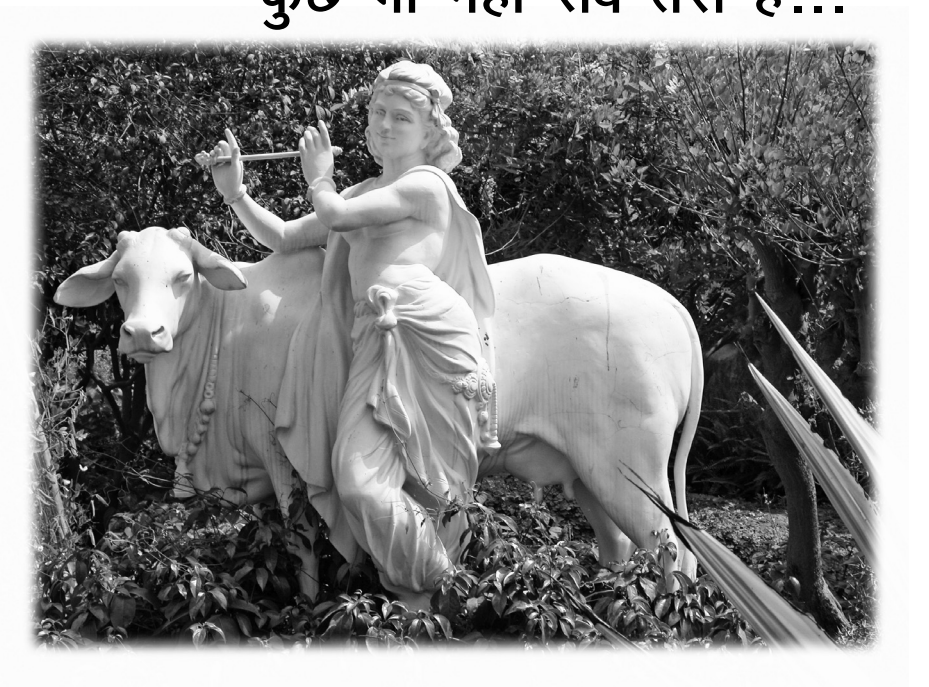
# देख राम मोपे तन मन धन,
# कुछ भी नहीं सब तेरा है...



देख राम मोपे तन मन धन, कुछ भी नहीं सब तेरा है।
प्रत्यक्ष आज पिया देख रही, तू ही तो एको मेरा है।।

यह सब ले लो पिया मेरे, मुझे राम राम ही कहने दो।
तेरा नाम लिये मन मुदित भये, मुझे राम नाम में बहने दो।।

प्रतिकूल रेखा गर तन की है, निज तन जित चाहे ले जाओ।
पर पिया मेरे मुझे राम नाम का, मंत्र निज मुख से दे जाओ।।

विपरीत पथ पे गर गई, तुम बाँसुरी तान सुना दोगे।
इक पल में विषय वासना सों राम, मन मेरा उठा लोगे।।

फँस भी गई गर मोहजाल में, तो रेखा बदल ही जायेगी।
जिस पल इन कानों में सखी, श्याम तान ध्वनि आयेगी।।

न घबरा हे मन मेरे, श्याम ने कर मेरा थाम लिया।
अब क्यों घबराऊँ मन मेरे, उसने ही मेरा नाम लिया।।

स्वयं आश्वासन देते हैं, शंख बजाया राम ने।
अब भय कैसा संशय कैसा, कर मेरा थामा राम ने।।

*'श्रीमद्भगवद्गीता' अध्याय १/१४*

# अनुक्रमणिका


३. **'उर्वशी कौन'...**
सुश्री छोटे माँ

८. **...जन्म मरण सों तारे जो, परम विद्या वह ही है...**
'मुण्डकोपनिषद्' में से

१३. **'हूँ न मैं', यह बिन कहे, कहते...**
श्रीमती पम्मी महता

१८. **वारिआ न जावा एक वार**
**जो तुधु भावै साई भली कार**
**तू सदा सलामति निरंकार...**
अर्पणा प्रकाशन 'जपु जी साहिब' में से

२५. **आहिस्ता चल ज़िन्दगी...**
श्री रमेश इन्द्र सिंह

२६. **अर्पणा के लिए आये फ़रिश्ते - 'ब्लू एन्जिल्स'**

२९. **केवल 'मैं' के कारण ही, अपने आप का पथ भूले...**
पिताजी के साथ पूज्य माँ के अलौकिक संवाद

३४. **सभी का धन्यवाद!**
अर्पणा परिवार की ओर से

३७. **अर्पणा समाचार पत्र**

*सम्पादक की ओर से*

*गद्य में प्रस्तुत सभी लेख साधकों के प्रश्नों के उत्तर में परम पूज्य माँ द्वारा प्राप्त सत्संगों पर आधारित हैं और संकलन-कर्ता की निजी समझ के अनुकूल हैं। काव्य की पंक्तियाँ पूज्य माँ के मुखारविंद से प्रवाहित दिव्य प्रवाह का अंश हैं; जिसे सुश्री छोटे माँ ने लेखनी बद्ध किया है। अपनी पूर्ण सामर्थ्य के अनुसार उसे ज्यों का त्यों प्रस्तुत करने का प्रयास किया गया है। प्रस्तुति में किसी भूल के लिये हम क्षमा प्रार्थी हैं।*


***सम्पादक :*** *पूनम मलिक*
***सह सम्पादक :*** *श्रीमती साधना पाल*

***पता :*** अर्पणा आश्रम, मधुबन, करनाल
१३२ ०३७, हरियाणा, भारत

**श्री हरीश्वर दयाल, अर्पणा ट्रस्ट, मधुबन, करनाल १३२ ०३७ ०१, हरियाणा द्वारा दिसम्बर २०१४ को प्रकाशित तथा सोना प्रिन्टर प्राईवेट लिमिटेड, एफ -८६/१, ओखला इण्डस्ट्रियल एरिया फेज़-I, नई दिल्ली ११० ०२० द्वारा मुद्रित**

# 'उर्वशी कौन'...

*सुश्री छोटे माँ*

*परम पूज्य माँ, पूज्य छोटे माँ एवं अर्पणा परिवार*

वाङ्मय अनुपम 'उर्वशी' से मेरा नाता चिर परिचित प्रतीत होता है। 'उर्वशी' का अभंग स्फुरित गायन रूप प्रवाह, माँ के हृदय से बह कर, जन्म-जन्मांतरों के संस्कार रूपा मल धोकर, प्रयोजन समाप्ति पर प्रसाद रूप में, परम मौन की स्थिति दे गया। ऐसी अनादि-सरस-सरिता को लेखनीबद्ध संकलित करने का मुझे सौभाग्य प्राप्त हुआ, यह निश्चित ही राम कृपा का परिणाम है। माँ के सम्पर्क में अहर्निश सहवास की हार्दिक चाहना सुदीर्घ काल से जागृत हो चुकी थी - उस वांछित इच्छा की पूर्ति का समय आ गया।

माँ की पूजा मार्च १९५८ को आरम्भ हुई। प्रारम्भ में ही शास्त्र (गीता उपनिषद् आदि) के प्रति माँ का भाव ज्योतिर्मय श्रद्धा का रूप था। शास्त्र-कथन उनके लिये आदेश था उपदेश नहीं। उनकी अतीव तीक्ष्ण तथा मर्म-भेदी बुद्धि इस निष्कर्ष पर तत्काल ही पहुँच गई कि

भगवान की कथनी सत्य है, क्योंकि काल उसकी परीक्षा ले चुका है।

माँ के लिये गीता कथन तो भगवान के मुखारविन्द से प्रवाहित ज्ञानामृत था। उसी प्रसाद को पान करने के लिये माँ, शरणापन्न रहने लगीं और इसी के फलस्वरूप, स्वच्छन्द स्फुरणा बहने लगी। सर्वप्रथम भाव रूपा पतिया का गद्यात्मक रूप उपलब्ध हुआ, तत्पश्चात् अकस्मात् ही पद्यशैली प्रधान हो गई। भाव प्रवाह, तीव्र गति प्राप्त करके, अभंग स्फुरणा के रूप में बह निकला।

माँ की अतीव सावधानता, तीक्ष्ण तथा साधना-पथ विघ्नदर्शी बुद्धि का प्रमाण देखना हो तो उनके इस महा-पावन ज्ञान प्रवाहरूप गायन का नाम 'उर्वशी' रखने से दर्शाता है। माँ ने इस प्रवाह का नाम 'उर्वशी' रख दिया जो वाणी की अधिष्ठात्री देवी तथा अँधियारे में विद्युत समान ज्योति करने वाली है। जिस हृदय में यह बसती है, उस जीव की कामना, तृष्णा, संगपूर्ण अशुद्ध चित के नग्न रूप को नहीं देख सकती। यह जीव में यदि उसका अशुद्ध रूप देख ले तो अन्तर्धान हो जाती है। गायन के प्रति अपने आपको चेतावनी देते हुए आरम्भ में ही कहा –

*इक दिन इक छोटी सी पैंसिल, कवि के हाथ लगी।*
*'कवि' ने पैंसिल लेकर 'कर' में, लम्बी काव्य लिखी।।*
*पैंसिल को अभिमान हुआ, हाय! मैं कवि बनी।*
*यह सुन कर मैं मुस्कायी, और जल्द गम्भीर हुई।।*
*मैं भी तो इक पैंसिल थी, हर क्षण अभिमानी हुई।*
*दिल को ऐसी ठेस लगी, दुनिया ही बदल गई।।३।।*

*(प्रार्थना शास्त्र १/११ - ४/११/१९५८)*

साधक सचेत रहे और निज ज्ञान से संग न कर बैठे, कर्तृत्व भाव या अहंकार न उठ आये, वरना इसी बहाव का संग साधना के पथ पर महा भीषण विघ्न रूप धर लेगा। इस कारण इस महाकाव्य का नाम 'उर्वशी' रख दिया। ज्यों-ज्यों प्रवाह जीवन का रूप धारण करता गया, माँ राम चरण में विभोर हो विभिन्न नामों से इसे पुकारे गईं। इसी प्रवाह को सत्यभाषिणी, मृदुल भाषिणी, परम पावनी, राम कृति, छंद वादिनी, अमृत प्रवाहिणी, गंगा प्रवाह तथा अन्य अनेकों सत्य तथा प्रेमप्रद नाम भी देती गईं, किन्तु यह सब कह कर 'उर्वशी' कह दिया, ताकि वह अपने जीवन में निरन्तर सावधान रहें, क्योंकि 'उर्वशी' एक जीवन पर्यन्त परीक्षा है।

साधक जब योग स्थिति तथा ब्रह्म स्थिति में स्थित हो जाये तो 'उर्वशी' उसी के स्वरूप में लय हो सकती है। यदि साधक राहों में पथ भूल जाये और लोभ तृष्णायुक्त हो जाये तो 'उर्वशी' अंतर्धान हो जाती है। इस कारण काव्योद्गार बह निकला कि, 'इस पूंजी पर कुबेर के समान बैठूँगी, क्योंकि यदि अभी 'उर्वशी' की प्रतिष्ठा आरम्भ हो गई तो प्रियतम राम घर नहीं आयेंगे और राहों से लौट जायेंगे', माँ का भाव था, 'मुझे नाम नहीं, राम चाहिये।' माँ की इस विषय में भी पूर्ण जागृति थी कि 'उर्वशी' सूक्ष्मातिसूक्ष्म संग के कारण भी रूठकर जा सकती है। इस क्षणिक संशय के आविर्भाव होने पर पुकारने लगतीं -

*राम ने मुझे वर्गलाने को, एक कवियत्री भेज दी।*
*पतिव्रत धर्म निभाने को, सावित्री क्यों न भेज दी।।*

*(प्रार्थना शास्त्र १/१४३ - १/९/५९)*

कभी राम से कहतीं, 'हे राम! तुलसी, मीरा और सूरदास जी के भावनोद्दीप्त उद्‌गारों को सुनने के लिए तुम स्वयं आये थे। क्या मेरी पुकार पर नहीं आओगे?' इसके लिये पपीहे से सुरीली तान माँगती हैं और उसे आश्वासन देती हैं कि प्रियतम के प्राक्ट्य पर तान लौटा दूँगी। यदि माँ 'उर्वशी गायन' को अपना वाङ्मय प्रवाह मानतीं तो पपीहे से सुर न माँगतीं उनके लिए प्रवाह का इतना ही प्रयोजन था कि वह आंतरिक मल धोकर राम से मिला दे।

कभी-कभी बहुमूल्य निधि को लेखनीबद्ध करते हुए मेरी हार्दिक चाहना होती कि माँ को सुना दूँ। यदि कभी सौभाग्यवश ऐसा सुअवसर प्राप्त हो भी जाता तो एक दो पंक्तियों के पश्चात ही उन्हें निद्रा आ घेरती। कितनी निःसंगता थी कि अपनी प्रशंसा भी उन्हें मोहित न करती। यह भी ध्यान न आता कि मेरी लिखने की त्रुटियों को ही शुद्ध कर दें, क्योंकि बहाव में नाम तो उन्हीं का आयेगा। जब मैं उन्हें कहती कि बहाव आपका है तो कह देतीं, "कोई सज्जन स्वेच्छा से मेरे आंतर में आकर मल धो रहा है। उसे पूर्ण स्वतन्त्रता है कि जब चाहे जा सकता है। मैं उससे गिला नहीं करूँगी।" माँ की इस बहाव के प्रति इतनी उदासीनता थी कि उनके परिवार वाले उर्वशी कृत रचनाओं से पूर्णतया अपरिचित थे। एक बार कहीं भनक पड़ी कि उर्वशी के विषय में किसी को ज्ञात हो गया है, तो तड़प कर कहने लगीं -

*यह क्या है ओ लीलाधर, शास्त्र का जग को बता दिया।*
*क्या पथभ्रष्ट करने को, विघ्न नव ला के खड़ा किया।।...*
*अपमान तो शायद सह सकूँ, मान सह न सकूँगी राम।*
*ऐसे मान को क्यों भेजो, जिसको सह न सकूँगी राम।।...*

*(प्रार्थना शास्त्र २/३९० - १६-७-६०)*

जब माँ चण्डीगढ़ आ गईं तो वह किसी को भी मिलने बाहर नहीं जाती थीं। सत्संगी और नातेदार जो घर में मिलने आ जाते, उन्हें तो मिल लेतीं, किन्तु बाहर किसी का न्योता स्वीकार न करतीं। इन सबके कारण 'वाईस चांसलर' ने माँ को कार्यालय में बुलाया और कई प्रकार के अपमानजनक वाक् कहे। माँ को वह वाक् प्रभावित न कर सके, उसी विषय पर बातचीत करती रहीं जिस कारण माँ वहाँ गई थीं। जब मुझे पता चला तो मैं भड़क कर कहने लगी कि आप उन्हें उर्वशी के विषय में बतला दें। तो मुसकुरा कर कहने लगीं, "मैं अपने मान के कारण नाम-धन नहीं बेचूँगी।"

अधपका बेर हूँ, मुझको अभी न तोड़ो।
मिलन की राहों से, मेरा मुख न मोड़ो।।...

*(प्रार्थना शास्त्र ३/७४३ - ३०-१२-६१)*

वृन्दावन वाले अतुल कृष्ण जी, जो हिन्दी के प्रकाण्ड पंडित हैं उनसे हमारा परिचय जालंधर में हुआ। उन्हें मैंने 'उर्वशी' की कुछ पंक्तियाँ पढ़कर सुनाईं, तो कहने लगे, "इसमें

भावों की अतीव प्रचुरता है और सब स्वांत:सुखाय है, परन्तु भाषा शैली के दृष्टिकोण से छंद पद्धति में त्रुटि है।' मैं माँ से अनुरोध करने लगी कि भाषा को परिमार्जित रूप दे दें। इसके प्रतिरूप माँ स्वयं निजी आलोचना करने लगे -

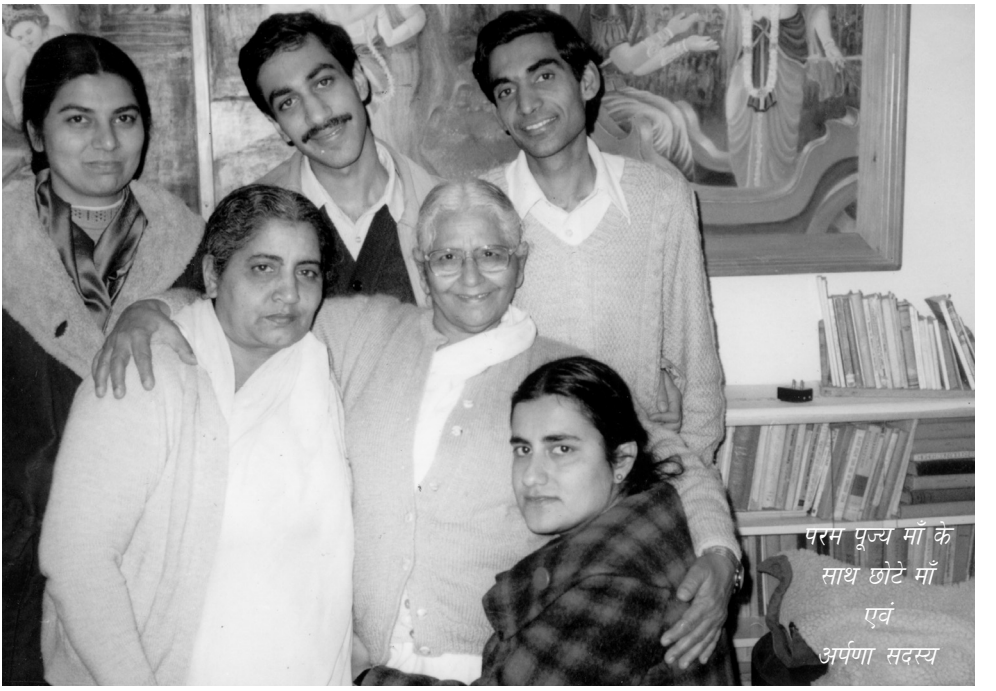
*देख आलोचना मैं करूँ, तुझे अपने मन की बात कहूँ।*
*कोई भाषा नहीं रे आये मुझे, टूटे शब्द मैं सब कहूँ।।*

*(प्रार्थना शास्त्र ३/६३० - १४/७/६१)*

'उर्वशीकृत' शास्त्रों में माँ ने कहा है - "उर्वशी बहाव साधक के लिये "मैं" की चिता चलाने की विधि है।" एक और स्थान पर इसे 'राम वियोग के आँसू मात्र' कहा है, जो अपने प्रियतम के चिर वियोग की विरह में बहते हैं। जब साधना समाप्त हो गई तो मानो उर्वशी प्रवाह का प्रयोजन समाप्त हो गया। उस पावनी गंगा प्रवाह को श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए कहा -

*महाप्रेमी गण तेरे जो, उनको ही रे देती हूँ।*
*स्थूल रूप जो तूने धरा, स्थूल लोक को देती हूँ।।*

*(प्रार्थना शास्त्र ४/८७८ - २६/७/६२)*



*परम पूज्य माँ के साथ छोटे माँ एवं अर्पणा सदस्य*

माँ की इस अमूल्य निधि से इतनी नि:संगता थी कि इस बहाव को बिन अपनाये भगवान के चरणों में अर्पित कर दिया और ऋषिकेश जाने से पूर्व इस परम्परागत सम्पत्ति को २६ अगस्त, १९६२ को ट्रस्ट बना कर सौंप दिया। ऋषिकेश में जब मैंने 'उर्वशी' बहाव के विषय में प्रश्न किया तो कहने लगीं "ऐसा प्रतीत होता है कि एक अत्यन्त साधारण जीवन पर

भगवान की अतीव असाधारण छाप है। यदि तुम इसे विलक्षण कहते हो और यह कहते हो कि पहले इतने विस्तार में यह ज्ञानमय बहाव नहीं बहा तो यह ब्रह्म के विधान का वरदान है। जो किसी प्रयोजनार्थ अथवा जीव की माँग और प्रकार का प्रताप होगा।"

करनाल में आकर जब माँ के पिता जी उर्वशी बहाव से अतीव प्रभावित हुए, तो उन्होंने इस दिव्य प्रवाह के विषय में माँ से पूछा कि, 'क्या उर्वशी लक्ष्य बन सकती है?' माँ प्रश्नोत्तर में कहने लगीं - "उर्वशी इक वाक् है, जहाँ पूजा बिना कुछ नहीं। वह केवल नाम की महिमा गाती है, राम से बातें करती है और राम कृपा से बहती है, वह केवल चरणों की धूल है और धूल को तिलक लगा देना भूल है। मिलन तो लक्ष्य से होता है, शब्द पथ दर्शा सकते हैं, वह केवल अपने प्रेमास्पद के चाकर हैं।" एक अन्य स्थान पर कहा -

*तिलक उर्वशी बन न सके, लक्ष्य बन न पायेगी।*
*यह पथ है जान मना, राम तलक ले जायेगी।।*

सम्पूर्ण 'उर्वशीकृत' रचनाओं में कथित जो भी वाक् है वह माँ के जीवन का अनुभव है। माँ को एक बार कहते सुना :

*जो कहे वह तब मानो, गर आप तुला पे तुल जाये।*
*सत्यता उसकी तब मानो, गर जीवन ज्ञान से तुल जाये।।*
*गर तुला से जीवन नहीं तुले, इसकी ओर तुम मत देखो।*
*काग़द के टुकड़े हैं यह, दरया में इन्हें फेंक दो।।*

हम जैसे जीवों को, जिनकी बुद्धि मान्यताओं से बँधी हुई है उन्हें कहते हैं कि "गर तुला पे न तुलूँ तो मुझे बता दो, मैं पूजा फिर से आरम्भ कर दूँगी।" यह एक ओर अतीव झुकाव दर्शाता है और दूसरी ओर अथाह सत् की शक्ति प्रदर्शित करता है।

यदि पूर्ण साधना काल पर दृष्टिपात करें तो पता चलेगा कि शब्दानुबद्ध निर्विकल्प समाधि की प्रतिमा माँ की साधना थी। शनैः-शनैः प्रवाह जीवन का रूप धारण करता गया। उर्वशी तब तक बहती गई - जब तक कि संस्कार रूपा मल पूर्णतया नहीं धुल गया। तत्पश्चात् सहज समाधि तथा सहज जीवन रह गया।

अब दिव्य तन के दिव्य कर्म हैं। ज्ञान की अथाह सागर माँ प्रश्नकर्त्ता की प्रेरणा से बह जाती हैं। भक्त पूछे तो भक्ति प्रवाह विलक्षण, ज्ञानी पूछे तो तत्व का ज्ञान बह जाता है, कर्म काण्ड के विषय में पूछें तो उसका विचित्र प्रमाण देते हैं, वेदांत वाले को अखण्ड अद्वैत के विषय में ज्ञान देते हैं - यही उनकी महासत्यता का प्रमाण है। यदि केवल शाब्दिक ज्ञान होता, तो इस प्रकार के अद्वितीय ज्ञान का स्वतः बहाव असम्भव था। यह प्रज्ञा बहाव केवल प्रश्नकर्त्ता के प्रश्नोत्तर तक ही सीमित नहीं, बल्कि तीनों स्तरों पर प्रमाणित रूप में उनके जीवन में प्राप्त होता है। शास्त्रीय तुलानुसार ऐसा अद्वितीय प्रमाण, जहाँ सत् पूर्णरूपेण प्रकाशित हो रहा है, वह प्रज्ञानघन ही हो सकता है। इन प्रकार अपने प्रति पूर्ण उदासीन, महामौन और सहज में स्थित माँ के दर्शन होते हैं।

*(यह लेख १९७४ में प्रकाशित 'अर्पणा पुष्पांजलि' के स्वर्ण जयंती अंक में से लिया गया है)*

❖ ❖ ❖

# ...जन्म मरण सों तारे जो,
# परम विद्या वह ही है...

## - मुण्डकोपनिषद्

**प्रथम मुण्डक - प्रथम खण्ड**

**ओम् ब्रह्मा देवानां प्रथमः सम्बभूव विश्वस्य कर्ता भुवनस्य गोप्ता।**
**स ब्रह्मविद्यां सर्वविद्याप्रतिष्ठा-मथर्वाय ज्येष्ठपुत्राय प्राह।।१।।**

**शब्दार्थः**

सम्पूर्ण जगत् के रचयिता और सब लोकों की रक्षा करने वाले चतुर्मुख ब्रह्मा जी सब देवताओं में पहले प्रकट हुए उन्होंने सबसे बड़े पुत्र अथर्व को समस्त विद्याओं की आधारभूत ब्रह्म विद्या का भली भाँति उपदेश दिया।

**तत्व विस्तारः**

ओम् नाम का गान करो, आवाहन भगवान करी।
उपनिषद् आरम्भ रे करते हैं, राम राम बस राम कही।।१।।

राम मिलन का पठन यह है, नाम का ही आधार लिये।
ओम् ही इक सेतु है, गायें मिलन पुकार लिये।।२।।

स्वयंभू ब्रह्मा प्रथम प्रकटे, जग में रे अवतार लिया।
आपको आप ही देख ज़रा, ब्रह्म ने अरे धार लिया।।३।।

जगदीश्वरा सर्वरचयिता, जगत् संरक्षक आप है वह।
हृदयवासी ब्रह्मा वह, प्रथम संसरणा परम है वह।।४।।

प्रथम जन्म अपना लिया, परिपूर्ण उसे जाने था।
ब्रह्म रूप रे यही कहें, ब्रह्म परम का नाम था।।५।।

अरे ज्ञान क्या होना था, ज्ञान स्वरूप ही आप है।
गुरु परम्परा की कहें, वह परम्परा जो आप है।।६।।

समस्त देवन् में देव है वह, सर्वश्रेष्ठ तुम देव कहो।
सर्वपति वह आप ही है, सत् स्वरूप आदिदेव कहो।।७।।

उत्पत्ति कारण सब के यह, अथर्वा को रे जन्म दिया।
ब्रह्म विद्या उपदेश रे, ज्येष्ठ पुत्र को इनने दिया।।८।।

समष्टि चेतन स्वरूप ब्रह्म, चेतन स्वरूप प्रकट हुये।
स्वयंभू भू पर परम सत्, आप में ही रे प्रकट हुये।।९।।

ब्रह्म ज्ञान को परम ज्ञान, ही साधक रे कहते हैं।
सम्पूर्ण वेदन् ज्ञान भी, इसमें ही तो रहते हैं।।१०।।

सर्वज्ञान आधार यह, विद्या इसे ही कहते हैं।
अज्ञान का ज्ञान निवृत्त रूप में, इसे ही कहते हैं।।११।।

जन्म मरण सों तारे जो, परम विद्या वह ही है।
क्षणिक तन को पाले जो, न्यून विद्या वह ही है।।१२।।

जग का ज्ञान माया का ज्ञान, पा लिया तो क्या होगा।
अभिमान रे बढ़ा करी, भरमा भी लिया तो क्या होगा।।१३।।

आन्तरिक बाह्य जग का रे, एक आधार रे यह ही है।
मूल कारण पूर्ण का, बस रे जान ले यह ही है।।१४।।

प्रजापति रे ब्रह्मा है, आदिकारण तुम कह लो।
प्रज्ञा ही तो ब्रह्मा है, उत्पत्ति कारण तुम कह लो।।१५।।

विष्णु पालक आप है यह, विष्णु इनका रूप कहो।
सिद्धि जहान की जान लो, ब्रह्मा में ही तो हो।।१६।।

ब्रह्मा को विद्या रे दी, ईश्वर ब्रह्मा ही तो है।
पूर्ण संस्कार भरा, समष्टि कारण यह ही है।।१७।।

कर्माशय पूर्ण जग का, अनेक विधि मिलाये है।
कर्मानुकूल ही पूर्ण यह, रचना करता जाये है।।१८।।

प्रथम ज्ञान रे इसे दिया, देख राम रे कहते हैं।
ब्रह्मा में ही जान लो, ब्रह्माण्ड में यह रहते हैं।।१९।।

जिस विध लो तुमको कह लूँ, संस्कार प्रदुर होयें।
कारण तन से या कहो, सूक्ष्म तन प्रदुर होयें।।२०।।

ये ही स्थूल रे रूप धरें, विराट रूप यह बन जायें।
ब्रह्मा ही तो कारण है, विश्व रूप जो धर आयें।।२१।।

उत्पत्ति कारण इसे कहो, स्थिति इसी में होती है।
संहार करें होयें शिव रूप, पर इसी में होती है।।२२।।

प्रकृति भी यहीं पे वास करे, प्रथम जन्म रे यहीं पे हो।
सुषुप्ति इसको ही कह लो, लय अवस्था यहीं तो हो।।२३।।

आनन्दमय है मौन यह, सर्वज्ञ इसको कह लो।
अधियज्ञ अधिदेव यह, अधिपति अधियज्ञ कहो।।२४।।

जो जी में आये रे कहो, सृष्टि का यह कारण है।
सर्वविज्ञ सब यह जाने है, सृष्टि करे यही धारण है।।२५।।

प्रथम जन्म इसको देकर, प्रथम नाम रे यही दिया।
प्रथम देव रे यह ही है, यही प्रथम रे प्रकट हुआ।।२६।।

जग रचयिता यह ही है, नियन्ता भी रे यह ही है।
ईषण कर्ता यह ही है, अनुमन्ता भी यह ही है।।२७।।

उस ब्रह्मा ने अथर्व को, प्रथम ज्ञान रे दे दिया।
आधारभूत रे इस जग का, सत्त्व ज्ञान रे दे दिया।।२८।।

विद्या का आधार जो, प्रथम ज्ञान रे दे दिया।
आधारभूत रे इस जग का, सत्त्व ज्ञान रे दे दिया।।२९।।

विद्या का आधार जो, परम ज्ञान रे दे दिया।
समाधि में वह आये थे, इक राम नाम रे दे दिया।।३०।।

तुम ओम् कहो या अन्य भी, कोई नाम उसका धर लो।
मैं तो राम राम ही राम कहूँ, ब्रह्मा नाम उसका धर लो।।३१।।

ब्रह्म ने उस ब्रह्मा को, ज्ञान अपने आप दिया।
या रे उस कारण में, सत्त्व ज्ञान है धरा हुआ।।३२।।

समाधिस्थ जो हो पाये, अथर्व मुनि वह ही होये।
ज्ञान उसको दे दिया, सर्वज्ञ वह हो गये।।३३।।

अनेक विद्या का कहें, परमाधार रे वह ही है।
निरर्थक ज्ञान रे उसके बिना, ज्ञानाधार रे वह ही है।।३४।।

सब देवन् का देव है वह, परम अधिष्ठान है वह।
सर्वश्रेष्ठ सर्वोपरि, सर्वज्ञ भगवान है वह।।३५।।

तृतीयपाद जो ओम् का, उसे ही ब्रह्मा कहते हैं।
कारण वह है ओम् का, उसे ही ब्रह्मा कहते हैं।।३६।।

ब्रह्मा से वह राम परे, राम तत्व परम है रे।
ज्ञान उसको ही रे कहें, जो रे परम सत्त्व है रे।।३७।।

ब्रह्मा रची उसे सब रे कहें, नित्य अनित्य बता दिया।
पूर्ण सृष्टि का कह लो, सत्त्व सार सुझा दिया।।३८।।

अरे ब्रह्मा ही वह शक्ति कहो, संकल्पात्मिका रे जो हो।
ब्रह्मा ही रेखा कह लो, जीवन आधार रे जो हो।।३९।।

पर सोचूँ अब क्या सोचूँ, ब्रह्मा तो सब जाने हैं।
कारण जो रे मेरा है, वह ही तो सब जाने हैं।।४०।।

इस तन का वह कारण है, यह तन ही तो वह रचे।
जिस रेखा से तन बँधा, वह रेखा वह ही रचे।।४१।।

सच तो यह ब्रह्म रूप में, रेखा वह ही है।
प्रकृति रूप में तुम कह लो, जो है वह ही है।।४२।।

सूक्ष्म रूप आप धरे, स्थूल रूप में प्रकट भये।
पुनः वृक्ष को फल लगे, बीज भये तो वही रहे।।४३।।

ईश्वर उसको कहते हैं, प्रज्ञा भी वह ही है।
बुद्धि उसको कहते हैं, अरे ब्रह्मा भी तो वह ही है।।४४।।

सत्त्व तत्व जान लिया, उसमें ही समा जाये।
समाधिस्थ रे हो करी, ब्रह्मा तलक रे आ पाये।।४५।।

फिर रे उठना ही होगा, परम सत्त्व तो अभी परे।
ब्रह्मा को भी जान ले, कहें पर वह न रचे।।४६।।

स्वयंभू उसको कहते हैं, ब्रह्मा आप ही आप भये।
प्रथम संसरणा है यह, संस्कार का रूप धरे।।४७।।

संकल्पात्मिका शक्ति यह, वा चढ़ी संकल्प करे।
क्या क्या कब कब होना है, ब्रह्मा रूप निश्चित रे करे।।४८।।

समष्टिकोण से विश्व का, विधान यही तो रचते हैं।
व्यष्टिकोण से जीव का, नियंत्रण यही तो करते हैं।।४९।।

विधाता इन्हीं का नाम है, जो कहें वह होता है।
कारण बस रे ये ही है, इनके कहे ही होता है।।५०।।

अथर्व रूप में जो आये, ज्येष्ठ पुत्र वह हो जाये।
सत्त्व ज्ञान वह पा ही ले, और वह ब्रह्म में खो जाये।।५१।।

ब्रह्म में ही आये करी, प्रज्ञा को वह पा जाये।
कारण में रे समाये करी, सत्त्व को वह पा जाये।।५२।।

इक ओर उठे तो जग देखे, हो ध्यान मग्न परम देखे।
पर याद रहे वह परम देखे, चक्षुण् से वह बिन देखे।।५३।।

सत्त्व तत्व तो उनसे परे, इन्द्रिय देव नहीं पहुँच सके।
अथर्व देवता त्यज आये, त्यज कर ही वह पहुँच सके।।५४।।

प्रथम ज्ञान रे उन्हें हुआ, ब्रह्मा से रे कहते हैं।
समाधिस्थ हो पा लिया, प्रकट रूप में कहते हैं।।५५।।

५-८-६१

# ‘हूँ न मैं’, यह बिन कहे, कहते...

*श्रीमती पम्मी महता*

*परम पूज्य माँ के साथ श्रीमती पम्मी महता एवं परिवार*

**कुछ अन्य संस्मरण -**

वह बेला, पुण्यमयी बेला लौट आई, जब बड़ी हसरत से उस ज़िन्दगी को चुपचाप अपने साथ, अपने अंग-संग लिपटे देखा! जो बाहर दिखाई दे रही थी वह छोड़ कर गई नहीं थी, वह तो आंतर में बस गई थी! मेरे रोम-रोम में किस क़दर घुल गई थी - महसूस कर रही हूँ आज...

वह जो ज़िन्दगी के चलन बाहर दीखते थे, आंतर में चुपचाप उतरे हुए थे। पाठ जो मईय्या ने पढ़ाया था उसे दोहराने की बेला थी। शायद यही तरीका होता है उसे धारण करने का, जिसे हम जैसे बुद्धु जान ही नहीं पाये... अपने घर लौटी तो चुपचाप यह दहेज माँ ने साथ बाँध दिया। उस कुल की लाज लेकर आई थी।

इस ज़िम्मेवारी का एहसास उस वक्त तो नहीं हुआ, मगर जब अखण्ड मौन की मौन समाधि में से मौन आवाज़ गूँजने लगी तो लग्न और श्रद्धा एक साथ जन्म ले उठे। उस मौन किताब से जब हाथ हटाया तो हक़ीक़त बोलने लगी! मुझे चहुँ ओर दिव्य दर्शन होने लगे। "प्रभु माँ" के प्रति आत्मविभोर हो उठी! माँ की महक हर शै से आने लगी! मैं पूर्णतया छलछला उठी और माँ के चरणों के क़रीब सिमट के बैठ गई - कैसे भव्य दर्शन थे मईय्या के! साष्टांग प्रणाम करी उसके सजदे में सर झुका वहीं बैठ गई।

सच पूछो, तो कहाँ बैठी थी मैं! यह सभी पूज्य भगवती माँ की असीम करुण कृपा का प्रसाद था जो आशीर्वाद रूप में मेरे आँचल में प्रभु ने डाल दिया था। इस भाग्य की नहीं हूँ मैं, ईश कृपा का अनुपम वरदान है यह! साधक के जीवन को प्रेरित करने को यह वह रहगुज़र है जहाँ अटूट लग्न व आस्था को पनपाने को प्रभु यूँ राह बनी सामने खड़े हो जाते हैं। "मैं हूँ भी और नहीं भी हूँ" - इस सत्य की गुंजार सों वातावरण भर गया। उस दृश्य, द्रष्टा व दृष्टि को देख रही थी जिसने स्वयं को यूँ एकाकार करके खड़ा किया हुआ था। उपासना का यह भी एक पहलू था। मैं उस प्रेम में सराबोर हो गई। मेरी नज़रें इस क़दर प्यार सों भर उठीं कि उन क़दमों से जा जुड़ीं!

यारब्ब, अपना यह नज़रेंकरम अपनी कनीज़ को बख़्शे रखना! अपनी इस सौगात सों इसे भरपूर रखना! हे प्रभु जी, जो क़दम इस हृदय में धरे हैं उन्हें स्थाई कर लेना। हे गंगा माँ, अपनी पावनता मुझमें क़ायम रखने के लिए इस तन सों बह जाना - ऐसे ही मन ही मन उस परवरदिगार से इल्तिजायें करती, तो करती ही चली जाती। दुआयें करते करते लगता है, एक दिन सिर्फ़ दुआ ही बन कर रह जाऊँगी।

उनका एक-एक शब्द सत्य सिद्ध होने लगा। वक्त उन्हें खोलने लगा। हक़ीक़त अपने को बेनक़ाब करते हुए बोलने लगी, बिना बोले! कैसी हैरत के मुक़ाम पर ला खड़ा किया प्रभु ने! कितनी मिश्रित भावों की आरती सज उठी थी - श्रद्धा, प्रेम और आस्था की! पावन ज्ञान के क़दम ही क़दम दिखाई दे रहे थे और उस तपस्वी के जीवन की आराधना का नूर निखरा व बिखरा हुआ था चहुँ ओर। वह महक से भरा पराग, एक अतीव सुन्दर जीवन की हृदयस्थली से निकल-निकल कर पूरे वातावरण को महका रहा था। मेरे पास वह शब्द नहीं है जिनसे इस सुन्दरता की व्याख्या कर पाऊँ। वह नज़र नहीं है जो प्यार सों उस प्यार को उठा सके। वह प्यार नहीं जो प्यार सों उसे हृदय में बसा, उस अव्यक्त को व्यक्त कर सके। सच तो यह है ऐसा जीवन,

- जिसने वेदों की परिभाषा को ज़िन्दगी से व्यक्त किया है,

- जिसने गीता की परम आराधना जीवन को ज्योतिर्मय करके की है,

- जिसने परम पुरुष पुरुषोत्तम का जीवन जी कर मीरा की वाणी को सिद्ध कर दिया है कि पुरुष तो केवल एक परमात्मा ही है बाक़ी सभी नारियाँ हैं।

एक ओंकार का सर्वत्र साम्राज्य है - वही सतगुरु, वही सच्चा पातशाह है। उस अकाल पुरख को, उस साहिब को, मेरा कोटि-कोटि प्रणाम!

यह ज़िन्दगी विशाल समंदर की तरह है जिसका मौज़ूँ हाथ नहीं आता; मगर ज़िन्दगी का सही मायनों में सुराग पाना है, तो यही चरण-कमल हैं, जहाँ बैठ कर वह मिलेगा - यह रहस्य स्वयं खुलेगा! श्रद्धा और प्यार की याचना करनी होगी। फिर एक-एक ज़िन्दगी की किताब के पन्ने में, उसे ढूँढना होगा, उसकी तलाश करनी होगी। हर दोराहे से उस राह को लेना होगा जो उसी रहगुज़र से जा मिलती है। उस परवरदिगार का रहमोकरम माँगना होगा!

*वात्सल्य भाव में... परम पूज्य माँ के साथ श्रीमती पम्मी महता*

हम बच्चे उस माँ की पाठशाला से क्या-क्या ले लेते हैं संस्कारों के रूप में, हम स्वयं भी नहीं जान पाते। जगद्‌जननी माँ अपने बच्चों के लिए आशीर्वाद रूप में अपना वरदहस्त बढ़ाये खड़ी हैं, हमने कभी वह हाथ चूमे नहीं जिन्हें सिर्फ़ काँटों का तस्सवुर मिलता है। हम ही पीड़ा देते हैं मगर दर्द का एहसास नहीं करते। उस कोमल हृदय की वेदना को महसूस नहीं करते।

'वह दु:खघन हैं', ऐसा मान उसके सजदे में सर तो झुका लेंगे, मगर कहाँ-कहाँ से गुज़ारा हमने उन्हें, इस नाम उपाधि से श्रृंगारने के लिए! यह जानने की कभी कोशिश ही नहीं की। उन पन्नों के एक-एक शब्द में छिपी जो दास्तान है, वह उन्हीं की है। वह मौन हैं, बोलते नहीं, मगर असलियत उन्हीं शब्दों में खोजने से मिलेगी। बार-बार वह कठिन व कठोर राहों से गुज़री होंगी। हमने बहुत आसानी से नाम तो दे दिया मगर हमने अपना हिस्सा नहीं बोला

और यह भी पता है वह भी नहीं बोलेंगी। जिस तरह ढके हम गये थे, वैसे ही ढके हम लौट आये हैं - हमारे गुनाह बख़्शने की ज़िम्मेवारी जो ले रखी है उन्होंने!

प्यार के बन्धन, जो प्रभु एक बार बाँध देते हैं, वह तोड़ते नहीं। आपका हाथ, हाथ में लेकर फिर छोड़ते नहीं - वह हाथ प्यार सों भरपूर, आसीस के रूप में, आश्वासन के रूप में और एक बहुत प्यारे सहयोगी की तरह हमारे साथ जुड़ जाते हैं। वह हाथ हमारे जीवन की नाव को खेने वाले वह हाथ हैं जो कभी मझधार में नहीं छोड़ते। उन हाथों को कभी नहीं सहलाया हमने। जिसने सदैव हमें सदा दी है, हमारी पीड़ा को अपनी पीड़ा की तरह सहा है - हमारे आँसुओं में बह कर हमें ख़ुशी बख़्शी है। वह हम जैसों के उद्धार को बार-बार जन्म लेते हैं - आप ही बताईये मईय्या हमारा अहम् किस क़दर विलीन होगा???

सच ही, माँ ने चहूँ ओर से इस यज्ञ की आहुतियाँ देनी आरम्भ क्या कीं, आज तक देते ही चले आ रहे हैं। हमारे मन के action-reaction, हमारे विरोधी भाव, हमें ही ग्रसे जा रहे हैं। हमारे मन का प्रवाह एवं हमारा विवेक सभी ओर से हमें realise करवाते ही चले जाते हैं। उस विवेक के साथ जो मन को objectively देख सके,

- जो मन को मना कर सत्य पर ला सके,

- जो करना चाहिये दूसरों के प्रति वह कर सके,

- जिस ज्ञान के प्रति विश्वास पैदा करते हैं, उसे जीवन में इस्तेमाल करके उसके प्रति वास्तविक श्रद्धा जगा देते हैं।

मन का क्रोध, राग-द्वेष, लोभ एवं अहंकार को मिटाने का प्रयास नहीं करते बल्कि प्यार की डगर पे हमको बढ़ाये लिये जाते हैं। जहाँ उनका अपना आप नहीं बल्कि दूसरा अपना आप बनके खड़ा होता है। हमारे मन में जब निरन्तर यह जद्दोजहद चल रही होती है - 'क्या करूँ क्या न करूँ...' - हर शै वह opportunity बना देते हैं। वह अच्छी या बुरी, हमारी पसंद नापसंद के आधार पर नहीं, बल्कि हमें आगे ले जाने को एक क़दम है जिसे वह हमारे लिए प्रसाद बना देते हैं।

काश! यह न होता, यह हो जाता - ऐसे विचारों को पनपने ही नहीं देते। बस जो सामने है, वही सत्य है, उसी को पूर्णतया स्वीकार कर लें - उसका परित्याग नहीं करने देते। इस तरह प्रभु की देन मान उसे क़बूल लेने की प्रेरणा सों भरते हुये, हमें कर्त्तव्य में (कि इसे करना ही है) लगाते ही चले जाते हैं। मन की मर्ज़ी पूरी न होने पर धीरे-धीरे उसके प्रति उठ रहे विरोध को ख़त्म कर देते हैं। जो ठीक है, जो उचित है, वही करना है - ऐसे उस चंचल मन को काबू में कर लेते हैं।

वह सभी बता देते हैं क्योंकि सभी बता देने पर भी निर्णय आपका है कि आपको करना

है या नहीं करना। तेरा पथ तुझे दुःख व संताप देता है। तुझे दरिद्र व फटेहाल कर देता है। तेरा पथ, जहाँ दिल की हर दौलत लुट जाती है और आँसुओं व भीगी पलकों के सिवा कुछ नहीं बचता, वहाँ एक और भी राह है - 'प्यार की डगर!'

जिस डगर पर 'मैं' का साम्राज्य नहीं, तू का है, वहाँ, बेइंतहा सुख आपको सुखमय बनाने को तत्पर हैं। जिस द्वार से केवल गन्दगी बाहर जाती है और सभी दैवी गुण प्रवेश पाते हैं - जहाँ 'मैं' नहीं, वह देने वाला प्रभु याद रहता है! एक स्वच्छ और निर्मल राह अपनी आग़ोश फैलाये आपके स्वागत को खड़ी है। इतनी विशाल है कि सबको पूर्णतया समेट लेती है। दूसरी ओर हमारा दायरा संकुचित करने वाली 'मैं', बहुत ही सीमित, दरिद्र व फटेहाल और सदैव माँगने वाली जिसका उदर कभी भरता ही नहीं। 'भूखा क्या देगा दूसरों को, उसकी तो अपनी ही भूख ख़त्म नहीं होती...'

अपने बल को इतना निर्बल बना कर भी बलवान ही मानने वाला स्वयं को कहाँ झुका पाता है। मगर,

- जो प्रभु हाथ पकड़ लें,

- अपनी कृपा दृष्टि डाल दें,

- अपनी असीम करुणा बहा दें, तो यह अनहोनी, होनी बनकर आपके जीवन में उतर आती है!

माँ ने इस तरह हमारे सभी दुःख सहने शुरु किये। हमीं से हमारी लड़ाई बंद करवा, हमें श्रेय पथ की ओर अग्रसर किया। वह विशाल राहें, जहाँ जीव भगवान के अंजुमन में पलने लगता है हमें दीं और हमसफ़र की तरह चल पड़े साथ!!!

कभी आगे चल कर पीछे आने का संकेत देते, कभी हाथ पकड़ ले जाते और कभी आपको धकेल अकेले ही, फिर मंद-मंद मुसकुराते।

"हूँ न मैं", यह बिन कहे, कहते। उनके प्यार ने इस क़दर Secure किया हुआ था कि उस प्यार में मतवाला मन सिर्फ़ चलता ही चला गया। उसे पता होता था - 'वह मुझे गिरने से पहले ही सम्भाल लेंगे।' इस तरह प्रभु माँ हमारे दुःख हरने की हर मुमकिन कोशिश में स्वयं को किस क़दर तपाते रहे एवं क्या क्या नहीं झेला ख़ुद पर उन्होंने...

अपनी तो जान की बाज़ी लगाते भी कभी गुरेज़ नहीं किया, अपने मान-अपमान की तरफ़ ताका तक नहीं! अपने बल को बहुत निर्बल सा दर्शाते हैं। मगर उस बल के क्या कहने जिसकी वज्रता उनके निश्चय की हदों तक है - धन्य हैं प्रभु व उनकी लीला - उनके क़दमों में पूर्णतया झुक पाऊँ ऐसी ही मंगल कामना करती हूँ। ❖

# वारिआ न जावा एक वार
# जो तुधु भावै साई भली कार
# तू सदा सलामति निरंकार...

गतांक से आगे - (अर्पणा प्रकाशन 'जपुजी साहिब' में से)

*पौड़ी १७*

असंख जप असंख भाउ।
असंख पूजा असंख तपताउ।
असंख गरंथ मुखि वेद पाठ।
असंख जोग मनि रहहि उदास।
असंख भगत गुण गिआन वीचार।
असंख सती असंख दातार।
असंख सूर मुह भख सार।
असंख मोनि लिवलाइ तार।
कुदरति कवण कहा वीचारु।

**वारिआ न जावा एक वार।**
**जो तुधु भावै साई भली कार।**
**तू सदा सलामति निरंकार।।१७।।**

**शब्दार्थ :** *अनेकों (उसके नाम का) जाप करते हैं, अनेकों (उसकी) भक्ति करते हैं। अनेकों पूजा करते हैं, अनेकों तपस्या करते हैं। अनेकों मुख से वेदों और ग्रन्थों का पाठ करते हैं। अनेकों संन्यासी मन से उदासीन हो जाते हैं। असंख्य भक्त (उसके) ज्ञान और गुणों का विचार करते हैं। (इस संसार में) असंख्य सत्यवादी हैं और असंख्य दानी हैं। अनेक शूरवीर मुँह पर शस्त्र (की चोट) खाते हैं। अनेकों (यति) मौन धारण करके एकांत में ध्यान लगाते हैं। मैं किस शक्ति से उसकी महिमा का विचार करूँ? मैं एक बार भी (उस दाता के) बलिहारी नहीं जा सकता। (हे स्वामी!) जो तुम्हें अच्छा लगे, वही काम अच्छा है। हे निरंकार! तू सदा ही स्थिर है।*

***पूज्य माँ :***

*तेरे दरबार की महिमा गायें, असंख्य भक्त गण की बतायें।*
*करें नाम जपन तेरे गुण गायें, अनेकों भावन् में बह जायें।।१।।*

*असंख्य करें पूजा तपस्या, असंख्यों वेद विचार।*
*असंख्य योगी पुनि बतायें, विरह की खायें मार।।२।।*

*असंख्य ज्ञानी गुण विचारें, भक्त गायें गुण हज़ार।*
*असंख्यों गण बहु दाते दान दें, सत्य में बैठे हज़ार।।३।।*

*कोई योद्धा मुख पे खड्ग खायें, असंख्य लगायें लिवतार।*
*मैं हारी ओ हार गई, कर कर इन पर विचार।।४।।*

*मैं बलि बलि भी न जा सकूँ, नत मस्तक बनूँ सरकार।*
*जो तू कहे मैं वही करूँ, तू जीवन का आधार।।५।।*

*तू निरहंकार निराकार, अव्यक्त व्यक्त तू आप।*
*अगोचर तू अप्रमेय तू, तू दुर्विज्ञेय अपार।।६।।*

तेरे को' गुण गाऊँ मैं, गा न सकूँ.....

बस :-

*सुनी सुनी के सब महिमा तेरी, मैं तो भई उदास।*
*न नाम जपन न प्रेम कोई, न ज्ञान की यहाँ पे बात।।७।।*

*न तप किये न कुछ भी पढ़े, न करे हैं कोई पाठ।*
*पल छिन चरणों में न रहूँ, न करूँ तुझे मैं याद।।८।।*

*यह सारी बातें सुन करके, मेरा मन भया है निरास।*
*ओ नानका मेरे बादशाह, पर आई हूँ तोरे द्वार।।९।।*

*तू रहम कर तू रहम दिल, तू प्रेम का है भण्डार।*
*तू दया पुंज तू करुणा पुंज, करुणा कर महाराज।।१०।।*

*किस विध किस जा बलि बलि जाऊँ, यह आये न मुझे आज।*
*कुछ मेरे पास तो है ही नहीं, क्या चढ़ाऊँ तुझपे आज।।११।।*

*तू दयानिधि दीनन् रक्षक, तू है ग़रीबनवाज़।*
*तू रहमदिल रहमत कर, तू है ग़रीब परवरदिगार।।१२।।*

*पर आज चरण में बैठ कर, सीस भी नहीं झुका सकूँ।*
*तेरे चरण में बैठ के, सीस भी नहीं उठा सकूँ।।१३।।*

*तोरी शरण में बैठ के, भाव नहीं बहा सकूँ।*
*दिल में शायद बात जो, वह भी नहीं बता सकूँ।।१४।।*

*अपनी व्यथा मैं क्या कहूँ, दिल की आवाज़ क्या कहूँ।*
*तेरी आवाज़ क्या कहूँ, अपनी भी अब क्या कहूँ।।१५।।*

*मेरे नानका फिर भी सुन, तेरे चरण में आ पड़ूँ।*
*कुछ ऐसा कर कुछ ऐसा दे, चरण में ही अब रहूँ।।१६।।*

*यह ज्ञानी गण यह भक्त गण, इनके गुण न गा सकूँ।*
*तुम कहो मैं क्या करूँ, किस विध शरण मैं आ सकूँ।।१७।।*

*ओ नानका मेरे बादशाह, यह दामन फैला सकूँ।*
*छिद्र हुए जब दामन में, पर फिर भी सामने आ सकूँ।।१८।।*

ओ नानका! मेरे नानका!.....

***पौड़ी १८***

**असंख मूरख अंध घोर।**
**असंख चोर हरामखोर।**
**असंख अमर करि जाहि जोर।**
**असंख गल्वढ हतिआ कमाहि।**
**असंख पापी पापु करि जाहि।**

**असंख कूड़िआर कूड़े फिराहि।**
**असंख मलेछ मलु भखि खाहि।**
**असंख निंदक सिरि करहि भारु।**
**नानकु नीचु कहै वीचारु।**
**वारिआ न जावा एक वार।**
**जो तुधु भावै साई भली कार।**
**तू सदा सलामति निरंकार।।१८।।**

***शब्दार्थ :*** (इस संसार में) अनेकों ही मूर्ख और महा मूर्ख हैं, अनेकों ही (बिना मेहनत किये) दूसरों का माल खाने वाले चोर हैं। असंख्य जीव ज़ोर से हुक्म चला जाते हैं, अनेकों दूसरों का गला काटकर हत्या कमाते हैं। अनेकों पापी केवल पाप ही करते जाते हैं। अनेक नीच मलिन कूड़े कार्यों में भरमाते हैं। असंख्य मलिन बुद्धि वाले गंदा भोजन खाते हैं। अनेक निदंक (अपने) सिर पर निंदा का भार उठाते हैं। नानक जी कहते हैं यह नीचों का विचार कहता है। मैं एक बार भी (उस दाता की) बलिहारी नहीं जा सकता। (हे स्वामी!) जो तुम्हें अच्छा लगे, वही काम अच्छा है। हे निरंकार! तू सदा ही स्थिर है।

***पूज्य माँ :***

*असंख कहो जग में, मुझ जैसे मूर्ख आँधो घोर।*
*चोरी करें धन हरें, अन्याय करें महा घोर।।१।।*

*तोरी चोरी कर करके, अमर ढिठाई करें।*
*को' तड़पा को' उजड़ गया, हम नहीं देख सकें।।२।।*

*हत्यारे हम जैसे कहो, जो मान हरें सब के।*
*धन हरें तन हरें, सुहाग हरें सब के।।३।।*

*पापी पाप हम नित्य करें, छल कपट भरे मन से।*
*मल खायें छल करी करी के, सुख हरें सब के।।४।।*

*निन्दक हम निन्दा करें, जाने को' तड़पा करे।*
*किसका हम मान हरें, किसको हम तबाह करें।।५।।*

*दुःख दर्द निष्ठुर मन, कभी हम न क्षमा करें।*
*फिर भी चरण में आये पड़ें, जब कभी न हम करुणा करें।।६।।*

*पर यह तो जानूँ पावनकर तू, इस हृदय को पावन कर देना।*
*जो कपट हृदय में छिपे हुये, उनको नानक हर लेना।।७।।*

*तू पाप विमोचक आप है, क्रूरता अब मेरी हर लेना।*
*जाने क्या क्या यह 'मैं' करे, इस 'मैं' को ही तुम हर लेना।।८।।*

*दया कभी मैंने करी नहीं, कस कहूँ दया तुम कर देना।*
*पर दरियदिल तू रहम दिली, कुछ तो रहमत कर देना।।९।।*

*मैं अपने को बड़भागी कहूँ, बड़ मान करूँ पर क्या ये करूँ।*
*अज अपना रूप यह देखा है, तव दर्पण में ही देखे हूँ।।१०।।*

*ओ नानक नानक नानका, तूने अपने आप को क्या कहा।*
*मैं मूढ़मति क्या कहूँ, दर्पण में मुखड़ा देख लिया।।११।।*

*संग मोह यह जाये न, न जाये मन की क्रूरता।*
*पतित पावन तुझे कहें, तेरे दर पे खड़ी इक महा पतिता।।१२।।*

*रक्षण कर सम्भाल ले नैया, पतवार कर में तू ले।*
*मैं अधम दुष्ट दुराचारी, मेरी वृत्ति विषय से लिपट पड़े।।१३।।*

*जाई के संग यह वहाँ करे, और रस वहाँ का चूस यह ले।*
*जब काज का विषय नहीं रहे, पल में साथ यह चूर्ण करे।।१४।।*

*साख्य भाव प्रेम भाव, नहीं इसमें है सत्यता।*
*कहीं नहीं यह निभा सके, कुछ करो मेरे देवता।।१५।।*

और क्या कहें - दुःख भंजना तेरा नाम कहूँ मैं!

*ऐसी बातें कह करके, तूने मुझे आज उदास किया।*
*दर पे क्यों बुलाया था, मुझको कहूँ निरास किया।।१६।।*

*क्या इतना नहीं तुम जाने थे, इक अबला दर पे आई है।*
*ज्ञान नहीं कोई भक्ति नहीं, निर्बल तेरे दर पे आई है।।१७।।*

*तूने मेरा क्यों परिहास किया, पर ख़ुद ही चरण में बुला लिया।*
*मेरी सूरत दिखाये करी, अज तूने नानक क्या है किया।।१८।।*

*मन मेरा उदास किया, अज पुनि मुझे निरास किया।*
*या साक़ी बनके सामने आ, या बता यह तूने क्या है किया।।१९।।*

ओ नानक! मेरे नानका.....

*यह सब जो मुझको बता ही दिया, यह पथ भी अब सुझा ही दिया।*
*यह अनुचित है बता ही दिया, कैसे उठूँ क्यों नहीं कहा।।२०।।*

ओ नानका! मेरे नानका.....

*जब भूली थी न जाने थी, मैं महा आनन्द में रहती थी।*
*इतना भी न जाने थी, मैं महा गन्द में रहती थी।।२१।।*

*मेरे मालिक क्यों उठा दिया, क्यों जगा दिया क्यों बता दिया।*
*मेरे साहिबा तूने क्या किया, यह दर्पण मुझको दिखा दिया।।२२।।*

*मैं अपना मुखड़ा न देखूँ, यह देख करी न सह सकूँ।*
*यह दुःख की बात, न कह सकूँ।।२३।।*

*पर तुझसे कहूँ मैं बादशाह, आज ज़हूर तो तू हो जा।*
*इतना रहम अब तू कर जा, हे मेहरबान तू ही बता।।२४।।*

*मैं क्या करूँ मेरे मालिका, मैं क्या करूँ मेरे साहिबा।*
*किस दर पे अब मैं जा पड़ूँ, तुम ही कहो मेरे मालिका।।२५।।*

मेरे बादशाह.....

*ओ नानका तुम कहो, पावनकर तो तुम ही हो।*
*दुःखविमोचक पाप भंजक, संजीवनी भी तुम ही हो।।२६।।*

*जब तक समझी थी मैं भली, तब तक लागे थी 'मैं' भली।*
*जो भी काज इस 'मैं' ने करी, मैंने कहा मैंने भली करी।।२७।।*

*बुरी कभी भी नहीं करी, दुःख किसी को दे न सकी।*
*आज बात जब मेरी खुली, समझी सुख न दे सकी।।२८।।*

*मल भरी यह मन मेरी, तुझे पुकारे हरि हरि।*
*कभी रोई करी कभी गिला करी,*
*कभी तड़प करी तोरे चरण पड़ी।।२९।।*

*तुम ही कहो नानका, तुम ही कहो मेरे बादशाह।*
*क्या मैं करूँ अब कित जाऊँ, तोरे चरण पड़ी मेरे नानका।।३०।।*

उन्होनें बहुत कुछ कह दिया, बहुत बातें बताईं। हम अपने आप को बहुत अच्छे समझते थे, परन्तु जब लौ 'मैं' है, हम चोर ही हैं, जब लौ हम व्यक्तिगत हैं, हम चोर ही हैं, जब लौ हम कुछ भी हैं, हम चोर ही हैं।

*तेरी बातें सुन सुन यह समझे, जब लौ 'मैं' रहे हम चोर ही हैं।*
*तो क्या करें जब अज्ञानता के, बादल घिरे घनघोर ही हैं।।३१।।*

*हम तुमसे पूछें नानका, तूने ख़ुद ही तो हमें बुलाया है।*
*हम तो कुछ भी नहीं समझते, जाने क्यों दर पे बुलाया है।।३२।।*

*क्या कालिमा हमरी दिखाने को, अपने दर पे लाया है।*
*क्या ग़मे दरिया दे जाने को, हमरो नाम बुलाया है।।३३।।*

*चलो और कुछ नहीं तो यूँ सुन ले, हमें ग़मे दरिया ही दे दे।*
*तड़प तड़प के दिल टूटे, और चूर्ण होई के चरण पड़े।।३४।।*

तब भी कहेगा :-

*ओ दरियादिल मेरे नानका, तेरे रहम के याचक आये हैं।*
*और सच तो यह है :-*
*अपने कहे आये नहीं, तेरे बुलाये ही आये हैं।।३५।।*

*घर पे बुलाके नानका, इतनी कृपा अब तू कर जा।*
*इस 'मैं' को अब तू ले ले, वहाँ नाम अपना तू धर जा।।३६।।*

ओ बादशाह! मेरे मालिका.....

*तू सत्य निरंजन निर्विकार, निर्गुणिया तू निराकार।*
*नित्य तू अविनाशी तू, अखिल रचयिता तू कर्तार।।३७।।*

*जो तुझे भाये सो होये, रोम रोम गर तव होये।*
*गर 'मैं' ही न होये महाराज, बाक़ी रह जाये तेरा राज्य।।३८।।*

*इतना माँगूँ अज नानका, दर पे पड़ी तेरे नानका।*
*चरण पड़ी तेरे नानका, शरण पड़ी तेरे नानका।।३९।।*

क्रमशः

# आहिस्ता चल ज़िन्दगी...

*परम पूज्य माँ अक्सर कहा करते थे, 'बीता हुआ प्रत्येक पल मृत्यु को प्राप्त हो जाता है, इसलिए हमें अपने जीवन का लेखाजोख़ा रखना चाहिए।' इसके लिए साधक को आत्म मंथन करते हुए सदैव जागरूक रहना चाहिए। कुछ ऐसा ही भाव श्री रौबिन गुप्ता द्वारा भेजी गई श्री रमेश इन्द्र सिंह की इस कविता द्वारा व्यक्त हो रहा है -*

आहिस्ता चल ज़िन्दगी, अभी
कई कर्ज़ चुकाना बाक़ी है...

कुछ दर्द मिटाना बाक़ी
है, कुछ फर्ज़
निभाना बाक़ी है...

रफ़्तार में तेरी चलने
से कुछ रूठ गये,
कुछ छूट गये...

रूठों को मनाना
बाक़ी है, रोतों को
हँसाना बाक़ी है...
कुछ हसरतें अभी अधूरी हैं, कुछ काम भी और ज़रूरी हैं...

ख़्वाहिशें जो घुट गईं
इस दिल में, उनको दफ़नाना बाक़ी है...
कुछ रिश्ते बन कर टूट
गये, कुछ जुड़ते-जुड़ते छूट गये...

उन टूटे-छूटे
रिश्तों के जख़्मों को
मिटाना बाक़ी है...

तू आगे चल मैं आता हूँ,
क्या छोड़ तुझे जी पाऊँगा?

इन साँसों पर हक़ है
जिनका,
उनको समझाना
बाक़ी है...

आहिस्ता चल ज़िन्दगी...

# अर्पणा के लिए आये फ़रिश्ते - 'ब्लू एन्जिल्स'

## उत्तरी आयरलैंड से आये
## सहयोगी स्टाफ़ द्वारा आपातकालीन कार्यशाला

'ब्लू एन्जिल्स', विश्वभर में प्रसिद्ध अमेरिका की नौसेना की प्रदर्शन टीम, जो मौत को धता बता कर अपने सटीक प्रदर्शन से लाखों दर्शकों को रोमांचित करते हैं।

*विंगटिप से विंगटिप - १८ इंच की दूरी!*

### अर्पणा के फ़रिश्ते - 'ब्लू एन्जिल्स'

*पीछे की पंक्ति में फ्रैंक, शॉन, ट्रेसी, जिम,*
*अलग चित्रों में जोआन, एडन, एलन*

उत्तरी आयरलैंड से सहायक चिकित्सक टीम के सदस्य, जो अपने नीले रंग की कमीज़ों के कारण आसानी से पहचाने जाते हैं, भी मौत को धता बता कर कौशल का प्रदर्शन करते हैं - परन्तु इनका कौशल आपात स्थिति में पीड़ितों के लिए जीवन रक्षण प्रदान करना है! अर्पणा ने इन फ़रिश्तों को 'ब्लू एन्जिल्स' के रूप में पहचान दी है - ये उदार एवं गर्मजोशी से भरपूर विशेषज्ञ, अर्पणा को अपनी विशेष योग्यतायें देने के साथ-साथ औरों को भी जीवन रक्षक निर्देश देने आये हैं।

अर्पणा अस्पताल में, एक सप्ताह की अवधि (अक्तूबर २७ - नवम्बर ३) की आपातकालीन कार्यशाला डॉ. दविन्दर कपूर से प्रेरित हो कर फ्रैंक आर्मस्ट्रांग, एक संभागीय प्रशिक्षण अधिकारी द्वारा आयोजित की गई।

वे एवं अन्य ६ सहयोगी सहायक, उत्तरी आयरलैंड से न केवल स्वयं अपना पूर्ण ख़र्चा वहन करके आये बल्कि अपना उद्देश्य पूरा करने के लिए उन्होंने एक भारी दान राशि भी एकत्रित की। अर्पणा अस्पताल के लिए आपातकालीन उपकरण लाने के लिए सारा साल उन्होंने अपना सारा समय ऊर्ज़ा लगाकर कई फण्ड रेज़र्स आयोजित किये।

*सहयोगी स्टाफ़, एलन के साथ*
*उपकरणों की जाँच करते हुए*

'ब्लू एन्जिल्स' ने तकनीकी उपकरण लाने के लिए धन इकट्ठा किया, जैसे कि - डिफ़ाईब्रिलेटर्ज़ (defibrillators), भ्रूण मॉनिटर, ब्लड प्रेशर उपकरण एवं हृदय मॉनिटर के साथ-साथ कई बहुमूल्य समान्य चिकित्सा उपकरण इत्यादि।

इन सभी चिकित्सा उपकरणों को लाने के लिए इन्होंने कई उदार व्यक्तियों एवं संस्थाओं से धन इकट्ठा किया। इनमें से कुछ सदस्यों ने प्रतियोगिताओं एवं प्रश्नावलियों इत्यादि में भाग लेकर भी धन एकत्रित किया।

*शॉन नर्सों को सीपीआर सिखाते हुए*

इस कार्यशाला का प्राथमिक उद्देश्य जीवन रक्षण रहा। यह विशेष रूप से आपातकाल में शीघ्र विशिष्ट चिकित्सा न मिल पाने के अभाव में क़ीमती जीवन गंवाये जाने में प्रासंगिक है। सीपीआर(CPR) के साथ-साथ रीढ़ की हड्डी की चोट के प्रबन्धन के विषय में व्यावहारिक रूप से बताया गया। नकली आपातकालीन परिदृश्यों द्वारा दुर्घटनाग्रस्त व्यक्ति को निकालना, हड्डी टूटने पर स्पिलिन्ट लगना, गर्दन को कॉलर से बचाना इत्यादि का प्रबन्धन भी सिखाया गया।

सत्रों में आघात का आकलन और प्रबन्धन, आघात की ABCDE, सदमा, मस्तिष्क और रीढ़ की हड्डी में आघात, बच्चों और बुज़ुर्गों को अभिघात, रीढ़ का स्थिरीकरण, रोगी मूल्यांकन एवं तेज़ी से निकासी, वक्ष आघात, पेट दर्द, हृदय गति का अचानक रुक जाना, मानसिक स्थिति एवं मस्तिष्क सम्बन्धी परिवर्तन, साँस में तकलीफ़, सीने में तकलीफ़, चयापचय विकारों और ई.सी.जी (ECG) की समीक्षा इत्यादि विषय शामिल थे।

एक सप्ताह तक चली कार्यशाला में अर्पणा अस्पताल के २० सहायक चिकित्सक और स्टाफ़ के सदस्य थे। आयरलैंड से आई टीम, सहयोगी स्टाफ़ की सक्षमता एवं शीघ्रता से सीख जाने पर नये कौशल के प्रदर्शन को देखकर अत्यन्त प्रभावित हुए।

*जोआन और डॉ. कपूर रोगी इतिहास के महत्व के बारे में सहयोगी स्टाफ़ और नर्सों के साथ बातचीत करते हुए।*

सहयोगी स्टाफ़ के लिए एक और पुरस्कार - उत्तरी आयरलैंड की मान्यता प्राप्त पीयरसन एजुकेशन (Pearson Education Ltd. - Pearson BETC) द्वारा अर्पणा के ६ सहायक सहयोगी स्टाफ़, जिन्हें पिछले वर्ष फ्रैंक एवं उसके सहयोगियों द्वारा प्रशिक्षित किया गया था, को प्रमाणपत्र से सम्मानित किया गया। ये प्रमाणपत्र एफ.पी.ओ.एस. (फर्स्ट परसन ऑन सीन) दुर्घटना स्थल पर पहुँचने वाले पहले व्यक्ति के मध्यवर्ती स्तर के प्रशिक्षण के लिए दिये गये, जो आघात, जीवन रक्षण, शरीर का स्थिरीकरण इत्यादि का प्रबन्धन करते हैं।

*पूज्य छोटे माँ से Pearson BTEC प्रमाण पत्र प्राप्त करते हुए*

*जिम और जोआन ग्रामीण महिला नेताओं को सीपीआर सिखाते हुए*

चिकित्सा कर्मियों के अतिरिक्त, २७ अक्तूबर को अर्पणा द्वारा चलाये जा रहे स्वयं सहायता समूहों की ३५ महिला नेताओं ने भी जीवन रक्षक कार्यशाला में प्रशिक्षण प्राप्त किया। उन्होंने प्रदर्शन द्वारा सीपीआर और मैनिकिन (पुतलों पर सीखा) पर सीखा। साथ ही रक्तसत्राव को बंद करना एवं चिकित्सक स्टाफ़ के पहुँचने तक दुर्घटनाग्रस्त व्यक्ति को न हिलने डुलने के विषय में भी सीखा। आपातकालीन परिदृश्यों को अधिनियमित किया ताकि वे दुर्घटना की स्थिति में क्या करना चाहिए, यह सीख सकें।

कार्यशाला के अन्तिम दिन, ३ नवम्बर को, मधुबन स्थित हरियाणा शस्त्र पुलिस से कई पुलिस कर्मियों एवं ४० राजमार्ग और यातायात पुलिस कर्मचारियों को भी प्रशिक्षित किया गया। एफ.पी.ओ.एस. (FPOS) जैसे कि सीपीआर, शरीर का स्थिरीकरण, आघात, निकासी इत्यादि चिकित्सा परिदृश्यों से सामान्य आपात स्थिति और जीवन रक्षक प्रक्रियाओं को प्रदर्शन के साथ सिखाया गया।

*पुलिस कर्मियों, जो दृश्य पर अक्सर पहले पहुँचते हैं, को उचित निकासी प्रक्रिया दर्शाता हुआ एलन।*

# केवल 'मैं' के कारण ही,
# अपने आप का पथ भूले...

**पिताजी :** हरेक प्राणी के जीवन में दुःख-सुख दोनों होते हैं। कहते हैं यह रेखा का खेल है। यह भी देखा गया है, कई बार दुःख परिणाम में लाभकारी होता है, फिर भी सब प्राणी सुख ही चाहते हैं। कोई दुःख नहीं चाहता - इसका क्या कारण है? दुःख सुख में समता का भाव कैसे आये? इस पर प्रकाश डालने की कृपा करें!

**परम पूज्य माँ :**

प्रश्न अर्पण :

दुःख सुख हर जीवन में, जीव दुःखी सुखी होये है।
पर जान दुःख राही, अनेक बार श्रेय होये है।।

कौन विधि है राम कहो, समता मन में आ जाये।
दुःख सुख जब भी आये, विचलित वह न हो पाये।।

लाभ तो दुःख से होता है, अनेक बार यह जाने हूँ।
परिणाम उचित होता है, अनुभव से यह माने हूँ।।

फिर भी जीव सुख हेरन, ही तो राम बढ़ता रहे।
सुख हेरन जीव बढ़े, विपदा उसपे आन पड़े।।

अब विधि कहो यह क्योंकर हो, समत्व में मन आ जाये।
सुख दुःख दोनों में, हे राम विकलता न आये।।

समझ मना तू समझ ज़रा, सुख स्वरूप ही तेरा है।
वह अपना आप तेरा है, वा मिलन की चाह ने घेरा है।।

अपने आप से बिछुड़ गये, अपना आप कस भूले।
केवल 'मैं' के कारण ही, अपने आप का पथ भूले।।

**तत्व विस्तार :**

अपना आप स्वरूप है जो, यहाँ दुःख सुख की कोई बात नहीं।
रुचि अरुचि इस मन की, यहाँ करे कभी कोई घात नहीं।।

इस पल जो 'मैं' समझे है, मान्यता राही समझे है।
दुःख वर्धक और सुख वर्धक, स्थूल विषय को समझे है।।

दृष्टि स्थूल पे जाये टिके, और विषय से संग लगाये टिके।
विषय के आश्रित होये करी, समझे सुख इस विध मिले।।

सुख वस्तु नहीं इस जग में, जिसको मोल धन ले सके।
धन में कोई गुण नहीं, जो सुख का तोल दे सके।।

दृष्टि उलट गई 'मैं' की, उसको दीख नहीं पाता है।
सुख का स्थूल से जान मना, कण भर का नहीं नाता है।।

स्थूल विषय वह जड़ है, जड़ क्या तोरा कर सके।
मन जड़ से श्रेष्ठ है, वह जड़ की चाकरी नहीं करे।।

जड़ का मिलन इस मन से, जान मना नहीं हो सके।
जड़ का योग इस मन से, कभी नहीं रे हो सके।।

विजातीय है यह जान लो, मिलन हो नहीं पायेगा।
जड़ का राज्य इस मन पे, टिक नहीं कभी पायेगा।।

जब लौ विषय राज्य करे, मन दुःखी ही नित्य रहे।
मन चाकरी विषय की रे, कबहुँ नहीं हाय कर सके।।

इसी विधि बुद्धि जो, मन पाछे जाती है।
मन की चाकर बुद्धि यह, बार बार बन जाती है।।

यह मिलन नहीं हो सके, सजातीय यह नहीं नहीं।
मन चाकर तो हो सके, बुद्धि चाकर कभी नहीं।।

कैसे बुद्धि सुखी रहे, जो मन की चाकरी जाये करे।
कैसे मन वह धीर रहे, जो तन का चाकर जाये भये।।

तन चाकर भया इस जग का, मन चाकर भया इस तन का।
बुद्धि चाकर भई मन की, दुःख ठाकुर भया 'मैं' का।।

इसकी बात तो इतनी है, नयनन् पुतरी उलटी है।
देख न पाये सुख है कहाँ, विपरीतता में उलझी है।।

इन्द्रिय सम्पर्क तो होये है, पर मन इसमें जाये खोये है।
इन्द्रियन् को जो भला लगे, रुचि उसी में होये है।।

अनुकूल जब पूर्ण भये, तब दुःखी मन नहीं हो।
रुचिकर जब लौ मिला करे, महा सुखी यह मन हो।।

वह समझे न वह जाने न, रुचिकर नित्य न पा सके।
आश्रितता ही मूर्ख मन, आपुनो नित्य बढ़ा सके।।

शनैः शनैः जब जीवन में, रुचिकर मिलता जाता है।
दृढ़ता तोरा मन ओ मना, उस राही ही पाता है।।

गर उस पल बुद्धि ध्यान धरे, उस पल बुद्धि देख यह ले।
जो आज मिला को' जाने, कल को मिले या न भी मिले।।

मन अंधा न देख सके, यह मन अंधा किस विध हुआ।
जिस पल तन तद्रूप हुआ, नेत्र रे इसका बन्द हुआ।।३४।।

जड़ से संगम इसका हुआ, तद्रूप वहाँ हो गया।
तन अंधा यह जड़ ही है, जड़ ही मन यह हो गया।।

उसी विधि बुद्धि भी यह, तन तद्रूप जो होने लगी।
बुद्धि से रे सत्त्व मिटा, निर्णय वही अब होने लगी।।

निर्णय शक्ति बुद्धि यह, उस निर्णय करना छोड़ दिया।
निज मन पे निर्णय करना था, वा दर्शन ही छोड़ दिया।।

यह निर्णय स्थूल में, नहीं नहीं रे होता है।
बुद्धि का निर्णय सब, निज मन पे ही होता है।।

बुद्धि ने फिर क्या किया, हाय मना तू देख तो ले।
जहाँ पे रुचि मन की गई, अनुरूप ही निर्णय वह दे।।

निर्णय वह नहीं दे, वह युक्ति बनाती जाती है।
वह भोग्य पदार्थ मिल जाये, यह विधि सुझाती जाती है।।

चाकर भई तोरे मन की, तोरे मन को रिझाना चाहती है।
निर्णय शक्ति छोड़ करी, चाकर यह बन जाती है।।

बुद्धि का अब राज्य गया, मन के यह तद्रूप भई।
मन की रे तद्रूपता, पूर्ण ही तन से भई।।

अब सुख कहाँ पे पाईये, पर आश्रित को सुख कहाँ।
श्रेष्ठ को न्यून रे जहाँ करे, सुख रहेगा वहाँ कहाँ।।

लाख चाहे मन कुछ मिले, वह तो मिल नहीं पाता है।
लाख बताये बुद्धि राह, परिणाम वह हो नहीं जाता है।।

नाता तोड़े कुछ न बने, मन को अब समझावो रे।
रुचि अरुचि के पाछे मन, अब नहीं तुम जावो रे।।

बुद्धि उचित अनुचित देखे, निर्णय आप वह किया करे।
मैं यह करूँ यह नहीं करूँ, मन ही देख यह लिया करे।।

जिस पल मन तन को देखे, और चाकर तन को बना वह ले।
जड़ तन तो इक रथ ही है, तू मुझको कस भरमा ले।।

इसी विधि फिर बुद्धि उठे, और सारथी को बताये रे।
अरे उधर चलो नहीं उधर बढ़ो, मालिक बनी सुझा ही दे।।

उसे कहे देख तो ले, किस राह पे तुझे जाना है।
यह विधि अरे उचित नहीं, तुझे श्रेय पथ पे जाना है।।

बुद्धि साक्षी तब बने, बुद्धि निर्णय उस पल ले।
बुद्धि काज तब आप करे, या यूँ कह लो वह राज्य करे।।

फिर उचित की ओर बढ़े, जीवन विधि फिर बदलेगी।
जो मिलना मिलेगा वही, पर दृष्टि तोरी बदलेगी।।

सुख जिसकी तुम बात कहो, तलाश तो उसकी होयेगी।
पर पथ जो साधक तुम लो, परिवर्तन वहीं पे होयेगी।।

जब जाने स्थूल में, भिड़ाव किये कुछ नहीं मिले।
तब जाने इस मन के, पाछे गये कुछ नहीं मिले।।

तब जाने इस बुद्धि को, चाकर बनाये नहीं मिले।
तब जाने इस 'मैं' को, ठाकुर बनाये नहीं मिले।।

विधि पूछो तो यह ही है, इस 'मैं' को अब बलवान करो।
आत्म मान सम्मान, जागृत 'मैं' में आन करो।।

सत् से संग राही ही मन, दुःख सुख से उठ पायेगा।
सत्य जो है उसे जान तो ले, समत्व में तब आयेगा।।

तन राही या मन राही, बुद्धि राही न समझ सके।
चाहना पाछे जब जाये, समत्व क्योंकर आन मिले।।

'मैं' सत् से जाये मिले, समत्व हो ही जायेगा।
दूर दूर से पंछी सत्, यह फल देखे जायेगा।।

इसको समझ सत् में टिके, सत्संग फिर हो जाये।
तम का रंग छोड़ दे, सत् रंग फिर हो जाये।।

दिनचर्या में सत् आयेगा, तू सत् रूपा हो जायेगा।
तब जानो परिणाम से, स्वतः ही उठता जायेगा।।

बस इतनी सी बात है, यह नयन से दृष्टि बदल लो।
सत् से जाये संग करो, दिनचर्या में ले आवो।।

केवल विधि परिवर्तन हो, महासुखी हो जावोगे।
आरम्भ में भीष्ण लगे, सहज में इसे पावोगे।।

सत् से संग अब मन करे, सत् को अब वह जान ले।
जान करी पुकार करी, वह दिनचर्या विधि जान ले।।

जिन राहों पे वह चले, उन राहों पे बढ़े चलो।
पर वा की रेखा तोरी नहीं, इसको प्रथम तुम देख लो।।

यह देख करी पदचिन्ह, हिये में जिस पल आ जाये।
सुख दुःख कहीं पे न रहें, आनन्द लोक में आ जाये।।

विधि पूछो तो पुनि कहें, राम राम राम .....
राम राम राम .....

# सभी का धन्यवाद!

*अर्पणा परिवार की ओर से*

**"प्रेम के सूत्र"... एक प्रदर्शनी, १० से १२ अक्तूबर २०१४**

**डॉ.** लीना एवं राहुल गुप्ता और डॉ. राज एवं इन्द्र गुप्ता की ओर से न्योता गया... उनके विस्तृत परिवार को, मित्रों एवं प्रशंसकों को... सब के सब अर्पणा के शुभचिन्तक!

सभी लोगों से अपार समर्थन पाकर, जिन्होंने अर्पणा की हाथ की कढ़ाई की गई ख़ूबसूरत लिनन, बच्चों के कपड़े, बुने हुए वस्त्रों इत्यादि की ख़ूब ख़रीदारी की, हम सब कृतज्ञता से भर उठे। कई लोगों ने इस सेल से अपने पूरे वर्ष के लिए उपहार ख़रीदे। उनका उद्देश्य स्पष्ट था... ग्रामीण महिलाओं को समर्थन देना... उनके सपने साकार होते हुए देखना... जिन्हें अपने परिवार को शिक्षित करने एवं उसका भरण पोषण करने के लिए धन की आवश्यकता होती है।

कई लोगों ने कढ़ाई की गुणवत्ता के लिए अतीव प्रशंसा की, यह जानते हुए कि आजकल के मशीनी युग में हाथ की कढ़ाई की गई वस्तुओं की उपलब्धता न के बराबर है... और इसलिए ये वस्तुयें बहू मुल्य हैं... प्रत्येक टाँका प्रेम और धैर्यपूर्वक बनाया गया है।

सी-३८, फ्रैंड्स कॉलोनी नई दिल्ली में हमारे बहुत प्रिय और श्रद्धेय गुप्ता परिवार द्वारा आयोजित प्रेम के इस यज्ञ में भाग लेने के लिए आये सभी लोगों के प्रति हम गहरी कृतज्ञता

प्रकट करते हैं और इस अति सुन्दर परिवार को हमारा हार्दिक धन्यवाद, जो प्रत्येक वर्ष अर्पणा की इस प्रदर्शनी के लिए अपने ख़ूबसूरत घर के द्वार सबके लिए खोल देते हैं ताकि अर्पणा हैण्डीक्राफ्ट एवं ई-२२, डिफेंस कॉलोनी में उसकी विपणन इकाई, डिवोशन द्वारा ग्रामीण बहनों के समर्थन एवं प्रयासों को मज़बूती मिल सके।

एक महिला ने बहुत सुन्दर टिप्पणी की : 'मुझे प्रत्येक वर्ष इस प्रदर्शनी पर आना अच्छा लगता है... मैं न केवल उत्कृष्ट हाथ की कढ़ाई की वस्तुयें ख़रीद पाती हूँ... बल्कि मुझे यह आभास कराया जाता है कि मैं यह सब ख़रीद कर किसी के लिए धन जुटा रही हूँ!' प्रिय ग्राहक आपकी इस टिप्पणी के लिए धन्यवाद... यह सच है... आपके द्वारा की गई प्रत्येक ख़रीद हमारे लिए महत्वपूर्ण है, क्योंकि यह धन उन ग्रामीण महिलाओं को आवश्यक वस्तुओं उपलब्ध कराने की ओर जायेगा जो इन्हें बनाने में सहायक हैं।

हमारे शुभचिन्तकों और समर्थकों की प्रशंसा हमें लगातार मिल रही है। हम इन सभी शुभचिन्तकों के अत्यन्त आभारी हैं जिनके समर्थन द्वारा हम अपनी ग्रामीण बहनों की सहायता कर पा रहे हैं। श्रीमती इन्दिरा नारायण के पत्र ने हमारे प्रयासों में तेज़ी लाने के लिए एवं उन्हें आगे बढ़ाने के लिए नया प्रोत्साहन दिया है...

जब मैं विभिन्न वस्तुओं का प्रसार देखती हूँ - तरह-तरह के मेज़पोश, बैड कवर, तौलिये, रनर, नैपकिन, बच्चों के कपड़े, हाथ से बुनी हुई दिलकश रंगों में ख़ूबसूरत स्वैटरें, मेरा हृदय ख़ुशी से झूम उठता है... हरेक सुन्दर रचना प्रेम के तन्तुओं से बनाई गई है। प्रत्येक टाँका प्रेम से भरपूर धैर्ययुक्त प्रयास है। प्रत्येक फूल में विभिन्न रंगों की छटा है, जो बनने के बाद जीवित लगते हैं। लगभग सभी डिज़ाइन फूल वाले हैं, जैसे कि कोई सुन्दर फूलों की बग़िया में खड़ा हो। प्रत्येक टाँका कढ़ाई करने वाली लड़की की कोमलता को दर्शाता है।

कढ़ाईयाँ इतनी जीवंत हैं कि वह तुलना में पेंटिग को भी मात देती हैं। विडंबना यह है कि पेंटिगज़ तो लाखों और करोड़ों रुपयों में बिकती हैं जबकि कढ़ाईयाँ मात्र कुछ सेंकड़ों रुपयों में, और उसके ऊपर भी यह कहा जाता है कि वे बहुत महंगी हैं! किसी-किसी डिज़ाइन को बनाने में तो घंटों, दिनों, महीनों तक लग जाते हैं जिससे वे सुन्दर एवं दोषरहित बन पाते हैं। डिज़ाइन में रंग संयोजन इतना सौहार्दपूर्वक किया गया है कि हैरतज़दा होकर मन सोचता है कि इतना बेहतरीन रंगों का मिलान किस प्रकार संभव है... धन की एक छोटी राशि के लिए एक ख़ुबसूरत वस्तु को शायद ही प्रशंसा और उत्पाद के लिए उचित मूल्य मिल रहा हो।

आशा एवं कामना करती हूँ कि कढ़ाई करने वाली लड़कियाँ यूँ ही अपना काम जारी रखें एवं उन्हें उनके श्रम के लिए अधिक क़ीमत मिले! लड़कियों से इन सब कलात्मक डिज़ाइनों को बनवाने वाले मार्गदर्शक भी विशेष प्रशंसा के पात्र हैं।

भगवान करें आप इस कला के विस्तार एवं विकास के लिए और अधिक लड़कियों को प्रेरित कर सकें। आप इन लड़कियों और स्त्रियों को उनके सपने साकार करने का मौका देकर ख़ुशी महसूस करें!

भगवान का आशीर्वाद आपके साथ है -

इंदिरा नारायण

*पत्र अंग्रेज़ी में होने के कारण उसका हिन्दी में अनुवाद दिया जा रहा है।*

# अर्पणा
## समाचार पत्र

अर्पणा ट्रस्ट, मधुबन,
करनाल, हरियाणा
दिसम्बर २०१४

# अर्पणा आश्रम

### *अर्पणा दिवस*

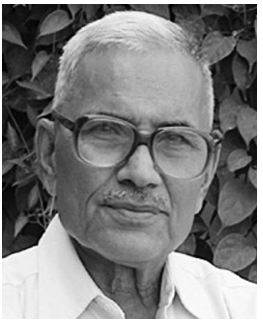
२६ अगस्त को, परम पूज्य माँ, अर्पणा के संस्थापक एवं प्रेरणास्त्रोत का जन्मदिवस 'अर्पणा दिवस' के रूप में मनाया जाता है। अर्पणा परिवार, अर्पणा के स्टाफ़ और अर्पणा 'उर्वशी ललित कला अकादमी' से बच्चों ने मधुबन में एकत्रित हुए मित्रों, भक्तों और परिवारजनों के लिए कार्यक्रम प्रस्तुत किया। सब के साथ-साथ आसपास के ग्रामीण लोगों के लिए भी प्रीतिभोज का आयोजन किया गया।

कई वर्ष पूर्व, परम पूज्य माँ ने आश्रम के बच्चों के लिए केनोपनिषद की कथा सुनाई थी जिसका नाट्य रूपांतरण, देख कर दर्शक रोमांचित हो उठे कि किस प्रकार अहंकार और अभिमान देवताओं के लिए भी अपमान और बेबसी का कारण बने।

### *उर्वशी दिवस*

२ अक्तूबर, २०१४ को, परम पूज्य माँ द्वारा आध्यात्मिक दिव्य ज्ञान के स्वतः स्फुरित प्रवाह की ५६वीं वर्षगांठ मनाई गई। उनके साथ जुड़कर कई जीवन प्रकाशमान हुए।

### *अर्पणा के एक दिग्गज की अंतिम विदाई*



अर्पणा के प्रिय सदस्य, श्री कमल कृष्ण आनन्द (मामा जी) का, १९ अगस्त को निधन हो गया। एक बहुत ही वरिष्ठ सदस्य जिन्होंने परम पूज्य माँ के साथ अर्पणा को स्थापित करने के लिए अथक परिश्रम किया। वह एक भक्त और सच्चे जिज्ञासु थे। इसके अतिरिक्त वह अर्पणा के ट्रस्टी थे, जो सबके विश्वासपात्र भी थे। वह एक सफ़ल वास्तुकार थे जिन्होंने अर्पणा की परियोजनाओं के निर्माण में अपनी विशेषज्ञता द्वारा महत्वपूर्ण योगदान दिया।

वह अर्पणा परिवार के द्वारा सदैव याद किये जायेंगे। वे सभी लोग जो उनके सम्पर्क में आये, अपने आपको अत्यन्त भाग्यशाली महसूस करते हैं।

# अर्पणा अस्पताल

## *अस्पताल दिवस - ३४ वर्षों से सभी के लिए स्वास्थ्य एवं आशा का एक प्रकाशस्तम्भ*

१९८० में, ग्रामीण लोगों को सस्ती चिकित्सा देखभाल उपलब्ध कराने के लिए अर्पणा अस्पताल की, २ अक्तूबर को, ३४वीं वर्षगांठ मनाई गई। जिन लोगों के पास चिकित्सा के लिए पर्याप्त धन नहीं होता, उनके लिए अर्पणा उदार दाताओं से धन जुटाने के लिए सतत प्रयासरत रहता है।

## *सी. बी. एम के साथ बाल नेत्र देखभाल परियोजना*

अर्पणा ने, सी. बी. एम. की एक नेत्र परियोजना के साथ मिलकर, करनाल ज़िले में घरौंडा ब्लॉक के ४० गाँवों में से २०,००० बच्चों का, मधुमेह रेटिनोपैथी एवं मोतियाबिन्द के लिए नेत्र जाँच करने का चुनौतीपूर्ण कार्य स्वीकार किया है।

सितम्बर और अक्तूबर के महीनों में २८४९ बच्चों एवं ५८० व्यस्कों की नेत्र जाँच की गई एवं ९५ बच्चों को चश्में दिये गये।

गाँवों के स्कूलों में अर्पणा के नेत्र शिविरों में सहायता करने के लिए अर्पणा ने सरकारी **आशा** कार्यकर्ताओं को मधुमेह रेटिनोपैथी और मोतियाबिन्द में विशेष प्रशिक्षण दिया। निःशुल्क उपचार के साथ-साथ, जरूरत पड़ने पर, दृष्टिदोष दूर करने के लिए निःशुल्क सर्जरी भी की गई।

***भैंगापन सर्जरी से पहले १३ वर्षीय प्रिया -***
***१९ अक्तूबर को उसकी इस समस्या का समाधान किया गया।***

## *अर्पणा के लिये आये फ़रिश्ते - उत्तरी आयरलैंड से सहयोगी स्टाफ़*

अर्पणा अस्पताल में, एक सप्ताह की (अक्तूबर २७ - नवम्बर ३), आपातकालीन देखभाल के लिए कार्यशाला आयोजित की गई। डॉ. दविन्दर कपूर से प्रेरित एवं फ्रैंक आर्मस्ट्रांग द्वारा आयोजित उत्तरी आयरलैंड से अनुभवी सहयोगी स्टाफ़, भारत आने का सारा ख़र्चा स्वयं करके, जीवन रक्षण शैली का प्रदर्शन करने के लिए कार्यशाला आयोजित करने के लिए आये।

आपतकालीन प्रक्रियाओं के ज्ञान की तत्काल आवश्यकता है, जिसके अभाव में अक्सर शीघ्र चिकित्सा सहायता न मिलने के कारण हम कई क़ीमती जीवन गँवा देते हैं। ये फ़रिश्ते मौत को धता बताते हुए चिकित्सा कर्मियों को जीवन रक्षक कौशल प्रदान करते हैं। उत्तरी आयरलैंड से आपातकालीन उपकरण लाने के लिए इन्होंने रु. १४,७१०६४.६५ (£१५००/-) इकट्ठे किये। अर्पणा अपने इन उदार मित्रों के लिए विशेष रूप से आभारी है।

## *अर्पणा अस्पताल एवं गाँवों में दूरदराज़ शिविर (अगस्त - अक्तूबर १४)*

सी. बी. एम. परियोजना के नेत्र शिविरों के अतिरिक्त, अर्पणा अस्पताल ने नेत्ररोग, हृदयरोग, स्त्रीरोग एवं प्रसुति इत्यादि श्रेणियों में १,४३६ रोगियों के लिए १९ शिविर आयोजित किए।

# दिल्ली के कार्यक्रम

### *दिल्ली में हस्तशिल्प वस्तुओं की बिक्री*

दिल्ली में, १० से १२ अक्तूबर तक, डॉ. इन्द्र गुप्ता एवं राज गुप्ता और राहुल एवं लीना गुप्ता के निवास पर अर्पणा के हस्तशिल्प वस्तुओं की बिक्री एवं प्रदर्शनी का आयोजन किया गया।

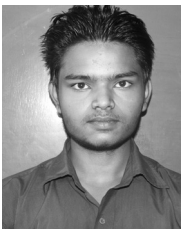
यहाँ पर अर्पणा द्वारा आयसृजन के लिए हस्तशिल्प कौशल में प्रशिक्षित महिलाओं द्वारा हाथ से कढ़ाई की गई उत्कृष्ट वस्तुएं बिक्री के लिए उपलब्ध थीं। इस ३ दिन की सेल का उनके मित्र एवं परिजन बेसब्री से इंतजार कर रहे थे और उन्हीं के सहयोग से यह अपने आशावादी लक्ष्य तक पहुँच सका।

### *सुषमा सेठ के लिए रचनात्मक कला पुरस्कार*

अर्पणा की सांस्कृतिक कला निर्देशक एवं बॉलीवुड की जानी-मानी अभिनेत्री सुषमा सेठ को सामाजिक न्याय और अधिकारिता मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा, रचनात्मक कलाओं के लिए १ अक्तूबर २०१४ को राष्ट्रीय वयोश्रेष्ठ सम्मान से पुरस्कृत किया गया।

### *मोलरबन्द से अर्पणा के छात्र कॉलेज गये*

१२वीं कक्षा से स्नातक की उपाधि प्राप्त करने वाले ३६ छात्रों में से ६ छात्र नियमित रूप से दिल्ली विश्वविद्यालय में और २० अन्य छात्र पत्राचार पाठ्यक्रम से पढ़ाई कर रहे हैं। ६ छात्र व्यावसायिक प्रशिक्षण ले रहे हैं।



**पवन** के अनुसार, 'जब मैं अर्पणा में शामिल हुआ तो मैं एक औसत छात्र था और मेरे माता पिता आर्थिक परिस्थितियों से संघर्ष कर रहे थे। अर्पणा ट्रस्ट ने मुझे आर्थिक रूप से और भावनात्मक रूप से सहायता की। अब मैं पूरे स्कूल का श्रेष्ठ छात्र हूँ।' उसे जब वैंकटेश्वर कॉलेज, दिल्ली विश्वविद्यालय में दाख़िला मिला तो उसने अपने आपको बेहद भाग्यशाली महसूस किया। उसकी उच्च शिक्षा का समर्थन भी अर्पणा ट्रस्ट द्वारा किया जा रहा है।

**नई दिल्ली में झुग्गी पूर्नवास कॉलोनियो में, अर्पणा के शिक्षा और पूर्वस्कूली कार्यक्रमों के समर्थन के लिए, अर्पणा एस्सेल फ़ाउंडेशन और अवीवा प्राईवेट लिमिटेड के सहयोग के लिए अत्यन्त आभारी है।**

# हरियाणा

### *विकलांगों को सहायता*

अर्पणा में २ नवम्बर को, छोटे माँ ने १७ गाँवों में से विकलांग लोगों को आशीर्वाद के साथ ३ तिपहिया साईकिलें, बैसाखियाँ एवं अन्य सहायता उपकरण वितरित किये।

**जय देव और कल्पना देसाई, इस शिविर के सहयोग के लिए धन्यवाद! हम चेतन और सीमा बाली को भी अर्पणा के विकलांग लोगों के कार्यक्रमों में समर्थन देने के लिए धन्यवाद देते हैं!**

# हिमाचल की गतिविधियां

## *न्यूरोसर्जरी शिविर*

अर्पणा मैडिकल सैन्टर, बकरोटा, डलहौज़ी में, अर्पणा ने १५ सितम्बर को निःशुल्क न्यूरोसर्जरी शिविर का आयोजन किया जहाँ १२४ रोगी आये। डॉ. (कर्नल) जी.वी. रामदास, निर्देशक, सर्वोदय अस्पताल, फरीदाबाद, ने न्यूरो एवं रीढ़ की हड्डी की समस्याओं वाले ८१ रोगियों की जाँच की। इस क्षेत्र में न्यूरोसर्जरी उपलब्ध नहीं है जिसके लिए उपस्थित गणमान्य व्यक्तियों ने अर्पणा की इस सेवा को ग़रीब लोगों तक पहुँचाने के लिए सहराना की।

## *नवजात पुर्नजीवन का प्रशिक्षण*

उत्तरी आयरलैंड से आये एक सहायक संभागीय प्रशिक्षण अधिकारी, फ्रैंक आर्मस्ट्रांग, अर्पणा में ६ बार आ चुके हैं। इस वर्ष पहले वह हिमाचल गये जहाँ वह अर्पणा द्वारा प्रशिक्षित ४० ग्रमीण महिलाओं से मिले एवं उन्हें नवजात पुर्नजीवन के विषय में महत्वपूर्ण बातें सिखलाईं। फ्रैंक, हम आपके बहुत आभारी हैं!

## *हरियाणा एवं हिमाचल प्रदेश में साफ़-सफ़ाई अभियान*

अर्पणा ने सिरसी गाँव में स्वयं सहायता समूह को डेंगू और मलेरिया के विषय में बताने के लिए कई बैठकों का आयोजन किया। इससे प्रेरित होकर महिलाओं ने साफ़-सफ़ाई अभियान चलाया ताकि उनके गाँव डेंगू और मलेरिया से मुक्त हो सकें।

## *हिमाचल प्रदेश में २ अक्तूबर को साफ़-सफ़ाई कार्यक्रम*

२ अक्तूबर को, हिमाचल के गजनोई, हूरेड़ और मनकोट गाँवों के स्कूल के शिक्षकों, छात्रों, किसानों के समूहों एवं स्यवं सहायता समूहों ने साफ़-सफ़ाई अभियान में भाग लिया।

**Arpana Trust and Arpana Research & Charities Trust are both approved under Section 80G of the Income Tax Act, 1961, giving 50% tax relief for donors in India.**

**FCRA Registration No. for Arpana Trust is 172310001**

**FCRA Registration No. for Arpana Research & Charities Trust is 172310002**

Send your contribution for dissemination of humane values & medical and community welfare services in Delhi to: **Arpana Trust, Madhuban, Karnal, Haryana 132 037**

Send your contributions for health & development services in Haryana & Himachal to:

**Arpana Research & Charities Trust, Madhuban, Karnal, Haryana 132 037**

**Tel: 91-184-2380801, Fax: 91-184-2380810, at@arpana.org and arct@arpana.org**

Please let us know by email or telephone, whenever you transfer funds to Arpana.

**Mr. Harishwar Dayal, Executive Director of Arpana. Mobile: 9818600644**

**Mrs. Aruna Dayal, Director Development. Mobile 91-9873015108, 91-9896242779**

Website: www.arpana.org