त्रैमासिकी / डिसेम्बर् २०२२

गीर्वाणपत्रिका

जयति जयति गीर्वाणी सरस्वती सुरसवती । सारस्वतजनमोहिनी संस्कृतसुविलासिनी ॥

पुण्या कनखले गङ्गा
कुरुक्षेत्रे सरस्वती ।
ग्रामे वा यदि वाऽरण्ये
पुण्या सर्वत्र नर्मदा ॥
त्रिभिः सारस्वतं पुण्यं
सप्ताहेन तु यामुनम् ।
सद्यः पुनाति गाङ्गेयं
दर्शनादेव नार्मदम् ॥

डिसेम्बर् २०२२

अनुक्रमणिका

गुरूपदेशः १

निवेदनम् १

चिन्तनम् २

सुभाषितम् ३

मम नर्मदापरिक्रमा ४

बालरञ्जनी

कथा - व्याघ्रः वा मूषिकः वा ६

योजनक्रीडा ८

हास्यकणिका ८

योगविषये किञ्चित् ... ९

अस्माकं माता गृहम् आगता १०

रुचिरा ११

उपनिषद्विचारः १२

चायस्तोत्रम् १३

सारूप्यं खलु १३

॥ गुरूपदेशः ॥

दशमगुरु-परमपूज्य-
श्रीमत्-परिज्ञानाश्रम-स्वामिवर्यः ।

भवान् स्वभक्त्याः अभिव्यक्त्यर्थं भवतः गुरुवर्याणां पादुकापूजनं करोति | वस्तुतः गुरुवर्याणां पादुकापूजनस्य अर्थः अस्ति, भवतः हृदये तेषां सुप्रतिष्ठा करणीया, तेषु नितरां श्रद्धा स्थापनीया, स्वकर्मणां तेभ्यः समर्पणं करणीयं तथा तेषु सम्पूर्णः विश्वासः स्थापनीयः । ईदृशं पूजनं गुरुवर्यान् सर्वाधिकं सन्तोषयति ।

एकादशगुरु-परमपूज्य-
श्रीमत्-सद्योजातशङ्कराश्रम-स्वामिवर्यः ।

मन्त्रे गुरुशक्तिः निहिता अस्ति, मन्त्रे ईश्वरशक्तिः निहिता अस्ति तथा मन्त्रे आत्मशक्तिः अपि निहिता अस्ति । उपासनायां यदा भवान् स्वशरणागत्यां तीव्रताम् आनेतुं प्रयासं करोति तदा एषः आशयः ज्ञातव्यः । सा ईश्वरशक्तिः एव भवतः लक्ष्यं भवेत् या भवन्तं स्वंप्रति आकर्षति तथा सत्यं प्रस्फुटितं करोति ।

गुरूपदेशानुवादः - सङ्गीता पवार , मुम्बई

निवेदनम्

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

आनन्दमानन्दकरं प्रसन्नं ज्ञानस्वरूपं निजबोधयुक्तम् ।

योगीन्द्रमीड्यं भवरोगवैद्यं श्रीमद्गुरुं नित्यमहं नमामि ।।

कार्तिकशुक्लनवमीतिथिः अस्माकं सर्वेषां कृते मङ्गलमय-पवित्र-भाग्यशाली-दिवसः । इदम् अस्माकं परमपूज्य-सद्योजातशङ्कराश्रम-स्वामिगुरुवर्याणां जन्मदिनम् । अयम् अवसरः आसीत् तेषां सान्निध्यम् अनुभूय , तान् अस्माकं हृदयकमले संस्थाप्य , तेषाम् उपदेशान् अधिकाधिकं मनसि दृढीकृत्य , तेषां आराधनां कर्तुं , तान् प्रति कृतज्ञतां प्रकटीकर्तुं च ।

न तु केवलं सामाजिकस्तरे किन्तु वैयक्तिकस्तरे अपि प्रतिपदं मार्गदर्शनं कृत्वा सेवा-सत्सङ्ग-साधनाद्वारा अस्मान् सर्वान् आध्यात्मिकप्रगतिपथे अग्रे नयद्भ्यः गुरुवर्येभ्यः देशविदेशतः नैके साधकाः प्रीत्या श्रद्धया निष्ठया च श्रीगुरुपूजन-अनुष्ठानं समर्पितवन्तः ।

" गुरुः अधिगत-तत्त्वः । शिष्यहिताय उद्यतः सततम् । " इति श्रीमत्-आदिशङ्कराचार्यैः उक्तम् ।

गुरुः न केवलं व्यक्तिः किन्तु एका शक्तिः । प्रत्येकगुरोः व्यक्तिमत्वं भिन्नं किन्तु हेतुः एकमात्रः - शिष्यस्य मोक्षः । दीक्षितं शिष्यमोक्षार्थे.... श्लोकानुसारेण अस्मिन् असारसंसारे निमज्जितसाधकान् मोक्षं प्रति नेतुं निरन्तरं कटिबद्धः भवति गुरुः ।

साक्षात् श्रीदक्षिणामूर्तितः आरब्धगुरुशक्तेः स्रोतसः ' धृतशिवमयगात्रं साधकानुग्रहार्थम् ...' इति वचनानुसारम् अस्माकं कृते भूतले अवतरिताः अस्माकं गुरुवर्याः ।

अस्माकं मनसि स्थितम् अज्ञानान्धःकारं दूरीकृत्य , ईश्वरसान्निध्यं प्रापयतः परमपूज्य-गुरुवर्यान् हृत्पूर्वकं प्रणम्य वयम् इदं पत्रिकापुष्पं श्रीचरणकमलयोः सानन्दं समर्पयामः ।

– सम्पादिका

चिन्तनम्

- गौरी येन्नेमडी , मुम्बई

अधोदत्तं सुभाषितम् अधिकृत्य गत- मार्च-मासे गीर्वाणप्रतिष्ठया चिन्तनम् आयोजितम् । अस्मिन् सहभागं गृहीतवद्भिः सदस्यैः प्रकटितानां स्वमतानां सारांशः -

ज्ञानं प्रधानं न तु कर्महीनम्

कर्मप्रधानं न तु बुद्धिहीनम् ।

तस्माद् द्वयोरेव भवेत् सुसिद्धिर्

न ह्येकपक्षो विहगः प्रयाति ॥

अ) ज्ञानं प्रधानं न तु कर्महीनम् -

अस्माकं जीवने ज्ञानस्य कर्मणः च प्राधान्यं समानम् । तयोः उपस्थितिः युगपत् आवश्यकी नो चेत् जीवनं गतिहीनं भवति । जीवनपथे प्रगतिः ताभ्यां विना असाध्या एव ।

किमर्थम् अत्र विहगस्य उपमा दत्ता ? यदि खगस्य द्वावपि पक्षौ सुस्थित्यां भवतः तदैव सः उत्तुङ्गम् उड्डयनं कर्तुं समर्थः । तस्य एकपक्षे छिन्ने सः डयने असमर्थः । पादाभ्यां सः चलितुं शक्नोति किन्तु उड्डयनमेव तस्य सामर्थ्यं सूचयति किल ? तथैव सफल- सुकर-जीवनस्य कृते ज्ञानकर्मयोः द्वयोः समानं महत्त्वं भवति ।

जीवने ज्ञानस्य महत्त्वम्-

जीवने किमपि कार्यं कर्तुं तस्य विषये ज्ञानम् आवश्यकम् । केवलं पुस्तकज्ञानं न पर्याप्तम् । तस्य धृति-अभ्यास-अभियोजन-एतेषामपि महत्त्वम् अस्ति । विना अभियोजनं धृतिः न भवति । ज्ञानं दृढं न भवति । एतत्तु जीवनस्य प्रथमभागे कर्तव्यम् । जीवनस्य उर्वरितभागे यदा लक्ष्यं मोक्षं प्रति गन्तव्यं तदा आध्यात्मिक-ज्ञानस्य आवश्यकता अनुभूयते , अतः " ज्ञानादेव तु कैवल्यम् " इति उच्यते । तस्यां स्थित्यामपि कर्मणः आवश्यकता अस्ति । ज्ञानमाध्यमेन कर्मणः कर्मयोगे परिवर्तनं भवति । अन्यथा तस्य ज्ञानस्य अवक्षयः निश्चितः एव । अतः ज्ञानप्राप्त्याः प्रत्येकस्तरे एतद् अवधानं भवेत् ।

(आ) कर्मणः महत्त्वम् -

' कर्मप्रधानं न तु बुद्धिहीनम् ' इत्युक्ते कर्म तु महत्वपूर्णम् अस्ति एव किन्तु तत् बुद्धिहीनं मा भवेत् । उत्तमकर्म बुद्धियोजनया एव भवति । नैके वैज्ञानिकाः नूतनाविष्कारान् कुर्वन्ति किन्तु तेषाम् अभियोजनं बुद्धिसाहाय्येनैव भवितुं शक्यते । अतः ईदृशं ज्ञानकर्मयोः समतोलत्वं साधयितव्यं नो चेत् जीवनं दोलायमानं भवति । एते द्वे अपि परस्परपूरके । कार्यस्य हेतुः उत्तमः भवेत् , प्रयत्नाः न केवलम् अविश्रान्ताः किन्तु बुद्ध्या प्रेरिताः भवेयुः , ईश्वरार्पणभावेन भवेयुः । ईश्वरः एव कारयिता । अतः कर्मणः प्रत्येकस्तरे एतद् अवधानं भवेत् । कार्यस्य परिणामं ज्ञात्वा कार्यं करणीयम् । पुस्तकीयज्ञानात् प्रात्यक्षिकज्ञानं श्रेष्ठम् । पुस्तकीयज्ञानं तु प्रथमसोपानं किन्तु यत् अस्मान् लक्ष्यं प्रति नयति तत्तु प्रात्यक्षिकज्ञानमेव । अत्र अन्यः पर्यायः एव नास्ति । कर्मणः प्राप्तः स्वानुभवः एव श्रेष्ठः अस्ति ।

यथा सुदृढशरीरस्य कृते व्यायामः आवश्यकः तथैव मस्तिष्कस्य कृते ज्ञानप्राप्तिः आवश्यकी । एते द्वे अपि जीवनरथस्य द्वे चक्रे इव ।

एवं ज्ञानकर्मभ्याम् एव अस्माकं जीवनं सफलीभवितुं शक्यते ।

सुभाषितम्

- गीता खानोलकर , मुम्बई

निर्वाणदीपे किमु तैलदानम्

चौरे गते वा किमु सावधानम् ।

वयोगते का खलु मल्लविद्या

पयोगते कः खलु सेतुबन्धः ।।

भावार्थः -

निर्वापिते दीपे योजितं तैलं पुनः तं प्रज्वालयितुं न शक्नोति । चौर्यकर्म कृत्वा चोरस्य पलायनात् अनन्तरं यदि मनुष्यः जागरितः भवति तर्हि तेन किं प्रयोजनम् ? वार्धक्ये शरीरसंवर्धनस्य कृते मल्लविद्या न उचिता । तथा निर्गते जले सेतुबन्धस्य निर्मितिः अयोग्या एव ।

योग्यसमये कृतं सुप्रयुक्त-कार्यम् एव सफलं भवति ।

मम नर्मदापरिक्रमा

- सुमन नागरकट्टी , पुण्यनगरी

केभ्यश्चित् वर्षेभ्यः पूर्वम् एका परिचिता महिला माम् उक्तवती यत् सा पादाभ्यां नर्मदायाः परिक्रमां कृतवती । तस्याः अनुभवान् श्रुत्वा मनसि कौतूहलं जागृतम् । अन्ते सा उक्तवती जीवने एकवारं तु परिक्रमा करणीया एव । तत् तु मम कृते असम्भवम् इति मत्वा अहं विस्मृतवती ।

एतस्मिन् वर्षारम्भे अन्येका भगिनी पृष्टवती " ट्रॅव्हल्स" द्वारा आयोजित-परिक्रमा-यात्रार्थं गमिष्यावः वा?" वाहनद्वारा आयोजितास्ति इति श्रुत्वा मम कृते सम्भवम् इति मत्वा अहम् अचिरात् अनुमतिं दत्तवती ।

यात्रायाः पूर्वमेव आयोजकः बोधितवान् यत् -

- एषा यात्रा सुखदयात्रा नास्ति परन्तु उपासना यात्रा अस्ति । मार्गे नैकाः असुविधाः भवितुं शक्यन्ते परन्तु श्रद्धया परिक्रमा करणीया ।
- प्रतिदिनं २०० -२५० कि .मि . मिता यात्रा अस्ति तथैव सम्पूर्णः २८०० कि.मि. मितः मार्गः महाराष्ट्र-गुजरात-मध्यप्रदेशतः गच्छति ।
- गङ्गा-यमुना-सरस्वत्यादयः सर्वाः नद्यः पूजनीयाः एव । परन्तु परिक्रमा केवलं नर्मदायाः एव भवति । एषा 'शिवपुत्री' इति मन्यते । एतया परिक्रमया कोटि-शिवलिङ्गानां परिक्रमासमा पुण्यप्राप्तिः भवति इति धारणा । नदीतीरे नैके लिङ्गाकाराः पाषाणखण्डाः दृश्यन्ते । कोऽपि तान् आनीय गृहे पूजां कर्तुं शक्नोति । प्राणप्रतिष्ठायाः आवश्यकता नास्ति इत्यपि उक्तं तेन । परिक्रमायाः आद्यप्रवर्तकः मार्कण्डेयः मुनिः अस्ति । अन्ये नैके ऋषिमुनयः अपि एतां यात्रां कृतवन्तः। परमपूज्य-आदिशङ्कराचार्यः एतां यात्रां कृत्वा नर्मदाष्टकम् इति स्तोत्रं रचितवान् । सर्वे नर्मदानदीं 'माता', 'देवी' इति सम्बोधयन्ति ।
- भारतस्य मध्यभागे स्थितायाः विन्ध्याचलपर्वत-शृङ्खलायाः मेकलपर्वतात् अमरकण्टकग्रामे नर्मदा उद्भवति । ततः १४०० कि.मि. पर्यन्तं पश्चिमदिशि वहति तथा गुजरातराज्यस्य भडोच स्थाने सिन्धुसागरं मिलति च ।
- ओङ्कारेश्वरतः यात्रारम्भः भवति । सम्पूर्णा यात्रा नद्याः वामतः भवति। कुत्रापि नद्याः उल्लङ्घनं न भवति। नद्याः उत्तरदिशि यात्रारम्भं कृत्वा उगमस्थानम् अमरकण्टकं प्राप्य अग्रे सागरसङ्गमपर्यन्तं गत्वा नद्याः दक्षिणदिशि पुनः यदा यात्रिकः ओङ्कारेश्वरं प्राप्नोति तदा परिक्रमा सम्पूर्णा भवति ।

उपरोक्त-परिचयकरणोपरान्तम् आयोजकः अस्मभ्यम् एकां लघुकूपीं, नर्मदा-देव्याः छायाचित्रं तथा 'नर्मदाष्टकम्' इति आरतीपुस्तिकां च दत्त्वा कुमारिकापूजनसामग्रीम् आनेतुम् उक्तवान् ।

यात्रारम्भः -

पुणेतः ३० यात्रिकाः रेलयानेन उज्जयिनी-नगरीं प्राप्य अग्रे ओङ्कारेश्वरं गतवन्तः । अपरेद्युः वयं यात्रिकाः नदीतीरं गतवन्तः । नद्यां स्नात्वा कूप्यां जलं पूरयित्वा तीरे उपविश्य

पुरतः कूपीं देव्याः छायाचित्रं च स्थापयित्वा उपस्थितवैदिकस्य आदेशानुसारं वयं पूजारतीं कृतवन्तः नर्मदाष्टकम् गीतवन्तः च । तदनन्तरं निवासस्थानम् आगत्य सायं पुनरपि पूजारतीपठनं कृतवन्तः। एषः क्रमः प्रतिदिनं प्राचलत् ।

अस्माकं यात्रारम्भः प्रातः भवति स्म । अग्रिमस्थानं प्राप्तुं वाहनेन वा पादाभ्यां गमनं भवति स्म । प्रतिदिनं नूतनं निवासस्थानम् आसीत् । यात्रायाः चतुर्दशदिने प्रातः पुनः ओङ्कारेश्वरम्प्राप्य नदीस्नान-पूजा-दिनचर्यां समाप्य सङ्कल्पपूर्तिः अभवत् । सायं शिवपार्वतीगणेशानां तथा अस्माकं पितृजनानां विशेषरूपेण विजृम्भणेन वयं पूजां कृतवन्तः। पापक्षालन-क्षमायाचनार्थे च एषा पूजा आसीत् । यात्रायां ' नर्मदे हर ' इति पञ्चाक्षरी - मन्त्रस्य जपं वारं वारं सर्वे कृतवन्तः । परस्परसम्बोधनार्थम् अपि उपयुज्यन्ते ' नर्मदे हर ' इति ।

मार्गे ओङ्कारेश्वरः , नारेश्वरः , गरुडेश्वरः इत्यादीनि नैकानि मन्दिराणि सन्ति । अन्यान्यपि प्रेक्षणीयस्थानानि सन्ति - माहेश्वरस्थितः राज्ञी - अहिल्याबाई - होळकरस्य प्रासादः, रानी - रूपमतीमहलादयः ।

एषा यात्रा सामान्यतया न साध्या । सा तु केवलं दैवीयोजना अस्ति इति सर्वे मन्यन्ते ।

नर्मदादेव्याः गरिमा -

पुण्या कनखले गङ्गा कुरुक्षेत्रे सरस्वती ।
ग्रामे वा यदि वाऽरण्ये पुण्या सर्वत्र नर्मदा ॥
त्रिभिः सारस्वतं पुण्यं सप्ताहेन तु यामुनम् ।
सद्यः पुनाति गाङ्गेयं दर्शनादेव नार्मदम् ॥

पदयात्रां कुर्वतां यात्रिणां कृते स्थानिक-जनानां मनसि विशेषश्रद्धा भवति । तेषां कृते कोऽपि स्वस्य गृहे स्थानं, भोजनं च यथाशक्ति स्वेच्छया विनामूल्यमपि ददाति इति स्वानुभवम् एका महिला उक्तवती ।

यात्रायां घटिता एका घटना -

लोकयानेन यात्रा चलन्ती आसीत् । अस्मासु एकः यात्रिकः अकस्मात् दूरभाषासन्देशं प्राप्तवान् यत् ' भवतः मार्गे पतितां पेटिकाम् आनयामि, प्रतीक्षां करोतु ' इति । यानं तत्क्षणं स्थगितम् । यात्रिकैः लक्षितं यत् यानस्य पेटिका-स्थान-द्वारम् उद्घाटितमासीत् । तस्मात् केवलम् एका पेटिका एव पतितासीत् । आश्चर्यं किल ! ततः परं केवलं तस्याः उपरि महोदयस्य नाम-स्थान-दूरभाषाक्रमाङ्कं लिखितम् आसीत् । अन्यपेटिकायाः अपि पतनं शक्यमासीत् । अन्यस्याः कस्याः उपरि दूरभाषाक्रमाङ्कः अपि नासीत् । एषः तु एकः चमत्कारः तथा देव्याः कृपा इति सर्वे उक्तवन्तः।

पादयात्रा कृतवत्योः महिलयोः अन्येकः अनुभवः -

एते महिले वनमार्गेण गतवत्यौ आस्ताम् । सायमासीत् । शीघ्रं किमपि स्थानं प्राप्तव्यम् आसीत् । परन्तु पुरतः द्वौ मार्गौ दृष्ट्वा केन मार्गेण गन्तव्यम् इति सम्भ्रमेण भयवशात् देव्याः जपम् आरब्धवत्यौ । कस्यचित् समयस्य अनन्तरम् एकः शुनकः तत्र आगतवान् । ते दृष्ट्वा अग्रे एकेन मार्गेण गन्तुम् सः शुनकः आरब्धवान् । महिले तं प्रति प्रथमं दुर्लक्ष्यं कृतवत्यौ । परन्तु तत्र सः स्थित्वा ते प्रति दृष्ट्वा पुनः अग्रे गतवान् । तदा ते 'एषः शुनकः देव्याप्रेषित-मार्गदर्शकः भवितुं शक्यते' इति मत्वा तम् अनुसृत्य गतवत्यौ । सत्यमेव । समयानन्तरं दूरे दीपान् दृष्टवत्यौ । तस्यां दिशि गतवत्यौ ते विस्मिते यत् शुनकः कदा कुत्र अदृश्यः अभवत् एतत् ताभ्यां न ज्ञातम्।

बालरञ्जनी

व्याघ्रः वा मूषिकः वा ।

मूलकथा - कै. पञ्जे मङ्गेशराय
अनुवादः - सुधा भट कल्याणपुर , मङ्गलूरु

एकस्मिन् ग्रामे एकः मान्त्रिकः आसीत् । सः करतले किञ्चित् भस्म स्थापयित्वा मन्त्रोच्चारणेन यदि फुत्करोति तर्हि पुरतः स्थितः अन्धः द्रष्टुं शक्नोति स्म, बधिरः श्रोतुं शक्नोति स्म , मूकः वक्तुं शक्नोति स्म , पङ्गुः धावितुं शक्नोति स्म । वृद्धानाम् उपरि यदि सः भस्म फुत्करोति तर्हि ते सर्वे बालाः इव हसन्ति स्म , बालानाम् उपरि यदि भस्म फुत्करोति तर्हि ते वृद्धाः इव कासन्ते स्म । सः मान्त्रिकः तु महान् एव ।

एकस्मिन् दिने एषः मान्त्रिकः तस्य गृहस्य पुरतः उपविश्य मन्त्रोच्चारणेन भस्म सिद्धं कुर्वन् आसीत् । तदा एकः मूषिकः ''चिलिमिलि - चिलिमिलि..." इति शब्दैः क्रन्दन् तस्य पादतले अपतत् । मान्त्रिकः तं पृष्टवान्, " किं जातम्? अत्र किमर्थम् आगतवान् ?"

मूषिकः उक्तवान्,

" मार्जारः माम् अनुधावन् अस्ति।
मां बहु पीडयन् अस्ति ।
मम अपेक्षया बलवत्तरः मार्जारः ।
भयभीतः अहं तु तस्य पुरतः ।
माजरि कृपया मां परिवर्तयतु
स्वामिन् मम प्राणरक्षणं करोतु । "

मान्त्रिकः तस्य प्रार्थनां श्रुत्वा किञ्चित् भस्म गृहीत्वा मन्त्रोच्चारणं कृत्वा तस्य उपरि फुत्कारितवान् । ओह् ! तत्क्षणम् एव मूषिकः मार्जारः अभवत् तथा सन्तोषेण म्यांव् - म्यांव् कुर्वन् बहिः अधावत् ।

मार्जारस्य 'म्यांव् - म्यांव्' शब्दं श्रुत्वा एकः शुनकः तस्य पृष्ठे अधावत् । अधुना भयभीतः मार्जारः कथञ्चित् पुनः मान्त्रिकं प्राप्तवान् ।

मान्त्रिकम् उक्तवान् ,

" शुनकः माम् अनुधावन् अस्ति।
मां बहु पीडयन् अस्ति ।
मम अपेक्षया बलवत्तरः शुनकः।
भयभीतः अहं तु तस्य पुरतः ।
शुनके कृपया मां परिवर्तयतु
स्वामिन् मम प्राणरक्षणं करोतु । "

मान्त्रिकः पुनः मन्त्रोच्चारणं कृत्वा किञ्चित् भस्म तस्य उपरि फुत्कारितवान् । ओह् ! तत्क्षणम् एव मार्जारः शुनकः अभवत् । सः सन्तोषेण 'भौ- भौ ' कुर्वन् बहिः अधावत् ।

शुनकस्य 'भौ- भौ ' श्रुत्वा एका धेनुः तस्य खेटनं कर्तुं प्रारम्भं कृतवती। । भीतः शुनकः कथञ्चित् पुनश्च मान्त्रिकं प्रति धावितवान् ।

तं प्रार्थितवान् ,

" धेनुः माम् अनुधावन्ती अस्ति।
मां बहु पीडयन्ती अस्ति ।
मम अपेक्षया बलवत्तरा धेनुः ।
तस्याः पुरतः भयभीतः अहं तु ।
धेन्वां कृपया मां परिवर्तयतु
स्वामिन् मम प्राणरक्षणं करोतु । "

मान्त्रिकः तस्य प्रार्थनां श्रुत्वा पुनः किञ्चित् भस्म मन्त्रोच्चारणं कृत्वा तस्य उपरि फुत्कारितवान् । तत्क्षणम् एव शुनकः धेनुः अभवत् । सा आनन्देन हम्भारवं कुर्वती बहिः अधावत् ।

धेनोः हम्भारवं श्रुत्वा एकः व्याघ्रः तत्र आगतवान् । धेनुं खादितुं तस्याः उपरि प्लुतवान् । धेनुः कथञ्चित्

दया बाळे कोप्पिकर, न्यू जर्सी

व्याघ्रस्य आक्रमणात् पलायनं कृत्वा मान्त्रिकं प्रति गत्वा उक्तवती,

" व्याघ्रः माम् अनुधावन् अस्ति ।
माम् हन्तुम् इच्छन् अस्ति ।
मम अपेक्षया बलवत्तरः व्याघ्रः ।
भयभीता अहं तु तस्य पुरतः ।
व्याघ्रे कृपया मां परिवर्तयतु
स्वामिन् मम प्राणरक्षणं करोतु । "

मान्त्रिकः तस्य प्रार्थनां श्रुत्वा मन्त्रोच्चारणं कृत्वा किञ्चित् भस्म तस्य उपरि फुत्कारितवान् । तत्क्षणम् एव धेनुः व्याघ्रः अभवत् । अधुना सः परिवर्तित-व्याघ्रः अत्र तत्र पश्यन्, दन्तान् प्रदर्शयन्, पुच्छं यथा तथा परिवृत्य, स्वनखान् दर्शयन् , उच्चैः अगर्जयत् , " अहम् अतीव बुभुक्षितः अस्मि ।

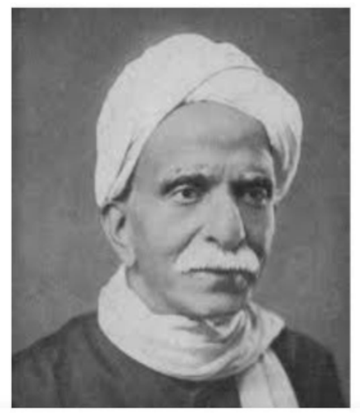
साम्प्रतं तु त्वाम् एव खादामि । "

किन्तु मान्त्रिकः किञ्चित् अपि भयभीतः न जातः। सः उच्चैः पृष्टवान् ," त्वं व्याघ्रः वा मूषिकः ? त्वयि अधुना बलम् आगतम् अतः अहङ्कारं प्रदर्शयसि किम् ? मम अपेक्षया बलवत्तरः जातः किम् ? किञ्चित् तिष्ठ । सम्यक् शिक्षादण्डनं दास्यामि ।"

इति उक्त्वा मुष्टिपूर्णं भस्म गृहीत्वा मन्त्रोच्चारणं कृतवान् । तदनन्तरं " यथा पूर्वं कल्पयेत् , यथा पूर्वं कल्पयेत् , यथा पूर्वं कल्पयेत् " इति त्रिवारम् उक्त्वा व्याघ्रस्य उपरि क्षिप्तवान् ।

ओह् ! तत्क्षणम् एव व्याघ्रः मूषिकः अभवत् , चूं-चूं शब्दं कुर्वन् बहिः अधावत् ।

भोः मम प्रिय बालकाः , मान्त्रिकस्य रक्षणं तु मन्त्रेण एव अभवत् । किन्तु सः मन्त्रः अतीव गोपनीयः । अहम् अपि तं मन्त्रं न जानामि ।



कै. पञ्जे-मङ्गेशरायस्य जन्म चित्रापुर-सारस्वत-कुटुम्बे १८७४ तमे वर्षे बण्टवाल्-ग्रामे जातम् । तस्य मातृपित्रोः नामनी सीतम्मा रामप्पय्या च आस्ताम् । मङ्गेशरायस्य विद्याभ्यासः बण्टवाल-मङ्गलूरु-मद्रासनगरेषु पूर्णः अभवत् । सः स्वचरितं कन्नड-अध्यापन-वृत्त्या प्रारभ्य शाला-निरीक्षकः (इन्सपेक्टर ऑफ् स्कूल्स) इति पदात् निवृत्तः जातः । तस्य रुचिः साहित्य-क्षेत्रे अधिका आसीत् । सः नवोदय-कन्नड-लेखकेषु अग्रेसरः इति मन्यते ।

तस्य कथा-कविता-प्रबन्धादि-साहित्यकृतयः कन्नडभाषायां तथा कोङ्कणीभाषायाम् अपि वर्तन्ते । तेन लिखिता ' नन्न चिक्कताइय उइल् ' (मम मातृस्वसुः मृत्युपत्रम्) नाम्नी कथा कन्नडभाषायाम् अग्रणीलघुकथा इति प्रख्याता ।

१९३४ तमे वर्षे रायचूरनगरे आयोजिते अखिलभारत-कन्नड-साहित्यसम्मेलने तस्य अध्यक्षपदस्य कृते चयनं भूत्वा सः अभिसत्कृतः । सः १९३७ तमे वर्षे दिवङ्गतः ।

पञ्जे-मङ्गेशरायस्य जन्मशताब्देः १९७४ तमे वर्षे वैभवेन आचरणं जातम् । तस्मिन् समये तस्य जन्मस्थाने एकं स्मारकं तथा मङ्गलूरुनगरस्य एकस्य प्रमुखमार्गस्य ' पञ्जे-मङ्गेशराय-मार्गः (PMR Road) ' इति नामकरणम् जातम् ।

योजन-क्रीडा

कामाक्षी बैन्दुर , बेङ्गलूरु

पशु-ध्वन्योः योजनं करोतु-

पशवः	पशुध्वनयः
१) मूषिकः	अ) विरौति
२) शुनकः	आ) आवते
३) मार्जारः	इ) हम्भायते
४) वानरः	ई) हिक्कते
५) भेकः	उ) म्याकरोति
६) व्याघ्रः	ऊ) द्रुपते
७) धेनुः	ए) किचकिचायते
८) अजः	ऐ) गर्जति
९) हरिणः	ओ) रटति
१०) वृषभः	औ) भषते

चित्राणि - सुधा कार्नाड , बेङ्गलूरु

उत्तराणि अन्तिम-पृष्ठे दत्तानि

हास्यकणिका

- सुजाता हळदीपुर , मुम्बई

याचकः - अम्ब ! भोजनार्थं किमपि इच्छामि ।

गृहिणी - भोजनार्थं किञ्चित् विलम्बः अस्ति । पोलिकाः अपि अधुना न सिद्धाः । किञ्चित् प्रतीक्षां कुरु ।

याचकः - प्रतीक्षा ? मम समीपे समयः नास्ति भोः ! भवती एकं कार्यं करोतु । पोलिकाः यदा सिद्धाः भवन्ति तदा वॉटसॅपद्वारा सन्देशं प्रेषयतु । अहं सत्वरम् त्रिचक्रिकया आगमिष्यामि ।

गृहिणी (क्रोधेन) - तस्य किञ्चिदपि आवश्यकता नास्ति । न आगन्तव्यम् । पोलिकायाः चित्रं वॉटसॅपद्वारा एव प्रेषयिष्यामि । हं, प्रचुरमात्रया घृतं स्थापयितुं न विस्मरिष्यामि ।

योगविषये किञ्चित् ...

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

सर्वाङ्गासनम्

विधिः

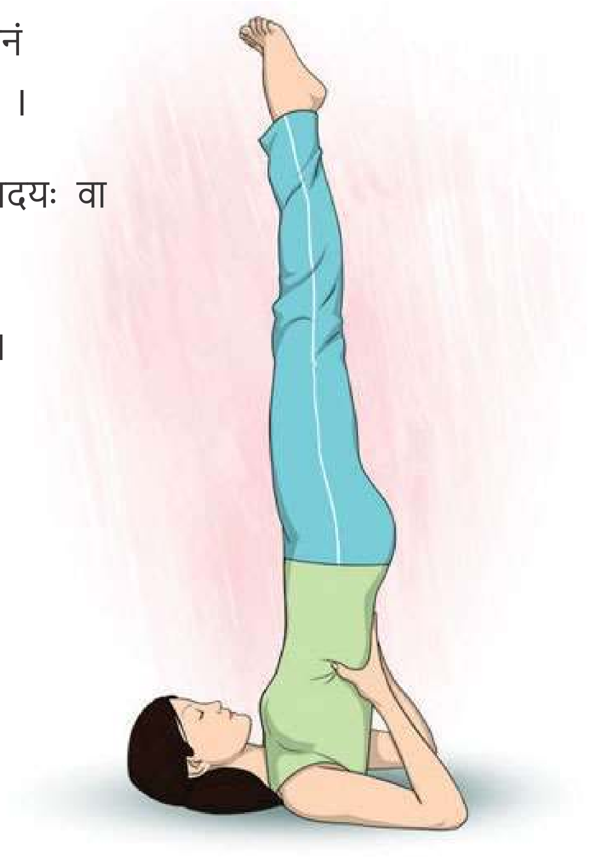
एतदासनार्थम् अस्माभिः प्रथमम् उत्तानशयनं (lying on the back) करणीयम् । हस्तद्वयं शरीरस्य निकटे स्यात् तथा च पादद्वयं परस्परं श्लिष्टं स्यात् । उदरस्य स्नायून् अन्तः समाकृष्य श्लिष्टौ पादौ उपरि उन्नयनीयौ। अनन्तरं पूर्णमेरुदण्डः उपरि नयनीयः । हस्तद्वयेन कट्यै आधारः दातव्यः । प्रायः सम्पूर्णशरीरस्य समलम्बकोनाकृतिः भवेत् इति प्रयत्नः करणीयः। एतस्यामेव स्थितौ यावत्शक्यं तावत् स्थातुम् अभ्यासः करणीयः।

सर्वाङ्गासनस्य लाभाः -

१) शरीरस्य सर्वेषाम् अवयवानां कृते एतदासनं लाभदायकं वर्तते , विशेषतः स्त्रीणां कृते ।

२) पृष्ठसम्बन्धिनः समस्याः वा गर्भाशयविकारादयः वा एतेन आसनेन नियन्त्रयितुं शक्यन्ते ।

३) काकलसम्बन्धित-विकाराः न्यूनाः भवन्ति ।



विशेष-सूचना -

येषु ग्रीवादोषः वर्तते तैः वैद्यानां निर्देशानुसारं योगज्ञस्य पुरतः एव एतदासनं करणीयम् । रजस्वला-महिलाभिः एतदासनं न करणीयम्।

अस्माकं माता गृहम् आगता...

- ललिता अमलाडी , पुण्यनगरी

अहं कोल्लूर-मूकाम्बिकायाः विषये एकां रमणीयां परं सत्यकथां कथयितुमिच्छामि, या मम कृते अतीव प्रिया अस्ति।

प्रायः ३०० वर्षपूर्वं घटिता एषा घटना । पुरातनकाले एकं विशेषं पात्रं भवति स्म यस्मिन् शिशूनां कृते लाजपेया(अन्नोदकं) पच्यते स्म । पात्रे उपयोक्तुम् एका अयोदर्विः (लघुदण्डः) अपि भूयते स्म । मम प्रपितामहस्य गृहे अपि ईदृशं पात्रम् आसीत्।

कालक्रमेण पात्रे छिद्रम् अभवत् । पात्रस्य समीकरणार्थं मम प्रपितामहः एकं लोहकारम् आहूतवान् , तम् उक्तवान् एतत् पात्रं सम्यक् कृत्वा शीघ्रं ददातु इति।

यदा लोहकारः पात्रस्योपरि कार्यं कर्तुम् आरब्धवान् तदा सः पात्रे एकं मुखं, नेत्रद्वयं कर्णौ च दृष्टवान् । किम् अभवत् इति सः ज्ञातुं न शक्तवान् । तेन कार्यं तत्रैव स्थगितम् । परं पुनः यदा सः कार्यम् आरब्धवान् तदा सः तदेव दृश्यं दृष्टवान् । आश्चर्यं तथा भयम् अनुभूय सः निद्रामपि कर्तुं न शक्तवान् । सः चिन्तितवान् यत् श्वः एव पात्रस्य स्वामिनं मिलित्वा सर्वं वक्तव्यम् ।

तस्मिन् दिवसे एव मम प्रपितामहेन एकं सुन्दरं स्वप्नं दृष्टम् । स्वप्ने कोल्लूर- मूकाम्बिका प्रकटिता। सा उक्तवती यत् सा सवनाल-कुटुम्बस्य जनैः सह उषितुम् इच्छति अतः तस्यै स्वीकरणीयम् । एवम् उक्त्वा सा अन्तर्धाना भूता ।

प्रातःकाले लोहकारः सवनाल-कुटुम्बस्य गृहम् आगत्य मम प्रपितामहं पात्रस्य घटनायाः विषये सर्वम् उक्तवान् । मम प्रपितामहः तत्क्षणं ज्ञातुं शक्तवान् यत् पात्रे प्रकटितं मुखं देव्याः एव आसीत् इति। अतः सः लोहकारम् उक्तवान् ," चिन्ता मास्तु, पात्रं प्रतिददातु " इति । लोहकारतः पात्रं भक्त्या हर्षोल्लासेन स्वीकृत्य मम प्रपितामहः देवीमुखपात्रं स्वगृहे देवमण्टपे स्थापितवान् । परं तत् पात्रं दण्डेन सह कथं सम्यक् स्थापयितुं शक्यते इति चिन्तयन् आसीत् । तदा एव तत्र एकः भिक्षुकः आगतवान् । भिक्षुकस्य हस्ते एकं दीर्घं पात्रम् आसीत् । तत् दृष्ट्वा मम प्रपितामहः तस्मात् तं पात्रं याचितवान् । तस्मिन् पात्रे यदा दण्डं स्थापितवान् तदा देवीमुखपात्रं सम्यक् स्थिरं भूतम् । भिक्षुकाय धनं , नारिकेलफलादीनि दत्तवान् । ईदृशम् अस्माकं प्रपितामहस्य गृहे मूकाम्बिका-देव्याः आगमनम् अभवत् ।

ततः प्रतिदिनं देवीपूजनं भवति स्म । कालक्रमेण पित्रा देव्याः कृते रजत-शाटिका, मुखं, कवचम् इत्यादीनि अलङ्काराणि रचितानि ।

मम जनकः सवनाल भवानीशङ्करः ६२ वर्षेभ्यः अधिकं कालं स्वगृहे स्थापितदेव्याः भक्त्या पूजां कुर्वन् आसीत् । देव्याः सर्वेषाम् उत्सवानामपि आचरणं भवद् आसीत् । गतवर्षतः अस्माकं सर्वाः कुटुम्बदेवताः शिराली मठे सन्ति । गुरुवर्याणाम् आशीर्वादेनैव एतत् सर्वं शक्यम् अभवत् ।

रुचिरा

शिग्रुपत्राणां भर्जकानि

– पाककृतिः - काञ्चन मण्णिगे

– अनुवादः - श्रीकला कौशिक

अपेक्षिताः सामग्र्यः -

१) शिग्रुपत्राणि (drumstick leaves) - आवश्यकतानुसारम् ।

२) तण्डुलाः - अर्धचषकपरिमिताः ।

३) द्विदलम् - अर्धचषकपरिमितम् ।

४) आघर्षितनारिकेलः - ३/४ चषकपरिमितः ।

५) तिन्त्रिणी - स्वादानुसारम् ।

६) गुडः - आवश्यकतानुसारम् ।

७) रक्तमरीचिका - ६/७

८) हरिद्रा - चमसमात्रम् ।

९) हिङ्गुः - स्वादानुसारम् ।

१०) लवणं - स्वादानुसारम् ।

११) भर्जनार्थं तैलं, रन्ध्रदर्वी

कृतिः -

समीचीनतया प्रक्षाल्य शुष्कीकृत्य शिग्रुपत्राणां कर्तनं करणीयम् । होरा-चतुष्टयं यावत् जले निमज्ज्य शोषितौ तण्डुलद्विदलौ मिश्रणपात्रे संस्थाप्य तस्मिन् आघर्षितं नारिकेलं, गुडं , तिन्त्रिणीं , रक्तमरीचिकां च निक्षिप्य पेषणचूर्णं वा पिष्टं करणीयम् । कर्तितेषु शिग्रुपत्रेषु लवणं हिङ्गुं पिष्टचूर्णं च संस्थाप्य लघु-वटकानि कृत्वा मन्दाग्नौ तप्ततैले भर्जनं करणीयम् ।

वर्षर्तुसमये तिन्त्रिण्युपसेचनेन सह भर्जकखादनं तु तेजस्करम् ।

शिग्रुपत्राणाम् ओषधिगुणाः -

शिग्रुपत्रशाकं रुच्यं वातकफापहम् ।
कटूष्णं दीपनं च कृमिघ्नं पाचनं परम् ॥

सूक्तिः

मनस्वी कार्यार्थी
न गणयति दुःखं
न च सुखम् ।

उपनिषद्विचारः

– कृष्णानन्द मङ्कीकर , मुम्बई

गीर्वाणपत्रिकायाः प्रस्तुतसंस्करणादारभ्य, आगामिनि संस्करणेषु वयम् उपनिषद्विषये किञ्चित् विचारं करिष्यामः। उपनिषद्विचारः अतीवः गहनः एव । किन्तु, वयम् एकं गवाक्षम् उद्घाटयामः यस्मात् गवाक्षात् यत्किञ्चित् दृष्टिपथम् आगच्छति तदनुभूय वाचकाः एतस्मिन् विषये अधिकतरां रुचिं प्राप्नुयुः इत्यपेक्षा । वयम् अस्माकं गुरून् उद्दिश्य स्तुमः " ईश्वरान् वेद-वेदाङ्ग-वेदान्त ज्ञानिनां धुरि " इति । इत्यत्र वेदाः चत्वारः, वेदाङ्गानि षट्, तथा 'वेदान्त' इत्यनेन शब्देन उपनिषदः अभिधीयन्ते । उपनिषदः वेदानामन्ते ग्रथिताः तस्माद्वेदान्त इति नाम । उपनिषत् इत्यस्य विवरणम् " उप + नि + सद् " 'समीपे उपविश' इति । अन्तेवासिनः (शिष्याः) गुरुवर्याणां समीपम् उपविशन्तः ज्ञानं गृह्णन्ति स्म । अत्र उपनिषदि यज्ज्ञानम् प्रतिपादितं तस्य विचारः तथा समीचीनं ग्रहणं गुरोः उपदेशेन विना अशक्यम् इति भावः ।

किंविधं ज्ञानम् उपनिषदि ? वेदेषु प्रायः कर्मविषयकं विवेचनम् । उपनिषदि तु आत्म-परमात्मयोः परस्परसम्बन्धविषयः परिचर्चितः। आत्मैव परमात्मा इति प्रतिपादितम् । "तत्त्वमसि", "अहं ब्रह्मास्मि", "अयमात्मा ब्रह्म", तथा "प्रज्ञानं ब्रह्म" इति चत्वारि महावाक्यानि उपनिषदि उक्तानि। " ...एते मन्त्राः आत्मनो याथात्म्य-प्रकाशनेन आत्मविषयकं स्वाभाविकम् अज्ञानं निवर्तयन्तः..." इति भगवत्पादवचनम् ईशावास्योपनिषद्भाष्ये कृतमस्ति यत् अन्योपनिषद्विषयेऽपि यथार्थत्वेन द्रष्टव्यम् । " नायमात्मा बलहीनेन लभ्यो" इति मुण्डकोपनिषदि तथा च कठोपनिषदि "नायमात्मा प्रवचनेन लभ्यो न मेधया न बहुना श्रुतेन । यमेवैष वृणुते तेन लभ्यस्तस्यैष आत्मा विवृणुते तनूं स्वाम्" । इति अनेकानि वचनानि औपनिषदिकानि । "न हि ज्ञानेन सदृशं पवित्रमिह विद्यते" इत्युक्तं भगवता गीतायाम् । तथैव कथमिदं ज्ञानं प्राप्तव्यम् अस्माभिः इत्यस्य समीचीनः ऊहापोहः कृतः उपनिषदि । वेदाः प्राचीनाः किल । तथैव उपनिषदः । कालान्तरेण उपनिषदि विवक्षितः विषयः कठिनः तथा भाषा अपि क्लिष्टा अभूत् । एतस्य समाधानार्थं भगवत्पादादिभिः मुनिवर्यैः भाष्यग्रन्थाः रचिताः । अधुनापि अर्वाचीनाः विद्वांसः उपनिषन्मीमांसायां प्रवीणाः अर्थान् विविधतया प्रकटीकुर्वन्ति ।

कर्म कर्तव्यसिद्धं, भक्तिः भगवत्तुष्ट्यर्थमेको मोक्षोपायः, किन्तु ज्ञानं तु उभयोः पुष्ट्यर्थमिति विचार्य, कर्मभक्तिज्ञानत्रयीमार्गेण मुमुक्षुभिः ध्येयसिद्धिः कर्तव्या ।

मुक्तिकोपनिषदि १०८ उपनिषदः निगदिताः । तासामपि १० उपनिषदामुपरि (केचित् ११ इति वदन्ति), भगवत्पादैः भाष्यरूपेण व्याख्या कृता । भगवत्पादानां भाष्यनिर्वचनं मुमुक्षुभिः यथाशक्ति पठितव्यम्, अभ्यासितव्यं निदिध्यासितव्यं च ।

गीर्वाणपत्रिकायाः आगामिनिसंस्करणेषु, केषुचित् मुख्योपनिषत्सु विवृतविषयान् क्रमशः संक्षेपेण पश्यामः । इत्यलम् ।

शुभं भवतु ।

चायस्तोत्रम्

मूलकवितास्रोतः - महाजालम्
अनुवादः - नारायण शिराली , ठाणे

श्रमालस्यमहानिद्रे चायः संहरति क्षणे ।
मुखं प्रभाते प्रक्षाल्य पीत्वा प्रमुदिता जनाः ॥

प्रियमात्रा प्रदत्तोऽयं मुखचुम्बनसदृशः ।
स्नानादनन्तरं पीतः चैतन्यं प्रददाति सः ॥

नीमयुक्तो विना दुग्धम् अरुचिः पित्तशामकः ।
शर्करया विहीनो न बाधते मधुमेहिनम् ॥

शीतज्वरं शिरःशूलं नासिकां फुर्फुरायतीम् ।
चायतृणाद्रकायुक्तो विकारान् हन्ति सत्वरम् ॥

प्राशने भोजनात् पूर्वं मन्दाग्निः पित्तशामकः ।
पाचितोऽ स्तु पुनः पुनः टॅनिन-विषकारकः ॥

स्वागतमाप्तमित्राणां विना चायं कथं भवेत् ।
समागतमपूर्वद्यौः श्रेष्ठतमममृतं भुवि ॥

सारूप्यं खलु

- दुर्गा कुम्टा , मुम्बई

चार्ली-चॅप्लिनं कः न जानाति? मूकचलच्चित्राणां दिनानि आसन् ते । चार्लीमहोदयः विश्वविख्यातः तु आसीदेव तस्य बहुगुणि-व्यक्तित्वेन किन्तु लोकप्रियतायाः उच्चशिखरमपि प्राप्तमासीत् तेन । देदीप्यमानयशसा तस्य कीर्तिः मण्डिता किल ? परन्तु जनानां हृदयेषु विशेषस्थाने सः विराजितः आसीत् - अनभिषिक्तः राजा इव । एतं सर्वं विचिन्त्य एकः आयोजकः एकां स्पर्धाम् आयोजितवान् । स्पर्धायाः घोषणा जाता " सन्दृश्यतां चार्ली-चॅप्लिनः इव " ।

ओहोहो ! अनपेक्षितः भृशं सहभागः कृतः जनैः। प्रत्येकस्य प्रस्तुतीकरणं चॅप्लिनस्य वैशिष्ट्यपूर्णं चलनं गमनं हस्तचालनं मुखभावं च तस्य वेशभूषादि- सर्वं यथार्थतः आसीत् । कीदृशं साधर्म्यं ननु !! परीक्षकाः अपि विस्मिताः अभवन् । स्पर्धायाः विजेता कः इति उद्घोषणा तु करणीया एव। उत्कण्ठिताः सर्वे अधीराः भूत्वा निर्णयस्य प्रतीक्षां कुर्वन्तः आसन् ।

निर्णयस्य क्षणः तु परीक्षकाणां कृते अतीव कठिनः प्रसङ्गः धर्मसङ्कटमिव आसीत् । अतीव गहनालोचनायाः अन्ते निर्णयः घोषितः । जानन्ति वा ? चार्ली- चॅप्लिनेन अपि अस्यां स्पर्धायां सहभागः कृतः किन्तु सर्वे अनभिज्ञाः एव आसन् एतस्य विषये । प्रथमक्रमाङ्कः केन प्राप्तः इति न महत्वपूर्णं , किन्तु सर्वेषां हृदयसम्राट् - वराकः चार्ली-चॅप्लिनः सप्तमस्थानं प्राप्तवान् ।एतदेव अस्ति वा खलु सारूप्यम् ?

उत्तराणि

योजन-क्रीडा (१-ए) , (२-औ) , (३-उ) , (४-ऊ) , (५-ओ), (६-ऐ) , (७-इ) , (८-आ) , (९-ई) , (१०-अ)

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