भक्त हृदय के उद्‌गार..

एक करुणा की नज़र तेरी,
गर राम मुझी पर पड़ जाये।

पतित दुखियारी अभागनिया,
जीते जी ही अब तर जाये।।

अब इतनी करुणा तुम कीजो राम,
मेरे मन में रहो जिधर जाये।

मन को गर रोक न पाऊँ मैं,
जित जाये उत तुझको पाये।।

अब इतनी कृपा तुम करियो राम,
नयनों में झड़ियाँ लग जायें।

जित देखूँ तूने आना हो,
नयना बरस वहीं झड़ जायें।।

तेरी राह में नयन बिछा के प्रभु,
तेरी ही ओर मैं देखा करूँ।

गर तुमसे मन मेरा दूर होये,
मैं तेरे चरण में आन पड़ूँ।।

- परम पूज्य माँ

अनुक्रमणिका

१. *भक्त हृदय के उद्गार..*

३. *मन में बसा.. तनोसंग में उलझा..*
भला प्रभु को क्या बुला पायेगा?
श्रीमती पम्मी महता

७. *'पूर्ण तृप्त वह हो गये..*
त्याज्य मोहक बंधन यह
मन ही है, जो जान गये!'
मुण्डकोपनिषद्, प्रथम मुण्डक - २/१२

१२. *साधक! 'तू अपनी 'मैं' से ही*
युद्ध कर और अपनी ही
दुर्वृत्तियों का हनन कर दे!'
अर्पणा प्रकाशन 'श्रीमद्भगवद्गीता - भगवद् बाँसुरी में जीवन धुन' में से..
श्रीमद्भगवद्गीता २/२९-३०

१७. *श्याम, जुए में छल कैसे..*
परम पूज्य माँ से 'पिताजी' के प्रश्नोत्तर

२१. *स्वर्गदायिनी अग्न विद्या..*
(नचिकेत द्वारा त्रै-अग्न ज्ञान की याचना)
कठोपनिषद् पर आधारित

२७. *आवरण मिटाव ही साधना है*
डॉ. जे के महता

३१. *दोष दृष्टि का नितान्त अभाव*
प्रस्तुति - विष्णु प्रिया महता

३३. *अर्पणा समाचार पत्र*

३९. *कभी सहायता की आवश्यकता थी जिन्हें..*

❖ ❖ ❖

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 जून २०२० को प्रकाशित तथा सोना प्रिन्टर प्राईवेट लिमिटेड, एफ -८६/१, ओखला इण्डस्ट्रियल एरिया फेज़-I, नई दिल्ली ११० ०२० द्वारा मुद्रित

मन में बसा.. तनोसंग में उलझा..
भला प्रभु को क्या बुला पायेगा?

श्रीमती पम्मी महता

आप माँ की एक कथनी याद हो आई, 'उत्तर की ओर चल दें, दक्षिण स्वयं छूट जायेगा.. त्यागने से त्याग नहीं, जब स्वतः छूट जाये तभी त्याग कहलाता है।'

कितनी गहरी बात परम पूज्य माँ ने शब्दों में उतार कर, कितनी सरलता से इस सच्चाई का निरूपण कर दिया। किस प्रकार माँ मददगार बनी आप हमें सिखाते ही चले गये व पल पल सिखा रहे हैं.. जो छूट जाता है उसे पलट कर देखना ही नहीं चाहिये। तभी तो आगे से आगे राह मिलती जाती है। इस तरह चलने की जो आप माँ ने विधि बताई है, इस पर तो संशय उठता ही नहीं.. आपकी ज़ुबां से निकले सत् को हृदय-दामन में उतार लेना ही हमें धन्य-धन्य कर देगा!

- अगर कुछ त्यागना है तो मन को त्याग दो..
- वृत्तियों को त्याग दो..
- बुद्धि को त्याग दो..

यानि उत्तर की ओर जाना सहज में ही वह सब भुला देता है जो हम भुला नहीं पाते। जो त्याज्य है, उधर चित्त को जाने ही न दें.. आप पूज्य माँ से जो मिल रहा है; केवल जब वही याद रहने लगता है तो कहाँ याद आती है, उन भावों की.. जिनका युद्ध आंतर में निरन्तर चलता रहता है..

एक बार फिर से उसी भाव में रमण करें.. 'उत्तर की तरफ चल पड़ो, दक्षिण स्वतः छूट जाता है!' कितना आकर्षण है इस सच्चाई में! जब जीवन में परम पूज्य माँ की दिव्य वाणी उतरनी शुरु हो जाती है, अल्लाह क़सम, अपनी याद ही भूलने लगती है। इसीलिए इसे मन के मिटाव का ढंग मान कर चलना चाहिए।

पूर्ण आस्था, श्रद्धा, भक्ति-भाव से आपकी कथनी हृदय से ग्रहण करते चलें तो हृदय आनन्दित होने लग जाता है। श्रद्धा-भक्ति व परम पूज्य भाव आंतर में हिलोरे लेने लगते हैं। एक बार, बस एक बार असीम श्रद्धा से सीस तो झुका लें!

हे मन, स्वयं प्रभु तेरे जीवन में तुझ पर अनुकम्पा करी, तुझे तेरी ही तन, मन, बुद्धिसंगता से निकाल करी अपने में लिवा ले जाने के लिए आये हैं.. अब तो हे मना, अतीव प्रेम से उन्हीं श्री हरि चरणन् में श्रद्धा-भक्ति माँग.. जो तू उन्हीं के अनुरूप ढल जाये! वे कृपालु दयालु प्रभु जी तुझे तुझी से मुक्ति दिला रहे हैं!

उसी सत्य को श्रद्धा व प्रेम से निहार और उनकी असीम करुण-कृपा को देख! आज तक जो भी मिला, प्रभु माँ का ही तो वरदान है.. वरना, मन में बसा.. तनोसंग में उलझा.. भला प्रभु को क्या बुला पायेगा?

आप प्रभु माँ धरती पर अवतरित हो कर जीव पर ऐसा निगाहे-करम कर देते हैं.. आप माँ स्वयं चल कर, अपने हर क़दम के प्रति हमें यूँ श्रद्धायुक्त करी ऐसा कृपा प्रसाद दे देते हैं.. इस जीवन में उन्हीं को जान करी, मान करी, पहचानते हुए उन्हीं में वास कर सकें! यह सभी आप माँ प्रभु के प्रेम की ही तो अनुभूति कराता है। अद्‌भुत व दिव्य जीवन-प्रसाद पाये करी हमें धन्य-धन्य होने का अवसर भी प्रदान करते जाते हैं और इस परम सत्य का साक्षात्कार भी कराते जाते हैं।

'जीना इसी का नाम है..' इस क़दर असीम प्रेम व शुद्धता से देते जाते हैं.. यूँ ही श्री हरि माँ जीवन की अनमोल सार्थकता का निरूपण करी, हमें लिवाये लिये चलते जाते हैं। हे श्री हरि नाथ, आप कैसे-कैसे रूप धरी इस जीव-जगत को नवाज़ते ही चले जाते हैं। आपसे वियोग की कल्पना मात्र ही किस तरह हमें तड़पाती है और दूसरी ओर आपकी कशिश रोम रोम में बस कर हमें खेंचे ही लिये जाती है।

वास्तव में हमारे मनों में पड़ी हमारी 'मैं' मम, मोह की कड़ियों को ही तो आप खोलने आते हैं। हमारी 'मैं' को हमीं से मुक्ति दिलाने आते हैं। आप श्री हरि माँ अपने जीवन के अनुपम व दिव्य बहाव को दर्शाते हुये हमें हमारी सूरत दिखलाते जाते हैं, जो जीवन राही आप से पायी इस सत्यता को जान कर व मान कर हृदय से ग्रहण कर पायें.. अपने आंतर की कालिमा से निजात पा जायें। अपने ही भँवर से बाहर निकल कर शुचि व पावन जीवन जी पायें।

कितने भाग्यशाली हैं हम, जो उन्हीं श्री हरि माँ के हाथों से जीवन जीने का अतीव उत्तम व दिव्य-प्रसाद पा रहे हैं.. धन्य हैं आप श्री हरि माँ! आप, जो हमारे उत्थान के लिए युगों-युगों से चले आ रहे हैं, हमें ही कृतार्थ करने! याख़ुदा ऐसा करम करें हम पर, जो अब की बार हम गुमराह न हो कर आप ही आप में समा जायें! आमीन।

आप ही हैं हे श्री हरि प्रभु माँ, आप ही आप हमारे अँधेरों में उजाले लाते हैं। हमें 'मैं' रहित होने का अवसर प्रदान करते हैं। कितने बख़्शनहार हैं आप!

इस 'मैं' रहित मैं का ही तो दिव्य-प्रसाद दे रहे हैं आप कृपालु दयालु प्रभु माँ! हे श्री हरि नाथ, इतनी करुण-कृपा कीजिये कि अब यह 'मैं' उठे ही नहीं। सुन मना, 'तेरा कहीं भी कोई credit नहीं.. यह तो श्री हरि माँ की करुण-कृपा का ही प्रसाद है जो इतने प्रेम से श्रद्धायुक्त करी श्री हरि चरणन् में बिठा देते हैं.. चहुँ ओर से समेट कर चित्त को अपने में ही टिका लेते हैं!'

यह सभी देखने की शक्ति भी तो आप प्रभु माँ की ही दी हुई है। जितना जितना इसकी गहराई में उतरें.. आप माँ के प्रति बस यही दुआ रहती है, जो भी आप जीवन-प्रसाद दे रहे हैं उसे असीम प्रेम से अंगीकार कर सकें.. हृदय में बसा सकें! यह

अतीव अनमोल देन है आपकी, जो बेमोल दे रहे हैं आप हमें। इसका अंदाज़ा तो शायद स्वयं प्रभु जी को भी नहीं है..

हे श्री हरि नाथ, अपने प्रवाह के किनारे बिठा कर जिस प्रेम से आपने हमारे मनों को सींचा है, आज उन किनारों को भी छोड़ कर.. इस हृदय सों बह जाइये! हे श्री हरि माँ, स्थाई रूप से रहने के लिए आप ही इस हृदय में स्वयं को स्थापित कीजिये।

आपकी माया में खुल कर खेले हम, अहम् पुष्टित हुआ, मैं, मम मेरे का संग हुआ और 'मैं' ही विस्तृत होती चली गई.. पर हम दोष बाहर देकर, आंतर की इस सत्यता सों अनभिज्ञ ही रहे.. जिससे वास्तव में हमारा नाता है। आपके हर पहलू में ही आपका विस्तार छिपा है.. जिसे आप स्वयं ही reveal (प्रकट) करते हैं। जीवन में जहाँ जो भी व्यक्त हो, केवल आप ही आप व्यक्त हों, आपके सिवा और कुछ न हो.. कुछ भी नहीं..

'उर्वशी' आप ही के जीवन का व्यक्त रूप है। ऐसे उच्च कोटि के भक्त की क्या कहूँ,

..जो साधक भी आप!

..साधना भी आप!

..और सिद्ध भी आप!

हे श्री हरि परम पूज्य माँ, आपकी मुकम्मलता को शतः शतः नमन! सच्चे व सुच्चे हृदय से आप ही को विनम्र नमन दे पायें तो धन्य-धन्य हो जायेंगे!

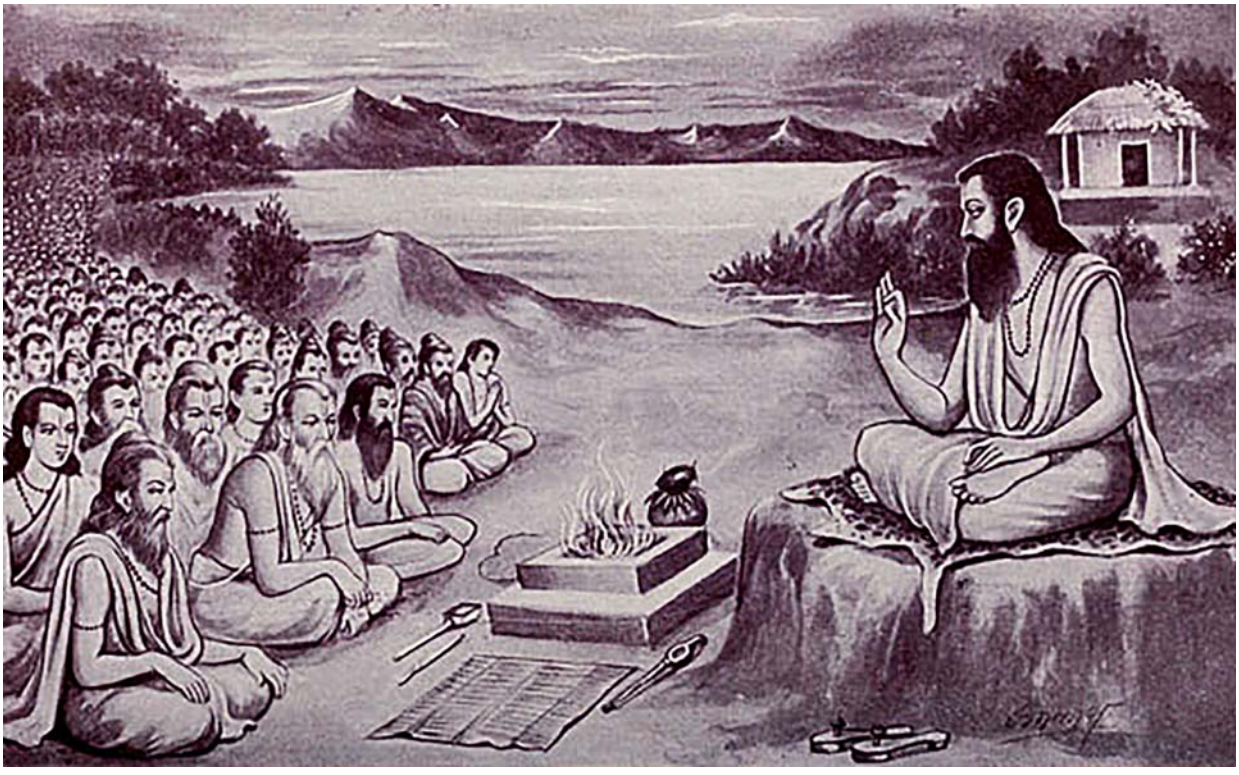
रास्ता भी आप हैं.. और मुक़ाम भी आप! आपके क़दमों के चिन्ह धरती पर पड़े, यही बताते हैं - एक-एक, बस एक आप ही हैं। हे श्री हरि नाथ, आप के क़दमों से चलते चलते जो राह आप स्वयं बनाते जाते हैं.. धरा पर, उसे आप मनोधराओं पर भी स्वयं अंकित करते जाते हैं। यही तो आप माँ के प्रेम की पराकाष्ठा है, जिसके दर्शन-मात्र से ही जगती धन्य-धन्य होती जा रही है।

अतीव विचित्र लीला है आपकी! यह मन, इस दिव्य सत्य को कितना ग्रहण कर पायेगा, यह तो नहीं जानते.. इतनी प्रार्थना अवश्य है, 'बस आपके पाछे-पाछे चलते ही चलें.. चुम्बक की तरह आपके क़दमों के निशां धारण करते हुये!'

आप ही के चले क़दम बताते हैं कि आपका हृदय कितना प्रेमपूर्ण, श्रद्धा व भक्तिपूर्ण है। तभी तो इसे आप बाँटते ही चले जाते हैं। आप तो पात्र-कुपात्र भी नहीं देखते.. बस अपने समेत, अपना सभी कुछ बाँटते ही चले जाते हैं।

..जो केवल देना ही देना जानता है, उस पराकाष्ठा तक, जहाँ आप ही आप विराजमान रहते हैं! धन्य हैं आप, हे श्री हरि माँ! आप स्वयं भक्त बनी भगवान तक जाने की राह बनाते हैं व अपने में समाहित करी ले जाते हैं। हे सगुणवेष धर कर धरा पर अवतरित होने वाले प्रभु माँ, आपको भक्ति-भाव से ही नमन दे पायें.. यही तो आपकी निराकार ओम् की अभिव्यक्ति है।❖

‘पूर्ण तृप्त वह हो गये..
त्याज्य, मोहक बंधन यह मन ही है, जो जान गये!’



तस्मै स विद्वानुपसन्नाय सम्यक् प्रशान्तचित्ताय शमान्विताय।
येनाक्षरं पुरुषं वेद सत्यं प्रोवाच तां तत्त्वतो ब्रह्मविद्याम्।।

मुण्डकोपनिषद् - १/२/१३

शब्दार्थः

वह ज्ञानी महात्मा शरण में आये हुए, पूर्णतया शान्त चित्त वाले शम-दमादि साधन युक्त उस शिष्य को उस ब्रह्मविद्या का तत्व विवेचन पूर्वक भली-भाँति उपदेश करे, जिससे वह शिष्य अविनाशी नित्य परम पुरुष को जान ले।

तत्व विस्तारः

ऐसा शिष्य रे चाहिये, गुरु रे जिसको शिक्षा दे।
बाह्य त्यजी वह शरण पड़े, श्रद्धावान को दीक्षा दे।।१।।

चित्त पूर्ण ही शान्त हुआ, बाह्य लग्न को छोड़ चुका।
पूर्ण रूप सों बाह्य जग, सों वैराग्य ही हो चुका।।२।।

वृत्ति दमन हुआ इन्द्रिय दमन, योग युक्त जो हो गया।
प्राप्तव्य परम ज्ञानी, परम भाव में खो चुका।।३।।

निस्सारता जग की जान गया, जग सों वह उपराम हुआ।
गुरु चरण में आ बैठा, जग लग्न सों दूर हुआ।।४।।

विद्वान गुरु श्रुतियन् का, आदेश रे साधक तुम सुनो।
कहें रे उस वैरागी को, ब्रह्म विद्या का ज्ञान रे दो।।५।।

तत्व विवेचन पूर्वक रे, उस शिष्य को ज्ञान रे दो।
परम को जिस विध जान ले, उसी विधि उसे ज्ञान रे दो।।६।।

गुरु को भी आदेश दिया, शिष्य शिष्यत्व रे कहा।
शिष्य को भी उपदेश दिया, शिष्टाचार रे कह दिया।।७।।

पूर्ण अनुभव जग के हुये, पूर्णकाम वह हो गये।
काज कर्म कर कर करी, कृतसन्कृत् वह हो गये।।८।।

चाहा चाहित फल पाये, पाने की विधि वह जान गये।
जब सब कुछ वह पा सके, त्याज्य ही है वह जान गये।।९।।

वेद पढ़ी पढ़ी पूर्ण ही, जग प्राप्ति विधि जान गये।
किस विध वाँछित पा जायें, अनुभव सों वह जान गये।।१०।।

फल जो सामने आ गये, क्षणिक कही वह जान गये।
जग सुखपूर्ण जब होने लगा, त्याज्य उसे वह जान गये।।११।।

बिन पाये नहीं पा करके, तुच्छ उसे रे जान गये।
अतृप्त चाह अतृप्त रहे, तृप्त हो करी जान गये।।१२।।

जो पाना था पा चुके, कुछ न पाया तब जान गये।
चाह ने चाहना जब छोड़ी, उस परम चाह को जान गये।।१३।।

जग वैभवपूर्ण साथी, त्याज्य ही उसको जान गये।
चाहत पा जो न शान्त हुये, हुए शान्त अशान्त जो जान गये।।१४।।

पूर्ण तृप्त वह हो गये, अतृप्त स्वरूप चाह जान गये।
त्याज्य मोहक बंधन यह, मन ही है जो जान गये।।१५।।

अनुभव हुआ वैराग्य हुआ, उपराम होई गुरु चरण पड़े।
हुई शास्त्र कृपा तो स्थूल के, घूँघट देख रे खुल गये।।१६।।

अपरा विद्या बता चुके, स्थूल लोक समझा चुके।
पा कर कुछ भी ना पाये, तुच्छता वा की बता चुके।।१७।।

विरक्त वहाँ सों हो करी, परा विद्या याचक बने।
गुरु चरण में जा कर के, परम का अभ्यासक बने।।१८।।

ऐसे शिष्य को देख कहें, गुरु ज्ञान रे देवें हैं।
शिष्य गुण वा मनोस्थिति, देख यहाँ पे देवें हैं।।१९।

पूर्ण शान्त चित्ति वह हो, एकनिष्ठ वह साधक हो।
अन्य चाह ना लग्न रहे, एक वृत्ति वह साधक हो।।२०।।

नाम मग्न ही रहा करें, एको चाहना ही रह जाये।
राम मिले बस राम मिले, इतना ही वह कह पाये।।२१।।

परम जिज्ञासु देख ज़रा, गुरु चरण में आ बैठे।
एकाकार वृत्ति हुई, शान्त चित्ति लो आ बैठे।।२२।।

जब लग स्थिति ना हो, शास्त्र पट रे ना खोले।
गुरु सों भी आदेश ले, मुखड़ा भी वह ना खोले।।२३।।

तो क्या समझूँ राम कहो, हम रे कुछ नहीं पायें।
परम ज्ञान जो तुम कहो, वँचित हम रे रह जायें।।२४।।

एकाकार चित्त नहीं हुआ, बहु भाव सों यह भरा।
कैसे कहूँ ओ राम मेरे, चाह रहित यह हो चुका।।२५।।

संग अभी रे नहीं गया, जग रंग अभी रे नहीं गया।
जग में जो रे सीखा है, वह ढंग अभी रे नहीं गया।।२६।।

दैवी गुण सम्पन्न यह, मन अभी रे नहीं हुआ।
पूर्ण शान्त रे जिसे कहो, वह मौन अभी नहीं हुआ।।२७।।

किस विध तुमको ध्यायें हम, नाम मग्न हो जायें हम।
कोई विधि तो तुम कहो, तोरे ही गुण गायें हम।।२८।।

सच तो यह ना मन मेरा, ना बुद्धि मुझपे है कोई।
अभी तलक इतना जानूँ, ज्ञान ना मुझपे है कोई।।२९।।

विधिवत् किस विध भजन करूँ, शास्त्र विधि मैं ना जानूँ।
किस विध तेरा नाम लूँ, भजन विधि भी ना जानूँ।।३०।।

ज्ञानी महात्म तुम रे कहो, गुरु चरण में जायें जब।
एकनिष्ठा रे हो जाये, परम ज्ञान रे पायें तब।।३१।।

बुद्धि नहीं तो तुम ही कहो, ज्ञान रे किस विध हो सके।
मन नहीं है अब कहो, एक भाव भी कहाँ रहे।।३२।।

चाह नहीं लग्न नहीं, कहें यह ना कह सकें।
ख़ुद हम कुछ भी ना जानें, कह के कुछ ना कह सकें।।३३।।

जड़ भाव यह बहते हैं, जाने कहाँ से बहते हैं।
लब तो बहुत रे कहते हैं, जड़ शब्द ही कहते हैं।।३४।।

जानूँ यह पूजन नहीं, यह सब जड़ रे जड़ ही है।
साधना भाव प्रवाह जो, पूर्ण ही रे जड़ ही है।।३५।।

तम है यह अरे स्वप्न है यह, मिथ्या मिथ्या में ही है।
मूक है यह अज्ञान है यह, माया मायिक में यह है।।३६।।

साधना किसको कहते हैं, इतना अब समझावो रे।
क्योंकर तुमसे मिलना हो, निज मुख्र से कह जावो रे।।३७।।

शब्द ज्ञान रे ज्ञान नहीं, मनो मौन ही ज्ञान है।
भाव प्रवाह तो ज्ञान नहीं, भाव मौन ही ज्ञान है।।३८।।

शास्त्र पढ़ी पढ़ी ज्ञान न हो, भाव बही बही ज्ञान न हो।
शास्त्र रचना छन्द प्रवाह, यह भी मन अब छोड़ दो।।३९।।

मौन ही परम रे ज्ञान है, वृत्ति प्रवाह अब छोड़ दो।
साधना हो या ना होये, तू साधना चाह छोड़ दो।।४०।।

सत्त्व ज्ञानी यह ही है, मौन होई करी जान सकें।
राम तत्व महामौन है, राम होई करी जान सकें।।४१।।

एकाकार वृत्ति जब हो, फिर गुरु चरण में जा बैठे।
राम रंगी जो हो जाये, फिर राम शरण में आ बैठे।।४२।।

ज्ञान की राह रे यह ही है, आत्म कृपा तब ही रे हो।
शास्त्र कृपा अरे पा चुके, भाव प्रवाह रहित जो हो।।४३।।

बस रे मौन ही पाना है, मौन होये ही पा सको।
महामौन के शरण गहे, मौन तो ही तो पा सको।।४४।।

साधक साध्य और साधना, एक ही रे होती है।
प्रेरित प्रेरक प्रेरणा, एक अंग ही होती है।।४५।।

मौन होई के जान लो, अख्रण्ड रस वह एक रहे।
अद्वैत तत्व वह नित्य सत्य, एक रे बस एक रहे।।४६।।

राम तत्व रे वह ही है, परम ज्ञान जिसे कहते हैं।
अख्रण्ड रस रे वह ही है, मेरा राम जिसे कहते हैं।।४७।।

साधना तत्व आरम्भ की, बात यहीं पर कहते हैं।
शान्त वृत्ति मनो मौनी, ही पाये वह कहते हैं।।४१।।

९.९.१९६१

❖ ❖ ❖

साधक! 'तू अपनी 'मैं' से ही युद्ध कर..
और अपनी ही दुर्वृत्तियों का हनन कर दे!'

आश्चर्यवत्पश्यति कश्चिदेनमाश्चर्यवद्वदति तथैव चान्यः।
आश्चर्यवच्चैनमन्यः श्रृणोति श्रुत्वाप्येनं वेद न चैव कश्चित्।।

श्रीमद्भगवद्गीता २/२९

यहाँ भगवान कहते हैं :

शब्दार्थ :

१. आत्मा को आश्चर्यवत् कोई देखता है,
२. कोई आश्चर्यवत् इसकी बात करता है,
३. कोई आश्चर्यवत् इसको सुनता है,
४. कोई इसे सुन कर भी नहीं जानता,

तत्व विस्तार :

नन्हीं! आत्मा की कहते हैं, या मृत्यु की वह बात कहें, या देही की बात कहते हैं। प्रथम तीनों कोण से देख ले।

१. मृत्यु देख कर आश्चर्य होता है।

क) यह क्या कैसे हो गया?

ख) जो बिछुड़ गया, वह कहाँ गया?

ग) कहाँ से यह संसार में आया था?

घ) क्या सच ही यह बिछुड़ गया?

ङ) क्या पुनः लौट नहीं आयेगा?

च) अभी अभी यह चेतन था और इक पल में यह जड़ हो गया।

छ) अभी संत था, अभी दुष्ट भी था, इतराता भी था, अब माटी बुत ही रह गया, यह कैसे हुआ?

ज) न वह अब पितु रहा, न पुत्र रहा, नाता कोई भी नहीं रहा।

झ) पूर्ण संसार जो उसका था, उसका अब कुछ भी नहीं रहा।

ञ) इतराता था, इठलाता था, दम्भ दर्प से भरा था। वह अहंकार, वह गुमान पुंज, कहाँ गया, क्या हुआ?

ट) जिसने कभी न सीस झुकाया था, सम्मुख धरती पर गिरा हुआ क्या वह वही है?

ठ) अब पुष्प सेज कहाँ गई? चिता पर उसको लाये धरा।

ड) विचित्र लीला वह देख रहा, देखी साधक है चकित भया।

ढ) विस्मयपूर्ण दृश्य देख, आश्चर्यवत् है देख रहा।

२. आश्चर्यवत् कोई मृत्यु की कहता है :

१. शब्द न्यूनता महसूस करता है।

२. क्या हो गया, क्या वह कह सकता है?

३. कहाँ से आया, कहाँ गया, कैसे कहे, कुछ समझ नहीं आता।

४. अद्‌भुत लीला हो रही है, फिर भी शब्दों में कुछ नहीं कह सकता।

५. वाक् उसे नहीं बाँध सकते।

६. सोची सोची जो भी कहे, उसे वक्ता स्वयं ही न्यून पाता है।

७. मृत्यु का विवरण क्या कर सकते हैं?

८. वाक् न्यूनता पे मानो, आश्चर्य ही वह किया करते हैं।

९. जिसकी कह न सकें, उसका श्रवण क्या हो सकता है?

जीव शब्द ही तो सुनता है। अलौकिक की लौकिक कहेगा भी क्या? चमत्कार की व्याख्या क्या हो सकती है? श्रवण, वदन् उसका क्या होगा, जो शब्द परे की बात है?

३. आत्मा की भी यही बात है।

क) उसको अक्षर, अविनाशी नित्य कहते हैं।

ख) अचल, निष्क्रिय, कूटस्थ भी कहते हैं।

ग) अजर, अमर कहते हैं उसको।

घ) सर्वव्यापी, पर निराकार भी कहते हैं।

ङ) अविच्छिन्न या पूर्ण भी कहते हैं।

च) अखण्ड तत्व भी उसको कहते हैं।

छ) शाश्वत तत्व भी आत्मा को कहते हैं।

ज) उसे निर्विकार भी कहते हैं।

झ) गुणरहित सनातन तत्व भी कहते हैं।

भई! वाक्-पति और वाक् में जो शक्ति है, उस शक्ति का भी पति आत्मा है। उसकी बातें वाक् कैसे कह सकते हैं? श्रोत-पति और श्रोत शक्तिपति जो आत्मा है, श्रवण में वह कैसे आ सकता है? नेत्र-पति और नेत्र शक्तिपति वह आत्मा है, नेत्र या दृष्टि उसे कैसे देख सकते हैं? फिर वह तो निराकार है, दृष्टि का विषय तो वह है ही नहीं। उसे देखें भी तो कैसे? जो भी उसकी ओर जाना चाहता है, वह आश्चर्यचकित ही रह जाता है।

बुद्धि उसे समझ नहीं सकती, मन वहाँ पहुँच नहीं सकता, इन्द्रियों का वह विषय नहीं है। तो बताओ! उसकी हर बात पर आश्चर्य न हो तो क्या हो? वास्तविकता यह है कि :

क) आत्मवान होकर ही आत्मा को जान सकते हैं।

ख) 'मैं' जब तनो तद्रूपता छोड़ कर आत्मा के तद्रूप हो जाये, तब ही उसको जान सकते हैं।

ग) तनत्व भाव के नितान्त अभाव के पश्चात् जीवन आत्मस्वरूप हो जाता है।

घ) तब उसकी 'मैं' आत्मा में लीन हो जाती है। फिर तन तो जहान में रहता है, किन्तु तन का मालिक 'मैं' नहीं रहता। वह तन, सब कुछ, एक साधारण व्यक्ति की तरह करता है, किन्तु 'मैं' के अभाव के कारण अतीव विलक्षण होता है। ऐसे आत्मवान को पहचानना तो अतीव कठिन है और जब वह पहचाना जाये, तब और भी आश्चर्य होता है।

४. अब जीवात्मा या देही के दृष्टिकोण से समझ ले :

क) जीवात्मा जन्मता और मरता है, यह तुम मानते हो।

ख) इस जन्म-मरण के पश्चात् क्या होता है, उसकी कौन जाने?

ग) कर्मों का फल क्या मिलेगा और इस जीवन में किस कर्म का क्या फल मिलेगा, यह भी विस्मयपूर्ण बात है।

नन्हीं! यह सब विस्तारपूर्वक फिर कभी कहेंगे। अभी इतना ही समझ लो कि यदि ध्यान से इन सब बातों को सोचें, तो केवल आश्चर्यचकित रह जाते हैं। पण्डितगण तो मौन हो जाते हैं, क्योंकि वह तनत्व भाव से परे होकर आत्मवान हो जाते हैं।

यह सब कह कर भगवान अन्त में कहते हैं कि अर्जुन! इसे देख कर, सुन कर आश्चर्य तो बहुत होता है कि आप तन नहीं हो, बल्कि आत्मा हो। किन्तु यह सब जान कर भी, इसे कोई नहीं जान पाता, सब समझ कर भी इसे कोई नहीं समझ पाता।

नन्हीं! तत्ववेत्ता और आत्मवान भी इसको जान कर 'मैं जानता हूँ' ऐसा नहीं कह सकते।

परम पूज्य माँ और अर्पणा के कई वरिष्ठ सदस्यों के साथ श्री बैजनाथ भण्डारी, अपनी बेटी सुश्री रेवा भण्डारी का हाथ थामे हुए.. श्री बैजनाथ भण्डारी ने अर्पणा प्रकाशन श्रीमद्भगवद्गीता का अंग्रेज़ी भाषा में अनुवाद किया.. Shrimad Bhagavad Gita - A Guide to Daily Living

देही नित्यमवध्योऽयं देहे सर्वस्य भारत।
तस्मात् सर्वाणि भूतानि न त्वं शोचितुमर्हसि।।

श्रीमद्भगवद्गीता २/३०

भगवान फिर से अर्जुन को कहते हैं :

शब्दार्थ :

१. अर्जुन! यह जीवात्मा
२. सबकी देह में सदा अवध्य है।
३. इसलिये सम्पूर्ण भूतों के लिये,
४. तुम्हारा शोक करना उचित नहीं।

तत्व विस्तार :

हे नन्हीं जान्! भगवान बार बार, विविध विधि मानो अर्जुन को मना रहे हैं और समझा रहे हैं, ताकि :

१. वह जो अत्यन्त शोक से ग्रसित हो गया है, शोक विमुक्त हो जाये।
२. वह जो मोह ग्रसित हो गया है, उस मोह से निजात पा ले।
३. वह जो अपना स्वभाव भूल गया है, उसमें पुनः टिक जाये।
४. वह जो ज्ञान के आसरे अज्ञानपूर्ण पथ लेना चाह रहा है, उस पथ का अनुसरण न करे, यानि युद्ध से मुख न मोड़ ले।
५. वह जो कायर बन गया है, वह अपनी कायरता छोड़ दे।

इस कारण भगवान अर्जुन के लिये विभिन्न प्रकार से वही बात दोहराते जा रहे हैं।

अब कहते हैं कि आत्मा सबकी देह में है और आत्मा को कोई नहीं मार सकता; आत्मा को कोई नहीं काट सकता।

अब भगवान समझा रहे हैं कि जो लोग तुम्हारे सामने युद्ध की चाहना को लिये खड़े हैं, वह भी नहीं मरेंगे। वह भी नहीं मारे जा सकते। यानि, उनका आत्मा अवध्य है, उनकी मौत का भी तू शोक न कर।

क) केवल तन मर जायेगा उनका, किन्तु आत्मा उनकी भी अमर है।

ख) केवल तन के गुण मिट जायेंगे और वह पाप नहीं कर सकेंगे।

ग) अधर्म करने वाले नहीं रहे, तो अधर्म मिट जायेगा।

देह मिट जायेंगे, देही तो नहीं मिट सकते। इसलिये साधक!

१. तू भी अपनी जान की बाज़ी लगा दे।

२. तुझे भी अपना मोह शोभा नहीं देता।

३. तुझे भी अपना आन्तरिक मिथ्यात्व शोभा नहीं देता।

४. तू भी अपने सहज आत्मस्वरूप में आकर स्थित हो जा।

५. तू अपनी 'मैं' से ही युद्ध कर और अपनी ही दुर्वृत्तियों का हनन कर दे।

नन्हीं! साधक के लिये यह युद्ध आन्तरिक युद्ध का प्रतीक है, इसलिये तुझे कहते हैं कि 'तू आत्मा है, घबराती क्यों है?'

क) छोड़ अपनी मिथ्या मान्यता और आत्मा से प्रीत लगा ले।

ख) तनत्व भाव कुछ पल के लिये छोड़ कर देख तो सही, घबरा नहीं।

ग) संग को कुछ पल के लिये छोड़ कर देख तो सही, घबरा नहीं।

घ) अपनी चाहनाओं को कुछ पल के लिये छोड़ कर देख, घबरा नहीं।

ङ) जीवन यज्ञमय बना के देख, घबरा नहीं।

च) यह मनोकामनायें तथा वृत्तियाँ, जो तुम कहती हो तुम्हारी राहें रोकती हैं, उनकी परवाह न कर, तू तो आत्मा है! यह तन और मन तो नहीं!

नन्हीं आभा! तू अपने आपको आत्मा मान कर,

१. आज से दैवी गुण का अभ्यास करना आरम्भ कर दे।

२. आज से अपने मन से सब गिले-शिकवे और राग-द्वेष निकाल दे।

३. आज से अपने ही सद्‌गुणों पर गुमान करना छोड़ दे।

४. आज से किसी के बुरे गुणों के लिये भी उससे नफ़रत करनी बन्द कर दे।

५. आज से अपने नातों-रिश्तों पर से अपना अधिकार छोड़ दे।

६. आज से अपने नाते-रिश्तों पर रोब जमाना छोड़ दे।

७. अपने फ़र्ज़ करती जा, अपने हक़ छोड़ दे।

८. मान-अपमान तन का होता है, तू आज तन से नाता ही तोड़ दे।

९. हानि-लाभ तन के नाते ही होते हैं, आज से इनकी परवाह न कर।

भगवान ने जो भी कहा, उसमें संतुष्ट रहा कर। अपने तन से नाता तोड़ कर भगवान से नाता जोड़ लो।

नन्हीं! भगवान का धन जीवन में इस्तेमाल कर। सत्य, न्याय, प्रेम, करुणा, इनसे बड़ा धन कौन सा होगा? जो इस धन का धनी है, वह शहंशाह है। ❖

श्याम, जुए में छल कैसे..

परम पूज्य माँ अपने पिताजी श्री सी. एल. आनन्द के साथ

पिताजी :

द्यूतं छलयतामस्मि तेजस्तेजस्विनामहम्।
जयोऽस्मि व्यवसायोऽस्मि सत्त्वं सत्त्ववतामहम्।।

श्रीमद्भगवद्गीता १०/३६

गीता में जहाँ विभूतियों का वर्णन है, वहाँ भगवान ने यह भी कहा है कि 'छल में जुआ मैं ही हूँ'। यह 'जुए में छल' तो अच्छा कर्म नहीं! फिर भगवान का ऐसा कहने में क्या प्रयोजन हो सकता है?

सारांश

छल में जुआ, यानि दाँव-पेंच भी वह स्वयं हैं.. यह कहकर भगवान ने अपने को पूर्णरचयिता, नियंता और नियमन्कर्ता प्रमाणित किया है। रेखा का फल देने के लिये सत्

ही सत् में और सत् से सूक्ष्म, स्थूल तथा कारण रूप धर लेता है। इस नाते यह सब वह आप ही हैं।

प्रश्न अर्पण

विभूति पाद में श्याम ने, विशाल रूप निज दिखलाया।
छल में जुआ मैं ही हूँ, विवरण में यह भी दिखलाया।।१।।

छल में जुआ है जो, वह तो श्रेष्ठ कर्म न दर्शाये।
प्रयोजन क्या उनका है, जो छल को भी वह अपनायें।।२।।

तत्व ज्ञान

पूर्ण की पूर्णता समझायें, पूर्ण वह हैं दर्शाते हैं।
व्यक्तिगत की बात नहीं, ब्रह्म तत्व की यहाँ बताते हैं।।३।।

जो भी सत् जिसने माना, जीवन में सत् जो समझा।
जो सत्य कहा और कही किया, वह सत् तो बीज भया।।४।।

उसी सत् ने फिर रूप धरा, जो सत् माना प्रकट हुआ।
पूर्ण में पूर्ण ने देख, आप ही हर रूप धरा।।५।।

स्वप्न में स्वप्न द्रष्टा, ज्यों हर रूप ही धरता है।
संत आप भये दुष्ट आप, विभिन्न कर्म वह करता है।।६।।

अपवाद करे छल कपट करे, ज्ञान की बातें करता है।
वास्तव में वह द्रष्टा है, जो हर रूप ही धरता है।।७।।

इक स्वप्न वृत्ति तड़पाये, मुझसे किसी ने छल किया।
दूजी वृत्ति हर्षाये इसपे, देख इसे मैंने छल लिया।।८।।

कर्तापन वहाँ भोक्तापन, अहंकार और अभिमान भी है।
हर वृत्ति का रूप है भिन्न, और भिन्न ही वा नाम है।।९।।

पर द्रष्टा बिन वहाँ कुछ नहीं, जो मदमस्त है सो रहा।
स्वप्न में जग यह रचाया है, और स्वतः है सब हो रहा।।१०।।

भला बुरा तो जीव कहे, बाक़ी रेखा की बात है।
जब आप किया तो उचित कहे, दूजे को दोष लगात है।।११।।

भावना तोरी नित्य तुझे, दोष विमुक्त कर देती है।
महा निकृष्ट भी कर्म करे, प्रमाणित उचित कर देती है।।१२।।

छल कपटी भी जिसे कहो, बुरो कब ख़ुद को तू कहे।
कल्पना आधारित तर्क वितर्क, राही निज को सत् सिद्ध करे।।१३।।

वह ही जब फिर रूप धरी, सामने तेरे आ जाये।
बुरा उसे ही कहते हो, दोष वहाँ धरता जाये।।१४।।

रेखा निर्माण अज करना है, फल तो तुझे देना ही है।
जुए में कहें दाँव बनी, छल तुझे लेना ही है।।१५।।

जीव सोचे कुछ और मिले, वह दाँव और लगाते हैं।
जीव समझे छल हुआ, दाँव में हार जब जाते हैं।।१६।।

सहज अपने जीवन में, किसी से था छल किया।
दूजा समझा मित्र तुझे, अरि रूप तूने धर लिया।।१७।।

तू था अरि वह न जाना, तुम दाँव लगाते ही तो रहे।
मित्र बनी बनी वा मुख्र पे, उसको भरमाते ही तो रहे।।१८।।

ज्ञान-विज्ञान सहित

छलिया का छल भी जानो, तमोगुण राम का जान लो।
तेजस्वी तेज विजेता विजय, रजोगुण वा विधान हो।।१९।।

सात्त्विक में कहें सत्त्व भाव, हैं आप वह यह जान लो।
त्रैगुण शक्ति उनकी हो, हैं गुणपति वही जान लो।।२०।।

पूर्ण की पूर्णता को, मन माने तब ही तो कहें।
सत् रज तम वा मान सकें, गुणपति जो राम को मान लें।।२१।।

जो भी गुण जिसपे भी है, मन मेरे वह राम ही दे।
गुण गुणन् में वर्त रहे, दोष किसी पे काहे मढ़े।।२२।।

जड़ चेतन सम्पूर्ण ही, पूर्ण ही तो वह आप हैं।
अव्यक्त व्यक्त उसमें है, अखण्ड तत्व वह आप हैं।।२३।।

त्रिलोक में कुछ भी है नहीं, जो नहीं वह आप हैं।
त्रिकाल में कुछ हो न सके, जहाँ नहीं वह आप हैं।।२४।।

एक पात भी नहीं हिले, जो आप नहीं वह हिलाते हैं।
ध्रुव आप और एजना भी, आप ही वह बन जाते हैं।।२५।।

रूप रहित अखण्ड तत्व, अखिल रूप धरी आते हैं।
अखण्ड रस अद्वैत है जो, विभाजित से हो जाते हैं।।२६।।

चेतन स्वरूप जड़ रूप धरें, निराकार साकार हो जायें।
यह तो लीला उनकी है, हर रूप आप ही धर आयें।।२७।।

कभी पुजारी बन करके, वह आरती लेते रहते हैं।
कभी भिखारी बन करके, वह याचक बन कर रहते हैं।।२८।।

कर्मफल कोई देने को, वह दुष्ट बनी कर आते हैं।
कभी ज्ञान सुझाने को, वह ज्ञान बनी कर आते हैं।।२९।।

ज्ञान हैं वह वह ज्ञानघन, अज्ञान भी वह बन जाते हैं।
अज्ञानी का ख़ुद रूप धरी, ज्ञान अज्ञानी से पाते हैं।।३०।।

यही तो उसकी लीला है, सब उसमें ही है हो रहा।
उसमें जन्मे उसमें ही रहे, पुनि लय उसी में हो रहा।।३१।।

वहाँ गुण गुणन् में वर्त रहे, स्वतः सब होता जा रहा।
काहे को तू संग करे, मन तू काहे भरमा रहा।।३२।।

किसी विधि 'मैं' अहं तजे, 'मैं' संग तजे सो कहते हैं।
हर रूप धरी वह निर्गुणिया, गुण बधित हुए बैठे हैं।।३३।।

मन मेरे इसे जान लो, गुण तो जीव के बस में नहीं।
त्रिगुणात्मिका शक्ति दिये, उन्हें रोक सके तोरे बस नहीं।।३४।।

भगवान की रचना जान करी, मन मेरे तुम मौन रहो।
वा रचना में पृथक् कर 'मैं', काहे तुम अब भरते हो।।३५।।

जिस 'मैं' ने थे कर्म किये, वह 'मैं' तो अब नहीं रही।
कर्म बीज मिले राम को, उसने पुनि जग यह रची।।३६।।

नव 'मैं' वहाँ पे भर करके, मिथ्यात्व वहाँ पर क्यों भरो।
बुरा भला वहाँ कोई नहीं, तुम झूठ कपट निज छोड़ दो।।३७।।

आरोपित 'मैं' ही नहीं रहे, बाक़ी राम रह जायेंगे।
मिथ्यात्व 'मैं' का छोड़ दे, पूर्ण भगवान रह जायेंगे।।३८।।

१५.१.१९६७

स्वर्गदायिनी अग्न-विद्या..

(नचिकेत द्वारा त्रै-अग्न ज्ञान की याचना)

परम पूज्य माँ द्वारा 'कठोपनिषद्' की व्याख्या से इस उपनिषद् का गुह्यतम विषय भी सरल काव्य में प्रवाहित हुआ है और हम जैसे साधारण जीवों के लिये भी ग्राह्य और सरल बन गया है। ब्रह्मज्ञान विषयक इस उपनिषद् की अति गुह्य कथा को परम पूज्य माँ के मुखारविन्द से जिस प्रकार समझा है, आपके सम्मुख प्रस्तुत है। कथा के काव्यांश परम पूज्य माँ की दैवीवाणी का दिव्य प्रवाह हैं।

ऋषि उद्दालक बहुत ज्ञानवान थे। निरन्तर ज्ञान चर्चा ही उनका तथा आश्रम में आने वाले अतिथियों की वार्तालाप का विषय हुआ करता था। उनका नन्हा पुत्र नचिकेत भी इसी ज्ञान के वातावरण में पला। वह अतिथियों की सेवा करते हुए शिशु भाव में दत्तचित्त होकर इस ज्ञान को ग्रहण कर रहा था। वास्तव में उसका जीवन सहज में ही इस ज्ञान के साँचे में स्वतः ही ढलता जा रहा था।

ऋषि उद्दालक के पास शब्द ज्ञान तो पूर्ण था। वह जानते थे कि अपने तन का दान ही वास्तविक दान है। अपने तन को सम्पूर्ण इन्द्रियों के बल सहित, दूसरे के कार्य हेतु दे

देना ही वास्तविक दान है। इसके प्रतिरूप में रुचिकर या अरुचिकर जो भी मिले, उसको बिना किसी प्रतिक्रिया अथवा मनोद्वेग के भागवत देन जान कर पूर्णतया स्वीकार कर लेना ही तप है। अपनी बुद्धि को भगवान के विधान के अनुसार, शास्त्र आदेश के चरणों में अर्पित कर देना ही यज्ञ है..

इतना ज्ञान होने पर भी ऋषि उद्धालक के मन में 'सर्ववेदसम्' यज्ञ करके संसार में सर्वश्रेष्ठ कहलाने की कामना थी।

"..विश्वजित कहलाने की, कामना हिय में धरे हुये।
बहु यज्ञ किये बहु मंत्र पढ़े, चाहना हिय में किये हुये।।

त्याग की प्रतिमा बन जायें, सब जग धन्य धन्य कहे।
अभिलाषा यह ही लागी थी, मान मिले यह जग कहे।।

वेदमंत्र वह गान कर के, इच्छुक फल रे पाते थे।
आवाहन परम कर के, नाम मान ही पाते थे।।

यज्ञ रूप नहीं दान था, आशा पाश था बँधा हुआ।
दान दिया संग्रह जो किया, मान त्याग ही नहीं पाया।।

निःस्पृह वह नहीं हुआ, उदासीन भी नहीं हुआ।
मोह ममता न त्याग सका, निरपेक्ष वह नहीं हुआ।।.."

वास्तव में अपने सम्पूर्ण ज्ञान को वह अपने मान व अपनी स्थापति अर्थ प्रयोग करना चाहते थे और इसी प्रयोजन से उन्होंने "सर्ववेदसम्" यज्ञ का आयोजन किया था।

इस यज्ञ का प्रयोजन अपना सर्वस्व दे देना था.. 'सर्ववेदसम्' का अर्थ है, अपने सम्पूर्ण ज्ञान के अनुरूप अपने सम्पूर्ण ज्ञान का उपयोग दूसरे के हित में करना! परन्तु वह तो सब अपनी स्थापति अर्थ करना चाहते थे। इसलिये ब्राह्मणों को देने के लिये उन्होंने वह गायें चुनीं जो बूढ़ी हो चुकी थीं।

"..धेनु बोझा हो गईं, देखभाल न कर सके।
दूध सों घर न भर सकें, अब वह उनसों क्या करें॥

विश्वजित कहलाने को, अनुपयोगी दे दिया।
उपयोगी अरे जो भी था, नचिकेत को दे दिया॥.."

साधक के दृष्टिकोण से उसकी इन्द्रियाँ ही यह धेनु हैं, जब तक इनमें कार्य करने की शक्ति है तब तक इन्हें भगवान के चरणों में अर्पित करना ही वास्तविक दान है, अन्यथा मृत्यु तो इनको हर ही लेगी, वह दान नहीं। इस लिए कहते हैं -

"..इन्द्रियाँ शिथिल भईं जिस पल, ब्रह्मचारी रे हो गये।
काम काज न कर सके, कहें रे अर्पित हो गये॥

मूर्ख मन यह जान ले, यह तो कोई दान नहीं।
जिसका है उसे आज दे, जब ले ही ले तो दान नहीं॥

साधक कोण से लो कहें, कहें युवा हो आ जाओ।
गर बल है इन्द्रियन् में तेरे, इस पल ही रे आ जाओ॥.."

नचिकेत अपने पिता के इस कर्म को देखकर उनके शब्द ज्ञान तथा व्यावहारिक सत्ता में आचरण में महान अन्तर देख रहे थे.. जिस ज्ञान का श्रवण करके नचिकेत ने सहज में ही उसको जीवन में सत्य मान लिया था, पिता का व्यवहार उससे विरुद्ध देखकर नचिकेत विचार निमग्न हो गये..

"..सोच उठी अब क्या होगा, क्या फल रे यह पायेंगे।
परम तत्व तो दूर रहा, जग से दूर हो जायेंगे॥

श्रद्धा विहित यज्ञ के फल से, मुक्त वह हो जायेंगे।
पाप किये जो कर रहे, पूर्ण मुक्त हो जायेंगे।।

सर्वस्व दान यह कहते हैं, देकर कुछ भी नहीं दिया।
चाहना जग की लगी रही, चाहना को तो नहीं दिया॥

नचिकेत विवेक भरा, अनर्थ यह न देख सका।
यज्ञ दान जो हो रहा, व्यर्थता ही न देख सका॥

सुचेत उन्हें रे करने को, पिता सम्मुख वह आ गये।
मन ही मन यह जान के, पिता मेरे भरमा गये।।

पिता सम्मुख रे आ करके, नचिकेत यूँ कहने लगे।
हे तात! किसे मुझको दोगे, स-आदर वह कहने लगे।।.."

जब नचिकेत पिता के पास यह प्रश्न लेकर पहुँचे कि पिता ने उनको किसे दान दिया, पहले तो पिता ने बालक समझ कर टाल दिया, परन्तु जब नचिकेत बार-बार उसी प्रश्न को दोहराने लगे..

"..मन में क्षोभ कुछ उठ आया, उद्दालक क्रोधित हो गये।
सभ्यता शिशु ने खोई, महा कुपित वह हो गये॥

आवेश में आकर यूँ बोले, मृत्यु को तुझे देता हूँ।
क्रोध में भूले क्या कहें, किसको किसको देता हूँ॥

परम्परा कुल की वह रे भूले, अहम् ने सब भुला दिया।
सत् अनुयायी वह रे थे, संग ने अब भुला दिया॥

महा प्रिय को भी चाहे, राहों में गर वह आ जाये।
लोभ में यह भूले वह, कहे रे मृत्यु आ जाये॥.."

लोभ के वशीभूत होकर अपनी सर्वप्रिय निधि, अपने ही बेटे को उन्होंने मृत्यु को दे दिया। जब तक हमारी अपनी चाहना, रुचि-अरुचि प्रधान है तब तक हमारा प्रेम भी आपेक्षिक है, और उसमें सत्यता नहीं आ सकती। अपनी रुचि की वेदी पर हम अपने सर्वप्रिय नाते की भी बलि देने को तैयार हो जाते हैं।

"..यही गति हर साधक की, साधक को समझाते हैं।
अपमान मान सब भूलो तुम, यही कहे वह जाते हैं।।.."

पितृभक्त नचिकेत पिता के इस वाक् को सुनकर भी पिता के प्रति क्रोधित नहीं हुए, उन्होंने विचार किया कि पिता की इस आज्ञा का प्रयोजन क्या है? शास्त्रों में तीन प्रकार के शिष्यों का वर्णन है - प्रथम कोटि का शिष्य तो गुरु के भाव को ही पहचानकर उसके कहने से पूर्व ही उसकी मनोचाहना अर्थात् आज्ञा को पूर्णतया निभा देता है। द्वितीय कोटि का शिष्य गुरु का आदेश सुनता है और उसे पूर्ण करने के लिये अपने प्राणों तक की बाज़ी लगा देता है। तृतीय श्रेणी का शिष्य गुरु का आदेश सुनकर भी उसको पूरा करने के लिये कुछ नहीं करता - वह तो केवल अपनी मनोरुचि का चाकर है।

नचिकेत ने इस शास्त्रीय तुला पर अपने को धर कर देखा..

"..नचिकेत सोचन लागे, बहु भाव में प्रथम रे हूँ मैं।
बहु कर्म आदेश में, द्वितीय यत्न करूँ रे मैं॥

न्यून श्रेणी में कभी नहीं, अभी तलक आचरण किया।
गुरु आदेश में ही अब लग, मन ने विचरण है किया॥

पिता कहा तुझे यम को दिया, क्या वह करना चाहते हैं।
कौन काज वह यम करे, जो करवाना चाहते हैं॥.."

जब पिता ने देखा कि नचिकेत तो सच ही उनकी आज्ञा का पालन करने चले हैं तो वह क्रोधावेश में कहे हुए अपने ही वाक्य पर पछताने लगे और नचिकेत को रोकने का प्रयत्न करने लगे। नचिकेत का पालन-पोषण ज्ञान के वातावरण में ही हुआ था, और शिशु भाव में बिना किसी आवरण के उन्होंने उसे सहज ही सत्य मान लिया था। आज पिता से सुने हुए ज्ञान को ही पुनः पिता को सुनाकर वह सान्तवना देने लगे और कहने लगे –

"..मृत्यु धर्मा यह तन है, मृत्यु धर्मा जीव है।
कर्म धर्म है रेखा बँधा, कर्तव्य भाव निर्जीव है॥

कुछ पल तन का संग रे है, अनिश्चित क्षणभंगुर है यह।
अनिश्चित यह मर मिट जाये, साथ न दे जो यह तन है।।

पिता महान को देख ले, पूर्व जन्म को देख ले।
कुल प्रथा निज देख ले, पूर्व कथा निज देख ले॥

सत्य शब्द रे तेरा हो, अब मुझको तुम जाने दो।
सत्य परायण नचिकेत कहें, यम दर पे जाने दो॥.."

नन्हे शिशु को मृत्यु तक पहुँचाने का एक ही रास्ता आता था –

.."अनशन हो बैठ गया, यम को वह बुलाता रहा।
यम नहीं निज घर में था, नचिकेत बुलाता रहा॥

त्रिदिन इस विध तप किया, निराहार वह पड़ा रहा।
जल भी ग्रहण रे न किया, प्रतीक्षा में वह पड़ा रहा॥

पितृ पाप मिटाने को, जीवन दान रे दे दिया।
सत्य प्रतिष्ठित ही रहे, अपना प्राण रे दे दिया॥.."

यम जब घर लौटे तो अपनी पत्नी से उन्हें पता चला कि ब्राह्मण शिशु तीन दिन और तीन रात्रि से उनके द्वार पर अनशन करके बैठा हुआ है। अतिथि के इस अनादर के प्रतिरूप अगले और पिछले सम्पूर्ण पुण्य नष्ट हो जायेंगे, इस बात को जानते हुए यमराज बहुत ही विनम्र भाव से नचिकेत के पास पहुँचकर उसको कहने लगे –

"..हे ब्राह्मणे तुम सुनो सुनो, प्रणाम यम स्वीकार करो।
कुपित न होना मुझ से तुम, अतिथित्व मम् स्वीकार करो॥

महा दोषी ब्राह्मण मैं हूँ, त्रै रात्रि अनशन किया।
प्रत्येक रात्रि प्रतिरूप में, इच्छित वर तुझको दूँगा॥.."

ऋषि उद्दालक ने तो क्रोधवेश में नचिकेत को मृत्यु के पास भेज दिया, परन्तु नचिकेत के मन में उनके प्रति कोई गिला नहीं था। वह तो पिता के दुःख को पूर्णता से समझ रहे थे और उनके प्रथम वर में ही उनके आन्तर की आर्जवता, प्रेम, क्षमा इत्यादि इन सब दैवी गुणों की झलक मिलती है। उनकी आन्तरिक मनोस्थिति के साथ उनके ज्ञान की पराकाष्ठा और जीवन में व्यावहारिक सत्ता पर उसके वर्तन की झलक भी निहित है।

नचिकेत का सर्वप्रथम भाव अपने पिता के दुःख की शान्ति के लिए था। इसलिये वह यमराज से कहने लगे –

"..मृत्यु देवा प्रथम तुम, क्रोधी पिता मन शान्त करो।
गौतम वंशी पिता उद्दालक, क्षोभ भाव रे शान्त करो॥

ग्लानि उनको खायी है, आप ही मुझको दे दिया।
सच तो यह क्रोधावेश में, आ करके है दे दिया॥

द्वन्द्व भरे अशान्त हैं वह, अब वह चैना पा जायें।
उद्विग्नता मन में है भरी, उसको वह मिटा पायें॥.."

यमराज ने तुरन्त ही उसको प्रथम वरदान दे दिया और आश्वासन दिया कि पिता उद्दालक शान्त संकल्प हो जायेंगे।

द्वितीय वर से नचिकेत ने यमराज से स्वर्ग तक ले जाने वाली अग्न विद्या के बारे में प्रश्न किया –

"..जिस अग्न के आसरे अमरत्व, देवतागण रे पाते हैं।
अग्न विज्ञान दे मुझको, स्वर्ग रे जिससे पाते हैं॥.."

इस प्रश्न के उत्तर में यमराज ने नचिकेत को त्रि-अग्न चयन की बात समझाई। त्रि-अग्न अर्थात् स्थूल, सूक्ष्म और कारण-इन तीनों स्तरों पर जली हुई अग्न को चुन लेना, शांत कर देना-- यही अग्न चयन है।

अग्न हमेशा दो वस्तुओं के संघर्ष तथा सम्पर्क के परिणामस्वरूप उत्पन्न होती है। किसी के मनोभाव से हमारे भाव टकराते हैं या बुद्धि स्तर पर कोई टकराव होता है तो अन्त में प्रतिध्वनि रूप में एक प्रतिक्रिया या रिऐक्शन का जन्म होता है। यह प्रतिक्रिया ही वह अग्न है जो हमें दुःखी और सुखी करती है और हमारे जन्म-सिद्ध अधिकार स्वर्गिक सुख या आनन्द को भंजित करती है। जो व्यक्ति इस अग्न से प्रभावित नहीं होता, उसका वास निरन्तर स्वर्ग में रहता है। उसके आनन्द को कोई भी परिस्थिति विचलित नहीं कर सकती। वहाँ कोई भी भय, भूख, पिपासा, जरा, मृत्यु, व्याधि आदि पहुँच नहीं सकते। बाह्य रूप में सब परिस्थितियाँ विपरीत होने पर भी आन्तरिक आनन्द सुरक्षित है।

"..ज्ञान माल पहरा करके, माया नृप बना दिया।
यम ने अपने ही कर से, विजय तिलक लगा दिया॥२५॥

पुण्य अग्न नचि नाम सों, प्रसिद्ध अरे हो जायेगी।
तेरे नाम से ही सुन ले, अग्नि नाम यह पायेगी॥४॥

प्रतिष्ठित तू हो जायेगा, नाम अमरता पायेगा।
यह वर तुझको आप दिया, पूर्ण ही हो जायेगा॥४॥.."

यम के इस वर के पश्चात् नचिकेत ने उनसे तृतीय वर की याचना की। आत्म-विषयक तृतीय वर पर विचार व विस्तार अगले अंक में करेंगे।

परम पूज्य माँ द्वारा की गई "कठोपनिषद्" की व्याख्या के आधार पर यह लेख आश्रित है.. और पद्य अंश उसी में से लिये गये हैं।

❖ ❖ ❖

आवरण मिटाव ही साधना है

डॉ. जे के महता द्वारा प्रस्तुत
यह लेख 'अर्पणा पुष्पांजलि' के मार्च १९९१ अंक में से लिया गया है.

मेरे अपने मौलिक दृष्टिकोण में परम पूज्य माँ की करुणा से जो परिवर्तन आया है, वह उनके दीर्घकाल सम्पर्क के प्रसाद स्वरूप प्राप्त हुआ है। उनके जीवन में मुझे प्रमाण सहित साधन मार्ग का दर्शन हुआ है। इस दर्शन के फलस्वरूप स्वतः ही, मेरे बिन जाने, मेरा जीवन भी साधना पथ पर जितना-जितना चल सका, वह एक बहुत ही सुन्दर और सुखद कथा है! आज, साधक-वृंद के साथ मैं अपना वही अनुभव बाँटना चाहता हूँ।

शास्त्रों की कथनी पर ध्यान लगाना, भक्तों के अनुभवों को अपनाकर अपने आपको भक्त समझना, अथवा अपने को स्व-स्थित समझकर "अहं ब्रह्मास्मि" के भाव में मस्त रहना.. भक्तों के अनुभव-जन्य उद्‌गारों को आनन्द विभोर होकर गाना, मुझे बहुत सहज और प्रिय लगता था।

दूसरी ओर जीवन में राग-द्वेष, अपने और पराये का भेद, सुख-दुःख में विक्षेप, मान-अपमान से प्रभावित होना इत्यादि सब विकार जीवन में ज्यों के त्यों ही बने हुए थे। ध्यान में अपने को आनन्द विभोर और जीवन में विकारपूर्ण देखकर यह समझ नहीं पा

रहा था कि भूल कहाँ हो गई? कभी जग को दोष देकर, उससे दूर कहीं एकान्त देश में बस जाने को मन करता और कभी अपने को दोष देकर मन में खिन्नता आने लगती।

ऐसी मानसिक अवस्था में १९५८ में अनायास ही जब परम पूज्य माँ का दिव्य सम्पर्क मिला, तो ऐसा लगा मानो भगवान ने मेरे हृदय की दुविधा जानकर मुझ पर अतिशय करुणा करी और सन्त सम्पर्क दे दिया। उनके सम्पर्क में आकर मेरे जीवन की मुहार धीरे-धीरे अपनी दिशा बदलने लगी।

आज मैं स्पष्ट देख सकता हूँ कि यदि उस समय परम पूज्य माँ का सम्पर्क मुझे न मिलता तो शायद आज मैं जग को त्याग, गेरुवे वस्त्र धारण कर, गंगा के किनारे किसी कंदरा में ध्यान-मग्न बैठा होता।

आज जीवन के अनुभव से जाना हूँ कि चित्त की पावनता के बिना सारा ध्यान निरर्थक हो जाता है। अहंकार का वर्जन करने की जगह यह केवल अहंकार का वर्धन करने लगता है। वृत्ति निरोध के स्थान पर वृत्ति विस्तार को प्राप्त होने लगती है।

भगवान श्री कृष्ण ने श्रीमद्भगवद्गीता में निष्काम कर्म की महिमा बार बार कही है। इनके राही ही कामना, वासना इत्यादि आवरणों का मिटाव हो सकता है। सम्पूर्ण आत्मज्ञान देकर श्रीमद्भगवद्गीता के अन्त में भगवान श्री कृष्ण, अर्जुन को आदेश देते हैं :

यज्ञदानतपःकर्म न त्याज्यं कार्यमेव तत्।
यज्ञो दानं तपश्चैव पावनानि मनीषिणाम्।। १८/५

अर्थात् - *यज्ञ, दान और तपरूप कर्म त्यागने के योग्य नहीं है किन्तु वह निःसंदेह करना कर्त्तव्य है क्योंकि यज्ञ, दान और तप (यह तीनों) ही बुद्धिमान पुरुषों को पवित्र करने वाले हैं।*

फिर उन्होंने कहाः

असक्तबुद्धिः सर्वत्र जितात्मा विगतस्पृहः।
नैष्कर्म्यसिद्धिं परमां संन्यासेनाधिगच्छति।। १८/४९

अर्थात् - *सर्वत्र आसक्तिरहित बुद्धि वाला, स्पृहारहित और जीते हुए अन्तःकरण वाला पुरुष, सांख्ययोग के द्वारा भी परम नैष्कर्म्यसिद्धि को प्राप्त होता है।*

परम पूज्य माँ का जीवन इसी निष्कामता की सजीव प्रतिमा है और उनका हर कर्म मानो श्रीमद्भगवद्गीता की सप्राण व्याख्या! उनके जीवन को देखकर ही हमें पूर्ण गुण, योग्यता और सामर्थ्य सहित अपना तन संसार और प्राणीमात्र की सेवा में अर्पित करने की प्रेरणा और उत्साह मिलता है। जब से यह जीवन उनकी छत्र-छाया में आया.. चेत स्तर पर मेरे बिन जाने ही यह जीवन इसी दिशा में, उनके मार्गदर्शन पर चल रहा है।

वास्तव में अर्पणा का प्रत्येक सदस्य अपनी योग्यता अनुकूल अपने आपको किसी न किसी सेवा कार्य में अर्पित किये हुए है, और सब एक संगठित परिवार के रूप में निरन्तर सेवा कार्यों में एकजुट हो कर लगे रहते हैं और परिणामस्वरूप आन्तर में नित्य मुदित और प्रसन्न हैं।

इस आन्तरिक सुख और परिपूर्णता का अनुभव करते हुए हम कहीं इसी को चरम लक्ष्य समझ कर पथ में ही विभ्रान्त न हो जायें.. इस कारण समय समय पर इसके प्रति हमें सुचेत भी किया जाता है। इसके लिए अपने चित्त पर ध्यान लगाना अनिवार्य है।

साधुतापूर्ण गुणों का गुमान और अपने निष्काम कर्मों का सूक्ष्म अभिमान बिन ध्यान लगाये नहीं दीखता। स्थूल में अपने लिए अपने निष्काम कर्मों राही कुछ भी न चाहता हुआ, साधक ध्यान के राही अपने आन्तर मनोप्रवाह में सूक्ष्मति-सूक्ष्म वृत्तियों का भी दर्शन कर सकता है। यह वृत्तियाँ ही आन्तर में तम और अज्ञान का आवरण बनकर आत्मतत्व को हमसे ओझल करती हैं।

इसी अज्ञान के गर्भ में अहं, संग, राग-द्वेष इत्यादि सब विकार निहित में रहते हैं और कभी भी उभर कर साधक का पतन करा सकते हैं। साधक ध्यान के स्तर पर इनका दर्शन करके, इनसे भयभीत होकर त्राहि-त्राहि पुकारता है.. और भगवान की शरण ढूँढता है। ऐसे साधक को ही आश्वासन देने के लिये मानो भगवान डंके की चोट से कहते हैं :

हिमाचल में अर्पणा कार्यकर्ताओं के साथ परम पूज्य माँ एवं पूज्य छोटे माँ

क्षिप्रं भवति धर्मात्मा शश्वच्छान्तिं निगच्छति।
कौन्तेय प्रति जानीहि न मे भक्तः प्रणश्यति।। *९/३१*

अर्थात् - *शीघ्र ही धर्मात्मा हो जाता है और सदा रहने वाली परम शान्ति को प्राप्त होता है। हे अर्जुन, तू निश्चयपूर्वक सत्य जान कि मेरा भक्त नष्ट नहीं होता।*

ऐसे स्तर पर पहुँच कर साधक पूर्ण जग की हर परिस्थिति को भगवान की करुणामय रचना जानता है। वह अनुभव से जान जाता है कि निष्काम भाव से अपने तन को जग के अर्पित करके ही वह अपने तन से उठ सकता है।

जग सम्पर्क के परिणामस्वरूप अपने आन्तर में वृत्ति प्रवाह रूपा आवरण को दूर से देखकर, वह उसे भी राम चरण में अर्पित करता जाता है। यही उसका पावनकर और निरन्तर नाम का अभ्यास है।

ज्यों-ज्यों यह आवरण मिटते जाते हैं, चित्त पावन होता जाता है। आन्तरिक मौन में बैठकर साधक को सम्पूर्ण संसार अपने ही प्रियतम का विराट्रूप दीखने लगता है। वह अपने आन्तर और बाह्य.. राम के ही दर्शन करता हुआ, उन्हीं के चरणों में खो जाता है।

उसके तन, मन, बुद्धि में केवल राम का ही निवास हो जाता है, उसका आस्तित्व ही राममय हो जाता है, और उसके तन, मन, बुद्धि राही मानो भगवान ही जग में वर्तते हैं। फिर उसका तन क्या करता है.. उसे क्या मिला.. क्या नहीं मिला.. इसका साधक के लिये कुछ महत्व नहीं रहता।❖

दोष दृष्टि का नितान्त अभाव

प्रस्तुति - विष्णु प्रिया महता

यह बात परम पूज्य माँ के साधना के आरम्भिक काल की है। उनकी जीवन शैली परिवर्तित होने के साथ साथ उनके प्रति उनके समीपवर्ती लोगों का दृष्टिकोण भी बदलने लगा। पूज्य माँ की विलक्षणता के दर्शन हमें उनके मुखारविन्द से प्रवाहित प्रत्येक गायन से होते हैं जो किसी साधारण परिस्थिति में भी अद्वितीय प्रतिक्रिया स्वरूप बह गया.. ऐसा ही एक प्रवाह यहाँ प्रस्तुत है!

मन्दिर में प्रथम नमन और भगवान के दर्शन करने के पश्चात् परम पूज्य माँ की जीवन प्रणाली मानो क्षणभर में बदल ही गई! दृष्ट रूप में इनके मित्रगण एवं परिवार वालों के लिए इस अप्रत्याशित परिवर्तन को समझ पाना कठिन ही नहीं.. प्रायः असम्भव था। कल तक जो हमारे साथ उठते-बैठते, हँसते-खेलते थे.. आज अचानक मन्दिर में ऐसे बैठे

कि अन्य जग से मिलन-वर्तन ही छूट गया.. यह क्या हुआ.!! इस पर सबका आश्चर्यचकित हो जाना तो स्वभाविक ही था।

भक्त हृदय के आन्तर के दर्शन को तो कोई पा ही नहीं सकता। अपने ही तन से आसक्ति युक्त संसारी भला उसकी व्यथा कैसे समझ पायें.. जो अपने जन्म-जन्म के साथी से मिलने के लिये दिन-रात बेचैन हैं? वह तो उसको दीवाना ही समझेंगे। इसी कारण हम देखते हैं.. भक्तों को संसार से सदा तिरस्कार ही मिला।

पूज्य माँ के साथ भी कुछ ऐसा ही हुआ। कुछ लोग तो इनको मतवाली कहकर दूर हो गये, और अन्य कई जन, जो अपने को इनका हितैषी मानते थे.. इनको समझाने लगे कि इस प्रकार से अपना जीवन नष्ट न करें..

लोग किस भाव से क्या कह रहे हैं, भक्त को इससे कुछ लेना-देना नहीं। वह तो हर परिस्थिति में अपने प्रियतम के दर्शन पा रहा है.. और हर वाणी में उसी की वाणी सुन रहा है। किसी ने मुझे जन्म-जरी कहा, भला क्यों? और इस खोज में वह अपने आन्तर के एक-एक आवरण को चीरता जा रहा है..

धन्य है यह दृष्टिकोण! यह आन्तर्मुखता! जहाँ बाह्य दोष-दृष्टि का पूर्णतया अभाव है -

जब तेरे मन्दिर में आकर, अकेली नीर बहाती हूँ।
राम तेरे सब मुखन् सों, क्यों जन्म जरी कहलाती हूँ।।१।।

विषय भोग आसक्ति से, मनो ऊसरता बढ़ाती हूँ।
ज्ञान बीज जो पड़ें जलें, क्या इस कारण कहलाती हूँ।।२।।

अखियों से तुमको ना देखूँ, तेरे जग में मैं भरमाती हूँ।
अनेक रूप तव घृणा करूँ, क्या इस कारण कहलाती हूँ।।३।।

पद धूलि सों देह बनी, इस देह पर मैं इतराती हूँ।
देह रचना अभिमान करूँ, क्या इस कारण कहलाती हूँ।।४।।

वैराग्य जो मुझको तुमसे है, अनुराग मुझे शव जग से है।
विपरीत भाव में रहती हूँ, क्या इस कारण कहलाती हूँ।।५।।

तो वैराग्य की गोड़ी आन करो, ऊसर भूमि में प्राण भरो।
श्रद्धा विश्वास सों मन सींचो, नहीं तो जरी ही जाती हूँ।।६।।

प्रार्थना शास्त्र-1

25-2-1959

परम पूज्य माँ

अर्पणा
समाचार पत्र

अर्पणा ट्रस्ट, मधुबन,
करनाल, हरियाणा
जून २०२०

अर्पणा के आयोजन

साधना दिवस

प्रत्येक वर्ष, ९ मार्च साधना दिवस के रूप में मनाया जाता है.. इस दिन ही १९५८ में परम पूज्य माँ की साधना प्रारम्भ हुई थी। अब की बार, महामारी के चलते अर्पणा स्टाफ़ एवं आगन्तुकों को निमन्त्रण न देकर केवल आश्रम के ही कुछ सदस्य मधुबन स्थित पूज्य माँ के समाधि-स्थल पर एकत्रित हुए। पूज्य माँ द्वारा गायन* की गूँज से हमारा आन्तरतम गुंजायमान हो उठा.. जबकि उनके अर्थ हमेशा की तरह ही हमारे हृदयों को बाँध सा देते हैं। **कई वर्ष पूर्व के गायन की रिकॉर्डिंग्ज़ हमारे यहाँ संरक्षण कक्ष में उपलब्ध हैं।*

राम नवमी ईस्टर और महा-समाधि दिवस के संस्मरण..

परम पूज्य माँ सभी धर्मों का समान रूप से आदर करते थे। उपनिषदों ने भी इसी तथ्य को स्वीकारा है कि 'पूर्ण एक ही है'..

पूज्य माँ से विरासत में प्राप्त ज्ञान एवं अनुभव के सूत्रों को पिरोते हुए.. राम नवमी एवं ईस्टर को भक्ति भाव से श्रद्धापूर्वक मनाया गया!

अर्पणा अस्पताल

अर्पणा अस्पताल कोविड-१९ से जूझ पाने के लिए तत्पर

ज़िला प्रशासन द्वारा आदेश दिये जाने पर कोविड-१९ से लड़ने के लिए पूर्ण रूप से सक्षम

१. अर्पणा अस्पताल में कोविड-१९ के रोगियों को अलग रख पाने के लिए दूसरी मंज़िल के वार्ड को परिवर्तित किया गया, आवश्यकता पड़ने पर इस सुविधा को बढ़ाया जा सकेगा।
२. फ्लू जैसे लक्षणों वाले रोगियों के लिए अलग पंजीकरण एवं ओपीडी..
३. अस्पताल के प्रवेश-द्वार पर परिसर में प्रवेश करने से पूर्व सभी के लिए अच्छी तरह से हाथ धो पाने की सुविधा के लिए वॉश बेसिन लगाये गये।
४. सभी विभागों को अनुदानित दस्ताने एवं मास्क प्रदान किए गए।
५. सभी अस्पताल के कर्मचारियों के लिए कोविड-१९ के संक्रमण नियन्त्रण पर लगातार प्रशिक्षण सत्र आयोजित किये जा रहे हैं।
६. डॉक्टरों एवं नर्सिंग स्टाफ़ के लिए पीपीई किट का उपयोग करना आवश्यक किया गया।

पीपीई किट आने तक, अस्पताल के कर्मचारियों द्वारा एन-९५ मास्क, डिस्पोज़ेबल कवर एवं काले चश्मों का उपयोग किया जा रहा था जो उत्तरी आयरलैंड पैरामेडिक टीम द्वारा दिये गये थे।

हार्दिक धन्यवाद, उत्तरी आयरलैंड!

डॉक्टरों, नर्सों एवं पैरामेडिक्स स्टाफ़ के लिए प्रशिक्षण

अर्पणा अस्पताल में २० फरवरी से २५ तक, ६ दिवसीय जीवन रक्षण के विषय में प्रशिक्षण दिया गया, जिसे उत्तरी आयरलैंड एम्बुलेंस सेवा सर्विस के प्रशिक्षण अफ़सर श्री फ्रैंक आर्मस्ट्रांग द्वारा दिया गया। डॉ. दविंदर कपूर, पुलिस सर्जन (सेवानिवृत्त), उत्तरी आयरलैंड द्वारा इसके लिए सहायता प्रदान की गई।

नर्सों, पैरामेडिक्स और कर्मचारियों के लिये प्रशिक्षण में नवजात शिशुओं और वयस्कों के लिए सीपीआर (कार्डियो पुनर्जीवन) शामिल था।

'उन्नत जीवन समर्थन (ALS)' डिफिब्रिलेशन के साथ सीपीआर भी शामिल है, AED (स्वचालित बाहरी डिफिब्रिलेशन), मल्टी पैरा मॉनिटर, एवं १२-लीड वाली ईसीजी के परीक्षण भी शामिल हैं।

डॉक्टरों के लिए उन्नत प्रशिक्षणः अर्पणा के डॉक्टरों को आपातकालीन स्थिति में मरीज़ के वायुमार्ग खुले रखने का प्रदर्शन किया गया।

मोलरबन्द

स्वामी शिवानन्द मेमोरियल इंस्टीट्यूट से व्यावसायिक सहायता

कक्षा १-६ के छात्रों का मूल्यांकन

फरवरी में, अर्पणा शिक्षकों द्वारा SSMI मूल्यांकन के लिए ४२ छात्रों की पहचान की गई। सीखने की अक्षमता वाले कुछ बच्चों को विशेष सहायता की आवश्यकता होती है। बाक़ी अन्य को परामर्श की एवं कुछ अन्य को कक्षाएं दोहराने की ज़रूरत होती है।

SSMI छात्र मूल्यांकन कार्यशाला

७ मार्च २०२० को एक कार्यशाला में, अर्पणा बालवाटिका एवं प्राथमिक वर्ग के शिक्षकों ने शिक्षण सहायक सामग्री को मूल्यांकन के लिए उपयोग करने के विषय में सीखा। प्रत्येक बच्चे की प्रगति को देखने के लिए विस्तृत रूप से रजिस्टर का उपयोग सिखाया गया।

पूर्व-गणित अवधारणाओं पर कार्यशाला

पूर्व-गणित अवधारणाओं को सरल रूप से बताने के लिए विभिन्न तकनीकों का उपयोग किया गया। इन गतिविधियों से प्राथमिक शिक्षकों की कई शंकायें दूर हुईं।

COVID-19 के समय में वंचित छात्रों को पढ़ाना

हम सभी सरकार द्वारा लॉकडाउन नियमों को सख़्ती से लागू करने का पालन कर रहे हैं और प्रत्येक व्यक्ति सुरक्षित रहने के लिए घर पर ही रह रहा है।

हमारे अधिकांश छात्रों के पास लैपटॉप नहीं हैं.. लेकिन अधिकांश अपने निकट सम्बन्धियों के स्मार्टफोंज़ का प्रयोग कर सकते हैं.. क्योंकि वह संयुक्त परिवारों में रहते हैं। इन स्मार्टफोंज़ में बेसिक इंटरनेट सुविधा तो है परन्तु वह ऑनलाइन कक्षाएं चलाने के लिये पर्याप्त नहीं है।

इसके लिए व्यावहारिक विकल्प हेतु सभी कक्षाओं के लिए WhatsApp ग्रुप बनाए गये.. जहाँ शिक्षकों द्वारा कार्यपत्रकों के साथ शिक्षण वीडियो भेजे जाते हैं। बच्चे अपना असाइनमेंट पूरा करके शिक्षकों को भेज देते हैं, जो उस पर प्रतिक्रिया प्रदान करते हैं।

इस समय अधिकांश छात्र इस प्रकार से हमारे साथ जुड़े हुए हैं और इस योजना से लाभान्वित हो रहे हैं।

अर्पणा अपने शैक्षिक कार्यक्रमों में सहायता करने के लिए अवीवा पीएलसी, यूके, एस्सेल फाउंडेशन, नई दिल्ली, टेक्निप इंडिया, केयरिंग हैंड फॉर चिल्ड्रन, यूएसए एवं अर्पणा कनाडा का अत्यन्त आभारी है।

दिल्ली

वसंत विहार केन्द्र - वंचित छात्रों के लिए सक्षमता

अर्पणा का कार्यक्रम, **ज्ञान आरम्भ**, एक ट्यूशन प्रोग्राम है, जिसके द्वारा वंचित घरों के १०० छात्रों को पढ़ाया जा रहा है।

फरवरी में कक्षा के अनिवार्य पाठ्यक्रम को पूरा करने के बाद.. वर्ष के अंत में आने वाली परीक्षाओं पर ध्यान केन्द्रित किया गया।

- पूरे पाठ्यक्रम की समीक्षा, अंग्रेज़ी, गणित और विज्ञान पर विशेष ध्यान।
- मुश्किल अवधारणाओं को फिर से पढ़ाया गया।
- छात्रों के अनुरोध पर नियमित रूप से न पढ़ाये जाने वाले सामाजिक अध्ययन और हिन्दी विषयों को समीक्षा के लिए जोड़ा गया।

'डिवोशन' - दिल्ली में अर्पणा हैण्डीक्राफ़्ट्स का एक आयाम - इंस्टाग्राम पर

अर्पणा हैण्डीक्राफ़्ट्स द्वारा बनी वस्तुएं अब हमारे इंस्टाग्राम पेज पर भी प्रदर्शित की जा रही हैं। (devotionbyarpana सम्पर्क no. 9871284847)

कृपया इसको follow करते हुए इसे like और share करें - और प्रेम से गूँथे इन सूत्रों को चहुँ ओर फैलाने में सहायता करें।

हरियाणा में ग्रामीण महिलाओं का सशक्तिकरण

अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस

३ मार्च २०२० को १६ गाँवों के ८२ स्वयं सहायता समूहों से ६०० से भी अधिक महिलाओं द्वारा तुसंग गाँव में अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस मनाया गया, जिसे उन्होंने अपनी आर्थिक सुरक्षा, स्वास्थ्य एवं स्थानीय प्रशासन के रूप में अंकित किया। महिलाओं एवं बच्चों ने बहुत उत्साहपूर्वक खेलों एवं सांस्कृतिक गतिविधियों के साथ साथ स्वयं सहायता समूहों की महिलाओं द्वारा खाने, खिलौनों एवं कपड़ों के स्टॉलों का भी आनन्द लिया। 'स्वच्छता, स्वास्थ्य और प्लास्टिक मुक्त भारत' पर एक नाटक प्रस्तुत किया गया जिसकी बहुत सराहना हुई।

नोट : *१६ से भी अधिक गाँवों के २०० स्वयं सहायता समूहों द्वारा महिला दिवस के उत्सव को कोविड-१९ आपातकालीन के कारण रद्द कर दिया गया।*

हरियाणा में ग्रामीण विकास कार्यक्रमों के अनुदान के लिए टाइड्ज़ फाउंडेशन एवं इंडिया डेवलपमेंट एण्ड रिलीफ़ फण्ड (IDRF), **यूएसए, को हमारी गहरी कृतज्ञता!**

हरियाणा के गाँव - कोविड-१९ के समय में..

अर्पणा के स्वयं सहायता समूहों की महिलाएँ मिल कर क़दम बढ़ा रही हैं..

२५ मार्च को जब लॉकडाउन आरम्भ हुआ, तो अर्पणा कार्यकर्ताओं ने टेलीफोन द्वारा हरियाणा के १०० स्वयं सहायता समूह की १२,००० से भी अधिक महिला सदस्यों को कोविड-१९ के लक्षण एवं सावधानियाँ, सामाजिक दूरी बनाना, हाथ धोना, गाँवों को साफ़ रखना एवं मास्क पहनना आदि विषयों के सम्बन्ध में सूचित करने के लिए चर्चा की।

स्वयं सहायता समूह की महिलाएँ :

१. अपने गाँवों में इस ज्ञान को साझा करती हैं।
२. अपनी पंचायतों के साथ मिल कर अपने अपने गाँवों की हर माह ३ से ४ बार सफ़ाई करवाती हैं।
३. ग़रीब परिवारों को भोजन/राशन मिलता रहे, इसका भी ख़याल करती हैं।
४. विशिष्ट समस्यों से निपटने के लिए स्थानीय अधिकारियों के फोन नंबर सब के साथ साझा किये।
५. देशव्यापी आभार में फ्रंटलाइन कार्यकर्ताओं के लिए दीये जला कर शामिल हुईं।
६. सभी को 'आरोग्य सेतु' एप्लिकेशन डाउनलोड करवाया, जिससे निकटवर्ती कोरोना वायरस से संक्रमित व्यक्तियों को पता लग सके।

स्वयं सहायता समूहों की महिलाओं द्वारा भोजन वितरण का आयोजन

लॉकडाउन होने पर अर्पणा की स्वयं सहायता समूह की महिलाओं ने देखा कि नगलामेघा गाँव में ३ कारखाने बन्द हो गये थे... और बिना बीपीएल कार्ड के प्रवासी मज़दूरों को अपने परिवार के भरण-पोषण में काफी कठिनाई हो रही थी। इसके लिए उन्होंने चंदा इकट्ठा किया, अपने ग्रुप के सामूहिक फंड में से कुछ पैसे उसमें जोड़े और जिन मज़दूरों ने अपनी नौकरी खो दी थी, उन्हें राशन वितरित किया।

गाँव बड़ागाँव से ६ स्वयं सहायता समूहों ने गाँव में जिनके पास खाना नहीं था उनके लिए १२,००० रुपये दिये। महिलाओं द्वारा अप्रैल महीने के आख़िरी सप्ताह तक राशन वितरण जारी रखा गया जब तक कि स्थानीय सरकार ने बिना बीपीएल कार्ड वालों के लिए समर्थन सुनिश्चित नहीं किया।

कोरोना वायरस से लड़ पाने के लिए टीम तैयार..

कोविड-१९ की संख्या में तेजी से वृद्धि होने की सम्भावना को देखते हुए, अर्पणा के १०० गाँवों के स्वयं सहायता समूहों की ५०० महिलाओं ने सरकारी अधिकारियों के साथ फ्रंटलाइन पर काम करने के लिए स्वेच्छा प्रकट की।

हरियाणा सरकार स्वयंसेवकों के माध्यम से जनसहायक/हेल्पमी ऐप के विषय में ज्ञान फैलाने के लिए संचार कर रही है, जिससे सुरक्षा एवं सामाजिक दूरी बनाये रखने के नियमों का मज़बूती से पालन हो सके एवं उचित राशन वितरण के लिए सरकारी अधिकारियों के साथ एक सेतु का काम कर सकें।

ऐसे हृदय जिन में पूरा विश्व समाया है

अर्पणा महिला सशक्तिकरण कार्यक्रमों के लिए धन जुटाना

क्लेयर (ब्लिकेन्स्फाफ) बियरी, अर्पणा के कुछ सदस्यों के स्कूल की मित्र है। वह और उनके पति, बिल बियरी, ने २२ फरवरी को अर्पणा के लिए धन जुटाने के लिए एक कार्यक्रम आयोजित किया, जो बहुत सफल रहा।

भारतीय संस्कृति के रंग में रंगी इस संध्या में आगन्तुक महिलाओं को साड़ी या कुर्ते पहनाये गए और चूड़ियाँ, बिन्दियाँ एवं क्लेयर द्वारा बनाया गया करी पाउडर मिश्रण एक छोटे पीतल के डिब्बे में भेंट स्वरूप दिये गये।

भारतीय दावत का आनन्द लेने के बाद क्लेयर ने भारत में बिताये अपने बचपन के विषय में बताया। अर्पणा की सामाजिक गतिविधियों की प्रस्तुति भी दी।

बिल (बाएं) एवं क्लेयर (दाएं) अपने अंतरंग प्रिय मित्रों के साथ जिन्होंने अर्पणा के कार्यों में समर्थन दिया

हम सभी अर्पणा की ओर से आप को हार्दिक शुभकामनाएं एवं धन्यवाद देते हैं। आपके द्वारा की गई सहायता भारतीय गाँवों के सुन्दर लोगों के जीवन में सुधार ला पायेंगी जिनकी सेवा करने का अवसर हमें प्राप्त हुआ है..

Your compassionate support 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**

कभी सहायता की आवश्यकता थी जिन्हें..
आज स्वयं ही सहायक बन गये!

हरियाणा में १२,००० ग़रीबी से पीड़ित महिलाओं के लिए चलाये गये अर्पणा के कार्यक्रमों से यह साबित हो गया.. अपनी ज़रूरत के समय में प्राप्त समर्थन से ये अत्यधिक ग़रीब महिलाएँ पहले से भी अधिक परिपक्व, दयालु और ज़िम्मेदार नागरिकों के रूप में उभर कर आईं.. जो किसी भी आपात स्थिति में, कुछ भी कर गुज़रने में सक्षम हैं.. अपने पड़ोसियों, अपने गाँवों, अपने राष्ट्र एवं अपने संसार के बचाव के लिए कुछ भी!

पिछले २० वर्षों से हज़ारों ग़रीब महिलाएँ ८६५ स्वयं सहायता समूहों द्वारा अर्पणा के विकास कार्यक्रमों के अन्तर्गत जुड़ी हुई हैं। यहाँ उन्होंने बचत करना सीखा (वह भले ही केवल १०/- रु. प्रतिमाह हो), अपने स्वयं के बैंक खाते खोले, उनके माध्यम से सूक्ष्म ऋण लिये, चाहे पारिवारिक आवश्यकताओं के लिए (जिसमें पति को बँधुआ श्रम से वापिस छुड़ाना इत्यादि) अथवा अपने स्वयं के छोटे उद्यमों को स्थापित करने के लिए व्यावसायिक ऋण।

महीने में दो बार होने वाली बैठकों के माध्यम से उन्होंने स्वास्थ्य, पोषण, व्यवसाय, स्थानीय प्रशासन, लिंग समानता एवं सामाजिक न्याय आदि के विषयों में जानकारी प्राप्त की। यहाँ उन्होंने सीखा कि प्रत्येक व्यक्ति की अपनी एक कहानी होती है.. और वे एक दूसरे की सहायता करके किसी भी समस्या का समाधान कर सकते हैं। यहाँ उन्होंने विश्वास के महत्व के बारे में भी सीखा, जहाँ लगभग १०-१५ महिलाओं के समूह में सभी सदस्य परस्पर एक दूसरे के ऋण के प्रति उत्तरदायी होते हैं। इन सबसे भी ज़्यादा उन्होंने ईमानदारी, निष्ठा एवं करुणा की सीख भी प्राप्त की।

आर्थिक सुरक्षा एवं आत्मविश्वास से युक्त इनमें से कई महिलाओं ने अर्पणा के कार्यक्रमों में नेतृत्व की भूमिका के लिए प्रशिक्षित होने की इच्छा प्रकट की। ये स्वयं सहायता समूह कई महासंघों के साथ जुड़े हैं (एक महासंघ लगभग ४०० स्वयं सहायता समूहों का होता है), जहाँ वे ज़िला और यहाँ तक कि राज्य प्रशासन में भी अपनी आवाज उठा पाने, साथ ही साथ सरकार द्वारा चलाये गये सामाजिक, स्वास्थ्य और आर्थिक भलाई के लिए स्थापित किये गये कार्यक्रमों का उपयोग कर पाने में सक्षम हो रही हैं।

१५०० महिलाओं को नागरिक सुविधाओं (आवास, पानी, बिजली आदि), आजीविका और सामाजिक न्याय के लिए पंचायतों में छाया समितियों के सदस्यों के रूप में प्रशिक्षित किया गया। इस प्रकार से वे अपने गाँवों के जीवन में सुधार ला पा रही हैं।

कोविड-१९ के लिए अर्पणा द्वारा प्रतिक्रिया

ऐसी अवस्था में जब कोविड-१९ महामारी ने पूरे विश्व में ठहराव सा ला दिया, तो अर्पणा के कार्यक्रमों के अन्तर्गत १०० गाँवों ने भी इससे निपटने की ओर क़दम बढ़ाया। अर्पणा ग्रामीण विकास विभाग द्वारा वर्तमान कोरोना वायरस पर एक जागरूकता अभियान शुरू किया गया जो सामाजिक नियमों को ध्यान में रखते हुए पूरी तरह से फोन द्वारा संचालित किया जा रहा है।

अर्पणा के ग्रामीण विभाग की प्रत्येक टीम के सदस्यों को १० गाँव आवंटित किये गये। प्रत्येक सदस्य ने स्वयं सहायता समूहों और छाया समितियों की महिला नेताओं को प्रतिदिन औसतन ५० कॉल किये और उन्हें बीमारी के लक्षणों से अवगत कराया, साथ ही एहतियात के तौर पर उपाय जैसे कि सामाजिक दूरी, मास्क पहनना, अपने गाँवों की स्वच्छता के महत्व एवं २० सेकंड के लिए हाथों को साबुन से बार-बार धोने के विषय में बताया।

उन्होने ज़िला आयुक्त द्वारा प्रदान किये गये स्थानीय अधिकारियों के फोन नंबर भी साझा किये, जो विशिष्ट समस्याओं जैसे कि भोजन ख़रीदना, भूखे-प्यासे लोगों को भोजन वितरित करना, बेघर व्यक्ति, घरेलू हिंसा आदि से निपटने के लिए ज़िम्मेदार हैं।

❖ ❖ ❖