भारतीय परम्परा

वर्ष-1 /अंक -9/ मार्च-2022

भारतीय परम्परा

Let's together discover our Tradition, Culture & Heritage

वर्ष -1/अंक-9/ मार्च -2022

प्रकाशन स्थल
मुम्बई

संपादक
प्रीति माहेश्वरी

डिजाइनिंग टीम
MX CREATIVITY

For Private Circulation Only

सोशल कनेक्शन

हमसे जुडने के लिए आइकन पर स्पर्श करें

www.bhartiyaparampara.com

paramparabhartiya@gmail.com

मूल्य

आपका कीमती समय

मार्च माह

साका कैलेण्डर - 1943 विक्रम संवत - 2078 अयान - उत्तरायण ऋतु - वसंत

सोम		07 फा. शु. पंचमी	14 फा. शु. एकादशी, आमलकी एकादशी व्रत	21 चैत्र कृ. तृतीया, शिवाजी जयंती संकष्टी चर्तुथी	28 चैत्र कृ. एकादशी, पापमोचिनी एकादशी व्रत
मंगल	01 फा. कृ. चतुर्दशी, महा शिवरात्री	08 फा. शु. षष्ठी,स्कंध षष्ठी मासिक कार्तिगाई महिला दिवस	15 फा. शु. द्वादशी, गोविन्द द्वादशी	22 चैत्र कृ. पंचमी, रंग पंचमी	29 चैत्र कृ. द्वादशी, प्रदोष व्रत, मासिक शिवरात्री
बुध	02 फा. कृ. अमावस्या, दर्श/अन्वाधान अमावस्या	09 फा. शु. सप्तमी	16 फा. शु. त्रयोदशी, प्रदोष व्रत	23 चैत्र कृ. षष्ठी, शहीद दिवस	30 चैत्र कृ. चतुर्दशी
गुरू	03 फा. शु. प्रतिपदा	10 फा. शु. अष्टमी, रोहिणी व्रत, मासिक दुर्गाष्टमी	17 फा. शु. चतुर्दशी	24 चैत्र कृ. सप्तमी, बासोडा / शीतला सप्तमी	31 चैत्र कृ. अमावस्या
शुक्र	04 फा. शु. द्वितीया, रामकृष्ण जंयती	11 फा. शु. नवमी	18 फा. शु. पूर्णिमा,लक्ष्मी/ दोल पूर्णिमा होलिका दहन	25 चैत्र कृ. अष्टमी,बासोडा शीतला अष्टमी कालाष्टमी	
शनि	05 फा. शु. तृतीया	12 फा. शु. नवमी	19 चैत्र कृ. प्रतिपदा, विष्णु माह	26 चैत्र कृ. नवमी	
रवि	06 फा. शु. चर्तुथी, विनायक चर्तुथी	13 फा. शु. दशमी	20 चैत्र कृ. द्वितीया, भाई दूज, पारसी नव वर्ष	27 चैत्र कृ. दशमी	

फा. - फाल्गुन कृ. - कृष्ण शु. - शुक्ल

भारतीय हिंदू संस्कृति, परंपराओं एवं सनातन धर्म में महाशिवरात्रि के पर्व का अत्यधिक महत्व है। इस दिन भगवान शिव की विशेष पूजा एवं आराधना की जाती है। हमारे देश के सांस्कृतिक मान्यता के अनुसार 33 करोड़ देवी देवताओं में भगवान श्री शिव शंकर को ही सर्वशक्तिमान, सर्व व्यापक एवं सभी देवी देवताओं का देव माना जाता है। महादेव सौम्य एवं रौद्र दोनों ही रूप हैं। माना जाता है कि सृष्टि की उत्पत्ति एवं संहार के अधिपति भगवान शिव हैं। त्रिदेवों में भगवान शिव संहार के देवता माने गए हैं। यद्यपि शिव का अर्थ कल्याणकारी माना गया है, लेकिन लय एवं प्रलय दोनों ही उनके अधीन हैं। अर्थात सृष्टि की उत्पत्ति एवं विनाश दोनों ही महादेव के अधीन है। त्रिदेव- ब्रह्मा, विष्णु और महेश तीनों ही शिव रूप हैं। आकाश और पाताल तीनों लोक के आदि देव महादेव ही हैं।

"शिव का शाब्दिक अर्थ होता है - कल्याण एवं रा का अर्थ है - दानार्थ धातु, इन्हीं दोनों के मेल से शिवरात्रि शब्द बना है जिसका अर्थ है वह रात्रि जो सुख एवं कल्याण देती है। मान्यता है कि सृष्टि का प्रारंभ इसी दिन से हुआ था।"

शिव पुराण में उल्लेखित एक मान्यता यह भी है कि भगवान शिव का विवाह देवी पार्वती के साथ इसी दिन हुआ था। महाशिवरात्रि के दिन ही भगवान महादेव वैराग्य को त्याग कर गृहस्थ जीवन में माता पार्वती के साथ विवाह करके प्रवेश किया था। भगवान महादेव के भक्त शिवरात्रि के दिन को विवाह के उत्सव की तरह मनाते हैं। भगवान शिव को मानने वालों के अनुसार जिस कन्या अथवा युवक का विवाह संपन्न नहीं हो रहा है अथवा विवाह में कोई बाधा आ रही है ऐसे कन्या एवं युवक को भगवान श्री शिव शंकर की पूजा अर्चना करनी चाहिए एवं सोमवार के दिन भगवान शिव शंकर के लिए व्रत उपवास रखकर विधि विधान से उनकी पूजा करनी चाहिए ऐसा करने से जल्द से जल्द विवाह कार्य संपन्न हो जाता है। अविवाहित युवक एवं युवतियों को भी भगवान शिव की आराधना करने से योग्य जीवनसाथी की प्राप्ति होती है।

महाशिवरात्रि का व्रत करने से सुहागन स्त्रियों के वैवाहिक जीवन में खुशियां आती हैं एवं उनका सुहाग अखंड रहता है एवं जो व्यक्ति इस दिन विधि विधान से महादेव की पूजा अर्चना करते हैं उनका अभिषेक

करते हैं वे व्यक्ति काम, क्रोध, मद, लोभ आदि के बंधनों से मुक्त हो जाते हैं।

महाशिवरात्रि की पौराणिक कथा –

शिवरात्रि को लेकर कई कथाएं प्रचलित हैं। जिनमें से एक कथा के अनुसार, माता पार्वती ने भगवान शिव को पति के रूप में पाने के लिए कठिन तपस्या की थी। **पौराणिक कथाओं के अनुसार इसके फलस्वरूप फाल्गुन कृष्ण चतुर्दशी को भगवान शिव और माता पार्वती का विवाह हुआ था।** यही कारण है कि महाशिवरात्रि के दिन को बेहद पवित्र माना जाता है।

वहीं **गरुड़ पुराण में वर्णित एक कथा अनुसार, इस दिन एक निषादराज अपने कुत्ते के साथ शिकार खेलने गया** किन्तु उसे कोई शिकार नहीं मिला। वह थककर भूख-प्यास से परेशान हो एक तालाब के किनारे गया, जहां बिल्व वृक्ष के नीचे शिवलिंग स्थापित था। अपने शरीर को आराम देने के लिए उसने कुछ बिल्व-पत्र तोड़े, जो शिवलिंग पर भी गिर गए। अपने पैरों को साफ करने के लिए उसने उनपर तालाब का जल छिड़का, जिसकी कुछ बून्दें शिवलिंग पर भी जा गिरीं। ऐसा करते समय उसका एक तीर नीचे गिर गया; जिसे उठाने के लिए वह शिव लिंग के सामने नीचे को झुका। इस प्रकार शिवरात्रि के दिन शिव-पूजन की पूरी प्रक्रिया उसने अनजाने में ही पूरी कर ली। मृत्यु के बाद जब यमदूत उसे लेने आए, तो शिव के गणों ने उसकी रक्षा की। कहा जाता है कि भगवान शिव अनजाने में किये भक्तिपूर्ण कार्य पर भी अपने भक्त को इतना फल देते हैं तो विधि-विधान से पूजा करने वाले भक्तों को अनंत फल देते हैं।

शिवरात्रि व्रत एवं पूजन विधि -

- प्रातःकाल को स्वच्छ होकर धुले वस्त्र धारण करें, फिर पूजा करने से पहले अपने माथे पर त्रिपुंड लगाएं। इसके लिए चंदन को तीनों उंगलियों पर लगाकर माथे के बायीं तरफ से दायीं तरफ की तरफ त्रिपुंड लगाएं।

- श्रद्धा सहित व्रत रखकर मंदिर में अथवा घर पर ही शिव पार्वती की पूजा करें एवं स्वस्ति-पाठ करें, स्वस्ति-पाठ :
"स्वस्ति न इन्द्रो वृद्धश्रवाः, स्वस्ति ना पूषा विश्ववेदाः, स्वस्ति न स्तारक्ष्यो अरिष्टनेमि स्वस्ति नो बृहस्पति र्दधातु।"

- पत्र, पुष्प तथा सुन्दर वस्त्रों से मंडप तैयार करके वेदी बनाकर उस पर जल भरकर कलश स्थापित करके कलश पर शिव-पार्वती की स्वर्ण

प्रतिमा और नंदी की चांदी की प्रतिमा स्थापित करनी चाहिये। यदि मूर्ति न बन सके तो मिट्टी से शिवलिंग बना ले। इस पर चंदन का लेप करें। उसके बाद गोबर के उपले अथवा लकड़ी, घी, तिल, चावल आदि से हवन करें।

- गंगाजल, बिल्व पत्र, पान, सुपारी, लौंग, इलायची, पुष्प, रोली, मोली, चावल, चन्दन, दूध, दही, घी, शहद, कमल गुहा, धतूरे के फल, आक के फल, पुष्प पत्र का भोग शिवजी को अर्पित करके पूजन करें।

- यदि आप रुद्राभिषेक अथवा, लघु रूद्र, महारूद्र का विशेष अनुष्ठान कर रहे हैं, तब नवग्रह, कलश, षोडश-मातृका का भी पूजन करना चाहिए। मान्यता है कि इस दिन रुद्राभिषेक करने से भगवान शंकर की अत्यन्त कृपा होती हैं।

- महादेव के गले में विराजमान सर्प का भी लघु पूजन करें। विधि विधान से पूजा संपन्न कर व्रत कथा जरूर सुनें।

- महाशिवरात्रि व्रत में चारों पहर में पूजन किया जाता है। संभव हो तो इस दिन शिव मंदिर जरूर जाएं। व्रत करने वाले व्यक्ति को रात्रि में भी शिवजी का भजन करके जागरण करना चाहिए। इस दिन पति - पत्नी को एक साथ शिवजी की पूजा करनी चाहिए। रात्रि भर जागरण में महामृत्युंजय मंत्र मंत्र का जाप करें -

"ऊं त्रयम्बकं यजामहे सुगन्धिं पुष्टिवर्धनम्।
उर्वारुकमिव बन्धनान्मृत्योर्मुक्षीय मामृतात् ।।"

- अंत में जागरण के पश्चात व्रत खोलें।

- रुचि गोस्वामी जी

अगर आप अपने

‘शब्दों के मोती’

भारतीय परम्परा

‘की माला में पिरोना’

चाहते है तो हमें

सम्पर्क करें!

paramparabhartiya@gmail.com

आपका लेख वेबसाईट पर भी

प्रकाशित किया जाएगा

जीवन एक संसार

जीवन में केवल दो ही वास्तविक धन है..
'समय और सांसे'
दोनों ही सीमित हैं तो समझदारी से खर्च करें।

उम्र में,ओहदे में कौन कितना बडा है फर्क नहीं पडता है, सजदे में,लहजे में कौन कितना झुकता है उससे फर्क नहीं पडता है।

जिसके साथ बात करने से खुशी दोगुनी और गम आधा रह जाये, वो ही एक अपना है.. बाकी तो बस दुनिया है।

दुनिया की अधिकांश समस्याओं के दो ही कारण है.. बिना सोचे कार्य करना और बिना कार्य किए सोचना।

सलाह सबकी सुनो, पर करो वही जिसके लिए आपका साहस और विवेक समर्थन करें।

किसी संत ने बहुत ही सुंदर कहा है..
क्यों घबराना गम से..
जब जीवन का आरंभ ही हुआ है रोने से।

हमारे भारतीय त्योहारों में से एक ख़ास रंगीन त्यौहार जो
चारों तरफ़ फैलाता है प्रेम भरी गुलाल,

फागुन की अलबेली रंगीन मस्ती को साथ लेकर मिटाता है
ईर्ष्या, द्वेष और दूरी का भाव,

कितने अच्छे भावों के साथ बनाए गए है हमारे उत्सव जिनमे
झलकती है हमारी प्राचीन भारतीय परम्परा,
यहीं तो चलता है मेल मिलाप करवाते हुए ज़िंदगी के साथ,

मिठास द्वारा निकाला जाता है समय, व्यस्त ज़िंदगी में से,
सभी को बहुत खूबसूरती से मिला देती है, स्नेह मिलन की
यह अनोखी प्यार भरी शाम,

आओ मनाए हर त्यौहार ख़ुशियाँ बिखेरते हुए और ज्यादा
खुशियाँ पाने के साथ।

- बबिता पोद्दार जी

होली - त्यौहार मनाने की परंपराये

होली के पर्व की तरह इसकी परंपराए भी अत्यंत प्राचीन हैं साथ ही इसका स्वरूप और उद्देश्य समय के साथ बदलता रहा है। प्राचीन काल में यह विवाहित महिलाओं द्वारा परिवार की सुख समृद्धि के लिए मनाया जाता था जिसमे पूर्ण चंद्रमा की विधिवत पूजा करने की परंपरा थी।

वैदिक काल में इस पर्व को **"नवात्रैष्टि यज्ञ"** कहा जाता था। उस समय खेत के अधपके अन्न (गेहूं और चना) को यज्ञ में दान करके प्रसाद के रूप में लेने का विधान था। इस अधपक्के अन्न को **"होला"** कहते हैं, इसी से इसका नाम होलिकोत्सव पड़ा।

भारतीय ज्योतिष के अनुसार चैत्र सुदी प्रतिपदा के दिन से नववर्ष का भी आरंभ माना जाता है। इस उत्सव के बाद ही चैत्र महीने का आरंभ होता है। अतः यह पर्व **"नवसंवत"** का आरंभ तथा वसंतागमन का प्रतीक भी है। **इसी दिन प्रथम पुरुष मनु का जन्म भी हुआ था, इस कारण इसे "मन्वादितिथि" भी कहते हैं।**

होली मनाने का तरीका -

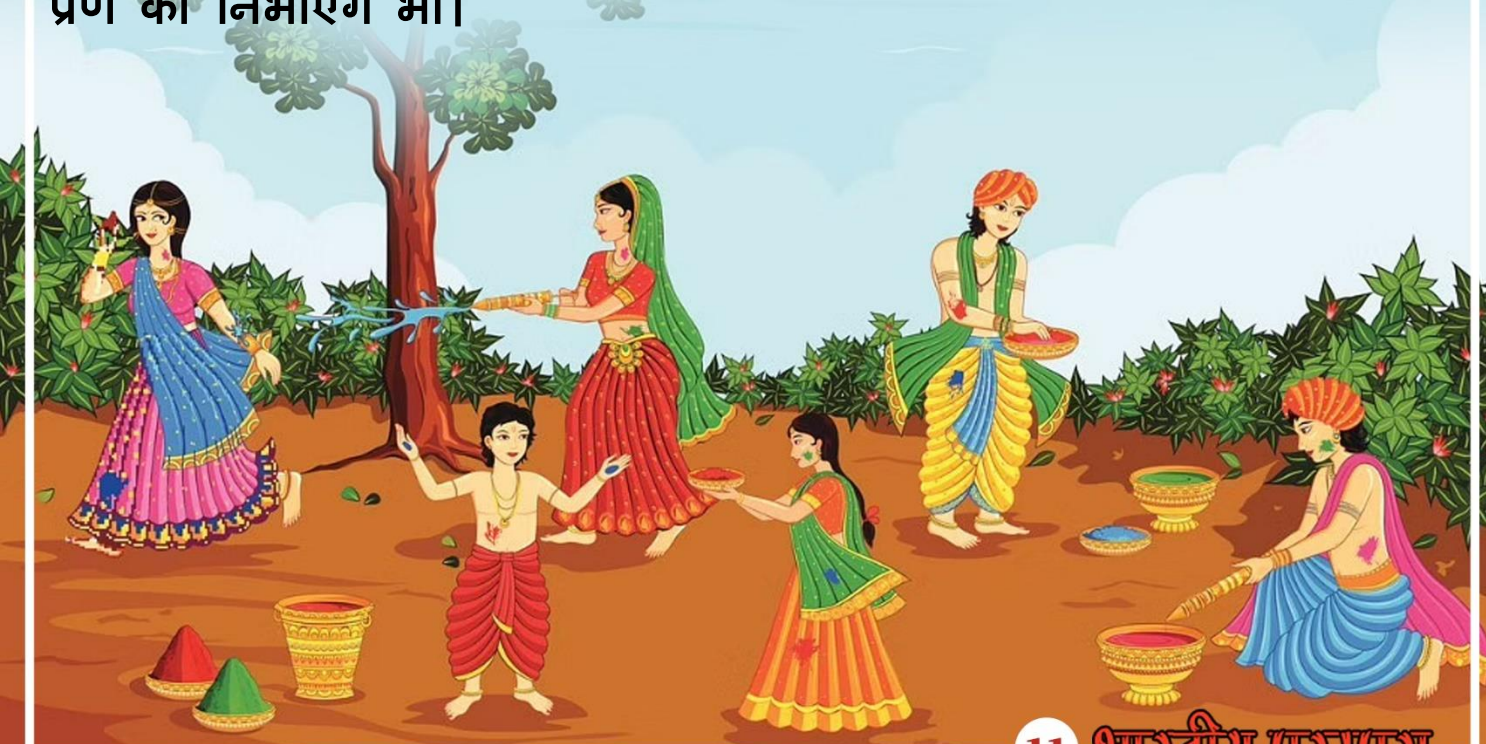
दो दिनों तक मनाये जाने वाला यह होली का रंगारंग त्यौहार बच्चो और बड़ो में उत्साह का प्रतीक लिए है। जाने इसको कैसे मनाते है -
१ - पर्व का पहला दिन **"होलिका दहन"** का दिन कहलाता है। होली पूजा वाले दिन संध्या के समय होलिका दहन किया जाता है जिसमे लोग अग्नि की पूजा करते हैं। होली का पहला काम **"होली का डंडा गाड़ना"** होता है। किसी सार्वजनिक स्थल या गली - मोहल्लों के चौराहों में लकड़ी और कंडों की होली के साथ घास लगाकर होलिका खड़ी करके उसका पूजन करते है। पूजन के लिए हाथ में असद, फूल, सुपारी, पैसा लेकर पूजन कर जल के साथ होलिका के पास छोड़ दें और अक्षत, चंदन, रोली, हल्दी, गुलाल, फूल तथा गूलरी की माला पहनाएं। गाय के गोबर से बने ऐसे उपले जिनके बीच में छेद होता है, जिनको "गुलरी, भरभोलिए या झाल" आदि कई नामों से अलग अलग क्षेत्र में जाना जाता है। इस छेद में मूंज की रस्सी डाल कर माला बनाई जाती है। एक माला में सात भरभोलिए होते हैं। होली में आग

लगाने से पहले इस माला को भाइयों के सिर के ऊपर से सात बार घुमा कर फेंक दिया जाता है। रात को होलिका दहन के समय यह माला होलिका के साथ जला दी जाती है। इसका यह आशय है कि होली के साथ भाइयों पर लगी बुरी नज़र भी जल जाए। इसके बाद होलिका की तीन परिक्रमा करते हुए नारियल का गोला, गेहूं की बाली (कच्चे गेहूं) तथा चना को भूंज कर इसका प्रसाद सभी को वितरित करते है। होली की परिक्रमा करना अत्यंत शुभ माना जाता है। दिन ढलने पर मुहूर्त के अनुसार होली का दहन किया जाता है।

होली के दिन घरों में हलवा, खीर, पूरी और पकवान बनाए जाते हैं। होलिका दहन के बाद थोड़ी अग्नि घर ले जाते है और घर में बने पकवानों से भोग लगाते है। होली के दिन "गुझिया, कांजी, भांग, ठंडाई, बेसन के सेव और दही बड़े" जैसे व्यंजन विशेषकर बनाये जाते है।

२ - होली से अगला दिन **"धूलिवंदन"** कहलाता है। दूसरे दिन सुबह से ही लोग एक दूसरे पर रंग, अबीर-गुलाल इत्यादि लगाते हैं, ढोल बजा कर और चंग की थाप पर होली के गीत गाये जाते हैं और घर-घर जा कर लोगों को रंग लगाया जाता है। गुलाल और रंगों से ही सबका स्वागत किया जाता है। इस दिन जगह-जगह टोलियां रंग-बिरंगे कपड़े पहने नाचती-गाती दिखाई पड़ती हैं। बच्चे पिचकारियों से रंग छोड़कर अपना मनोरंजन करते हैं। **लोग अपनी ईर्ष्या-द्वेष की भावना भुलाकर प्रेमपूर्वक गले मिलते हैं तथा एक-दूसरे को रंग लगाते हैं।**

होली के त्यौहार का मतलब ईर्ष्या और कलह को छोड़कर अपनापन लाना है, यह त्यौहार हमे आपसी प्यार और स्नेह का पाठ पढ़ाता है। हम इसकी परिभाषा को पूरी तरह से भुला बैठे है। इस होली पर प्रण करते है कि त्यौहार को उसकी परिभाषा के साथ मनाएंगे और हम उस प्रण को निभाएंगे भी।



WHITE BERRY
RESIDENCY

LUXURIOUS
1 & 2 BHK & Jodi Flat

We dont's want to sell you a HOUSE, we want you to find a HOME.

www.whiteberryresidency.com

Next to Jain Derasar, Asha Nagar, Thakur Complex, Kandivali (E), Mumbai

+91 98705 80810, 85913 69996

Kings weds Queens

Wedding Celebrations

Create your
wedding story more
magical with
wedding logo design
wedding invitation card
wedding website
wedding stationery
wedding theme
festival greetings
and many more creatives.

www.kingswedsqueens.com

भारतीय परम्परा

की मासिक ई-पत्रिका

नियमित प्राप्त करने हेतु हमें

सम्पर्क करें!

- व्हाट्सप्प और टेलीग्राम पर से हर महीने के शुरू में नया अंक प्रेषित किया जाता है। यदि किसी कारणवश आपको नया अंक नहीं मिला हो तो कृपया हमें सूचित करें।

- ई-पत्रिका में जहाँ कहीं भी सोशल मीडिया के आइकॉन बने हुवे है उन्हें स्पर्श करने पर आप उस लिंक पर इंटरनेट के माध्यम से पहुँच सकते है।

- ई-पत्रिका में कुछ त्रुटियाँ हो तो हमें जरूर बताये और आपको पत्रिका पसंद आये तो अपने परिवारजनों और मित्रों के साथ शेयर करें।

- **भारतीय परंपराओं** को संजोये रखने एवं ई-पत्रिका को सुरुचिपूर्ण बनाने के लिए आपके सुझावों और विचारों से अवगत जरूर कराये।

शीतला सप्तमी बासोडा पूजा

हमारे भारत देश की बात ही अलग है, यहां ऋतु परिवर्तन भी, त्योहारों के आरंभ से होता है।

हर एक त्यौहार कुछ न कुछ संदेश लिए आता है, आप सब ने भी रंगों के त्यौहार से अपने जीवन में रंग भर लिए होंगे।

होलिका दहन के पश्चात अगले दिन से हम शीतला माता को जल से शीतल करते हैं, ग्रीष्म ऋतु का आरंभ हो रहा है होलिका दहन के साथ उसके ताप और लपटों के बराबर के दिन अर्थात दिन बड़े और रात छोटी होने लगती हैं। प्रतिपदा से छठ तिथि तक शीतला माता को जल चढ़ाया जाता है और होलिका को भी हर दिन ठंडा किया जाता है।

शीतला माता पार्वती जी का ही रूप है, माँ शीतला पाषाण रूप में विराजती है इनका मंदिर या (थानक) साधारण ही होते है। माँ जैसी सहज होती है, वैसी ही माँ शीतला भी जल से प्रसन्न हो जाती है। एक और खास बात सप्तमी की पूजा सभी वर्ग के चाहे बड़े हो या छोटे सभी करते है।

स्कंद पुराण की माने तो देवी शीतला को चेचक रोग की देवी कहा है, यह हाथों में कलश और झाड़ू लिए होती है जो कि स्वच्छता की पर्याय है जब ऋतु में परिवर्तन होता है तो हमे भी घरों की और अपने आस पास सफाई करने की आवश्यकता होती है।

सप्तमी पूजन के लिए नैवेद्य छठ के दिन ही बनाये जाते है। दही चावल का मिष्ठान(जिसे औलिया कहा जाता हैं), गेहूं के आटे की राब, गुड़ के मीठे पकोड़े (ढोकले) और सब्जी पूरी पकौड़ी पापड़ी आदि व्यंजन बनाए जाते हैं। सप्तमी के दिन सूरज उगने से पहले ही शीतला माता की पूजा करते है और उनको भोग लगाकर ही भोजन किया जाता है। सप्तमी के दिन चूल्हा नहीं जलाया जाता है ठंडा खाना(बासी भोजन) ही खाया जाता है। बासी भोजन के कारण ही इसे 'बासोड़ा' भी कहा जाता है।

मानो ग्रीष्म ऋतु हमें अपने आगमन का संदेश दे रही कि मैं आ रही हूँ उष्णता लिए पर तुम शीतल रहना।

हम कहीं भी रहते हो, चाहे बड़े - बड़े शहरों की बात हो पर हम अपने रिवाज और परंपराओं को भूल नहीं सकते, गुरुग्राम (गुड़गांव) का शीतला माता मंदिर देश में प्रसिद्ध है। चैत्र के पूरे महीने में यहां देशभर से श्रद्धालु दर्शनों को आते हैं। लोग दूर-दूर से यहां आकर मन्नतें मांगते हैं। पुत्र जन्म की कामना से और नवजात शिशु को आशीष दिलाने के लिए दम्पति यहां आते है।

राजस्थान के पाली जिले में स्थित शीतला माता मंदिर में स्थित आधा फीट गहरा और इतना ही चौड़ा घड़ा दर्शनों के लिए खोला जाता है। मान्यता है कि इसमें कितना भी पानी डाला जाए, लेकिन यह कभी भरता नहीं, शीतला सप्तमी और ज्येष्ठ माह की पूनम पर यहां महिलाएं जल चढ़ाती हैं। अंत में पुजारी प्रचलित मान्यता के तहत माता के चरणों से लगाकर दूध का भोग चढ़ाता है तो घड़ा भर जाता है। दूध का भोग लगाकर इसे बंद कर दिया जाता है। आज भी गाँव में गीत गाते हुए महिलाएं माताजी को ठंडा करती है पूजन करती है राजस्थान क्षेत्र में तो अष्टमी की भी पूजा की जाती है और कई जगह इस दिन होली भी खेली जाती है।

आज भी जब किसी को छोटी माता बड़ी माता निकलती है तो, माता के ऊपर न्योछावर किया हुआ घी उसकी त्वचा पर लगाते हैं, उसके ठीक होने के बाद माता के भोग बनाकर उनकी पूजा भी करते हैं। **शीतला सप्तमी के दिन के बाद की दशमी तिथि को भी माता के दशा माता अवतार की पूजा की जाती है।**

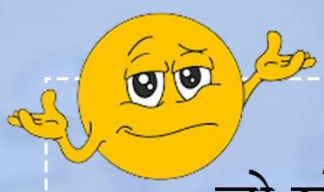
- संगीता दरक जी

पूजा का गलत तरीका

शीतला माता की पूजा और प्रसाद सामग्री का अनादर नहीं करें, माता को यह सब उनके चरणों में अर्पित किया जाता है ना कि सिर से पैर तक।

पूजा का सही तरीका

हंसी-खुशी के पल



जो सोवत है
वो खोवत है
और जो जागत है
वो भी कुछ नहीं
उखाड पावत है ...

बेटा - मुबारक हो मां
मेरी 7 जन्मों के लिए
नौकरी लग गई है।
मां - वो कैसे?
बेटा - STAR PLUS के
SERIAL मे काम मिला है।

डरावनी फिल्मों में, जब
कोई व्यक्ति घर पर कुछ
अजीब सुनता है तो वह
पूछता है - कौन है?
जैसे भूत कहेगा, अरे मैं
रसोई मे पकोडे बना
रहा हूँ... खाओगे?

फकीर - आपके पडोसी
ने पेट भरकर खाना
खिलाया है, आप भी
कुछ खिला दो!

चिंटु - लो हाजमोला
खाओ

सीता - गीता से पूछती है,
आप कॉलेज कब जाती
है?
गीता -
सीता - अब यह क्या है?
गीता - रोज

पेट तो घर में बैठे-बैठे
खाने से भी बढ रहा है..
मतलब इसमें बाहर के
समोसा,जलेबी,पकवान
और बर्गर का कोई दोष
नहीं हैं।

आज का सबक

"भारतीय परंपरा"

आज जब परंपराओं की बात आती हैं तो हम एक कदम पीछे हटने लगते हैं।

हमसे जब कोई हमारी परंपराओं का जिक्र करने लगता हैं तो हम निशब्द हो जाते हैं।

क्या यही हमारी भारतीय परंपराओं की पहचान हैं?
आज धीरे धीरे हमारी परम्पराये समाप्त होने लगी हैं।
हम अब अपने जीवन में कोई परम्पराओं और रिवाजों को नहीं चाहते।

हमारा कर्तव्य हैं कि हमे अपनी भारतीय परंपरा को बनाए रखना चाहिए तथा उनको अगली पीढ़ी तक पहुंचाना चाहिए।

आज कहीं न कहीं देश बहुत आगे की ओर विकास कर रहा हैं परंतु उसमे वो भारतीय संस्कृति की झलक नहीं दिखती जो हमारे पूर्वजों ने हमे दी थी।
हम अब लोकपर्व को भी अपने जीवन में कोई महत्व नहीं देना चाहते।

आज हम त्योहारों को धूमधाम और रीति-रिवाज के साथ नहीं मनाते क्योंकि हम पश्चिमी संस्कृति अपनाने लगें हैं।

हम धीरे धीरे समापन की ओर जा रहे हैं।
हमे अपनी संस्कृति और अपनी धरोहर को बचाना हैं।

"रीत रिवाज परंपराए अपनी मिलकर हम बचाएंगे
परंपराओ के जिक्र में हम कभी पीछे ना हट पाएंगे।"

- सुहानी जोशी जी

लघुकथा - एक चुटकी गुलाल

मम्मा मम्मा क्या पापा होली पर हमारे साथ रंग खेलने भी नहीं आयेंगे भगवान जी को बोलिये ना मेरे पापा को चार दिन तो छुट्टी दे, ढाई साल की परी रंगोत्सव मनाने के लिए आतुर हो रही थी, दिव्या अपनी भावनाओं को काबू में रखने का भरसक प्रयास कर रही थी, आंसुओं का सैलाब उमड़ कर बहना चाहता था किंतु वह संयमित हो उन्हें रोकने में कामयाब रही, उस मासूम सी कली को सच्चाई से रूबरू कराने का साहस जुटा न पायी किंतु ससुर जी के अनुभवी आंखों से उसके मनोभाव छुप न सके वह परी से कहने लगे पापा जरूर आयेंगे बेटी।

पाँच साल पहले दिव्या ढेरों सपने लिए बाबुल के आंगन से विदा हो ससुराल के दहलीज की रौनक बनी, ऐसी गुणवान बहू पाकर गौरी - शंकर जी के सभी अरमान मानो पूरे हो गये। बहू ने हमेशा उन्हें माता पिता समझा और वैसा ही प्यार और आदर दिया, परिवार में प्यार की गंगा बह रही थी तभी मगरमच्छ रूपी कोरोना ने घर के एकलौते चिराग अमन को निगल लिया परिवार पर दुखों का पहाड़ टूट पड़ा।

दिव्या अपने सास ससुर के प्रति अपने दायित्वों को भली भांति समझ रही थी। सभी तरफ से उस पर पुनर्विवाह हेतु जोर डाला जा रहा था किंतु वह जानती थी उसके और परी के जाने से यह घर और वीरान हो जायेगा। सासू माँ भी अक्सर बीमार रहने लगी थी। उस रात परी जल्दी सो गई तब शंकर जी ने अपनी बहू को बैठक में बुला अपने पास बैठाया और समझाने लगे बेटी जैसे तुम अपना दायित्व ईमानदारी से निभाना चाहती हो वैसे ही एक पिता होने के नाते मैं भी तुम्हें सही हाथों में सौंपना चाहता हूँ वरना मुझे मुक्ति नहीं मिलेगी बेटी, कोरोना में हम जैसे कई परिवार उजड़ कर बिखर गये है यहां से करीब ही मेरे

मित्र रहते है उनकी बहू भी कोरोना का शिकार हुई है उस बिखरे घर की खुशियां समेट कर उन्हें तुम लौटा सकती हो बेटी और इस घर पर तो तुम्हारा पूरा अधिकार है तुम्हें यहां से बेटी की तरह विदा करेंगे, मैं जानता हूँ तुम हमें अकेले छोड़कर जाना नहीं चाहती पर विनीत का घर पास ही है तुम हमसे मिलने आते रहना। "मैंने गांव से दामू और उसकी पत्नी को घर के कामकाज और पूरी व्यवस्था संभालने हेतु बुला लिया है, जानता हूँ बेटी वह केवल काम करेगा उसके कार्यों में तुम्हारी तरह प्रेम, डाँट, अपनापन नहीं होगा लेकिन विधाता को यहीं मंजूर है कहते कहते उन की आँखें डबडबा गई।" दिव्या अपने पिता समान ससुर का हाथ थाम कर रोने लगी, बोलने लगी मुझे आपसे अलग मत किजिए पापा मैं अमन की स्मृतियों संग रह लूंगी। बेटी भावनाओं में बहकर निर्णय लेना आसान है उसे निभाना बहुत मुश्किल है। एक पिता होने के नाते मुझे अपना कर्तव्य निभाने दो बेटा, मेरी अपने मित्र से बात हो चुकी है अभी होली को पंद्रह दिन बाकी है, तुम्हें अपने आप को नये माहोल में सामंजस्य स्थापित करने हेतु मानसिक रूप से तैयार रहना होगा इसलिए तुम्हें आज यह बात बताना जरूरी समझा, तुम निश्चिंत रहो मैं तुम्हारे साथ हूँ, कहते हुए उन्होंने कहा बेटी रात गहरा गई है तुम आराम करो कल ही दामू और उसकी पत्नी आ जायेंगे तब तुम स्वयं उसे अपने घर के तौर तरीके खान-पान सब समझा दोगी तो तुम्हें तसल्ली रहेगी।

पंद्रह दिन बीत गये विनीत अपने पांच वर्षीय बेटे ऋत्विक और पापा के साथ होली का शगुन लेकर आया। कुछ ही देर में परी और ऋत्विक इतने घुल मिल गए पिचकारी के रंगों की बौछार एक दूजे पर करने लगे इन रंगों ने बहुत कुछ खोया हुआ लौटा दिया। दिव्या ने ये सब देखकर शादी के लिए हामी भर दी। विनीत ने चुटकी भर गुलाल दिव्या को लगाया, आज होली के रंगों ने दो लोगों को जीवन की खुशियाँ लोटा दी और सभी का जीवन रंगीन कर दिया। **रिश्तों में प्रेम के रंग घुलमिलकर गहराने लगे, बेटी होली के रंगों सा रंगीन तुम्हारा जीवन सफर हो, मुझे पूरा विश्वास है तुम निर्मल जल की तरह हो जो हर रंग में एकरूप होना जानता है तुम्हें अपने नये परिवार में स्नेह का गुलाल उड़ाना होगा।**

- राजश्री राठी जी

महिला दिवस

"चाहत बस इतनी सी"

फूल कहाँ माँगे थे मैंने, कब माँगी मँहगीं सौग़ातें,
ये भी कभी नहीं चाहा..तुम चाँद सितारे ले आते!

कहाँ कभी चाहा मैंने, सोने चाँदी से लद जाना,
या ऊँची ब्रैंडिड गाड़ी में, घूम घूम कर इतराना!

महँगी साड़ी पहन नहीं, सजने-धजने की आदत थी,
पूरी कर न पाते तुम, कब ऐसी कोई जरूरत थी!

चाहे बस दो पल सुकून के, साथ तुम्हारे कट जाते,
ख़ुशियाँ मेरी, दर्द तुम्हारे, आधे आधे बँट जाते!

दिल की बातें कहते-सुनते, शाम गुज़र जाती सारी,
कुछ पल दोनों बिसरा देते, घर की सब ज़िम्मेदारी!

वक्त बीतता रहा मगर, तुम रहे उलझते कामों में,
डॉलर रुपये की क़ीमत में, और पेट्रोल के दामों में!

मैंने भी धीरे-धीरे, तन्हाई की आदत डाली,
कब तक आँसू बहा-बहा कर, करती इस दिल को ख़ाली!

इक दिन शब्द मिले भावों को, कहीं दबी इक कलम मिली,
मैंने लिखना शुरु किया और मन में इक उम्मीद खिली!

जो कुछ भी कहना था तुमसे, काग़ज़ पर लिखती जाती,
दिल तो फिर भी ये ही कहता, काश तुम्हें सब कह पाती!

झूठ सुना था लिख देने से, दिल हल्का हो जाता है,
पागल दिल को बिना साथ के, चैन भला कब आता है!

ये तो अब भी यही चाहता, सारे शिकवे दूर करें,
जाने कितना वक्त बचा है, प्यार चलो भरपूर करें!

सुनो, इल्तिज़ा एक मेरी, अंतिम तुम पूरी कर देना,
मैं जाऊँ जब साथ मेरी, कविताएँ भी दफ़ना देना!

बाद मेरे तुम अगर पढ़ोगे, रोओगे पछताओगे,
मेरी हर इक कविता में, जब तुम खुद को ही पाओगे!

कितना प्यार किया था तुमसे, तब एहसास करोगे तुम,
सच कहती हूँ बाद मेरे, बस मुझको याद करोगे तुम!

- स्वीटी सिंघल जी 'सखी'

पारम्परिक व्यंजन - गुझिया

सामग्री –
मावा/खोया-500 ग्राम, शक्कर (पिसी हुई)-500 ग्राम, सूजी-100 ग्राम, किशमिश-50 ग्राम, सूखा नारियल-100 ग्राम, छोटी इलायची- 8 से 10 (छील कर कूटी हुई), काजू-100 ग्राम (महीन कतरे हुए), घी-3 बड़े चम्मच।

गुझिया का आटा तैयार करने के लिये -
मैदा-500 ग्राम, दूध- 50 ग्राम, घी-125 ग्राम (आटा में डालने के लिये), घी - गुझिया तलने के लिये।

विधि -
- गुझिया बनाने के लिए सबसे पहले गुझियों का भरावन तैयार करते है उसके लिए एक भारी या बड़ी तले की कढ़ाई लें। उसमें मावा (खोया) को हल्का भूरा होने तक भूनकर एक अलग बर्तन में निकाल लें।

- कढ़ाई में घी डालें और सूजी को हल्का भूरा होने तक भूनकर एक अलग बर्तन में निकाल लें, फिर थोड़ा ठंडा होने पर उसमे मावा, सूजी, शक्कर और मेवों को अच्छी तरह से मिलाकर भरावन तैयार है।

- इसके बाद गुझिया बनाने का आटा तैयार करने के लिए सबसे पहले घी को पिघलाकर छने हुए मैदा में डालकर मिला लें। इसके बाद दूध को आटे में मिलाएं, इसमें थोड़ा पानी डालकर कड़ा आटा गूथ लें। गुथे हुए आटे को एक बर्तन में रखकर गीले कपड़े से ढंककर रख दें।

- आधे घंटे के बाद आटे को एक बार पुन: हल्के हाथों से गूथ लें। आटे की छोटी-छोटी लोई बना लें। एक-एक लोई लें और उसे पूरी की तरह बेलें। अब एक-एक पूरी को उठाएं और उसके बीच में दो बड़े चम्मच भरावन सामग्री रख कर पूरी को बीच में से पलट दें और उसके किनारो के सिरों को मोड़ कर बंद कर दें। आप गुझियों के सांचे का भी प्रयोग कर सकते हैं।

- सारी गुझिया भरने के बाद एक मोटे तले की कढ़ाई में घी गरम करें। घी गरम होने पर आंच को थोड़ा कम कर दें और उसमें जितनी गुझिया आराम से तल सकें उतनी ही डालें और हल्की भूरी होने तक उलट-पलट कर तल लें। गुझिया तैयार है इसको ठंडा करके डिब्बे में रखे। होली वाले दिन भगवान को भोग लगा कर सभी के साथ खाये।

लघुकथा - प्रेम की जीत

सुबह का समय था। बाहर से मेरे कुछ दोस्त आये हुए थे। कुछ खाने पीने के बाद हम साथ बैठे चाय पी रहे थे। तभी हमने देखा दुखना घर आ गया है। वहीं से मैंने उसे आवाज दी- 'अरे दुखना !'
तब वह पानी पी रहा था।
आप अरे कह कर बुलाते हैं उसे बुरा नहीं लगता है ? - एक दोस्त ने एतराज जताया।
उसके जन्म के तीसरे दिन से ही हम सभी उसे इसी नाम से पुकारते-बुलाते है, कभी उसने बुरा नहीं माना।
'तो क्या जन्म के बाद ही आपने उसका यह नाम करण कर दिया था?'

हां, उसके जन्म के तीसरे दिन ही यह नाम रखा गया था। तब से वह इसी नाम से जाना जाता है!
कहां गया - आया नहीं ...?

आ जाएगा अभी वह कुछ खा रहा है !
फिर दोनों बचपन के स्कूल में नाम कयट गेलअ...!
काहे कटा...? पिछली बार हमने कहा था न कि समय पर महीने पैसा जमा कर देना। .! फिर...? कुआं में काम करल हलिये - तीन महीना से पैसे नाय दिल है कि करबअ ...!
कितना लगेगा ...?
दोनों के सतरह सौ...!
आगे से कटना नाय चाही फिर हमरे पास मत आना - लो जाओ..!

पांव छू प्रणाम कर रति चला गया। यह देख एक दोस्त का माथा चकरा गया। बोला - इन लोगों का भी आपके पास आना होता है .?
इन लोगों से क्या मतलब है आपका ? अरे ये भी इंसान है...। इसे भी समाज में पूरा पूरा जीने का हक है!
फिर भी ऐसे लोगों को अपने से दूर ही रखना चाहिए...!
मैं जाति भेद को नहीं मानता हूं आपको पता है...! मैं थोड़ा गंभीर हो उठा था - "दुखना की मां मरी थी तब यह लोग सबसे पहले मेरे घर पहुंचे थे..। भाई ने बताया था।"
फिर भी ...!
दुखना की मां को गुजरे कितने साल हो गए ? तीसरे दोस्त ने दुखना की मां से फिर जोड दिया था।
चार साल बीत चुका है, पांचवां साल चल रहा है...!
तभी भाई ने आकर पूछा- खसिया बचेंगे ? रमजान मियां बाहर खड़ा पूछ रहा है !"

भाई चला गया तो एक दोस्त बोला - आप दूसरी शादी क्यों नहीं कर लेते हैं? अभी आपकी उम्र ही क्या हुई है। चालीस में भी चौंतीस के लगते हैं, गबरू जवान है! पचीस-तीस की कोई भी लड़की आपसे शादी कर सकती है! कहे तो मैं खोज शुरू कर दूं !

तभी पायल बेटी ने आकर पूछा - बाबूजी, आप लोग नहा धोकर खाना खायेंगे या ऐसे ही, खाना बनकर तैयार है ।
मैं तो नहा - धो लिया हूं बेटे, और चाचा लोग भी नहाये से लग रहे हैं, हां हां हम दोनों भी तैयार होकर ही घर से निकले हैं - तो हम भी खाना खा लेंगे - तीसरे ने कहा।
ऐसा करो, थोड़ी देर बाद खाना लगा देना... ठीक है।

ठीक है बाबूजी... पायल चली गई तो दूसरे ने कहना शुरू किया- मैं कह रहा था कि दोनों बेटी बड़ी हो रही है। कल इसकी शादी बिहा हो जाएगी तो दोनों अपने अपने घर चली जाएंगी। बड़ा बेटा अभी बाहर पढ़ रहा है, जाहिर है इंजीनियरिंग कर लेने के बाद वो भी घर में बैठा नहीं रहेगा। कहीं न कहीं जॉब लग ही जाएगी उसे। उस हालत में आप तो बिल्कुल अकेले हो जाएंगे। तब यह घर भांय भांय लगने लगेगी। भोजन पानी में भी परेशानी होगी सो अलग, आपको शादी कर लेने में कोई बुराई नहीं नजर आती है ..!
मैं इसकी बात से सहमत हूं। एक उम्र होती है, अभी सब कुछ आपके पक्ष में है। समय निकल जाने के बाद लोग बहुत तरह के सवाल उठाने लगते हैं.!
वैसे दुखना की मां को हुआ क्या था...?

बुढापा...! " मैंने मुस्कराते हुए कहा ।
हम कुछ समझे नहीं ! दोनों लोग एक साथ बोल उठे। मैंने कहना जारी रखा जब मैने उसे घर लाया था तो जवान थी – एकदम सिलसिल बाछी और बहुत गुस्सेल भी, फिर भी हम सब उसे बहुत चाहते थे। वो भी यहां आकर बेहद खुश थी। देखते देखते उसने भी मेरे घर में खुशियों का एक संसार बसा ली। मन की बड़ी स्वाभिमानी थी। बाहर भी बहुत धाक थी किसी को भी हाथ तक नहीं लगाने देती थी लेकिन घर आते ही पूर्ण समर्पित हो जाती। अपने बच्चों के प्रति उनका स्नेह और लगाव भी बेजोड़ था। हमेशा हम सबको पुचकारते - चाटते चुमते चलती। कभी अपनों से उन सबको अलग होने नहीं देती थी। लेकिन मुझे जरूरत के समय ही पुकारती थी। एक बात और उसे आवारा कुत्तों से सख्त नफरत थी। कभी सामने आ जाते तो वो उस पर ऐसे झपटती मानो कूट कर रख देगी। तभी वो दिन आ गए और दुखना के जन्म के बाद वह बीमार पड़ गई। हमने ब्लॉक लेबल के बड़े डॉक्टर को बुलाए।

वह आया भी। देखते ही कहा - यह काफी कमजोर हो गई है और उसने कुछ दवाई लिखे, दो - तीन सुई लगाई और तीन फाइल सिरप लिख कर बोले इसे मंगाकर घंटा-घंटा के अंतराल में तीनों फाइल सीरप पिला दीजिए..!

दूसरे ने आश्चर्य - एक ही दिन में तीन फाइल सीरप....?
मैंने कहा - मेरा भी यही सवाल था ..! तब डॉक्टर ने कहा- इसके शरीर में हीमोग्लोबिन की घोर कमी हो गई है। बच्चा होने के बाद और कमजोर हो गई है.! सिरप से शरीर में ब्लड की मात्रा बढ़ जाएगी और यह धीरे धीरे ठीक होने लगेगी।
फिर क्या हुआ...? तीसरे ने आंगन की और देखते हुए कहा।
दवा मंगा कर मैंने वही किया जो डॉक्टर ने कहा। सीरप पिला दी और मैं धनबाद चला गया। भाई को बोल रखा कि वो इसका ध्यान रखे। मैं रात को लौट न सका। भाई ने रात नौ बजे फोन किया और बताया कि दुखना की मां अब नहीं रही। मैं रात को ही घर लौट आता पर उस दिन सुबह से जो बारिश शुरू हुई वो रात भर बंद नहीं हुई। दोस्तों ने भारी बारिश में घर लौटने से मना कर दिया। मैंने भाई से कहा - अब जो होना था वो तो हो गया। सुबह सब जुगाड़ कर रखना। मैं समय पर पहुंच जाऊंगा...!

इसी बीच बेटी पायल ने खाने के लिए फिर आवाज लगा दी।
अब चलो खा ही लेते है और तीनों खाने बैठ गये। खाने के बाद मैंने दुखना को फिर आवाज दी - दुखना अरे वो दुखना ... इस बार दुखना दौड़ा चला आया।
आपने पहले भी दुखना बोलके आवाज दी थी तब भी वह नहीं आया था ! तीसरे ने कहा - इस बार भी नहीं आया? उसकी जगह यह बछड़ा दौड़ा चला आया है। हम दुखना से मिलना चाहते हैं। उसको बुलाइए न ..!
यही तो हमारा दुखना है और मैं दुखना के गले को सहलाने लगा !
क्या...? यही वो दुखना है ? दोनों मित्र एक साथ उछल पड़े थे।
"मतलब इस बछड़े का नाम दुखना है, और जो आपने हमें कहानी सुनाई जो गाय इस दुखना की मां थी ?"
अभी तक आप हमें इसी बछड़े की मां की कहानी सुना रहे थे - तीसरा का ताज्जूब भरा स्वर फूटा।

हम तो समझ रहे थे आप हमें अपनी पत्नी के बारे में बता रहे हैं ... गजब ! मैं अचंभित हूं ! आपके इस साइकोलॉजी को देखकर !
फिर पायल की मां कहां है....?

पायल बेटे, मां को भेजो - मैंने आवाज़ दी

यह सब दुखना को दे दो ..कब से मेरा मुंह ताक रहा है - आने पर मैंने पत्नी से कहा।

उसका खाना एक गमले में दुखना के आगे डाल दिया गया। वह मजे से खाने लगा...!
“जब एक जानवर के प्रति आपका इतना प्रेम है तो रति रविदास तो फिर भी आदमी है” पहली बार एक दोस्त ने मुंह खोला था। वह अब भी दुखना को अजूबे प्राणी के रूप में देख रहा था।
“मुझे तो यह एक अविस्मरणीय जानवर मालूम पड़ता है” दूसरा बोला था।

“मैं तो अभी भी आश्चर्यचकित हूं। एक जानवर जिसे अपना नाम मालूम है और पुकार सुनकर वह दौड़ा चला आता है। प्रेम और स्नेह का अद्भुत नजारा है!”
“जानवर मुंह से कुछ बोल नहीं सकता है पर प्रेम की परिभाषा वो समझता है। अपनी भाव-भंगिमाओं से वह अपनी खुशी और दुःख को व्यक्त कर देता है!”

इस बीच दुखना खाना समाप्त कर मेरे पास आया और मेरा हाथ चाटने लगा। उसके हाव भाव बता रहे थे और वह कहना चाहता था कि आप न होते तो आज हम नहीं होते। तीनों दोस्त जल्दी जल्दी अपने मोबाइल से हम दोनों का फोटो लेने लगे थे।

- श्यामल बिहारी महतो जी

पुष्पांजलि के नवीनतम अंक के अवलोकनार्थ क्लिक करें

देश की पहली साहित्यिक ई-पत्रिका जो पढ़ी और सुनी भी जा सकती है तथा जिसमें संगीत के लिंक्स भी है जिनसे निर्मल आनंद उठाया जा सकता है।

मूल्य : मात्र आपकी मुस्कान

सामने दिए गए चिह्न को दबाने से आपका सन्देश स्वचलित रूप से हमें पहुँच जाएगा और नियमित पत्रिकाएँ भेजने के लिए आपका मोबाइल नं. पंजीकृत हो जाएगा।

8610502230 (केवल संदेश हेतु)
(कृपया अपना नाम व शहर का नाम भी लिखें)

महामृत्युंजय मंत्र

महामृत्युंजय मंत्र का अर्थ, उत्पत्ति और महत्व

"ॐ त्र्यम्बकं यजामहे सुगन्धिं पुष्टिवर्धनम् | उर्वारुकमिव बंधनात् मृत्योर्मुक्षीय मामृतात ||"

इस मंत्र में 33 अक्षर है जिसमे महर्षि वशिष्ठ के अनुसार 33 करोड़ देवी - देवता का प्रतीक माना जाता है। इनमें से 8 वसु, 11 रुद्र, 12 आदित्य, 1 प्रजापति और 1 षटकार है। इन तैंतीस कोटि देवताओं की सम्पूर्ण शक्तियाँ महामृत्युंजय मंत्र से निहित होती है।

महामृत्युंजय मंत्र - संस्कृत में महामृत्युंजय उस व्यक्ति को कहते हैं जो मृत्यु को जीतने वाला हो। ऋग्वेद से लेकर यजुर्वेद में भी इस मंत्र का उल्लेख मिलता हैं। इसके अलावा शिव महापुराण में इस मंत्र व इसके आशय को विस्तार से बताया गया हैं।

महा मृत्युंजय मंत्र का अर्थ :

ॐ - शिव
त्रयंबकम - त्रि नेत्रों वाला कर्मकारक
यजामहे - हमारे श्रद्धेय, जिन्हे हम पूजते हैं व सम्मान करते हैं
सुगंधिम - मीठी महक वाला, सुगंधित
पुष्टि - एक सुपोषित स्थिति, जीवन की परिपूर्णता
वर्धनम - वह जो पोषण करता है, शक्ति देता है
उर्वारुक - बेल (पौधा)
इव - जिस तरह
बंधनात् - वास्तव में समाप्ति से अधिक लंबी है
मृत्यु - मृत्यु से
मुक्षि - हमें स्वतंत्र करें, मुक्ति दें
अमृतात - अमरता, मोक्ष / अमृत तत्व प्रदान करे

अनुवाद - " हम उस त्रिनेत्रधारी भगवान शिव की आराधना करते है जो अपनी शक्ति से इस संसार का पालन - पोषण करते है उनसे हम प्रार्थना करते है कि वे हमें इस जन्म-मृत्यु के बंधन से मुक्त कर दे और हमें मोक्ष प्रदान करें। जिस प्रकार से एक ककड़ी अपनी बेल से पक जाने के पश्चात् स्वतः की आज़ाद होकर जमीन पर गिर जाती है उसी प्रकार हमें भी इस बेल रुपी

सांसारिक जीवन से जन्म - मृत्यु के सभी बंधनों से मुक्ति दे कर अमृत तत्व प्रदान करें।"

महामृत्युंजय मंत्र का जाप करते समय रखें इन बातों का ध्यान -
शिव पुराण में भगवान शिव की आराधना करने के लिए बहुत सारे मंत्र बताए गए हैं। महामृत्युंजय मंत्र भगवान शिव का बहुत प्रिय मंत्र है। इस मंत्र के जाप से व्यक्ति मौत पर भी जीत हासिल कर सकता है। इस मंत्र के जाप से भोलेनाथ प्रसन्न होते हैं और इससे असाध्य रोगों का भी नाश होता है। सोमवार के दिन से इस मंत्र के जप शुरू किये जाने चाहिए। इसके अतिरिक्त सावन मास में किसी भी दिन या शिवरात्रि के दिन भी मंत्र का जप शुरू करने के लिए अति शुभ होते है। शास्त्रों में इस मंत्र को अलग-अलग संख्या में करने का प्रावधान है।

महा मृत्युंजय मंत्र का पाठ 1100 बार करने पर भय से छुटकारा मिलता है। महामृत्युंजय मंत्र 108 बार पढ़ने से भी फायदा होता है, 11000 बार जाप करने पर रोगों से मुक्ति मिलती है। महामृत्युंजय मंत्र का जाप सवा लाख बार करने से पुत्र और सफलता की प्राप्ति होती है। इसके साथ ही अकाल मृत्यु से भी बचाव होता है।

- मंत्रों का जाप सुबह - शाम किया जाता है।
- जैसी भी समस्या क्यों न हो, यह मंत्र अपना चमत्कारी प्रभाव दिखा देता है।
- महा मृत्युंजय मंत्र का उच्चारण सही तरीके और शुद्धता से करना चाहिए।
- भगवान शिव के मंत्रों का जाप रुद्राक्ष की माला से करना चाहिए।
- भगवान शिव की प्रतिमा या शिवलिंग के सामने आसन बिछाकर इस मंत्र का जाप करें।
- मंत्र जाप शुरू करने से पहले भगवान शिव को बेलपत्र और जल चढ़ाएं और धूप-दीप जला कर रखें।
- मंत्र के जप के लिए एक संख्या पहले से ही निर्धारित कर लें। जप की संख्या धीरे-धीरे बढ़ाएं लेकिन उसे कम न करें।
- महामृत्युंजय मंत्र का जाप धीमे स्वर में करें। मंत्र जप के समय इसका उच्चारण होठों से बाहर नहीं आना चाहिए।
- मंत्र सदैव पूर्व दिशा की ओर मुंह करके करना चाहिए।
- जब तक मंत्र का जप करें, उतने दिनों तक तामसिक चीजों का सेवन नहीं करना चाहिए।
- पूरी श्रद्धा और विश्वास से साधना करने पर मनोवांछित फल की प्राप्ति होती है।

मंत्र का जप शुरू करने से पहले संकल्प अवश्य ले। संकल्प लेने की सरल विधि - हथेली में थोडा जल ले और बोले -

"हे परमपिता परमेश्वर मैं (अब अपना नाम ले) गोत्र (अपना गोत्र बोले) अपने रोग निवारण हेतु (या जिस भी कार्य के लिए आप मंत्र जप कर रहे है उसका नाम बोले) महामृत्युंजय मंत्र का जप कर रहा / रही हूं मुझे मेरे कार्य में सफलता प्रदान करें और ॐ श्री विष्णु , ॐ श्री विष्णु , ॐ श्री विष्णु कहते हुए जल को नीचे जमीन पर छोड़ दे।"

जैसे ही आप मंत्र जप की 1 या 2 माला जितनी भी आप प्रतिदिन करते है, पूरी कर लेते है तो अंत में फिर से हथेली में जल लेकर संकल्प ले और बोले – "हे परमपिता परमेश्वर मैं (अपना नाम बोले), गोत्र (अपना गोत्र बोले), मेरे द्वारा किये गये महामृत्युंजय मंत्र के जाप को मैं श्री ब्रह्म को अर्पित करता / करती हूं और अंत में – ॐ श्री ब्रह्मा, ॐ श्री ब्रह्मा, ॐ श्री ब्रह्मा कहते हुए जल को नीचे जमीन पर छोड़ दे।" अब आप अपने आसन को थोडा से मोड़ कर खड़े जो जाये।

महामृत्युंजय मंत्र की उत्पत्ति कैसे हुई?

पौराणिक मान्यताओं के अनुसार, ऋषि मृकण्डु और उनकी पत्नी मरुदमति ने पुत्र की प्राप्ति के लिए कठोर तपस्या की। उनकी तपस्या से प्रसन्न होकर भगवान शिव ने उनको दर्शन दिए और उनकी मनोकामना पूर्ण करने के लिए दो विकल्प दिए।

पहला - अल्पायु बुद्धिमान पुत्र और **दूसरा** - दीर्घायु पर मंदबुद्धि पुत्र। इस पर ऋषि मृकण्डु और उनकी पत्नी ने अल्पायु बुद्धिमान पुत्र की कामना की। जिसके परिणामस्वरूप उन्हें पुत्र की प्राप्ति हुई और उसका नाम **"मार्कण्डेय"** रखा गया। जिसका जीवन काल 12 वर्ष की अवधि का ही था।

बचपन से शुरू की शिव साधना जप मार्कण्डेय का शिशुकाल बीता और वह बोलने और समझने योग्य हुए तब उनके पिता ने उन्हें उनकी अल्पायु की बात बता दी। साथ ही शिवजी की पूजा का बीज मंत्र देते हुए कहा कि शिव ही तुम्हें मृत्यु के भय से मुक्त कर सकते हैं।

तब बालक मार्कण्डेय ने शिव मंदिर में बैठकर शिव साधना शुरू कर दी और मन में प्रण लिया की आपने माता - पिता की ख़ुशी के लिए भगवान शिव से दीर्घायु का वरदान लेना है। तब मार्कंडेय ने महामृत्युंजय मंत्र का निर्माण किया और जाप करना शुरू कर दिया।

ॐ त्र्यम्बकं यजामहे सुगन्धिं पुष्टिवर्धनम् | उर्वारुकमिव बन्धनान मृत्योर्मुक्षीय मामृतात ||

जब मार्कंडेय की मृत्यु का दिन आया उस दिन उनके माता-पिता भी मंदिर में शिव साधना के लिए बैठ गए। जब मार्कण्डेय की मृत्यु की घड़ी आई तो यमराज के दूत उन्हें लेने आए। लेकिन मंत्र के प्रभाव के कारण वह बच्चे के पास जाने की हिम्मत नहीं जुटा पाए और मंदिर के बाहर से ही लौट गए। उन्होंने जाकर यमराज को सारी बात बता दी। इस पर यमराज स्वयं मार्कंडेय को लेने के लिए आए।

यमराज की रक्तिम आंखें, भयानक रूप, भैंसे की सवारी और हाथ में पाश देखकर बालक मार्कण्डेय डर गए और उन्होंने रोते हुए शिवलिंग का आलिंगन कर लिया तथा महान 'महामृत्युंजय मंत्र' का जाप करने लगे और भगवान शिव का आह्वान करने लगे। मार्कण्डेय की पुकार सुनकर देवों के देव महादेव वहां प्रकट हो गए। भगवान शिव ने मार्कण्डेय को अमरता का वरदान दे दिया, जिसके बाद यमराज वहां से यमलोक अकेले लौट गए।

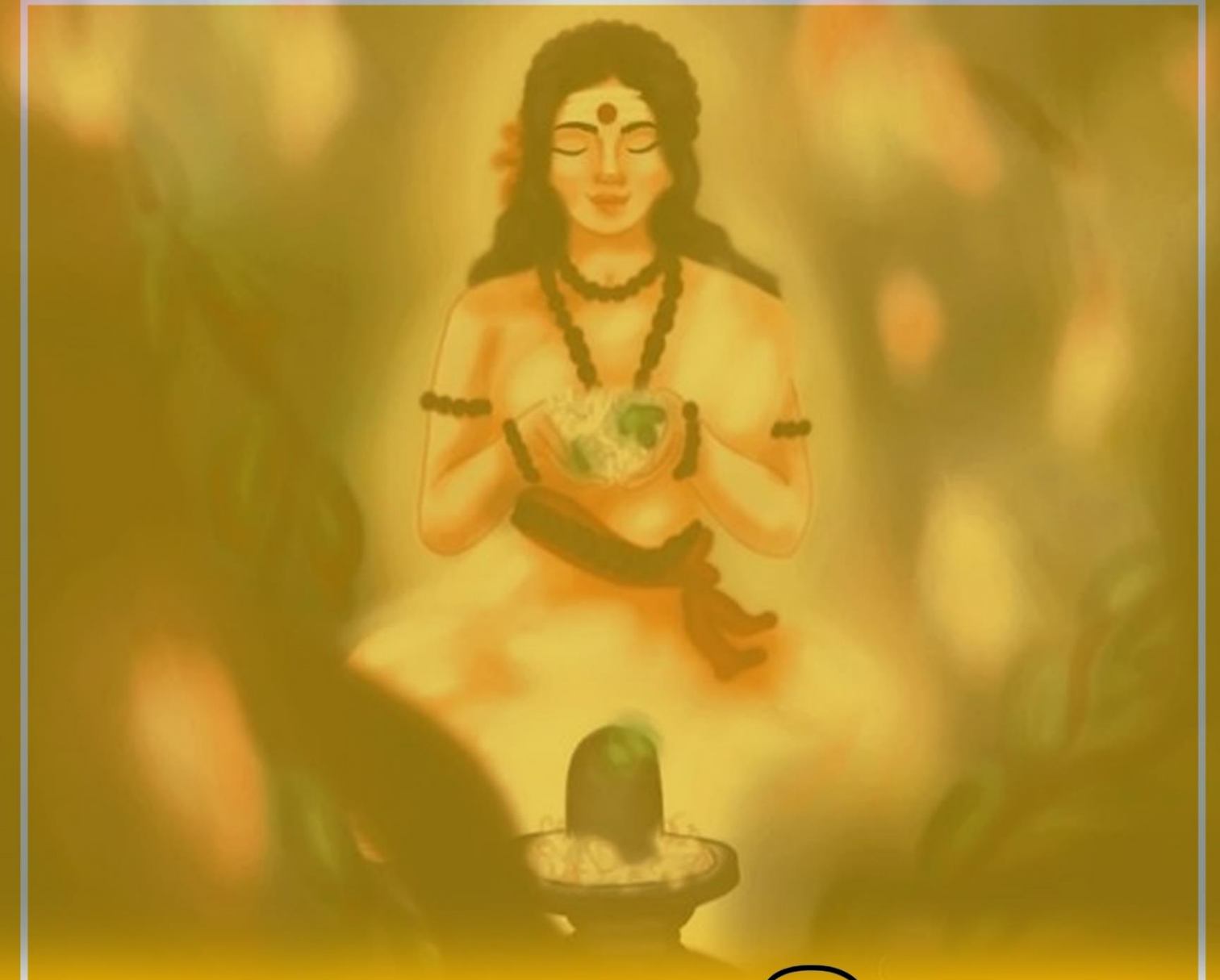
नारी और समाज

“यत्र नार्यस्तु पूज्यन्ते रमन्ते तत्र देवता“ की परम्परा हमारे ग्रंथों में लिखी गई है जिसका अर्थ है - जहाँ महिलाओं का सम्मान किया जाता हैं वहां देवता निवास करते है। नारी यह कोई सामान्य शब्द नहीं बल्कि एक ऐसा सम्मान हैं जिसे देवत्व प्राप्त हैं। नारियों का स्थान वैदिक काल से ही देव तुल्य हैं इसलिए नारियों की तुलना देवी देवताओं और भगवान से की जाती हैं।

महिला दिवस सुनने में तो बहुत अच्छा लगता है, परंतु जब इस मुद्दे पर एकांत में विचार किया जाए, तो मन में एक सवाल जन्म लेता है कि आखिर ऐसी क्या दिक्कत थी, जो अंतरराष्ट्रीय स्तर पर महिलाओं को सम्मान देने के लिए एक दिन की घोषणा करनी पड़ी? प्रत्येक वर्ष महिला दिवस आता है वह हम सब मिलकर उसे बड़े उत्साह से मनाते भी है। उस दिन नारी के मान की बातें होती है, उनके सम्मान की बातें होती है। परंतु कटु सत्य तो यह है कि यह सभी बातें केवल 1 दिन तक ही सीमित होती है या कुछ क्षण भर तक ही जब तक समारोह समाप्त न हो जाए।

मुझे यह बताते हुए अत्यंत गर्व हो रहा है कि महिलाओं ने हर क्षेत्र में तरक्की की है। परंतु मेरा प्रश्न यह है कि क्या हमारे समाज ने नारियों के प्रति अपनी सोच में तरक्की की है? आज भी यदि एक नारी अपने हक की बात करें तो उसे ही गलत ठहराया जाता है या चुप करा दिया जाता है। आज भी जब कुछ गलत होता है तो समाज नारियों से प्रश्न करता है। आज भी नारियां अपनी इच्छा अनुसार कुछ नहीं कर सकती और यदि हिम्मत जुटा कर कुछ करने का विचार भी मन में लाती है तो उनके इरादों को मजबूत करने की जगह कमजोर किया जाता है। आज भी हमारे देश में चार लाख से ज्यादा घरेलू हिंसा के मामले हैं परंतु यदि यह महिलाएं स्वतंत्र रूप से जीना चाहे तो समाज उन्हें जीने नहीं देता। आज भी नारियों का दहेज के नाम पर सौदा किया जाता है और सच्ची पर कड़वी बात तो यह है कि तब यह समाज चुप्पी धारण कर लेता है। नारियों को पराया धन वह एक खिलौना समझा जाता है परंतु **"नारी एक खिलौना नहीं बल्कि वह गहना है जिससे हमारा जीवन सुशोभित हो उठता हैं।"** महिलाएं तरक्की पर है परंतु समाज को भी नारियों के प्रति अपनी सोच में तरक्की करनी होगी तभी सही मायने में हमारा महिला दिवस मनाना सफल होगा।

- नेहा नाजवानी जी



हार्दिक आभार

भारतीय परम्परा

की मासिक ई-पत्रिका
के पुराने अंकों को देखने के
लिए आइकन पर स्पर्श करें

www.bhartiyaparampara.com