

uŕrd fopkj %Lokoh f'kokulh ds l uŕHZe

I xhrk dŕkj

'kkŕkFkŕ] (n'kŕ'kkL=k) ch vkj , fcgkj fo'ofok/ky;] eqt Ÿi Qji g] (fcgkj) fgnŕFkku

Lokoh f'kokulh ds vuŕ kj uŕfr dk vFkZ gS l nkpj A dŕy l nkpj l s gh /keZ dh mRi fŭk gkrh gS tks thou ea çxfr ykrh gS ftl l s eut; çfl f) ,oa l ef) dks çkŕ djrk gS A l nkpj gh l okŕke /keZ gSA

uŕdrk bZoj vuŕfr dk , d ekxZ gŕ ; g /keZ dh l okŕke dŕth gS A Lokoh f'kokulh uŕrd fopjka dks egRoi wkZ crykrs gq ; g dgrs gŕ fd uŕdrk ds vHko ea thou eR; q ds l eku gS A oLrŕ% os vius n'kŕ ea uŕrd vkŕ l keftd fopjka dk dkQh egRoi wkZ LFkku nrs gŕ

vkpj.k dk foKku gh uŕdrk gS ; k fQj ; s dgs fd mŕr ; k mŭke vkpj.k dk vè; ; u gha uŕrd 'kkL= gS A uŕrd foKku gea ; g l h[kykrk gS fd gea vU; eut; ka ,oa vU; çkŕ.k; ka ds l kFk dŕ k 0; ogkj fd; k tk, A uŕdrk ds vHko ea vki vke; kŕRed ekxZ ea dkbZ çxfr çkŕ ugha dj l drs A uŕfr ; kx dk vk/kj gS A onkar ka dh vk/kkj f'kyk gS vkŕ , d etar l rŕk gS ftl ij Hkŕŭk ; kx dk Hkou fufeŕ gSA

eut; dks , d k dkbZ Hkŕ dk; Z ugha djuk pŕfg, tks nŭ jka ds fgr ea u gŕ çfYd bl ds foijhr , d s dk; Z djus pŕfg, tks l ekt ea iz ka uh; gkŕ ; gh ; gh l nkpj.k dk l ŕ{kŕ 0; k[; k gS A

Lokoh f'kokulh th ds vuŕ kj uŕdrk dk vk/kkj vfgŕ k] l R;] cŕp; Z ; s rhuka uŕfr ; kx ,oa onkar dk eny/kj gSA bu rhuka dk vH; kl l ŕ wkZ ekuo tŕr ds fy, egkor gŕ ; g l Hkŕ eut; ds l kekl; drŕ; gS A budk vH; kl gn; ,oa eu nŕuka dks i fo= djrk gSA

/kŕ Z bŕaeh; fuxg ,oa vU; l nkpj deŕ ds vH; kl ea vŕRefuHk] Lora= ,oa l ekt d] 'kkjhfjd ,oa çk; çkuka l seŭk djrk gSA eut; dks mi jkŕk l Hkŕ vH; kl ka ds l kFk&l kFk 'kŕ deZ djuk pŕfg, A 'kŕ deZ ; k i fo= deZ dgus dk rŕi; Z ; g gS fd , d k deZ ftl dks djus l sfdl h çdkj dh Qy dh bPNk ; k xŕŕo Hkko mRi Uu u gS A

bl rjg os vkt dh bl fo"ke vkŕ l dVi wkZ flFkŕ dk l keuk djus ds fy, fHkUu&fHkUu çdkj ds uŕdrk dh çk vius <x l s djrs gS A

mŭgkŕs çk; k gS fd uŕrd eŕ; kŕ eut; ds fy, vŕ; r gh vko'; d gS A mudk dguk gS fd 0; fDr Hkys gh l Hkŕ 'kŕŭk; ka l s l ŕ Uu gS tk, fdarq; fn ml ea uŕdrk ugha gS rks mudh l Hkŕ 'kŕŭk; ka çdkj i rŕr gŕs yxrh gSA

, d uŕfroku eut;] , d çŕ) eku eut; l s vf/kd 'kŕDr' kŕyH gŕk gŕ , d nŕ'kŕud eut; dks uŕfroku gŕk vko'; d ugha gS i jarq , d vè; kŕRed eut; dks uŕfroku gŕk vŕr vko'; d gS A 'xhŕk' ds 17oa vè; k; ea dgk x; k gS ; e dk vH; kl jkt; kx n'kŕ ea vkŕ egkŕek çŕ ds v"Vka ekxZ bu l Hkŕ ekxka dk mŕs; eut; ds uŕrd fodkl dks fodfl r djuk gS D; kŕid , d uŕfroku eut; gh vŕReKku çkŕ djus dk vf/kdkjH gŕk gŕ uŕfr dk pje vFkZ vŕReckŕ gh gŕ

f'kokulh th dgrs gŕ fd vki dk pfj= ,oa Hkfo"; dk fuekZk vki ds fopjka ,oa bPNkvka ij fuHk] djrk gSA vki tŕ k l kŕrs gŕ os k curs gŕ A vxj vki dk nŕ"V l E; d gS rks , d l n&pfj= dk fuekZk gŕk A bl ds foijhr

v x j v k i d h n f V n k s k i w k z g s r k s n t p f j = d k
f u e k z k g k s k A ; g h ç Ñ f r d k f u ; e g s A ; f n
v k i d h n f V n k s k i w k z g s r k s b l s r R d k y
i f j o f r r d j n a A b l d s c n y s v i u s v n j ' k o
l k f R o d f o p k j , o a n f V d k s k d k s f o d f l r d j j
D ; k a d l k p , o a n f V d k s k v k i d s t h o u d k s
i f j o f r r d j l d r k g s A

L o k e h f ' k o k u l n t h d s v u d k j &
e u t j ; d k s v P N s d k ; l d j u s p k f g , A v i u s
f o p k j k a e a f n 0 ; r k , o a m R Ñ V l k p d k s l f l u f g r
d j v i u s p f j = d k f u e k z k d j u k p k f g , A
e u t j ; d k y { ; ; g g k s k p k f g , f d o g t h o u
v k s j e j . k d s p Ø l s e t k g k s A e u t j ; d k s v i u s
v n j d h g h u H k k o u k b z ; k z } s k b R ; k f n d k s
R ; k x d j ç e l l n H k k o j n ; k , o a d # . k k d k ç l k j
d j u k p k f g , D ; k a d ; g l H k h l n H k k o u k ; a e u t j ;
d k s , d l # e a f i j k s r g a

, d c k y d f o | k y ; l s v f / k d v i u s x g u h r
d k l p ; d j r k g s A v r % e k r k & f i r k d h
f t e e n k j h g s f d o g v i u s c p p k a d s p k f j f = d
f o d k l i j è ; k u n a A l n x q k l s m l u r v k s j
d k b z v f r f j D r l a n k ; u g h a g s ; g ' k k a r y k r k
g s A b l d k l F k k u t h o u v k s j l e f) l s H k h
Å i j g s A ; g i j e v k u n d k s ç k l r d j u s d k
e k x z g s A v r % e u t j ; d k s g e s k l n x q k h g k s k
p k f g , A

l k g l o g e k u f l d f o ' k s k r k g s t k s e u t j ; d k s
[k r j k a , o a i j s k k f u ; k a l s y M e s , o a m l d s
f u j k d j . k d k e k x z ç ' k l r d j r k g s A ; g e u
d h l d k j k R e d f o ' k s k r k g s A l k e f t d , o a
v k è ; k f R e d f o d k l d s f y , l k g l d k g k s k v f r
v k o ' ; d g s A , d d k ; j e u t j ; d h e R ; q m l d s
' k j h j N k M e s l s i g y s g h g k s t k r h g s A
b z e k u n k j h , o a U ; k ; l k g l d s g h v a k g a A
u s r d l k g l e u t j ; d h v a r j k R e k l s m R i U u
g k r k g a

o s d g r s g a f d e u t j ; d k s v k R e & l a f e r g k s k
p k f g , A v k R e l a e u s r d r k d k v k [k j h N k j

g s A v r % v k R e l a e d s f o k k u d k s l e > u k
p k f g , v k s j b l d s f y , f u j r j è ; k u j v H ; k l d h
v k o ' ; d r k g k s h g s A e u t j ; d k s l a f e r g k s k
p k f g , A v i u s ç f r K k v k a d s ç f r m l k j n k ; h g k s k
p k f g , A v i u s l H k h d r d ; k a d k f u o k z u d j u k
p k f g , A l k a k f j d n d k f p a r k v k a d k s i h N s
N k M e l j ' k k a r f p U k g k s j l e L ; k v k a d k
f u j k d j . k d j u k p k f g , A b l d s f y , v u d k k f l r
, o a l a r f y r e u c u k , j [k u k p k f g , A b l
e k u f l d f l F k f r d k s ç k l r d j u s d s f y , e u t j ;
d k s l a k ' l z d j u s d h v k o ' ; d r k g s A v k R e & l a e
, o a v k R e R ; k x i j e v k u n d h v u t k f i r d s f y ,
v R ; r v k o ' ; d g s A v r % b u x q k k a d k s v f / k d
l s v f / k d f o d f l r d j u k p k f g , A u s r d t h o u
0 ; r h r d j u s d s f y , e u t j ; d k v k R e l a f e r
g k s k v R ; r v k o ' ; d g s A v k R e l a e g h g s t k s
e u t j ; d k s u s r d r k l s t k M s j [k r k g s A v k R e
l a e e u t j ; d k l u k r u / k e z g s A b l d s l e k u
v l ; d k b z / k e z u g h a A ; g e u t j ; d k s Å t k b k u
c u k r k g s A l H k h i k i / k y t k r s g s A v k R e l a e
l o k s k e l a d y i g a

e k u o d h v e l ; f u f / k m l d h u s r d r k g h g k s h
g a { k e k n ; k j d # . k k l n k p k j } i j l i j l g ; k x
v k s j l f g " . k a r k e k u o r k d h i g p k u g k s h g a
b l u g h a u s r d e l ; k a d s l u n H k z e a L o k e h f ' k o k u l n
t h e g k j k t l n s n k u & i q ; d k s i j e / k e z d h
J s k h e a j [k r s F k a m u d h H k k o u k R e d u s r d
f Ø ; k ' k h y r k n k u / k e z e a l f l u f g r g k s h j g r h
F k h] r H k h r k s m l g k a u s v l u n k u d k s e k u o f g r d k j h
d s l k F k & l k F k i k f . k e k = d s i q ; k F k z L o h d k j k g a
n z V 0 ; g s c k a . k k l l k / k q l U ; k f l ; k p v f r f f k ; k a , o a
x j h c k a d k s v l u n k u d h i j k d k " B k g a ; g n k u
d j u s o k y s 0 ; f D r d s g n ; d k s i f o = d j r k g a
i R ; d l x g L F k d k ; g d r d ; g k s k p k f g , f d
o g L o ; a H k k s t u d j u s d s i m z d e l s d e , d
H k f k s e u t j ; d k s H k k s t u i n k u d j a A ; g v f r f f k
i n t u e - d g y k r k g a m i f u " k n - e a v f r f f k d k s
n o r t j ; d g k x ; k g a 1 / v f r f f k n o k s H k o %

ufnijk.k ea dgk x;k gS fd& beut; vlu ds
, d ek= fuokys dk nku djus l s LoxZ dks ik
l drk gAp

¼yf[kr½ Lefr ds vuq kj B, d v'oesk ; K
djus l s ftl Qy dh ikflr gsrh gS ogh vlu
ds , d fuokys ds nku djus l s iklr gsrk gS
vkt ds ifjošk ea bl rjg dh usrdrk dh

l mhz l ph %

- 1- Lokeh f'kokukn] Ethical Teachings .Ch- 1, Pg.-15 17.
- 2- ogh]Pg.-18-19
- 3- Sivananda, Sri Swami, Bliss Divine , P.-158
- 4- Lokeh]Ethical Teachings, Ch.-1, Pg.-24-26
- 5- ogh]Pg. 26-27
- 6- Ch.-8, Pg.-143-44
- 7- ogh] Pg. - 163-164
- 8- Ch.-4, Pg.-87-89
- 9- Lokeh f'kokukn] Ethical Teachings .Pg.-68-74.

vR; f/kd vko'; drk gS A vkt pkjka vlg tks
fofHkuu çdkj dh dçofr; ka Qsy pph gS ml l s
N¼/dkjk ikus ds fy, bl rjg ds usrdrk ds
vuqkyu dh vko'; drk gS rHkh ge l ekt ea
0; klr vukpkj vkSj HkzVpkj l sejk gks l drs gS
rFkk l nkpj ds mPp vkn'kka dks LFkkr dj
l drs gA