त्रैमासिकी / सप्टम्बर् २०२२

गीर्वाणपत्रिका

जयति जयति गीर्वाणी सरस्वती सुरसवती । सारस्वतजनमोहिनी संस्कृतसुविलासिनी ॥

॥ गुरूपदेशः ॥

दशमगुरु-परमपूज्य-
श्रीमत्-परिज्ञानाश्रम-स्वामिवर्यः ।

यथा माता शिशुं बोधयति तथैव वेदाः उपनिषदः च अस्मान् बोधयन्ति - कथं सुसंस्कृताः भवेम, शाश्वतसुखस्य प्राप्त्यर्थं किं करणीयं चेति । तथैव अस्य मानवजन्मनः सदुपयोगं कृत्वा कथं पूर्वजन्मसंस्काराणां परिणामेभ्यः उद्धरेम इत्यपि ते बोधयन्ति ।

एकादशगुरु-परमपूज्य-
श्रीमत्-सद्योजातशङ्कराश्रम-स्वामिवर्यः ।

परमपूज्य-परिज्ञानाश्रम-गुरुवर्याः (तृतीयाः) सर्वेषु स्तरेषु सर्वेषु क्षेत्रेषु च ज्ञानस्य प्रतीकम् । अस्माकं कार्येषु तज्ज्ञानस्य उदात्त-उत्कृष्ट-आध्यात्मिक-प्रकटनं कारयितुमपि विलक्षणसामर्थ्यं तेषाम् । अस्माकं जीवनं परिज्ञानमयं भवेत् इति प्रार्थयामहे ।

गुरूपदेशानुवादः - अर्चना काप्राडक , चेन्नई

निवेदनम्

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

इदं वर्षम् अस्माकं भारतदेशस्य स्वातन्त्र्यप्राप्ति-अमृतमहोत्सवेन संस्मरणीयम् । स्वातन्त्र्यप्राप्तेः अनन्तरं भारतदेशः जनतन्त्रम् अङ्गीकृतवान् । सम्प्रति इदं जनतन्त्रम् अखिलजगति न केवलं महिष्ठम् इति विख्यातम् अपि तु अतिद्रुतं विकसत् अस्ति च । विविध-धर्मावलम्बिनः , पृथग्विध-सम्प्रदायिनः , बहुविध-जातीय-भाषीयजनाः अत्र सहैव निवसन्ति । एतान् सर्वान् सूत्ररूपेण एकत्र सङ्ग्रथ्नाति अस्माकं भारतीयसंस्कृतिः। प्राचीनकालतः वसुधैव कुटुम्बकम् इति अस्माकं ध्येयवाक्यम् । वेदोपनिषदादिषु सर्वे शान्तिमन्त्राः जागतिककल्याणार्थम् एव प्रार्थयन्ते । एषा एव संस्कृतिः विश्वबन्धुत्वभावनां जागरयति।

सद्य एव जागतिक-संस्कृत-दिनः अपि अस्माभिः आचरितः। यत् परिष्कृतं , परिशुद्धं तदेव संस्कृतम् । सङ्गणकस्य कृते उचिततमा इति विगणिता संस्कृतभाषा विश्वमान्या सञ्जाता । संस्कृतम् एव विश्वसंस्कृतेः आधारस्तम्भः । संस्कृतभाषायाः महत्त्वं पाश्चात्याः अपि साह्लादम् अङ्गीकुर्वन्ति । वेद-वाङ्मय-व्याकरण-वेदान्त-आयुर्वेद-योग-अर्थशास्त्रादयः संस्कृतभाषायाम् एव उपलभ्यन्ते । अयम् अपरिमित-ज्ञाननिधिः भारतदेशेन अखिलजगते प्रदत्तः अमूल्य-उपहारः एव ।

अतः साधु उच्यते -

धन्या भारतभूः प्रकामवसुधा धन्या च तत्संस्कृतिः ।

वयम् इदं द्वितीयवर्षस्य द्वितीयपुष्पं श्रीचरणयोः समर्पयामः।

– सम्पादिका

चिन्तनम्

- **वैशाली नाडकर्णी , पुण्यनगरी**

अधोनिर्दिष्टं सुभाषितम् अधिकृत्य गते मे मासे गीर्वाणप्रतिष्ठया आयोजिते चिन्तने बहवः सदस्याः सहभागं गृहीतवन्तः । सर्वैः प्रकटितानां स्वमतानां सारांशः अधः दीयते ।

यथा ह्येकेन चक्रेण न रथस्य गतिर्भवेत् ।

एवं पुरुषकारेण विना दैवं न सिध्यति ।।

यथा एकेन चक्रेण एव रथः न चलति तथा पुरुषस्य उद्यमेन विना कार्याणि सफलानि न भवन्ति।

किमर्थं पुरुषकारं दैवं च किमपि कार्यं पूर्णत्वं नेतुम् आवश्यके ?

पुरुषकारः इत्युक्ते पुरुषस्य उद्यमः । दैवम् इत्युक्ते भाग्यम् । एतयोः मध्ये केवलम् एकमेव किमपि कार्यं सिद्धं कर्तुं न पर्याप्तम् । यदा तौ युगपत् स्तः तदैव किमपि कार्यं पूर्णं भवति ।

पुरुषस्य प्रयत्नः कीदृशः भवेत् ?

कस्यापि कार्यस्य आरम्भे तस्य पूर्णम् उत्तरदायित्वं स्वीकरणीयम् अन्यथा तत् कार्यं न सिध्यति । अस्माकं निश्चयः दृढः भवति चेत् आत्मविश्वासः वर्धते नूतनाः कल्पनाः स्फुरन्ति च । यशसे न तु केवलं लक्ष्यं प्रति श्रद्धा आवश्यकी परं धैर्येण , तितिक्षया , सातत्येन , संयमेन च कार्यं करणीयम् । किमपि कार्यं कर्तुं शारीरिकी वा मानसिकी वा शक्तिः आवश्यकी । यदि स्वानुभवः , अन्येषां मार्गदर्शनं , जनैः सह सम्पर्कः च लभ्यन्ते तर्हि अस्माभिः निश्चयेन किमपि कार्यं कर्तुं शक्यते । " I can do, I can do with help." इति आङ्ग्लभाषायां कथितम् अस्ति खलु । कार्यस्य विभाजनं कृत्वा अन्येषां साहाय्येन अपि कार्यस्य सफलता भवति। यदा सर्वे मिलित्वा कार्यं कुर्वन्ति तदैव यशःप्राप्तिः साध्या । सङ्घे शक्तिः इति कथ्यते।

कार्यस्य सफलतायाः कृते के गुणाः आवश्यकाः ?

अस्माकं तीव्रेच्छा , आत्मविश्वासः , प्रयासः, श्रद्धा , सहकारिणः सहकार्यम् , विषयस्य ज्ञानं , बुद्धिः , अन्यस्य मार्गदर्शनं , मनसः शान्तिः , एकाग्रता , विनम्रता , प्राणायामः , व्यायामः गुरुवर्येषु निष्ठा च एते गुणाः आवश्यकाः । लक्ष्यं प्रति गन्तुं पुनः पुनः प्रयत्नः करणीयः , आग्रहः आवश्यकः च । काचिद् अपि परिस्थितिः भवति चेत् प्रयासं न त्यक्त्वा अग्रे गन्तव्यम् । अन्येषां कृते तत् कार्यं हानिकारकं न भवेत् इति कार्ये जागरूकता भवेत्। यदा कदापि अपयशः आगच्छति तदा अपयशसः कारणस्य अन्वेषणम् आवश्यकम्। अन्येन सन्मार्गेण यशः प्राप्तुं शक्यते वा इति अपि चिन्तनीयम् । यथाशक्ति प्रयत्नं कृत्वा अपि कार्यं कर्तुं न शक्यते इति अनुभवः प्राप्तः चेत् कार्यं त्यक्तव्यम्। किन्तु कदापि निराशः न भवितव्यः । एतत् तु अनुभवप्राप्त्यर्थम् इति मत्वा अन्यत् कार्यं करणीयम् । आङ्ग्लभाषायां बहु सुन्दरी उक्तिः अस्ति " Either I win or I learn."

अहङ्कारः वा अहङ्कृतिः वा ?

अहं करोमि अहं करोमि भावः अहङ्कारः इति कथ्यते । अहं कार्यं कर्तुं निमित्तमात्रम् इति भावः अस्ति चेत् अहङ्कृतिः इति कथ्यते । मया तु केवलं दैवीशक्त्याः उपयोगं कृत्वा कार्यं सम्पन्नं कृतम् । अहं केवलं तस्याः एकं यन्त्रम् इति ज्ञातव्यम् ।

दैवम् अपि आवश्यकम् ।

वयं देवस्योपरि श्रद्धां सर्वदा स्थापयामः चेत् देवस्य कृपां निश्चयेन आप्नुमः । गुरुवर्येषु विश्वासः अस्ति चेत् अस्माकं जीवनं प्रति दृष्टिः सम्यक् भवति । गुरुवर्याः अस्मभ्यं सदैव सम्यक् मार्गं दर्शयन्ति ।

सुभाषितस्य प्रथमं वाक्यं किं सूचयति ?

रथः अस्माकं जीवनम् इव । यथा रथं चालयितुं द्वे चक्रे आवश्यके तथा जीवनरथस्य गत्यर्थं सेवा साधना च आवश्यके । अस्माकं शरीरम् अपि रथः इव । सततं तीव्रोपासनया रथरूपिशरीरस्य चक्राणि जागृतानि भवन्ति अस्माकं साधना प्रगतिं प्राप्नोति च ।

सुभाषितम्

- साधना खम्बत्कोण , मुम्बई

नमन्ति फलिनो वृक्षाः नमन्ति गुणिनो जनाः ।

शुष्कवृक्षाश्च मूर्खाश्च न नमन्ति कदाचन ॥

भावार्थः -

यदा वृक्षेषु फलानि विकसन्ति तदा ते फलानां भारेण नमन्ति । तथैव सद्गुणैः परिपूर्णाः सज्जनाः सर्वदा विनम्रतया व्यवहरन्ति । स्वविद्वत्तायाः प्रदर्शनं न कुर्वन्ति । तद्विपरीतं गुणविहीनाः मूर्खाः अहङ्कारिणः भवन्ति । शुष्कवृक्षाः इव ते कदापि न नमन्ति ।

महाकविः कालिदासः

- अनुराधा कर्पे , पालघर

महाकविः कालिदासः संस्कृतसाहित्ये सर्वेषु साहित्यकारेषु अग्रगण्यः अस्ति । कवीश्वरेषु अनन्यतमस्य एतस्य महाकवेः नाटकं महाकाव्यं वा प्रतिक्षणं नवीनतायाः रम्यम् अनुभवं ददाति ।

कालिदासः उज्जैननगरनृप-विक्रमादित्यस्य राजसभायाम् एकं रत्नम् आसीत् । कालिदासस्य विषये एका विलक्षणा लोककथा प्रचलिता अस्ति ।

पूर्वम् एका विदूषी विद्योत्तमा नाम राजकुमारी अतीव गुणवती तथा रूपवती आसीत् । सा राजसभायां सर्वान् पण्डितान् वादविवादेषु पराजयते स्म । एतस्मात् व्यथिताः औद्धत्ययुक्ताः च पण्डिताः तां वञ्चयित्वा तस्याः विवाहम् एकेन अज्ञपुरुषेण सह कारितवन्तः । विवाहात् परं गच्छता कालेन सा ज्ञातवती यत् तस्याः विवाहः एकेन मूर्खेण सह जातः अस्ति । अतः सा स्वपत्युः त्यागं कृतवती । ततः सः पतिः कालीदेव्याः मन्दिरं गत्वा तपस्यां कृतवान् । देवी प्रकटीभूय तस्मै आशीर्वादान् दत्तवती । अतः तस्य नाम कालिदासः इति जनश्रुतिः ।

तदा आरभ्य एव कालिदासस्य बुद्धिः जागृता जाता । कालान्तरेण सः महाकविः अभवत् । कालिदासेन लिखिताः सप्त साहित्यकृतयः विश्वप्रसिद्धाः सन्ति । तस्य त्रीणि नाटकानि **'मालविकाग्निमित्रम्'**, **'अभिज्ञानशाकुन्तलम्'** , **'विक्रमोर्वशीयम्'**, द्वे महाकाव्ये **'रघुवंशम्'** तथा **'कुमारसम्भवम्'** , द्वे खण्डकाव्ये **'मेघदूतम्'** , **'ऋतुसंहारम्'** च एतदेव दर्शयन्तः सन्ति यत् सः नवरसकुशलः , सरस-मधुर-वाण्या बोधगम्यभाषया युक्तः आसीत् इति ।

कालिदासस्य 'मेघदूते' एका पङ्क्तिः अस्ति 'आषाढमासस्य प्रथमदिवसे'। एतदेव कालिदासदिनम् इति मन्यते । तस्य रचनासु अलङ्काराः, शृङ्गाररसः , ऋतुः , सङ्गीतम् इत्यादीनाम् अद्भुतं चित्रणं दृश्यते । उपमा कालिदासस्य इति प्रसिद्धा उक्तिः अस्ति । सः कविकुलगुरुः इति प्रसिद्धः ।

तेन रचिताः सप्त साहित्यकृतयः इन्द्रचापस्य सप्तवर्णानां सदृशं साहित्यक्षितिजे प्रकाशमानाः भवन्ति । तस्य साहित्यकृतीनां विषये एकेन रसिकेन लिखितम्...

सरस्वतीकण्ठाभरणं
यत्सुशोभते किल रत्नमिव ।
विराजते साहित्यक्षितिजे
इन्द्रधनूरचितं केन ।
येन मेघदूतेन वेदिता
विरहार्तानां मनोव्यथा ।
ऋतुसंहारे येन रेखिता
अवनिपटे ऋतुचित्रविधाः ।
आगच्छति किल सङ्कटसमये
सहायतायै सन्मित्रम् ।
तस्य कृते मालविकाग्निमित्रं
नाटकमेतद् समर्पितम् ।
स्वर्गौका ऊर्वशी सेवते भूमौ
विक्रमभूपालम् ।
प्रेमकथायां घटितं नाट्यं
विक्रमोर्वशीयं रम्यम् ।
कुमारसम्भवं काव्यं सृष्टं
कार्तिकेय-जन्माख्यानम् ।
वर्णितं रघुराजान्वयसत्वं
महाकाव्यमयं रघुवंशम् ।
अभिज्ञानकं नाटकमद्भुतं
शाकुन्तलमिति विख्यातम् ।
चिद्भ्रमरोऽयं मधुचयनार्थं
गुञ्जति परितो नाट्यसुमम् ।
उपमा यस्यानुपमा क एष
रसिकजनैर्वन्द्यते सदा ।
कालिदासः इति कालिदासः
इति कालिदासः इति कविराजः।
कविषु शिखरभूतो कालिदासः
सदैव राजते ।

(अस्याः कवितायाः कविं कोऽपि जानाति चेत् कृपया तस्य नाम तथा यस्मिन् पुस्तके प्रकाशितम् अस्ति तस्य सन्दर्भं सूचयतु।)

बालरञ्जनी

चेष्टालुः गट्टुः

- दुर्गा कुम्टा , मुम्बई

आसीत् एकः वानरशावकः । किन्तु बाल्यावस्थायामेव अतीव कुप्रसिध्दिः प्राप्ता तेन । निष्कारणं वा ? नैव । सः आसीत् अतीव कुचेष्टाशीलः । न केवलं सर्वे मनुष्याः किन्तु प्राणिनः अपि तस्मात् त्रस्ताः आसन् । सर्वे उपायाः निष्फलाः जाताः किन्तु तस्मिन् किञ्चिदपि परिवर्तनं न आगतम् । सः अधिकाधिकं दुराग्रही अभवत् । तस्य पीडनकार्यस्य क्षेत्रमपि उत्तरोत्तरं विशालमभवत् । शावकस्य चिन्तया वराकी तस्य अम्बा अकालं वार्धक्यं प्राप्तवती ।

तस्य अम्बा तं प्रीत्या 'गट्टु' इति आह्वयत्। एकदा गट्टुः नित्याभ्यासात् गृहात् निर्गतवान् । 'कस्मै पीडितव्यम् अद्य ? ' इति महत्त्वपूर्णकार्यमासीत् न वा ? सः एकस्मात् गृहात् किमर्थम् ईदृशः कोलाहलः श्रूयते इति द्रष्टुं गवाक्षात् अपश्यत् । 'ओह्हो ! विवाहार्थं वधूः सज्जीभवति वा ? नानालङ्काराणि , सुन्दरी शाटिका , ओष्ठरञ्जनी , कज्जलञ्च ...।' विस्फारितनेत्राभ्यां सः सर्वं निरीक्षितवान् । ' सा मुखे किमपि लेपयति । पश्यतु , कीदृशी सुन्दरी दृश्यते अधुना सा !' अस्माकं गट्टुः तु अतीव प्रभावितः । वधोः सूक्ष्मनिरीक्षणं कुर्वन् सः योग्यसमयस्य प्रतीक्षाम् अकरोत् । अवसरे प्राप्ते झटिति सः गवाक्षात् अन्तः उड्डीय कज्जलस्य लघुकरण्डं लीलया गृहीत्वा , वधोः चीत्कारं प्रति दुर्लक्ष्यं कृत्वा च ततः पलायनमकरोत् ।

शीघ्रातिशीघ्रम् एकस्मिन् स्थाने उपविश्य अतीव औत्सुक्यात् सः मुखे कज्जलविलेपनमारब्धवान् । लेपनं तु सम्यक् भवेत् , न वा ? वधूः अपि तादृशमेव किमपि कृतवती किल ?

दया बाळे कोप्पिकर, न्यू जर्सी

सुन्दरीकरणं समाप्य सन्तुष्टः गट्टुः अत्र तत्र अपश्यत् । एकः घटः दृष्टः तेन । जलमस्ति वा घटे इति द्रष्टुं सः तस्य मुखं घटे स्थापितवान् ।

किन्तु रिक्तघटात् एकः विशिष्टः ध्वनिः आगतः । वस्तुतः तस्य श्वसनस्य ध्वनिरेव आसीत् सः - किञ्चित् गम्भीऽऽऽरः किञ्चित् गूऽऽऽढः !

गट्टुः हुङ्कारं कृतवान् । किन्तु तस्य ध्वन्याः बलवत्तरः ध्वनिः घटात् श्रुतः तेन । ' अरे, कस्त्वम् ? बहिः आगच्छतु ' । इति सः आह्वानमपि अकरोत् । तत्क्षणं तस्य प्रतिध्वनिः तस्य कर्णकुहरे अपतत्। किञ्चित् भयभीतः गट्टुः । कण्ठः शुष्कः जातः । सः जलस्य अन्वेषणार्थम् अत्र तत्र अपश्यत्। आसीत् वा जलं तस्मिन् घटे? न । परन्तु समीपस्थम् अन्यमेकं घटं दृष्ट्वा तं प्रति अधावत् सः वानरशिशुः ।

तस्मिन् घटे किञ्चित् जलम् आसीत् तले । गट्टुः जलं पातुं तस्मिन् घटे मुखं स्थापितवान्। इदानीं हुङ्कारं कृत्वा जलपानार्थम् अन्ते अपश्यत् । हन्त ! ' किम् ? अत्र अपि सः आगतवान् ? कापि अदृश्या शक्तिः मां पीडयति ? महाभयङ्करं मुखमेतस्य परं मां दृष्ट्वा गर्जयति ? मम उपहासं करोति ? ' इति विचारेण तस्य पादौ कम्पितवन्तौ। मुखं शुष्कं जातम् । 'अम्ब अम्ब' इति रुदन् गृहं प्रति शीघ्रं पलायनं कृतवान् अस्माकं शूरवीरः गलितगात्रकथानायकः। आलिङ्गने निबद्धस्य तस्य अश्रूणि मार्जयित्वा किञ्चित् विहस्य अम्बा भयभीतात् गट्टोः सदाचरणस्य आश्वासनं स्वीकृतवती । एषः एव सुयोग्यसमयः न वा ? आङ्ग्लभाषायां तु प्रसिद्धं वचनमस्ति किल? ' तप्तम् अस्ति यदा लोहं तदैव प्रहारः करणीयः । ' वानरी अशिक्षिता अपि चेत् चतुरा न वा ? तस्य कज्जलमयमुखेन हृदयस्य सवेगस्पन्दनेन च विनाशब्दं पुत्रस्य पराक्रमः स्पष्टीकृतः ।

जानाति वा ?

दया बाळे कोप्पिकर, न्यू जर्सी

श्रीगणेशस्य कथाः आधारीकृत्य अधः केचन प्रश्नाः दत्ताः सन्ति । उचितानि उत्तराणि चिनोतु –

१. गणेश-चतुर्थ्यां तिथौ कः न द्रष्टव्यः ?

☐ सूर्यः ☐ चन्द्रः ☐ पर्वतः

२. श्रीगणेशाय किं रोचते ?

☐ बिल्वपत्रम् ☐ दूर्वाः ☐ पिप्पलपर्णम्

३. कञ्चन असुरं भक्षयित्वा श्रीगणेशस्य शरीरे दाहः अभवत् । नैकैः प्रयत्नैः अपि सः दाहः शान्तः नाभवत् । तदा ऋषिभिः तस्य मस्तके दूर्वाः स्थापिताः येन तस्य शरीरदाहः शान्तः जातः । कः सः असुरः ?

☐ अनलासुरः ☐ बकासुरः ☐ नरकासुरः

४. गणेशः तस्य प्रासादं भोजनार्थं गतवान् । किन्तु सर्वम् अन्नम् अन्यान् पदार्थान् च खादित्वा अपि गणेशस्य क्षुधा शान्ता नाभवत् । कः तं भोजनार्थम् आहूतवान् ?

☐ इन्द्रः ☐ यमः ☐ कुबेरः

(उत्तराणि अन्तिमपृष्ठे दत्तानि)

हास्यकणिका

- सुजाता हळदीपुर , मुम्बई

कदलीफलविक्रेता - कदलीफलानि क्रीणातु । मधुराणि फलानि ।

ग्राहकः - कियत् मूल्यं कदलीफलानाम् ?

कदलीफलविक्रेता - एकस्य दशरूप्यकाणि ।

ग्राहकः - बहु अधिकम् अस्ति । अहं षड् रूप्यकाणि ददामि ।

कदलीफलविक्रेता - (क्रोधेन) महोदय , षड् रूप्यकेभ्यः तु केवलं कदलीफलानाम् आवरणम् एव प्राप्स्यति ।

ग्राहकः - एवं वा ? तर्हि एतानि चत्वारि रूप्यकाणि स्वीकरोतु । केवलं कदलीफलं ददातु । आवरणं न इच्छामि ।

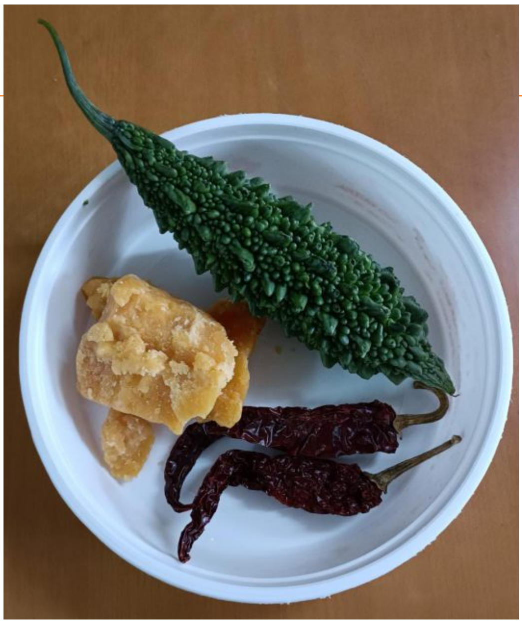
- सबिता हरिटे , गोवा

शिक्षकः परीक्षायां छात्रान् चतुर्पृष्ठानां निबन्धं लेखितुं निर्दिष्टवान् ।

विषयः आसीत् 'आलस्यम्' ।

एकः छात्रः त्रिषु पृष्ठेषु किमपि न लिखित्वा चतुर्थपृष्ठे लिखितवान्... ' एतदेव आलस्यम् अस्ति ! '

रुचिरा



कारवेल्लस्य सन्तोषः

– पाककृतिः - विमल दम्बले, मुम्बई

– अनुवादः - सङ्गीता पवार, मुम्बई

पदार्थाः -

कारवेल्लम् २५० ग्रॅममितम्

अपक्क-आम्रफलम् २०० ग्रॅममितम्

गुडः २०० ग्रॅममितम्

लशुनः ८-१० शकलानि

रक्त-मरीचिका-चूर्णम् २ चमसौ

लवणम् १ चमसमितम् वा स्वादानुसारम्

पचनतैलम् २ बृहत्-चमसमितम्

कृतिः -

कारवेल्लस्य कृश-खण्डानि करोतु | अपक्क-आम्रफलस्य त्वचं निष्कासयतु तस्य खण्डानि करोतु च | लशुनं पेषीकरोतु |

समभ्राष्ट्रम् (frying pan) उष्णीकरोतु | पचनतैलं योजयतु । यदा उष्णं भवति तदा पेषीकृतं लशुनं योजयतु | यदा लशुनं कपिशवर्णीयं भवति तदा कारवेल्लं योजयतु | चुल्लिं मन्दं चालयतु । मध्यान्तरे किञ्चित् मथनं करोतु । यावत् कारवेल्लं पक्कं भवति तावत् पचतु | (आच्छादनेन वा आच्छादनं विना पक्तुं शक्यते)

रक्त-मरीचिका-चूर्णं लवणम् अपक्क-आम्रफलखण्डानि गुडं च योजयतु | यदा गुडं द्रवति तथा आम्रफलानि मृदूभवन्ति तदा चुल्लिं निर्वापयतु |

कारवेल्लस्य सन्तोषं शीतपेटीकायाम् एकसप्ताहपर्यन्तं स्थापयितुं शक्नुमः | परिवेषयितुम् उष्णीकरणं न आवश्यकम् |

अतिमहत्वपूर्णा सूचना - पचनसमये कदापि किञ्चिदपि जलं न योजनीयम् |

योगविषये किञ्चित् ...

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

हस्तपादासनं तथा बद्धहस्तासनम् - एतयोः द्वयोः अपि प्रयोगः अनुक्रममेव भवेत्। हस्तपादासनेन अस्माकं शरीरस्य पश्चिमभागोपरि बलम् अनुभूयते। बद्धहस्तासनेन शरीरस्य अग्रभागे बलम् अनुभवामः।

हस्तपादासनम्

विधिः

प्रथमं पादयुगलं समीपं संस्थाप्य स्थातव्यम् । परतः अस्माभिः यावत् शक्यं भूस्पर्शनप्रयत्नः करणीयः । पञ्च-गणनाकालं श्वसन् तस्यां स्थितौ स्थिरतया तथा शान्त्या स्थातुं प्रयत्नः करणीयः ।

लाभाः

१. पादयोः स्नायवः बलान्विताः भवन्ति ।
२. रक्ताभिसरणेन मस्तिष्के रक्तपूरणं समीचीनं भवति।
३. फुप्फुसात् वायुः निष्कासितो भवति।

बद्धहस्तासनम्

विधिः

हस्तपादासनवदेव प्रथमं स्थातव्यम् । हस्तद्वयं पृष्ठे नीत्वा अङ्गुलीः संश्लिष्य स्थातव्यम् ।

स्कन्धौ अपि पृष्ठतः समाकृष्य ग्रीवा विनायासं पृष्ठे नेतव्या । पञ्च-गणनाकालं श्वसन् तस्यां स्थितौ स्थिरतया स्थातुं प्रयत्नः करणीयः ।

लाभाः

१. ग्रीवोद्भव-आपीडनेन 'Thyroid' सदृशः व्याधिः क्षीयते।
२. स्कन्धयोः तथा वक्षसः पृष्ठतः कर्षणोद्भूत-सम्पीडनेन श्वसन-क्रियायाम् उन्नतिः भवति ।

एतयोः आसनद्वयोः क्रमशः प्रयोगेण द्विगुणितः लाभः प्राप्यते।

महर्षिपाणिनिः

- रवीन्द्र शिराली , मुम्बई

पुरा पाणिनिः नाम एकः बालकः आसीत् । शिक्षायाः कृते सः पाठशालाम् अगच्छत् । ह्यः पाठितं पाठं सः अग्रिमे दिने स्मर्तुम् असमर्थः आसीत् । तद् दृष्ट्वा पाठशालायाः शिक्षकः पाणिनेः पितरम् आहूय अवदत् "एषः बालकः पाठितं पाठं स्मर्तुम् असमर्थः अतः तम् अहं पाठशालातः निष्कासयामि । कृपया तस्मात् किमपि अन्यत् कार्यं कारयतु।"

तत् श्रुत्वा अतीव दुःखितः सः बालकः ग्रामात् बहिः शिवमन्दिरम् अगच्छत् । शिवमन्दिरे भक्ताः "नमः शिवाय" इति जपं कुर्वन्तः आसन् । जपस्य अवसाने सः एकं भक्तम् अपृच्छत् जपस्य प्रयोजनं किम् इति । भक्तः अवदत् यदि कोऽपि शिवं प्रति मनसि भक्तिं धारयित्वा अनन्यभावेन जपं करोति तदा सः प्रसन्नः भूत्वा वरं ददाति । इच्छायाः पूर्तिं करोति ।

तत् श्रुत्वा पाणिनिः सपदि तत्रैव शिवस्य जपम् आरभत । पाणिनेः दृढनिश्चयं भक्तिं च दृष्ट्वा शिवः प्रसन्नः अभवत् । नृत्यस्य अवसाने चतुर्दशवारं ढक्काम् अवादयत् । ढक्कां श्रुत्वा पाणिनेः मनसि चतुर्दश सूत्राणि सञ्जातानि । एषः एव पाणिनेः व्याकरणस्य आरम्भः । चतुर्दशसूत्राणि शिवसूत्राणि माहेश्वरसूत्राणि वा नाम्ना प्रसिद्धानि ।

१.	अ, इ, उ, ण् ।	८.	झ, भ, ञ् ।
२.	ऋ, लृ, क् ।	९.	घ, ढ, ध, ष् ।
३.	ए, ओ, ङ् ।	१०.	ज, ब, ग, ड, द, श् ।
४.	ऐ, औ, च् ।	११.	ख, फ, छ, ठ, थ, च, ट, त, व् ।
५.	ह, य, व, र, ट् ।	१२.	क, प, य् ।
६.	ल, ण् ।	१३.	श, ष, स, र् ।
७.	ञ, म, ङ, ण, न, म् ।	१४.	ह , ल् ।

सूत्रस्य अन्ते इत् वर्णः वर्तते । तस्य लोपः भवति ।

एतेषां वर्णानां नूतनम् आयोजनं कृत्वा पाणिनिना प्रत्याहाराः रचिताः । उपरि निर्दिष्टानि सूत्राणि तेषाम् आधाराः ।

प्रत्याहारः इति वर्णानां समूहः । प्रत्याहारस्य अन्ते इत्-संज्ञकः वर्णः वर्तते । इत्-संज्ञकः वर्णः प्रत्याहारस्य सीमारेखा । यद्यपि बहवः प्रत्याहाराः भवितुं शक्यन्ते तथापि पाणिनिना ४२ प्रत्याहाराः प्रयोजिताः । यथा -

अण् =

अ	**इ**	**उ**

ण् इत् वर्णः अस्ति अतः तस्य लोपः भवति ।

इक् =

इ	**उ**	**ऋ**	**लृ**

ण्, क् च इत् वर्णौ स्तः अतः तयोः लोपः भवति ।

अच् =

अ	**इ**	**उ**	**ऋ**	**लृ**	**ए**	**ओ**	**ए**	**औ**

ण्, क्, ङ्, च्, इत् वर्णाः सन्ति अतः तेषां लोपः भवति । एतस्मिन् प्रत्याहारे सर्वे स्वराः अन्तर्भूताः । दीर्घस्वराः आ, ई, ऊ, ॠ अपि क्रमशः अ, इ, उ, ऋ वर्णेषु अन्तर्भूताः ।

हल् = **सर्वाणि व्यञ्जनानि अन्तर्भूतानि ।**

एवं प्रत्याहाराः संक्षिप्तेन वर्णसमूहं सूचयन्ति ।

पाणिनिना प्रत्याहारान् प्रयुज्य व्याकरण-सूत्रेषु वर्णाः निर्दिष्टाः अल्पाक्षरैः सूत्राणि रचितानि च । तेन विरचिते '**अष्टाध्यायी**' ग्रन्थे सूत्ररूपेण सर्वे व्याकरण-अंशाः निरूपिताः । संस्कृत-व्याकरणावबोधाय अयं ग्रन्थः एव प्राधान्यं लभते ।

येनाक्षरसमाम्नायमधिगम्य महेश्वरात् ।
कृत्स्नं व्याकरणं प्रोक्तं तस्मै पाणिनये नमः ॥

स्वाध्यायः

- शिल्पा मुद्गर , मुम्बई

माहेश्वरसूत्राणि अधीत्य अधः दत्तेषु प्रत्याहारेषु के वर्णाः अन्तर्भूताः इति लिखतु -

यण् =

____ , ____ च इत् वर्णौ ।

ञम् =

___ इत् वर्णः ।

झष्

___ , ___ , ___ च इत् वर्णौ ।

शर्

____ इत् वर्णः ।

(उत्तराणि अन्तिमपृष्ठे दत्तानि)

सुभाषितानि

– कृष्णानन्द मङ्कीकर , मुम्बई

अस्माभिः पूर्वं सुभाषितानि संस्कृतभाषायाः अलङ्काराः एव इति दृष्ट्वा पश्चात् काश्चित् प्रहेलिकाः कूटप्रश्नाश्च दृष्टाः । अस्मिन् जगति प्रत्येकव्यक्तिः भिन्नः, तस्य प्रगल्भता, जिज्ञासा, ग्रहणशक्तिः अपि भिन्नाः एव । अधुना मनुष्यस्वभावं दर्शयन्ति कानिचित् सुभाषितानि पश्यामः ।

स्वभावो नोपदेशेन शक्यते कर्तुमन्यथा ।
सुतप्तमपि पानीयं पुनर्गच्छति शीतताम् ॥

जलस्य स्वभावः शीतलत्वम् । तत् उष्णीकृतमपि कञ्चित् समयानन्तरं पुनः शीतलमेव भवति । स्वभावः न परित्यजते । पश्यन्तु, "स्वभावः" इति समीचीनः शब्दः प्रयुक्तोऽस्त्यत्र । भावः अभिव्यक्ति-दर्शकः । मम स्व + भावः मम अभिव्यक्तिं दर्शयति । या मम मूला अभिव्यक्तिः, सा बाह्यैः उपायैः न विपरिणमते इति भावः । तत् सरलतया उदाहृतम् ।

अपरस्मिन् सुभाषिते सरलेन उदाहरणेन स्पष्टीकृतः स्वभावस्य धर्मः ।

नलिकागतमपि कुटिलं न भवति सरलं शुनः पुच्छम्।
तद्वत् खलजनहृदयं बोधितमपि नैव याति माधुर्यम् ॥

श्वानस्य वक्रीभूतपुच्छस्य धर्मः को न जानाति ? पुनरेकं पश्यामः –

कन्या वरयते रूपं, माता वित्तं, पिता श्रुतम् ।
बान्धवाः कुलमिच्छन्ति , मिष्टान्नम् इतरेजनाः ॥

विवाहप्रसङ्गे, कन्या रूपवन्तं वरमेव इच्छति । वध्वाः माता पृच्छति "धनवत् अस्ति वा कुटुम्बम्?" । पिता वदति "चिन्ता मास्तु । वरः उच्चशिक्षाविभूषितः यद्यपि अधिकम् धनिकं नास्ति तस्य कुटुम्बम्" । बान्धवाः पृच्छन्ति "कुलं किम् अस्य? अस्माकं वा परं वा?" । परन्तु इतरे जनाः मित्राणि, सहकर्मिणः वा मनसि चिन्तयन्ति "किमस्ति विवाहभोजने?" इति। अत्र एकः अवसरः "विवाहः" परन्तु "स्वभावानुसारेण" अथवा रुचिम् अनुसृत्य प्रत्येकस्य प्रतिक्रिया भिन्ना तथा अस्मिन् सुभाषिते कथं कुशलतया विवक्षिता ।

एकमन्यत् उदाहरणं पश्यामः ।

काकः पद्मवने रतिं न कुरुते हंसो न कूपोदके
मूर्खः पण्डितसङ्गमे न रमते दासो न सिंहासने ।
कुस्त्री सज्जनसङ्गमे न रमते नीचं जनं सेवते
या यस्य प्रकृतिः स्वभावजनिता केनापि न त्यज्यते ॥

कमलवनम् अतीव रमणीयम् । तत्र काकः न रमते । काकस्तु कलुषे मलिने स्थले एव प्रायः दृश्यते इति भावः । हंसः मानससरोवरे एव दृश्यते न तु कूपे । तथैव, अन्यान्यपि उचितानि उदाहरणानि दर्शयित्वा कविः स्वभावस्य मर्मं दर्शयति ।

एवमनेकानि सुभाषितानि दृश्यन्ते अस्माभिः संस्कृत-वाङ्मये। अनेकैः जनैः सामान्य-सम्भाषणे अपि योजितानि दृश्यन्ते यथा – "स्वभावो दुरतिक्रमः" । एतादृशैः सुभाषितैः भवतः लेखनमपि रुचिरं भवति ।

इत्यलम् ।

शुभं भवतु ।

अपूर्वाभक्तिः

- श्रीकला कौशिक , मुम्बई

एकस्मिन् ग्रामे एका पञ्चवर्षीया तनुबालिका आसीत् । प्रतिदिनं नियतरूपेण प्रातः एव मन्दिरगमनस्य तस्याः प्रथा आसीत् । तत्रागत्य अञ्जलिं बद्ध्वा भगवन्तम् अभिमुखीभूय पञ्चदश निमेषान् तिष्ठति स्म । चक्षुषी निमील्य ध्यानपरा सा सर्वं परिसरं विस्मृत्य तिष्ठति स्म । तदभ्यन्तरे तस्याः ओष्ठयोः चलनजल्पनं भवति स्म । प्रत्यक्षदर्शनात् सा भगवन्तं प्रार्थयते इति दृश्यते स्म । अल्पसमयानन्तरं चक्षुषी उन्मील्य भगवन्तं प्रणम्य सा अविलम्बेन बहिः धावति स्म ।

एतत् दृश्यं मन्दिरस्य अर्चकः पश्यन्नासीत् प्रतिदिनम् । एवं दिनानि व्यतीतानि । सः बालिकायाः ईदृशं नित्यक्रमं सन्दृश्य आश्चर्यान्वितः । सा तु तनु बालिका । निश्चयेन सा न जानाति किं प्रार्थनीयमिति । परन्तु प्रतिदिनं भगवन्तं किं प्रार्थयते इति जिज्ञासा अपि उद्भूता अर्चकस्य । तद्विषये कुतूहलम् उत्पन्नम् ।

एकस्मिन् दिने कञ्चन अवसरं प्राप्य सः अर्चकः तां पृष्टवान् । "हे बालिके, त्वं भगवन्तं किं याचसे ? "

सा निर्व्याजतया उक्तवती - "अहं केवलम् अक्षरवर्णमालां जानामि । तदेव पञ्चवारं वदामि । अन्ते अहं भगवते कथयामि, अहं न जाने किं प्रार्थनीयमिति । हे भगवन्, मया उक्तेषु वर्णमालाक्षरेषु यानि अक्षराणि इच्छसि तानि समीकरोतु । तदेव मम प्रार्थना ।" इति उक्त्वा सा बहिः धावितवती । तस्याः विलक्षणम् उत्तरं श्रुत्वा सः अर्चकः आश्चर्यान्वितः जातः ।

भगवन्तं प्रति सम्पूर्णतया तस्याः समर्पणं , निष्कपट-निर्मल-अहैतुक-श्रद्धां दृष्ट्वा नतमस्तकः जातः अर्चकः ।

उत्तराणि

जानाति वा ?

१. चन्द्रः
२. दूर्वाः
३. अनलासुरः
४. कुबेरः

महर्षिपाणिनिः - स्वाध्यायः

यण्	=	य	व	र	ल			ट् ण् च इत् वर्णौ ।
ञम्	=	ञ	म	ङ	ण	न		म् इत् वर्णः ।
झष्	=	झ	भ	घ	ढ	ध		ञ् ष् च इत् वर्णौ ।
शर्	=	श	ष	स				र् इत् वर्णः ।

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