त्रैमासिकी / मार्च २०२६

गीर्वाणपत्रिका

जयति जयति गीर्वाणी सरस्वती सुरसवती । सारस्वतजनमोहिनी संस्कृतसुविलासिनी ॥

शिवान्वितायै च शिवान्विताय
नमः शिवायै च नमः शिवाय ॥

मार्च २०२६

अनुक्रमणिका

गुरूपदेशः	१
निवेदनम्	१
चिन्तनम्	२
रथसप्तमी	२
पक्षिमित्राः भवाम ।	४
कार्कळपत्तने शिवरात्रि-आचरणम्	६
शिवरात्रि-महोत्सवस्य अद्भुत-व्यवस्था	६
महाशिवरात्रिः-अविस्मरणीयः अनुभवः	७
सुभाषितम्	७
कैवल्योपनिषदि अष्टादशः श्लोकः	८
बालरञ्जनी	९
आशुतोषः	
शब्दपटः	१०
हास्यकणिका	१०
रुचिरा	११
उन्धियो	
योगविषये किञ्चित् ... चक्रीचालनासनम्	१२
उत्तराणि	१२

॥ गुरूपदेशः ॥

दशमगुरु-परमपूज्य-
श्रीमत्-परिज्ञानाश्रम-स्वामिवर्यः ।

यदा मनः मन्त्रम् अवलम्बते तदा तत् स्वस्थं शान्तं च भवति , बहिर्जगतः क्लेशैः कष्टैश्च क्षुब्धं न भवति ।

एकादशगुरु-परमपूज्य-
श्रीमत्-सद्योजातशङ्कराश्रम-स्वामिवर्यः ।

उपासना सा प्रक्रिया अस्ति यस्यां प्रार्थनया भगवतः अनुग्रहस्य प्राप्तिः भवति तथा जीवने ईश्वरः एव सर्वश्रेष्ठः, न सः अन्यवस्तूनां प्राप्तेः साधनम् इति अवगम्यते ।

गुरूपदेशानुवादः - सङ्गीता पवार , मुम्बई

निवेदनम्

ॐ श्रीगुरुभ्यो नमः। ॐ श्रीभवानीशङ्कराय नमः।ॐ श्रीमात्रे नमः।

सरस्वतीनद्याः तटे स्थितानां सारस्वतानां देशान्तरस्य इतिहासः प्रदीर्घः अस्ति। नद्यां शुष्कीभूतायां सारस्वताः प्रथमम् उत्तरदिशि काश्मीरदेशं स्थानान्तरं कृतवन्तः। ततः केचन दक्षिणदिशि गोमान्तकप्रदेशं सम्प्रस्थिताः। कालान्तरेण पोर्तुगीजादीनां विदेशीयानां च आक्रमणेन तथा राजनैतिक-धार्मिक-उत्पीडनेभ्यः सन्त्रस्ताः ते सारस्वताः दक्षिणदिशि कर्णाटकस्य केरलस्य च तटं सम्प्राप्य तानि स्थानानि स्वीकृत्य तत्र एव स्थितवन्तः । तेषु स्थानेषु स्वस्य मठं मन्दिरं च निर्मितवन्तः समृद्धाः च सञ्जाताः। कार्कळ-नाम एतादृशम् एकं रमणीयनगरम् । १८८९ तमे वर्षे अस्माकं समुदायस्य हिताय हट्टिकुदूर्-अण्णप्पय्या-नाम्ना महोदयेन अत्र विश्वेश्वर-वेणुगोपाल-देवालयः निर्मितः ।

अस्मिन् वर्षे परमपूज्य-सद्योजात-शङ्कराश्रम-गुरुवर्याणाम् अनुग्रहेण महाशिवरात्रि-पर्वणः कृते इदं स्थानं निश्चितम्। कार्कळस्थित-भक्ताः उत्सवस्य कृते उत्तमां व्यवस्थां कृतवन्तः । भजन-पूजन-कीर्तन-पठनादिभिः तथा महारुद्रस्य मन्त्रघोषेण वायुमण्डलं स्पन्दितं प्रतिध्वनितं च आसीत्। भिन्नभिन्न-दूरदेशेभ्यः आगतवन्तः साधकाः स्वमूलैः सह पुनः सम्बद्धाः जाताः । सर्वैः स्वाध्याय-पूजादिषु भागं ग्रहीतुं अवसरः प्राप्तः । सम्पूर्ण-महाशिवरात्रिपर्वणः ' विशेषता ' आसीत् परमपूज्य-सद्योजात-शङ्कराश्रम-गुरुवर्याणां दिव्यकरकमलाभ्यां सञ्जातं चतुर्याम-पूजनम् । देवालयस्य पवित्रवातावरणे , निशायाः नीरव-शान्ततायां , वेदिकायां विराजित-श्रीभवानीशङ्करदेवस्य गुरुवर्याणां दिव्यहस्ताभ्यां प्रचलित-पूजनम् अद्वितीयम् एव । रुद्राभिषेकसमये सञ्जात-

मन्त्रघोषेण मनसा सन्तृप्तिः अनुभूता । वेदिकायाः समीपस्थितः हरितफलैः पत्रैः च समृद्धः सुशोभितः बिम्बिलीवृक्षः अपि पार्श्वतः वेदिकायां प्रचलतः पूजनस्य साक्षीभूतः।

यथा यथा यामतः यामं पूजनं प्रवृत्तम् , तस्य तीव्रता वृद्धिङ्गता । वातावरणे सञ्जात-परिवर्तनेन साधकाः शिवसान्निध्यं प्रति संवेदनशीलाः सम्भूय अद्भुतानन्दम् अनुभूतवन्तः। कदाचित् बिल्ववृक्षे उपविष्टस्य व्याधस्य अपि तथैव अनुभवः स्यात्।

यामान्तरे तु अस्माकं पुरतः अलौकिक-दृश्यम् आसीत् । नानाविधपुष्पसुशोभितः भगवान् श्रीभवानीशङ्करः तथा भगवतः पार्श्वे तेजस्विनः ध्यानस्थाः गुरुवर्याः । अहो भाग्यम् ! शिवसान्निध्यस्य प्रतीतिः एव !

महाशिवरात्रिपर्वणः विषये काञ्चन लेखान् अस्मिन् अङ्के सन्ति तान् निश्चितं पठन्तु।

प्रसीद प्रसीद सच्चिदानन्द निग्रहानुग्रहे रत ।
ऐश्वर्यजलधे शम्भो भूयो भूयः प्रसीद मे ॥

इति सम्प्रार्थ्य धन्यताभावेन वयम् एनम् अङ्कं श्रीचरणयोः समर्पयामः ।

– सम्पादिका

चिन्तनम्

– सुमन नागरकट्टी , पुण्यनगरी

गीर्वाणप्रतिष्ठया आयोजिते एकस्मिन् चिन्तने अधोनिर्दिष्टं श्लोकम् अधिकृत्य नैकैः साधकैः स्वविचाराः प्रकटिताः। किं चिन्तयन्ति ते साधकाः ? पश्यामः तस्य सारांशम् ।

करचरणकृतं वाक्कायजं कर्मजं वा

श्रवणनयनजं वा मानसं वापराधम् ।

विदितमविदितं वा सर्वमेतद् क्षमस्व

जय जय करुणाब्धे श्रीमहादेवशम्भो ॥

श्रीमच्छङ्कराचार्यविरचित-शिवमानसपूजा-स्तोत्रस्य एषः अन्तिमः श्लोकः।

अपराधः भवति चेत् क्षमायाचना आवश्यकी किल ?

यत् कर्तव्यं तन्न कृतं वा यत् न कर्तव्यं तत् कृतं वा यत् कर्तव्यं तत् सम्यक् न कृतम् एते सर्वे अपराधाः भवितुं शक्नुवन्ति न वा? प्रत्येकस्मिन् कार्ये केषाञ्चन नियमानां पालनम् अनिवार्यमस्ति।

- **करचरणकृतम्**

पूजायाः अनुषङ्गेन वक्तव्यं तर्हि , पूजोपचाराः यदि सम्यक् न भवन्ति , तेषु कापि त्रुटिः भवति चेत् अपराधः एव न वा ? अनवधानेन चरणेन पूजासाहित्यानां स्पर्शः , कीटकानां हत्या , पूजाप्रचलनसमये अन्यकार्यार्थम् आसनात् उत्थानम् इत्यादयः अपि अपराधाः एव ।

यदि कश्चित् विना कारणं ताडितः वा कस्यापि हत्या जाता वा कस्यचित् जीवितहानिः वित्तहानिः वा कृता तर्हि ते करकृतापराधाः एव । चौर्यादीनि दुष्कर्माण्यपि अपराधेषु गण्यन्ते।

- **वाक्कायजं कर्मजं वा**

पूजनसमये यदि मन्त्रोच्चारणं शुद्धं स्पष्टं च न भवति, शरीरं शुद्धं स्वस्थं च न भवति, पूजायाः हेतुः निर्मलः न भवति तर्हि एते अपराधाः एव।

परनिन्दा गुरुनिन्दा न कर्तव्ये न श्रोतव्ये च । अपशब्दानां प्रयोगः, कस्यापि मनसि उद्वेगः भवेत् ईदृशं कठोरं भाषणं वाग्दोष एव । यद्वक्तव्यं तत् न उक्तम् अथवा यत् न वक्तव्यं तद् उक्तम् एतेऽपि वाग्दोषाः एव। कस्यापि अनुपस्थित्यां तस्य दोषोच्चारणं वाग्दोषः भवति।

- **श्रवणनयनजं वा मानसं वापराधम्**

स्तोत्रस्तुत्यादीनां यदि सम्यक् श्रवणं न भवति , पूजाविधिं प्रति सम्पूर्णम् अवधानं यदि न दत्तम् तर्हि एते तु अपराधाः एव। पूजासमये कृताः करभाषसम्भाषण-सन्देशपठनाद्यपि अपराधाः एव ।

उपर्युक्तविषयः केवलं पूजाविधिपर्यन्तं न सीमितः। विदितमविदितं वा अस्माकं जीवने अपि नैके अपराधाः भवन्ति ।

अन्ते आचार्यः प्रार्थयते विदितमविदितं वा सर्वमेतद् क्षमस्व। हे प्रभो ! कृपया ज्ञात्वा अज्ञात्वा कृतान् सर्वान् अपराधान् क्षमस्व।

अपराध-जनित-पापक्षालनार्थं क्षमायाचना एव उपायः। परन्तु एषा क्षमायाचना पश्चात्तापयुक्ता समर्पणभावेन च कर्तव्या ।

गुरुपादुकास्तोत्रे "सर्वतन्त्राविरोधतः" प्रायश्चितम् उक्तम्। गुरुपादुकायुगलस्य प्रतिपदं भक्तिपूर्वकस्मरणं तथा कृतकार्यस्य विनम्रतया क्षमायुक्त-अन्तःकरणेन शिवचरणयोः समर्पणम् एव कस्यचित् अपराधस्य शमनार्थम् एकमेव अन्तिमः उपायः वर्तते।

रथसप्तमी

– -पूर्णिमा हिरेबेट् , बेङ्गलूरु

रथसप्तमी इति पर्वणः आचरणं माघमासस्य शुक्लसप्तम्यां भवति। एतस्मिन् पर्वणि सुदृढम् आरोग्यं प्राप्तुं सूर्यदेवस्य पूजनम् आचर्यते। एतस्मिन् दिवसे सूर्यदेवः रथम् आरोहति इति प्रतीतिः। अतः एतस्मात् दिवसात् सूर्यस्य तापः वर्धते ।कृषकाणां कृते सस्यानां लवनं, कण्डनं, शोषणं च कर्तुम् आतपः आवश्यकः।

रथसप्तमी पर्व चित्रापुरसारस्वतानां कृते पवित्रः गुरुप्राप्ति-दिवसः। १७०८ तमे क्रिस्ताब्दे गुरुप्राप्त्यर्थे गोकर्णग्रामे सारस्वत-ज्येष्ठाः श्रद्धया भक्त्या च महाबलेश्वरं प्रार्थितवन्तः। प्रार्थनया सम्प्रीतः महादेवः सारस्वतजनान् अनुगृहीतवान् । अस्माकं प्रथमगुरुवर्याः श्रीमत्-परिज्ञानाश्रमस्वामिनः श्रीभवानीशङ्करविग्रहेण सह गोकर्णग्रामं प्राप्तवन्तः। सा तिथिः आसीत् माघमासस्य शुक्लसप्तमी । एवं रथसप्तम्यां तिथौ चित्रापुर-सारस्वतजनैः प्रथमगुरुवर्याः प्राप्ताः ।

पक्षिमित्राः भवाम ।

– शिल्पा मुद्गूर, मुम्बई

'शृणु । कियत् मधुरं श्रूयते कोकिलायाः गानम् !', राधिका सहसा उक्तवती । 'सः कोकिलस्य स्वरः, न खलु कोकिलायाः' इति सन्दीप-महोदयः बोधितवान् । 'एवं वा?' इति द्वित्राः गणसदस्याः आश्चर्येण अवदन् ।

दशजनानाम् अस्माकं गणः वनस्पतिविज्ञेन सन्दीप-महोदयेन सह उद्यानवने भ्रमणं कुर्वन् आसीत् । ओषधीनां विषये प्रचलन्ती चर्चा सम्प्रति खगान् प्रति परिवर्तिता । सानिका अवदत् - 'कोकिलस्य स्वरः वसन्तर्तोः आगमनं सूचयति किल !' 'शालायां पठितं प्रसिद्धं सुभाषितं स्मराम्यहम्' इति उक्त्वा गायत्र्या गीतम् -

काकः कृष्णः पिकः कृष्णः को भेदः पिककाकयोः ।

वसन्तसमये प्राप्ते काकः काकः पिकः पिकः ॥

'सत्यम् । कोकिलकूजनं कवीनां प्रियः विषयः ।', सन्दीप-महोदयेन विवृतम् । 'कोकिलस्य वर्णः काकः इव कृष्णः । परन्तु मधुरस्वरेण एव तस्य परिचयः भवति । एप्रिलतः जूनमासपर्यन्तं तेषां प्रसवनकालः । तदा कोकिलाम् आकर्षयितुं नरकोकिलः कुऽऽऊ, कुऽऽऊ स्वरेण कूजति । अपरस्मिन् काले सः कूजनात् विरमति ।'

भद्रं भद्रं कृतं मौनं कोकिलैर्जलदागमे।

दर्दुराः यत्र वक्तारस्तत्र मौनं हि शोभनम् ॥

गायत्री क्षणादेव यथार्हं सुभाषितं गीतवती । वर्षर्तौ यदा मण्डूकानां टरटरायणं प्रारभते तदा कोकिलाः मौनं धारयन्ति । ननु निसर्गः एव अस्मान् बोधयति यत् अप्रियं दुःश्रवं वा ये जल्पन्ति तेषां मध्ये मौनं हि प्राज्ञलक्षणम् । अहो! काव्यशास्त्रविनोदेन वनविहरणस्य आनन्दः द्विगुणितः जातः ।

तदैव 'किक् किक् किक्' इति कश्चित् तारस्वरः श्रुतः । अकस्मात् पुरतस्स्थितात् वृक्षात् उड्डीय कश्चन पक्षी अन्यवृक्षे उपाविशत् । 'पश्यन्तु, सा कोकिला । तस्याः स्वरः न मञ्जुलः, रूपमपि न कोकिलसदृशम् ।' इति सन्दीप-महोदयेन निर्दिष्टे सति सर्वे कोकिलां द्रष्टुकामाः तं वृक्षं प्रति सत्वरं गताः । बाढम् ! आम्रपर्णानां पृष्ठे चित्रकाया सा कोकिला अचला उपविष्टा आसीत् । १५-१७ इञ्चपरिमिते बभ्रुवर्णशरीरे श्वेत-पाण्डुर-बिन्दवः पट्टिकाः च आसन् ।

'खगानां विश्वे प्रायः पक्षिण्याः अपेक्षया नरपक्षी एव रूपेण सुन्दरतरः अथवा गायने नर्तने वा

कुशलतरः भवति खलु ?' इति केदारेण उक्ते सति, 'सुष्ठु लक्षितम्' इति सर्वे शंसितवन्तः । ततः सन्दीप-महोदयात् वनस्पतिविषये जानन्तः वयं वृक्षेषु कोकिलम् अपि अन्विष्टवन्तः । कोकिलः तु न दृष्टः परं तस्य विषये ज्ञातुं सञ्जातकौतुका गृहं प्रत्यागताहम् ।

वयं यस्य मधुरं कूजनं श्रुतवन्तः सः पक्षी Asian Koel इति आङ्ग्लनाम्ना ज्ञातः। कोकिलः, पिकः, मधुकण्ठः, वनप्रियः, वसन्तदूतः इति तस्य संस्कृतनामानि । अयं खगः पक्षिवर्गस्य कुकुलिडे (Cuculidae) कुले गण्यते । अस्य शास्त्रीयनाम यूडिनॅमिस स्कोलोपेशियस (Eudynamys scolopaceus) अस्ति ।

फलभक्षी सः वटपिप्पलादिवृक्षाणां फलानि तथा अन्यानि वन्यफलानि खादति । प्रायः आशियाखण्डे सर्वत्र दृश्यमानः अयं वृक्षवासी खगः कदापि भूमौ न आगच्छति । वनप्रदेशेषु उपवनेषु कुत्रचित् मानवानां समीपे अपि तस्य अधिवासः । निबिड-वृक्षराजिः, आम्रः इव सुघनाः वृक्षाः च कोकिलाय रोचन्ते । लज्जालुः सः सुपर्णवृक्षेषु प्रच्छन्नः उपविशति येन सहसा दृष्टिगोचरः न भवति । तथापि कोकिलस्य कुऽऽऊ, कुऽऽऊ स्वरः सर्वेषां सुपरिचितः ।

नरकोकिलः शरीरमानेन कोकिलासदृशः सन् अपि वर्णेन भिन्नः । तस्य भासमानं श्यामवर्णशरीरं शुक्लहरिता चञ्चुः च भवति । माणिक्यमिव रक्तनेत्रे तस्य लक्षणम् ।

अण्डपरजीविता कोकिलकुलस्य वैशिष्ट्यम् । कोकिलाः स्वनीडानि न रचयन्ति । ताः अण्डानि अन्यपक्षिणां प्रायः काकानां नीडे स्थापयन्ति । प्रजननसमये कोकिलद्वयं काकानाम् अण्डपूर्णं नीडं प्रविन्दते । नरकोकिलः सततम् आहूय काकान् विचलितान् कृत्वा अन्यत्र नयति । तदा कोकिला काकनीडे अण्डं स्थापयति । काकी प्रत्यागत्य शङ्किता मा भवतु इत्यर्थं कोकिला काकाण्डम् अधः पातयति । अण्डं परिमाणेन वर्णेन च काकाण्डसमानं भवति । वराकी सा काकी भेदम् अज्ञात्वा अण्डानामुपरि संविशति ।

कोकिलाण्डस्य उष्मायनकालः न्यूनः भवति अतः कोकिलशावकः अल्पसमयेन अण्डात् बहिः आगच्छति । काकी स्वशावकं मत्वा तमपि खादयति । भक्ष्यार्थं प्रतिस्पर्धिनः न्यूनीकर्तुं कोकिलशावकः काकस्य अण्डानि अथवा शावकान् अपि नीडात् बहिः क्षिपति । कदाचित् एकस्मिन्नेव काकनीडे नैकाः कोकिलाः अण्डानि स्थापयन्ति । एवं ते परजीविनः शावकाः काकनीडेषु वर्धन्ते । तस्मात् परभृतः, अन्यपुष्टः, अन्यवापः, काकजातः इत्यपि कोकिलस्य यथार्थनामानि ।

यद्यपि एतेन गुणेन कोकिलाः स्वार्थपरायणाः इति स्पष्टं तथापि अयं कवीनां प्रियपक्षी इति न सन्देहः ।

भारतीयसंस्कृत्यां तथा साहित्येऽपि कोकिलस्य उल्लेखः प्रचुरेण दृश्यते । काकैः वर्धितेऽपि कोकिलः मधुरकूजनं न त्यजति । तस्मात् जन्मना प्राप्ताः गुणाः बाह्यपरिस्थितिभिः अप्रभाविताः इति दर्शयितुं कश्चन कविः गदति -

काकैः सह विवृद्धस्य कोकिलस्य कला गिरः ।

खलसङ्गेऽपि नैष्ठुर्यं कल्याणप्रकृतेः कुतः ॥

कार्कळपत्तने शिवरात्रि-आचरणम्

– अनन्तकृष्ण हिरेबेट् , बेङ्गळूरु

एतस्मिन् संवत्सरे कार्कळस्थे श्रीविश्वेश्वर-वेणुगोपाल-मन्दिरे शिवरात्रि-पूजा गुरुवर्यैः आचर्यते इति घोषणां पठित्वा अहं तत्र गमिष्यामि इति अचिन्तयम् । प्रतिसंवत्सरं बेङ्गळूरु-मठे शिवरात्रि-उत्सवं पश्यता मया वर्षेऽस्मिन् पूजायाः प्रत्यक्षदर्शनस्य सुयोगः प्राप्तः।

अस्माकं प्रियगुरुवर्यैः श्रीमत् -सद्योजात-शङ्कराश्रम-स्वामिभिः चतुर्याम-पूजाविधयः फेब्रवरी-मासस्य पञ्चदश-दिनाङ्के रात्रौ दशवादने आरब्धाः । मन्दिरस्य प्राङ्गणं, यत्र पूजावेदिका आसीत्, तत् साधकैः पूर्णरूपेण पूरितम् | प्रथमयामे गुरुवर्यैः मधुरस्वरेण पठितानि पाठितानि च स्तोत्राणि सर्वेषु साधकेषु उत्साहं चैतन्यम् उत्तेजनं च अजनयन् । अपि च चतुर्थयामपर्यन्तं चैतन्य-आनन्द-उल्लासाः संरक्षिताः आसन् । श्रीभवानीशङ्करं पूजयतः शङ्कररूपिणः गुरून् साक्षात् सम्पश्य साधकानां मनांसि धन्यतया व्याप्तानि ।

अनेके साधकाः आत्मलिङ्गदर्शनं प्रथमवारम् अलभन्त । (गुरुवर्याः तेषां कैलास-मानसरोवर-यात्रासमये आत्मलिङ्गं प्राप्तवन्तः। महाशिवरात्रि-दिवसे एव साधकाः तस्य दर्शनं प्राप्तुं शक्नुवन्ति।) साधकैः कृतं सामूहिक-स्तोत्रपठनं सर्वेषु पृथग्विधानुभवम् अजनयत् । तत्रस्थं स्पन्दनं साधकेभ्यः अवर्णनीयम् अनुभवम् अददात् । अर्धनारीश्वरस्तोत्रस्य पठनसमये साधकानां मनस्सु गुरुवर्यैः पाठितस्य स्वाध्यायस्य स्फुरणं निश्चितेन अभवत् । पूजनस्य प्रभावम् असहमाना निद्रादेवी सुदूरं पलायितवती । यामयोः मध्ये विरामसमये सर्वे साधकाः ध्यानम् अकुर्वन् । चतुर्यामपूजासमाप्तेः अनन्तरं सर्वे साधकाः गुरुवर्याणां हस्तेन तीर्थोदकं संसेव्य सुकृतं प्राप्नुवन् ।

प्रथमवारं गुरुवर्याणां सान्निध्ये महाशिवरात्रिपूजानुष्ठाने भागं गृहीतवता मया अलौकिकः आनन्दः अनुभूतः । पौनःपुन्येन एतादृशः अवकाशः मया प्राप्यताम् इति गुरुवर्याणां चरणकमलयोः मुहुर्मुहुः प्रार्थये ।

शिवरात्रि-महोत्सवस्य अद्भुत-व्यवस्था

– अर्चना काप्राडक , चेन्नै

कार्कळपत्तने गुरुवर्याणाम् उपस्थितौ शिवरात्रि-उत्सवः एकः अत्यन्तः दिव्यः अनुभवः आसीत् । अहं मम सख्या सह गतवती ।

तत्र सर्वा व्यवस्था अद्भुता आसीत् । फेब्रवरी मासस्य चतुर्दशदिनाङ्के सायङ्काले स्वयंसेवकाः अस्मान् सर्वान् वनभोजनार्थम् अनास-क्षेत्रं नीतवन्तः । तस्मिन् क्षेत्रे अन्य-फल-वृक्षाः अपि आसन् , बीजपूरः , पारदेशिकादयः (exotic fruits)। खाद्य-पेय-भोजनादि रुचिकराणि आसन् ।

अग्रिमदिने प्रातःकाले साधकैः रात्रि-पूजार्थं सङ्कल्पः स्वीकृतः । रात्रौ दशवादनतः प्रातः पञ्चवादनपर्यन्तं चतुर्याम-पूजाविधयः प्राचलन् । गुरुवर्यैः सह साधकाः पूजां, स्तोत्रपठनं च कृतवन्तः। पूजार्थं सामग्री, पीठिकाः च आयोजकैः आयोजिताः आसन् । युवधारा-सदस्याः पूजासामग्रीं दातुम् अन्यकार्यार्थं च उत्साहेन साहाय्यं कृतवन्तः। फलाहारः सदैव सिद्धः आसीत्।

गुरुवर्याणाम् अनुग्रहेण सदा एतादृशम् अवकाशं प्राप्नुयाम इति प्रार्थना।

महाशिवरात्रिः-अविस्मरणीयः अनुभवः

– मोहित कारकळ , पुण्यनगरी

अस्मिन् वर्षे कार्कळग्रामस्थिते विश्वेश्वर-वेणुगोपाल-मन्दिरे आचरित-महाशिवरात्रि-उत्सवे भागं वोढुं मया एकः शुभावसरः प्राप्तः। फेब्रुवरीमासस्य पञ्चदश-दिनाङ्के रात्रौ दशवादनतः प्रातःकाले पञ्चवादनपर्यन्तं गुरुवर्यैः सह अनेके साधकाः अपि चतुर्याम-पूजाम् आचरितवन्तः। मध्यरात्रौ द्वादशवादनतः गुरुवर्याणां मौनव्रतम् आसीत् । अतः द्वितीययाम-पूजायाः विधिमन्त्रपठनं कर्तुं मया अद्भुतः अवसरः प्राप्तः। महाशिवरात्रि-पूजनेन स्तोत्रपठनेन च शिवशक्तेः तथा गुरुवर्याणाम् अनुग्रहं प्राप्तुम् आसीत् अस्माकं प्रयत्नः। गुरुवर्यैः कृतस्य आत्मलिङ्गपूजनस्य दर्शनम् अद्वितीयम् आसीत् । यामान्तरे गुरुवर्याणां ध्यानसमये वयम् अखण्ड-शान्तिम् अनुभूतवन्तः। षोडशोपचार-पूजनेन महादेवस्य उपासना तथा तदनन्तरं शिवसान्निध्ये आचरितं मौनं शिवेन सह सम्पर्कं दृढीकर्तुम् आसीत् एकः विलक्षणः अवसरः ।

गुरुवर्याणां दिव्यसान्निध्ये कृतं शिवपूजनं तथा पूजाविधिमन्त्रपठनं मम कृते अविस्मरणीयः अनुभवः आसीत् ।

सुभाषितम्

– गीता खानोलकर , मुम्बई

धवलयति समग्रं चन्द्रमा जीवलोकम्
किमिति निजकलङ्कं नात्मसंस्थं प्रमार्ष्टि ।
भवति विदितमेतत् प्रायशः सज्जनानां
परहितनिरतानामादरो नात्मकार्ये ॥

भावार्थः –

चन्द्रमाः निशायां सम्पूर्णचराचरं , सम्पूर्णजीवसृष्टिं प्रकाशयति। किन्तु किं कारणम् अस्ति यत् सः स्वस्य शरीरे स्थितं कलङ्कं न दूरीकरोति । प्रायः सज्जनानां स्वभावविशेषः अस्ति यत् ते सर्वदा परोपकारे एव समाहिताः सन्ति , व्यक्तिगतदुःखं प्रति ध्यानं न ददति।

सज्जनाः व्यक्तिगतसमस्यानां विषये कदापि न चिन्तयन्ति । तेषां कृते स्वीयसमस्याः न गण्याः। केवलम् अन्येषां दुःखस्य परिहारः तेषां लक्ष्यम् ।

धन्यास्ते !

कैवल्योपनिषदि अष्टादशः श्लोकः

– कृष्णानन्द मङ्कीकर , मुम्बई

गतसप्टेम्बरमासस्य संस्करणे अस्माभिः दृष्टं यत् ब्रह्म तिस्रः अवस्थाः प्रकाशते । तथा, व्यष्टिप्रपञ्चबन्धात् मोक्षः प्राप्तव्यः इति ।

इदानीं मुनिः कथयति,

त्रिषु धामसु यद्भोग्यं भोक्ता भोगश्च यद्भवेत् ।

तेभ्यो विलक्षणः साक्षी चिन्मात्रोऽहं सदाशिवः ॥ १८ ॥

त्रिषु धामसु इति तिसृषु अवस्थासु (जाग्रत् स्वप्न सुषुप्तिः च) , यत् भोग्यम् इति भोगवस्तु । भोक्ता इति जीवात्मा । भोगः इति जीवात्मना यदनुभूतं स्यात् । यदा इमानि त्रीणि युगपत् प्रभवन्ति, तदा इयं भोगप्रक्रिया भवति । अस्मिन् कार्ये, एकः साक्षीरूपेण अस्ति, स एव परमात्मा अत्र "सदाशिवः" इति उक्तः । साक्षी कः? यः निर्विकारः सन् भोक्तारं भोग्यवस्तु तथा भोगप्रक्रियां पश्यति सः साक्षी । स एव सदाशिवः तथा च सः सदाशिवः अहमेव इति पुनरेकवारम् अद्वैतस्य प्रतिपादनमत्र दृश्यते ।

ऋग्वेदात् तथा उपनिषद्भ्यः उद्धृताः श्लोकाः "द्वा सुपर्णा सयुजा सखाया ... क्रियावानेष ब्रह्मविदां वरिष्ठः (मुण्डके ३-१-१ तः ३-१-४ पर्यन्तम्)" अति प्रसिद्धाः सन्ति । अस्मिन् श्लोकसङ्कुले, द्वौ पक्षिणौ एकस्मिन् वृक्षे उपविष्टौ ।

तयोः एकः स्वादुपिप्पलम् अत्ति । अन्यः तं पश्यति एव ।

पक्षिणोः प्रतिमानमिदमेव उपरिनिर्दिष्टे अष्टादशे श्लोके वयं पश्यामः । एकः पक्षी भोक्ता । स्वादुपिप्पलं भोग्यः। तथा पिप्पलस्य आस्वादनं भोगः । अयं पक्षी जीवात्मा इति लक्षितः । अन्यः पक्षी यः पश्यत्येव, सः परमात्मनः प्रतिमानम् इति उच्यते ।

अयं साक्षीभावः निरतिशयेन महत्त्वपूर्णः । यः पूर्णतया विरागी स्यात् , यः अहन्तां ममतां च त्यक्तुं शक्नोति, एतावानेव जीवात्मा अद्वैतावस्थायां प्रतिष्ठितो भवति । वयमपि गुरुपूजनान्तर्गते विशेषार्घ्यप्रदानसमये, गुरुं "सर्वधीसाक्षिभूतम्" इत्येवं सम्बोधयामः, तन्मन्तव्यम् ।

तस्मादेव द्वितीये पादे, मुनिना उक्तम् " तेभ्यो विलक्षणः साक्षी सदाशिवः" । परमात्मनः अन्यत् विशेषणं "चिन्मात्रः" इति । चिन्मात्रः इति किम्? चित्+मात्रः । "मात्रः" अत्र 'केवलम्' इत्यर्थेन प्रयुक्तः । चित् इति किम्? चित् इति सा शक्तिः यस्याः कारणात् सर्वत्र चैतन्यं प्रवर्तते । तस्मात् सः साक्षी सदाशिवः केवलं चित्-स्वरूपः इति मत्वा चिन्मात्रः इत्युच्यते । विलक्षणः इति किम्? यल्लक्षणं विशेषरूपेण अस्मिन्नेवास्ति सः वि-लक्षणः सदाशिवः सर्वसाक्षी परमात्मा एव ।

जीवात्म-परमात्मयोः ऐक्यम् इति अस्माकं लक्ष्यम् । तस्मात्साक्षीभावेन प्रपञ्चं पश्येदिति मनीषिणः वदन्ति ।

इत्यलम् । शुभं भवतु ।

बालरञ्जनी

आशुतोषः

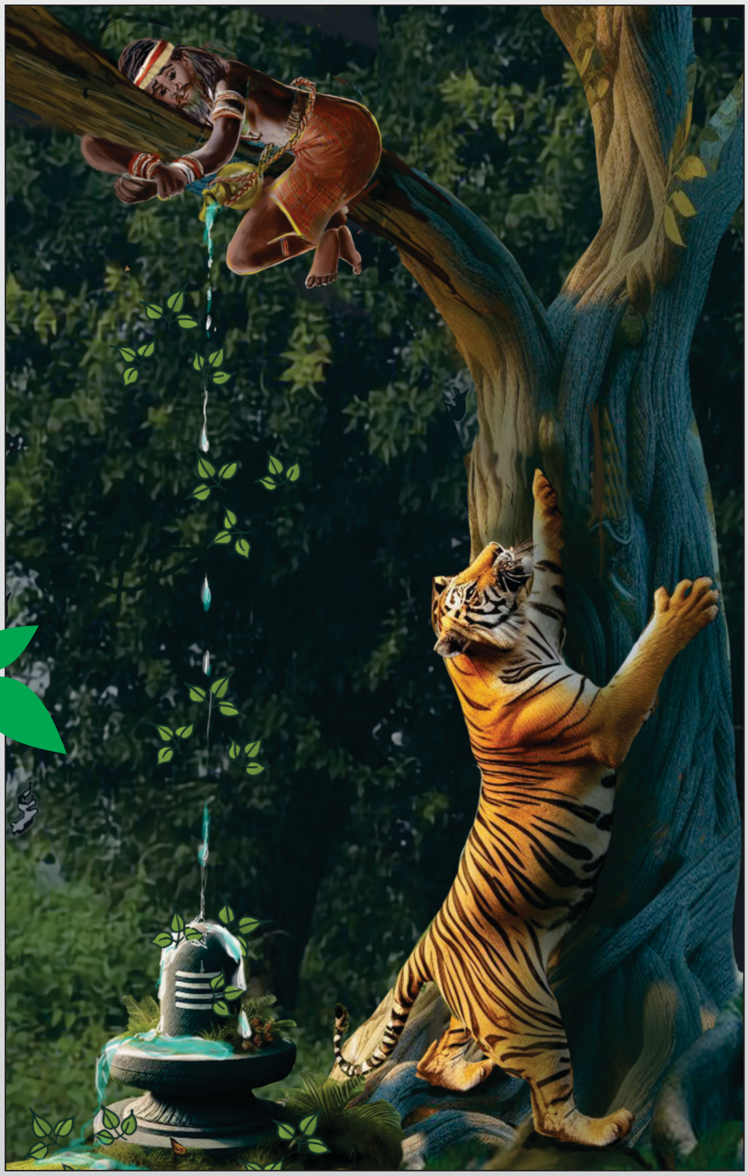
– सुधा कार्नाड , बेङ्गलूरु

एकं गहनं काननम् आसीत् यत्र अनेके वन्यमृगाः वसन्ति स्म। एकदा एकः व्याधः तम् अरण्यं मृगयार्थं प्रविष्टवान् । आदिनम् इतस्ततः भ्रमन्नपि सः एकमपि मृगं न प्राप्तवान् । व्याधः श्रान्तः क्षुधितः तृषितः च भूतवान् । सन्ध्याकालः अपि व्यतीतः । सर्वत्र अन्धकारः प्रसृतः । तदा सः व्याधः रात्रौ वने एव स्थातुं निश्चयं कृतवान् ।

एकम् उन्नतं वृक्षम् आरुह्य सः एकस्यां शाखायाम् उपविष्टवान् । निशायाः तमसि सः किमपि द्रष्टुं न शक्तवान् । तस्मिन् वृक्षे बहूनि पत्राणि आसन् । अतः सम्यक् वीक्षणार्थं तथा जागरूकः स्थातुं सः वृक्षस्य पर्णानि एकैकशः त्रोटयित्वा अधः पातयितुम् आरब्धवान्।

यं वृक्षं सः आरूढवान् सः बिल्ववृक्षः इति तेन न ज्ञातम् । तथैव तस्य वृक्षस्य अधः पुरातनं शिवलिङ्गम् आसीत् , इत्यपि तेन न ज्ञातम् । अज्ञानतः व्याधः आदिनम् उपवासं, नक्तं पूर्णं जागरणं तथा शिवलिङ्गाय बिल्वार्पणं कृतवान् । सा रात्रिः महाशिवरात्रिः आसीत् ।

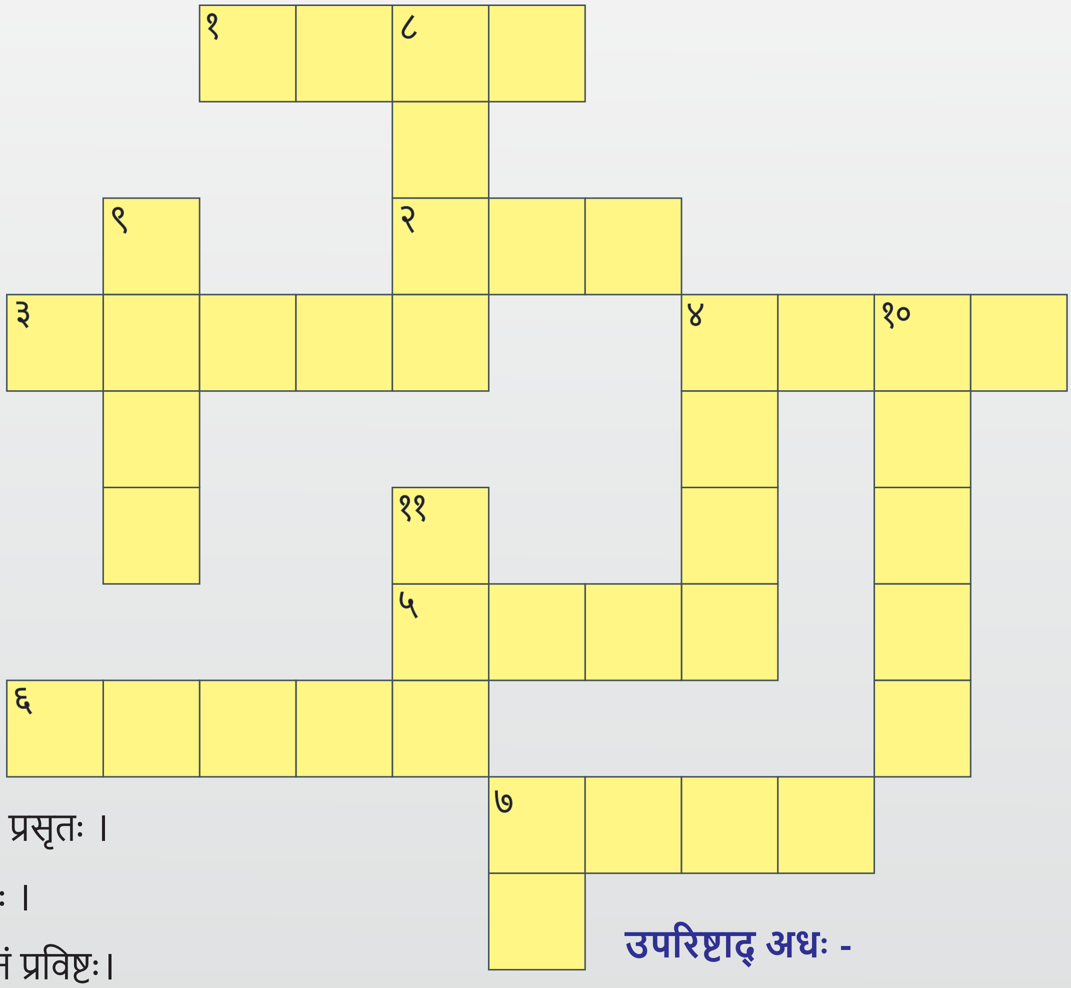
व्याधस्य बिल्वार्पणेन सन्तुष्टः शिवः अन्येद्युः व्याधस्य पुरतः प्रत्यक्षीभूय तं भूरिभिः आशीर्वादैः अनुगृहीतवान् । शिवं तोषयितुं किञ्चिदपि कर्म कुर्मः चेत् सः अतिशीघ्रं सन्तुष्टः भवति। अतः एव शिवः आशुतोषः इति उच्यते ।



(श्रीचित्रापुरमठस्य **'परिज्ञान-फौण्डेशन'** द्वाराप्रकाशितात् **'शिवसायुज्यम्-60 Stories of Shiva'** इति पुस्तकात् अनुवादितम् ।)

बालरञ्जनी

शब्दपटः



वामतः दक्षिणम् -

१) दिनस्य अन्ते ___ प्रसृतः ।

२) रात्रेः अन्यः शब्दः ।

३) व्याधः एतदर्थं वनं प्रविष्टः।

४) शिवस्य अन्यत् नाम ।

५) ईदृशम् आसीत् वनम् ।

६) शिवलिङ्गाय व्याधः एतत् कृतवान् ।

७) रात्रौ वने स्थातुं व्याधः एतत् कृतवान् ।

उपरिष्टाद् अधः -

४) प्रातःकालतः सायं पर्यन्तम्।

७) रात्रिः शब्दस्य पर्यायवाची शब्दः।

८) अरण्यस्य अन्यत् नाम।

९) रात्रौ व्याधः _ आसीत्।

१०) आनन्दयितुम् इत्यस्य अन्यः शब्दः।

११) व्याधः आदिनं भ्रमित्वा किं न प्राप्तवान् ?

(उत्तराणि अन्तिम-पृष्ठे दत्तानि)

हास्यकणिका

- दीपा मुर्डेश्वर , पुण्यनगरी

अध्यापकः - रमेश , त्वं कक्षायां शयनं कुर्वन् असि वा ?

रमेशः - न न अध्यापकमहोदय ! अहं जागृतः अस्मि परन्तु गुरुत्वाकर्षणात् मम शिरः पतति ।

अध्यापकः - रमेश ! पञ्चदश फलानां नामानि कथय ।

रमेशः - सेवफलम् आम्रफलं दाडिमं....तथा द्वादशक-कदलीफलानि च ।

रुचिरा

उन्धियो

– मीना गङ्गोळी , मुम्बई

साहित्यम्

१) १०० ग्राम-परिमिताः--

अ) कन्दः (सूरणः)

आ) कलायः

२) ३५० ग्राम-परिमितम् आलुकम्

३) २५० ग्राम-मिता सुरती-पापडी

४) निम्नलिखित-पदार्थाः प्रत्येकं १/४ चमस-मिताः -

अ) हिङ्गुः

आ) हरिद्राचूर्णम्

इ) जीरकाः

५) १/२ कटोर-मितानि शुष्कमेथिकापर्णानि (कसूरी)

६) १/२ चमस-मिताः अजमोडिकाः (ओवा)

७) ३/४ चमस-परिमितः गुडः

८) आर्द्र-उपस्कराः (मसाला)

अ) १/२ घर्षित-नारिकेलः

आ) १/२ कटोर-मितानि धान्याक-पर्णानि

इ) २-३ हरित-मरिचानि

ई) १/२ इञ्चमितम् आर्द्रकम्

९) शुष्क-उपस्कराः

२ चमस-मितं प्रत्येकम्

अ) धान्यकचूर्णम्/

आ) जीरक-चूर्णम्

इ) चाटचूर्णम्

ई) रक्तमरिच-चूर्णम्

१०) ४-५ गिरिनिम्बपत्राणि

११) स्वादानुसारं लवणम्

कृतिः

१) आर्द्र-उपस्कराणां पेषणं करोतु।

२) शुष्क-उपस्कराणां मिश्रणं करोतु।

३) कन्दं (सूरणं) आलुकं च निस्त्वचं कृत्वा घनाकार-खण्डेषु कर्तयतु।

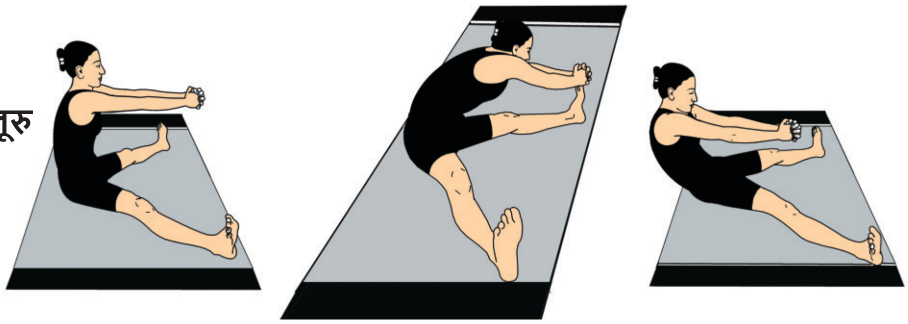
४) सुरतीपापडीनां तन्तुं निष्कास्य द्विभागं करोतु।

५) पात्रे द्विचमसमितं खाद्यतैलम् उष्णं कृत्वा तस्मिन् एकैकशः – ओवा , जीरकं , गिरिनिम्बपत्राणि , हरिद्राचूर्णं , हिङ्गुं च योजयतु ।

६) यदा व्याघरणं सिद्धं भवति तदा प्रथमं कन्दखण्डान् योजयित्वा एकैकशः – सुरतीपापडीखण्डान् , कलायबीजानि, कसुरीमेथिकां,आर्द्र-उपस्करं , शुष्क-उपस्करं च योजयतु । तस्मिन् गुडं तथा किञ्चित् जलं योजयित्वा मन्दाग्नौ पचतु । शाकम् अत्रान्तरे किञ्चित् आलोडयतु । यदा शाकं सम्यक् पक्वं भवति तदा तैलं शाकात् पृथक् भवति। अधुना रोटिकया अथवा ओदनेन सह परिवेषणाय रुचिकरा उन्धियो सिद्धा भवति।

योगविषये किञ्चित् ...

लेखः – मीनाक्षी बलजेकर , ठाणे
अनुवादः – वैशाली कोप्पीकर , बेङ्गलूरु



चक्रीचालनासनम्

एतत् आसनम् उपविश्य करणीयम् । एतस्मात् आसनात् आरभ्य अन्यानि आसनानि करणीयानि ।

कृतिः

पादयोः यावत् शक्यम् अन्तरं स्यात्। पृष्ठवंशं सरलीकृत्य हस्तद्वयम् अग्रे आनीय परस्परं गुम्फित्वा सरलं धरणीयम् ।

प्रारम्भे पादद्वयोः मध्ये हस्तौ स्कन्धरेखायां सरलौ समौ च संस्थाप्य कटीं यथाशक्यम् अधिकाधिकम् अवनाम्य , प्रदक्षिणया न्यूनातिन्यूनं दशवारं वामावर्तया तथा दक्षिणावर्तया आन्दोलयितव्या । एषा आवृत्तिः वर्धनीया ।

लाभाः

पृष्ठवंशः वङ्क्यः भवति। कटिशूल-समस्यायाः (Sciatica) निवारणं भवति तथा उदरस्य वसा क्षीयते ।

वर्ज्यः

अतीव कटिवेदना अस्ति चेत् एतदासनं न करणीयम् । अधिकाधिक-लाभार्थं चक्रीचालनासन-समये लक्ष्यपूर्वकं श्वासोच्छ्वसनं करणीयम् ।

उत्तराणि

शब्दपटः

वामतः दक्षिणम् – १) अन्धकारः २) नक्तम् ३) मृगयार्थम् ४) आशुतोषः ५) गहनम् ६) बिल्वार्पणम् ७) निश्चयम्
उपरिष्टाद् अधः – ४) आदिनम् ७) निशा ८) काननम् ९) जागरूकः १०) तोषयितुम् ११) मृगम्

सम्पादिका – वरदा सौकूर
पृष्ठरचना – वन्दना बळवळ्ळी
सम्पादकीयसमितिः – शीला कळावर , दुर्गा कुम्टा , अर्चना काप्राडक , सुधा कार्नाड , शिल्पा मुदूर
सम्पादकीयसाहाय्यम् – तेजश्री बैलूर

अभिप्रायं तथा लेखं प्रेषयितुम् इच्छुकानाङ्कृते सम्पर्कः -
Email id: girvanapatrika@chitrapurmath.net.in (लेखार्थं शब्दमर्यादा-२५०)

गीर्वाणप्रतिष्ठायाः संस्कृताध्ययनार्थं संस्कृत-सम्भाषणार्थं च जालाधारित-वर्गाः प्रचलन्ति । पञ्जीकरणाय आवेदन-पत्रस्य सम्पर्क-सूत्रम्
https://chitrapurmath.net/site/activities-girvanaprathistha-online-classes

Scan QR Code
for Enquiry Form