किस नाते से कहूँ तुझे

किस नाते से कहूँ तुझे, मेरे अवगुण चित्त न धरो।
चरण पड़ूँ हे राम मेरे, मुझे अब के क्षमा करो।।

कई बार भूल में भूल करी, और राहें भूल गई।
भूल भुला दे राम मेरी, जो भूले में थी करी।।

तुम ही कहो हे राम मेरे, किस भाव में चरण पड़ूँ।
तुम से पिया मैं प्रेम दया, हर भाव में ही माँगूँ।।

कुछ ऐसी लग्न लगाओ मुझे, हर पल तुझे याद करूँ।
हर पल तुम से मिलने की, तुम सों फ़रियाद करूँ।।

रूठ न मुझसे राम मेरे, किम्कर्त्तव्य विमूढ़ हूँ।
करुणानिधे तू करुणा कर, मैं राहें भूली हूँ।।

मेरे लाख किये से क्या होगा, अब मुझको मौन करो।
निज चाहना मेरी तीव्र करो, जग तृष्णा गौण करो।।

हूँ बहुत पतित दुखियारी भी, क्या तुम सब जाने न।
पावन करो व्यभिचारी को, क्यों तुम मानो न।।

- परम पूज्य माँ

अनुक्रमणिका

३ उनसे जो बाहर पाया,
अब आपके हृदय में आ गये!
श्रीमती पम्मी महता

८ ..'इतना ही बहुत होगा,
मुझे अपना नाम तो कहने दे।'
अर्पणा प्रकाशन 'जपुजी साहिब' में से

१२ बुत न कह तू सखी इसे..
पूज्य छोटे माँ द्वारा संकलित

१५ ..मन पावन भये भये देवता,
'मैं' भये पावन राम भये..

२० जीवन की साधारण परिस्थितियों
में ही समता का अभ्यास..
'श्रीमद्भगवद्गीता -

२५ ..इक पल मिले अरे फिर बिछुड़े,
क्षणिक सुख यह लक्ष्य नहीं!
मुण्डकोपनिषद्' में से

२९ आप प्रभु माँ के क़दमों की
व्याख्या कितनी अनूठी व
विलक्षण है!
श्रीमती पम्मी महता

३२ मैं ज़िन्दगी का साथ निभाता चला
गया..
प्रस्तुति आभा भंडारी

३६ 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 २६ अगस्त २०१८ को प्रकाशित तथा सोना प्रिन्टर प्राईवेट लिमिटेड, एफ -८६/१, ओखला इण्डस्ट्रियल एरिया फेज़-I, नई दिल्ली ११० ०२० द्वारा मुद्रित

उनसे जो बाहर पाया,
अब आपके हृदय में आ गये!

श्रीमती पम्मी महता

सच माँ, आपने अपनी करुण-कृपा में लाकर सत् के दर्शन दे दिये.. अपने श्री विग्रह को यूँ हमें दिखला कर ही नहीं, बल्कि पूर्ण की पूर्णता में स्वयं जी कर भी!

कैसे धन्यवाद करूँ, हे श्री हरि माँ, धन्य धन्य महसूस करती हूँ कि आप माँ प्रभु ने अपने असीम अनुग्रह में दर्शन देकर हमें अनुगृहीत भी किया और जीवन जीने का राज़ भी बतला दिया। ईश्वर करे, आपके चले क़दमों का अनुसरण करते हुये सदा ही चलते चलें अतीव विनीत भाव से!

हे ममतामयी माँ, आप परम पूजनीय माँ को शतः शतः प्रणाम देते हुये, चरण धूलि आपकी को सीस चढ़ाते हैं। किस क़दर आप ने अपने इतने प्यारे बन्धन में बाँध कर जीवन जीने का अनुपम व दिव्य प्रसाद दिया है हमें.. हम सभी को प्रेरित करी अपने दिये इसी पथ पर लिये चलना, जो हम कभी भी बहकें न राह से.. आपसे यही अनुनय विनयपूर्वक प्रार्थना करती हूँ! बड़े ही सौभाग्य से, हम सभी आप ही की कृपा से आपकी बंदगी में आ पाये.. इसी विधि पल पल यूँ ही जीवन जी पायें, जो आपकी मेहर में हमें मिला है। यही असीस दिये रहना हम सभी को!

सच ही तो कहा है कि गुरु में और आप में कोई भेद नहीं!!

परमात्मा करे, इस वाणी आपकी में एकनिष्ठ हो कर बैठ जायें हम सभी.. जो आप ही की करुण-कृपा से आये हैं.. आप ही ने तो कृपा करी बुलाया है हम सभी को! आपके इस असीम अनुग्रह के लिये सदा नतमस्तक हुये, अतीव विनीत भाव से करबद्ध हुये, आप ही से याचक मन प्रार्थना करते हैं, 'आप ही हमें लिवा ले जाइये जो हम आप ही के पहलू से अटूट रूप में बंधे रहें।

यह अवसर अब छूट न जाये। आरज़ू भी है व प्रार्थना-याचना भी है.. जो आप प्रभु माँ ने हमें सिखलाया है, उसे पूर्णतया जीवन में एकनिष्ठ भाव से धारण कर पायें..
'हरि ओऽम् तत्सत।'

आप श्री हरि परम पूज्य माँ की बंदगी में बैठ कर ही पता चला कि जिसे आप प्रेरित करी पुकार लेते हैं; आप स्वयं ही उसे थाम भी लेते हैं। एक बार उन्हीं के हवाले स्वयं को धर दिया एकनिष्ठ हो कर.. तो आप स्वयं ही उन्हें अपने पहलू में समेट लेते हैं! कभी भी छोड़ते नहीं। यही तो हे माँ, आपकी दया-करुणा है हम सभी पर.. जो आपके अनमोल व दिव्य प्यार में बंधे हुए हैं। याख़ुदा, हे परवरदिगार, यूँ ही अपने करम से नवाज़ लीजियेगा!

इस असीम कृपा के लिए कोटि-कोटि धन्यवाद!!

एक बार बैठ गये सभी, तो पूर्णतया स्थिरचित से बैठ गये, फिर स्वयं को उठने न दीजिये.. पूर्ण आस्था लिए श्रद्धा व प्रेम से हे याचक मन, उन्हीं की करुण-कृपा माँगिये! आप ही हम सभी की दुआओं को स्वयं ही बाअसर कर लेंगे, अगर पुकार में सच्चाई हुई! आप प्रभु माँ की ही अमृत-रस की एक बूँद मिल जाये तो उसका मान आप स्वयं ही सम्भाल लेंगे व अपने हृदय से लगा लेंगे।

आप ही तो अंग-अंग को ज्ञान से पुष्टित करते हुये विज्ञान से भरते जाते हैं। जिज्ञासु भी आप माँ स्वयं ही बना लेते हैं..

- प्रेरणा बनी,

- प्रेरित करी,

- मोह-मम-संग के बन्धन सों मुक्त करी, आगे से आगे लिए चलते हैं।

ऐसे अनूठे हैं सद्गुरु, आप को कभी निराश नहीं करते.. अपनी करुण-कृपा निरन्तर बहाये चले जाते हैं।

हे मन, उन्हें एक बार प्रेम से पुकार तो ले, उन्हें निहार तो ले.. अंग-अंग को सत् से

पुष्टित करते हुए! आपके लिए अपना सर्वस्व दे कर वे तो आपको निहाल कर देंगे.. इस 'मैं' को जड़ से उखाड़ने के लिए अपनी निष्ठुर दया का अंकुश लगा, उसे धराशायी कर देंगे।

'..दुःखी न होना, बस उनके प्रेम की पराकाष्ठा को निहार पाने का निरन्तर प्रयास करते रहना.. जो आपको आप ही से उठा रहे हैं'; उनकी इस दया के मर्म को जान लेना। उनकी ईमानदारी, उनकी सादगी, उनकी integrity के वहाँ दर्शन करना और स्वयं को पूर्णतया समर्पित कर देना।

'वे मुझे अपने से अलग कर रहे हैं', इस भाव को जन्म नहीं देना.. माँ ही तो आपका पूर्णतया उत्तरदायित्व सम्भाल रहे हैं। **वही जो बाहर हाथ पकड़ कर चल रहे थे, अब आंतर में आ गये हैं..** उनसे जो बाहर पाया, अब आपके हृदय में आ गये! 'ज्ञान जो पाया, जो उनके निशां मिले, उन सभी के हृदय में अंकुर फूट पड़ें.. वही आपके जीवन का प्रवाह बन जाये, उस गंगा का प्रवाह जीवन में भर जाये!'

उनपे संशय न उठाना, वहाँ उनकी करुणा व कृपा के दर्शन करना! गर seemingly लगे, 'तुझे छोड़ दिया है..' मन छोटा करके उसमें संशय न भरना। यह मत करना! वहाँ उनके वैराग्य और संन्यासी होने का दिव्य दर्शन करना.. उनकी अपने स्वयं के प्रति नितांत उदासीनता के दर्शन करना.. और प्रार्थना करना, 'हे ईश! जिस तरह अपने प्रति आपकी उदासीनता के दर्शन हुये हैं.. हे श्री हरि माँ, हे ईश, जिस तरह प्रेम को आपने अपने जीवन में व्यक्त करके यह दिव्य व अलौकिक दर्शन दिये हैं; ऐसी ही प्रीत को इस हृदय में नवाज़ देना.. जो यह आपकी चाकरी का सुख पा ले!'

हे श्री हरि माँ, आपकी दिव्य देन के चरणामृत का सोपान कर पायें.. आप अपनी प्रेम-गंगा का प्रवाह इस ओर कर लेना! इस मन को कभी भी छोटा न होने देना, इसकी तुच्छ व अशुद्ध भावनाओं सों! हे नाथ, आप अपने से हमें सनाथ किये हुये हैं, इसलिए हम प्रार्थना ही कर सकते हैं करबद्ध व नमस्कार करते हुये!

'हमारी ऊसरता उपजाऊ हो गई..' का यह अर्थ नहीं कि हम कुछ बन गये.. यह प्रसाद तो इसलिए मिल रहा है कि हमें माटी तक झुक कर उन गुरु महाराज के श्री चरणन् में बैठने का परम सौभाग्य मिल गया! शुक्र शुक्र करते हुये, केवल शुक्राना पेश करना उनके हुज़ूर में.. मन ही मन निरन्तर प्रार्थना करना, आरत भाव से मन ही मन उनकी आरती उतारना.. दृष्टा बन कर उन्हें व स्वयं को देखना!!

'हम कैसे, तुम कैसे रे भगवन्!'

यूँ देख कर मनोप्रवाह को, उन्हीं श्री हरि की ओर निरन्तर बहते देखना.. दोषदृष्टि रहित हो जग के प्रति निर्दोष भाव में सभी लेना.. क्योंकि प्रभु जी ने प्रमाणित कर दिया कि पूर्ण जगती सृष्टिकर्ता की करनी है इसलिए उन्हीं के दर्शन करते हुये उन्हें ही प्रणाम देना! यह अद्‌भुत व विचित्र देन है प्रभु जी की.. इसलिए कभी शुबहा न उठाना!

धन्य धन्य हैं आप श्री हरि माँ! इसके सिवा हम जीव जगत और कुछ कर भी नहीं सकते.. केवल ईश्वर प्रणिधान ही करें क्योंकि और कुछ भी करना हमारे वश में नहीं है। अपनी तुच्छता को देख दुःखी न होना.. शुक्र करना! हे ईश, आप ही की कृपा से अपने आवरण देख पाये हम। धन्य धन्य हुये!

यारब, आप ही से हमारे अटूट बन्धन बंधे रहें, यही याचना व प्रार्थना करते हैं। हे प्रभु जी, आपने सगुण वेष धरा हमारे लिए.. हे निराकार भगवन्, आप ही की उपासना हम कर पायें.. आप ही के श्री विग्रह को हृदय में बसा कर केवल आपसे आपका ही आवाहन कर पायें यही विनीत प्रार्थना है आपसे हमारी!

आप का अपने स्वयं के प्रति अखण्ड मौन को देखी देखी व दर्शन करते हुये आप ही के अखण्ड मौन में उतरने की दुआ करते चलें। हे श्री हरि माँ, आप ही तो नवाज़ते चले आ रहे हैं हमें, आगे भी आप ही आपने ले जाना है। यही फ़रियाद है हमारी आप प्रभु माँ से!

आप निरन्तर हमें सत् पथ पर लाते आये हैं, इसलिए हे कृपालु नाथ, हमें आगे से आगे भी आप ही लिए चलना। हे परम वन्दनीय, आपकी वन्दना करते हुये आप ही के शरणापन्न रहें। हमें सभी को फल की इच्छा त्याग कर इस अनन्त राह पर चलते ही चले जाना है। यह राजपथ आप प्रभु माँ ने ही तो चल कर बनाया है। उसी माटी को सीस चढ़ाते हुये व धन्य धन्य करते हुये आप ही के रंग में रंग जायें.. यही अनुनय-विनय है हमारी!

निष्काम भाव से व प्रेम भाव से यही मंगल-याचना करते हैं, हे भगवन्, आप ही में जीना आ जाये! आप ही में हमें जीना आ जाये! हे भगवन्, अपने जिस कल्याण पथ पर हमें स्वयं लाये हैं व अपने द्वार हमारे खोल दिये हैं। हे दीनानाथ दिनेश, मंगल ही मंगल हो ऐसा ही मंगलमय हे श्री हरि नाथ कर देना!!

हे मन! आ उन श्री हरि का ही नाम लें, त्याग स्वतः ही हो जायेगा.. त्याग कहने व करने से त्याग नहीं होता। उस श्री हरि के नाम में ही त्याग है! हे मन, यही त्याग है, 'राम राम बस राम कहो! कही कही बस राम कहो! हे मना, इस अखण्ड नाम में ही मग्न रहो!'

लो, कृपालु-दयालु राम जी ने स्वयं ही राह दे दी कि चलो, उत्तर की ओर चलो, दक्षिण स्वतः छूट जायेगा। कितनी श्री हरि माँ ने सहज विधि बताई है! हे मन, यह ताना-बाना न बुन कि यह छूटता क्यों नहीं.. बस अपने प्रभु में लग्न बढ़ा कर चलता चल! जब आधार प्रभु होंगे तो यह पत्ते स्वतः झड़ जायेंगे.. कोमल नाम की कलियाँ खिल उठेंगी.. प्रेम के अंकुर फूटने लगेंगे!

प्रभु माँ के हर वाक् को, उनकी वाणी के परम सत्य को हृदय से व श्रद्धा प्रेम से उठा लो। उनके जीवन का परम सत्य है जो उन्होंने स्वयं जी कर उठा लिया है.. उसी का अनुसरण करें! सच्चे व सुच्चे हृदय से उठा लें! उनकी मेहर में उठा लें!

सच ही उनकी अपरम्पार महिमा का ही प्रसाद है जिसे follow करते हुए, असीम श्रद्धा व प्रेम से उठा कर चलें.. इस परम सत्य में चित स्थिर कर के चलें.. उन्हीं श्री हरि माँ में पूर्ण आस्था से चलें.. यह संशय न मन में उठे कि मैं इधर जाऊँ या उधर जाऊँ! बस उन में पूर्ण आस्था व श्रद्धा से चलें! क्योंकि जो वे आप कह रहे हैं, अपने अनुभवी जीवन से ही तो कह रहे हैं।

जिज्ञासु मन लिए उन्हीं के शरणागत हुए चलें.. स्थिरचित से चलें.. यक़ीनन आप माँ हर तरह से हर पहलू से अपने से नवाज़ कर ले जायेंगे! तुम तो स्वयं हैरत में आ जाओगे। प्यार भरे नाम के करिश्मे को देख कर और धन्य धन्य कहते हुये आप प्रभु माँ का धन्यवाद करते हुये कृत-सन्कृत हो जायेंगे।

हे श्री हरि, हे श्री हरि माँ इसे स्वीकार कर लीजियेगा जो आप ही के जीवन के तब्बसुम खिल जायें इस आंतर बग़िया में! आमीन।

आप ही की अपनी कनीज़

पम्मी

❖ ❖ ❖

..'इतना ही बहुत होगा,
मुझे अपना नाम तो कहने दे।'

गतांक से आगे –

पौड़ी ३६

गिआन खण्ड महि गिआनु परचंडु।
तिथै नाद बिनोद कोड अनंदु।
सरम खंड की बाणी रूपु।
तिथै घाड़ति घड़ीऐ बहुतु अनूपु।
ता कीआ गला कथीआ ना जाहि।
जे को कहै पिछै पछुताइ।
तिथै घड़ीऐ सुरति मति मनि बुधि।
तिथै घड़ीऐ सुरा सिधा की सुधि।।३६।।

शब्दार्थ : *ज्ञान खण्ड में ज्ञान तेज होता है। वहाँ अनेकों बाजों गाजों का आनन्द होता है। परिश्रम खण्ड की बाणी सुन्दर होती है। वहाँ अधिक सुन्दर बनावट बनाई जाती है। उन की बातें कही नहीं*

जा सकतीं। यदि कोई कहे तो वह पीछे पछताता है। वहाँ श्रुति, मत, मन और बुद्धि बनाये जाते हैं। वहाँ देवताओं और सिद्ध पुरुषों की बुद्धि बनती है।

पूज्य माँ :

ज्ञान की मंज़िल पर पहुँचे, दिव्य विवेक सत्त्व रूप।
ज्ञान स्थिति में जग भूला, मिला परम आनन्द रूप।।१।।

अब वाणी भई भक्तिपूर्ण, गाये नित गुण वह कर्म रूप।
जग की सारी बात गई, गाये अखण्ड गान स्वरूप।।२।।

दिव्य भये वाणी दिव्य वाक्, दिव्य भये वहाँ बहाव रूप।
अनुपम वाणी को वह कहें, अप्रमेय वह अचिन्त्य रूप।।३।।

जो भक्ति पे नाम धरे, वह पछताये मूढ़ रूप।
परम की वाणी परम की भक्ति, वह परम की है इक देन रूप।।४।।

वहाँ पे मन भये उदासीन, केवल गुण गाये परम रूप।
मन बुद्धि चित्त पावन होये, वह तो बुलाये परम स्वरूप।।५।।

जग भूले वह सब भूले, मन बुद्धि भये वा धूल रूप।
मौनी भये भये वह चाकर, ठाकुर भये तब परम स्वरूप।।६।।

वाकी मति जग मति गई, वा मति भई परम रूप।
'मैं मेरा' तब भूलन लागी, बाक़ी रह गया दिव्य रूप।।७।।

भगवान तूने जो बात कही, वह वाणी कहाँ से लाऊँ मैं।
जो नित गुण तेरे गाये, वह गान कहाँ पर पाऊँ मैं।।८।।

वह कर्म नहीं वह धर्म नहीं, वह ज्ञान कहाँ से पाऊँ मैं।
मैं हूँ ही नहीं यह जान करी भी, कैसे भूल अब जाऊँ मैं।।९।।

आनन्द परे की बात कहो, तुम मौन स्वरूप की बात कहो।
उदासीन की बात कहो, निज भक्त रूप की बात कहो।।१०।।

मोपे भक्ति नहीं मैं क्या करूँ, अब क्या करूँ मालिक कहो।
मैं तो नाम ही तेरा नित्य लूँ, कस न लूँ अब आप कहो।।११।।

ओ नानक मेरे बादशाह, मेरे मालिका तुम आप कहो।
दिले आगाह दैवीगुण पूर्ण, दिव्य दृष्टि पूर्ण आप ही हो।।१२।।

मैं तो रहमत पे तेरी नाज़ करूँ, तेरे गुण यह सुन के आई हूँ।
तू करुणापूर्ण दयाघन तू, इनायत माँगन आई हूँ।।१३।।

तेरी नज़रेइनायत हो जाये, मेरा मन चरण में खो जाये।
मैं तेरा नाम नानक लूँ, और चरण में "मैं" यह खो जाये।।१४।।

इतनी है अज इल्तिजा, मेरे मेहरबान तू सामने आ।
हृदय में अब ज़हूर हो, चरणों में मुझको आन बिठा।।१५।।

ओ मेरे मालिका ओ मेरे बादशाह..

तेरे ज्ञान की बातें पढ़ मैं चुकी, तेरी सारी बातें सुन मैं चुकी।
यह "मैं" मेरी तेरे चरण पड़ी, मैं और कछु भी कह न सकी।।१६।।

यह दिव्य ज्ञान कहाँ पाऊँ, यह तेरा नाम कहाँ पाऊँ।
यह महिमा तेरी कस गाऊँ, कुछ करो तेरी मैं हो जाऊँ।।१७।।

मेरे मालिका ओ मेरे नानका, मेरे मालिका ओ मेरे नानका।
मेरे मालिका मेरे बादशाह, मेरे मालिका मेरे साहिबा।।१८।।

दिलदार है तू मेहरबान है तू, तू रहमदिल कुछ रहम कर।
मैं बेक़रार चरण पड़ी, अब नाम अपना दिल में धर।।१९।।

इतना माँगूँ तुझसे मैं, बस इतनी मेहर अब तू कर।
मेरे मेहरबान मालिका, ओ नानका कृपा तू कर।।२०।।

श्रीमती देवी वासवानी : *इसे 'सरम खण्ड' क्यों कहते हैं?*

परम पूज्य माँ : *सरम खण्ड का अर्थ है - गूह्य खण्ड। इसमें जितनी बातें कही हैं, वह दुनिया में किसी चीज़ को लागू नहीं होतीं। वह दुनिया को transcend कर जाता है, जहाँ आपकी विचारधारा की कोई भी बात, दुनिया के किसी भी पहलू को लागू नहीं होती। It has no relation to the mundane realities whatsoever. It transcends that. फिर भी वह व्यवहार वहीं पर करता है। यह नूरानी वाक् हैं जो ब्रह्म ज्ञान के बारे में हैं।*

यदि मैं हूँ ही नहीं, तो मुझे दुनिया से क्या? इस दुनिया में क्या हुआ, क्या नहीं हुआ, मुझको क्या? दुनिया ने कुछ भी दिया फिर मुझको क्या? दुनिया में कुछ लुट गया, कोई मर गया, कोई छूट गया, किसी ने मान दिया, अपमान दिया, यह बातें फिर कोई अर्थ नहीं रखतीं - हानि हो गई या लाभ हो गया, यह कोई भी मायना नहीं रखता, क्योंकि इनसान को समझ आ गई है कि मैं तन नहीं हूँ। तन को जो मिलेगा, वह मिट्टी के बुत को मिलेगा, मुझे क्या मिलेगा?

परम पूज्य माँ के साथ श्रीमती देवी वासवानी

जब गुह्य ज्ञान की बात करते हैं, तो वह ज्ञान इनसान को शरीर से खेंच कर भगवान के चरणों में धरता है, उसे शरीर से खेंच कर, उसके मन, बुद्धि, विचारधारा को, जो दीखता है, जो हम महसूस करते हैं, जानते हैं, उससे खेंच कर परे ले जाता हैं। वह ज्ञान आत्मा की तरफ़ ले जाता है। वह उस पुरनूर स्थान पर ले जाता है, जहाँ प्रकाश ही प्रकाश है, जहाँ पर ज्योति है, जहाँ आत्मा है, जहाँ ऐसी चीज़ है जहाँ की बात की नहीं जाती। वहाँ शब्द की बात ही नहीं जाती, जो शब्द से परे की बातें करता है - उसको जानने के लिये आपको शब्द के पीछे जो है, उस तत्व को जानना पड़ता है। उसका सम्बन्ध स्थूल से बिलकुल नहीं होता।

जब वह ऐसी बातें करते हैं, तो हम लोग क्या कहें? 'हे भगवान! हम वहाँ कैसे पहुँचें? इतने मौन, इतने उदासीन अपने प्रति हों, तो काम बने! जिसको अपना ख़्याल ही न आये, ऐसे भाव कहाँ से लायें? ऐसी जगह पर कैसे बैठें, जहाँ देखते हुए, सुनते हुए इतनी भनक भी न पड़े कि क्या हुआ क्या नहीं? जो दिया सो तूने दिया, जो मिला, सो तुझे मिला! सो जो हुआ तेरे साथ हुआ, इस भाव में कैसे रहें? यानि हम नाम रूप से परे कैसे हों? इस transcendental plane (स्थूल से परे के लोक) में कैसे पहुँचें?'

जब इनसान यहाँ पहुँचता है, तब दृष्टिकोण ऐसा है जिसमें अर्शी वाणी है। वह जीव की वाणी, तनत्व भाव की वाणी नहीं है। वह कर्तृत्व भाव से परे है, कर्तापन से परे है, 'मैं पन से परे है, वह भोक्तृत्व भाव से परे है। वह सब कुछ करता हुआ भी इन सबसे परे है। वह उसकी वाणी की बात कह रहे हैं।'

हम यहाँ इतना ही कह सकते हैं - 'भगवन्! जो तूने ज्ञान दिया, वह मैं समझूँ या न समझूँ, मुझे चरण में रहने दो, मुझे अपनी शरण में रहने दो। इतना ही बहुत होगा - मुझे अपना नाम तो कहने दो।'

क्रमशः

दिव्य जीवन..
बुत न कह तू सखी इसे..

पूज्य छोटे माँ द्वारा संकलित

भक्त के लिये मन्दिर में उसके भगवान साक्षात् विराजित हैं, जिनके साथ उसका प्रेम वार्तालाप निरन्तर चलता है.. वह उसकी बात सुनकर उसका प्रत्युत्तर भी देते हैं, उसे उत्साहित भी करते हैं और स्वयं कर पकड़ कर उसको राह पर भी ले चलते हैं। इस अलौकिक प्रक्रिया का दर्शन पूज्य माँ के पूजा काल में हर क्षण मिला।

भक्त और भगवान के मध्य इस गूह्यतम सम्बन्ध का रहस्य एक साधारण तनधारी और तनो उपासक भला कैसे समझ सकता है? अपने ही तन रूपा माटी बुत की उपासना करने वाला साधारण जीव मन्दिर में खड़े भगवान को सप्राण कैसे जान सकता है?

पूजा काल में पूज्य माँ जालंधर में थे। उन दिनों माँ स्वयं अपने मन्दिर को सजाया करते थे। एक बार पापा जी और बीजी किसी कार्यवश पूना गये और वहाँ से आते हुये पूज्य माँ के लिए Plaster of Paris से बने बनवासी राम जी ले आये। भगवान जी के मन्दिर में उनकी सजावट के लिए अब बाग़ में फूल भी लगाये जाने लगे।

उनके आने पर हर प्रकार से मन्दिर जगमग हो उठा। उनके लिये विशेष रोशनी का प्रबंध किया गया.. कभी तो पाँव की ओर से foot light लगायी जाती, और कभी लड़ियाँ

लगायी जाती! ऐसे ही एक दिन पूज्य माँ कहने लगे, "राम जी की आँखों को अधिक light लग रही है.." तब उनका arrangement बदल दिया गया और रोशनी दूसरे ढंग से लगा दी गई!

पूज्य माँ इन्हीं भक्तिपूर्ण भावों में रहते थे। एक दिन उनके पड़ोसी पूज्य माँ को मिलने आये। पूज्य माँ मन्दिर में ही बैठे थे, वह वहीं पर ही आ गये और राम जी को बनवासी रूप में देख कर उन्हें पहचान न पाये। वह पूज्य माँ से पूछने लगे, "यह 'बुत' किसका है?"

यह सुनकर पूज्य माँ अत्यन्त विह्वल हो उठे और उसके प्रत्युत्तर में यह प्रार्थना बह गई-

''किस मुँह से इसे बुत कहूँ, यहाँ भावना पुंज है खड़े हुए।
अखियों में तो देख सही, यहाँ प्रेम पुंज है खड़े हुए।।

राम से गर तुझे प्रेम हो, उसे अखियों में भरकर देख।
वह राम मेरा बस प्रेम ही है, तू प्रेम तो करके देख।।

बुत न कह तू सखी इसे, यह तो राम ही है।
घर आये चलकर मेरे, मेरे भगवान ही है।।"

भक्त ने तो केवल भगवान के ही दर्शन पाये हैं.. उनसे बातें कर करके उसने अपनी उलझनों को सुलझाया.. सो वह बुत कैसे हो सकते हैं? पूज्य माँ के इस प्रवाह से पता चला कि बुत उपासक तो हम हैं, जो तन के साथ लिपटे हुए हैं।

जानते हुए कि यह माटी का तन स्वेच्छा से पैदा होता है, बड़ा होता है, बूढ़ा होता है.. इसको कई बिमारियाँ आती हैं और अंत में मृत्यु को प्राप्त होकर माटी का माटी में ही मिल जाता है.. फिर भी इसे तो हम जड़ बुत मानते नहीं। भक्त ने तो केवल अपने इष्ट भगवान के ही दर्शन पाये हैं।

हर चीज़ भगवान रचित है। कहाँ पर कब क्या होगा, यह सब निश्चित हो चुका है। हमें राहों में चलते हुए तनो संग के कारण ऐसा प्रतीत होता है कि जो भी हो रहा है सब हम करने वाले हैं। इस कारण दोष-दृष्टि भी आ जाती है।

एक दिन की बात है प्रातः लगभग ११ बजे का समय था। मैं पाठशाला में पढ़ाने गई हुई थी। पूज्य माँ अकेले ही मन्दिर में बैठे हुए थे। किसी कार्यवश उठ कर वह अपने कमरे में गये। जब वापिस आये तो देखा कि ऊपर लगी बड़े शीशे वाली तस्वीर नीचे गिर गई है। और गिरने से नीचे पड़े बनवासी राम जी टूट कर चकनाचूर हो गये हैं।

अचरज की बात है कि उस तस्वीर का धागा भी नहीं टूटा, उसका कील भी नहीं उखड़ा, बाहर हवा भी नहीं चल रही थी। न जाने वह तस्वीर नीचे कैसे गिर गई। यह देख कर पूज्य माँ विचलित हो उठे।

अपने अहर्निश के साथी, हर क्षण अपने प्रेम पूर्ण भावों से प्लावित अपने प्रियतम के विग्रह का यह भंजन, और परिणामस्वरूप उनसे वियोग, माँ के लिये असह्य हो गया। अपने प्रियतम के बिना उनको अपना जीवन ही निरर्थक लगने लगा। एक सांसारिक नाते की उझलनों में क्या हम इस नितान्त शुद्ध प्रेम का अनुमान लगा सकते हैं?

उसी प्रेमावेश में इन्होंने इधर उधर खण्डित और बिखरे पड़े भगवान के अंगो-प्रत्यंगो को समेट कर झोली में डाला और भरी दोपहरी में चिलचिलाती धूम में तपती सड़क पर नंगे पाँव ही चल दिये। अपने तन की सुध-बुध ही किसे थी? न तो बाह्य परिस्थिति का कोई मान, और ना ही दिशा का कोई बोध, बस जिस ओर क़दम बढ़े, यह चल दिये।

यह उन दिनों की घटना है जब पूज्य माँ की टाँगों में अत्याधिक दर्द रहा करती थी कि वह साथ वाले घर में भी चल कर नहीं जा पाते थे। अपनी तनो अवस्था, गर्म सड़क पर जलते हुए पाँवों से पूर्णतयः अनभिज्ञ, विरह वेदना में व्याकुल अपने प्रियतम के वियोग में गीत गाते, आँसू बहाते लगभग पाँच किलोमीटर की दूरी तक निकल गये।

सहसा पूज्य माँ का पाँव रेलवे लाइन से जा टकराया तो मानो उनकी आँख खुली। उनकी ऐसी विलक्षण अवस्था देख उत्सुकतावश कुछ लोग इनके इर्द गिर्द एकत्रित होने लगे। लोगों की इस भीड़ ने प्रेम में निमग्न उस चित्त को मानो पुनः चेतस्तर ला उतारा। उस समय इनको ऐसा भास हुआ मानो इन सब रूपों में भगवान ही इनको निहार कर कह रहे हैं, "मुझे एक ही रूप में क्यों बाँध दिया तूने? देख! इन सब रूपों में और इनके अतिरिक्त सम्पूर्ण जड़ और चेतन में मैं ही तो व्याप्त हूँ! सर्वत्र मुझे ही देख!"

उस पल इनके लिये वह प्रियतम एक मूर्त से निकल कर कण कण में समा गये और सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड ही राममय हो गया।

आज जानू हे राम मेरे, निज मूर्त क्यों तूने तोड़ दी।
क्या दोष मेरा था राम मेरे, मैने चित्त उस चरण में जोड़ दी।।

तूने सोचा भूल में, तुझे पूर्ण वही ना मान लूँ।
इक मूर्त से उठ के पिया, सर्वत्र तुझे ही जान लूँ।।..

..नयनों में तव प्रेम बहे, इक इक मोती प्रेम का हो।
जो भी बाह्य दर्शन हों, उन सबमें ज्योति नेम की हो।।

इतनी कृपा अब और करो, सब जा तुमको मैं देख लूँ।
हर रूप में हर रंग में, हर भाव में तुमको देख लूँ।।

इनके इस प्रेम की प्रगाढ़ता की झलक हमें अनेकों अन्य प्रवाहों में भी मिलती है।❖

..मन पावन भये भये देवता,
'मैं' भये पावन राम भये..

परम पूज्य माँ के साथ उनके पिता जी

पिता जी

हर प्राणी सुख चाहता है, परन्तु सुख नहीं मिलता। इसका कारण क्या है? यह कैसे मिले?

सारांश

सत् में जो स्थित है, नित्य वास्तविकता में रहने के कारण वह आनन्द में रहता है। असत् स्थित असत् रमणी का सुख दुःख रूपा मनो अनुभव परिस्थिति की अनुकूलता अथवा प्रतिकूलता पर आश्रित है।

प्रश्न अर्पण

हर प्राणी सुख्र चाहे है, आनंद वह पा नहीं पाता है।
कुछ पल को सुख्र आ जाये, पुनि बिछुड़ वह जाता है।।१।।

कहाँ पे सुख वह कभी मिले, किस कारण वह बिछुड़े है।
विधि कहो आनंद मिले, जो कभी नहीं बिछुड़े है।।२।।

तत्व ज्ञान

अनुकूलता में ही सुख मिले, प्रिय मिले तो सुखी भये।
विपरीत मिले अप्रिय मिले, प्रतिकूलता में मन दुःखी भये।।३।।

रुचिकर प्राप्ति अनुकूल, सुख जन्म हो कहते हैं।
मनो वृत्ति रुचि संग, अनुकूलता को सुख कहते हैं।।४।।

जो कभी मिले कभी बिछुड़े, परिस्थिति पे आश्रित हो।
या विषय पे आश्रित हो, या अन्य जीव पे आश्रित हो।।५।।

आश्रय जिस पल साथ न दे, सुख बिछुड़ फिर जाता है।
अनुकूल प्रियकर जब बिछुड़े, दुःख उभर तब आता है।।६।।

आनंद आंतरिक गुण वह है, आश्रित किसी पे जो नहीं।
आश्रित सुख तो ले सके, आनंद उसको कहो नहीं।।७।।

असत् में जब वास हो, वास्तविक अवास्तविक को जाने।
भ्रम में बसी भ्रमित देखे, निरंतर सुख वह कस जाने।।८।।

गर सत् हो प्रिय आनंद सदा, प्रतिष्ठित वहाँ पे रहता है।
जो है सो है यही सत् है, इसमें मुदित वह रहता है।।९।।

सहज सत्मय जीवन हो, वास्तविकता में जीव रहे।
चैतन्य जीवन सार हो, अखण्ड वहाँ आनंद रहे।।१०।।

सुख-दुःख सत्य अभाव जम है, कभी मिले कभी न मिले।
सत् में स्थिति जब होये, आनंद कभी नहीं बिछुड़ सके।।११।।

ज्ञान-विज्ञान सहित

जब लौ चाहना बाकी है, अरुचि रुचि तव साथी है।
बाह्य वस्तु की मना, ही याद तुझे सताती है।।१२।।

यह होये यह न होये, बिन सोचे समझे मन चाहे।
केवल मेरा ही मन है, दूजा देख ही न पाये।।१३।।

अपनी चाहना दूजे की, चाहना से भिड़ जाती है।
स्थूल लग्न मान्यता पूर्ण, मन राहों में आती है।।१४।।

कुछ चाहा कुछ मिल गया, सुख नहीं वहाँ टिक सके।
जब मिला कुछ पल मिले, तृप्त नहीं वहाँ हो सके।।१५।।

परम पूज्य माँ अपनी बहिन सुश्री निर्मल आनन्द एवं भाईयों के साथ

चाहित मिला तो सुख मिला, नव चाहना पुनि उठ आई।
इस कारण नहीं तृप्ति हुई, न ही सुख वहाँ टिक पाई।।१६।।

रुचि अरुचि को छोड़ करी, उचित अनुचित को देख ले।
कुछ पल मन को भूल करी, सत्यता जो है देख ले।।१७।।

चाह भिड़ाव ही दुःखदे है, भिड़े जीव से या रेखा से।
आनंद तभी हो पायेगा, गर भिड़ाव यह नहीं रहे।।१८।।

दूजे का सुख गर रुचि भये, खुशी अभंग हो जायेगी।
निरंतरता गर उसमें हो, आनंद अखण्ड हो जायेगी।।१९।।

ख़ुशी स्वभाव तब बन जाये, भोगे तृप्त न हो सके।
दूजे को नित ख़ुशी जो दे, नित्य तृप्त वही हो गये।।२०।।

ख़ुशी दिये जो ख़ुशी मिले, चित्त शुद्ध वह करती है।
निरंतरता उसमें आये, चैना मन में भरती है।।२१।।

गर अभ्यास यह हो जाये, तन मन से उठ ही जायेगा।
तन कारण या मन कारण, दुःखी यह हो नहीं पायेगा।।२२।।

स्थूल जो दो तो स्थूल मिले, मन जो दो तो मन टिके।
बुद्धि दो तो सत्य टिके, तीनों दो तो राम भये।।२३।।

पुनि समझ ख़ुशी जो दो, देने से ख़ुशी आती है।
गर केवल अपनी ख़ुशी चाहो, तो ख़ुशी बिछुड़ ही जाती है।।२४।।

गर ध्यान मान पे अपना रहा, मान मन का चाहे गया।
मनोमौज मेरी हो जाये, यह ही मन चाहे गया।।२५।।

मान की भी अब बात समझ, तुम मान पाना चाहते हो।
श्रेष्ठ गुण निज में नहीं, पर स्थापित होना चाहते हो।।२६।।

सहयोगी मन भी चाहिये, तब ही ख़ुशी वह टिक पाये।
गर सहयोगी मन मिले, स्वर्ग सामने आ जाये।।२७।।

स्वर्ग लोक तन को ही मिले, मन दिये कहें स्वर्ग मिले।
फिर बुद्धि का गर दान दे, ब्रह्म लोक में जा बैठे।।२८।।

बुद्धि दान कब दे सको, जब सत् प्रतिष्ठित हो जाओ।
निज मन भूलो तन भूलो, गर सत्य चरण में चढ़ जाओ।।२९।।

सत्य कहो और सत्य करो, सत्य में ही टिक जाओगे।
पर जान मना द्वौ दान बिना, यह नहीं कर पाओगे।।३०।।

मनो दान की बात नहीं, मनो रुचि ही बदले है।
अनुचित में रुचि जो आज, उचित में ही बदले है।।३१।।

अनुचित पाछे जो बुद्धि चले, उचित के पाछे अब जाये।
उचित से सत् में रुचि बढ़े, आनंद अखण्ड ही हो जाये।।३२।।

ख़ुशी आंतर में होगी, दुःखी हो नहीं पायेगा।
कुछ मिले या नहीं मिले, पर दुःख घर नहीं आयेगा।।३३।।

केवल सुखी मन जान लो, पूजा कर वह पायेगा।
दुःखी मंदिर जा करके, कहें क्या सीस झुकायेगा।।३४।।

सुखी जो है वह मंदिर जा, आसन जब लगाता है।
हृदय द्वार पे मन उसका, आसीन स्वतः हो जाता है।।३५।।

तब बहाव बहे आंतर से, वह हृदय फूट ही जायेगा।
बाह्य अभ्यास तो हो चुका, अब राम प्रेम बह जायेगा।।३६।।

बार बार उस साधक ने, बिन मन के मन को देखा है।
अपना मन वहाँ रहा नहीं, दूजे के मन को देखा है।।३७।।

निज मन को मौन करी, निज चाह बदल के देखा है।
दूजा मन है भ्रमित दुःखी, सुखी होई के देखा है।।३८।।

जब लौ चाहना विपरीत थी, तब लौ कुछ नहीं देख सका।
कोई रोया कोई ख़ुश हुआ, वह अपने गुण में भ्रमित रहा।।३९।।

अब मौन भया एकांत भया, देख शांत ही हो गया।
सत् में क्या वह टिक गया, आनंद आप ही हो गया।।४०।।

ख़ुशी मिले जो दूजे को, अपनी ख़ुशी वही हो जाये।
जो मन सामने आ जाये, वा की ख़ुशी में खो जाये।।४१।।

दूजे को देई देई करी, संग स्वतः मिट जायेगा।
ख़ुशी मिलेगी दूजे को, ख़ुद नित्यतृप्त हो जायेगा।।४२।।

वहाँ संग रह नहीं पायेगा, पर सब कुछ करता जायेगा।
स्वभाव तेरा ख़ुशी दे करी, योग स्थित हो जायेगा।।४३।।

वरद् आप हो जायेगा, दामन नहीं फैलायेगा।
मुझे यह मिले मुझे वह मिले, याद नहीं रह पायेगा।।४४।।

वैराग्य की बात कहते हैं, स्थूल त्याग की बात नहीं।
जब लौ यह न जान सके, सुख पाये कभी भी नहीं।।४५।।

वैरागी का आसन लगे, सत्त्व द्वार पे आ गया।
तनो द्वार पे जो आया, जो चाहा स्वतः पा गया।।४६।।

जग जो चाहा उसे मिला, वैरागी भगवान की ओर बढ़ा।
आनंद में जब आसीन हुआ, सत्त्व बहाव वहाँ फूट पड़ा।।४७।।

आंतर से तब बह निकले, वह तो सुनता जायेगा।
आपुनो अनुभव आप ही, वह शब्द राही सुन पायेगा।।४८।।

वह मौन अनुभव जो हुआ, विवेक बनी बह जायेगा।
वा हृदय वा मन राही, मानो राम सुझायेगा।।४९।।

गंगावत् प्रवाह बहे, जन्म जन्म मल धो देगा।
संग मोह और 'मैं' अहं, इनसों ही पावन कर देगा।।५०।।

तन पावन भये मंदिर भये, मन पावन भये भये देवता।
'मैं' भये पावन राम भये, बाक़ी केवल ब्रह्म रहा।।५१।।

२४.११.१९६६

जीवन की साधारण परिस्थितियों में ही समता का अभ्यास हो सकता है!

मात्रास्पर्शास्तु कौन्तेय शीतोष्णसुखदुःखदाः ।
आगमापायिनोऽनित्यास्तांस्तितिक्षस्व भारत ।।१४।।

श्रीमद्भगवद्गीता २/१४

अब भगवान समझाते हैं कि स्थूल जग के सम्पूर्ण गुणों का परिचय तन के राही होता है और कहते हैं :

शब्दार्थ :

१. हे कुन्तिपुत्र अर्जुन!
२. सर्दी, गर्मी और सुख-दुःख का सम्बन्ध स्पर्शमात्र ही है;
३. इस कारण वह आने जाने वाला और अनित्य है;
४. इस कारण हे भरतवंशी अर्जुन! उनको तू सहन कर।

तत्व विस्तार :

नन्हीं जान्! अब भगवान आगे समझाते हैं, 'हे अर्जुन! जब तन की अनित्यता को जान गये और आत्मा के अमरत्व का राज़ जान लिया तो यह भी जान ले कि संसार के सम्पूर्ण दुःख-सुख इस तन के राही ही अनुभव में आते हैं। इन विषयों की प्रतीति इन्द्रियों के कारण ही होती है।'

स्पर्शमात्र को प्रथम समझ ले :

क) **नेत्र** दृष्टि राही विषयों को स्पर्श करते हैं तब विषयों के दर्शन की अनुभूति होती है। यानि दर्शन राही विषयों की जानकारी होती है।

ख) **श्रोत्र** श्रवण राही शब्द का स्पर्श करते हैं तब शब्द की जानकारी होती है।

ग) **त्वक्** स्पर्श राही विषयों का अनुबोध करवाता है।

घ) **नासिका** गन्ध के स्पर्शन् से गन्ध की मात्रा की प्रतीति करवाती है।

ङ) **जिह्वा** भी विषय सम्पर्क से ही विषय का स्वाद बताती है।

अतः संसार की प्रतीति तन की इन्द्रियों राही ही होती है। तत्पश्चात् मन और बुद्धि हर स्पर्श के रस का उपभोग करते हैं और दुःखी-सुखी होते हैं। यह सब :

१. स्पर्श का ही खिलवाड़ है।
२. तनो इन्द्रियगण का खिलवाड़ है।
३. उसी तन का खिलवाड़ है, जो मृत्यु-धर्मा है, जो आना जाना है।

सो तू दुःखी-सुखी न हो। इन सब बातों को तू उदासीनवत् सहन कर।

बाह्य जो है, सो तो है ही, उससे भिड़ने से क्या होगा और जो है ही नहीं, उसको चाहने से क्या होगा? फिर जो भी रुचिकर या अरुचिकर बन जाता है, वह भी तो इन्द्रियों के कारण ही बनता है।

फिर नन्हीं, समझ! ऋतु ज्यों आनी जानी है, बदलती रहती है, त्यों सुख-दुःख भी आते जाते रहते हैं।

१. परिस्थिति बदलती रहती है।
२. कभी रुचिकर मिल जाता है और कभी अरुचिकर मिल जाता है।
३. कभी वही विषय भला लगता है और कभी वही विषय बुरा लगता है।
४. जो पल बीत गया वह तो बीत गया, वह पुनः लौट कर नहीं आयेगा।
५. इस पल जो सम्पर्क है, वह भी कभी तो बिछुड़ जायेगा।
६. जो आगे आ रहा है, वह भी तो व्यतीत हो जायेगा और पीछे रह जायेगा, वह अतीत हो जायेगा।

नन्ही साधिका! जब यह तन, जिसे अपना कहते हो, यह भी हर पल मृत्यु की ओर जा रहा है, तो जो सुख-दुःख तन राही तुझे मिल रहे हैं, यह कैसे स्थिर रह सकते हैं? इस कारण कहते हैं हर विपरीतता को मुसकुरा कर सह ले, दुःखी न हो और शोक-ग्रसित न हो।

ले, अब शीत तथा ऊष्ण को समझ ले!

शीत :

१. शीत का अर्थ 'हिमवत्' है।
२. हिम जलपूर्ण है, पर वह जल छोड़ता नहीं।
३. शीत प्राणों को भी हर लेता है।
४. मन, जब शीत हो जाता है तो प्रेम रहित हो जाता है।
५. शीत 'जड़' को भी कहते हैं जो औरों

के प्रति जड़वत् होता है।
६. शीत मन्दमति को भी कहते हैं।
७. शीत निरुत्साहित हो जाने के कारण को भी कहते हैं।
८. शीत मित्रहीनता को भी कहते हैं।
९. शीत मृत्यु को भी कहते हैं।

ऊष्ण का अर्थ अब समझ ले :
१. ऊष्ण गर्म को कहते हैं।
२. क्रोध को भी ऊष्ण कहते हैं।
३. ताप को भी ऊष्ण कहते हैं।
४. तीक्ष्ण को भी ऊष्ण कहते हैं।
५. नरक को भी ऊष्ण कहते हैं।
६. जिसकी तासीर गर्म हो, उसे भी ऊष्ण कहते हैं।

अब समझ! शीत-ऊष्ण से भगवान का अभिप्राय क्या है?
१. यदि शीत के समान स्नेहहीन लोग मिलें तो भी याद रख, यह स्पर्शमात्र ही है।
२. यदि ऊष्णतापूर्ण, क्रोध में जलते हुए और जला देने वाले लोग मिलें, तब भी नित्य अप्रभावित रहो।

यदि इन दोनों के मध्य में तुम अप्रभावित रहे तो शोक से रहित हो जाओगे। यदि कोई ऐसी परिस्थिति आ जाये जो आपको पसन्द न हो; रुचिकर का वियोग हो जाये, तब :
१. तुम्हें द्वन्द्व नहीं सतायेगा।
२. तुम्हारा मन मोह-ग्रसित नहीं हो जायेगा।
३. तुम्हारे मन में विक्षिप्तकर विकार नहीं उठेंगे।
४. तुम्हारे मन में उद्विग्नता नहीं उठेगी।
५. तुम्हें राग-द्वेष नहीं सतायेंगे।
६. फिर शुभ मिले या अशुभ मिले, तुम्हारा चित्त शान्त ही रहेगा।

दुःख तब ही होता है जब :
१. आपकी रुचि के विरुद्ध आपको कोई बात कह दे।
२. कोई ऐसी परिस्थिति आ जाये जो आपको पसन्द न हो।
३. रुचिकर का वियोग हो जाये।
४. अरुचिकर से मिलन हो जाये।
५. किसी कारण कोई कष्ट हो आपको।
६. कोई आपकी किसी न्यूनता को प्रकट कर दे।

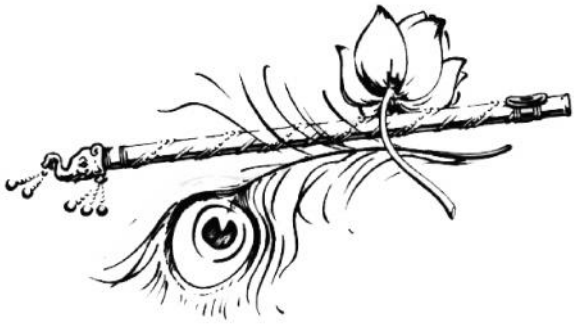
गर इस सबके विपरीत मिल जाये तो उसे सुख कहते हैं। सुखी, सुख देने वाले पर आश्रित है। दुःखी, दुःख देने वाले पर आश्रित है। भगवान कहते हैं :
क) यह सब स्पर्शमात्र ही हैं।
ख) यह सब तनो इन्द्रिय राही तन को ही मिलते हैं।
ग) तन तो स्वयं ही आना जाना है सो सुखी-दुःखी होने से क्या लाभ? जो मिट ही जाना है उससे प्रभावित होने से क्या लाभ?
१. अनुकूल अथवा विपरीत, जो भी मिले, उसे मुसकुरा कर सह ले।
२. तब तू दुःखी नहीं होगा।
३. तब तू शोकग्रसित नहीं होगा।
४. तब तू कर्तव्यपरायण हो ही जायेगा।

क्योंकि तब :
क) तनत्व भाव भी मिट जायेगा।
ख) तनत्व भाव मिट जाने से कर्तापन का अहंकार भी मिट जायेगा।
ग) मान्यता, बंधन भी टूट जायेंगे।
घ) मृत्यु का भय भी ख़त्म हो जायेगा।
ङ) तू धर्म-परायण हो ही जायेगा।
च) जीव से संग नहीं रहेगा, सत् से

संग हो जायेगा।

छ) जीव से संग नहीं होगा, भागवद् गुणों से संग हो जायेगा।

तत्पश्चात्, न्याय के लिये ही युद्ध करेगा, चाहे सामने जो भी हो! चाहे अपनी मृत्यु भी हो जाये, इसकी परवाह वह प्राणी नहीं करेगा।



यं हि न व्यथयन्त्येते पुरुषं पुरुषर्षभ।
समदुःखसुखं धीरं सोऽमृतत्वाय कल्पते।।१५।।

श्रीमद्भगवद्गीता २/१५

भगवान ने कहा कि सुख और दुःख दोनों को सहन कर। अब कहते हैं कि यह मैंने इसलिये कहा क्योंकि :

शब्दार्थ :

१. **हे पुरुषों में श्रेष्ठ अर्जुन!**
२. **सुख-दुःख को समान समझने वाले,**
३. **जिस धीर पुरुष को,**
४. **यह इन्द्रियों के विषय,**
५. **व्याकुल नहीं कर सकते,**
६. **वह अमरत्व पाने के योग्य होता है।**

तत्व विस्तार :

देख मेरी जाने जान्! ज़रा ध्यान से सुन! भगवान कहते हैं :

१. जो जीव दुःख-सुख में सम रहता है;
२. जो जीव दुःख-सुख को सम मानता है;
३. जो दुःख-सुख से कभी भी विचलित नहीं होता है;
४. जो दुःख-सुख के प्रति उदासीन होता है, उसे समता प्राप्त है।

ध्यान से देख! जो जीव इस समता को पाया हुआ होगा, वह :

१. विषयों से नित्य अप्रभावित होगा।
२. मान-अपमान, हानि-लाभ से नित्य ही अप्रभावित रहेगा।
३. किसी भी परिस्थिति में उसका मन विचलित नहीं होगा।
४. वह निवृत्ति या प्रवृत्ति, दोनों की ओर निरपेक्ष तथा उदासीन रहेगा।
५. उसे प्रिय मिले या अप्रिय मिले, वह दोनों के प्रति उदासीन होगा।
६. वह हर परिस्थिति के प्रति समदृष्टि और समभाव रखने वाला होगा।
७. वह तो नित्य निरासक्त होगा।
८. वह तो नित्य तृप्त भी होगा।

९. जो दुःख-सुख में सम होगा, वह तो उद्विग्नता रहित मन वाला होगा।

१०. उसे द्वन्द्व क्या सतायेगा?

ऐसे जीव का जीवन अपने लिये तो होगा ही नहीं क्योंकि :

क) वह अपने लिये कुछ नहीं करेगा।

ख) वह अपने मान को बचाने के लिये कुछ प्रयत्न नहीं करेगा।

ग) वह अपने अपमान से बचने के लिये कुछ नहीं करेगा।

घ) वह किसी सुख को पाने के लिये कुछ करेगा ही नहीं। दुःख से निवृत्ति पाने के लिये कुछ करेगा ही नहीं।

नन्हीं! इस स्थिति को पाने की विधि तथा इस के होने का प्रमाण भी तू जान ले!

जीवन की साधारण परिस्थितियों में ही समता का अभ्यास हो सकता है और जीवन की साधारण परिस्थितियों में ही इसका प्रमाण मिल सकता है।

१. सारे ज़माने के आक्षेप सह लेने आसान होते हैं, अपने ही घरवालों से अपमान करवा कर मौन रहना महा कठिन है।

२. ज़माने भर का मान, अपने किसी छोटे से कर्तव्य के लिये गँवा देना महा कठिन है।

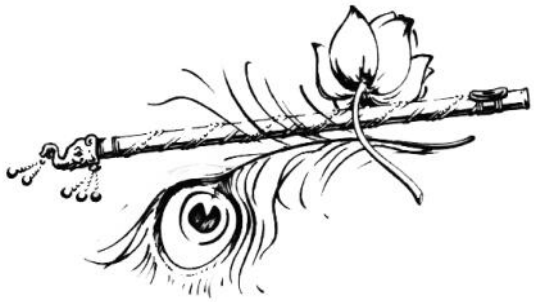
३. जग की सेवा करना आसान है जो अपने घर में नित्य ठुकरायें और अपमान करें, उनके प्रति कर्तव्य निभाना कठिन है।

४. जो आपके अनुकूल है, उनको प्यार करना आसान है। जो आपके ही दुश्मन हैं, उनसे प्रेम करना कठिन है।

५. अनुकूलता में समचित्त रहना आसान है, प्रतिकूलता में समचित्त रहना बहुत कठिन है।

६. रुचिकर काम करने में प्रवृत्ति तथा अरुचिकर का त्याग कर देने को निवृत्ति समझना आसान है। रुचि-अरुचि भूल कर, प्रवृत्ति या निवृत्ति, दोनों में समचित्त रहना कठिन है।

सो, इनका अभ्यास भी सहज जीवन में ही करना चाहिये; वरना पूर्ण ज्ञान केवल शब्द-ज्ञान ही रह जायेगा। दुःख-सुख में सम रहने वाले लोग साधारण जीवन में नित्य आनन्द में रहते हैं। वैसे भी, दैवी गुणों का अभ्यास तो विपरीत परिस्थितियों में ही हो सकता है। गुणातीतता का अभ्यास भी गुणों वाले व्यक्तियों में रह कर ही तो हो सकता है। जो दुःख-सुख, यानि, रुचिकर-अरुचिकर में सम रहते हैं, वह अमरत्व के योग्य हैं, क्योंकि वह तनत्व-भाव से परे होते हैं। ❖



..इक पल मिले अरे फिर बिछुड़े,
क्षणिक सुख यह लक्ष्य नहीं!

एह्येहीति तमाहुतयः सुवर्चसः सूर्यस्य रश्मिभिर्यजमानं वहन्ति।
प्रियां वाचमभिवदन्त्योऽर्चयन्त्य एष वः पुण्य सुकृतो ब्रह्मलोकः।।६।।

- मुण्डकोपनिषद्, प्रथम मुण्डक - द्वितीय खण्ड, ६ श्लोक

शब्दार्थः

वे देदीप्यमान आहुतियाँ, 'आओ, आओ! यह तुम्हारे शुभ कर्मों से प्राप्त पवित्र ब्रह्मलोक (स्वर्ग) है!' इस प्रकार की प्रिय वाणी बार-बार कहती हुई और उसका आदर-सत्कार करती हुई; उस यजमान को सूर्य की रश्मियों द्वारा ले जाती हैं।

तत्व विस्तारः

दिदायमान आहुति ज्ञान, होता को लो देख कहें।
आवो आवो आ जावो रे, बार बार यही देख कहें।।१।।

प्रचण्ड ज्वाला निमन्त्रण दे, वाँछित फल पा जावो रे।
दिदायमान आहुति कहें, ब्रह्मलोक आ जावो रे।।२।।

शुभ कर्म शुभ काज करी, पुण्यलोक पा जावो रे।
साधक को यह ललचायें, अब तो आ ही जावो रे।।३।।

वेद पढ़े बहु मन्त्र पढ़े, जाना जग वह पा सके।
पूर्ण जग में निज चाहना, को ही वह दरसा सके।।४।।

प्रियभाषिणी आहुति, मन चाहुक ही बात कहे।
वाँछित फल बग़िया में खिले, विधि की यहाँ बात कहे।।५।।

मधुर भाषी सुवाणी में, कहे आवो तुम आवो रे।
अतृप्त चाहना तेरी जो, तृप्त उसे कर जावो रे।।६।।

आदर सहित वह होता करे, स्वर्ग तलक पहुँचा ही दे।
पुकार पुकार के देख़ कहें, चाह अग्न में आहुति दे।।७।।

मनो इच्छित रे कर्मफल, वहाँ पे साधक पा ही ले।
बार बार वह यही कहें, साधक मन डुला ही ले।।८।।

सांकेतिक पुकार है यह, मनो चाह दर्शाये है।
जैसी तेरी भावना, देख़ सामने आये है।।९।।

चाहना पूर्ति राहें यह, देख़ ज्वाल बताये है।
इसको देख़ के जीवों का, मन विचलित हो जाये है।।१०।।

सर्व विधि जग पाने की, वेदन् ने दर्शा रे दी।
वाँछित ही फल पाने की, राहें देख़ बता रे दी।।११।।

विधि कहें मन्त्र कहें, विधिवत् यज्ञ की रीत कहें।
पा ले साधक पा ले तू, जिससे तुझको प्रीत कहें।।१२।।

वेद मन्त्र रे जान करी, पूर्ति मन्त्र रे जान करी।
सहस्त्रन् में नहीं इक उठे, चाह यंत्र यह जान करी।।१३।।

मन जाने मना चाहक को, मनोराह से पावोगे।
कुछ आहुति दे करी, जो है चाह वह पावोगे।।१४।।

प्रकृति पे समझे राज्य हुआ, माया दासी बन जाये।
मूर्ख़ यह रे भूल गया, चाह का दास रे बन जाये।।१५।।

आहुति ज्वाला में ही वह, ध्यान लगा कर खो जाये।
आन्तर लोक में आ करके, जग ध्यान मग्न वह हो जाये।।१६।।

सूर्य आकर्षित मानो करे, सुख पूर्ण जग दे रे दे।
नव तन जिस पल वह पाये, अनुकूल स्थिति वह दे रे दे।।१७।।

सूर्य आकर्षण सों मानो, प्रयाण काल की कहते हैं।
वृतियन् को वह खेंच करी, सुख से रंगी रहते हैं।।१८।।

यज्ञ हो शुभ कर्मन् का, फल रूप बस स्वर्ग मिले।
बड़भागी निज को माने, भूले क्षणिक ही स्वर्ग मिले।।१९।।

चाहना पूर्ति चाहे वह, पूर्ण वह हो ना पाये।
वाँछित फल वह पा ले, नव चाहना रे उठ आये।।२०।।

विषय चाह के कारण ही, अनेक मन्त्र थे देख कहे।
आहुति ने ललकारा था, संग में मन्त्र भी देख कहे।।२१।।

विषय पाये फिर भोग करे, फिर वह ही बिछुड़ जाये।
तप वेग जब क्षीण भये, भूलोक पे लौट आये।।२२।।

शुभ अशुभ रे कर्मन् का, वेग प्रादुर्य जन्म रे है।
वेग न्यून रे जिस पल हो, जग कहे मरण यह है।।२३।।

प्रदुर हुआ इक तन प्रकटा, चाह चढ़ी उस भोग किया।
कर्म प्रभाव के कारण ही, रेखा चढ़ी संयोग किया।।२४।।

भूला तन यह जायेगा, भोग भोग यह नहीं रहे।
भोग में देख रे क्या हुआ, स्मृति सों भी लुट गये।।२५।।

तद्रूप तन के हुये, तन को ले अपना लिया।
परिस्थिति उस तन की जो, संग सों मान बढ़ा दिया।।२६।।

अज्ञानावृत बुद्धि भई, क्षण भंगुरता भूल गया।
विषय उपलब्धि तो हुई, मरण निश्चित है भूल गया।।२७।।

तत्व सार ना समझ सका, पाकर फिर रे क्या पाया।
तनोक्षेत्र में रह करके, स्वर्ग पाया तो क्या पाया।।२८।।

कह लो मनोलोक में वह, मनो राज तो करता है।
जो चाहे इन मन्त्रन् के, तेज से उभरता है।।२९।।

बाह्य लोक गर ध्या भी लिया, बाह्य जग गर पा भी लिया।
विराट रूप अरे महा भूत, तप लोक यह पा भी लिया।।३०।।

आहुति ने लालायित कर, मन को पास बुला ही लिया।
निश्चित कर्मफल रूप, में नव जग जो पा भी लिया।।३१।।

भूल गया रे जब पाया, निश्चित पाता जायेगा।
रेखा ने जो है कहा, वह ही सामने आयेगा।।३२।।

एक कर्म रे इस जग का, उसके बस की बात नहीं।
एक राह भी बदल सके, यह तो उसके हाथ नहीं।।३३।।

तम ही है यह जग सारा, जड़ चेतन तम रूप है।
रेखा वेग से यह बंधे, पूर्व कर्म का रूप है।।३४।।

या कह लूँ पूर्व कर्म, का ही यह फल रूप है।
बीज जो है वह रचता, उसके ही अनुरूप है।।३५।।

रश्मि द्वारा यजमान, नव तन रे पा गया।
जैसी थी वा भावना, वैसा सामने आ गया।।३६।।

पर मन मेरे सोच ज़रा, तेरा लक्ष्य तो यह नहीं।
इक पल मिले अरे फिर बिछुड़े, क्षणिक सुख यह लक्ष्य नहीं।।३७।।

चाहना जो रे पुकारे है, पूर्ति राह पुकारे है।
कहे वाँछित पा रे ले, बार बार पुकारे है।।३८।।

या सोच ज़रा गर पा भी लिया, पा पा कर यह क्या होगा।
आपेक्षिक सुख यह मिट जाये, गँवाया जब तब क्या होगा।।३९।।

बाह्य लोक अन्नमय, इन्द्रिय रूप सम्पर्क जाने।
नेत्रन् से उत्पत्ति करी, कह लो रे तब तन जाने।।४०।।

स्पर्शमात्र यह सुख दुःख है, तन के ही यह रोग हैं।
वृक्ष फल भोगे चाहे, मन के ही यह रोग हैं।।४१।।

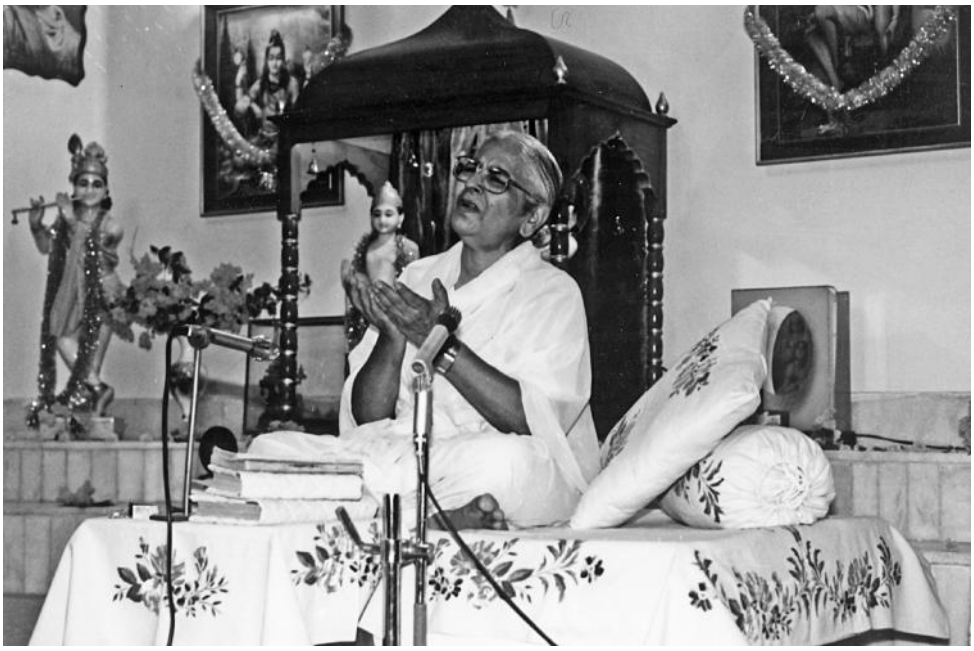
पा भी लिया तो क्या पाया, परम सत्त्व तो बहु परे।
अज्ञान रूप यह जग सारा, राम तत्व तो बहु परे।।४२।।

राम मिलन की चाह मेरी, राम राम को पाना है।
यह राहें मुझे नहीं कहो, तव चरण ही मम ठिकाना है।।४३।।

२८-८-६१

आप प्रभु माँ के क़दमों की व्याख्या कितनी अनूठी व विलक्षण है!

श्रीमती पम्मी महता



कैसे कैसे आप श्री हरि माँ प्रभु जी,

हमें मनाते हुये, रिझाते हुये..

कहाँ से कहाँ तलक ले आये..

अद्‌भुत! अतीव अद्‌भुत! आप प्रभु माँ के क़दमों की व्याख्या कितनी अनूठी व विलक्षण है! जितना ही इस सत्यता में उतरती हूँ.. आप की मनोहर छवि और भी खेंचती चली जाती है इस हृदय को!

क्यों, आखिर क्यों? मन जब अमन हो कर आपके श्री चरणन् में आपकी कृपा से आ जाता है, तो अल्लाह क़सम हर पल आप ही के दीदार होते हैं! आप अरूप ने कितने रूप धरे मुझे मनाने को.. मुझे रिझाने को.. मुझमें मेरा कुछ न रहे.. यहाँ तलक लाने के लिये आपकी अथक मेहनत, आपकी लग्न व मुझे मुझी से निकालने का सतत प्रयास क़ाबिलेतारीफ़ है। आफ़रीन जाती हूँ आपके! उस धरती को भी सलाम देती हूँ व माथा टेकती हूँ, जहाँ **आपके क़दम पड़ते ही वह धरा धन्य धन्य हो गई और तीर्थ बन गई!**

जब तलक उस व्यूह चक्र से, जिसे आप ही मैंने आंतर में बुन रखा था और जिसका एहसास तक न था, कि जो जीवन मैं जी रही हूँ वह वास्तव में जीवन नहीं.. कितना आश्चर्य हुआ, जब यह पता चला कि हम तन, मन, बुद्धि नहीं आत्मा हैं! ..बहुत दफ़ा हैरतज़दा भी हो जाती, साथ ही साथ आप माँ प्रभु जी की इस revealing knowledge के आफ़रीन भी हो जाती!

एक तरफ अंधेरे की रुसवाई और दूसरी तरफ केवल ज्योत्सना ही ज्योत्सना.. ज़ाहिर है रौशनाई की तरफ खिंचे चले जाना.. आप माँ के दिव्य व्यक्तित्व की एक झाँकी थी, जिसका आकर्षण इस क़दर अनूठा था कि मन आपकी ओर खिंचता चला गया। जिन आंतर की चित्त ग्रंथियों में उलझा मन अपनी ही सत्यता से अनभिज्ञ था, उसे आप माँ क़दम क़दम पर अवगत कराते जाते।

यह भी एक अजूबा ही था मेरे लिये कि देखने के बाद अपनी सत्यता.. मन उस में लौटना ही नहीं चाहता था। या कहूँ फिर माँ आपने इसे कभी उधर लौटने ही नहीं दिया.. आप माँ का आभार मानती हूँ जिन्होंने 'मैं' की तरफ जाने के मेरे लिये द्वार ही बंद कर दिये। सच्चाई इतनी crystel clear थी कि वहाँ कुछ भी ऐसा नहीं था जिसे मन नकार दे.. उसकी तो कशिश ही इतनी थी.. आप श्री हरि माँ प्रभु जी की साक्षात् मूर्त आंतर मन में इस क़दर बस गई थी कि इधर उधर देखना मन गवारा ही नहीं करता था।

यह वह अनमोल देन थी आपकी, जिसे मात्र आंतर में ही संजोया जा सकता था। यहाँ आपके और मेरे बीच आपकी मुहब्बत की ऐसी दिव्य कड़ी थी.. यह कोई विषय नहीं था जिसे सबके सामने बताया जाये! इस बन्धन में एक ख़ामोशी थी.. एक अटूट बन्धन था आपका, जिसका पल पल एहसास तो होता था.. मगर शब्द नहीं थे जो इस एहसास को ब्यां कर सकें! ..करना भी नहीं चाहती थी, इतनी अनमोल देन को आंतर में संजो कर रखना चाहती थी। ऐसे विरले जीवन का साथ दिया आपने स्वयं, जिसके आगे हर शै फीकी लगती!!

आपने इस नसीबन का मन एक बार भी डोलने नहीं दिया। कैसे स्थिर कर लिया इस चित्त को अपने में.. दिन-रैन जिसके आपने अपने नाम कर लिये.. वहाँ अपना नाम तो तभी negate हो गया था। इसका यह अर्थ नहीं था कि वहाँ 'मैं' नहीं रही थी.. 'मैं' पे आपका पहरा ज़रूर था जो इसे सर नहीं उठाने देता था। सच तो यह था मेरे जीवन का, 'काली' को आपने अपने चरणों तले रख कर करमों वाली बना दिया था। इस काली स्लेट को कोरे कागज़ की तरह साफ़ करके आपने अपना नाम लिख दिया था! धन्य धन्य हो गई थी उस पल यह 'काली'!!

सच में माँ, आपकी असीम अनुकम्पा का ही यह दिव्य प्रसाद था मुझे.. मेरा हृदय दामन आप भरते ही चले जा रहे थे। जितना जितना भरते थे उसे और विशाल कर लेते थे, जो कुछ भी इधर उधर न बिखर कर मेरे आंतर में ही सिमटा रहे! कैसे भूल सकती हूँ आपके जीवन के इस विलक्षण प्रसाद को जो निरन्तर पाये ही चली आ रही हूँ!

सच कहा है कि आप प्रयास से नहीं, प्रसाद आपके से पाये जाते हैं। आपका प्रसाद क्या है.? यही न कि आप अपना 'जीवन-प्रसाद' देकर नवाज़ते हैं.. आपका हर क़दम हृदयस्थली पर उतार कर, आपने इसे प्रसाद दिया है। इन्हीं अद्वितीय क़दमों का सदक़ा है, जो इस हृदयस्थली पर आपने प्रथम क़दम धरा.. तो फिर आपकी रहगुज़र इसी मनोधरा से निकल पड़ी। कभी भी, कहीं भी, थमी नहीं.. कितनी सीधी और सपाट रहगुज़र है। निश्चल और निष्कपट सेवा.. दिव्य व विलक्षण रहगुज़र पर धरे आपके क़दमों ने इसे ऊपर से नीचे तलक पावन ही पावन कर दिया।

इस धरा को भी प्रणाम देती हूँ बारम्बार, जिसे स्वयं चुन कर अपनी प्रकट लीला का दर्शन देना क्या शुरु किया आपने कि आज तक रुका नहीं! आपकी प्रकट लीला का उत्सव मनाने के इस अवसर का जितना धन्यवाद करूँ आपका, हे श्री हरि माँ, उतना ही कम है! हर पल धन्य धन्य हुई रहती हूँ और दुआ करती रहती हूँ, 'यारब, जब तलक आप के प्रति पूर्णतया अर्पित व समर्पित न हो जाऊँ इसे इन क़दमों में ही अपने बिठाये रखियेगा!'

हे ईश, मुझमें इतनी ही चेतना रहने दीजिये जो सदा आप ही आपको अनुभव कर पाऊँ आंतर बाहर! आप माँ प्रभु जी, जो मेरे अपने आप हैं.. आप ही से मिल मिल कर आप ही में जा विलीन हो पाने का आपसे आशीर्वाद पाये रहूँ! हे हृदयेश्वर, आप ही सर्व-सामर्थ्य हैं! आप ही अपनी कनीज़ को पूर्णतया अर्पित व समर्पित कर लीजियेगा, यही आपसे मेरी अनुनय-विनय है!

जिस अपने जीवन-ज्ञान से आप नवाज़ते हैं वह अतीव दुर्लभ है। हे ईश, मैं जानती हूँ.. आप स्वयं ही अपनी मुकम्मलता तक इसे ले जाते हैं, जहाँ आप ही की आराधना के इसकी साधना में सुमन खिल जाते हैं और आप ही फिर इस साधना को अपने क़दमों पर समर्पित कर लेते हैं! धन्य हैं आप माँ व धन्य हैं आपकी अपरम्पार महिमा!!

आपकी करुण-कृपा से ही जान पाई कि कहाँ भूल हो जाती है! यह हमारे संग की ही.. तनोसंग, मनोसंग व बुद्धि संग तथा अहम् की कहानी हमें हमारे स्वरूप से किस क़दर वंचित कर लेती है! आइये, असीस दीजिये, जो आप ही आपको पूर्णतया ग्रहण करी आप ही के प्रति समर्पित हो जाऊँ!

जब तलक आप अपने चले क़दमों को वापिस इस हृदय में नहीं लौटायेंगे, आपकी यह नमानी अनुभवी कैसे होगी.? कैसे चल पायेगी जहाँ आप ही आप चला कर लाये हैं इसे जीवन राही? जब तलक आप प्रभु माँ से पल पल मिलन नहीं होगा तो मिलन सम्भव कैसे होगा माँ, आप ही बताइये!!

अपने में समर्पित करते हुये इसे भी आप ही ने भस्मसात् करना है। तो फिर मेरे सर्वस्व माँ प्रभु जी, इसे अपने में विराम देने के लिये आइये, इस हृदय से प्रवाहित होकर ही इसे भी उसी अपने बहाव में प्रवाहित कर लीजिये! आमीन! हरि ओऽम् ❖

मैं ज़िन्दगी का साथ निभाता चला गया..

प्रस्तुति आभा भंडारी

करुणापूर्ण, दयालु, सभी को गरम-जोशी से अपने दिल से लगा कर रखने वाले हमारे अतीव प्रिय इन्द्रजीत आनन्द, जिन्हें सभी प्यार से अंकल जी कहा करते थे, ३०-६-२०१८ को अपने दिव्य निवास स्थान पर जा पहुँचे। आँखों में सदैव एक चमक.. बेहद उत्साहपूर्ण और सकारात्मक दृष्टिकोण लिए, सभी के लिए आशीर्वाद के साथ वह सबके प्रिय बन गये थे।

वह और उनकी स्वर्गीय पत्नी श्रीमती तोषी आनन्द ने अर्पणा में अपने जीवन के अंतिम वर्ष बिताये.. यहाँ की जरूरतों को समझते हुए, अर्पणा के कामों के लिए उन्होंने आवश्यकता अनुसार धन एकत्रित किया। हम सभी इन दोनों के प्रति बहुत आभारी हैं जिन्होंने अपने क्षीण होते हुए स्वास्थ्य एवं शारीरिक क्षमताएं कम होने के बावजूद भी अपने प्रयास जारी रखे।

अब जबकि वह भगवान जी के चरणों में विलीन हो गये हैं, हम अपने जीवन में उनकी उपस्थिति और उनके सभी सेवापूर्ण कार्यों के लिए उनको कृतज्ञता के सुमन अर्पित करते हैं।

श्री इन्द्रजीत आनन्द परिवार के चौथे सहोदर एवं परम पूज्य माँ के छोटे भाई थे। एक सफल व्यक्ति, आविष्कारिक मानसिकता के धनी! किसी भी काम को नये ढंग से सोचने एवं करने में उन्हें बहुत ख़ुशी मिलती थी। अपने जीवन के अंतिम वर्षों में कभी कभी वह भावपूर्ण हो कर मुझ से कहा करते.. 'मुझे माँ के पास आने में इतना लम्बा समय क्यों लग गया?' परम पूज्य माँ उनकी बड़ी बहिन थे और अंकल जी के बाद के वर्षों में उनके आध्यात्मिक सलाहकार एवं गुरु भी!

तब मैंने उन्हें माँ के शब्द याद दिलाए, "परिवार के लोगों को अपने ही बंधू की आध्यात्मिक उन्नति को स्वीकारने में सबसे लम्बा समय लगता है.." कुछेक लोग ही इतनी तीक्ष्ण बुद्धि रखते हैं जैसे परम पूज्य माँ के पिता जी, श्री सी एल आनन्द, जिन्होंने अपनी

आध्यात्मिक उन्नति की ओर चलते हुए नम्र भाव से अपनी ही बेटी को "माँ" कहा! वह माँ की आध्यात्मिक अवस्था को पहचान गये थे और उनका अत्यधिक सम्मान करते थे!

श्री इन्द्रजीत आनन्द की पोती राधिका ने दिल्ली में उनके लिए आयोजित प्रार्थना सभा में अपनी श्रद्धांजलि देते हुए उनके व्यक्तित्व के कई पहलुओं का वर्णन किया। उनमें से कुछ यहाँ प्रस्तुत कर रहे हैं -

राधिका ने कहा :

"मैंने सोचा था कि मैं यह सब कागज़ पर लिखे बिना ही कह पाऊँगी। क्योंकि यह भाषण नहीं.. यह डैडी हैं! (अपने दादा जी को वह डैडी कह कर पुकारती थी।)

असल में, उनके साथ बात ही कुछ ऐसी थी.. वह जादू जानते थे! वह हमेशा जादू की छड़ी तो नहीं लेकर चलते थे लेकिन मुझे पूरा विश्वास था कि वह कुछ भी कर सकते थे.. कुछ भी! क्योंकि उनके पास बेहद परेशान करने वाले सवालों के जवाब भी थे।

..जिन्हें मैं उनसे अकसर पूछा करती थी, जब मैं चार या पाँच साल की थी.. जैसे नल में पानी कहाँ से आता है.?!! तारों में बिजली कहाँ से आती है.?? लोग कैमरे में कैसे फंस जाते हैं और तस्वीरों में कैसे बाहर आ जाते हैं.?!! आवाज़ें टैलीफ़ोन में किसी अन्य शहर से कैसे आ जाती हैं.??

'एक जिन्न है!' उन्होंने मुझे बताया। नल और टैलीफ़ोन और कैमरे के अन्दर जो बैठता है और जिसे भी उसे 'पार्सल' देना होता है, वह घूम घूम कर उसे वितरित करता है। उनके जवाब मेरे सवालों से भी ज़्यादा परेशान करने वाले होते थे। क्योंकि उन्होंने मुझे विश्वास दिलाया हुआ था.. कि यह दुनिया जादू के खेल का एक विशाल मैदान था..!

यहाँ तक कि जीव जन्तु भी उनके चारों ओर घूमते थे। उनके बाग़ में सबसे उत्तम पक्षी आया करते थे, जब वह बाहर बैठ कर अख़बार पढ़ा करते थे। उनके घर में सबसे ख़ूबसूरत कुत्ते हुआ करते थे.. देखने में अति विशिष्ट, और तो और वे मनुष्यों की तरह

व्यवहार भी किया करते थे। निश्चित रूप से वह उन्हें समझते थे.. लेकिन यह एक चमत्कार से कम न था.. डैडी उन्हें कैसे समझ पाते थे? ऐसा लगता था कि जैसे वे इनसे बातें करते हों..

वसंत विहार में एक दिन डैडी अपनी सुबह की सैर के लिए गये और अपने साथ एक कुत्ता ले आये। काले घने बालों वाला सुन्दर कुत्ता.. उन्होंने मुझे बताया कि जैसे यह कुत्ता मुझ से कह रहा हो कि मुझे अपने घर ले जाओ.. यह बात मैं मान सकती हूँ! डैडी ने उसे घर दिया जो उनके जैसा ही स्वागतपूर्ण था और स्नेहपूर्वक एक नाम भी दिया.. 'सभीका' सभी का! ऐसे थे डैडी!

अच्छाई उनका आकर्षण था। केवल इस लिए नहीं कि वह करुणापूर्ण थे; यह तो एक छोटा शब्द है.. 'जादूगर', शायद यह ठीक है!

..और फिर जब मैं बड़ी हुई तो 'उनके पास महाशक्तियाँ हैं', यह संदेह विश्वास में बदल गया! वह लाहौर से केवलमात्र ४७/- रुपये अपनी जेब में लेकर निकले थे और उन्होंने अपना सम्पूर्ण जीवन एवं अपने परिवार का जीवन वहाँ से शुरु किया। शुरुआत में लाइटर्ज़ की मरम्मत करके, स्मारकों के मॉडल बना कर प्रदर्शनियां लगाना और फिर भव्य 'स्टुडियो इंडिया' का निर्माण किया। मेरे डैडी सचमुच कुछ भी कर सकते थे.. शून्य से कुछ भी बना सकते थे।

जैसे एक समय उन्होंने मेरा एक बचकाना सा चित्रण देखा, शायद उस समय मैं ७ वर्ष की थी। जिसके लिए मुझे अपने शिक्षक से काफी डांट भी पड़ी थी क्योंकि वह असमान और काफ़ी बेकार सा था। डैडी ने उसे देखा और फिर अचानक फैसला किया कि इसे कार्ड के रूप में मुद्रित करके राजीव गाँधी (तत्कालीन प्रधानमंत्री) को भेजने के लिए यह काफी सुन्दर था.. एक सात वर्षीय बच्चे की ओर से पूरे देश को शान्ति और सद्भावना का सन्देश.. और उन्होंने वह किया भी।

उन्होंने एक ख़राब प्रर्दशन को एक ट्रॉफी के रूप में पेश कर दिया और इस प्रकार असफलता का भी उत्सव मनाया गया.. क्योंकि आप तभी विफल हो सकते हैं जब आपके पास सफल होने की क्षमता हो! उनके पसंदीदा वाक्यों में से एक था, 'गिरते हैं शाहसवार मैदानेजंग में, वो क्या गिरेगा जो घुटनों के बल चले?'

इसका मतलब मुझे तभी समझ आया जब मैं १७ वर्ष की हुई। जब मेरे पिता का निधन हुआ। हम सभी को भी.. मेरी मम्मा, मेरा भाई और मैं! और डैडी की महाशक्तियाँ जैसे रातोंरात कई गुणा बढ़ गई हों; उन्होंने अपना एकमात्र बेटा खो दिया था.. केवल ४३ साल का। क्योंकि अब उन्हें दादा से ज़्यादा पिता जो बनना था। धीरे धीरे हालात सम्भलने लगे थे.. क्योंकि हमारे जादूगर तो हमारे साथ थे।

अब सब बेहतर से बेहतर हो रहा था क्योंकि अपने जीवन के महत्वपूर्ण निर्णयों के लिए डैडी के रूप में मुझे एक मित्र मिल गया था.. अब भी मेरी सारी मुश्किलों के लिए एक जादूगर जो था।

शायद इसीलिए ही अपने जीवनकाल में वह कई जादूगरों से मिले थे। बहुत ही सारे! ये अद्‌भुत, सदा मुसकुराते हुए.. जो अपने दैनिक कार्यों को करते हुए भी दूसरे व्यक्तियों की मदद करते.. उनका सब कुछ ख़त्म होने पर भी उन्हें आशावान बनाये रखते.. वह है अर्पणा परिवार! सोचा जाये तो केवल उनके पंख नहीं हैं परन्तु वह निःसंदेह सभी फरिश्ते हैं! जिनके साथ रह कर जादूगर अब अधिक सुरक्षित महसूस करते थे।

डैडी की सभी यादों का शायद यह सबसे सुन्दर भाव था। मैंने उन्हें हमेशा ख़ुश देखा.. हमेशा!

जब वह बीमार होते थे तब भी वह ख़ुश रहते..
जब वह स्वस्थ होते थे तब भी वह ख़ुश रहते..

जब वह आत्मविश्लेषण करते थे तब भी वह ख़ुश रहते..

जब वह उत्सव मनाते थे तब भी वह ख़ुश रहते..

जब मेरे पति अमित, परिवार में आये, तो वह बहुत ख़ुश हुए। जब निहारिका परिवार में आई तो उनकी ख़ुशी का कोई ठिकाना न रहा। जब भी मम्मा उनको मिलने आते वह ख़ुशी से झूम उठते। वह हमेशा कहा करते, मम्मा तो उनकी बेटी है न कि उनकी बहू। और मुझे नहीं लगता कि यह कहने का और कोई इससे अच्छा तरीक़ा हो सकता था। वह संतुष्ट थे! वह पूर्णतया संतुष्ट थे.. जब तक हम सभी संतुष्ट थे!

अपने जीवन के अंतिम पलों में वह बहुत कुछ भूलने लग गये थे। परन्तु एक चीज़ उन्हें हमेशा याद रहती, "मेरे बच्चे सब ख़ुश हैं, बाक़ी रब्ब राखा!

डैडी, आपने मुझे ऐसा सुनहरा चश्मा दिया है जिसके साथ मैं हमेशा संसार को देखती रहूँगी। आपने मुझे स्वयं पर हँस पाने और मुश्किल परिस्थितियों में भी हँसने का तरीक़ा दिया। आपने मुझे शब्द दिये, आपने मुझे कहानियाँ दीं! आपने मुझे विश्वास दिया.. लेकिन सबसे महत्वपूर्ण बात है कि आपने मुझे चमत्कार दिये!

सभी के लिए धन्यवाद डैडी! जादू के लिए धन्यवाद! सब आपके जीवन को मनाने के लिए आज यहाँ आये। जीवन कैसे जीया जाता है यह आपने सिखाया हमेशा! और यह जानते हुए कि आप हमारे आसपास हैं। डैडी हम केवल आपको प्यार ही नहीं करते हम तो अपने जीवन में आपको जीते हैं!" ❖

परम पूज्य माँ

अर्पणा
समाचार पत्र

अर्पणा ट्रस्ट, मधुबन,
करनाल, हरियाणा
२६ अगस्त २०१८

अर्पणा आश्रम से समाचार

सखूबाई - महाराष्ट्र की एक संत

२६ अगस्त को अर्पणा के संस्थापक एवं मार्गदर्शक परम पूज्य माँ की जयंती मनाई गई। अन्य कार्यक्रमों के साथ साथ श्रद्धांजलि रूप में एक भक्तिपूर्ण नृत्य नाटिका संत सखूबाई का मंचन भी किया गया।

सखूबाई महाराष्ट्र की एक साधारण गृहिणी है जो अपने ससुराल वालों द्वारा दी गई यातनाओं के बावजूद भी भगवान पांडूरंग की भक्ति में लीन रहीं। इस प्रभावशाली नाटक से यही संदेश मिलता है कि परिस्थितियाँ कैसी भी हों, भगवान के प्रति भक्ति ही हमारे बल और प्रेरणा का स्रोत है।

उर्वशी एकादमी समारोह

२६ जून को करनाल के कर्णेश्वर मन्दिर में उर्वशी ललित कला एकादमी के ग्रीष्मकालीन शिविर का समापन्न समारोह मनाया गया। एकादमी युवा पीढ़ी में शास्त्रीय भारतीय संगीत, नृत्य और नाट्यकला के साथ साथ करुणा, प्रेम और एकता जैसे मूल्यों को बढ़ावा देने के लिए प्रयासरत है। डॉ. कृष्ण आरोड़ा के प्रति विशेष आभार।

इन्द्रजीत आनन्द (३.९.१९२८-३०.६.२०१८)

श्री इन्द्रजीत आनन्द एवं श्रीमती संतोष आनन्द, अर्पणा के वसंत विहार केन्द्र एवं अर्पणा के डिफेन्स कॉलोनी के केन्द्र में प्रेमपूर्वक स्वागत करने वाले मेज़बान थे। संतोष आंटी के देहान्त के उपरांत, इन्द्रजीत अंकल अपनी अन्तिम सांसों तक एक सशक्त एवं रचनात्मक शक्ति के रूप में रहे। उनके सकारात्मक एवं हँसमुख व्यक्तित्व की अनुपस्थिति सभी को खलती है।

अर्पणा अस्पताल

मॉड्यूलर ऑपरेशन थिएटर एवं लेबर रूम

आधुनिक स्वास्थ्य सेवाएँ उचित दरों पर सभी को उपलब्ध हो सकें, अर्पणा के इसी लक्ष्य का विस्तार करते हुए अर्पणा अस्पताल की सुविधाओं में एक मॉड्यूलर ऑपरेशन थिएटर (ओ टी), एक नया लेबर रूम एवं एक नये शवगृह को शामिल किया गया।

यह मॉड्यूलर ऑपरेशन थिएटर, लाइट एकीकृत एयर सीलिंग से युक्त है, जिससे वायुजनित बैक्टीरिया से होने वाले संक्रमण को कम किया जा सकेगा।

जच्चा एवं बच्चा की सुरक्षित देखभाल के लिए एक नया मॉड्यूलर लेबर रूम तैयार किया गया है। यह उच्च जोखिम वाली डिलीवरी के लिए उपयोग किये जाने वाले आधुनिक उपकरणों से सुसज्जित है।

हिमाचल की गतिविधियाँ

टेलरिंग - एक प्रतिष्ठित कौशल!

गाँव सोनथली-१ के स्वयं सहायता समूह के सदस्यों ने ग्रामसभा से अपने गाँव में टेलरिंग केन्द्र की माँग की। उनके अनुरोध को स्वीकार कर लिया गया। स्वयं सहायता समूह की अध्यक्ष कमला देवी ने सिलाई के लिए अपने ही घर के एक कमरे की पेशकश की। सिलाई कक्षाएं शुरू हो गई हैं। आसपास के ४ गाँवों से २० लड़कियाँ एवं महिलाएं टेलरिंग की ट्रेनिंग के लिए रोज़ाना आती हैं।

अर्पणा स्वास्थ्य एवं डायग्नोस्टिक सेन्टर द्वारा निःशुल्क एंडोस्कोपी शिविर

२२-२३ जून को डॉ. राहुल गुप्ता (MBBS, DNB, FIMSA, MNAMS), परामर्शदाता चिकित्सक एवं गैस्ट्रो-एंटरोलॉजिस्ट द्वारा एक निःशुल्क एंडोस्कोपी शिविर का संचालन किया गया, जहाँ ९५ रोगियों में से ५९ रोगियों की एंडोस्कोपी प्रक्रियाएं भी उनके द्वारा की गईं।

शेष ३६ रोगियों का इलाज डॉ. सी बी डी सिंह द्वारा किया गया।

अर्पणा, हिमाचल के कार्यक्रमों में समर्थन के लिए टाइड्ज़ फाउंडेशन, यूएसए एवं बैजनाथ भंडारी पब्लिक चैरिटेबल ट्रस्ट, नई दिल्ली का अत्यन्त आभारी है।

दिल्ली के कार्यक्रम

मोलरबन्द में अर्पणा वार्षिक समारोह

अर्पणा का वार्षिक समारोह ५ जुलाई २०१८ को सीबीएसई बोर्ड परीक्षाओं में उत्कृष्ट प्रदर्शन के लिए कक्षा १०वीं और १२वीं के छात्रों को सम्मानित करने के लिए आयोजित किया गया। सुश्री स्वंतनी घोष, जी एम एवं हेड कॉरपोरेट संचार, सीएसआर Sd Technip FMC India, मुख्य अतिथि थीं। उन्होंने कहा - "आप स्वयं को वंचित क्यों कहते हो? मुझे तो लगता है कि आपको विशेष अधिकार प्राप्त हैं.. बहुत विशेष अधिकार.. यह शैक्षिक कार्यक्रम एवं इसके साथ साथ अर्पणा का समर्थन जो आपको प्राप्त है!"

आकाश - आईआईटी की ओर बढ़ते क़दम!

अर्पणा का छात्र, आकाश, १ से १०वीं कक्षा तक प्रत्येक वर्ष, अपनी कक्षा में प्रथम स्थान लेता रहा है। जब उसके मज़दूर पिता ने अपने गाँव लौटने का फैसला किया तो आकाश ने श्रीमती सुषमा अग्रवाल को विश्वास में लेते हुए उनसे बात की। इस पर उन्होंने उसके पिता जी को समझाया कि आकाश को ऐसी शिक्षा गाँव में नहीं मिलेगी और उन्होंने वहीं रुकने का फैसला किया।

१०वीं कक्षा में आकाश ने आईआईटी में शामिल होने की अपनी इच्छा व्यक्त की। अर्पणा ने उसे निवेदिता कक्षाओं में अध्ययन करने के लिए भेजा, जो छात्रों को इंजीनियरिंग प्रवेश परीक्षाओं के लिए तैयार करते हैं। आकाश ने कहा, "अर्पणा मुझे एक परिवार की तरह महसूस होता है। मैंने यहाँ से बहुत कुछ सीखा और अब मैं सिर्फ़ धन्यवाद करना चाहता हूँ।"

अवीवा लिमिटेड, एस्सेल फाउंडेशन, नई दिल्ली एवं केयरिंग हैण्ड फॉर चिल्ड्रन (यूएसए), एवं सभी अन्य उदार दाताओं का इन कार्यक्रमों में समर्थन देने के लिए अतीव धन्यवाद।

अर्पणा रिजॉयस सेन्टर, वसंत विहार द्वारा शिक्षकों की कार्यशालाएं

अंग्रेज़ी, विकलांग बच्चों के लिए शिक्षा, गणित, मूल्यांकन एवं ध्यान के लिए विशेष विशेषज्ञता वाले स्वयंसेवकों द्वारा इन क्षेत्रों में कार्यशालाएं आयोजित की गईं:

श्रीमती मीनाक्षी माथुर, जिन्हें २० वर्षों के अनुभव है; श्रीमती सुरप्रीत, डीपीएस में विशेष शिक्षक; श्रीमती मोना शर्मा, ३० वर्षों का अनुभव; श्रीमती शुचि गेरा, डीपीएस की एक शिक्षक एवं डॉ. धीरज देसाई, फिज़ियोथेरेपिस्ट होने के साथ साथ ध्यान सिखाते हैं।

हरियाणा के गाँवों से..

महिलाओं ने विश्व स्वास्थ्य दिवस मनाया

८२ गाँवों में ११,२५० प्रतिभागियों के साथ स्वास्थ्य दिवस मनाया गया, जहाँ जागरूकता निर्माण अभियान द्वारा टाइफाइड, पीलिया एवं अतिसार के लक्षणों के विषय में बताया गया।

नाटकों, प्रश्नोत्तरी सत्र एवं चर्चाओं द्वारा घरेलू स्वच्छता के विषय में बतलाया गया। पिछले कुछ वर्षों में अनेकों महिलाओं ने धीरे धीरे अपनी घरेलू स्वच्छता प्रथाओं में सुधार किया है। मौखिक पुनर्निर्माण समाधान (ओआरएस) के महत्व को भी सीखा है।

टपराना कॉपरेटिव

टपराना की ६ महिलाओं ने एक डेयरी बनाई, जहाँ से गाँवों और कस्बों के लिए दूध, पनीर और लस्सी की आपूर्ति की जाती है। हाल ही में उन्होंने अपने व्यापार के विस्तार के लिए एक टैम्पो ख़रीदा एवं स्वयं चलाना भी सीख लिया। अब वे अपनी वित्तीय समस्याओं के कम होने से ख़ुश हैं।

५ मार्च को, वॉयस ऑफ अमेरिका ने यहाँ का दौरा किया एवं अपने चैनल पर इस कार्यक्रम का प्रसारण भी किया। (यह हमारी वेबसाइट www.arpana services.org पर देखा जा सकता है।)

अर्पणा, टाइड्ज़ फाउंडेशन, यूएसए, की उदारता एवं सभी अन्य उदार दाताओं का, जो हमें इन कार्यक्रमों को पूरा करने में सक्षम करते हैं, का हार्दिक आभारी है।

We, at Arpana, depend on your support for our programs
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 132037
Send your contributions for health & development services in Haryana & Himachal to:
Arpana Research & Charities Trust, Madhuban, Karnal, Haryana 132037
Send contributions in USA to:
Mr. Vinod Prakash, President, IDRF, 5821 Mossrock Drive, North Bethesda, MD 20852
Mr. Jagjit Singh, AID for Indian Development, 84 Stuart Court, Los Altos, CA 94022-2249
Send contributions to Arpana Canada:
c/o Mrs. Sue Bhanot, 7 Scarlett Drive, Brampton, Ontario L6Y 3S9, Canada
Please let us know by email or telephone, whenever you transfer funds to Arpana.
Information & Resources Office: 91-184-2390905 **Executive Director:** 91-9818600644
emails: **at@arpana.org** and **arct@arpana.org**
Contact person: Mrs. Aruna Dayal, Director Development. Mobile 91-9991687310
Websites: **www.arpana.org** **www.arpanaservices.org**

Arpana Ashram

Research

Publications & CDs

Arpana endeavours to share its treasure of inspiration – the life, words and precept of *Pujya Ma*, through the publication of books and cassettes.

Publications

गीता	Rs.300
कठोपनिषद् हिन्दी	Rs.120
श्वेताश्वतरोपनिषद्	Rs.400
केनोपनिषद्	Rs.36
माण्डूक्योपनिषद्	Rs.25
ईशावास्योपनिषद्	Rs.20
प्रश्नोपनिषद्	Rs.50
गंगा	Rs.40
प्रज्ञा प्रतिभा	Rs.30
ज्ञान विज्ञान विवेक	Rs.60
मृत्यु से अमृत की ओर	Rs.36
जपु जी साहिब	Rs.70
भजनावली	Rs.80
वैदिक विवाह	Rs.24
गायत्री महामन्त्र	Rs.20
नाम	Rs.15
अमृत कण	Rs.12
Lets Play the Game of Love	Rs. 400
Bhagavad Gita	Rs.450
Kathopanishad	Rs.120
Ish Upanishad	Rs.70
Prayer	Rs.25
Love	Rs.20
Words of the Spirit	Rs.12
Notes	Rs.10

Bhajan CDs

ईशावास्योपनिषद् (a deluxe 8 CD set)	Rs.2000
स्वरांजलि - भाग १ और २	Rs.175each
नमो नमो	Rs.175
उर्वशी भजन	Rs.175
हे राम तुझे मैं कहती हूँ - भाग १	Rs.75
गंगा (भाग १ और २)	Rs.75each
राम आवाहन	Rs.75
तुमसे प्रीत लगी हे श्याम	Rs.75
हे श्याम तूने बंसी बजा	Rs.75

For ordering of books, please address M.O./DD to: **Arpana Publications** (payable at Karnal). Kindly add Rs. 25 to books priced below Rs. 100 & Rs. 40 to books above Rs. 100 as postal charges

Arpana Pushpanjali

Hindi/English Quarterly Magazine

Subscription	**Annual**	**3yrs.**	**5yrs.**
India	130	375	600
Abroad	350	1000	1650

Advertisement	**Single**	**Four**
Special Insertion (Art Paper)	10,000	
Colour Page	3500	12,000
Full Page (b&w)	2000	6000
Half Page (b&w)	1200	4000

(Amounts are in Rupees)

Subscription drafts to be addressed ... **Arpana Trust (Pushpanjali & Publications)**

Delhi Contact Person:
Mr. Inderjeet Anand
E - 22 Defence Colony,
New Delhi 110024
Tel: 41553073

Donation cheques to be addressed to: Arpana Trust (payable at Delhi)

Arpana Trust *- Donations for Spiritual Guidance Activities, Publications, Scholarships and Delhi Slum Project. Regd. under FCRA (Regd, number 172310001) to receive overseas donations.*

Applied Research

Medical Services

In Haryana
- 130 bedded rural Hospital
- Maternity & Child Care
- Family Planning
- Eye Screening Camps
- Specialist Clinics
- Continuing Medical Education

In Himachal
- Medical & Diagnostic Centre
- Integrated Medical & Socio-Economic Centre

In Delhi Slums
- Health care to 50,000
- Immunisations
- Antenatal Care
- Ambulance

Women's Empowerment

Capacity Building
- Entrepreneurial activities
- Local Governance
- Micro-Planning
- Legal literacy

Self Help Groups
- Savings
- Micro credit
- Federation
- Community Health
- Exposure Visits

Gender Sensitization

Income Generation through Handicraft Training Skills

Child Enhancement

Education
- Children's Education
- Vocational Education
- Cultural Opportunities
- Day Care Centres
- Pre-school Care & Education

Health
- Nutrition Programme
- School Health Programme

In Delhi Slums
- Environment, Building Parks & Planting trees
- Housing Project
- Waste Management

Arpana Research and Charities Trust *Exempt U/S 80 G (50% deduction) on donations for the hospital & Rural Health Programmes. Regd. under FCRA (Regd. number 172310002) to receive overseas donations.*

Contact for Questions, Suggestions and Donations:

Mr. Harishwar Dayal, Executive Director, Arpana Group of Trusts, Madhuban, Karnal - 132037, Haryana.
Tel: (0184) 2380801- 802, 2380980 Fax: 2380810 Email: at@arpana.org / Web site: www.arpana.org

All donation cheques/ DD to be addressed to : ARPANA TRUST (payable at Karnal)