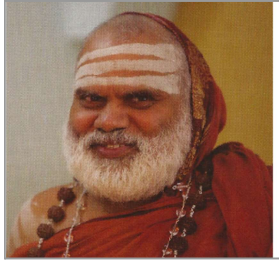
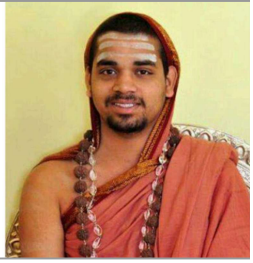


Voice of Jagadguru

advaitam paramanandam

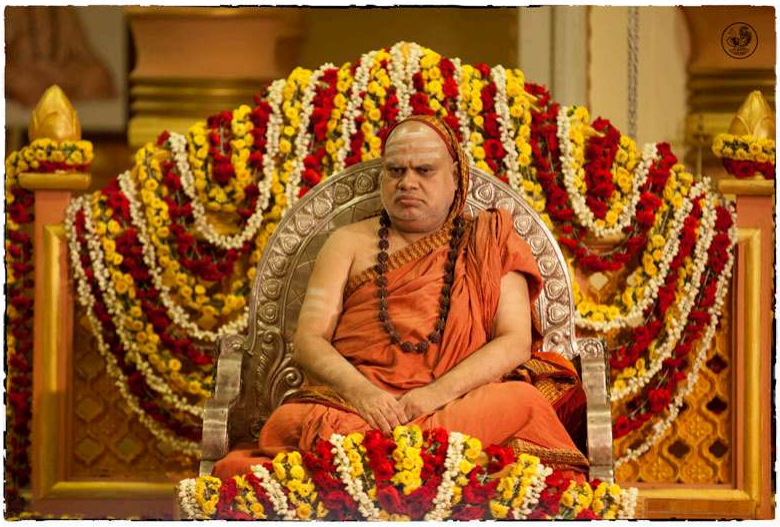
an e-magazine on advaita



अनुग्रह भाषण

मोक्ष के लिए वैराग्य सबसे ज़रूरी है

इंसान के लिए सबसे बड़ी उपलब्धि मोक्ष है - संसार से मुक्ति, जो जन्म और मृत्यु का चक्र है। इसे पाने के लिए, उसे बाहर देखने या बाहरी मदद लेने की ज़रूरत नहीं है। उसे असल में खुद को उससे जोड़ना होगा। श्री भगवत्पाद यही कहते हैं:



उद्धरेदात्मनाऽऽत्मानं मग्नां संसारवारिधौ (उद्धरेदात्मनात्मनां मग्नां संसारवारिधौ)

इसका मतलब है, संसार के सागर में डूबे हुए इंसान के लिए, सिर्फ़ खुद की मदद ही काम आएगी। यहाँ खुद की मदद का मतलब है मन और इंद्रियों पर नियंत्रण करना, उन्हें बाहरी मामलों से हटाकर अपने अंदर के आत्म पर ध्यान देना। इस मानसिक स्थिति को पाने के लिए, दुनियावी मामलों से खुद को अलग करना ज़रूरी है।

सिर्फ़ यह यकीन कि बाहर की सभी घटनाएँ झूठी हैं (असली नहीं) ही वैराग्य की ओर ले जाएँगी। इसके लिए गुरु की कृपा और उनके उपदेश ज़रूरी हैं। जो खुद को गुरु की कृपा के लायक बना लेता है, वह न सिर्फ़ संसार के सागर से पार हो जाता है, बल्कि दूसरों को भी रास्ता दिखाता है। यही एकमात्र हमेशा रहने वाला धन है। इससे बड़ी कोई चीज़ नहीं है।

Jagadguru Śankarācārya His Holiness Mahāsannidhānam Śrī Śrī Srī Bhāratī Tirtha Mahāswāmiji @ Chennai, Oct 5th,2012, Vijaya Yatra

बुजुर्गों ने कहा है,

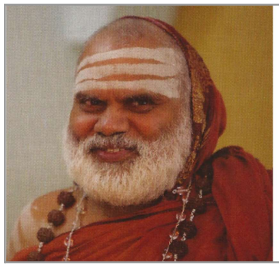
तत्कर्म यन्न बन्धाय सा विद्या या विमुक्तये ।

आयासायापरं कर्म विद्यान्या शिल्पनैपुणम् ।।

इस श्लोक का सार यह है कि केवल आत्मविद्या (स्वयं का ज्ञान) ही मोक्ष या संसार से मुक्ति दिला सकती है। मोक्ष का कोई अन्य उपाय नहीं है।

हम आशीर्वाद देते हैं कि सभी इसे याद रखें और आत्म-ज्ञान प्राप्त करने का प्रयास करें।

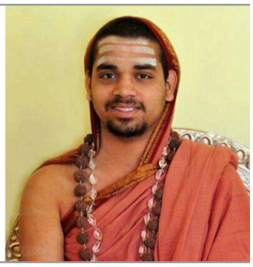
--जगद्गुरु शंकराचार्य परम पूज्य महासन्निधानं श्री श्री श्री भारती तीर्थ महास्वामीजी



Voice of Jagadguru

advaitam paramanandam

an e-magazine on advaita



||आत्मबोध:||

||ātmabodha:||

निर्गुणो निष्क्रियो नित्यो निर्विकल्पो निरंजनः

निर्विकारो निराकारो नित्यमुक्तोऽस्मि निर्मलः ॥३४॥

मैं गुणों और कर्मों से रहित हूँ; शाश्वत (नित्य), इच्छा और विचार से मुक्त (निर्विकल्प), मल-दोष से रहित (निरंजन), विकार-रहित (निर्विकार), निराकार, सदा मुक्त (नित्य मुक्त) और सदा निर्मल हूँ।

अहमाकाशवत्सर्वं बहिरन्तर्गतोऽच्युतः

सदा सर्वसमः सिद्धो निःसङ्गो

निर्मलोऽचलः ॥३५॥

आकाश की तरह मैं भीतर और बाहर, सबमें व्याप्त हूँ। मैं सदा एक-सा और अपरिवर्तनीय हूँ; मैं शुद्ध, निर्लिप्त/**स्वाधीन**, निष्कलंक और अचल हूँ।

His Holiness 35th Jagadguru Shankaracharya Sri Abhinavavidya Tirtha Mahaswamiji,

परम पूज्य ३५वें जगद्गुरु शंकराचार्य श्री अभिनवविद्या तीर्थ महास्वामीजी

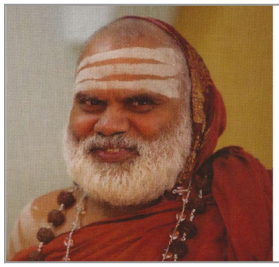
नित्यशुद्धविमुक्तैकमखण्डानन्दमद्वयम्

सत्यं ज्ञानमनन्तं यत्परं ब्रह्माहमेव तत्

॥३६॥

मैं वास्तव में वही परम ब्रह्म हूँ जो शाश्वत, शुद्ध और मुक्त, एक, अविभाज्य और अद्वैत है तथा जिसका स्वरूप अपरिवर्तनीय, अनंत ज्ञान है।

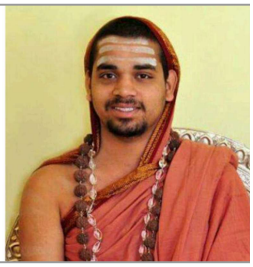
(जारी रहेगा...)



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।

सवाल: नवरात्रि मनाने का सही तरीका क्या है? 'कोल्लू' रखने का क्या महत्व है?

स्वामीजी: शुद्ध चेतना की देवी के रूप में पूजा करना ही 'शाक्त' (Saktam) है। कहा जाता है कि देवी ने कई राक्षसों का विनाश किया था। ये राक्षस असल में हमारी पसंद और नापसंद ही हैं। उनके हाथों में 'पाशम' और 'अंकुशम' होते हैं, जो पसंद और नापसंद को नियंत्रण में रखने का प्रतीक हैं। **नवरात्रि का दर्शन, देवी के उत्सव** 'देवी भागवतम' और 'देवी महात्म्यम' में समझाया गया है।

Jagadguru Śankaracārya His Holiness Mahāsannidhānam Śrī Śrī Srī Bhārati Tīrtha Mahāswāmiji, Jagadguru Śankarācārya His Holiness Sannidhānam Śrī Śrī Śrī Vidhuśekhara Bhāratī Mahāswāmiji and Pujyasri Swami Omkarananda Saraswati,@ Pudukottai, May 13-14, Vijaya Yatra:2017

हमारे शास्त्रों के अनुसार, हम जीव हैं और मानव जन्म का मुख्य उद्देश्य ईश्वर को जानना और उनकी पूजा करना है। हालाँकि जीव और ईश्वर का कोई रूप नहीं होता, फिर भी गहरे अर्थों से जुड़े किसी रूप में पूजा करने से हमारे मन में परिपक्वता आती है। ईश्वर को किसी रूप में देखने की भावना से ही मंदिरों और त्योहारों की शुरुआत हुई।

नवरात्रि के पहले तीन दिनों में, हम मुख्य रूप से शारीरिक स्वास्थ्य के लिए देवी की पूजा श्री दुर्गा के रूप में करते हैं। अगले तीन दिनों में, हम भौतिक समृद्धि के लिए उनकी पूजा श्री लक्ष्मी के रूप में करते हैं। और अंतिम तीन दिनों में, हम बौद्धिक विकास के लिए उनकी पूजा श्री सरस्वती के रूप में करते हैं। जब जीव शरीर, मन, बुद्धि, वाणी, कर्म, भौतिक संसाधनों और रिश्तों में संतुलन और स्वास्थ्य बनाए रखते हैं, तभी वे आंतरिक शांति का अनुभव कर सकते हैं, कड़ी मेहनत कर सकते हैं और हर काम में सफल हो सकते हैं।

कहा जाता है कि देवी ने महिषासुर का वध किया था। 'महिष' का अर्थ है भैंसा, जो 'तमोगुण' का प्रतीक है—यानी आलस्य, सुस्ती और प्रेरणा की कमी। इसलिए, नवरात्रि का उद्देश्य आलस्य को दूर करना और हमें फुर्तीला बनाना है। भौतिक और कामुक इच्छाओं को पूरा करने के लिए नहीं, बल्कि समाज के लिए उपयोगी बनने के उद्देश्य से शरीर की रक्षा की जानी चाहिए। केवल वही मानव शरीर अपने अस्तित्व को सार्थक बनाता है जिसमें प्रेम, सदाचार और बुद्धि का समावेश हो। मानव शरीर में कर्म करने और ज्ञान को आत्मसात करने की क्षमता होती है, जो इसे जन्म-मरण के सागर को पार करने का एक साधन बनाती है।

श्री महालक्ष्मी ऐसे व्यक्ति के पास नहीं रहतीं जिसके मन में ईर्ष्या हो। कमाया हुआ धन दूसरों के साथ बांटने के लिए होता है और समझदार लोग इसका सबसे अच्छा इस्तेमाल करते हैं। पैसा उसी के पास आता है जो इसकी इच्छा नहीं रखता। और इसे खर्च करते समय पुण्य में बदलना चाहिए। इन तीन दिनों में व्यक्ति को धन कमाने, उसकी रक्षा करने, उसे बढ़ाने और उसे बांटने के तरीकों पर विचार करना चाहिए।

अगले तीन दिन ज्ञान को समर्पित हैं। हमें श्री सरस्वती देवी से प्रार्थना करनी चाहिए कि हमारी सही-गलत को समझने की शक्ति सही दिशा में हो, हमारा अज्ञान, संदेह और गलतफहमियां दूर हों, हमारी याददाश्त बनी रहे और हमारे शब्द सार्थक हों। श्री सरस्वती ज्ञान का स्वरूप हैं और उनका सफेद कमल का आसन शुद्ध मन का प्रतीक है। शुद्ध मन के साथ गहरा, व्यापक और तीक्ष्ण ज्ञान आत्मसात करना ही सरस्वती पूजा है।

नवरात्रि कोल्लू का आयोजन ईश्वर के विभिन्न रूपों की पूजा करने की भावना को विकसित करने में मदद करता है। इस उत्सव से जो जिज्ञासा जागती है, वह उस परम ज्ञान को प्राप्त करने पर पूरी होती है - कि यह संपूर्ण ब्रह्मांड ईश्वर का ही एक रूप है। त्योहार मनाने का उद्देश्य हमें इस लक्ष्य की याद दिलाना और आत्म-चिंतन में सहायता करना है ताकि हम यह जान सकें कि हम सही रास्ते पर हैं या नहीं।

सवाल: देवी मानस पूजा को सबसे शक्तिशाली माना जाता है। देवी मानस पूजा कैसे की जाती है?

स्वामीजी: भक्ति श्रद्धा का इज़हार है और पूजा हमारी भक्ति का इज़हार है। बाहरी पूजा में आम तौर पर शारीरिक क्रियाएं, मंत्रों का जाप और मन की एकाग्रता शामिल होती है। पूजा की प्रक्रिया किसी खास मेहमान के स्वागत जैसी होती है, जिसमें देवता का आह्वान, आसन देना, हाथ-पैर धोना, स्नान कराना, कपड़े और गहने पहनाना, चंदन का लेप और कुमकुम लगाना, माला, अगरबत्ती, दीपक और फिर भोजन व मुख-शुद्धि (मिठाई/पान) का भोग लगाना शामिल है। इसके बाद शुभ आरती, छाता (मौसम के असर से शरीर को आराम देने के लिए), पंखा, मनोरंजन, स्तुति-गान, प्रदक्षिणा और नमस्कार किया जाता है।

बाहरी पूजा के इसी भाव को बनाए रखते हुए और उसे पूरी तरह मन पर केंद्रित करके, गहरा और सूक्ष्म रूप देना ही आंतरिक मानस पूजा है। श्री आदि शंकराचार्य ने 'मंत्र मातृका पुष्पमाला स्तवम्' की रचना की है, जो देवी मानस पूजा के रूप में मन ही मन की जाने वाली देवी पूजा का एक स्वरूप है। इसमें सत्रह श्लोक हैं, जिनमें से पंद्रह श्लोक 'पंचदशाक्षरी श्री विद्या मंत्र' के अक्षरों से शुरू होते हैं।

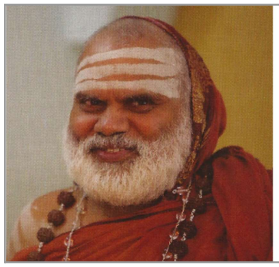
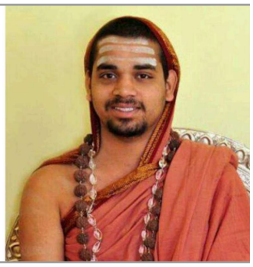
Jagadguru Śankaracārya His Holiness Mahāsannidhānam Śrī Śrī Srī Bhārati Tīrtha Mahāswāmiji Jagadguru Śankarācārya His Holiness Sannidhānam Śrī Śrī Śrī Vidhuśekhara Bhāratī Mahāswāmiji and Pujyasri Swami Omkarananda Saraswati, Founder Acharya, Śri Swami Chidbhavananda Ashram @ Vedapuri, Pudukottai on May 13 - 14,2017 (Vijaya Yatra)

Sarve bhavantu sukhina:

इनमें से प्रत्येक **भेंट** केवल इन श्लोकों के ध्यान से होता है और इस समर्पण के लाभ बहुत अधिक हैं। ऐसा कहा जाता है कि जो व्यक्ति इस भौतिक दुनिया के विचारों के बिना संध्या काल (सुबह और शाम) के दौरान प्रतिदिन इस पूजा का अभ्यास करता है, वह मन की पवित्रता पैदा करेगा, अपने दिल में श्री अंबिका देवी की उपस्थिति का आनंद उठाएगा। श्री सरस्वती देवी उत्कृष्ट भाषण कौशल से संपन्न होंगी और श्री लक्ष्मी देवी घर और दुनिया को शुभता से भर देंगी।

तो आइए हम इस पूजा को श्री अंबिका देवी के चरणों में आभूषण के रूप में अर्पित करें और अपने मन को अच्छे विचारों से भरें। ये विचार विश्व को पवित्र करें! **इससे ज्ञान प्राप्त करने और उस शाश्वत सुख के माध्यम से मदद मिल सकती है!**(आशा है इससे ज्ञान प्राप्त करने में सहायता मिलेगी और उसके माध्यम से शाश्वत सुख प्राप्त होगा!)

सर्वे भवन्तु सुखिना: (जारी रहेगा..)


Voice of Jagadguru
advaitam paramanandam
an e-magazine on advaita


पूजा विधान

Pooja Vidhānam.

F. पूजा विधि पूरी होने के बाद किए जाने वाले अलग-अलग काम

1. कपूर का दीपक जलाना: हालाँकि पंचोपचार पूजा में कपूर का दीपक जलाने की विधि शामिल नहीं है, फिर भी कपूर की सात्विकता के कारण यह काम अधिक सात्विकता लाता है। इसलिए, नैवेद्य चढ़ाने के बाद कपूर का दीपक जलाया जा सकता है।

2. शंख बजाएं और पूरी श्रद्धा-भक्ति के साथ देवता की आरती करें।
3. आरती लेने के बाद, नाक के ऊपरी हिस्से से लेकर दोनों भौंहों के बीच के स्थान तक विभूति (पवित्र भस्म) लगाएं।
4. तीन बार तीर्थ (पवित्र जल) ग्रहण करें। दाहिने हाथ की हथेली के बीच में तीर्थ लेकर उसे पिएं। फिर, बीच की उंगली और अनामिका (रिंग फिंगर) के पोरों से हथेली के बीच के हिस्से को छुएं और उन उंगलियों से अपनी आंखों को स्पर्श करें। इन उंगलियों को माथे से सिर की ओर ऊपर की दिशा में हल्के से रगड़ें।
5. अंत में, प्रसाद ग्रहण करें और अपने हाथ धो लें।

पंचायतन और शालिग्राम की पूजा विधि

महिलाओं को यह पूजा विधि करने का अधिकार नहीं है। इसलिए, यदि घर में पुरुष न हों, तो रिश्तेदारों, किसी पुजारी या पड़ोसियों से यह पूजा करने का अनुरोध किया जा सकता है।

पूजा विधि करते समय मन में कैसी भावना होनी चाहिए?

हालांकि देवता 'तत्व' के रूप में मौजूद होते हैं, लेकिन उनकी पूजा मूर्ति या चित्र के भौतिक रूप में की जाती है। पूजा विधि करते समय, यदि हमारे मन में यह भावना हो कि हम साक्षात देवता की पूजा कर रहे हैं, न कि केवल मूर्ति या चित्र की, तो हमारी पूजा शीघ्र ही देवता के पवित्र चरणों तक पहुँचती है।

भाव स्तर पर की जाने वाली पूजा विधि

अनुष्ठान जो कर्मकांड का हिस्सा हैं, प्रेम का आह्वान नहीं करते हैं; हालाँकि, प्यार हमारे पूरे जीवन को पूजा की तरह पवित्र बना सकता है। इस कथन का सटीक अर्थ यह है - देवता की पूजा आदि करते समय उसके प्रति भाव होना बहुत जरूरी है। जब भाव हो तो यह भी जरूरी नहीं कि हर कार्य सख्ती से किया जाए। मैं अपने मन के फूल को अपनी हथेलियों से जोड़कर आपके पवित्र चरणों में अर्पित कर रहा हूँ (अर्थात् प्रणाम कर रहा हूँ)। केवल आपकी कृपा से, मेरा

मुँह मधुर गीत गाने के लिए उत्सुक है (अर्थात्, आपका नाम जपना)। भाव के स्तर पर पूजा एक उच्च स्तरीय पूजा है। एक बार जब पूजा के कारण भाव धीरे-धीरे विकसित होने लगता है तो व्यक्ति पूजा के उच्च स्तर पर जा सकता है, अर्थात इसे भाव के स्तर पर कर सकता है। भाव के स्तर पर पूजा कैसे की जाए इस पर कुछ विचार एक महिला-साधक द्वारा प्राप्त दिव्य ज्ञान को समझकर प्राप्त किए जा सकते हैं। निरंतर जप करने वाले और भक्ति में लीन रहने वाले साधक को शारीरिक स्तर पर पूजा करने की भी आवश्यकता नहीं होती है। 'पूजा के लिए फूल तोड़ने से पहले प्रार्थना करें। पूजा विधि के लिए फूल तोड़ते समय प्रार्थना करें- 'हे भगवान!' कृपया मुझे मार्गदर्शन करें कि आपकी सेवा के लिए मुझे कौन से फूल तोड़ने चाहिए।' देवी-देवताओं की मूर्ति/तस्वीर हमेशा घर के मंदिर में ही रखें। जब हम घर के मंदिर में देवता स्थापित करते हैं, तो पूजा विधि से उत्पन्न सात्विकता वहीं रह जाती है और धीरे-धीरे उत्सर्जित होती है। प्रार्थना करें और भगवान को पूजा विधि करने के अपने इरादे के बारे में बताएं। निर्माल्य हटाने के बाद पिछले दिन शक्ति और चैतन्य प्रदान करने के लिए भगवान का आभार व्यक्त करें। भगवान से प्रार्थना करें कि पिछले दिन चढ़ाए गए गंध और अक्षत द्वारा ग्रहण किए गए चैतन्य को आत्मसात कर सकें। देवताओं की मूर्तियों को इस अनुभूति के साथ स्नान कराएं कि, 'मैं वास्तव में देवता को स्नान करा रहा हूं।' मूर्ति को धीरे से इस विचार से पोंछें कि, 'मैं वास्तव में देवता को पोंछ रहा हूँ।' इस विचार के साथ गंध और अक्षत अर्पित करें कि, 'मैं वास्तव में देवता को गंध और अक्षत अर्पित कर रहा हूं।' भगवान को फूल अर्पित करें और प्रार्थना करें - 'हे पुष्पों! आप दिन भर जो शक्ति और चैतन्य धारण करते हैं, उसे मुझे भी देते रहिए।' अगरबत्ती जलाएं और इस प्रकार प्रार्थना करें - 'अगरबत्ती का धुआं जहां तक पहुंचे, वहां तक चैतन्य फैल जाए और मुझे पूरे दिन इसका लाभ मिलता रहे।' भगवान के सामने दीपक जलाकर इस प्रकार प्रार्थना करें- 'दीपक का प्रकाश मेरे जीवन से अज्ञान का अंधकार दूर करें।' जलता हुआ दीपक आसपास के क्षेत्र से सात्विकता ग्रहण करता है। यह सात्विकता घर के मंदिर में एकत्रित होती है और पूजा करने वाले को इसका लाभ मिलता है। नैवेद्य चढ़ाने के बाद इसे बाकी भोजन में मिला दें, ताकि इस भोजन को खाने वालों को इसका लाभ मिले। पूजा विधि करते समय एक ढक्कन वाले धातु के बर्तन में थोड़ा पानी रखें। चैतन्य से अभिमंत्रित इस जल को पूजा के तुरंत बाद या पूजा विधि के आधे घंटे के भीतर पी लें। घी के दीपक से आरती करें। भगवान से इस प्रकार प्रार्थना करें - 'कृपया हमें उचित साधना करने में मदद करें, हमारी साधना में आने वाली सभी बाधाओं को दूर करके हमें आध्यात्मिक रूप से आगे बढ़ने में मदद करें और हमें लगातार जागरूक रखें कि आपकी कृपा हम पर कैसे बनी रहती है।' पूजा करने का अवसर प्रदान करने के लिए देवता के श्रीचरणों के प्रति आभार व्यक्त करें। यह सच है कि एक सामान्य भक्त के लिए अचानक भाव विकसित करना कठिन है; हालाँकि, यदि पूजा में विभिन्न कृत्यों के अंतर्निहित विज्ञान को समझने का प्रयास किया जाता है, तो इससे पूजा और परिणामस्वरूप, देवता में विश्वास विकसित करने में मदद मिलेगी। यह विश्वास आगे चलकर भाव में विकसित होगा। अतः इस लेख में अध्यात्म विज्ञान की व्याख्या पर बल दिया गया है।

{2019_August_Chodanaa}

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=brkLFqiz8sZJ6UII

Editorial Board		
Sri P A Murali	Hon' Advisor	Administrator & CEO, Sri Sringeri Mutt & It's Properties, Sringeri
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 Smt B Srimathi Veeramani	Web Director Web Asst Director & Chief Editor	Coimbatore Tirunelveli
Sri K M Kasiviswanathan	Hon' Editor	Tirunelveli
Sri M Venkatachalam & Team	Translator/writer	Tiruvananthapuram