भक्त हृदय के उद्‌गार..

ऐसी आग लगा दे मन में,
तुम बिन कुछ न याद रहे।

तेरे मिलन को तड़पा करूँ,
लब पे न कोई फ़रियाद रहे।।

बस इक चाहना मेरी बाक़ी है,
हृदय मन्दिर आबाद रहे।

जो जो गीत तू गाये प्रभु,
मेरे लब पे उन्हीं का नाद रहे।।

तेरी बिरह अग्न में राम,
बस पल पल जलती जाऊँ मैं।

जल जल कर जब राख़ बनूँ,
तो तुझ में समा ही जाऊँ मैं।।

अनन्य चित्त हो चरणों में,
बस रहूँ चरण में तोर।

गर यह वरदान तू दे दे प्रभु,
तो क्या लागेगा तोर।।

मिलन अग्न गर धधका दे,
तो 'मैं' मेरी जल जायेगी।

बस फिर यह अभागिन राम मेरे,
तुझ में समा ही पायेगी।।

- परम पूज्य माँ

श्रीमद्‌भगवद्‌गीता, द्वितीय अध्ययन, ८/८

(१९५९/६०)

अनुक्रमणिका

१. *भक्त हृदय के उद्‌गार..*
भजनावली में से

३. *मैं 'मैं' न रह कर,*
तू ही तू रहे!
श्रीमती पम्मी महता

८. *मनोमौन ही होना है..*
मनोमौन ही पाना है!
'मुण्डकोपनिषद्' में से

१२. *गुरु रूप नहीं होता,*
गुरु स्थिति होती है।
अर्पणा प्रकाशन 'श्रीमद्‌भगवद्‌गीता - भगवद् बाँसुरी में जीवन धुन' में से

१८. *सिमरण और बुद्धि अर्पण*
परम पूज्य माँ से 'पिता जी' के प्रश्नोत्तर

२३. *जग दर्शन की विचित्र दृष्टि*
डॉ. जे. के. महता

२६. *मुझे राहों में नहीं रुकना..*
मुझे तो लक्ष्य तलक ही जाना है!
श्रीमती पम्मी महता

२९. *मृत्यु के साक्षित्व में निजी दर्शन*
सुश्री छोटे माँ

३३. *राम राज्य तभी सम्भव है*
जब राजा प्रजा को अपनी सन्तान माने!
सत्संग पर आधारित

३६. *अर्पणा आश्रम से समाचार*

❖ ❖ ❖

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 २०१९ को प्रकाशित तथा सोना प्रिन्टर प्राईवेट लिमिटेड, एफ -८६/१, ओखला इण्डस्ट्रियल एरिया फेज़-I, नई दिल्ली ११० ०२० द्वारा मुद्रित

मैं 'मैं' न रह कर, तू ही तू रहे!

श्रीमती पम्मी महता

परम पूज्य श्री हरि माँ के जन्म-दिवस पर समर्पित श्रद्धा सुमन..

आप श्री हरि माँ का जन्म-दिवस सम्पूर्ण जगती को मुबारक रहे, हरि ओऽम्!

कौन कहता है हे श्री हरि माँ, कि आपका जन्म-दिवस एक दिन ही होता है.. हाँ, यह तो सच है कि धरा पर आप ने अवश्य ही अगस्त की २६ तारीख़ को जन्म लिया था। जगती ने भी आपके स्वागत के लिए क्या क्या रूप धरे थे..

कोई भी दिन तो ऐसा नहीं होता, जब आप अपने नये-नये पहलू में उतर कर अपने दिव्य दर्शन न देते हों! जीव जगत को आप तो अपनी झलक दिखाते हैं.. हम पर जो अज्ञानता का परदा पड़ा है, वह हमें सत् से अवगत नहीं होने देता.. इसीलिए हम भ्रमित रहते हैं, अपनी आंतरिक मानसिकता में उलझे रहते हैं। जब आप प्रभु माँ की कृपा होती है तभी आपकी प्रकट लीला का आग़ाज़ होता है व मन-मयूर अपने ईश्वर के दर्शन करने का अवसर पा जाता है।

आप अपनी प्रकट लीला में रफ़्ता-रफ़्ता अपनी झलक देने लगते हैं.. परन्तु 'आप कौन हैं?' इस प्रश्न की झंकार आंतर मन में होती रहती है। मन जिज्ञासु होने लगता है कि कौन हैं आप.. जो हम से इतने भिन्न हैं! आपकी सोच असीम है, जो हर हृदय को छू जाती है। छू कर दस्तक तो देती है आंतर में, मगर फिर भी एक जिज्ञासा बनी रहती है.. 'आख़िर आप हैं कौन'? मन में प्रश्न उठने लगते हैं!

आंतर मन में मगर रहस्य खुलता नहीं.. हाँ, इतना ज़रूर होता है, मन करता है कि परछाईं की तरह आपके पीछे पीछे, आपको निहारते चलें.. यह चुम्बकीय आकर्षण है, जो हमें यूँ खेंचे लिए जाता है व हम बड़ी ख़ामोशी से, मगर जिज्ञासु की भाँति आप को देखी-देखी हैरतज़दा हुये रहते हैं। उठते-बैठते, सोते-जगाते आप ही आप नज़री आते हैं! हर सुबह आपके संग आती है और आप ही के संग दिन व्यतीत होता है।

कैसे आप श्री हरि माँ ने जीवन की मुहार ही मोड़ दी.. सभी ओर से खेंच कर अपने में समेट कर, निज पर इस निमानी को केंद्रित कर लिया। जिन जीवन मूल्यों को मैं भूल गई थी.. आपने अपनी करुण-कृपा व आशीर्वाद देते हुये उनकी याद दिला दी व उन्हीं से नवाज़ते हुये आप रफ़्ता-रफ़्ता उस डगर पर लिवाते ही चले जा रहे हैं। जीवन की तो परिभाषा ही बदल दी!

लगता रहा मुझे कि इस अनमोल निधि की पात्र तो थी ही नहीं मैं, मगर आपकी करुण-कृपा व आपकी मेहर तथा आपकी मुहब्बत का सदक़ा, आप ही से यह हृदय-दामन निरन्तर भरता ही चला गया तथा आपकी अनन्त जीवन झाँकियों में आपके दर्शन पाये करी धन्य-धन्य होती चली गई!

सच माँ, मेरी जीवन यात्रा कितनी सुखद कर दी आपने! आश्चर्यचकित होई आपको निहारती जाती.. व धन्य-धन्य ही करती जाती! जीवन मूल्यों को, जिन्हें मैं भूल गई थी.. आपने ही हे श्री हरि माँ, नाम से व अपनी विभूतियों से श्रृंगारित करी, अपनी इस कनीज़ को सुसंस्कृत कर दिया। यही तो संस्कार हैं जिनमें जीवन ने विस्तार पाना है.. 'मैं' रहितता में जीना है.. जहाँ आप, आप व आप ही बहते हैं!

सोचा न था कि इस यथार्थता को इस क़दर हसीन मोड़ मिलेगा और जीवन मूल्यों से सुगन्धित हो कर आपके पाछे-पाछे चल सकूँगी! आप ही की कृपा से, यही अनमोल धन आपसे पा कर धन्य-धन्य हो रही हूँ और सच्चे व सुच्चे हृदय से आपका कोटि कोटि धन्यवाद करती हूँ।

हे श्री हरि माँ, आपने जो मेरा कर अपने कर में ले लिया है.. मुझे आश्वासन मिल गया है आपसे कि बस मेरे संग चलती चली चल.. बिन संशय किये.. पूर्ण आस्था लिए, असीम श्रद्धा भक्ति के साथ! 'मैं हूँ न' तुम्हारे लिए, तुम्हारे साथ! आपके इस आश्वासन में कितना भरपूर प्यार है!

सच! हे श्री हरि माँ, आप की प्रेम की परिभाषा ही इतनी अनूठी व आश्चर्यचकित करने वाली है कि वहाँ किसी सँशय की गुंजाइश भी तो नहीं छोड़ी आपने। आप माँ का जीवन बहुत ही पावन व अनूठा है कि आपके हर क़दम का सदक़ा उतारते हुये ही आपके पाछे-पाछे चलने की निरन्तर कशिश बनी रहती है.. और आगे से आगे आप ही आप को देखने की ललक से हृदय ओत-प्रोत रहता है।

परम सौभाग्य है मेरा कि मुझे आपका आशीर्वाद प्राप्त है और फिर आप ही मुझे अपने पदचिन्हों पर भी लिवाये लिये जा रहे हैं। 'मैं' मेरी से निजात दिलाने के लिए.. आप अपने क़दमों में इसे समर्पित होने के लिए प्रेरित करते हैं!

हे श्री हरि नाथ, आप ही करण-कारण हैं.. जो हर तरह से इसे नवाजने की कोशिश करते हैं व इस पर अपनी मेहर करते ही चले जाते हैं! ईश्वर करे, माटीवत् होई आपके श्री चरणन् तले ही बिछी रहूँ, वरना हम जीव जगत तो नाहक ही अहंकार की चोटी पर चढ़ कर नित नये अपराध करते ही चले जाते हैं.. अपने ही पतन की राह पर..

आप श्री हरि माँ की कृपापूर्ण दृष्टि ही आपकी ओर खेंचे लिए चली जा रही है! मेरी विनीत प्रार्थना है कि आप ही आप मुझमें वरतें व मुझे लिवाये लिए जायें हमेशा की तरह.. क्योंकि आप मेरे साथ हैं तो कोई अवरोध आप खड़ा ही नहीं होने देंगे! निष्पाप व निष्कलंक तथा प्रभुमय जीवन ही जी पाऊँ, यही विनीत अरदास है आप से मेरी! हरि ओऽम्.

मैं 'मैं' न रह कर, तू ही तू रहे! इसी तू में रह कर सदा के लिए विराम पाना है! हे श्री हरि माँ प्रभु जी, ईश्वर करे यह जीवन मेरा, जो आपकी अमानत है, आप ही के चले क़दमों को ही धारण करता हुआ.. आप ही के पाछे चलता चले.. आप श्री हरि माँ प्रभु जी की वाणी का परम साथ, ईश्वर करे अंगीकार करती ही चलूँ!

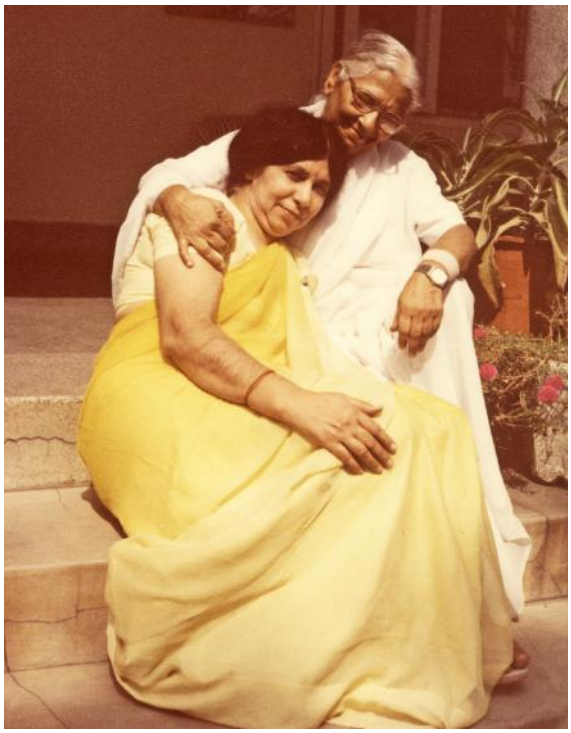
यह जन्म आप ही का वरदान है मुझे.. जो आपने इतनी करुण-कृपा की है कि जीवत्व भाव से निकाल कर कैसा सुन्दर साधना का प्रसाद दिया है। आप ही ने बताया हुआ है कि उत्तर की ओर चले चलो.. दक्षिण स्वतः छूट जायेगा! धन्य हैं आप हे श्री हरि माँ, जो आपने इतनी सुन्दर विधि दे दी। यह याद ही नहीं आता, 'हाय, मैं ऐसा क्यों हूँ, वैसा क्यों हूँ?

आप जो ग्रहण करवा रहे हैं.. हे मन, नत श्री बारम्बार होते हुये असीम आदर व प्यार से व असीम श्रद्धा भक्ति से इसे हृदय में धारण कर ले.. क्योंकि युगों बाद ऐसा परम सौभाग्य मिला है.. दिव्य जीवन जीने के लिये आप माँ ने ही हमें जागृत किया है.. हमें हमीं से, हमें हमारे ही आंतर में धकेल कर, आपने मिलवाया है!

कहाँ भूल हुई और कहाँ भटक गये हम? इसी भूल से हमें अवगत कराया है.. हमें जीवत्व भाव से उठा कर आत्मा में जागृत कराया है। यही तो कृपा प्रसाद है आपका, जो परमात्मा से मिलने का साधन है.. हर जीव, हर शै, राह की बाधा न बनकर.. सहयोग देने लगते हैं। इस नज़रिये के लिए आप श्री हरि माँ का कोटि कोटि धन्यवाद!

उन्नति के पथ पर बढ़ने का व अपनी धुरी से जुड़ने का और अपने आपको आप ही की ज्योत्सना में स्वयं को पहचानने का व मानने का व आप ही की ओर क़दम बढ़ाने का परम सौभाग्य देने वाले माँ प्रभु जी, इसके लिए जितना भी धन्यवाद करें, कम है! यह आपकी अहेतुकी कृपा का अनुपम व दिव्य प्रसाद है!

आप माँ स्वयं चल-चल कर हमें चलाते हैं.. क्योंकि इस इच्छा का जागृत होना हमारे वश की बात नहीं! मगर आपके दिव्य प्रकाश में जब आप ही कृपा करी हमें लिवा ले जाते हैं तभी तो नामुमकिन भी मुमकिन बन जाता है! सच माँ, आपकी करुण-कृपा का प्रसाद ही हमारे जीवन का परम सत्य है!



आप इस क़दर धन्य-धन्य करते जा रहे हैं क़दम-ब-क़दम! ईश्वर से करबद्ध प्रार्थना है अतीव विनम्रता से, कि मैं 'मैं' न रह कर, तू ही तू में विस्तार पा जाये.. जहाँ सभी अपना आप हो जाता है। तभी तो सब आपके हो कर हमारे हो जाते हैं। यह आप ही के आशीर्वाद से होता है। जीव इस परम सत्य से आप ही के द्वारा परिचित होता है और इस सत्यता का अनुभव करते हुये अतीव आनन्दित हो जाता है।

यह आपकी अहेतुकी कृपा का भव्य व अतीव सुन्दर प्रसाद है जिसे हमें आप ही की कृपा से पल पल धारण करना है। शुक्रगुज़ार हूँ आप श्री हरि माँ की, जो आपने इस युग के लिए जन्म लिया है.. हमारी 'मैं' से हमें निजात दिलाने के लिए व कलियुग को सतयुग में परिणत करने के लिए!

हे श्री हरि माँ प्रभु जी आपकी वाणी का हर वाक् इतनी यथार्थता लिए होता है कि जीवन के चलते कहीं न कहीं उसकी सत्यता को वह स्वयं ही प्रमाणित कर देता है!

कई बार सोचती भी हूँ व बड़े आदर व प्यार से आप प्रभु माँ को देखती हूँ तो देखती ही चली जाती हूँ कि एक अनुभवी के वाक् व कोरे ज्ञान के वाक् में कितना अंतर है! एक आपके प्यार से लबालब भरा हुआ है और दूसरा कितना शुष्क.. जीवन को किस क़दर सरस कर देती है, आप श्री हरि माँ की वाणी.. आत्मविभोर हुआ आंतर किस क़दर नत हो जाता है। हे माँ, आप कितनी अनमोल निधि का ख़ज़ाना हैं.. जितना-जितना ख़र्चो उतना ही बढ़ता जाता है।

एक बार माँ आपने कहा था कि अपने समेत अपना सभी कुछ वह ले ही लेगा.. जो उसकी रेखा में लिखा है। मगर आपका विश्वास, आपका प्यार पाकर जान जायेगा कि कोई तो है, इतना अपना सा.. जो सदा साथ निभा देगा। बस इसी प्यार की इंतहा के प्रति अपने श्रद्धा सुमन भेंट करी आपका कोटि कोटि धन्यवाद करती हूँ। इसी सत्य को प्रमाणित करने के लिए, ऐसी ही परिस्थितियाँ आप हमारे जीवन में ले आते हैं, जो आंतर इन्हें सहज ही धारण कर ले!

बहुत ख़ुशनसीब हूँ जो हर तरह से आप अपनी विपुल सम्पदा से यूँ ही निरन्तर इस अपनी कनीज़ को नवाज़ रहे हैं और दे कर इसे, अपने परम सत्य को जीवन में सार्थक होने का भी अवसर दे देते हैं।

आज जिस 'अरुणाचल' में बैठी हुई हूँ उसके कण कण में आप ही तो व्याप्त हैं। इसकी रज में आपके चरण पड़े हुये हैं। आपकी चरण-रज लेई करी पल पल, नमन ही देती रहती हूँ आपको। सच माँ, आपकी बहुत शुक्रगुज़ार हूँ जिन्होंने मुझे यहाँ बिठा, अपनी सेवा का अवसर दिया हुआ है। ईश्वर करे, सच ही सुच्ची व सच्ची पुजारिन बनी आपकी चरण-चाकरी कर पाऊँ क्योंकि आप श्री हरि माँ ने ही तो बताया था, "सुखी ही साधना कर सकता है। सुख देने वाले की याद में ही मन मग्न रहता है।" कैसा विलक्षण व दिव्य प्रसाद है जो हर पल आप ही के क़दमों का एहसास जगाये रखता है। मुझे याद है, प्रथम प्रार्थना इस घर में आने के बाद इसी कमरे में ही करी थी.. जहाँ जब भी आप आते, यहीं ठहरा करते थे।

आपके सौंदर्य में चकाचौंध नहीं.. इतना जीवन का पावन सौंदर्य है व इतनी सौम्यता है; हक़ीक़त की गंभीरता है, वाणी का परम सत्य है, जिससे प्रेरित हो कर मन आपकी उसी हक़ीक़त में रह पाने की मंगल-याचनाओं से भरा रहता है!

आज आपका जन्म-दिवस है, हे माँ!

कैसे इसे मनायें हम..

तू ही तू बस तू ही तू रहे इस आंतर में! ❖

'अरुणाचल'* - जालंधर में पूज्य पापा जी के निवास स्थान का नाम है.. जहाँ वर्तमान में श्रीमती पम्मी महता रहती हैं।

मनोमौन ही होना है..

मनोमौन ही पाना है!

इष्टापूर्तं मन्यमाना वरिष्ठं नान्यच्छ्रेयो वेदयन्ते प्रमूढाः।
नाकस्य पृष्ठे ते सुकृतेऽनुभूत्वेमं लोकं हीनतरं वा विशन्ति।।

- मुण्डकोपनिषद्, प्रथम मुण्डक - द्वितीय खण्ड, १० श्लोक

शब्दार्थः

इष्ट और पूर्ति (सकाम कर्मों) को ही श्रेष्ठ मानने वाले अत्यन्त मूर्खलोग उससे भिन्न वास्तविक श्रेय को नहीं जानते; वे पुण्य कर्मों के फलस्वरूप स्वर्ग के उच्चतम स्थान में जाकर (श्रेष्ठ कर्मों के फलस्वरूप) वहाँ के भोगों का अनुभव करके इस मनुष्य लोक में अथवा इससे भी अत्यन्त हीन योनियों में प्रवेश करते हैं।

तत्व विस्तारः

इष्ट और पूर्ति काम रति, इष्ट पूर्ति चाहते हैं।
चाहना हिय में धरे हुए, यज्ञ मन्त्र वह गाते हैं।।३।।

भोग आसक्त मूढ़ मति, स्थूल को ही ध्याते हैं।
नश्वर क्षणभंगुर संग, ही वह प्रीत लगाते हैं।।२।।

वास्तविक श्रेय वह न जानें, अनित्य को श्रेय वह मान रहे।
पुण्यफल लोक के भोग को, परम सत्त्व वह मान रहे।।३।।

बहु पुण्य किये जग सेवा की, जग ही मन में बसा रहा।
हम यह करें यह कर न सकें, मन इसी में टिका रहा।।४।।

योजन बने अनेक बार, तन मन धन लगा दिया।
फलस्वरूप यह महा उच्चतम, लोक भी गर पा लिया।।५।।

भोग करी वह लौट आये, वहाँ टिकाव नहीं होगा।
क्षणिक सुख है यह मूर्ख, यहाँ मिलाव नहीं होगा।।६।।

परम तो याद ही नहीं रहा, चाह कारण ही याद किया।
कुछ पल समझा याद किया, पूर्ण मन ही नहीं दिया।।७।।

यत्न करी करी कर्म करे, बहिर्मुखी तू नित्य रहे।
शान्त आन्तर्मुखता रे, तू कबहुँ न पा सके।।८।।

इच्छा प्रेरित काज कर्म, में तत्पर वह रहते हैं।
लोक उद्धार चाह सही, चाह ग्रसित ही रहते हैं।।९।।

मनो प्रवाह तो बहते हैं, बाह्यमुखी ही रहते हैं।
अपना चाहें या अन्य का, चाह बधित ही रहते हैं।।१०।।

महा पुण्य भी ले किया, स्वर्ग चाहो तो मिला।
पाकर भोग के लौट पड़ा, बहु मिले भी क्या होगा।।११।।

बार बार यह देख ज़रा, श्रुति माँ क्या कहती है।
मूर्ख संग यह छोड़ दे, पुनः पुनः यह कहती है।।१२।।

वास्तविक सत्त्व वह न जाने, पाप पुण्य में भरमाये।
फल वृक्ष के बीजन् को, पुष्टित करता ही जाये।।१३।।

बहु सुन्दर बग़िया बनी, कुछ पल मन रे रमण करी।
आपेक्षिक काल में क्या हुआ, चाह भवन में रमण करी।।१४।।

भवन मिटे भोगी मिटे, संस्कार वह नहीं रहे।
वृक्ष बने फल फूल लगे, नव बीज फिर जो बने।।१५।।

भोग के भोग रे मिट गया, संस्कार की गति गई।
वह योनि रे मिट गई, नव तन देख रे पुनः धरी।।१६।।

बार बार यही कहते हैं, यह तो तेरा लक्ष्य नहीं।
जन्म मरण से उठ न सके, मिटे जन्म का कष्ट नहीं।।१७।।

कुछ पाप हुआ कुछ पुण्य हुआ, मिश्रित फल भी पा लिया।
मिश्रित फल रूपी जग में, नाता पुनः लगा लिया।।१८।।

मूर्ख यह तेरा लक्ष्य नहीं, साधक रे तू जान ले।
परम रे तूने पाना है, सत्त्व यह पहचान ले।।१९।।

पुनः देख तू लौट पड़े, कीट पतंग का तन धरे।
जड़ चेतन जो वह चाहे, परिणाम मे फल मिले।।२०।।

बार बार यहाँ देख कहें, चाह की चाह ही छोड़ दे।
मनोवृत्ति अरे मन मेरे, तू मनो प्रवाह ही छोड़ दे।।२१।।

मनो मौन ही होना है, मनो मौन ही पाना है।
राम चरण में जान ले, राममय हो जाना है।।२२।।

परम मिले मन रहित हुये, चाहुक मन रे न पाये।
संगी जीव संगी रहे, सुख दुःख फल भोगे जाये।।२३।।

कर्म किये अहम् संचित, बीज फल रे पुनः भये।
अन्तःकरण वह बीज है, कारण में वह लय भये।।२४।।

सूक्ष्म में वह पुनः आये, स्थूल रूप वह धर आये।
जैसा बीज रे वहाँ धरी, वैसा अंकुर निकसाये।।२५।।

परम मिलन की राहें कहें, चाहना पूर्ण छोड़ दे।
सकाम यज्ञ रे बहु किये, कामना अब तो छोड़ दे।।२६।।

बार बार हम यह समझें, मनो मौन ही कहते हैं।
विश्व तजी रे तैजस की, हृदय मौन की कहते हैं।।२७।।

बाह्य प्रवाह रे छोड़ के, मनो मुहार रे बदल तू दे।
फल भक्षण तू कर रहा, अब तो चाह बदल तू दे।।२८।।

गर चाहना है रे तुमको, परम की चाहना हिय धरो।
गर संगी मन संग करे, परम से ही संग करो।।२९।।

मूढ़ कहें अरे उनको, इष्ट पूर्ति जो चाहें।
बाह्य चाहना हिय धरे, यज्ञ करते ही जायें।।३०।।

हो कर्म यज्ञ हो भाव यज्ञ, यह चाह यज्ञ ही होता है।
बाह्य जग सब मिल जाये, इस कारण ही सब होता है।।३१।।

तू समझे रे जग पाये, चैना मन रे पायेगा।
तू समझे यह फल खाये, यह तृप्त हो जायेगा।।३२।।

देख कहें और स्पष्ट कहें, चाह पूर्ति नहीं रे हो।
सकाम कर्म के फल पाये, भोग के पूर्ति नहीं रे हो।।३३।।

पुनः रे नव योनि पाये, सोच रे क्योंकर कहते हैं।
पूर्ति न जो हो पाये, चाह उभरे रे कहते हैं।।३४।।

स्वर्ग मिले संयोग भी हो, संग वहीं पे हो जाये।
मूर्ख मन अभिमानी भए, और वहीं पे खो जाये।।३५।।

बार बार वह यही कहें, परम मिलन न हो पाये।
स्वर्ग मिले भी मन न मिटे, और मिले यह ही चाहे।।३६।।

चाह पूर्ति हो न सके, मन परम में खो न सके।
या कहूँ अहम् त्यजी, मौन यह हो न सके।।३७।।

बार बार यह कहते हैं, अब तो उठना ही होगा।
इच्छा पूर्ति दूर हुई, चाह को छुटना ही होगा।।३८।।

मनो मौन ही चाहिये, चाहना एको न रहे।
अहम् मिटाव भी यह ही है, मनो प्रवाह ही न रहे।।३९।।

संग मिटे लग्न मिटे, बस राम ही रह जाये।
नाम मग्न यह मन भये, मन कहीं न रह पाये।।४०।।

फिर राम राम बस राम रहे, राम राम फिर मौन भये।
राम में मन जो लीन भये, जान ले परम ही मौन भये।।४१।।

क्या पाये क्या न पाये, कुछ भी यह न कह पाये।
जो होना होता जाये, वह परम में खो जाये।।४२।।

९-९-६१

❖ ❖ ❖

गुरु रूप नहीं होता, गुरु स्थिति होती है।

देवद्विजगुरूप्राज्ञपूजनं शौचमार्जवम्।
ब्रह्मचर्यमहिंसा च शारीरं तप उच्यते।।

श्रीमद्भगवद्गीता १७/१४

भगवान कहते हैं, 'हे अर्जुन! तुझे शारीरिक तप के विषय में कहता हूँ।'

शब्दार्थ :

१. **देव, श्रेष्ठ गण, गुरु गण और प्रज्ञापूर्ण विशिष्ट गण का पूजन,**
२. **शुद्धि, सरलता, ब्रह्मचर्य और अहिंसा,**
३. **शारीरिक तप कहलाते हैं।**

तत्व विस्तार :

देव,

१. अलौकिक दिव्य गण को कहते हैं।
२. पूजनीय गण को कहते हैं।
३. अलौकिक परम तत्व दर्शन देने वालों को कहते हैं।
४. दैवी सम्पदा के अखण्ड बहाव रूप को कहते हैं।

५. तेजोमय को कहते हैं।
६. जीवों में भी परम गुण सम्पन्न को कहते हैं।
७. मल विमोचक देव हैं, दुःख और पाप विमोचक देव हैं।
८. कृपा-पुंज, करुणापूर्ण, देव हैं।
९. परम ब्रह्म, अखण्ड शक्ति, देव हैं।

द्विज गण,

क) लौकिक श्रेष्ठ कर्म करने वाले को कहते हैं।
ख) श्रद्धास्पद को कहते हैं।
ग) सत्कारणीय को कहते हैं।
घ) कल्याण करने वाले को कहते हैं।
ङ) सर्वभूत हित करने वाले को कहते हैं।
च) जो नित्य कर्तव्यपरायण रहें, उन्हें कहते हैं।
छ) जो श्रेष्ठ शुभकारी हों, द्विज उन्हें कहते हैं।
ज) शास्त्रानुकूल यज्ञमय जीवन जिनका हो, द्विज उन्हीं को कहते हैं।
झ) हृदय में जिनके नित्य परम गुण वास करें, उन्हें द्विज गण कहते हैं।
ञ) ज्ञान की प्रतिमा जो बनें, द्विज उन्हीं को कहते हैं।
ट) सदाचारी और परम गुण बहाने वालों को द्विज कहते हैं।

गुरु :

१. गुरु, श्रेष्ठ को कहते हैं।
२. गुरु, ब्रह्म का वरदान है।
३. जो जीव ज्ञान दे और ब्रह्म की ओर ले जाये, उसे गुरु कहते हैं।
४. अध्यात्म तत्व जो समझाये, उसे गुरु कहते हैं।

गुरु इतने श्रेष्ठ होते हैं, जो साधारण से बन कर प्रमाण सहित अध्यात्म को समझाते हैं और आप जो ज्ञान देते हैं, उसका प्रमाण भी वे स्वयं होते हैं।

५. गुरु रूप नहीं होता, गुरु स्थिति होती है।
६. गुरु बाह्य रूप की बात नहीं, गुरु आन्तरिक श्रेष्ठता का परिणाम है।
७. **गुरु उसी को जानिये जो ज्ञान भी समझा सके और उसका प्रमाण भी दे सके।**
८. वहाँ मन, वाक् और कर्म एकरूप होते हैं।

परम गुरु वही है, जो अध्यात्म स्वरूप होते हैं। जिससे कुछ भी सीखा, वह गुरु मानने योग्य ही है।

सत्पूर्ण जीव का सीस नित्य झुका ही होता है क्योंकि वह हर पल किसी न किसी से कुछ सीखता है और उसकी मानता भी है। गुरु समान बनने से ही गुरु पूजन होता है।

प्राज्ञ :

प्राज्ञ,

१. महा ज्ञानवान को कहते हैं।
२. प्रज्ञावान को कहते हैं।
३. जिन्हें जग से कुछ नहीं चाहिये, उन्हें कहते हैं।
४. जो जग में देवता समान हैं, यानि, जो लोग दैवी सम्पदा सम्पन्न हैं और ज्ञान स्थिति में स्थित हैं, उन्हें कहते हैं।
५. जो स्थितप्रज्ञ हैं, उन्हें प्राज्ञ कहते हैं।

साधक तो देवता, द्विज, गुरु और प्राज्ञ का नित्य पूजन करते हैं।

क) इनका पूजन शारीरिक तप है।
ख) इनकी सेवा शारीरिक तप है।
ग) इन सबका अनुसरण शारीरिक तप है।
घ) इन सबका सेवा रूप कर्तव्य परम तप है।

ङ) इन सबका सहयोग परम शारीरिक तप है।

इस पूजन की सफलता, साधक की शुद्धता, सरलता, ब्रह्मचर्य और अहिंसक वृत्ति पर आश्रित है।

शुद्धता :

यह स्थूल कर्म की शुद्धता, यानि स्थूल कर्म राही जो शुद्धता पाये, उसकी बात है।

इन लोगों की सेवा अति कठिन है, क्योंकि :

क) ये स्वयं अपने लिए कुछ नहीं माँगते।
ख) इन लोगों की रुचि को भी जानना कठिन है।
ग) उनके काज उन्हीं के दृष्टिकोण से करने भी अति कठिन हैं।
घ) कर्म में शुद्धता न हुई, तो वे कुछ भी कर नहीं पायेंगे।
ङ) **नन्हीं! सन्तों के पास रहना बड़ा कठिन होता है, क्योंकि उनकी सहज सच्चाई को सहारना मुश्किल है। वे साधक को उसकी ग़लतियाँ सहज जीवन में बताते हैं।**
च) साधारण जीव को अपने विरुद्ध सुनना पसन्द नहीं होता, इस कारण इन्हें सहारना या बरदाश्त करना काफ़ी कठिन होता है।
छ) सन्तों की यदि सेवा करनी हो तो उनके काज भी बहुत सरल तथा साधारण से होते हैं। बड़े बड़े काम करने आसान हैं, उम्र भर छोटे-छोटे काम करते रहना बड़ा कठिन है।
ज) नन्हीं लाड़ली जान्! सन्तों की सेवा करने से सेवक में भी शुभ गुण उत्पन्न हो जाते हैं। सन्तों की सेवा करना तप ही है।

आर्जव :

आर्जव का अर्थ है :

१. मन तथा बुद्धि की सरलता;
२. मन तथा बुद्धि की विनम्रता, झुकाव;
३. निष्कपटता;
४. दम्भ तथा गुमान रहितता;
५. सीधापन।

नन्हीं! यदि जीव में आर्जवता नहीं तो वह किसी की सेवा या पूजा नहीं कर सकता।

ब्रह्मचर्य :

१. ब्रह्ममय आचरण को ब्रह्मचर्य कहते हैं।
२. सत् व्रतधारी को ब्रह्मचारी कहते हैं।
३. जो ब्रह्ममय आचरण करने का व्रत धारण करे, वह ब्रह्मचारी है।
४. नित्य योगारूढ़ रहने वाले का व्रत ब्रह्मचर्य है।
५. परम गुणों का प्रयोग करने वाला ब्रह्मचर्य व्रतधारी होता है।
६. अपनी रुचि तथा अरुचि पर ध्यान न करके परम गुणों का अनुष्ठान करने का व्रत ब्रह्मचर्य है।
७. ब्रह्म के कोण से जग को देखने वाले ब्रह्मचारी होते हैं।

ब्रह्मचारी की कोई मान्यता या शर्त नहीं होती। वह तो केवल ब्रह्ममय जीवन बनाना चाहता है। यह ब्रह्मचर्य एक अखण्ड तप ही है।

अहिंसा :

अहिंसा का अर्थ है,

- किसी का नुकसान न करने की वृत्ति।
- किसी को चोट न पहुँचाना।
- किसी की चोरी न करना।
- किसी का हक न छीनना।
- किसी को मिटा कर अपने आपको स्थापित न करना।

साधक अपने स्वरूप की भी हिंसा नहीं करता। 'मैं' रूपी अहं तथा अहंकार हिंसक ही होते हैं। अहंकार तो मानो हिंसा का स्वरूप है और हिंसा अहंकार का रूप है। अहिंसा निष्पाप, दिव्य प्रेम और दैवी सम्पदा का रूप है।

भगवान कहते हैं कि श्रेष्ठगण का पूजन, शुद्धि, सरलता, ब्रह्मचर्य और अहिंसा, ये सब शारीरिक तप हैं। ये सब कर्म तन राही करने से सिद्ध होते हैं। तन ही सेवा करता है। तनो इन्द्रियों की राही ही साधक संयम, शुद्धता, ब्रह्मचर्य, सरलता तथा अहिंसा को सफल बना सकता है।

ये सब करते हुए आपके तन को भी कष्ट सहने पड़ते हैं। तन को ही तपस्या करनी होती है। भगवान ने इसे शारीरिक तप कहा है।

अनुद्वेगकरं वाक्यं सत्यं प्रियहितं च यत्।
स्वाध्यायाभ्यसनं चैव वाङ्मयं तप उच्यते।।

श्रीमद्भगवद्गीता १७/१५

भगवान कहते हैं, अब तू वाणी का तप सुन!

शब्दार्थ :

१. **जो उद्वेगकारी वाक् न हो,**
२. **जो सत्यप्रिय और हितकर हो,**
३. **स्वाध्याय का अभ्यास रूप हो,**
४. **वह वाणी का तप है।**

तत्व विस्तार :

भगवान अनेकों बार कह आये हैं कि :

१. अज्ञानी को ऐसा कुछ मत कहो जिससे वह विचलित हो जाये।
२. मूर्खों में भी बुद्धि भेद मत उत्पन्न करो।
३. **मूर्ख तथा अज्ञानी गण के समान कर्म करते हुए ज्ञानी उनसे कर्म करवाता है।**

सत् स्थित ज्ञानवान :

क) सर्वभूत हितकर होते हैं।
ख) सर्वभूत क्षमापूर्ण होते हैं।
ग) निन्दा तथा मान के प्रति नित्य तुल्य भाव रखते हैं।
घ) प्रवृत्ति और निवृत्ति के प्रति समचित्त होते हैं।
ङ) दुश्मन या मित्र के प्रति समचित्त होते हैं।
च) कामना रहित होते हैं।

भाई! गर यह सच है तो सतोगुण सम्पन्न लोग, बुरे को न बुरा कहेंगे, न उसका परित्याग करेंगे। दूसरा भले ही इन्हें

छोड़ दे, वे स्वयं नहीं छोड़ेंगे। वे अज्ञानी को विचलित करने वाली वाणी नहीं कहेंगे।

क्योंकि :

१. वे गुण राज़ को जानते होंगे।
२. दूसरा विवश है, यह जानते होंगे।
३. दूसरा अन्धा है, यह जानते होंगे।

तो मजबूर और अन्धे से क्या भिड़ना?

ऐसा जानते हुए वे उन्हें उद्वेगकर वाक् नहीं कहेंगे। वे सत्य कहेंगे, जो जग को प्रिय लगे, वह भी कहेंगे, किन्तु हितकर भी कहेंगे। सत्, प्रिय तथा हितकर, इनका मिलन करना बहुत कठिन है।

- हितकर दूसरे को बता देना आसान है।
- कर्तव्य दूसरे को बता देना आसान है।
- झूठपूर्ण वाक्य कह देना बहुत आसान है।

यहाँ कहते हैं सत् भी हो और प्रिय एवं हितकर भी हो।

भाई! यह सब,

- साधारण जीवों की बातें हैं;
- सत्त्व गुण बधित तथा प्रकाश तथा सुख संगी की बातें हैं। यानि, सतोगुण पूर्ण साधक के तप की बता रहे हैं।

अर्जुन का व्यवहार दुर्योधन के प्रति :

एक सूक्ष्म बात छिपी है इसमें, ध्यान से समझ!

गर अर्जुन को यही श्लोक लागू करें तो :

१. उसे दुर्योधन से नहीं भिड़ना चाहिये था।
२. दुर्योधन को यही प्रिय लगता, गर अर्जुन उसे कहता कि :

क) यह राज्य तुम ही ले लो!
ख) तुम ही महाश्रेष्ठ हो।
ग) तुम ही महावीर हो।

दुर्योधन की मनो उद्विग्नता पल में शान्त हो जाती, गर पाण्डव उसे वह दे देते, जो दुर्योधन अपने लिये प्रिय समझता था, हितकर समझता था। अर्जुन ने उसे वाक् ही तो कहने थे। जो वाक् कृष्ण को अर्जुन ने कहे, वे वाक् दुर्योधन को अति प्रिय लगते।

अर्जुन ने कहा :

१. 'मैं गुरुगण को नहीं मारना चाहता।
२. पिता तुल्य बन्धु गणों को नहीं मारना चाहता।
३. उनका खून बहाने से तो भिक्षा माँग लेनी अच्छी है।
४. मैं घबरा गया हूँ।
५. गाण्डीव उठाना मुश्किल हो गया है।
६. मैं युद्ध नहीं करूँगा, इत्यादि।'

भगवान का अर्जुन को आदेश :

भगवान ने अर्जुन से कहा :

क) कायर न बन।
ख) युद्ध कर।
ग) यही कर्तव्य है।
घ) आततायियों को मारना तेरा धर्म है।
ङ) मैं भी दुष्टता का नाश करने के लिये ही जन्म लेता हूँ।

वह सम्पूर्ण गीता में अर्जुन को :

१. युद्ध करने के लिए कह रहे हैं।
२. कर्तव्य करने के लिए कह रहे हैं।
३. क्षत्रिय भाव में स्थित होने को कह रहे हैं।

भाई! अर्जुन तो दैवी सम्पदा सम्पन्न थे। अर्जुन तो जीवन भर दैवी गुण का अभ्यास करते आये थे। अर्जुन को भगवान ने कहा, 'तू गुणातीत बन; मेरे समान धर्म वाला बन।'

यहाँ जो कहा,

- यह सतोगुण अभ्यासी को कहा है।
- यह सतोगुण बधित के बारे में कह रहे हैं।
- यह साधक के प्रति कह रहे हैं।

अर्जुन किंकर्तव्यविमूढ़ क्यों हुआ?

अर्जुन किंकर्तव्यविमूढ़ इसलिए हुआ क्योंकि वह :

१. हृदय से साधु ही था।
२. उदारतापूर्ण वृत्तियों से सम्पन्न था।
३. गुरु और द्विज पूजक था।
४. कृतज्ञतापूर्ण था।
५. आज्ञाकारी था।
६. सम्मान देने वाला था।
७. दुश्मनों को भी बचाने वाला था।

इसलिये जब दुर्योधन को उसके दुश्मनों ने आ घेरा था, तो उसने उसकी भी रक्षा की थी।

भगवान अर्जुन को वाणी का तप ही बता रहे हैं। वह अर्जुन को यह नहीं कह रहे कि 'तुम यह कहो, तुम यह न कहो।' या, 'तुम दुर्योधन से ऐसे बोलो।' वह तो अर्जुन को गुण समझा रहे हैं, तथा अर्जुन को गुणातीत बनना सिखा रहे हैं।

ब्रह्म का स्वभाव :

ब्रह्म का स्वभाव अध्यात्म है।

ब्रह्म के स्वभाव में प्रेम भी अपार है।

ब्रह्म के स्वभाव में क्षमा भी अपार है।

ब्रह्म के स्वभाव में न्याय भी अपार है।

ब्रह्म के स्वभाव में कर्मफल से कोई नहीं छूटता।

जीव को ब्रह्म का न्याय पसन्द आना मुश्किल है। भगवान तो मानो कहते हैं कि :

१. वाणी को कामना रहित बनाना तप है।
२. वाणी को सत्‌मय बनाना तप है।
३. साधक किसी से भी नहीं भिड़ता।

भाई! साधक या सत्त्व गुण सम्पन्न ऐसे ही स्वाध्याय का अभ्यास करता है।

स्वाध्याय :

स्वाध्याय का अर्थ है :

१. अपने लिए पठन करना और मन ही मन में मनन करना।
२. अपने लिए शास्त्र कथित विशेष शब्दों को अर्थ सहित ग्रहण करना।
३. शास्त्र कथित सत्त्व वर्णन करने वाले शब्दों का निहित सार जानने के प्रयत्न करना।
४. प्रथम शास्त्र को पढ़ना या सुनना, फिर शास्त्र कथित वाक् को समझने के प्रयत्न करना।
५. शास्त्र कथित वाक् पर चिन्तन करना।
६. शास्त्र कथित वाक् के स्वरूप को समझना।
७. शास्त्र कथित वाक् के रूप को समझना।
८. शास्त्र कथित वाक् के स्वरूप और रूप का मनोमन मनन करना और फिर उसे जीवन में ले आना।

यह सब स्वाध्याय का अभ्यास है। इसी विधि गुण अभ्यास भी होता है। यह अभ्यास ही तप है।

भाई! गुणातीतता भी अभ्यास से ही परिपक्व होती है। दैवी गुण भी प्रथम व्यक्तिगत रूप में उभरते हैं तथा अभ्यास के पश्चात् समष्टिगत रूप धरते हैं। तब वे दैवी कहलाते हैं।

❖ ❖ ❖

सिमरण और बुद्धि अर्पण

परम पूज्य माँ से 'पिता जी' के प्रश्नोत्तर

परम पूज्य माँ के पिता जी, श्री. सी. एल. आनन्द, एक महान शास्त्रज्ञ, विद्वान, उच्चविचारों वाले असाधारण मानसिक शक्ति सम्पन्न व्यक्ति थे। वह बार-एट-लॉ थे और पंजाब विश्वविद्यालय में तीस वर्ष तक लॉ कॉलिज के अध्यक्ष रहे। वह अपनी निजी आध्यात्मिक उन्नति व शास्त्र स्पष्टीकरण के लिये मन्दिर में आकर माँ से प्रश्न पूछते थे। (वह मन्दिर में अपनी ही बेटी को 'माँ' कह पुकारते थे।)

पूछे जाने पर प्रश्नकर्ता के प्रश्न को पूज्य माँ भगवान के चरणों में ज्यों का त्यों धर देते थे और प्रसादवत् उत्तर पूज्य माँ के मुखारविन्द से बह जाता था। यही उनका दिव्य प्रज्ञा प्रवाह है!

पिता जी

गीता में भगवान ने कहा है कि निरन्तर मेरा स्मरण करो और मन बुद्धि मुझपे अर्पण करो। इससे क्या अभिप्राय है? विस्तार से कहिये।

प्रश्न अर्पण

श्याम कहें साधक मुझपे, मन बुद्धि अर्पित करो।
निरन्तर सिमरण मेरा हो, मुझको ही तब पा जाओ।।१।।

भक्त को आदेश दिया, अभिप्राय हम न समझ सके।
मन बुद्धि अर्पण कहो, राम यह कैसे हो सके।।२।।

तत्व ज्ञान

हर पल जिसकी याद रहे, आंतर में जो बसी रहे।
शब्दन् की है बात नहीं, अखण्ड लौ जब लगी रहे।।३।।

सिमरण तब ही मानिये, मौन में जब सिमरण हो।
लग्न जब इतनी हो जाये, मौन ही तब सिमरण हो।।४।।

बिन सिमरे ज्यों 'मैं' सिमरो, बिन 'मैं' कहे नित 'मैं' कहो।
उसी विधि हो राम नाम, 'मैं' की जा वा नाम ही हो।।५।।

मन बुद्धि अर्पण क्या हों, जिसके हैं उसको दे दो।
चित्त अशुद्धि मोहित बुद्धि, निर्मल पल में तब ही हो।।६।।

साक्षित्व रहे हर पल उसका, वा गुण स्वतः ही बह जायें।
आदेश उसका शास्त्र कथित, मूर्तिमान तब कर पायें।।७।।

ऐसी स्मृति फिर बनी रहे, दिनचर्या में वह साथ रहे।
नयन राम पे टिकी रहे, हाथ में उनका हाथ रहे।।८।।

हक़ीक़त बन जब साथ चलें, इक पल उसे न भूल सकें।
असत् वर्तन कस हो सके, सत् स्वरूप जब साथ रहें।।९।।

यही स्मृति है जान मना, प्रथम चेत में रहती है।
शनैः शनैः यह 'मैं' की जा, राम को देती रहती है।।१०।।

इक दिन ऐसा आयेगा, जब 'मैं' की जगह राम बसे।
तेरा अंग अंग भये राम का, सिमरण अर्पित मन बुद्धि करे।।११।।

सिमरण ऐसा कीजिये, साक्षित्व निरन्तर हो जाये।
जहाँ भी तेरा तन जाये, राम ही तोरे संग जाये।।१२।।

वास्तविक भक्ति सिमरण है, साक्षी राम बना दे जो।
दिनचर्या में नामी का, पल छिन साथ करा दे जो।।१३।।

ऐसा सिमरण हो जाये, स्वरूप राम का मिल जाये।
राम प्रधान हो जीवन में, परम विश्राम तब मिल जाये।।१४।।

योग सफल हो जायेगा, वहाँ मिलन हो ही जायेगा।
'मैं' की जगह वहाँ राम ही, विराजित तब हो जायेगा।।१५।।

ज्ञान-विज्ञान सहित

सुन ले मना समझाऊँ तुझे, प्रेम किसे वो कहते हैं।
मन बुद्धि अर्पण है क्या, सिमरण फल जो कहते हैं।।१६।।

मन का संग हुआ सत्त्व से, मन सत्त्व मानना चाहेगा।
साचो प्रेम गर हो ही गया, उसे हिय में लाना चाहेगा।।१७।।

स्थूल में मान जो चाहता था, जग गुमान में भरमाया।
मान अपमान क्या याद रहे, राम हृदय में जब आया।।१८।।

जो प्रीत करे वह मिट जाये, वह मन चरण धरी आता है।
मान अपमान से जान मना, वह तो उठ ही जाता है।।१९।।

जग उसको फिर कुछ भी दे, ऐसी बात वह न चाहे।
कहीं प्रीत करे प्रतिरूप में, कुछ भी मिले वह न चाहे।।२०।।

जग सारा कोई बीन ले, पूर्ण उसका छीन ले।
सत् साक्षित्व में मस्त वह, दृष्टि भी वहाँ नहीं धरे।।२१।।

स्थूल सम्पर्क से प्रतिद्वंद्व, वा के मन में कहाँ उठे।
पूर्ण आंतर टिका राम में, और जगह ही कहाँ रहे।।२२।।

स्थूल संग त्यजी वह मन, सत् रंगी हो जाता है।
स्थूल गुण का संग त्यजी, सत् गुण संगी हो जाता है।।२३।।

किसी गुण का गर मान मिले, वह राम सामने पाये है।
गर अपमान जो उसे मिले, वहाँ भी सीस झुकाये है।।२४।।

बुद्धि की भी बात यही, वह मन पाछे नहीं बढ़े।
मन क्या माँगे रुचि कहाँ, उसकी ओर नहीं देख्र सके।।२५।।

बुद्धि और मन दोनों मिली, एकाकार हैं हो गये।
सिमरण तीव्र जो हुआ, साकार राम वहाँ हो गये।।२६।।

अपना मुखड़ा था देख्र लिया, अपने गुण पहचान लिये।
मोह अज्ञान और अहंकार, को मिथ्या हैं जान चुके।।२७।।

त्राहि त्राहि पुकार करी, पाहिमाम फिर कह दिया।
शरणापन्न मैं तेरे हूँ, कही के सीस झुका दिया।।२८।।

आरम्भ साधना यहाँ पे हो, समर्पण इस विध होता है।
अर्पित जानो वह प्रेमी, इस राह से ही होता है।।२९।।

पर उस भक्त की क्या कहें, जो मन बुद्धि को चरण धरे।
'मैं' अपनी झुका वह दे, और 'मैं' कहीं पे नहीं रहे।।३०।।

अर्पण तब ही मानिये, जब 'मैं' वहाँ पे नहीं रहे।
मम बुद्धि मम मन कहीं है, ऐसा भाव ही नहीं रहे।।३१।।

समझ मना तू बात समझ, उस 'मैं' चरण में चढ़ायी है।
तन का मानो सीस झुका, उस 'मैं' चरण में झुकायी है।।३२।।

फिर स्थूल संगी मन जो था, वह भी उसने छोड़ दिया।
प्रथम सत्संगी वह भया, अब राम से नाता जोड़ लिया।।३३।।

बुद्धि ने भी यही किया, रुचि अरुचि और अहं त्यजे।
जो सत् जाना वह कह दिया, परिणाम उसी पे छोड़ दिये।।३४।।

को' मिले उसे कब मिले, कैसे मिले क्यों न मिले।
ऐसा भाव ही नहीं उठे, कुछ मिले मिले या न मिले।।३५।।

सोच सोच के जान गया, सोच सोच कुछ न होये।
सोच सोच के सोच थके, सोची सोच ही मौन होये।।३६।।

समझ को समझ यह आ गई, अब समझे भी कुछ नाहीं हो।
समझ समझ के समझ पड़ी, समझ को कहा तू मौन रहो।।३७।।

मन भी यह सब जान गया, मन ने भी सब मान लिया।
नामी पाछे मन भी चला, जो बुद्धि कहा उस मान लिया।।३८।।

समर्पण तब ही हो पाये, जब बुद्धि आगे आगे चले।
सत्संगी वा की बुद्धि भये, पाछे पाछे मन भी बढ़े।।३९।।

गर मन वहाँ न जाये, बुद्धि की इक वह न माने।
तव प्रेम नहीं वहाँ हो सके, साधक यह सब कुछ जाने।।४०।।

बुद्धि में हो तीव्र लग्न, अतृप्त चाह वह बन जाये।
स्मृति राह भयें साक्षी राम, हर वृत्ति यही चाहे।।४१।।

महा तीव्र यह चाहना हो, अतृप्त चाह तृप्ति चाहे।
मनो वृत्ति हर साथ दे, बुद्धि क़दम तब धर पाये।।४२।।

मन बुद्धि जब साथ चलें, अर्पण स्वतः ही हो जाये।
बिन मनो संग करे अर्पण, समर्पण नहीं यह हो पाये।।४३।।

मन बुद्धि जब मिल बैठे, एकाकार यह वृत्ति भये।
स्मृति अखण्ड हो जाये, महा भक्ति यह ही भये।।४४।।

महा शक्ति यह बन जाये, उसे रोक कौन अब पायेगा।
मन बुद्धि अर्पित हुए, राम स्वतः घर आयेगा।।४५।।

सत् सों जब प्रीत हुई, सत्त्व पिपासा उठी आई।
अतृप्ति तृप्ति गर चाहे, भक्ति भाव कहो उठी आई।।४६।।

केवल एको चाह रहे, हर वृत्ति उसको चाहे।
अखण्ड स्मृति तब हो जाये, महा शक्ति वह बन जाये।।४७।।

पूर्ण समूह बन करी, जब एक वृत्ति बन जाती है।
हर वृत्ति तब मिल करी, सत् की महिमा गाती है।।४८।।

और चाह सब छोड़ करी, हर वृत्ति आ जाती है।
हर वृत्ति शक्ति मिल करी, बहु बलवान हो जाती है।।४९।।

बहु शाखा जहाँ होती हैं, निर्बलता वहाँ आती है।
एको चाहना रह जाये, वह महाबली हो जाती है।।५०।।

राम प्रिय उसे हो जाये, वा प्रेम में ही वह खो जाये।
एक सत्त्व में चित्त धरे, सत्त्व आप ही हो जाये।।५१।।

संग नहीं पिपासा नहीं, जिज्ञासा नहीं तो अर्पण क्या।
जिसको एक ही लग्न रही, अर्पण स्वतः हो जायेगा।।५२।।

एकाकार वृत्ति भी हो, संग नामी की स्मृति भी हो।
साक्षी रूप संग राम भी हो, सत् प्रतिमा तुम बन सको।।५३।।

सत् के गुण बुद्धि समझे, मन उसका ही रूप धरे।
एकाग्रचिति जब सत् चाहे, सत् प्रतिमा जीवन भये।।५४।।

सत् का अनुभव तब ही हो, जीवन में जब आ जाये।
हर गुण जो सत् का गाये, जीवन में उसे अपनाये।।५५।।

बाह्य अनुभव यह नहीं, आंतर में यह होते हैं।
मन बुद्धि बनी एक रूप, अर्पित जब यह होते हैं।।५६।।

आपुनो अनुभव आपको हो, फिर आप उसी में खो जाये।
राम में 'मैं' जो खो जाये, राम आप ही हो जाये।।५७।।

११.२.१९६७

❖ ❖ ❖

जग दर्शन की विचित्र दृष्टि

डॉ. जे. के. महता (पापा जी) द्वारा प्रस्तुत यह लेख 'अर्पणा पुष्पांजलि' के नवम्बर १९८४ के अंक में से पुन: प्रस्तुत किया जा रहा है

दिनचर्या में, संसार में हमें जो भी मिलता है, वह या तो हमारे अनुकूल होता है या प्रतिकूल। अनुकूल तो हमें रुचिकर लगता है परन्तु प्रतिकूल अरुचिकर.. हम चाहते हैं कि हमें रुचिकर ही बार बार मिले, इसे राग कहते हैं। अरुचिकर से हम दूर रहना चाहते हैं, जो द्वेष कहलाता है।

हमारा सहज जीवन इस रुचिकर अथवा अरुचिकर यानि राग और द्वेष पर ही आधारित होता है। उनके कारण ही हमारी बुद्धि आवृत हो जाती है। किसी भी परिस्थिति में हम ठीक निर्णय नहीं ले पाते, अधिकांश तो किसी को ठीक से देख ही नहीं पाते और कई बार तो मिथ्या दोषारोपण तक भी कर देते हैं.. जो हमें पसंद नहीं है उसकी निन्दा करना, उसे नीचे गिराना हमारे स्वभाव का एक सहज अंग बन गया है।

यह सब मैं अपने जीवन के अनुभव के आधार पर कह रहा हूँ। पूज्य माँ के सम्पर्क में आने से पहले ऐसा मेरा दृष्टिकोण हुआ करता था। समाज में मैं एक शांत, संत स्वभाव वाला और परहितकारी व्यक्ति जाना जाता था। यह सत्य भी था, निराधार नहीं था। नगर में मित्रों और सम्बन्धियों में मेरा बड़ा मान और प्रतिष्ठा हुआ करती थी। यह मान

और प्रतिष्ठा मिथ्या दम्भ पर आधारित नहीं थी, बल्कि मेरे गुणों और जीवन के व्यवहार से प्रमाणित थी।

इस बाह्य साधुतापूर्ण जीव प्रवाह के कारण मैं अपने आंतर के राग-द्वेष को देख नहीं पाता था। मैं अपने आप को सर्वश्रेष्ठ और पूर्णतया निर्दोष समझता था।

यह भजन मुझे अतीव प्रिय था-

"प्रभु जी मेरे अवगुण चित्त न धरो।
मैं जैसा भी हूँ मुझे स्वीकार करो।।"

कहता तो मैं यह नित्य था, पर मुझ में कोई अवगुण है.. ऐसा मानता नहीं था। पुकार चाहे मिथ्या ही थी, पर लगता है भगवान जी ने एक दिन सुन ही ली! क्या कहूँ उन करुणामय भगवान की अहेतुकी कृपा की, जो नितान्त दोष-दृष्टि रहित हैं! उन्होंने मेरी झूठी पुकार को भी सत्य करके जाना। १९५८ में, अनायास ही मुझे परम पूज्य माँ का सम्पर्क प्राप्त हो गया जिनकी छत्रछाया में ही अब मैं परिवार सहित रह रहा हूँ।

आज तक पूज्य माँ ने स्वयं अपने जीवन के बारे में तो कुछ नहीं कहा। हमारे प्रश्नों के उत्तर में आध्यात्मिक दृष्टिकोण का स्पष्टीकरण तो कई बार किया, परन्तु वास्तविक स्पष्टीकरण तो उनके जीवन के दर्शन से ही सम्भव हुआ।

निरन्तर सहवास के कारण अनेकों परिस्थितियों में उनके और मेरे दृष्टिकोण का भेद स्पष्टता से दीखने लगा.. जो उन्हीं के द्वारा दिये गये ज्ञान से समझ कर, मैं कुछ कुछ ग्रहण करने लगा। बचपन में ही उनका जो दृष्टिकोण था, उसके कुछेक संकलन आप के सम्मुख प्रस्तुत कर रहा हूँ, जिससे उनकी आंतरिक स्थिति के विषय में कुछ कुछ समझ आती है।

पूज्य माँ जब सातवीं कक्षा में पढ़ते थे तो इनकी एक सहेली फेल हो गई और पूज्य माँ उत्तीर्ण होकर आठवीं कक्षा में चले गये। इनकी सहेली बहुत उदास हो गई और रोने लगी.. इसलिये नहीं कि वह फेल हो गई थी, बल्कि इसलिये कि उनकी सखी (परम पूज्य माँ) उससे दूर हो जायेंगी। पूज्य माँ ने उसको बहुत आश्वासन दिलाया कि मित्रता वैसे ही बनी रहेगी.. कभी टूटेगी नहीं। पर उसको तो विश्वास ही नहीं हुआ।

उस वर्ष पूज्य माँ आठवीं कक्षा में नहीं गये, बल्कि सातवीं कक्षा में ही दोबारा चले गये। इसके लिये उन्होंने अपनी माता जी (बीबी जी) एवं अपनी मुख्याध्यापिका को भी मना लिया। पूज्य माँ ने हमें सत् पथ की ओर प्रेरित करते हुए कई बार बताया, 'दूसरों की झोंपड़ी बचाने के लिए अपना महल जला देना ही सतोगुण का प्रमाण है। सतगुण वाला केवल दूसरे के लिए जीता है.. जहाँ उसे अपना आप याद ही नहीं रहता!'

ऐसी ही एक और घटना, जब पूज्य माँ पंजाब युनिवर्सिटी में नौकरी किया करते थे.. जब कोई भी ज़रूरतमंद इनके पास अपनी याचना लेकर आ जाता था, तब वह उसकी आवश्यकता अपने से धन देकर पूर्ण कर दिया करते थे। इस कारण कई बार महीना ख़त्म होने से पहले ही इनके पास पैसे समाप्त हो जाया करते थे।

एक बार ऐसे ही महीने के अन्त में जब पूज्य माँ के पास पैसे समाप्त हो गये थे.. एक विधवा अपनी आवश्यकता के लिए धन लेने आई। पूज्य माँ एक दिन पहले ही अपने लिये एक महंगा सा नया रेडियो ख़रीद कर लाये थे। उन्होंने उस महिला को वह रेडियो दे दिया और कहने लगे, 'इसे गिरवी रखकर पैसे ले लेना, वेतन मिलने पर मैं इसे स्वयं छुड़वा लूँगी।'

जिस जीवन को शास्त्र पावन कहते हैं.. जिन्हें पुण्यात्मा कहते हैं.. पूज्य माँ तो ऐसा जीवन जीते हुए, अनेकों विपरीततायें होते हुए भी नित्य मुदित ही रहा करते थे। दुःख आने पर इन्हें छू न पाते और न ही इनके दृष्टिकोण पर कोई प्रभाव डाल सकते। शुद्ध सात्विक गुण प्रवाह ही इनका जीवन था। कैसा अटल वह दृष्टिकोण था.. जिसमें अपना पूर्ण भुलाव और केवल दूसरा ही प्रधान था।

१९५८ में, जब पूज्य माँ की तथाकथित साधना प्रारम्भ हुई तो उस शुद्ध सात्विक दृष्टिकोण में नाम का आवाहन हुआ। एक राम जी ही पूर्ण सृष्टि के रचियता रह गये.. उनके अतिरिक्त कहीं और कुछ नहीं रहा। साधना काल में शुद्ध 'सात्विक मैं' राम नाम कहती हुई उसी में खो गई व पूर्ण मौन हो गई। आज उसका कहीं लेशमात्र भी नहीं मिलता। सारा संसार अपनी ही वृत्ति का विस्तार लगने लगा। कहीं कोई भेद-भाव नहीं रहा। अपने पराये का भेद-भाव छोड़कर समदृष्टि हो गये।

शास्त्र कथन मैं कहता तो अवश्य था, परन्तु मानता नहीं था। 'राम की रचना जग सारा!' ऐसा मैं कहता तो अनेक बार था परन्तु दूसरों के प्रति दोष-दृष्टि, मन में उनका ठुकराव, किसी से कणमात्र भी विपरीतता मिलने पर मन का भड़क जाना इत्यादि मेरे यह चिन्ह मेरी कथनी के विरुद्ध थे। पर यह मैं जानता नहीं था। इस कारण समझता था, मैं तो केवल भगवान के नाम से ही प्रीत रखता हूँ।

पूज्य माँ के सम्पर्क और निरन्तर उनके और अपने जीवन के अनुदर्शन से ही तो पता लगा कि उनके और मेरे 'नाम' के दृष्टिकोण में कितना अन्तर है।

- इधर मैं नाम तो लेता था, परन्तु अर्थ भावना के रहित..

- उधर राम का आवाहन है.. जिसमें 'मैं' मौन होता गया।

- इधर नाम लेने से, मैं अपने आपको अन्य लोगों से और भी श्रेष्ठ मानने लगा..

- उधर सब ही राम के रूप दीखने लगे।

- इधर मैं स्वयं को पूज्य बनाता गया..

- उधर विराट रूप पूर्ण जग में, वैश्वनर की पूजा प्रारम्भ हो गई।

कितना सौभाग्यशाली हूँ मैं कि यह सब मैं देख तो सका। अध्यात्म केवल एक दृष्टिकोण का भेद है, तीक्ष्ण और प्रवीण बुद्धि का विस्तार नहीं। यह शास्त्र जीवन दृष्टिकोण, गुरु जीवन द्वारा प्रमाणित ही दृष्टिगोचर हो सकता है - जिसको मैं केवल श्रद्धा की भावना से देख सकता हूँ। तब उसका आवाहन हो पायेगा, नहीं तो जन्म-जन्म बीत जायेंगे और साधक-साधना करता करता भी नाम का सार नहीं पा सकेगा। ❖

मुझे राहों में नहीं रुकना..
मुझे तो लक्ष्य तलक ही जाना है!

श्रीमती पम्मी महता

गुज़ारिश है तुझसे ऐ मेरे मालिक..

अब के गर्दिश में गुम न हो जाना

युग बीत गये भटकते हुये..

अब के हमें और न भटकाना!

पूज्य माँ के मिलने से पहले ऐसे ही भावों में जिया करती थी..

आपने तो स्वयं कृपा करी हमें भटकने से विराम देकर, अपने क़दमों की आहट सुनाई है.. लो, मैं लौट आया हूँ, इस जगती को सच ही सत् पथ दिखाने के लिए..

सुश्री छोटे माँ, श्रीमती पम्मी महता एवं अर्पणा के अन्य सदस्य सत्संग में तल्लीन..

हे करुणामयी माँ, आप श्री हरि माँ ने तो धरा पर अवतरित हो कर हम पर मेहर की है.. क्योंकि कलियुग की पीड़ा बहुत सह ली, सिवाय भटकने के कुछ भी तो नहीं मिला। तड़प तड़प के तड़प ही सहते रहे.. कितने दुःख झेले.. किस कारण आपसे विलग ही होते चले गये।

जिस पाक दामन को पकड़ कर आपके पास पहुँचना था; हमने विपरीत राह पर ही चलना शुरु कर दिया.. ऐसे भटके कि निज रहगुज़र ही भूल गये!

आप मालिक को बुलाया तो बहुत..

व आपने कई रूपों में उतर कर हमें चलाना भी चाहा..

हम ही थे जो गुज़ारिश तो करते रहे, मगर चलना फिर भी नहीं आया।

याख़ुदाया, आपने करम तो किये कई रूपों में ढल कर..

शायद हम आप ही से पाई रहगुज़र पर लौट आयें, मगर नहीं!!

..भटकते रहना व आप से वियोग.. हृदय में न जाने क्यों, सम्भाले ही चले गये!

काश! त्राहि-त्राहि पुकारते हुए आपको तहेदिल से पुकारा होता..

तो हम इतने बेबस व लाचार न होते..

इतने मायूस हो कर अपनी विवशता से आहत व हताश हो कर अपना यह हाल न कर लिया होता।

आप सभी देखते चले गये और मौन रहे। आलम् यह हुआ कि हम बेबस और लाचार हो कर.. आख़िर इस मुक़ाम पर पहुँच गए जहाँ से हमें कुछ भी दिखाई न दिया। हम टूट भी गए.. और बिखर भी गये.. तभी आप हमारी भटकनाओं को विराम देने के लिए आ गए.. परम पूज्य श्री हरि जगद् जननी माँ के वेष में!

इतना ताब नहीं रह गया था कि आपको बुला पाते - आप से नज़रें मिला पाते। आप ही ने कृपा करी बुला लिया। कैसी करुण-कृपा की आपने कि ख़ुद ही आवाज़ दे ली और अपने सीने से लगा लिया। कैसा अद्‌भुत व विलक्षण मंज़र था - आपकी इतनी निराली शोभा के दर्शन पा धन्य-धन्य हो गई यह जगती!

एक तरफ़ आपकी अद्‌भुत निराली शोभा से आँख ही नहीं हटती थी.. जी चाहता था देखती ही चलूँ आपको! आप ही में सिमट जाऊँ! इतनी सादगी में आपकी शोभा.. इतनी निराली कि आँख उठती ही नहीं थी और आपकी दिव्यता का यह अद्‌भुत दर्शन पा धन्य-धन्य हो रही थी.. जैसे युगों से बिछुड़े अब मिल रहे हैं!

कितनी भटकना शांत हो रही थी। आप ही आपको देखी-देखी निहाल हुई जा रही थी, जैसे जिस रहगुज़र से भटक गई थी आप ही ने इसे आवाज़ दे कर बुला लिया। तब से आज तलक न आप रुके न मुझे ही रुकने दिया।

एक निरन्तरता का आलम् था.. मैं तो जैसे प्यासी आती थी और प्यासी लौट जाती.. युगों-युगों की भटकना को सुकून मिल गया! मेरे लिए यह बड़े ही अनमोल पल थे.. जैसे सारी कायनात रुक गई हो। मैं उन पलों को बटोर लेती जो मुझे आपसे मिलते.. कितने अनमोल होते!

हे श्री हरि माँ प्रभु जी, आप ही की करुण-कृपा से यह मेरे क़दम चलते ही चलें। बस यूँ ही चलती ही चलूँ! आप परम पूज्य माँ का वरदान ही इतना प्यारा है कि अपना इसे मान करी इस परम सत्य को निभा पाऊँ.. ऐसी अनन्य भक्ति व श्रद्धा भाव तथा प्यार से ऐ रहगुज़र, इसे श्री हरि माँ के श्री चरणन् में लिए चलना.. जब तलक उनके हाथों ही उनमें तेरी जानिब से ऐ रहगुज़र विराम न पा जाऊँ।

पल पल, हर पल ऐ रहगुज़र उन्हीं की ओर मुझे लिए चलना। यह उन्हीं प्रभु माँ का आशीर्वाद है व उन्होंने करुण-कृपा करी अनमोल अवसर दिया है। श्री हरि माँ प्रभु जी की उस रहगुज़र पर मुझे लिवाये लिये चलना।

कोई भी बाधा मेरी राहों को न रोक सके। हे सजनी उन्हीं की मेहर में व उन्हीं के हज़ूर में लिए चलना। मुझे राहों में नहीं रुकना.. मुझे तो लक्ष्य तलक ही जाना है। बहुत भटका चुका यह मन.. बस अब तो हे रहगुज़र यही गुज़ारिश है.. मुझे तो परम पूज्य, परम आराध्य के क़दमों में ही बिछ जाना है! ❖

मृत्यु के साक्षित्व में निजी दर्शन

सुश्री छोटे माँ द्वारा प्रस्तुत यह लेख परम पूज्य माँ के सत्संग पर आधारित है,
इसे 'अर्पणा पुष्पांजलि' मई १९८४ के अंक में से लिया गया है.

परम पूज्य माँ का दृष्टिकोण एवं ज्ञान बहुत अनूठा परन्तु बहुत व्यावहारिक रहा है। मृत्यु के विषय में भी परम पूज्य माँ ने मृत्यु को क़रीब से देखते हुए, उसे समझ कर हमें मृत्यु का राज़ सुझाया।

हमें अपने तन से बहुत संग है। सारा जीवन ही व्यतीत हो जाता है.. इसी के लिए सब कुछ करते हुए.. परन्तु हमने कभी यह नहीं देखा कि क्या यह तन हमारा अपना बना? क्या इसने हमारी बात मानी? अगर इसे कहा जाये, 'हे तन! मुझे थोड़ा समय और दे दे।' बिन बोले यह कहता है, 'मैं तो मृत्युधर्मा हूँ.. मैं कब किसी के कहने पर रुका हूँ.. मैं तो चला।'

हम लाख बिनती करें कि हे तन! मैं आयु-पर्यन्त तेरे लिए जीती रही और किसी की बात तो मैंने सोची ही नहीं.. तुम्हारे साथ ही वफ़ा निभाई। तेरे लिए जग को भी ठुकराया। आयु भर तेरी सेवा करी। क्या तू मेरी इतनी सी भी बात नहीं मानता? इस पर तन ने उत्तर दिया, "होगा वही, जो होता रहा! मैंने कब कहा था कि मेरे लिए कुछ भी कर! क्या तुम मेरा स्वभाव नहीं जानते? न मैं अपनी इच्छा से आता हूँ और न ही अपनी इच्छा से जाता हूँ। निश्चित विधान के नियमानुसार ही चलता हूँ।"

तन का, मौन में यह सांकेतिक अर्थ सुनकर, बारम्बार मन में गुँजार होनी लगी,

"होगा वही जो होता रहा"

यदि हम इस प्रकार से सोचें कि हमारी मृत्यु आ गई है.. शव सामने धरती पर पड़ा है.. उस पल क्या होगा? कुछ लोग रो रहे होंगे.. बहुत से ख़ुश भी होंगे और फिर शीघ्र ही सब हमें भूल जायेंगे। हमें यह देखना है कि जीवन राही हम सुगन्ध छोड़ कर जा रहे हैं या दुर्गन्ध.. अथवा धूलि छोड़ कर जा रहे हैं?

अब साधक की अपने साथ बातें होने लगी। वह मृत्यु को साक्षी बना कर द्रष्टा भाव में अपने तन को सामने रख कर कहने लगा..

हे तन! तेरे कितने वर्ष बाक़ी रह गए हैं? क्या तूने कभी यह भी सोचा है? याद रहे, तुम्हारे मरने के पश्चात तो दुनिया ऐसी ही चलेगी। तुम व्यर्थ ही अपने अहंकार में रह कर अपने को श्रेष्ठ मानते रहे और दूसरे इंसान को इंसान ही नहीं समझा। फिर बाद में तुम पछताओगे और कहोगे कि यह मैंने क्या किया? यदि समय पर समझ आ जाता तो जीवन बदल जाता।

याद रहे, जिस तन को हम अपना मान रहे हैं.. वह तो माटी में मिल जाएगा। बाक़ी कुछ भी नहीं रह जायेगा। इसलिये देखना यह है कि कौन सा भाव लेकर जा रहे हैं? यदि धन के लिये अन्य लोगों को तड़पाया तो अगले जन्म उसका फल अवश्य मिलेगा। गर सबका मान हर लिया, तो उसका फल भी तो मिलेगा।

भगवान ने तो हमें अपना रूप बनाकर भेजा था, हमने ही अपने आपको शैतान बना लिया। भगवान ने सब कुछ दिया कि सब काज मेरे अर्थ करना.. पर हम सब कुछ अपना कर, चोर ही बन गये। शराफ़त ही छोड़ कर बैठ गए।

हम यह याद क्यों नहीं रखते कि एक दिन हमने भी चिता पर जलना है। इसलिए क्यों नहीं हम अपना हिसाब ठीक कर लेते? हम अपने को यदि बहुत समय देते हैं, यह सोच कर कि अभी तो यौवनावस्था है तो हम बड़े ही मूर्ख हैं.. यदि हमें पता लगे कि हमारी मृत्यु आने वाली है तो हम क्या करेंगे?

यह सोच कर, मृत्यु को सामने रख कर, उसके साक्षित्व में बात करें। शास्त्र प्रमाण हैं कि राजा परीक्षित को श्राप मिला कि सात दिन में उनकी मृत्यु आ जायेगी। उन्होंने वह सात दिन शुकदेव से निरन्तर श्रीमद्भागवत् सुनते सुनते ही, जीते जी अमरत्व प्राप्त कर लिया।

हम मृत्यु की प्रतीक्षा क्यों करें? हम मृत्यु से मिलने क्यों नहीं जाते? किसी अन्य का शव देख कर, उसके स्थान पर स्वयं को रख कर क्यों नहीं देखते? यह सोच कर ऐसी ठेस लगेगी, जो हमें जगा देगी। कुछ इस प्रकार का भाव परम पूज्य माँ ने अपने एक निकट-सम्बन्धि को अपने पिता जी की मृत्यु के समय पर कहा था :

"..जाता देख के न घबरा, याद कर इक दिन तू भी जायेगा।"

इसी प्रकार संतजन को लो.. उनका जीवन एक एक पल का होता है। वह आधुनिक में जीते हैं। उन्हें पता चले कि उनकी मृत्यु का समय आ गया है, तो उनका कोई काज अधूरा नहीं होता। वह पूर्णतया तैयार होते हैं। वह इस मृत्युरूपा परिस्थिति को उसी प्रकार मानते हैं जैसे बाक़ी परिस्थितियाँ आती हैं।

हम मृत्यु से प्यार क्यों नहीं करते? मृत्यु से प्यार का अर्थ होगा.. जो सच्चाई में जीना चाहता है और जिसका सामान बंध चुका है; उसके लिए जीना और मरना दोनों ही आसान हैं। यदि इस प्रकार से देखेंगे, तो सोचेंगे कि मेरे अपने या मेरे बच्चे कौन सा नाम लेकर मेरे गुण गाएंगे। वह चोर कह कर भुला देंगे या मान सहित नाम लेंगे।

रावण को चाहे इतना ज्ञान था, पर अपने तन के संग के कारण जन्म जन्म के लिए अपमानित हो गया। सो, अब हम देख लें कि हम चाहते क्या हैं? क्या हम भी अपने आंतरिक रावण को जलाना चाहते हैं? यह याद करें कि हममें तो इससे भी अधिक भयंकर दुष्टता के प्रमाण हैं। यदि समय पर आँख खुल गई तो एक दिन हृदय में राम को पुकार ही लेंगे। तब आंतरिक अंधकार के दर्शन हो ही जायेंगे। जब हमारी आँख खुलेगी तब ही पुकार बनेगी -

"मेरी अंतिम घड़ियाँ आ पहुँचीं, तेरे नाम का प्याला न पहुँचा।
दरबार में तेरे कब से खड़ी, सलाम भी तुम तक न पहुँचा।।

..राम मुझे कुछ ग़रज़ नहीं, यह शव रहे या जल जाये।
तेरे दर पे आन पड़े हैं हम, अब रहें रहें या मर जायें।।" ❖

राम राज्य तभी सम्भव है

जब राजा प्रजा को अपनी सन्तान माने!

परम पूज्य माँ के सत्संग पर आधारित यह लेख 'अर्पणा पुष्पांजलि' के नवम्बर १९८४ के अंक में से पुन: प्रस्तुत किया जा रहा है

भगवान ने जब जब भी धरती पर अवतार लिया.. वह एक साधारण जीव बन कर आए और अन्य प्राणियों की तरह ही जीवन की अनुकूलता और विपरीतता में से गुज़रते हुए.. अपने झुकाव, प्रेम, क्षमा, करुणा आदि दैवीगुणों का प्रमाण देते हुए हमें जीने का ढंग सुझाते रहे।

जिनकी उपमा से हर शास्त्र अपना घूँघट खोल देते हैं.. उन दिव्य, शाश्वत, आत्मस्वरूप, अचिन्तय, दुर्विज्ञेय, अप्रमेय तत्व में स्थित उन राम की बात कर रहे हैं। हमें वह प्रेम से भर देते हैं.. उनकी अनुकम्पा हम पर बरसने लगती है.. एक ओर हम जैसे

कुटिल मन, दूसरी ओर वह परिस्थिति से नित्य अप्रभावित, प्रेम का सागर हैं। इसे कैसे जानें, कैसे समझें?

भागवद् तत्व को जानना है तो राम राज्य को समझना होगा। राम राज्य में सब ही सुखी, सम्पन्न और वैभवपूर्ण थे, परन्तु राम ही इन सब से उदासीन रहे होंगे और किसी को इसका एहसास तक भी नहीं हुआ होगा।

भगवान राम चौदह वर्ष के बनवास के पश्चात् जब अयोध्या वापिस पहुँचे तो उनका राज्याभिषेक किया गया। वह 'राजा राम' बने। राम राज्य में अयोध्या नगरी पूर्णतया समृद्ध थी। स्वर्णपुरी लंका की महिमा का तो बहुत वर्णन है, परन्तु अयोध्या के वैभव को कौन जानता है? भेद इतना था कि अयोध्या में राजा राम अहं रहित थे.. जिन लोगों ने उनके मान एवं सुख-चैन का हर स्तर पर भंजन कर दिया होगा, भगवान ने हर पल अथक प्रयास करके उन्हीं लोगों को, उनकी जगह पर सजाया होगा। क्या कहिये, ऐसे राजा के प्रेम और न्याय की!

भगवान राम ने अपनी प्रजा के लिए क्या नहीं किया होगा? अखिलपति, परम पुरुष पुरुषोत्तम, सर्वदाता, सत्यघन किसी से कुछ नहीं माँगते थे। दूसरों के स्तर पर जाकर उनसे मेहनत करवा कर, श्रेय दूसरों को ही देते थे। वह अपने गुणों को छलकाते नहीं थे, दूसरों को दिखाते नहीं थे। जिनको कुछ आता भी नहीं था, उन्हें भी धीरे-धीरे सब कुछ सिखाते गये। सब अपनी-अपनी जगह पर स्थापित हो गये।

उसके बाद एक ही जीव रह गया, जिसके लिये किसी को कुछ भी करने की आवश्यकता नहीं थी और वह थे राजा राम! दूसरों के कुल के लिये उन्होंने अपना खून तक बहा दिया। दूसरों की छोटी-छोटी ख़ुशी के लिये उन्होंने अपनी जान लड़ा दी। उस दिव्य अलौकिक प्रकाश स्वरूप के आशीर्वाद से ही राम राज्य बना था। इस सब का गुमान, हक़ या फल लेने वाला कोई न था। वहाँ किसी पर एहसान नहीं हुआ, किसी को पता तक नहीं चला कि उसके लिए क्या किया गया।

भगवान राम ने तो अपनी इज़्ज़त मिट्टी में मिला दी होगी, उन्होंने अपना धन भी सबके लिए लुटाया होगा। हम जैसे मन वाले लोगों पर उन्होंने अपना सर्वस्व न्योछावर कर दिया होगा। उनका काम एक ही था.. पीछे रह कर लोगों का उत्साह बढ़ाना! राम ने सब काम लोगों से करवाये होंगे! इन सब का फल लोगों ने पाया होगा.. धनाढ्य और सम्पन्न भी लोग ही हुए होंगे और लोगों को गुमान हुआ होगा कि यह सब हमने किया! भगवान दान नहीं देते, वह दूसरों को स्थापित करते हैं! उनका कोई भी कर्म दूसरों पर एहसान नहीं होता!

उस राज्य में कितना प्रेम होगा, कितनी दया होगी, कितनी क्षमा होगी.. उन दिव्य योगी राम के राज्य में 'गाय और शेर', 'सांप और नेवला' इकट्ठे रह सकते होंगे और एक ही घाट पर पानी पीते होंगे! वह सब कुछ करके, सब कुछ स्वयं देकर, सामने नहीं आते.. दूसरा चाहे तो नाम ले.. अथवा पूर्णतया उनको भुला दे।

ऐसा राम राज्य तभी होता है जब राजा प्रजा को अपनी सन्तान माने! वहाँ पर न्याय की भी बात नहीं, बल्कि यह तो अखिलपति की उदासीनता की बात है.. यह तो भगवान की बात है!! जब वह धरती पर आते हैं, यह उनकी कहानी है!

राम नित्य अव्यक्त हैं.. परन्तु पूर्ण व्यक्त भी वह ही हैं! पूर्णता में ब्रह्म कैसे आच्छादित है, इनका जीवन ही इसका प्रमाण है। सब कुछ होकर भी, सब कुछ करते हुए भी, वह कभी सामने नहीं आते। इसका प्रमाण उनके जीवन में देख लें। भगवान ने श्रीमद्भगवद्गीता में कहा है:

"अक्षरं ब्रह्म परमं स्वभावोऽध्यात्ममुच्यते।
भूतभावोद्भवकरो विसर्गः कर्मसंज्ञितः।।"

श्रीमद्भगवद्गीता ८/३

उस परब्रह्म का स्वभाव ही अध्यात्म है! जब वह धरती पर आते हैं, तो उसी स्वभाव का प्रमाण देते हैं।

हम स्वयं अपने को उच्च आसन पर बिठा कर राम को कैसे जान सकेंगे? यदि झुक कर अपने ही चरण के तले देखें तो शायद दिख जायें.. वरना कहाँ मिलेंगे राम?

जिन्होंने अपने जीवन राही इस धरती पर ज्ञान लिखा, उनके प्रेम की क्या कहिए? ज़िन्होंने अपना मन ही कुचल कर हमारे ही चरणों पर, हमारे जैसे मनों पर चढ़ा दिया, उनके मौन की क्या कहिये.. जो हमारे स्तर पर उतर कर, चाकर बन कर नित हमारे काम करते रहे उनके झुकाव की क्या कहिये?

भगवान राम को हर पल निरास, हर पल कामों में व्यस्त तो सबने देखा होगा.. परन्तु किसी ने यह नहीं पूछा, "महाराज! क्या आपको भी कुछ चाहिए? भगवान! मैं गया था, महर्षि बाल्मीकि के आश्रम में! आपके बच्चे बहुत प्रसन्न हैं, बहुत लायक निकल रहे हैं।" सोचें तो राम पर क्या बीती होगी?

किसी भी अनाथ बालक को देखकर वह कह उठते होंगे, 'अरे! इसके लिये सब कुछ करो। यह बच्चे तो हमारे ही हैं। इन्हें उन्नति के शिखर पर पहुँचा दो।' परन्तु क्या उन्हें कभी याद नहीं आती होगी कि मेरा भी कोई शिशु है.. आज शायद वह दर-दर का भिखारी हो? मेरी पत्नी भी शायद फटे-चिथड़े पहन कर किसी कोने में छिप-छिप कर आँसू बहाती होगी और मैं उसके आँसू पोंछ भी नहीं सकता!

उस करुणामय की करुणा बहती होगी.. परन्तु हमारे वैमनस्यपूर्ण मन कब करुणा में बहेंगे? हम पाषण हृदय निष्ठुर हैं.. फिर भी उन क्षमा स्वरूप ने कभी हमारा मुखड़ा हमें दिखाया ही नहीं। वह नित्य विज्ञान स्वरूप, अपने दारुण दुःख को छिपाये हुए हमारे ही दुःखों-सुखों में खोये रहे। उन्होंने हमें कभी चलायमान, और व्याकुल नहीं किया। उनके प्रेम को पाकर हम अपने पर गुमान करते हैं।

जो अखिलपति हैं, जो पूर्ण संसार के आँसू पोंछते हैं उन्हीं के आँसू निरन्तर बहते रहे। हमने उनको देखा ही नहीं.. जाना ही नहीं, माना ही नहीं.. वरना हमारे आँसू कभी थम न पाते।

जिनके लिये भगवान राम ने अपना पूर्ण कुल न्योछावर कर दिया.. अपने मन के टुकड़े-टुकड़े कर के फेंक दिये। जिनके लिये उन्होंने अपना सब कुछ वार दिया और अपने लिये कुछ नहीं रखा.. उनके पास राम के दर्द को देखने की फ़ुर्सत ही कहाँ थी? उस प्रजा ने भगवान के दुःख को समझा ही कब? मन का ऐसा पाषाण रूप देखकर हृदय से यही पुकार उठती है –

आज कहूँ मैं राम से, मेरा मन छननी कर दे।
हर प्रहार तूने हँस के सहा, अब राम मुझे तू तड़पा दे।।

पल पल तड़पे राम मेरे, मुझ जैसों ने कभी न पूछा।
कभी जाये के सीता न हेरी, वहाँ कुल भी है यह न पूछा।।

इस पापी मन से रखो लाज मेरी, यह मन सबको ठुकराता है।
राम मेरे हे राम मेरे, इसे झुकना कभी नहीं आता है।।

अब तड़पा दे इसे तरसा दे इसे, यह नाम तेरा तब गायेगा।
इसका जब कोई नहीं रहे, तो यह मन्दिर मन्दिर जायेगा।। ❖

परम पूज्य माँ

अर्पणा
समाचार पत्र

अर्पणा ट्रस्ट, मधुबन,
करनाल, हरियाणा
अगस्त २०१९

अर्पणा आश्रम के आयोजन

अर्पणा द्वारा प्रस्तुति - कृष्ण सुदामा!

परम पूज्य माँ आश्रम के बच्चों को भगवान जी के जीवन से कई कहानियाँ सुनाया करते थे एवं उन दिव्य गुणों को विस्तारपूर्वक बताया करते थे.. जिससे हम किसी भी परिस्थिति में सत्-चित् आनन्द तक पहुँचने के लिए सक्षम बन सकें।

२६ अगस्त को परम पूज्य माँ के जन्म-दिवस के उपलक्ष्य पर अर्पणा द्वारा नृत्य-नाटिका प्रस्तुत की जा रही है.. जहाँ भगवान कृष्ण ने अपनी पूर्ण विनम्रता एवं प्रेम के साथ अपने बचपन के मित्र सुदामा को गले से लगाते हुए, उसके कुछ भी कहे बिना, उनके दुःखों और कष्टों का निवारण कर दिया! ऐसी है प्रभु की प्रेमपूर्ण मित्रता.. अगर हम उनकी ओर एक क़दम भी आगे बढ़ाते हैं तो वे अपने और अपने भक्त के बीच की दूरी को शीघ्रता से पार करके उसे आ मिलते हैं।

भगवान कहते हैं, "मैं जन्म लेकर बार बार आता हूँ.."

उर्वशी, परम पूज्य माँ की वाणी से प्राप्त हमारे जीवन के लिए प्रेरणादायिक अमृतरस है! व्यक्तिगत रूप से भाग लेकर, इसका अनुभव करने के लिए इन कार्यक्रमों में सभी का स्वागत है :

- रविवार को अर्पणा आश्रम, मधुबन में सत्संग — प्रातः ९ बजे
- अर्पणा मन्दिर, मधुबन में प्रातः और सायं के सत्संग — प्रातः ७ बजे/ सांय ७ बजे
- श्रीमद्भगवद्गीता अध्ययन सत्र हर बुधवार, ई-२२, डिफेंस कॉलोनी, नई दिल्ली — प्रातः ११ बजे
- करनाल में घर घर जा कर 'उर्वशी भजन संध्या' — प्रति माह
- अर्पणा प्रकाशन श्रीमद्भगवद्गीता एवं अन्य उपनिषद्, मधुबन स्थित अर्पणा की दुकान में एवं ई-२२ डिफेंस कॉलोनी, 'डिवोशन' में प्राप्त हैं
- त्रैमासिक पत्रिका, 'अर्पणा पुष्पांजलि' के लिए अर्पणा की दुकानों पर सदस्यता उपलब्ध है
- सत्संग, अर्पणा पर लेख - वेबसाइट : **www.arpanaservices.org**

हिमाचल प्रदेश

निःशुल्क विशेष चिकित्सा शिविर

२८-२९ जून २०१९ को अर्पणा हेल्थकेयर एवं डायग्नोस्टिक सेंटर, बकरोटा, डलहौज़ी में एक निःशुल्क विशेष चिकित्सा शिविर का आयोजन किया गया, डॉ. किरण यहाँ पर मुख्य अतिथि थीं। एच पी और जम्मू-कश्मीर के दूर-दराज़ के इलाकों से १११ मरीज़, जो अच्छे डॉक्टरों के मशवरे से वंचित रह जाते हैं, डॉ. आर.आई. सिंह, M.D. (Gold Medalist), FIMSA के पास चिकित्सा हेतु आये।

इस शिविर का प्रचार करने के लिए ५ जून को एक दूर-दराज़ के गाँव मियाड़ी में एक शिविर आयोजित किया गया था, जहाँ पर ८४ रोगियों का इलाज किया गया और उन्हें मुफ़्त दवाइयाँ दी गईं।

आय सृजन पर प्रशिक्षण शिविर

२५ जुलाई २०१९ को पहाड़ी किसानों को उनकी आय बढ़ाने के लिए सर्दियों के फल लगाने के विषय में सिखाया गया। अर्पणा से कार्यकर्ता, ९ पुरुष किसान और १८ महिला किसानों सहित ३२ प्रतिभागियों ने इसमें भाग लिया। श्री बी.आर. ठाकुर, अर्पणा कृषि विस्तार के समन्वयक ने नींबू, गलगल (एक सिट्रस प्रजाति, जिसे सूखे क्षेत्रों में उगाया जा सकता है), सेब और खूबानी इत्यादि के रोपण के विषय में जानकारी दी। उन्होंने किसानों को मधुमक्खी पालन, मत्स्य पालन, मशरूम एवं अन्य डेयरी उत्पाद से भी आय बढ़ाने के विषय में जानकारी दी।

श्री ठाकुर किसानों के साथ गलगल का पेड़ रोपण करते हुए

अर्पणा के स्पेशलिटी कैंप और विकास कार्यों में सहायता के लिए बैज नाथ भंडारी पब्लिक चैरिटेबल ट्रस्ट एवं टाइड्ज़ फाउंडेशन का हार्दिक आभार।

हरियाणा समाचार

स्वास्थ्य दिवस (हेल्थ डे)

विश्व स्वास्थ्य दिवस अर्पणा के लक्षित क्षेत्र के सभी गाँवों में मनाया गया, स्व-सहायता समूह के नेताओं एवं सुख-सुविधा समिति के सदस्यों द्वारा सभी प्रबन्ध किये गये। इसमें ९६ गाँवों के ७९२ स्व-सहायता समूहों ने भाग लिया। ८४७५ महिलाओं ने इसमें भाग लिया।

महिलायें 'जीवन जल', पुनर्जलीकरण घोल को बनाने की विधि प्रदर्शित करती हुई..

विकलांग व्यक्तियों द्वारा पहल

अर्पणा द्वारा सुविधा प्राप्त बड़ागाँव से विकलांग लोगों के संगठन के सभी सदस्यों ने बीपीएल कार्ड प्राप्त करने के लिए सामूहिक कार्यवाई की योजना बनाई। उन सब ने सामूहिक तस्वीर के लिए २००/- रुपये इकट्ठे किये और एक समाचार एजेंसी के पास उनकी ज़रूरतों के ऊपर लेख लिखने के लिये ले गए। स्थानीय समाचार पत्र में लेख प्रकाशित होने के पश्चात् उन्हें १७ जून को ज़िला समाज कल्याण कार्यलय द्वारा उनके बीपीएल कार्ड को ऑनलाइन भेजने का आश्वासन मिला।

टाइड्ज़ फाउंडेशन एवं इन्टरनैशनल डिज़ास्टर एण्ड रिलीफ़ फण्ड (IDRF), यूएसए, को अर्पणा के लिए ग्रामीण विकास कार्यक्रमों के लिए अनुदान देने के लिए हमारी गहरी कृतज्ञता!

अर्पणा अस्पताल

कार्डिऐक कैथ लैब - अर्पणा अस्पताल द्वारा एक नई शुरुआत

हमारा कार्डिऐक विभाग अक्तूबर २०१८ में डॉ. कमल किशोर, M.D., D.M. Cardiology (Gold Medalist), ICMR द्वारा सम्मानित, की देख-रेख में प्रारम्भ किया गया था।

२ जुलाई २०१९ को अर्पणा अस्पताल में एक नई कार्डिऐक कैथ लैब का उद्घाटन किया गया, जिससे हम ग्रामीण रोगियों की सेवा में सक्षम हो सकेंगे। यहाँ हृदय की अच्छी देखभाल आस-पास के ग्रामीण लोग सस्ती लागत पर उपलब्ध कर सकेंगे।

लता देवी की कहानी

लता देवी एवं उसके पति बबलू, मूलरूप से बिहार निवासी, पिछले ७ वर्ष से करनाल में रह रहे हैं। वह एक रिक्शा चालक है और उनकी चार वर्ष की एक बेटी है।

जनवरी २०१८ में लता देवी के दिल का ऑपरेशन हुआ था, इसके बात वह गर्भवती हो गई। इस प्रकार के प्रसव को बहुत जोखिम भरा माना जाता है। उसकी गर्भावस्था पूर्ण समय तक रही और करनाल के प्रमुख सरकारी मेडिकल कॉलेज में उसको प्रसव के लिए ले जाया गया परन्तु उसका केस देखकर वहाँ उसे दाखिल करने से इन्कार कर दिया एवं उसे चण्डीगढ़ के एक अस्पताल के लिए रेफ़र कर दिया।

उसके उपरांत वे एक करनाल के प्राइवेट अस्पताल में गये जहाँ उनसे सिज़ेरियन द्वारा प्रसव के लिए २ लाख रुपये माँगे गये। उनके एक रिश्तेदार ने उन्हें अर्पणा अस्पताल के विषय में बताया। केस की गम्भीरता को देखते हुये, अर्पणा अस्पताल की स्त्री रोग विशेषज्ञ, डॉ. अनुराधा ने उन्हें रोहतक के एक अस्पताल में रेफ़र किया।

जब यह भी असंतोषजनक रहा, तो डॉ. अनुराधा ने अर्पणा अस्पताल के हृदय रोग विशेषज्ञ डॉ. कमल किशोर के साथ परामर्श किया और केस लेने के लिए सहमत हो गये। उसके उपरांत डॉ. अनुराधा ने हृदय रोग विशेषज्ञ के साथ १९ जुलाई को लता देवी की वैक्यूम डिलीवरी की, जहाँ उसने एक स्वस्थ बेटे को जन्म दिया।

३ दिनों के बाद ही माँ और बच्चे के अच्छे स्वस्थ को देखकर उन्हें छुट्टी दे दी गई।

अर्पणा में उनका कुल बिल मात्र ८०००/- रुपये था।

अस्पताल के कार्यों के लिए अनुदान के लिए टाइड्ज़ फाउंडेशन यूएसए, का हार्दिक आभार!

दिल्ली के कार्यक्रम

मेधावी छात्रों को सम्मानित किया गया

कड़ी मेहनत एवं परम पूज्य माँ के आशीर्वाद से, नई दिल्ली के मोलरबंद स्थित अर्पणा एजुकेशन सेंटर से १२वीं कक्षा के सभी ४२ छात्र १२वीं की बोर्ड परीक्षा में उत्तीर्ण हुए। यहाँ ११ छात्रों ने ८०% से ऊपर अंक प्राप्त किये।

२८ जून २०१९ को केन्द्र में आयोजित एक समारोह में उन्हें बधाई दी गई, जहाँ मुख्य अध्यक्ष ऐस्सल फाउंडेशन की श्रीमती रेवा नय्यर के साथ टेक्निप लिमिटेड से श्री गौतम डे भी सम्मानीय अतिथि थे। दोनों संस्थाएं ही इन कार्यक्रमों के उत्कृष्ट समर्थक हैं।

श्रीमती सुषमा सेठ ने १२वीं कक्षा के अधिक अंक प्राप्त करने वाले बच्चों को पुरस्कार वितरित किये। श्रीमती सेठ के निःस्वार्थ प्रयास एवं सलाह ने कई बच्चों का आत्मविश्वास बढ़ा कर उन्हें सक्षम किया - मंच पर भी और जीवन में भी

सूर्य में अपना स्थान ढूँढना

उमेश कुमार को लगता है कि अर्पणा, जहाँ उन्होंने नर्सरी के बाद से पढ़ाई की है, उनका विस्तारित परिवार है। वह एक बहुत ग़रीब परिवार से है और अब वह एक प्रमुख कंपनी में अच्छे वेतन व अच्छी सम्भावनाओं के साथ नौकरी कर रहा है।

उमेश, अर्पणा यूके के संस्थापक डॉ. रघुनंदन गैंद के साथ

अवीवा पीएलसी, यूके, एस्सेल फाउंडेशन, नई दिल्ली, टेक्निप इंडिया, केयरिंग हैंड फॉर चिल्ड्रन, यूएसए एवं अर्पणा कनाडा का शिक्षण कार्यक्रमों में सहयोग के लिए हार्दिक आभार।

Your caring sustains Arpana's Services

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

श्रीमद्भगवद्गीता	
भगवद् बाँसुरी में जीवन धुन	Rs.300
कठोपनिषद् (हिन्दी)	Rs.120
श्वेताश्वतरोपनिषद्	Rs.400
केनोपनिषद्	Rs.36
माण्डूक्योपनिषद्	Rs.25
ईशावास्योपनिषद्	Rs.20
प्रश्नोपनिषद्	Rs.50
गंगा श्रद्धा प्राणप्रद	Rs.40
प्रज्ञा प्रतिभा	Rs.30
ज्ञान विज्ञान विवेक	Rs.60
मृत्यु से अमृत की ओर	Rs.36
जपु जी साहिब	Rs.70
अर्पणा 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	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 to: **Arpana Trust (Pushpanjali & Publications)**

Delhi Contact Person:
Mrs. Neeta Tandon
E-22 Defence Colony,
New Delhi 110024
Tel: 98712-84847

Donation cheques to be addressed to: Arpana Trust

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