पंजीकरण सं. आर.एन. 40596/83, डाक पंजी. संख्या-डी.एल. (एन.)/084/2012-14

इस अंक का मूल्य 2 रुपये

॥ ओ३म् ॥

# युवा उद्घोष

केन्द्रीय आर्य युवक परिषद् (पंजीकृत) का पाक्षिक शंखनाद

कार्यालय : आर्य समाज कबीर बस्ती, दिल्ली-110007, चलभाष : 9810117464, 9868051444

महर्षि दयानन्द जन्मोत्सव एवं आर्य समाज स्थापना दिवस पर केन्द्रीय आर्य युवक परिषद् को अपना आर्थिक सहयोग कम से कम 101/- रुपये अवश्य भिजवायें।
नव विक्रमी सम्वत्सर हार्दिक शुभकामनाएं व बधाई
-डॉ. अनिल आर्य राष्ट्रीय अध्यक्ष

वर्ष-28 अंक-18 फाल्गुन-2068 दयानन्दाब्द 189 16 फरवरी से 29 फरवरी 2012 (द्वितीय अंक) कुल पृष्ठ 4 वार्षिक शुल्क 48 रु.
E-mail : aryayouth@gmail.com aryayouthgroup@yahoogroups.com Website : www.aryayuvakparishad.com

## केन्द्रीय आर्य युवक परिषद् के तत्वावधान में

# 188 वें महर्षि दयानन्द जन्मोत्सव पर जन्तर मन्तर पर प्रदर्शन

## महर्षि दयानन्द सरस्वती के जन्मोत्सव पर ''सार्वजनिक अवकाश'' की सरकार से मांग

## मानव मात्र में समानता का सन्देश महर्षि दयानन्द ने दिया-स्वामी आर्यवेश

यज्ञ के ब्रह्मा आचार्य गवेन्द्र शास्त्री यज्ञ करवाते हुए साथ में स्वामी आर्यवेश, डॉ. अनिल आर्य, श्री राम हेत आर्य एवं ओमप्रकाश डंग आदि
द्वितीय चित्र में उद्घोष करते डॉ. अनिल आर्य, प्रवीन आर्य, स्वामी धर्मेश्वरानन्द जी, स्वामी आर्यवेश जी, स्वामी चन्द्रवेश जी व स्वामी वेदानन्द सरस्वती आदि।

नई दिल्ली। बृहस्पतिवार दिनांक 16 फरवरी 2012, केन्द्रीय आर्य युवक परिषद् नई दिल्ली के तत्वावधान में आर्य समाज के संस्थापक महर्षि दयानन्द सरस्वती के जन्मोत्सव पर ''सार्वजनिक अवकाश'' की मांग को लेकर जन्तर मन्तर पर विशाल धरने व प्रदर्शन का आयोजन किया गया। धरने में दिल्ली व आस पास के क्षेत्रों से हजारों आर्य समाजियों ने हिस्सा लिया।

धरने के अध्यक्ष स्वामी आर्य वेश (महामंत्री सार्वदेशिक सभा संचालन समिति) ने कहा कि महर्षि दयानन्द समग्र क्रान्ति के अग्रदूत थे। सबसे पहले सामाजिक समरसता व भाई चारे का सन्देश स्वामी दयानन्द ने दिया। स्वामी दयानन्द से प्रेरणा पाकर हजारों नौजवान देश की आजादी की लड़ाई में कूद पड़े। समाज के आमूल चूल परिवर्तन में महर्षि दयानन्द के योगदान को कोई भी इतिहासकार नकार नहीं सकता। उन्होंने महर्षि दयानन्द के जन्म दिवस पर सार्वजनिक अवकाश घोषित करने की मांग की।

केन्द्रीय आर्य युवक परिषद् के राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ. अनिल आर्य ने कहा कि महर्षि दयानन्द सा व्यक्तित्व पूरे विश्व में कोई और दिखाई नहीं देता। महर्षि दयानन्द ने हिन्दी भाषा के प्रचार प्रसार में अमूल्य योगदान दिया, उन्होंने कहा कि हिन्दी ही पूरे भारत को एक सूत्र में पिरो सकती है। महर्षि दयानन्द ने कहा था कि कोई कितना ही करे पर स्वदेशी राज सर्वोत्तम है, महर्षि दयानन्द का शिक्षा के क्षेत्र में सामाजिक कुरीतियों के उन्मूलन के क्षेत्र में देश की आजादी की लड़ाई में उल्लेखनीय योगदान रहा, डॉ. आर्य ने महर्षि दयानन्द के जीवन चरित्र को विद्यालयों के पाठ्यक्रम में प्रमुख स्थान देने की मांग की, जिससे नयी पीढ़ी उनके बारे में जान सके।

वैदिक विद्वान् डॉ. जयेन्द्र आचार्य ने कहा कि समाज सुधारक समाज के पथ प्रदर्शक होते हैं, उनके जन्म दिवस पर अवकाश होना ही चाहिये। धरने का शुभारम्भ आचार्य गवेन्द्र शास्त्री ने यज्ञ के साथ करवाया।

इस अवसर पर महामंत्री महेन्द्र भाई, स्वामी चन्द्रवेश जी, स्वामी वेदानन्द सरस्वती, भारतेन्द्र मासूम, रमेश योगी, सावित्री चावला, रोशन लाल आर्य, कांतिप्रकाश आर्य, प्रमोद चौधरी, प्रवीन आर्य, कैप्टन अशोक गुलाटी, आचार्य वीरेन्द्र विक्रम, शिशुपाल आर्य, सरोज भाटिया आदि ने विचार रखे। प्रमुख रूप से देवेन्द्र भगत, अनुराग मिश्रा, वेदप्रकाश आर्य, सुरेश आर्य, चतरसिंह नागर, ब्र. दीक्षेन्द्र, यशोवीर आर्य, यज्ञवीर चौहान, दुर्गाप्रसाद कालरा, सोहनलाल मुखी, अमीर चंद रखेजा, लक्ष्मी सिन्हा, पी.के. मित्तल, के.के. यादव, देवदत्त आर्य, नरेन्द्र सुमन, के.एल. राणा, राजेश मेहन्दीरता, राम प्रसाद बरेजा, नफे सिंह देसवाल, सुदर्शन किंगर, श्यामलाल (बागेश्वर), रामहेत आर्य, सुरेन्द्र शास्त्री, राकेश भटनागर, विम्मी अरोड़ा, ओमबीर सिंह, विजयारानी शर्मा, गजेन्द्र चौहान आदि उपस्थित थे। प्रधानमंत्री व दिल्ली की मुख्यमंत्री को ज्ञापन भी दिया गया।

**केन्द्रीय आर्य युवक परिषद् के तत्वावधान में**
**शहीद भगत सिंह, राजगुरु, सुखदेव के बलिदान दिवस पर**
**आतंकवाद विरोधी दिवस**
**शुक्रवार, दिनांक 23 मार्च 2012, प्रातः 10 से 1 तक**
**स्थान : जन्तर मन्तर, नई दिल्ली**
**अफजल गुरु, कसाब को फांसी दो**
**-डॉ. अनिल आर्य,** संयोजक

जन्तर मन्तर पर आयोजित केन्द्रीय आर्य युवक परिषद् के धरने का सुन्दर व प्रभावी दृश्य

# बोधोत्सव को सार्थकता प्रदान करें

–महात्मा चैतन्यमुनि

महर्षि दयानन्द सरस्वती जी को शिवरात्रि को इस तथ्य का बोध प्राप्त हुआ कि यह शिवलिंग सच्चा शिव नहीं हो सकता है तथा उसके बाद उन्हें बहिन और चाचा की मृत्यु से इस बात का भी बोध हुआ कि जिस भी शरीर का जन्म हुआ है उसका अन्त भी एक न एक दिन अवश्य होना है। उन्होंने अपने आगामी जीवन में कठोर परिश्रम के द्वारा इस बोध को प्रतिबोध की यात्रा तक पहुंचाने का सार्थक कार्य किया। बोधोत्सव मनाने की सार्थकता इसी में है कि हम भी बोध से प्रतिबोध तक की यात्रा को पूर्णता प्रदान करें। महर्षि दयानन्द सरस्वती जी सत्यार्थ प्रकाश के नवम समुल्लास में प्रश्न उठाते हैं–मुक्ति किसको कहते हैं? उत्तर–**मुंचन्ति पृथग्भवन्ति जना यस्यां सा मुक्तिः।** जिसमें छूट जाना हो उसका नाम मुक्ति है। प्रश्न–किससे छूट जाना? उत्तर–जिससे छूटने की इच्छा सब जीव करते हैं। प्रश्न–किससे छूटने की इच्छा करते हैं? उत्तर–जिससे छूटना चाहते हैं। प्रश्न–किससे छूटना चाहते हैं? उत्तर–दुःख से। प्रश्न–छूटकर किसको प्राप्त होते और कहां रहते हैं? उत्तर–सुख को प्राप्त होते और ब्रह्म में रहते हैं। प्रश्न–मुक्ति और बन्ध किन–किन बातों से होता है? उत्तर–परमेश्वर की आज्ञा पालने, अधर्म, अविद्या, कुसंग, कुसंस्कार, बुरे व्यसनों से अलग रहने और सत्य भाषण, परोपकार, विद्या, पक्षपात रहित न्याय, धर्म की वृद्धि करने, पूर्वोक्त प्रकार से परमेश्वर की स्तुति प्रार्थना और उपासना अर्थात् योगाभ्यास करने, विद्या पढ़ने–पढ़ाने और धर्म से पुरुषार्थ कर ज्ञान की उन्नति करने, सबसे उत्तम साधनों को करने और जो कुछ करे वह सब पक्षपात रहित न्यायधर्मानुसार ही करें इत्यादि साधनों से मुक्ति और इनसे विपरीत ईश्वर आज्ञा भंग करने आदि काम से बन्ध होता है।

इन पंक्तियों में जहां उन्होंने बन्धन के कारणों का विवेचन किया है वहीं दूसरी ओर मुक्ति के साधन भी विस्तार से बता दिए है। जब तक हम उपरोक्त आदेशानुसार अपने जीवन को नहीं बनाएंगे तब तक हम अपने स्वरूप में स्थित नहीं हो सकते हैं। अपने में स्थित हुए बिना मुक्ति और परमात्मा सिद्धि की बात कल्पना मात्र ही रह जाएगी। इसी समुल्लास में वे लिखते हैं–प्रश्न–बद्ध कौन है? उत्तर–जो अधर्म अज्ञान में फंसा हुआ जीव है। प्रश्न–बन्ध और मोक्ष स्वभाव से होता है वा निमित्त से? उत्तर–निमित्त से क्योंकि जो स्वभाव से होता तो बन्ध और मुक्ति की निवृत्ति कभी नहीं होती। इस प्रकार वे बन्धन का कारण मुख्य रूप से अधर्म और अज्ञान को मानते हैं। समस्त दुःखों से छूटकर सर्वदा आनन्द में रहना मुक्ति और आवागमन के चक्कर में भटकते रहना ही बन्धन है। इस क्रम में बन्धन से छूटने और मुक्ति प्राप्त करने का चिन्तन गहराई से करना चाहिए। बोध से हमें प्रतिबोध की ओर अग्रसर होना है। बोध तो केवल वाक्यजन्य ज्ञान है मगर प्रतिबोध है निदिध्यासन द्वारा उस ब्रह्म की अनुभूति करके मुक्ति को प्राप्त करना। वेद में कहा गया है–

**ऋषो बोधप्रतीबोधवस्वप्नो यश्च जागृविः।**
**तौ ते प्राणस्य गोप्तारौ दिवानक्तं च जागृताम्॥** (अथर्व. 5.30.10)

बोध और प्रतिबोध दो देखने वाले हैं जो एक एक न सोने वाला और जागने वाला है। हमारे प्राण के ये दोनो रखवाले दिन–रात जागते रहें। व्यक्ति को बन्धन के कारणों का बोध तो हो गया मगर यदि उसने उन्हें दूर करने के लिए प्रयास नहीं किया तो वह बन्धन से नहीं छूट सकेगा। इसीलिए महर्षि जी नौवें समुल्लास के प्रारंभ में ही लिखते हैं–

**विद्यां चाविद्यां च यस्तद्वेदोभयं सह।**
**अविद्यया मृत्यं तीर्त्वा विद्ययामृतमश्नुते॥** (यजु. 40.4)

जो मनुष्य विद्या और अविद्या के स्वरूप को साथ ही साथ जानता है वह अविद्या अर्थात् कर्मोपासना से मृत्यु को तर के विद्या अर्थात् यथार्य ज्ञान से मोक्ष को प्राप्त होता है। योगदर्शन (2–3) में पंच क्लेशों के बारे में कहा गया है–**अविद्यास्मितारागद्वेषभिनिवेशाः पंच क्लेशाः।** महर्षि इस सम्बन्ध में लिखते हैं–**अनित्याशुचिदः खानात्मसु नित्यशुचिसुखात्मख्यातिरविद्या।** यह योगसूत्र का वचन है–जो अनित्य संसार और देहादि में नित्य अर्थात् जो कार्यजगत् देखा सुना जाता है। सदा रहेगा, सदा से है और योगबल से यही देवों का शरीर सदा रहता है वैसी विपरीत बुद्धि होना अविद्या का प्रथम भाग हैं अशुचि अर्थात् मलमय स्त्रीयादि के और मिथ्याभाषण, चोरी आदि अपवित्र में पवित्र बुद्धि दूसरा अत्यन्त विषय सेवनरूप दुःख में सुख बुद्धि आदि तीसरा, अनात्मा में आत्मबुद्धि करना अविद्या का चौथा भाग हैं इस चार प्रकार का विपरीत ज्ञान अविद्या कहाती है। इसके विपरीत अर्थात् अनित्य कहाती है। इसके विपरीत अर्थात् अनित्य में अनित्य और नित्य में नित्य, अपवित्र में अपवित्र और पवित्र दुःख में दुःख, सुख में सुख, अनात्मा में अनात्मा और आत्मा में आत्मा का ज्ञान होना विद्या है अर्थात् **'वेत्ति यथावत सत्वं पदार्थस्वरूपं यया सा विद्या, यया तत्वस्वरूपं न जानाति, भ्रमादन्यस्मिन्नन्य न्निश्चितोति साऽविद्या।** जिससे पदार्थों का यथार्थ स्वरूप बोध होवे, वह विद्या और जिससे तत्वस्वरूप न जान पड़े अन्य में अन्य बुद्धि होवे वह अविद्या कहाती है। इसलिए केनोपनिषद् के ऋषि कहते है–

**प्रतिबोध विदितं मतममृतत्वं हि विन्दते।**
**आत्मना विन्दते वीर्यं विद्यया विन्दतेऽमृतम्॥** (2–4)

अर्थात् प्रतिबोध से जाना गया ब्रह्म यथार्थ ज्ञान है। इस ब्रह्मज्ञान से मुमुक्षु पुरुष निश्चय से मृत्युरहित जीवनमुक्त दशा को प्राप्त होता है। आत्मस्वरूप ज्ञान से योगबल अणिमादि सिद्धियों को प्राप्त होता है और ब्रह्मज्ञान से जन्ममरणादि दुःख रहित मोक्ष को प्राप्त होता है। यही सत्यधर्म है जिसकी प्राप्ति हेतु महामना याज्ञवल्क्य जी का कहा है–**अयं तु सत्यधर्मो यत्योगेन आत्मदर्शनम्।** महर्षि दयानन्द जी सत्यार्थ प्रकाश के सप्तम समुल्लास में लिखते हैं–

**समाधिनिर्धूतमलस्य चेतसो निवेशितस्यात्मनि यत्सुखं मे भवेत।**
**न शक्यते वर्णयितुं गिरा तदा स्वयन्तदन्तः करणेन गृहयते॥**

यह उपनिषद् का वचन है–जिस पुरुष के समाधियोग से अविद्यादि मल नष्ट हो गए हैं, आत्मस्थ होकर परमात्मा में चित्त जिसने लगाया है उसको जो परमात्मा के योग का सुख होता है वह वाणी से कहा नहीं जा सकता क्योंकि उस आनन्द को जीवात्मा अपने अन्तःकरण से ग्रहण करता है। उपासना शब्द का अर्थ समीपस्थ होना है। अष्टांगयोग से परमात्मा के समीपस्थ होने और उसको सर्वव्यापी, सर्वन्तर्यामीरूप से प्रत्यक्ष करने के लिए जो काम करना होता है अर्थात्–**तत्राऽहिंसा–सत्याऽस्तेयब्रह्म चर्याऽपरिग्रहा यमाः॥** (यो.द. 2–30) जो उपासना का आरम्भ करना चाहे उसके लिए यही आरम्भ है कि वह किसी से बैर न रखे, सर्वदा सबसे प्रीति करे। सत्य बोले। मिथ्या कभी न बोले। चोरी न करे। सत्य व्यवहार करे। जितेन्द्रिय हो। लम्पट न हो और निरभिमानी हो। अभिमान कभी न करे। ये पांच प्रकार के यम मिलकर के उपासना योग का प्रथम अंग है। इस प्रकार अहिंसा, सत्य अस्तेय, ब्रह्मचर्य और अपरिग्रह को उन्होंने उपासना का पहला अंग माना है। इसी प्रसंग में वे नियमों को उपासना योग का दूसरा अंग मानते है–**शौचसन्तोषतपः स्वाध्यायेश्वरप्राणिधानानि नियमाः॥** (यो.द. 2–31) राग द्वेष छोड़ भीतर और जलादि से बाहर पवित्र रहे। धर्म से पुरुषार्थ करने से लाभ में न प्रसन्नता और हानि में न अप्रसन्नता करे। प्रसन्न होकर आलस्य छोड़ सदा पुरुषार्थ किया करे। सदा दुःख सुखों का सहन और धर्म ही का अनुष्ठान करे, अधर्म का नहीं। सर्वदा सत्य शास्त्रों को पढ़े पढ़ावे। सत्यपुरुषों का संग करे और ओ३म् इस एक परमात्मा के नाम का अर्थ विचार करके नित्यप्रति जप किया करे। अपने आत्मा को परमेश्वर की आज्ञानुकूल समर्पित कर देवे। इन पांच प्रकार के नियमों को मिला के उपासनायोग का दूसरा अंग कहाता है। महर्षि जी ने तीसरे समुल्लास में भी विस्तार से नियमों के बारे में लिखा है (शौच) अर्थात् स्नानादि से पवित्रता (सन्तोष) सम्यक प्रसन्न होकर निरुद्यम रहना सन्तोष नहीं, किन्तु पुरुषार्थ जितना हो सके उतना करना, हानि लाभ में हर्ष व शोक न करना (तप) अर्थात् कष्ट सेवन से भी धर्मयुक्त कर्मों का अनुष्ठान, (स्वाध्याय) पढ़ना–पढ़ाना (ईश्वर–प्राणिधान) ईश्वर की भक्ति विशेष में आत्मा को अर्पित करना। उपासना के पथ पर चलने के लिए यम और नियम मानों आधार स्तम्भ हैं इनकी सिद्धि के बिना आगे की यात्रा सुगम नहीं हो सकती है और न ही साधक को कोई विशेष लाभ होगा। इसलिए महर्षि जी ने इन दोनों को अनिवार्य मानते हुए कहा है–यमों के बिना केवल इन नियमों का सेवन न करें, किन्तु इन दोनों का सेवन किया करें। जो यमों का सेवन छोड़के केवल नियमों का सेवन करता है वह उन्नति को प्राप्त नहीं होता, किन्तु अधोगति अर्थात् संसार में गिरा रहता है (तीसरा समुल्लास)

यम और नियम तो मानों प्रथम कर्त्तव्य है। इसके बाद योग के अगले अंगों पर क्रमशः आगे बढ़ने की आवश्यकता है। योग का तीसरा अंग है–**स्थिरसुखमासनम।** (यो.द. 2–46) इस सम्बन्ध में महर्षि ऋग्वेदादि भा.भू. के उपासना काण्ड में कहते हैं–सुखपूर्वक शरीर और आत्मा स्थिर हों, उसको आसन कहते हैं, अथवा जैसी रूचि हो वैसा आसन करें। आसन के सम्बन्ध में दो बातें प्रमुख हैं–स्थिरता और सुख। जिस तरह यम और नियमों का अपना विशेष महत्व है वैसे ही आसन का भी अपना एक विशेष महत्व है क्योंकि साधक उपासना करने के लिए जिस आसन में बैठेगा वह स्थिर होना चाहिए मगर सुखदायक भी ताकि साधना काल में उपासक बहुत देर तक बैठ सके। इसलिए अपने लिए उपयोगी आसन का चयन करके उसका अभ्यास करना चाहिए। योग का चौथा अंग भी विशेष महत्वपूर्ण है–प्राणायाम। महर्षि जी ने

# मुसलमानों को आरक्षण : एक चुनावी चाल

-महेश समीर

कांग्रेस किसी भी कीमत पर सत्ता में बने रहने की आदी है। देश का बंटवारा करके कांग्रेस ने बंटवारे के मूल कारण 9 करोड़ मुसलमानों में से एक तिहाई 3 करोड़ मुसलमानों को हिन्दुओं को मिले भूभाग पर वोटों के लिए रोक लिया और हिन्दुओं को हिन्दुस्थान केवल और केवल इस लिए नहीं मिल पाया क्योंकि कांग्रेस को डर था देश का नाम हिन्दुस्थान होने से मुसलमान नाराज हो जाएंगे। आज भी कांग्रेस की यही नीति ओर यही रीति है। **कांग्रेस मुसलमानों को खुश करने के नित्य नवीन उपाय खोजती रहती है।** उस समय डॉ. अम्बेडकर, सरदार वल्लभ भाई पटेल और श्यामा प्रसाद मुखर्जी आदि ने इसका पुरजोर विरोध किया परन्तु नेहरू के अलावा किसी की भी नहीं सुनने के आदि महात्मा गांधी जी ने इन महान नेताओं में से भी किसी की नहीं सुनी और वोट पाने की लालसा में देश विभाजन के कारण मुसलमानों को हिन्दुस्थान में रोक कर हिन्दुओं के साथ इतिहास का सबसे बड़ा छल किया। हिन्दू ठगा गया। प्रतिक्रिया में नाथूराम गोडसे ने गांधी जी का वध कर दिया। गोडसे ने गांधी जी वध क्यों किया इसे देश से छुपाया गया। कांग्रेस को राष्ट्रीय स्वयं सेवक संघ को गांधी वध से जोड़ने का अवसर मिल गया और संघ पर पाबंदी लगा दी गई। संघ के स्वयं सेवकों को पकड़ कर जेलों में डाल दिया गया। मुसलमानों को रोकने के विरोध करने वाली आवाज को दबा दिया गया। तब से आज तक कांग्रेसी जब तब मुसलमानों की एक मुश्त वोट पाने के लिए संघ को हौव्वा दिखाते रहते हैं जबकि सब जानते हें कि राष्ट्रीय स्वयं सेवक संघ एक राष्ट्रवादी संगठन है।

कांग्रेस द्वारा पांच राज्यों में चुनाव से ठीक पहले ओ.बी.सी (अन्य पिछड़ा वर्ग) के 27 प्रतिशत कोटे में से मुसलमानों को साढ़े चार प्रतिशत आरक्षण देने का आदेश जारी करना मुसलमानों को खुश करके उनकी वोट पाने का एक अति घिनौना और ओछा प्रयास है। इसका प्रत्येक सजग नागरिक को विरोध करना चाहिए। **कांग्रेस ने सदैव बहुसंख्यक हिन्दुओं के अधिकारों में कटौती करके मुसलमान तथा ईसाइयों को अतिरिक्त अधिकार देकर इस देश का प्रथम नागरिक बनाया है तथा हिन्दू बहुसंख्यक होकर भी इस देश में दूसरे दर्जे का नागरिक है।**

जब बुरा समय आता है तब मति भी मारी जाती है। ऐसा ही कुछ हाल इस समय कांग्रेस ओ.बी.सी. के कोटे में से ही जाटों को भी आरक्षण देकर हिन्दू समाज में संघर्ष बढ़ाकर इसे कमजोर करने का अपराध करने जा रही है। यह सब कालेधन भ्रष्टाचार और मंहगाई के भूत से पीछा छुड़ाने के लिए किया जा रहा है परन्तु कांग्रेस को इसकी करनी का फल जनता अवश्य देगी क्योंकि कांग्रेस ने अक्ष्म्य अपराध किया है।

-16, डी.एल.एफ. कालोनी, नरुला स्कूल, रोहतक

# बोधोत्सव को...

तृतीय समुल्लास में चार प्रकार के प्राणायामों का वर्णन किया है। एक बाह्य विषय अर्थात् बाहर ही अधिक (श्वास को) रोकना। दूसरा आभ्यान्तर अर्थात् भीतर जितना प्राण रोका जाए, उतना रोके। तीसरा स्तम्भ वृत्ति अर्थात् एक ही बार जहां का तहां प्राण को यथाशक्ति रोक देना... चौथा वाह्याभ्यान्तराक्षेपी अर्थात् जब प्राण भीतर से बाहर निकलने लगे तब उससे विरुद्ध उनको न निकलने देने के लिए बाहर से भीतर ले और जब बाहर से भीतर आने लगे तब भीतर से बाहर की ओर प्राण को धक्का देकर रोका जाए। इसके लाभ के बारे में उनका कथन है-प्राण अपने वश में होने से मन और इन्द्रियां भी स्वाधीन होते हैं। बल पुरुषार्थ बढ़कर बुद्धि तीव्र सूक्ष्म रूप हो जाती है कि जो बहुत कठिन और सूक्ष्म विषय को भी शीघ्र ग्रहण करती है इससे मनुष्य शरीर में वीर्यवृद्धि को प्राप्त होकर स्थिर, बल, पराक्रम, जितेन्द्रियता सब शास्त्रों को थोड़े ही काल में समझकर उपस्थित कर लेगा। जब मनुष्य प्राणायाम करता है तब प्रतिक्षण उत्तरोत्तर काल में अशुद्धि का नाश और ज्ञान का प्रकाश होता जाता है। जब तक मुक्ति न हो तब तक उसके आत्मा का ज्ञान बराबर बढ़ता जाता है... जैसे अग्नि में तपाने से सुवर्णादि धातुओं का मल नष्ट होकर शुद्ध होता है, वैसे प्राणायाम करके मन आदि इन्द्रियों के दोष क्षीण होकर निर्मल हो जाते हैं। इस प्रकार हमने देखा कि प्राणायाम किसी भी उपासक के लिए कितना उपयोगी तकनीक है। अत: इसका निरन्तर अभ्यास करते हुए योगारूढ़ होने की आवश्यकता है।

योग का पांचवां अंग प्रत्याहार है। प्रत्याहार के बारे में महर्षि जी का कथन है-प्रत्याहार उसका नाम है कि जब पुरुष अपने मन को जीत लेता है, तब इन्द्रियों का जीतना अपने आप हो जाता है। क्योंकि मन ही इन्द्रियों को चलाने वाला है। इस प्रकार प्रत्याहार की सिद्धि उपासक के लिए बहुत आवश्यक है। मन और इद्रियां ही उपासक को इधर-उधर भटकाए फिरती हैं। इसलिए मुख्य समस्या का हल है-प्रत्याहार। प्रति+आहार अर्थात् इन्द्रियों द्वारा अपने अपने विषयों का भोग न करना या उनकी ओर लालायित न रहना। इस प्रकार अपने अपने विषय के साथ सम्बन्ध न रहने पर इन्द्रियों की स्थिति चित्त के समान होने का नाम ही प्रत्याहार है। महर्षि जी ऋ.भा. भू. में इस सम्बन्ध में लिखते हैं-तब यह मनुष्य जितेन्द्रिय हो के जहां अपने मन को ठहराना वा चलाना चाहे उसी में ठहरा और चला सकता है और फिर उसको ज्ञान हो जाने से सदा सत्य में प्रीति हो जाती है और असत्य में कभी नहीं। इसके पश्चात् योग का छठा अंग है-**धारण। देशबन्धचित्तस्य धारणा।** (यो.द. 3-1) अर्थात् चित्त को किसी विशेष स्थान पर स्थिर करना धारणा है। महर्षि जी इस बारे में लिखते हैं-जब उपासना योग के पूवोक्त पांचों अंग सिद्ध हो जाते हैं तब उसका छोटा अंग धारणा भी यथावत प्राप्त होती है। ध ारणा उसको कहते हैं कि मन को चंचलता से छुड़ाके नाभि, हृदय, मस्तक, नासिका और जीभ के अग्रभाग आदि देशों में स्थिर करके ओंकार का जप और उसका अर्थ जो परमेश्वर है उसका विचार करना। (ऋ.भा.भू.) अन्यत्र वे इस बारे में लिखते हैं-नाभि, हृदय, मूर्धाज्योति अर्थात् नेत्र, नासिकाग्र, जिहवाग्र इत्यादि देशों के बीच में चित्त को योगी धारण करे तथा वाह्यविषय जैसा कि ओंकार वा गायत्री मंत्र इसमें चित्त लगावे। क्योंकि **तज्जपस्तर्थभावना** (यो.द. 1-2) यह सूत्र है योग का। इसका योगी जप अर्थात् चित्त से पुन: पुन: आवृत्ति करे और इसका अर्थ जो ईश्वर है। उसको हृदय में विचारे। **तस्य वाचक: प्रणव:** (यो.द. 1-27) ओंकार का वाच्य ईश्वर है और उसका वाचक ओंकार है। वाह्य विषय से इनको ही लेना और कोई नहीं। क्योंकि अन्य प्रमाण कहीं नहीं (दया. शास्त्रा.)

योग का सातवां अंग ध्यान है। **तत्र प्रत्यैकतानता ध्यानम्** (यो.द. 3-2) इस सम्बन्ध में महर्षि जी का कथान है-धारणा के पीछे उसी देश में ध्यान करने और आश्रय लेने योग्य जो अन्तर्यामी व्यापक परमेश्वर है उसके प्रकाश और आनन्द में अत्यन्त विचार और प्रेम भक्ति के साथ इस प्रकार प्रवेश करना है कि जैसे समुद्र के बीच में नदी प्रवेश करती है। उस समय में ईश्वर को छोड़कर किसी अन्य पदार्थ का स्मरण नहीं करना किन्तु उसी अन्तर्यामी के स्वरूप और ज्ञान में मग्न हो जाना, इसी का नाम ध्यान है। (ऋ.भा.भू.) वे इस सम्बन्ध में अन्यत्र (दया. शात्रा.) कहते हैं-उन देशों में अर्थात् नाभि आदिकों में ध्येय जो आत्मा उस आलम्बन की ओर चित की एकतानता अर्थात् परस्पर दोनों की एकता, चित्त आत्मा से भिन्न न रहे तथा आत्मा चित्त से पृथक न रहे, उसका नाम है-सदृश प्रवाह। जब चित्त चेतन से ही युक्त रहे, अन्य प्रत्यय कोई पदार्थन्तर का स्मरण न रहे, तब जानना कि ध्यान ठीक हुआ। योग का आठवां अंग समाधि है। यह स्थिति उपासना की प्राप्ति है अर्थात् समाधि के लिए ही व्यक्ति योगाभ्यास करता है। यह स्थिति अपने स्वरूप को पहचानने की है। अपनी पहचान ही परमात्मा की सिद्धि और मुक्ति दिलाने वाली हैं इस सम्बन्ध में योगीराज का कथन है-ध्यान और समाधि में इतना ही भेद है कि ध्यान में तो ध्यान करने वाला जिस मन से जिस चीज का ध्यान करता है वे तीनों विद्यामान रहते हैं। परन्तु समाधि में केवल परमेश्वर ही के आनन्द स्वरूप ज्ञान में आत्मा मगन होता है वहां तीनों का भेद भाव नहीं रहता। जैसे मनुष्य जल में डुबकी मारके थोड़ा समय भीतर ही रूका रहता है वैसे ही जीवात्मा परमेश्वर के बीच में मगन हो के फिर बाहर को आ जाता है... जैसे अग्नि के बीच में लोहा भी अग्नि रूप में हो जाता है इसी प्रकार ईश्वर के ज्ञान में प्रकाशमय हो के अपने शरीर को भूले हुए के समान जानके आत्मा को परमेश्वर के प्रकाशस्वरूप आनन्द और ज्ञान में परिपूर्ण करने को समाधि कहते हैं। (ऋ.भा.भू.)

-महर्षि दयानन्द धाम, महादेव, सुन्दरनगर, जिला मण्डी

## गुरुकुल खेड़ाखुर्द का वार्षिकोत्सव

आर्ष गुरुकुल, खेड़ाखुर्द, दिल्ली-110082 का 67वां वार्षिकोत्सव दिनांक 17 व 18 मार्च 2012 को मनाया जा रहा है। सभी आर्य बन्धु सह परिवार दर्शन दें।

**-आचार्य सुधांशु, प्राचार्य**

## विकासपुरी में स्वामी श्रद्धानन्द पार्क का उद्घाटन

रविवार 5 फरवरी 2012, दिल्ली नगर निगम द्वारा विकासपुरी डी ब्लॉक के सामने शंकर गार्डन के पार्क का नामकरण स्वामी श्रद्धानन्द पार्क के नाम से किया गया। इस अवसर पर नामपट्टीका के साथ डॉ. अनिल आर्य, आचार्य चन्द्रशेखर शास्त्री, श्री ओमप्रकाश घई, श्री दयानन्द दहिया, श्री चन्द्रभान चौधरी, श्री कन्हैयालाल मदान, श्री बलदेव सचदेवा, श्री वीरेन्द्र सरदाना व श्री दिनेश आर्य महावीर नगर, श्री दिनेश सिंह आर्य नांगलोई इस शुभ कार्य के लिए स्थानीय पार्षद श्री यशपाल आर्य व विधायक श्री ओमप्रकाश बब्बर को हार्दिक बधाई।

## आर्य समाज प्रताप नगर में गणतन्त्र दिवस सम्पन्न

25 जनवरी 2012 आर्य समाज प्रताप नगर, दिल्ली व आर्य विद्या मन्दिर के तत्वावधान में गणतन्त्र दिवस सफलता के साथ मनाया गया। इस अवसर पर चित्र में बाएं से डॉ. ओमप्रकाश मान, समाज के मंत्री श्री केवल कृष्ण सेठी, पार्षद श्री सतबीर सिंह, डॉ. अनिल आर्य, श्री गुलशन कुमार, प्रधान वीरेन्द्र कुमार व आर्य समाज सराय रोहिल्ला के प्रधान श्री पीताम्बर बाली।

## डॉ. सत्यपाल सिंह (ए.डी.जी. महाराष्ट्र) द्वारा पुस्तक का विमोचन

रविवार 29 जनवरी 2012, केन्द्रीय आर्य युवक परिषद् के 33वें आर्य महासम्मेलन के अवसर पर पश्चिम बंगाल से पधारे श्री राजकिशोर जी की पुस्तक का विमोचन करते डॉ. सत्यपाल सिंह (ए.डी.जी. महाराष्ट्र पुलिस), साथ में श्री महेन्द्र भाई, डॉ. अनिल आर्य, श्री रामकुमार सिंह व श्री शिशुपाल आर्य।

## स्व. पूज्य स्वामी इन्द्रवेश जी महाराज का 75वां जन्मदिवस

स्व. पूज्य स्वामी इन्द्रवेश जी महाराज के 75वें जन्मदिवस के उपलक्ष्य में भव्य हीरक जयन्ती समारोह दिनांक 10 व 11 मार्च 2012 स्थान : स्वामी इन्द्रवेश विद्यापीठ, ग्राम टिटौली, जिला रोहतक हरियाणा में होगा। दिनांक 26 फरवरी से 11 मार्च तक चतुर्वेद पारायण महायज्ञ का आयोजन किया गया है। सभी धर्म प्रेमी आर्य बन्धु हजारों की संख्या में पहुंचे। -स्वामी आर्यवेश, संयोजक, मो. 09466308110

## शोक समाचार : विनम्र श्रद्धाजंलि

1. श्री ओमप्रकाश अरोड़ा (पति श्रीमती रविकान्ता अरोड़ा, प्रधान आर्य समाज सरिता विहार, दिल्ली) का गत दिनों निधन हो गया।
2. पं. श्री निवास मिश्रा (पिता श्री अरविन्द मिश्रा, फोटोग्राफर) का गत 20 जनवरी 2012 को निधन हो गया।
3. आचार्य योगेन्द्र मुनि जी जम्मू का गत दिनों निधन हो गया।
4. श्री कृष्णचन्द्र पाहुजा के ससुर जी का गत दिनों निधन हो गया।
5. श्री रामकुमार सिंह के ससुर चौ. महेन्द्र सिह बालियान का गत् दिनों निधन हो गया।

## पानीपत में आर्यसमाज देसराज कालोनी की रजत जयंती सम्पन्न

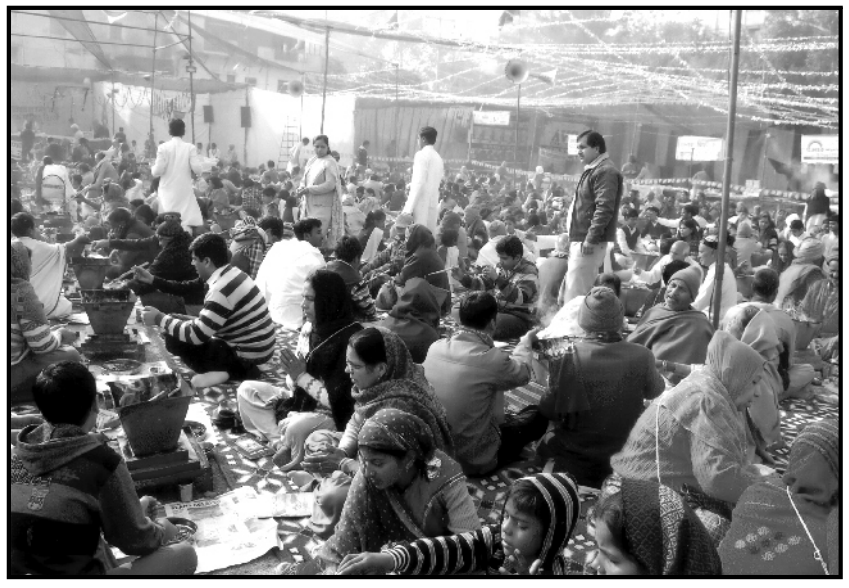
रविवार 12 फरवरी 2012, आर्य समाज देसराज कालोनी पानीपत का रजत जयंती समारोह धूमधाम से सम्पन्न हुआ इस अवसर पर सम्बोधित करते परिषद् अध्यक्ष डॉ. अनिल आर्य। समारोह की अध्यक्षता चौधरी हरि सिंह सैनी हिसार ने की व मुख्य अतिथि श्री चमनलाल आर्य थे। समारोह का कुशल संचालन आचार्य राजकुमार शास्त्री ने किया। कर्मठ आर्य नेता पं. जगदीश चन्द्र वसु को समारोह की शानदार सफलता के लिए हार्दिक बधाई।

## सोनीपत में आचार्य अखिलेश्वर जी की गीताकथा सम्पन्न

श्री आनन्दधाम गीता कथा समिति सोनीपत के तत्वावधान में आचार्य अखिलेश्वर जी के सानिध्य में दिनांक 6 फरवरी से 12 फरवरी 2012 तक सम्पन्न हुई। इस अवसर पर सम्बोधित करते परिषद् अध्यक्ष डॉ. अनिल आर्य व मंच पर आचार्य अखिलेश्वर जी दिखाई दे रहे है। समारोह की सफल आयोजन के लिए चौधरी पल्लू राम थरेजा व संयोजक श्री शिव नारायण ग्रोवर को हार्दिक बधाई।

## आर्य महासम्मेलन में 251 कुण्डीय यज्ञ का सुन्दर दृश्य

### केन्द्रीय आर्य युवक परिषद् : जिसका कोई विकल्प नहीं है



रविवार 29 जनवरी 2012 केन्द्रीय आर्य युवक परिषद् के 33वें अखिल भारतीय आर्य महासम्मेलन दिलशाद गार्डन में आयोजित 251 कुण्डीय विराट यज्ञ के यज्ञ मण्डप का सुन्दर आकर्षक दृश्य। जहां कड़कती सर्दी में प्रात: 8 बजे ही 2000 से अधिक श्रद्धालु यज्ञ करने एकत्र हो गये।

## कुरुक्षेत्र में संस्कृति सम्मेलन 3 व 4 मार्च को होगा

सांस्कृतिक गौरव संस्थान के तत्वावधान में दिनांक 3 व 4 मार्च 2012 को संस्कृति बचाओं महासम्मेलन कुरुक्षेत्र में होने जा रहा है। जिसमें परिषद् अध्यक्ष डॉ. अनिल आर्य भी सम्मिलित होगें। **-महेश समीर,** संयोजक मो. 8901273775

सम्पादक: **अनिल कुमार आर्य** द्वारा केन्द्रीय आर्य युवक परिषद् के लिए **मयंक प्रिंटर्स**,2199/63, नाईवाला, करोलबाग, दिल्ली-5 दूरभाष : 41548504 मो. : 9810580474 से मुद्रित व परिषद् कार्यालय आर्य समाज टी-176-177, कबीर बस्ती, दिल्ली-7 से प्रकाशित, **प्रबन्धक** : दिनेश आर्य, मोबाइल : 9910649696, देवेन्द्र भगत, मोबाइल : 09958889970