूईस में रह रहे वहाँ के प्रसिद्ध एडवोकेट एवं मिजूरी स्टेट यूनिवर्सिटी के गवर्नर श्री विवेक मलिक एडवोकेट एवं प्रसिद्ध युवा व्यवसायी एवं समाजसेवी श्री विशाल मलिक की पूज्य माता जी श्रीमती सुमित्रा मलिक का गत 25 जुलाई, 2022 को लम्बी बीमारी के बाद देहावसान हो गया था। उनकी अन्त्येष्टि मलिक फार्म हाऊस, ग्राम-हसनपुर, पंचगांव तावडू रोड, जिला-नूह में आर्य जगत के प्रसिद्ध संन्यासी स्वामी आर्यवेश जी की देख-रेख एवं उपस्थिति में पूर्ण वैदिक रीति से की गई। विदित हो कि स्वर्गीय श्रीमती सुमित्रा मलिक प्रारम्भ से ही आर्य विचारों से ओत-प्रोत थीं। उन्हें आर्य विचार अपने नाना जी के यहाँ से प्राप्त हुए और बाद में अपनी ससुराल ग्राम-आंवली, जिला-सोनीपत में भी उन्हें आर्य विचार

एवं परम्पराओं से जुड़ने का अवसर मिला। उनके पति श्री महेन्द्र सिंह मलिक नाबार्ड में एक उच्च पद पर अधिकारी रहे और वे स्वयं सामाजिक कार्यों में उदारता एवं ईमानदारी के साथ सदैव संलग्न रहते थे। इसी परिवार के एक बड़े बुजुर्ग कन्या गुरुकुल खानपुर के संस्थापक भगत फूल सिंह जी के विशेष सहयोगी रहे जिनका नाम श्री गणेशी लाल मलिक था। ऐसी मजबूत विरासत से जुड़ी श्रीमती सुमित्रा मलिक वर्तमान में स्वामी आर्यवेश जी, स्वामी आदित्यवेश जी, बहन पूनम एवं प्रवेश आर्या आदि से विशेष आत्मीय सम्बन्ध रखती थीं, उनसे विचारों का आदान-प्रदान करती थीं और उनके द्वारा चलाये जा रहे सभी सामाजिक कार्यों में तन-मन-धन से सहयोगी करती थीं। विशेष रूप से गरीब परिवारों की कन्याओं को तो उच्च शिक्षा प्राप्त करने में आर्थिक सहयोग देकर वे अपना अनुकरणीय योगदान देती थीं। मृत्यु से दो दिन पहले उन्होंने अपनी इच्छाएँ व्यक्त करते हुए इस बात पर विशेष बल दिया कि उनकी अन्त्येष्टि पूर्ण वैदिक रीति से की जाये तथा उनकी अस्थियाँ और भस्म स्वामी दयानन्द जी द्वारा दिये गये निर्देश के अनुसार जमीन में दबाकर उन पर एक पेड़ लगा दिया जाये। उल्लेखनीय बात यह है कि उन्होंने अस्थियों के ऊपर लगाये जाने वाले पेड़ का नामकरण भी स्वयं किया और उन्होंने कहा कि वह पेड़



ऐसा होना चाहिए जिसके फल खाकर सभी लोगों को सुकून मिले। जिसके ऊपर पक्षी घोसला बनाकर रहते हुए सुकून महसूस करें और जिसकी छाया में बैठकर सभी लोग सुकून प्राप्त करें इस तरह से उस पेड़ का नाम 'सुकून' रखना चाहिए। श्रीमती सुमित्रा मलिक की अन्तिम इच्छा को मूर्त रूप देने के लिए उन्होंने स्वयं यह दायित्व स्वामी आर्यवेश जी को सौंपा और स्वामी जी ने भी जहाँ वैदिक रीति से अन्त्येष्टि सम्पन्न कराई, वहीं उनकी अस्थियाँ भी जमीन में गहरे गड्ढे में रखकर उसके ऊपर आम का एक सुन्दर पेड़ लगवाया और उनकी भस्म को फार्म हाऊस के सभी पेड़ों के ऊपर डलवाया। उसी क्रम में 5 अगस्त को शांति एवं श्रद्धांजलि सभा का आयोजन किया गया जिसमें परिवार के सभी शुभचिन्तक एवं सम्बन्धीगण सैकड़ों की

संख्या में सम्मिलित हुए। इस शांति यज्ञ में स्वामी आर्यवेश जी के अतिरिक्त, स्वामी आदित्यवेश जी, शास्त्री इन्द्रजीत राणा, बहन प्रवेश आर्या एवं बहन पूनम आर्या, श्री योगेश आत्रेय (भाजपा युवा नेता), फिल्मकार श्री कुलदीप रोहिल, अन्तर्राष्ट्रीय ख्याति प्राप्त पत्रकार एवं मनीषी डॉ. वेद प्रताप वैदिक आदि प्रमुख लोगों ने अपनी श्रद्धांजलि अर्पित की।

स्वामी आर्यवेश जी ने गीता के श्लोक एवं यजुर्वेद के मंत्रों की व्याख्या करके जीवन और मृत्यु की सुन्दर समीक्षा की और मृत्यु के भय एवं शोक से मुक्त होने के लिए सभी परिवारजनों का आध्यात्मिक प्रवचन से मार्ग दर्शन किया।

बहन पूनम आर्या ने माता सुमित्रा मलिक के

व्यक्तित्व को एक प्रेरणादाई व्यक्तित्व बताते हुए कहा कि उनका मनोबल बहुत मजबूत था और अन्तिम समय तक वे एक ही बात कहती रहीं कि अब मेरी यही इच्छा बाकी है कि परमात्मा मुझे अपने शरण में बुला ले।

स्वामी आदित्यवेश जी ने माता सुमित्रा मलिक को श्रद्धांजलि देते हुए कहा कि वे सदैव अपने मातृत्व को प्रदर्शित करते हुए हमें अपना आशीर्वाद देती रहती थीं, उत्साह बढ़ाती थीं और सामाजिक कार्य करने की प्रेरणा देती थीं। ऐसी माता के जाने से समाज एवं परिवार की अपूर्णीय क्षति हुई है।

डॉ. वेद प्रताप वैदिक ने श्रीमती सुमित्रा मलिक को एक महान विदुषी बताते हुए कहा कि जब भी मैं उनसे बात करता था तो उनकी सरलता, सादगी एवं आत्मीयता से अभिभूत हो जाता था। उन्होंने विवेक मलिक तथा विशाल मलिक जैसे योग्य पुत्रों को संस्कारित किया और उसी का ये परिणाम है कि सुदूर अमेरिका में रहते हुए भी वे दोनों भाई सभी प्रकार के दुर्व्यसनों से बचे हुए हैं, इसके पीछे उनकी पूज्य माता जी की प्रेरणा ही काम कर रही है। ऐसी देवी को मैं अपने हृदय से श्रद्धांजलि समर्पित करता हूँ।

शांति यज्ञ की पूरी व्यवस्था बहन प्रवेश आर्या जी ने संभाला। यज्ञवेदी पर श्री विशाल मलिक एवं उनकी धर्मपत्नी श्रीमती कीर्ति मलिक, श्री विवेक मलिक एवं उनकी दोनों बेटियाँ एवं पुत्र विराज, बहन प्रवेश आर्या तथा बहन पूनम आर्या एवं परिवार के अन्य सदस्य विराजमान हुए। पूर्ण वैदिक रीति एवं श्रद्धा भाव से यज्ञ सम्पन्न कराया गया। अन्त में परिवार की ओर से श्री विवेक मलिक ने सभी आगन्तुक महानुभावों का हृदय से धन्यवाद ज्ञापित किया। श्रद्धांजलि सभा में श्रीमती सुमित्रा मलिक के जीवन पर 16 मिनट की एक डाक्यूमेंट्री फिल्म भी दिखाई गई जिसमें उनके जीवन की विविध घटनाओं का वर्णन प्रस्तुत किया गया। प्रसिद्ध युवा समाजसेवी एवं उद्यमी श्री विशाल मलिक ने सभी विद्वानों का दक्षिणा आदि से सत्कार किया और परिवार की ओर से कुछ विशेष संस्थाओं को अपनी माता जी की स्मृति में दान देने का संकल्प भी लिया। शांति पाठ के बाद कार्यक्रम सम्पन्न हुआ।

## स्वस्थ एवं निरोगी रहने के बुनियादी सिद्धान्त

आजीवन निरोगी रहकर दीर्घायु होना भी एक साधना है, एक कला है। इसके लिए नीचे लिखे बुनियादी सिद्धान्तों का पालन करना आवश्यक है।

- अजीर्ण से बचने के लिए कभी भरपेट भोजन न करें। खान-पान में नियंत्रण रखें। आवश्यकतानुसार भूख लगने पर दिन में तीन-चार बार थोड़ा-थोड़ा आहार लिया जा सकता है, किन्तु एक बार में ढूस-ढूस कर पेट भर भोजन करने से बचना चाहिए।
- प्रतिदिन यथासंभव अधिकाधिक मात्रा में प्रवाही आहार लें। पानी, छाछ, लस्सी, मलाईरहित सपरेटा दूध (स्कीम मिल्क) गाजर का रस, फलों का रस, भाजी का रस, गुड़ और नीबू का शरबत एवं गर्म या ठण्डे पानी में शहद और नीबू का रस मिलाकर बनाया गया पेय नियमित रूप से पियें।
- आरोग्य के लिए पोषक और पथ्य भोजन पसंद करें, ताजा और अच्छी तरह पका हुआ भोजन लें क्योंकि ऐसा भोजन सुपाच्य होता है।
- चर्बीयुक्त एवं तले हुए गरिष्ठ भोजन का त्याग करें। साग-भाजी से युक्त सादा भोजन ही पसन्द करें। मिठाई का उपयोग कम से कम करें।
- अपने भोजन में 25 प्रतिशत साग-भाजी और 25 प्रतिशत फलों का समावेश करें। साग-भाजी का कचूर अथवा ककड़ी के साथ खाइये।
- यदि संभव हो तो भोजन के पूर्व अदरक के रस में सेंधा नमक और नीबू का रस मिलाकर पियें। यह रस भूख बढ़ाने वाला है। भोजन में कचूर के साथ अदरक की कतरनें खाइये। दाल-साग में नीबू निचोड़िये अनुकूल हो तो भोजन के बाद छाछ पीना अमृतपान के बराबर है।
- भोजन में चटाखेदार मिर्च-मसालों का उपयोग अनावश्यक और स्वास्थ्य के लिए हानिकर है। मिर्च मुँह और जठर में जलन करती है। नमक अनाज और साग-भाजी की प्राकृतिक मिठास का नाश कर देता है। पके हुए भोजन में ऊपर से नमक कभी न डालें, इससे भोजन के प्राकृतिक सत्वों का नाश होता है। नमक का उपयोग केवल उतना ही करें जितना स्वाद के लिए आवश्यक हो। भोजन में नमक बिल्कुल अनावश्यक है। (देखिए महात्मा गाँधी लिखित 'आरोग्य विषयक सामान्य ज्ञान' पृष्ठ-49)
- कच्ची बिना पकाई साग-भाजी खाइये। ककड़ी, सुबे की भाजी, नोनिया और सरसों की भाजी, मूली, मोगरी, बीट (चुकन्दर), प्याज, हरा लहसुन, हरी प्याज आदि कच्चे स्वरूप में ही थोड़ी मात्रा में लेना चाहिए। दलहन को पीसे या दले बगैर पानी में भिगोकर फनगी निकल आने पर कच्चा खाने से आवश्यक विटामिन 'बी' मिल जाता है। विशेषतः मूँग, चना और उड़द रात को भिगोकर रोज सुबह चबाकर खाने से सभी प्रकार के विटामिनों की कमी पूरी हो जाती है। अंकुरित कच्चा दलहन बेजोड़ आरोग्यप्रद टॉनिक है।
- मौसमी फलों का उपयोग भी आरोग्यप्रद है। आम, जामुन, पपीता, बिजौरा, खट्टे नीबू, मौसम्बी, संतरा, सेब, खरबूजा, तरबूज आदि फल प्रातःकाल में लेना विशेष फायदेमन्द है।
- चूने का क्षार (कैल्शियम) बच्चों व किशोरों की हड्डियों और शरीर की गठन के लिए आवश्यक है। कैल्शियम दूध, फल और हरी सब्जियों से पर्याप्त मात्रा में प्राप्त हो सकता है। शरीर को आवश्यक क्षार प्राप्त हो, इसके लिए भोजन में दूध, फल, साग-भाजी का निःसंकोच उपयोग करें। नमक से इस प्रकार के क्षार प्राप्त नहीं होते।
- भोजन में शक्कर का कम से कम उपयोग करें। शक्कर में कोई पोषक तत्व नहीं है। शक्कर के स्थान पर शहद, देशी शक्कर, गुड़, सूखे मेवे, खजूर, ग्लूकोज, ताड़ का गुड़ आदि

पदार्थों का उपयोग किया जा सकता है।

- भोजन करते समय निम्नलिखित पाँच सूचनाओं पर अमल करें -
- (क) भोजन के प्रथम ग्रास के साथ एक चम्मच हिंगाष्टक चूर्ण अथवा दो चम्मच अदरक का रस, नीबू का रस और नमक मिलाकर लें।
- (ख) लहसुन, अजवाइन, मेथी, पीपर, सोंठ, पीपरामूल, सेंधा नमक और नीबू की बनी चटनी का उपयोग करें।
- (ग) मूँग का पसावन पिया करें।
- (घ) लहसुन की पाँच कलियाँ खाएँ।
- (च) भोजन के अन्त में नीबू का शरबत या ताजे दही की छाछ पियें।
- सुबह चाय-कॉफी का काढ़ा पीने के बदले गर्म पानी में गुड़ और नीबू का रस डाल कर पियें, या तुलसी का काढ़ा पियें।
- साफ दस्त लाने वाले आसन और कसरत करें। शरीर की प्रकृति के लिए अनुकूल कसरतें और आसन प्रतिदिन किया करें।
- कब्जियत दूर करने के लिए प्रतिदिन हर (हरीतकी) का चूर्ण लें। जिस प्रकार फल पककर नीचे टपक पड़ता है उसी प्रकार सरलता से मल का विसर्जन हो जाये ऐसा आयोजन करें।
- प्रातःकाल उठते ही निश्चित समय पर सण्डास जाने की आदत डालिए। 'नियमित पेट साफ तो रोग साफ।' याद रखिए कि अस्सी प्रतिशत रोग पेट की खराबी से ही शुरू होते हैं।
- महात्मा गाँधी अपने 'आरोग्य विषयक सामान्य ज्ञान' नामक ग्रंथ में लिखते हैं कि "जितना हम स्वाद के लिए खाते हैं उतना हमारे शरीर से दृश्य या अदृश्य रूप से फूट कर निकल जाता है। उतनी मात्रा में हम अपना आरोग्य नष्ट करते हैं और स्वयं दुःखी होते हैं। जितना पोषण के लिए पर्याप्त हो उतना ही खाइये।
- कम खाने से शरीर में स्फूर्ति और काम करने की लगन बनी रहती है। भारी शारीरिक श्रम करना हो या भारी मानसिक कार्य करना हो उस समय पेट को खाली रखें।
- यथाशक्ति आसन करने से शक्ति सुरक्षित रहती है। शीर्षासन और सर्वांगासन करने से शरीर के सभी अवयवों को रक्ताभिसरण की गति मिलने से स्वास्थ्य बना रहता है।
- चलने और दौड़ने की कसरतें बड़ी सरल और निर्दोष कसरतें हैं। उन्हें यथाशक्ति करते रहें। दौड़वीर श्री झीणाभाई नायक कहते हैं कि, "दौड़ने से आयु बढ़ती है।" श्री नायक 74 वर्ष की आयु में भी काश्मीर से कन्याकुमारी तक अर्थात् 7000 मील दौड़ते हुए गये थे। आप भी दौड़ने की कसरत करें। जो लोग घर से बाहर खुले में दौड़ने के लिए न जा सकें उन्हें घर में ही 'स्पॉट रनिंग' करना चाहिए अर्थात् एक ही स्थान पर दौड़ना चाहिए। प्रतिदिन तीस-चालीस मिनट दौड़ने का अभ्यास डालें, क्योंकि दौड़ने से निसन्देह आयु में वृद्धि होती है। दौड़ने से मेद नहीं बढ़ता, पेट की चर्बी उतर जाती है और वजन कम होता है। तथा कटिप्रदेश के अंगों को हलन-चलन की जोरदार कसरत मिलने से यकृत और जठर शक्तिशाली बनते हैं। दौड़नेवाले को हृदयरोग, मधुमेह, उच्च रक्तचाप या संधिवात जैसे रोग नहीं होते।
- जब आप थके हुए हों या अत्यधिक काम से ऊब गये हों तब कसरत न करें, आराम करें। स्वास्थ्य प्राप्त करने के लिए बीमार व्यक्ति को पर्याप्त आराम की आवश्यकता है। कसरत रोग का इलाज नहीं है। बीमारी का कारण खोज निकालिए और उसका इलाज कीजिए। अपने डॉक्टर खुद बनिए और निरोगी रहिए।
- नाक से साँस लीजिए। नाक में स्थित बालों के गुच्छों में से

छनकर और आवश्यक उष्णता प्राप्त करके शुद्ध हवा फेफड़ों में प्रवेश करती है। जिससे संक्रामक रोग नहीं होते। दमा और क्षय के रोगियों को नाक से ही साँस लेनी चाहिए। घूमने के लिए जाएँ तब चलते-चलते बातें न करें। मुँह बन्द रखें, ताकि फेफड़ों में हवा के कीटाणु प्रविष्ट न हो सकें।

- सीना निकालकर और नजर को दूर रखकर, तनकर चलना चाहिए। दूरस्थ टावर, खंभे, वृक्ष या वनराजि की ओर नजर रखकर चलना चाहिए।
- महात्मा गाँधी जी कहते हैं कि किसान की भाँति 8 से 10 घण्टे श्रम मेहनत करें। अपने जीवन को श्रमयुक्त बनाएँ।
- खुली हवा में प्रतिदिन क्रिकेट, कबड्डी, खो-खो, वॉलीबॉल, फुटबॉल, टेनिस, बैडमिण्टन, पोलो, हॉकी आदि खेल खेलने का अभ्यास डालिये।
- पाँच हजार वर्ष पूर्व आयुर्वेदाचार्य महर्षि चरक द्वारा कहे गये निम्नलिखित शब्द हमेशा याद रखिए :  
"नियमित योगासन, कसरत, व्यायाम करने वाला व्यक्ति यदि वृद्ध हो तो पुनः जवान बन सकता है। वह कायाकल्प की कीमिया और दीर्घायु तथा स्वास्थ्य की अद्भुत जड़ी-बूटी है। वृद्धावस्था रोकने और पुनः यौवन प्राप्त करने का एकमात्र रामबाण अद्भुत इलाज यही है।"
- आप निवृत्त हों, कोई काम न करते हों और दिन भर बैठे रहना हो तो झूलती कुर्सी (Rocking Chair) का उपयोग करें। कुर्सी के आगे-पीछे हिलने से रक्तभिसरण को सहायता मिलती है।
- सिर में तेल डालते समय सिर के सभी अवयवों को खूब थपथपाइये। प्रतिदिन कान, नाक, आँख, गर्दन और ठोड़ी को मसाज करने, धीमे-धीमे दबाने या थपथपाने की क्रिया करनी चाहिए। ऐसा करने से रुधिराभिसरण को गति मिलेगी, आँखों में मोतियाबिन्द नहीं आयेगा, स्मरणशक्ति तेज रहेगी और उम्र बढ़ने पर भी कान का बहरापन नहीं आयेगा।
- आँखों पर ठण्डा पानी छिड़कते रहिए। प्रतिदिन दातून करते समय, स्नान करते समय, भोजन करने से पूर्व, हाथ पैर मुँह आदि धोते समय आँखों पर पानी छिड़किये। रात में भी सोने से पहले मुँह साफ करके आँखों पर ठण्डा जल छिड़किये।
- केवल देखने के लिए आँखें खोलिए। आवश्यक न हो तो आँखें बन्द रखिए। खाते-पीते समय, बात-चीत करते समय, भोजनोपरान्त आराम के समय, बस या रेल में सफर करते समय सहज भाव से आँखें बन्द रखने का प्रयत्न कीजिए, क्योंकि बन्द आँखें शक्तिप्रद हैं।
- ज्यादा काम, मेहनत या मजदूरी करने से आदमी थक कर चूर हो जाता है किन्तु वह मरता नहीं है। वह मरता है सिर्फ चिन्ता, भय और उद्वेग से।
- निवृत्त होने के बाद कोई ऐसा शौक (Hobby) अपना लीजिए जो आपको हमेशा प्रवृत्तिमय रखे।
- प्रतिदिन एकान्त में ध्यान, धारणा, समाधि लगाकर बैठिए। एक घण्टा सेवा पूजा में बिताइये। आँखें बन्द करके अपने इष्ट देव का ध्यान कीजिए।
- फिक्र को निगलकर शान्त और प्रसन्न चित्त से भोजन करें। आनन्द प्रमोद करते बच्चों के साथ विनोद करते-करते भोजन करें। क्लेशपूर्ण वातावरण में गंभीर बन कर भोजन करने से पाचन शक्ति को बहुत हानि पहुँचती है।
- 'अति सर्वत्र वर्जयेत्' - सभी जगह अतिरेक का त्याग करें। अधिक मात्रा में आहार, भय, निद्रा और मैथुन, अत्यधिक बातचीत, ज्यादा उपवास, आवश्यकता से अधिक व्यायाम आदि से हमेशा बचें। अत्यधिक

# यज्ञकर्ता की परमेश्वर रक्षा करता है ।

- डॉ. अशोक आर्य

मानव अपने जीवन में अपरिमित सुखों की कामना करता है। सुख तब ही मिलते हैं जब वह अपने जीवन को इस ढंग से चलावे कि उसे सदा सुख ही सुख मिलें। अपने जीवन को यज्ञ मय बनाना ही सुखों की प्राप्ति का मुख्य साधन है। इस साधन की प्राप्ति के लिए जिस प्रकार यज्ञ सब के लिए हितकर होता है, हम भी स्वयं को सर्वजन हिताय बनावें। प्राणायाम के माध्यम से शरीर को तपाकर जितेन्द्रिय बनावें। जितेन्द्रिय बने बिना हम कभी भी यज्ञमय नहीं बन सकते तथा जितेन्द्रिय बनने पर ही हम अपने आप को यज्ञ मय बना कर उस प्रभु की दृष्टि में ऊँचा उठकर उच्च बना सकते हैं। तब ही वह पिता हमारी रक्षा करने को आगे आता है। इस तथ्य को साम वेद के मन्त्र संख्या 16 में इस प्रकार कहा है -

प्रति त्वं चारुमध्वरम गोपीथाय प्रहुयसे ।

मरुदिभरग्न आगाही ॥ सामवेद 16 ॥

1) यज्ञ ही जीवन का प्रथम व आवश्यक कर्म हो :-

हे अग्ने ! आप को हम उस चारणीय तथा करने योग्य हिंसा रहित यज्ञ में हमारी इन्द्रियों की रक्षा करने के लिए पुकारते हैं। यह मनुष्य का पुनीत कर्तव्य है कि वह अपनी प्रत्येक इन्द्रिय से उत्तम व पुनीत यज्ञ आदि कर्म करे। मनुष्य की दिनचर्या में यज्ञ का मुख्य स्थान रहे। यज्ञ के बिना वह कुछ भी ग्रहण न करे। यग्य ही जीवन का आवश्यक कर्म हो। यही मनुष्य का प्रथम कर्तव्य है। इस सब तथ्य को इस मन्त्र में चारु शब्द के अनतर्गत लिया गया है।

2) हमारा कोई भी कार्य हिंसक प्रवृत्ति का न हो :-

हमारे लिए प्रतिदिन यज्ञ को जीवन का दैनिक

व्यवस्था का प्रथम कर्तव्य निर्धारित किया है। हमारी प्रत्येक गतिविधि की, प्रत्येक कार्य की सदा यह प्रवृत्ति हो कि हम अपने कार्य अहिंसक रूप में करें। हिंसा को पास न आने दें। मन्त्र भी अध्वर के माध्यम से मन्त्र कहता है कि हिंसा नहीं करें। वेड तो सब का भला चाहता है, जो हिंसा से नहीं हो सकता। इसलिए सब का भला करने के लिए हमें ऐसे ढंग अपनाते होते हैं जिससे सब प्राणियों का भला हो। यही हमारे कार्य के श्रेष्ठता तथा यही यज्ञ रूपता की कसौटी है।

3) प्रभु स्मरण से आसुरी प्रवृत्तियाँ दूर होती हैं :-

मन्त्र तो सब का भला करने, सब पर दया करने की प्रेरणा देता है किन्तु मानव प्रवृत्ति इस के सदा ही उलट बनी रहती है। इस कारण ही हमारी इन्द्रियों पर सदा आसुर प्रवृत्तियों का आक्रमण होता रहता है अर्थात् हमारी प्रवृत्तियाँ आसुरी प्रवृत्ति से ग्रसित रहती हैं। आसुरी कार्यों का हमारी इन्द्रियों पर शीघ्र ही प्रभाव हो जाता है। यह ही कारण है कि हमारी इन्द्रियाँ निर्माणात्मक कार्यों को छोड़ कर विनाशात्मक, ध्वंसात्मक कार्यों की ओर लग जाती है।

4) प्राणों की साधना आवश्यक :-

जब हमारी इन्द्रियाँ आसुरी प्रवृत्तियों की ओर बढ़ती हैं तो हम स्वयं को यज्ञ आदि शुभ कर्मों में प्रवृत्त कर अपनी इन्द्रियों की रक्षा के लिए परमपिता पारमात्मा को पुकारते हैं, उसका स्मरण करते हैं। प्रभु का स्मरण ही आसुरी प्रवृत्तियों को दूर करने का एक मात्र उपाय है।

मन्त्र कहता है कि हे प्रभो! प्राणों के साथ आईये। अर्थात् प्राण वायु जो हैं वह हमें प्राप्त हो। हम प्राणायाम

के माध्यम से इस वायु को प्राप्त करें। इस प्रकार आप हमें प्राप्त हों। इस सब से जो तथ्य उभर कर सामने आता है, वह है कि हमारी इन्द्रियों की रक्षा के लिए प्राणों की साधना अर्थात् प्राणायाम आवश्यक होता है। इसके बिना इन्द्रियों की साधना संपन्न ही नहीं हो सकती।

5) इन्द्रियों की साधना व यज्ञ न नष्ट होने दें :-

उपनिषदों का भी यह कथन है कि जब असुरों ने सब इन्द्रियों पर आक्रमण कर उन्हें परास्त कर दिया परन्तु जब उन्होंने प्राणों पर उन्हें ध्वस्त करने के लिए आक्रमण किया तो वह इस प्रकार धुलधुसरित हो गए जिस प्रकार कि कठोर पत्थरों से टकराकर मिट्टी के ढेले बिखर कर गिर जाते हैं। इस से स्पष्ट है कि इन्द्रियों की साधना हमें पत्थर के सामान कठोर बना देती है। इस लिए हम प्राणायाम के माध्यम से इन्द्रियों की साधना तथा यज्ञ को कभी नष्ट न होने दें।

6) श्रेयोमार्ग स्थायी सुख का साधन :-

भोगवाद से कुछ समय के लिए लाभ अथवा सुख अवश्य मिलता है किन्तु यह क्षणिक सुख अनुपासेय होता है। इसका स्थायी लाभ नहीं होता। यह कुछ अल्प अल्प समय के लिए तो मैत्री स्थापित करता है किन्तु स्थायी मैत्री इससे नहीं मिलती। स्थायी लाभ के लिए स्थायी सुख के लिए तो श्रेयो मार्ग अपनाना ही आवश्यक होता है। सुख के इस श्रेष्ठ मार्ग पर सबका चल पाना संभव नहीं होता। कुछ विरले लोग ही, जो धीर होते हैं, धैर्य वाले होते हैं, वही ही इस मार्ग को अपना पाते हैं। हम भी इन थोड़े से लोगों में से एक बने तथा श्रेयस मार्ग पर चल कर विश्व कल्याण के लिए यज्ञ मय मार्ग अपनावें।

पिछले पृष्ठ का शेष

## स्वस्थ एवं निरोगी रहने के बुनियादी सिद्धान्त

कार्यभार भी न उठाएँ। शरीर की शक्ति और अनुकूलता के अनुसार श्रम करें।

- शोक, भारी चिन्ता, उद्वेग, भय और क्रोध मनुष्य के भारी प्राणघातक शत्रु हैं। आयु कम करने में ये सारी बातें यमराज का काम करती हैं। क्रोध से मृत्यु होने के कई उदाहरण देखने को मिलते हैं।
- दिल खोलकर हंसना जीवन का सौभाग्य है। इतना हंसिए कि शरीर के अणु-अणु काँप उठें। उन्मुक्त हास्य से रक्ताभिसरण में बाढ़ सी आ जाती है और चेहरा लाल सुर्ख हो जाता है। रोग को दूर करने और शरीर का गठन करने में हास्य के समान और कोई औषधि नहीं है। वह कुदरत की निःशुल्क, सीधी-सादी तथा सरल दवा है।
- हर बात में असंतोष प्रकट करने से कोई सिद्धि प्राप्त नहीं होती। आप अपने दुःख, अपनी तकलीफें प्रातः प्रार्थना के समय भगवान के आगे निवेदन करें। अन्य व्यक्ति के सामने अपना दुःख रोने से तो केवल हताशा और निराशा ही हाथ लगेगी। हमेशा संसार को सुन्दर रूप में देखने का दृष्टिकोण अपनाइये।
- स्वर्ग और नरक इस संसार में ही हैं। स्वर्ग का अलग कहीं कोई अस्तित्व नहीं है। प्रसन्न चित्त ही स्वर्ग है। वास्तव में शोक, भय, उद्वेग और क्रोध से घिरे हुए लोग ही इस दुनिया में नरक भोगा करते हैं।
- महात्मा गाँधी 'आरोग्य विषयक सामान्य ज्ञान' नामक अपने ग्रन्थ के पृष्ठ 121 पर लिखते हैं :-  
"सब धर्मों ने इस देह को ईश्वर से मिलने, उसे पहचानने का स्थान माना है। उसे दैवी गृह कहा है। हमें तो केवल किराये पर मिला है और किराये के रूप में गृहस्वामी को केवल उसकी स्तुति और प्रार्थना ही देनी है। भाड़ा चिड़ी की दूसरी शर्त यह है कि उस घर का दुरुपयोग न किया जाये। उसे बाहर और अन्दर से साफ सुथरा और सुन्दर

रखें और जिस हालत में हमें मिला है उसी हालत में हम उसे गृह स्वामी को अवधि पूरी होने पर लौटा दें। यदि हम भाड़ा-चिड़ी की सभी शर्तों का पालन करते हैं तो गृह स्वामी अवधि पूरी होने पर हमें इनाम देता है और अपना उत्तराधिकारी भी नियुक्त कर देता है।"

वास्तविक आरोग्य प्राप्त करने के लिए हमें अपनी स्वादेन्द्रिय जीभ पर विजय प्राप्त करनी चाहिए। ऐसा करने से हमारी अन्य विषयेन्द्रियाँ स्वयमेव नियमित हो जाती हैं। जो इन्द्रियों को वश में कर लेता है, वह जगत को अपने वश में कर सकता है, क्योंकि ऐसा मनुष्य ईश्वर का उत्तराधिकारी, उसका अंश बन जाता है। राम रामायण में, कृष्ण गीता में, खुदा कुरान में और क्राइस्ट बाईबिल में नहीं हैं, ये सभी मनुष्य के चारित्र्य में हैं; चारित्र्य नीति में और नीति सत्य में है। सत्य ही शिव है, हम उसे जो भी कहना चाहें वही है। यह तत्व तत्र-तत्र आरोग्य में दिखाई देता है - यही इस प्रयास का मूल हेतु है।"

● वृद्धावस्था में इन नियमों का पालन करें :-

(क) ब्राह्ममुहूर्त में उठिये। (ख) सबेरे नाश्ता न करें। दोपहर के भोजन में मिताहारी बनें। रात्रि भोजन में प्रवाही और हल्का आहार पसन्द करें। (ग) प्रतिदिन दो बार पाखाना जाने की आदत डालें। (घ) कब्जियत को नियंत्रण में रखने के लिए हमेशा हर्ष का सेवन करें। (ङ) मिर्च, नमक और अन्य मसालों से रहित, सादा, सुपाच्य, संतुलित और पथ्यकर आहार पसंद करें। (च) हफ्ते में दो-तीन बार हल्के हाथों तेल-मालिश करें। (छ) वृद्धावस्था में संतोषी, संयमी और स्थितप्रज्ञ बनकर प्रवृत्तिमय जीवन बिताएँ। (ज) परोपकार और सेवा के कार्यों में व्यस्त रहें, हमेशा कार्यरत रहें। (झ) अपने अनुकूल कोई न कोई कसरत करते रहें। यथाशक्ति घूमने-टहलने भी जाया करें। 'How to live hundred years'? (सौ वर्ष

कैसे जियें?) के लेखक श्री लुईस कार्नरो जब 86 वर्ष के थे, तब 24 घण्टों में केवल 12 औंस आहार लेते थे, जो उनके लिए पर्याप्त था। इस प्रकार वे 102 वर्ष तक जिये थे। आप भी उम्र बढ़ने के साथ अल्पाहारवाला संयमित भोजन निर्धारित करें तभी दीर्घ आरोग्य भोगेंगे। याद रखिए व्याधिरहित वृद्धत्व मनुष्य मात्र का जन्मसिद्ध अधिकार है।

- बुखार और सर्दी जैसे सामान्य रोगों का शान्तिपूर्वक सामना करें। घबराहट न फैलाएँ, आकुल व्याकुल न बनें, एकदम डॉक्टर के पास न जाएँ। शान्तिपूर्वक आत्मखोज करके रोग का कारण ढूँढ़ निकालिए। सर्वप्रथम गरिष्ठ भोजन लेना बन्द कर दें। उपवास करें अथवा गर्म पानी और प्रवाही खुराक पर निर्भर रहें। पेट के 'आम' को साफ हो जाने दें। डॉक्टर कहीं दवा-दारू के सपाटे में लेकर कुछ का कुछ उल्टा सीधा करके आपको विपत्तियों की खाई में न धकेल दें इसका ध्यान रखें।
- आजकल दवाओं की ओर होने वाली इस अन्धी दौड़ ने तो सत्यानाश कर डाला है। दवा से रोग भले ही मिटे या न मिटे, किन्तु वह नये रोग की बुनियाद अवश्य डालती जाती है। अतः दवा का त्याग कीजिए।
- घर में आरोग्य विषयक पुस्तकों का संग्रह करें। उन्हें बार-बार पढ़ें। प्राकृतिक नियमों का अध्ययन करके उन पर अमल करें।
- निम्नलिखित बातें दीर्घायु होने में बाधक हैं :-  
(क) रात्रि में दही खाना, (ख) अति मैथुन, (ग) अति आहार अर्थात् पेटपन, (घ) व्यसन।  
उपर्युक्त प्राकृतिक नियमों का पालन करने वाला व्यक्ति सदैव निरोगी रहता है और सौ वर्ष से भी अधिक जीता है।  
किसी संत पुरुष ने एक सुनहरा नियम बताया है :-  
"पाँव को गरम, पेट को नरम, सिर को रखो ठण्डा।  
फिर भी अगर आए डॉक्टर तो मारो उसको डण्डा।"

सोशल मीडिया के  
माध्यम से  
स्वामी आर्यवेश जी  
से जुड़ें



आर्य समाज के त्यागी, तपस्वी एवं तेजस्वी संन्यासी स्वामी  
आर्यवेश जी से जुड़ने के लिए इस लिंक पर क्लिक करें :-  
[www.facebook.com/SwamiAryavesh](http://www.facebook.com/SwamiAryavesh) व  
फेसबुक पेज को लाइक करें तथा अन्य मित्रों को भी प्रेरित करें।  
ई-मेल : [aryavesh@gmail.com](mailto:aryavesh@gmail.com)  
Tel. :-011-23274771

प्रतिष्ठा में :-

अवितरण की दशा में लौटाएँ -  
सार्वदेशिक आर्य प्रतिनिधि सभा  
"दयानन्द भवन" 3/5 आसफ अली रोड, नई दिल्ली-110002

!! ओ३म् !!  
क्रांतिकारी आर्य संन्यासी, लाखों बंधुआ मजदूरों को  
पुनर्वासित करवाने वाले, मानव अधिकारों के अंतर्राष्ट्रीय  
प्रवक्ता, वसुधैव कुटुम्बकम् की भावना को समर्पित  
स्वामी अग्निवेश जी की द्वितीय पुण्यतिथि के अवसर पर



संकल्प सभा एवं सम्मान समारोह

दिनांक: 11 सितम्बर, रविवार, 2022, प्रातः 10 बजे से 2 बजे तक

स्थान:- अग्नि योग आश्रम, ग्राम- बहलपा, गरुग्राम (हरियाणा)

इस अवसर पर विश्व प्रसिद्ध पत्रकार डॉ. वेदप्रताप  
वैदिक जी, वैदिक विद्वान आचार्य वेदप्रकाश  
श्रोत्रिय जी को सम्मानित किया जाएगा

आयोजक:- बंधुआ मुक्ति मोर्चा, 7जंतर मंतर रोड, नई दिल्ली

संपर्क: 011-23367943

!! ओ३म् !!  
सार्वदेशिक आर्य प्रतिनिधि सभा द्वारा  
25 हजार वेद सैट प्रकाशित करने की महत्वाकांक्षी योजना



घर-घर तक पहुँचाई जायेगी  
परमात्मा की वेद वाणी

चारों वेदों का सम्पूर्ण हिन्दी भाष्य

भारी छूट पर  
उपलब्ध

(महर्षि दयानन्द, तुलसीराम स्वामी  
एवं पं. क्षेमकरण दास कृत)

(10 खण्ड, 9 जिल्दों में)

मात्र

3100/- में

एक वेद सैट मात्र 3100/- रुपये में उपलब्ध है।

10 अथवा उससे अधिक वेद सैट लेने पर  
लागत मूल्य 4100/- रु. में 30 प्रतिशत की छूट दी जायेगी

प्रत्येक आर्य समाज, स्कूलों के पुस्तकालयों, वाचनालयों तथा प्रत्येक घर में परमात्मा की वाणी वेदों का होना आवश्यक है। अधिक से अधिक संख्या में अग्रिम  
आदेश भेजकर भारी छूट का लाभ उठाएँ। डाक व्यय 300/- रुपये अलग से देना होगा। प्रारम्भिक स्तर पर 25 हजार वेद सैट प्रकाशित करने की योजना क्रियान्वित  
स्वामी आर्यवेश 'सार्वदेशिक आर्य प्रतिनिधि सभा' के नाम 'चैक/बैंक ड्राफ्ट द्वारा "दयानन्द भवन" 3/5 आसफ अली रोड, नई दिल्ली-2 के पते पर अग्रिम  
भेजकर अपना वेदों का सैट बुक करा सकते हैं।

-: प्रकाशक :-

सार्वदेशिक आर्य प्रतिनिधि सभा, "दयानन्द भवन" 3/5 आसफ अली रोड, नई दिल्ली-110002 • दूरभाष :- 011-23274771

!! ओ३म् !!  
"कृण्वन्तो विश्वमार्यम्"  
गुरुकुल धीरणवास (हिसार)  
की स्थापना के 50 वर्ष पूर्ण होने पर  
गुरुकुल धीरणवास, हिंसा  
गुरुकुल धीरणवास, हिंसा

**गुरुकुल स्थापन दिवस  
एवं जन्माष्टमी समारोह**

दिनांक: 19 अगस्त 2022, शुक्रवार  
समय: प्रातः 10 बजे से 2 बजे तक  
स्थान: गुरुकुल धीरणवास  
जिला हिंसा, हरियाणा  
मुख्य वक्ता: **त्यागमूर्ति पूज्य स्वामी आर्यवेश जी**  
कुलपति, गुरुकुल धीरणवास  
भजन: श्रीमती संगीता आर्या, सहरानपुर

निवेदक: समस्त सदस्य, गुरुकुल धीरणवास, जिला हिंसा, हरियाणा  
संपर्क: 7015259713, 8708847583, 9817146902

सार्वदेशिक सभा के कार्यकर्ता  
श्री माधो सिंह के भाई  
श्री हीरा सिंह जी का असमय निधन

सार्वदेशिक आर्य प्रतिनिधि सभा के  
अवकाश प्राप्त कार्यकर्ता श्री माधो सिंह जी के



स्व० हीरा सिंह पडियार  
10.07.2022

भाई श्री हीरा सिंह जी का  
गत 10 जुलाई,  
2022  
(रविवार) को  
असमय निधन  
हो गया। श्री  
हीरा सिंह जी  
माधो सिंह के  
तीसरे नम्बर के भाई थे। श्री हीरा सिंह जी के  
एक सुपुत्र तथा तीन सुपुत्रियाँ सभी विवाहित हैं।  
उन्होंने अपने पीछे भरा-पूरा परिवार छोड़कर गये  
हैं। उनके निधन से परिवार में जो रिक्तता आई  
है उसे कभी पूरा नहीं किया जा सकता है, उनके  
निधन से परिवार की अपूर्णीय क्षति हुई है।  
विदित हो कि माधो सिंह सभी भाई एवं बहन में  
सबसे बड़े हैं। माधो सिंह अपने माँ-बाप के चार  
भाई तथा एक बहन हैं। इससे पूर्व भी माधो सिंह  
के दूसरे नम्बर के भाई का भी लम्बी बीमारी के  
बाद देहावसान हो गया था और अब तीसरे भाई  
का निधन उनके लिए विशेष आघात देने वाला  
है। परन्तु परमात्मा के नियम के सामने हम सब  
लोगों के समक्ष नतमस्तक होने के अतिरिक्त  
अन्य कोई विकल्प नहीं होता। स्वामी आर्यवेश  
जी ने सार्वदेशिक आर्य प्रतिनिधि सभा की ओर  
से श्री हीरा सिंह जी के निधन पर गहरा दुःख  
प्रकट करते हुए अपनी श्रद्धांजलि अर्पित की  
तथा दिवंगत आत्मा की शांति एवं सद्गति के  
लिए ईश्वर से प्रार्थना की।