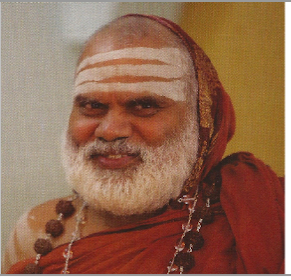
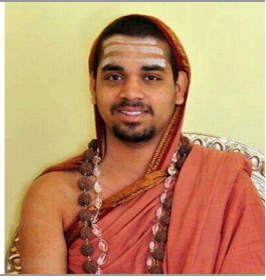


Voice of Jagadguru

advaitam paramanandam

an e-magazine on advaita



अनुग्रह भाषण

Unbridled Mind Causes Repeated Births

अनुग्रह भाषण

बेलगाम मन बार-बार जन्म का कारण बनता है

जब तक मनुष्य को ज्ञान (परमात्मा का ज्ञान) और मोक्ष (मुक्ति) नहीं मिल जाता, वह जन्म लेता रहता है। वह वासनाओं (पिछली छापें और प्रवृत्तियाँ), कर्म (कार्य) और कर्म-फल (पिछले कर्मों का परिणाम) के खिंचाव में फंसा रहता है।वासनाओं, कर्म और कर्मफल का अंतहीन चक्र चलता रहता है।

Jagadguru Śankarācārya His Holiness Mahāsannidhānam Śrī Śrī Srī Bhāratī Tirtha Mahāswāmiji rendering Anugraha Bhashanam at Jayapura May 28th 2011

जगद्गुरु शंकराचार्य परम पूज्य महासन्निधानं श्री श्री श्री भारती तीर्थ महास्वामीजी द्वारा जयपुरा में 28 मई 2011 को अनुग्रह भाषण देते हुए

थोड़ी सी जांच से पता चलेगा कि इन सबका कारण एक बेलगाम(बे- लगाम्) मन है। यानी, जब तक सारे कर्म मिट नहीं जाते और दूसरा जन्म नहीं हो जाता, तब तक मन (जो भगवान में एक नहीं है) सभी जन्मों के लिए ज़िम्मेदार है। यावदन्यं न विन्देत व्यवधानेन कर्मणाम् | मन एव मनुष्येन्द्र भूतानां भवभावनम् ||

इसी लिंग शरीर (मन) की वजह से जीव (आत्मा) शरीर धारण करता है और उसे छोड़ देता है; लिंग शरीर की वजह से ही इंसान को खुशी, दुख या डर का अनुभव होता है, ऐसा श्रीमद् भागवतम् कहता है।सी से इंसान शरीर पाता है और छोड़ता है। उसे इससे खुशी, दुख, डर, दर्द और खुशी मिलती है।

अनेन पुरुषो देहानुपादत्ते विमुञ्चति | हर्षं शोकं भयं दुःखं सुखं चानेन विन्दति ||

यहां मन का मतलब है वासना, आसक्ति, उससे जुड़े कर्म और उनके असर। अगर आसक्ति के साथ कर्म किया जाए, तो इंसान को कर्म का फल भोगना पड़ेगा। इसी वजह से इंसान को दोबारा जन्म लेना पड़ता है। यदा हि कर्मफलतृष्णाप्रयुक्तः कर्मणि प्रवर्तते तदा कर्मफलस्य एव जन्मनः हेतुः भवेत् - श्री शंकर भगवत्पाद ने गीता भाष्य में बहुत खूबसूरती से कहा है। इसलिए, अगर कोई इंसान बिना किसी लगाव, डर या उम्मीद के, और सिर्फ ईश्वर के प्रति समर्पण के साथ अपना कर्म करता है, तो उसका मन साफ हो जाएगा और उसे पूरा फायदा मिलेगा।

हम सभी को आशीर्वाद देते हैं कि वे इसे ध्यान में रखें और ईश्वर के प्रति समर्पण के साथ सत्कर्म (नेक काम) करें।

--जगद्गुरु शंकराचार्य परम पूज्य महासन्निधानं श्री श्री श्री भारती तीर्थ महास्वामीजी

||आत्मबोध:||

||ātmabodha:||

आत्मनः सच्चिदंशश्च बुद्धेर्वृत्तिरिति द्वयम् ।
संयोज्य चाविवेकेन जानामीति प्रवर्तते ॥ २५ ॥

इन दोनों को बिना सोचे-समझे मिलाने से - यानी आत्मा के अस्तित्व-ज्ञान पहलू और बुद्धि की विचार तरंग को मिलाने से - "मैं जानता हूँ" का विचार पैदा होता है।

आत्मनो विक्रिया नास्ति- बुद्धेर्बोधो न जात्विति ।
जीवः सर्वमलं ज्ञात्वा ज्ञाता द्रष्टेति मुह्यति ॥ २६ ॥

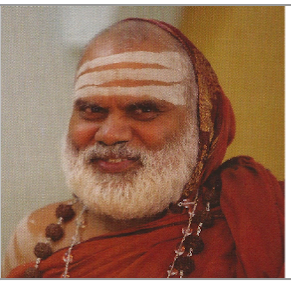
आत्मा कभी कुछ नहीं करती, और बुद्धि में अपने आप 'मैं जानता हूँ' का अनुभव करने की क्षमता नहीं होती। लेकिन हमारे अंदर की व्यक्तिगत पहचान भ्रमवश सोचती है कि वह खुद देखने वाला और जानने वाला है।

जगद्गुरु शंकराचार्य परम पूज्य महासन्निधानं श्री श्री श्री भारती तीर्थ महास्वामीजी

रज्जुसर्पवदात्मानं जीवो ज्ञात्वा भयं वहेत् ।
नाहं जीवः परात्मेति ज्ञातश्चेन्निर्भयो भवेत् ॥ २७ ॥

जैसे रस्सी को साँप समझने वाला व्यक्ति डर से घबरा जाता है, वैसे ही खुद को अहंकार (जीव) समझने वाला भी डर से घबरा जाता है। हमारे अंदर की अहंकारी पहचान यह महसूस करके निडर हो जाती है कि वह जीव नहीं है, बल्कि खुद ही परमात्मा है।

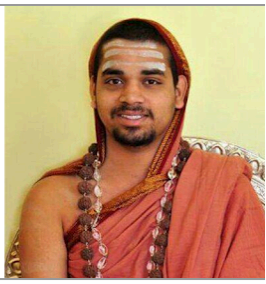
(जारी रहेगा...)



Voice of Jagadguru

advaitam paramanandam

an e-magazine on advaita



धर्मशास्त्र का मार्ग

इस भाग में हम प्रश्नोत्तर रूप में "धर्मशास्त्र का मार्ग" देखेंगे। "धर्मशास्त्र" से संबंधित हमारी शंकाओं के समाधान के लिए, पूज्यश्री स्वामी ओंकारानंद सरस्वती, संस्थापक आचार्य, श्री स्वामी चिद्भवानंद आश्रम, वेदपुरी, थेनी, वैदिक शास्त्रों के अनुसार हमारा मार्गदर्शन करेंगे।

1. **स्वामीजी, कृपया हमें "पूजा" का अर्थ समझाइए। किसी को अपनी रोज़ाना की पूजा कैसे करनी चाहिए? क्या इसके लिए कोई खास नियम हैं?**

पूजा शब्द संस्कृत का शब्द है और इसका मतलब है सम्मान, आदर, श्रद्धा, आराधना और उपासना। पूजा एक सर्वोच्च सत्ता के प्रति अपने प्रेम को व्यक्त करने का एक कार्य है।

वैदिक जीवन शैली में, पूजा बहुत महत्वपूर्ण है और इसे रोज़ाना किया जाना चाहिए। किसी भी प्रकार की पूजा करने से पहले, गुरु वंदनम, विघ्नेश्वर वंदनम, प्राणायाम और संकल्प किया जाना चाहिए। न्यास (अपने शरीर और अंगों को शुद्ध करने का एक कार्य) भी किया जाता है। यह बाहरी और आंतरिक दोनों तरह की शुद्धि के लिए है। अलग-अलग तरह की पूजाएँ होती हैं - जो तांत्रिक ग्रंथों में बताए गए उपचारों (अर्पण) के प्रकारों पर निर्भर करती हैं।

सबसे सरल पंचोपचार पूजा है जिसमें पाँच चरण होते हैं -

गंध (चंदन का लेप), पुष्प (फूल), धूप (अगरबत्ती), दीप (दीपक), और नैवेद्य (भोजन) चढ़ाना।

इस सरल पूजा से, हम भगवान को सभी पाँच तत्वों में आह्वान करते हैं और उनकी पूजा करते हैं।

जगद्गुरु शंकराचार्य परम पूज्य महासन्निधानं श्री श्री श्री भारती तीर्थ महास्वामीजी और जगद्गुरु शंकराचार्य परम पूज्य सन्निधाननं श्री श्री श्री विधुशेखर भारती महास्वामीजी और पूज्यश्री स्वामी ओंकारानंद सरस्वती, संस्थापक आचार्य, श्री स्वामी चिद्भवानंद आश्रम @ वेदपुरी, थेनी में 15 - 17 अप्रैल, 2017 को (विजय यात्रा)

सोलह चरणों वाली षोडशोपचार पूजा भी है।

1. आसन (आसन देना) 2. पाद्य (पैर धोने के लिए पानी देना) 3. अर्घ्य (हाथ धोने के लिए पानी देना) 4. आचमनम (पीने के लिए पानी देना) 5. मधुपर्कम (शहद, दही और घी का मिश्रण देना) 6. स्नानम (स्नान के लिए पानी देना) 7. वस्त्रम (वस्त्र देना) 8. उपवितम (पवित्र धागा देना) 9. आभरणम (आभूषण देना) 10. गंध: (चंदन का लेप देना) 11 धूप: (अगरबत्ती देना) 12. दीप: (दीपक देना) 13. नैवेद्यम (भोजन देना) 14. तांबूलम (पान के पत्ते और सुपारी देना) 15. नीराजनम (कपूर की ज्योति दिखाना) 16. पुष्पांजलि (फूल चढ़ाना) पूजा प्रदक्षिणा (परिक्रमा), नमस्कार, स्तुति और क्षमा प्रार्थना (माफी मांगना) के साथ समाप्त होती है। आभरणम के बाद अर्चना अष्टोत्तरशत नामावली (108 नाम) या सहस्रनामावली (1008 नाम) के साथ पूरी होती है। इसमें 64 स्टेप वाली चतुषष्टि उपचार पूजा भी होती है। अगर समय मिले, तो वह भी कर सकते हैं। असल में, हमें पूजा करने के लिए समय निकालना ही चाहिए।

2. ऐसा कहा जाता है कि मंदिर में जब मूर्ति का अभिषेक हो रहा हो, या गर्भगृह बंद हो, या मूर्ति को जुलूस में ले जाया जा रहा हो, तो 'प्रदक्षिणा नमस्कार' नहीं करना चाहिए। उस समय हमें क्या करना चाहिए और हमें अपना 'प्रदक्षिणा नमस्कार' कैसे करना चाहिए?

जगद्गुरु शंकराचार्य परम पूज्य सन्निधानं श्री श्री श्री विधुशेखर भारती महास्वामीजी और पूज्यश्री स्वामी ओंकारानंद सरस्वती, संस्थापक आचार्य, श्री स्वामी चिद्भवानंद आश्रम @ वेदपुरी, थेनी में 15 - 17 अप्रैल, 2017 को (विजय यात्रा)

जब मूर्ति का अभिषेक हो रहा हो या गर्भगृह बंद हो, तो हम जप कर सकते हैं। प्रदक्षिणा करते समय, पूरी तरह से शांत रहना चाहिए और हाथ जोड़कर जप करना चाहिए। कोई भी विषम संख्या में प्रदक्षिणा कर सकता है।

3. हमारे शास्त्रों में कहा गया है कि गंगा, गोदावरी, कावेरी आदि पवित्र नदियों में पवित्र स्नान करते समय हमें किसी दूसरे व्यक्ति के ठीक पीछे स्नान नहीं करना चाहिए। कृपया हमें बताएं कि हमें पवित्र स्नान कैसे करना चाहिए।

हमारे पूर्वजों द्वारा बताए गए किसी भी नियम का मुख्य उद्देश्य हमारी पसंद और नापसंद को संभालने और कम करने में हमारी मदद करना है। हालांकि नदियों में पवित्र स्नान के संबंध में ऐसे नियमों का उल्लेख किया गया है, लेकिन यह तब लागू नहीं हो सकता जब लोग अमावस्या, पुष्कर, कुंभ मेला आदि विशेष अवसरों पर बड़ी संख्या में स्नान करते हैं।

4. पुराणों में देवताओं को भी अपना गुस्सा पर नियंत्रण करने में असमर्थ क्यों दिखाया गया है?

पुराणों में ऋषियों और देवताओं के गुस्सा होने की बात कही गई है। कुछ खास स्थितियों में गुस्से को एक गुण भी माना जाता है। अधार्मिक कामों का सामना करते समय गुस्सा आना चाहिए। "मन्युरसि मन्युं मयि देहि"। हे भगवान, आप क्रोध के रूप में हैं, मुझे क्रोध का आशीर्वाद दें - यह एक वैदिक प्रार्थना है। हालांकि, यह बहुत ज़रूरी है कि गुस्सा नियंत्रण में हो। भगवान मोह और क्रोध दोनों से मुक्त हैं, दोनों उनके नियंत्रण में हैं। इस बात को दिखाने के लिए, हमारे कई देवी-देवताओं के रूपों में पाश (मोह को दिखाने वाला फंदा) और अंकुश (क्रोध को दिखाने वाला भाले जैसा हथियार) होता है। देवताओं या देवों को भी जीव माना जाता है, जो शुद्धता पाने के रास्ते पर हैं। पुराण देवताओं को सभी इंसानी कमजोरियों के साथ खूबसूरती से दिखाते हैं और यह भी दिखाते हैं कि कोई उन पर कैसे काबू पा सकता है।

(जारी रहेगा..)

पूजा विधान

A. भाव और मानस पूजा: उपासनाकांड के अनुसार, किसी खास समय पर कर्म करने को ज़्यादा महत्व दिया जाता है। हालाँकि, भक्ति योग में हर कर्म के पीछे की भावना को ज़्यादा महत्व दिया जाता है। इसीलिए; मानस पूजा जैसी पूजा पद्धति विकसित हुई।

B. जप: कलियुग में, माया से जुड़े कर्मों को खास महत्व मिला। इसलिए, कर्म करते समय जप करना आध्यात्मिक साधना का सबसे अच्छा रूप माना जाता है। क्योंकि दिन में तीन बार पूजा करना संभव नहीं है, इसलिए सुबह एक बार पूजा करने के बाद, रोज़मर्रा के कामों में लगातार जप करना सबसे आसान माना जाता है। इसलिए, हम देखते हैं कि ज्ञानी लोग सलाह देते हैं कि कलियुग में ईश्वर के नाम का जप करना आध्यात्मिक साधना का सबसे आसान तरीका है।

5. पूजा विधि कब मना है?
A. बिना नहाए या नशे की हालत में।
B. सोयर और सूतक के 10 दिनों की अवधि के दौरान। [सोयर और सूतक के मामले में यह 10 दिन की अवधि अशौच (आध्यात्मिक रूप से अशुद्ध) मानी जाती है। 11वें दिन, शुद्धि के बाद, पूजा की जा सकती है। हालांकि, परिवार का मुखिया सूतक के मामले में 12वें दिन के बाद ही पूजा कर सकता है।]

C. अगर घर की महिला को मासिक धर्म हो रहा है और अगर देवी-देवताओं को ऐसे कमरे में रखा गया है जहाँ वह अक्सर नहीं जाती है, तो घर का कोई भी बुजुर्ग व्यक्ति नहाने के बाद पूजा कर सकता है। अगर जगह की कमी के कारण देवी-देवताओं को अलग कमरे में रखना संभव नहीं है, तो इन चार दिनों (मासिक धर्म खत्म होने तक) घर के मंदिर को पर्दे से ढक देना चाहिए। ऐसे खास कारणों से देवी-देवताओं को इस तरह ढकने में कोई बुराई नहीं है। वैष्णव संप्रदाय (श्रीविष्णु के उपासक) में 'भगवान स्नान कर रहे हैं, भगवान सो रहे हैं' आदि कारणों से मूर्ति को पर्दे से ढकने की प्रथा है। यह भगवान के लिए एक अलग कमरा होने जैसा ही है।

जब घर की महिला को मासिक धर्म हो रहा हो तो घर के मंदिर को पर्दे से ढकने के कारण:
मासिक धर्म के दौरान, महिला में रज घटक बढ़ जाता है। जब घर का मंदिर ढका नहीं होता है, तो मूर्ति से सात्विक कंपन अधिक मात्रा में निकलते हैं। यह सात्विक शक्ति महिला को कष्ट दे सकती है।

मासिक धर्म के दौरान महिला में रज घटक बढ़ने और अशुद्धता फैलने के कारण, परिसर राजसिक (रज-प्रधान) कंपनों से भर जाता है। भगवान की मूर्ति भी इन राजसिक कंपनों से घिर जाती है। इसलिए, इन चार दिनों तक पूजा करने से बचें; हालांकि, मानस पूजा अवश्य करनी चाहिए। पांचवें दिन, गोमूत्र छिड़ककर परिसर को शुद्ध करें। अगर यह

उपलब्ध नहीं है, तो विभूति (पवित्र राख) मिले पानी का इस्तेमाल करें और धूप दिखाकर, फिर सामान्य रूप से पूजा करना शुरू करें।

6. पूजा विधि करते समय व्यक्ति का मुख किस दिशा में होना चाहिए?
पूर्व दिशा का विशेष महत्व है और इसलिए, पूजा विधि करते समय पूर्व दिशा की ओर मुख करने की सलाह दी जाती है। इसलिए, यह वांछनीय है कि मंदिर का कमरा पूर्व-पश्चिम दिशा में हो।

7. पूजा विधि किसे करनी चाहिए?
वैसे तो पूजा विधि कौन करेगा, इसका कोई पक्का नियम नहीं है, लेकिन ज़्यादातर मामलों में, परिवार के सबसे बड़े पुरुष को नहाने के बाद देवी-देवताओं की पूजा करनी चाहिए (घर के मंदिर में देवी-देवताओं की, घर की जगह के देवता की वगैरह)। अगर परिवार में कोई पुरुष नहीं है, तो घर की सबसे बड़ी महिला को पूजा करनी चाहिए। उसे देवता का मंत्र बोलते हुए पूजा करनी चाहिए। एक बार पूजा हो जाने के बाद, उस दिन दोबारा पूजा नहीं करनी चाहिए। पूजा के बाद, जहाँ तक हो सके, परिवार के सभी सदस्यों को देवी-देवताओं को फूल चढ़ाने चाहिए और प्रणाम करना चाहिए। जहाँ तक हो सके, परिवार के सभी सदस्यों को आरती के लिए इकट्ठा होना चाहिए और भाव से और सुर में आरती गानी चाहिए।

Our Website link : https://voiceofjagadguru.com/voj/

Telegram Channel : https://t.me/voiceofjagadguru

Instagram Channel :

https://www.instagram.com/stories/voice_of_jagadguru_voj/3601249542534134684?igsh=MW90YW13N2c5b2hqaA==

WhatsApp Community Channel: https://chat.whatsapp.com/Ly4wlaTu8Kc3sjjEYU8KGu

YouTube Channel : https://youtube.com/@jagad-guru-channel?si=brkLFqiz8sZJ6UlI

Editorial Board		
Sri P A Murali	Hon' Advisor	Administrator & CEO, Sri Sringeri Mutt & It's Properties, Sringerī
Sri S N Krishnamurthy	Hon' Editor	Sri Sringeri Mutt, Sringeri
Sri Tangirala Shiva Kumara Sharma	Hon' Editor	Sri Sringeri Mutt, Sringeri
Sri B Vijay Anand	Web Director	Coimbatore
Smt B Srimathi Veeramani	Web Asst Director & Chief Editor	Tirunelveli
Sri K M Kasiviswanathan	Hon' Editor	Tirunelveli
Sri M Venkatachalam & Team	Translator/writer	Tiruvananthapuram