श्रीहरिः

ब्रह्मचर्य और संध्या-गायत्री

जयदयाल गोयन्दका

मूल्य बीस पैसे

Ac. Gunratnasuri MS
Jin Gun Aradhak Trust

श्रीहरिः

ब्रह्मचर्य और संध्या-गायत्री

गीताप्रेस, गोरखपुर

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

मुद्रक तथा प्रकाशक
मोतीलाल जालान
गीताप्रेस, गोरखपुर

सं० २०२५ प्रथम संस्करण १०,०००

मूल्य बीस पैसे

पता—गीताप्रेस, पो० गीताप्रेस (गोरखपुर)

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

॥ श्रीहरिः ॥

निवेदन

वर्तमान धर्म-विरोधी वातावरण तथा धर्महीन शिक्षा आदि कारणोंसे लोग ब्रह्मचर्यके महत्त्वको भूलकर यथेच्छाचारी बने जा रहे हैं और द्विजातिके लोग भी संध्योपासना तथा गायत्री-जप आदि अनिवार्य रूपसे आवश्यक नित्यकर्मका परित्याग कर पतित हुए जा रहे हैं, इस दुःस्थितिमें किसी अंशमें रक्षा हो, इसी उद्देश्यसे 'ब्रह्मचर्य और संध्या-गायत्री'पर परम श्रद्धेय ब्रह्मलीन श्रीजयदयालजी गोयन्दकाके लेखोंका संग्रह इस छोटी-सी पुस्तिकाके रूपमें प्रकाशित किया जा रहा है। पाठक इससे स्वयं लाभ उठावें तथा दूसरोंमें इन भावोंके प्रचारके लिये प्रयास करें—यह नम्र निवेदन है।

विनीत—हनुमानप्रसाद पोद्दार

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

॥ श्रीहरिः ॥

विषय-सूची

विषय				पृष्ठ-संख्या
१—ब्रह्मचर्य	...	...	...	१
२—ब्रह्मचर्यकी आवश्यकता	...	...	...	१४
३—संध्या-गायत्रीका महत्त्व	...	...	...	३०

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

श्रीहरिः

ब्रह्मचर्य और संध्या-गायत्री

ब्रह्मचर्य

ब्रह्मचर्यका यौगिक अर्थ है—ब्रह्मकी प्राप्तिके लिये वेदोंका अध्ययन करना। प्राचीन कालमें छात्रगण ब्रह्मकी प्राप्तिके लिये गुरुके यहाँ रहकर सावधानीके साथ वीर्यकी रक्षा करते हुए वेदाध्ययन करते थे। इसलिये धीरे-धीरे 'ब्रह्मचर्य' शब्द वीर्यरक्षाके अर्थमें रूढ़ हो गया। आज हमें इसी वीर्यरक्षाके सम्बन्धमें कुछ विचार करना है। वीर्यरक्षा ही जीवन है और वीर्यका नाश ही मृत्यु है। वीर्यरक्षाके प्रभावसे ही प्राचीन कालके लोग दीर्घजीवी, नीरोग, हृष्ट-पुष्ट, बलवान्, बुद्धिमान्, तेजस्वी, शूरवीर और दृढ़संकल्प होते थे। वीर्यरक्षाके कारण ही वे शीत, आतप, वर्षा आदिको सहकर नाना प्रकारके तप करनेमें समर्थ होते थे। ब्रह्मचर्यके बलसे ही वे प्राणवायुको रोककर शरीर और मनकी शुद्धिके द्वारा नाना प्रकारके योग-साधनोंमें सफलता प्राप्त करते थे। ब्रह्मचर्यके बलसे ही वे थोड़े ही समयमें नाना प्रकारकी विद्याओंको सीखकर अपने ज्ञानके द्वारा अपना और जगत्का लौकिक एवं पारमार्थिक—दोनों प्रकारका

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

कल्याण करनेमें समर्थ होते थे। शरीरमें सार वस्तु वीर्य ही है। इसीके नाशसे आज हमारा देश रसातलको पहुँच गया है। ब्रह्मचर्यके नाशके कारण ही आज हमलोग नाना प्रकारकी बीमारियोंके शिकार हो रहे हैं, थोड़ी ही अवस्थामें कालके गालमें जा रहे हैं। इसीके कारण आज हमलोग अपने बल, तेज, वीरता और आत्म-सम्मानको खोकर पराधीनताकी बेड़ीमें जकड़े हुए हैं और जो हमारा देश किसी समय विश्वका सिरमौर और सभ्यताका उद्गमस्थान बना हुआ था, वही आज दूसरोंके द्वारा लाञ्छित और पददलित हो रहा है। विद्या-बुद्धि, बल-वीर्य, कला-कौशल—सबमें आज हम पिछड़े हुए हैं। इसीके कारण आज हम चरित्रसे भी गिर गये हैं। सारांश यह है कि किसी भी बातको लेकर आज हम संसारके सामने अपना मस्तक ऊँचा नहीं कर सकते। वीर्यका नाश ही हमारी इस गिरी हुई दशाका एक प्रधान कारण मालूम होता है। वीर्यके नाशसे शरीर, बल, तेज, बुद्धि, धन, मान, लोक, परलोक—सबकी हानि होती है। परमात्माकी प्राप्ति तो वीर्यकी रक्षा न करनेवालेसे कोसों दूर रहती है।

ब्रह्मचर्यके बिना कोई भी कार्य सिद्ध नहीं होता। रोगसे मुक्त होनेके लिये, स्वास्थ्यलाभके लिये, बल-बुद्धिके विकासके लिये, विद्याभ्यासके लिये तथा योगाभ्यासके लिये तो ब्रह्मचर्यकी बड़ी भारी आवश्यकता है। उत्तम संतानकी प्राप्ति, स्वर्गकी प्राप्ति, सिद्धियोंकी प्राप्ति, अन्तःकरणकी शुद्धि तथा परमात्माकी प्राप्ति—ब्रह्मचर्यसे सब कुछ सम्भव है और ब्रह्मचर्यके बिना कुछ भी नहीं हो सकता।

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

सांख्ययोग, ज्ञानयोग, भक्तियोग, राजयोग, हठयोग—सभी साधनोंमें ब्रह्मचर्यकी आवश्यकता होती है। अतः लोक-परलोकमें अपना हित चाहनेवालेको बड़ी सावधानी एवं तत्परताके साथ वीर्यरक्षाके लिये चेष्टा करनी चाहिये।

सब प्रकारके मैथुनके त्यागका नाम ही ब्रह्मचर्य है। मैथुनके निम्नलिखित प्रकार शास्त्रोंमें कहे गये हैं—

(१) *स्मरण*—किसी सुन्दर युवती स्त्रीके रूप-लावण्य अथवा हाव, भाव, कटाक्ष एवं शृङ्गारका स्मरण करना, कुत्सित पुरुषोंकी कुत्सित क्रियाओंका स्मरण करना, अपने द्वारा पूर्वमें घटी हुई मैथुन आदि क्रियाका स्मरण करना, भविष्यमें किसी स्त्रीके साथ मैथुन करनेका सङ्कल्प अथवा भावना करना, माला, चन्दन, इत्र, फुलेल, लैवेंडर आदि कामोद्दीपक एवं शृङ्गारके पदार्थोंका स्मरण करना, पूर्वमें देखे हुए किसी सुन्दर स्त्री अथवा बालकके चित्रका अथवा अश्लील चित्रका स्मरण करना—ये सभी मानसिक मैथुनके अन्तर्गत हैं। इनसे वीर्यका प्रत्यक्ष अथवा अप्रत्यक्षरूपमें नाश होता है और मनपर तो बुरा प्रभाव पड़ता ही है। मन खराब होनेसे आगे चलकर वैसी क्रिया भी घट सकती है। इसलिये सर्वाङ्गमें ब्रह्मचर्यका पालन करनेवालेको चाहिये कि वह उक्त सभी प्रकारके मानसिक मैथुनका त्याग कर दे। जिससे मनमें कामोद्दीपन हो ऐसा कोई सङ्कल्प ही न करे और यदि हो जाय तो उसका तत्काल विवेक एवं विचारके द्वारा त्याग कर दे।

(२) *श्रवण*—गंदे तथा कामोद्दीपक एवं शृङ्गाररसके गानोंको सुनना, शृङ्गाररसका गद्य-पद्यात्मक वर्णन सुनना, स्त्रियोंके रूप-

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

लावण्य तथा अङ्गोंका वर्णन सुनना, उनके हाव-भाव, कटाक्षका वर्णन सुनना, कामविषयक बातें सुनना आदि—ये सभी श्रवणरूप मैथुनके अन्तर्गत हैं। ब्रह्मचारीको चाहिये कि वह उक्त सभी प्रकारके श्रवणका त्याग कर दे।

(३) कीर्तन—अश्लील बातोंका कथन, शृङ्गाररसका वर्णन, स्त्रियोंके रूप-लावण्य, यौवन एवं शृङ्गारकी प्रशंसा तथा उनके हाव, भाव, कटाक्ष आदिका वर्णन, विलासिताका वर्णन, कामोद्दीपक अथवा गंदे गीत गाना तथा ऐसे साहित्यको स्वयं पढ़ना और दूसरोंको सुनाना तथा कथा आदिमें ऐसे प्रसंगोंको विस्तारके साथ कहना—ये सभी कीर्तनरूप मैथुनके अन्तर्गत हैं। ब्रह्मचारीको चाहिये कि वह इन सबका त्याग कर दे।

(४) प्रेक्षण—स्त्रियोंके रूप-लावण्य, शृङ्गार तथा उनके अङ्गोंकी रचनाको देखना, किसी सुन्दरी स्त्री अथवा सुन्दर बालकके रूप या चित्रको देखना, नाटक-सिनेमा देखना, कामोद्दीपक वस्तुओं तथा सजावटके सामानको देखना, दर्पण आदिमें अपना रूप तथा शृङ्गार देखना—यह सभी प्रेक्षणरूप मैथुनके अन्तर्गत हैं। ब्रह्मचारीको चाहिये कि वह जान-बूझकर तो इन वस्तुओंको देखे ही नहीं; यदि भूलसे इनपर दृष्टि पड़ जाय तो इन्हें स्वप्नवत्, मायामय, नाशवान् एवं दुःखरूप समझकर तुरंत इनपरसे दृष्टि हटा ले, दृष्टिको इनपर ठहरने न दे।

(५) केलि—स्त्रियोंके साथ हँसी-मजाक करना, खेल खेलना, नाचना-गाना, आमोद-प्रमोदके लिये क्लब वगैरहमें जाना, जलविहार करना, फाग खेलना, गंदी चेष्टाएँ करना, स्त्रीसङ्ग करना आदि—ये सभी केलिरूप

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

मैथुनके अन्तर्गत हैं। ब्रह्मचारीको इन सबका सर्वथा त्याग कर देना चाहिये।

(६) *शृङ्गार*—अपनेको सुन्दर दिखलानेके लिये बाल सँवारना, कंघी करना, काकुल रखना, शरीरको वस्त्राभूषणादिसे सजाना, इत्र, फुलेल, लैवेंडर आदिका व्यवहार करना, फूलोंकी माला धारण करना, अङ्गराग लगाना, सुरमा लगाना, उबटन करना, साबुन-तेल लगाना, पाउडर लगाना, दाँतोंमें मिस्सी लगाना, दाँतोंमें सोना जड़वाना, शौकके लिये बिना आवश्यकताके चश्मा लगाना, होठ लाल करनेके लिये पान खाना—यह सभी शृङ्गारके अन्तर्गत है। दूसरोंके चित्तको आकर्षण करनेके उद्देश्यसे किया हुआ सभी प्रकारका शृङ्गार कामोद्दीपक, अतएव मैथुनका अङ्ग होनेके कारण ब्रह्मचारीके लिये सर्वथा त्याज्य है। कुमारी कन्याओं, बालकों, विधवाओं, संन्यासियों एवं वानप्रस्थोंको तो उक्त सभी प्रकारके शृङ्गारसे सर्वथा बचना चाहिये। विवाहित स्त्री-पुरुषोंको भी ऋतु-कालमें सहवासके समयके अतिरिक्त और समयमें इन सभी शृङ्गारोंसे यथासम्भव बचना चाहिये।

(७) *गुह्यभाषण*—स्त्रियोंके साथ एकान्तमें अश्लील बातें करना, उनके रूप-लावण्य, यौवन एवं शृङ्गारकी प्रशंसा करना, हँसी-मजाक करना—यह सभी गुह्यभाषणरूप मैथुनके अन्तर्गत है। अतएव ब्रह्मचारीके लिये सर्वथा त्याज्य है।

(८) *स्पर्श*—कामबुद्धिसे किसी स्त्री अथवा बालकका स्पर्श करना, चुम्बन करना, आलिङ्गन करना, कामोद्दीपक पदार्थोंका स्पर्श

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

करना आदि यह सभी स्पर्शरूप मैथुनके अन्तर्गत है; अतएव ब्रह्मचर्यव्रतका पालन करनेवालेके लिये त्याज्य है।

उपर्युक्त बातें पुरुषोंको लक्ष्यमें रखकर ही कही गयी हैं। स्त्रियोंको भी पुरुषोंके सम्बन्धमें ठीक यही बात समझनी चाहिये। पुरुषोंको परस्त्रीके साथ और स्त्रियोंको परपुरुषके साथ तो इन आठों प्रकारके मैथुनका त्याग हर हालतमें करना ही चाहिये, ऐसा न करनेवाले महान् पापके भागी होते हैं और इस लोकमें तथा परलोकमें महान् दुःख भोगते हैं। गृहस्थोंको अपनी विवाहिता पत्नीके साथ (स्त्रीको अपने विवाहित पतिके साथ) भी ऋतुकालकी अनिन्दित रात्रियोंको छोड़कर शेष समयमें उक्त आठों प्रकारके मैथुनसे बचना चाहिये। ऐसा करनेवाले गृहस्थ होते हुए भी ब्रह्मचारी हैं। बाकी तीन आश्रमवालों तथा विधवा स्त्रियोंके लिये तो सभी अवस्थाओंमें उक्त आठों प्रकारके मैथुनका त्याग सर्वथा अनिवार्य है।

परमात्मप्राप्तिके उद्देश्यसे किये गये उपर्युक्त ब्रह्मचर्यके पालनमात्रसे मनुष्यका कल्याण हो सकता है, यह बात भगवान् श्रीकृष्णने गीताके आठवें अध्यायके ११ वें श्लोकमें कही है। भगवान् कहते हैं—

यदक्षरं वेदविदो वदन्ति
विशन्ति यद्यतयो वीतरागाः।
यदिच्छन्तो ब्रह्मचर्यं चरन्ति
तत्ते पदं संग्रहेण प्रवक्ष्ये॥

'वेदके जाननेवाले विद्वान् जिस सच्चिदानन्दघनरूप परम पदको अविनाशी कहते हैं, आसक्तिरहित यत्नशील संन्यासी महात्माजन जिसमें प्रवेश करते हैं और जिस परमपदको चाहनेवाले ब्रह्मचारी

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

लोग ब्रह्मचर्यका आचरण करते हैं, उस परम पदको मैं तेरे लिये संक्षेपमें कहूँगा ।'

कठोपनिषद्में भी इस श्लोकसे मिलता-जुलता मन्त्र आया है—

सर्वे वेदा यत्पदमामनन्ति
तपाꣳसि सर्वाणि च यद्वदन्ति ।
यदिच्छन्तो ब्रह्मचर्यं चरन्ति
तत्ते पदꣳ संग्रहेण ब्रवीम्योमित्येतत् ॥
(१ । २ । १५)

'सारे वेद जिस पदका वर्णन करते हैं, समस्त तपोंको जिसकी प्राप्तिका साधन बतलाते हैं तथा जिसकी इच्छा रखनेवाले ब्रह्मचारी ब्रह्मचर्यका पालन करते हैं, उस पदको मैं तुम्हें संक्षेपसे बताता हूँ—'ओम्' यही वह पद है ।'

उक्त दोनों ही मन्त्रोंमें परमपदकी इच्छासे ब्रह्मचर्यके पालनकी बात आयी है । इससे यह स्पष्ट हो जाता है कि परमात्माकी प्राप्तिके उद्देश्यसे किये गये ब्रह्मचर्यके पालनमात्रसे मनुष्यका कल्याण हो सकता है । क्षत्रियकुलचूडामणि वीरवर भीष्मकी जो इतनी महिमा है, वह उनके अखण्ड ब्रह्मचर्य-व्रतको लेकर ही है । इसीके कारण उनका 'भीष्म' नाम पड़ा और इसीके प्रतापसे उन्हें अपने पिता शान्तनुसे इच्छामृत्युका वरदान मिला, जिसके कारण वे संसारमें अजेय हो गये । यही कारण था कि वे सहस्रबाहु-जैसे अप्रतिम योद्धाकी भुजाओंका छेदन करनेवाले तथा इक्कीस बार पृथ्वीको निःक्षत्रिय कर देनेवाले महाप्रतापी परशुरामसे भी नहीं हारे । इतना ही नहीं, परात्पर भगवान् श्रीकृष्णको भी इनके कारण महाभारत-

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

युद्धमें शस्त्र ग्रहण करना पड़ा। उनकी यह सब महिमा ब्रह्मचर्यके ही कारण थी। वे भगवान्‌के अनन्य भक्त, आदर्श पितृभक्त तथा महान् ज्ञानी एवं शास्त्रोंके ज्ञाता भी थे; परंतु उनकी महिमाका प्रधान कारण उनका आदर्श ब्रह्मचर्य ही था। इसीके कारण वे अपने अस्त्रविद्याके गुरु भगवान् परशुरामके कोपभाजन हुए, परंतु विवाह न करनेका अपना हठ नहीं छोड़ा। धन्य ब्रह्मचर्य! भक्त-श्रेष्ठ हनुमान्, सनकादि मुनीश्वर, महामुनि शुकदेव तथा बाल-खिल्यादि ऋषि भी अपने ब्रह्मचर्यके लिये प्रसिद्ध हैं।

ब्रह्मचर्यकी रक्षासे लाभ और उसके नाशसे हानियाँ

ब्रह्मचर्यकी रक्षासे शरीरमें बल, तेज, उत्साह एवं ओजकी वृद्धि होती है; शीत, उष्ण, पीड़ा आदि सहन करनेकी शक्ति आती है, अधिक परिश्रम करनेपर भी थकावट कम आती है, प्राणवायुको रोकनेकी शक्ति आती है, शरीरमें स्फूर्ति एवं चेतना रहती है, आलस्य तथा तन्द्रा कम आती है, बीमारियोंके आक्रमणको रोकनेकी शक्ति आती है, मन प्रसन्न रहता है, कार्य करनेकी क्षमता प्रचुर मात्रामें रहती है, दूसरेके मनपर प्रभाव डालनेकी शक्ति आती है, संतान दीर्घायु, बलिष्ठ एवं स्वस्थ होती है, इन्द्रियाँ सबल रहती हैं, शरीरके अङ्ग-प्रत्यङ्ग सुदृढ़ रहते हैं, आयु बढ़ती है, वृद्धावस्था जल्दी नहीं आती, शरीर स्वस्थ एवं हलका रहता है, स्मरणशक्ति बढ़ती है, बुद्धि तीव्र होती है, मन बलवान् होता है, कायरता नहीं आती, कर्तव्यकर्म करनेमें अनुत्साह नहीं होता, बड़ी-से-बड़ी विपत्ति आनेपर भी धैर्य नहीं छूटता, कठिनाइयों एवं विघ्न-बाधाओंका वीरता-

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

पूर्वक सामना करनेकी शक्ति आती है, धर्मपर दृढ़ आस्था होती है, अन्तःकरण शुद्ध रहता है, आत्मसम्मानका भाव बढ़ता है, दुर्बलोंको सतानेकी प्रवृत्ति कम होती है, क्रोध, ईर्ष्या, द्वेष आदिके भाव कम होते हैं, क्षमाका भाव बढ़ता है, दूसरोंके प्रति सहिष्णुता तथा सहानुभूति बढ़ती है, दूसरोंका कष्ट दूर करने तथा दीन-दुखियोंकी सेवा करनेका भाव बढ़ता है, सत्त्वगुणकी वृद्धि होती है, वीर्यमें अमोघता आती है, परस्त्रीके प्रति मातृभाव जाग्रत् होता है, नास्तिकता तथा निराशाके भाव कम होते हैं, असफलतामें भी विषाद नहीं होता, सबके प्रति प्रेम एवं सद्भाव रहता है तथा सब-से बढ़कर भगवत्प्राप्तिकी योग्यता आती है, जो मनुष्य-जीवनका चरम फल है, जिसके लिये यह मनुष्यदेह हमें मिला है।

इसके विपरीत ब्रह्मचर्यके नाशसे मनुष्य नाना प्रकारकी बीमारियोंका शिकार हो जाता है, शरीर खोखला हो जाता है, थोड़ा-सा भी परिश्रम अथवा कष्ट सहन नहीं होता; शीत, उष्ण आदिका प्रभाव शरीरपर बहुत जल्दी होता है, स्मरणशक्ति कमजोर हो जाती है, संतान उत्पन्न करनेकी शक्ति नष्ट हो जाती है, संतान होती भी है तो दुर्बल एवं अल्पायु होती है, मन अत्यन्त दुर्बल हो जाता है, सङ्कल्पशक्ति कमजोर हो जाती है, स्वभाव चिड़चिड़ा हो जाता है, जरा भी प्रतिकूलता सहन नहीं होती, आत्मविश्वास कम हो जाता है, काम करनेमें उत्साह नहीं रहता, शरीरमें आलस्य छाया रहता है, चित्त सदा सशङ्कित रहता है, मनमें विषाद छाया रहता है, कोई भी नया काम हाथमें लेनेमें भय मालूम होता है, थोड़े-से भी मानसिक परिश्रमसे दिमागमें थकान

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

आ जाती है, बुद्धि मन्द हो जाती है, अधिक सोचनेकी शक्ति नहीं रहती; असमयमें ही वृद्धावस्था आ घेरती है और थोड़ी ही अवस्थामें मनुष्य कालके गालमें चला जाता है, चित्त स्थिर नहीं हो पाता, मन और इन्द्रियाँ वशमें नहीं हो पातीं और मनुष्य भगवत्प्राप्तिके मार्गसे कोसों दूर हट जाता है। वह न इस लोकमें सुखी रहता है और न परलोकमें ही। ऐसी अवस्थामें मनुष्यको चाहिये कि बड़ी सावधानीसे वीर्यकी रक्षा करे। वीर्यरक्षा ही जीवन है और वीर्यनाश ही मृत्यु है—इस बातको सदा स्मरण रक्खे। गृहस्थाश्रममें भी केवल संतानोत्पादनके उद्देश्यसे ऋतुकालमें अधिक-से-अधिक महीनेमें दो बार स्त्रीसङ्ग करे।

ब्रह्मचर्यरक्षाके उपाय

उपर्युक्त प्रकारके मैथुनके त्यागके अतिरिक्त निम्नलिखित साधन भी ब्रह्मचर्यकी रक्षामें सहायक हो सकते हैं—

(१) भोजनमें उत्तेजक पदार्थोंका सर्वथा त्याग कर देना चाहिये। मिर्च, राई, गरम मसाले, अचार, खटाई, अधिक मीठा और अधिक गरम चीजें नहीं खानी चाहिये। भोजन खूब चबाकर करना चाहिये। भोजन सदा सादा, ताजा और नियमित समयपर करना चाहिये। मांस, अंडे, लहसुन, प्याज आदि अभक्ष्य पदार्थ और मद्य, गाँजा, भाँग आदि अन्य नशीली वस्तुएँ तथा केशर, कस्तूरी एवं मकरध्वज आदि वाजीकरण औषधोंका भी सेवन नहीं करना चाहिये।

(२) यथासाध्य नित्य खुली हवामें सबेरे और सायंकाल पैदल घूमना चाहिये।

Ac. Gunratnasuri MS　　Jin Gun Aradhak Trust

(३) रातको जल्दी सोकर सबेरे ब्राह्म मुहूर्तमें अर्थात् पहरभर रात रहे, अथवा सूर्योदयसे कम-से-कम घंटेभर पूर्व अवश्य उठ जाना चाहिये। सोते समय पेशाब करके, हाथ-पैर धोकर तथा कुल्ला करके भगवान्‌का स्मरण करते हुए सोना चाहिये।

(४) कुसङ्गका सर्वथा त्याग करके यथासाध्य सदाचारी, वैराग्यवान्, भगवद्भक्त सत्पुरुषोंका सङ्ग करना चाहिये, जिससे मलिन वासनाएँ नष्ट होकर हृदयमें अच्छे भावोंका संग्रह हो।

(५) पति-पत्नीको छोड़कर अन्य स्त्री-पुरुष अकेलेमें कभी न बैठें और न एकान्तमें बातचीत ही करें।

(६) भगवद्गीता, रामायण, महाभारत, उपनिषद्, श्रीमद्भागवत आदि उत्तम ग्रन्थोंका नित्य नियमपूर्वक स्वाध्याय करना चाहिये। इससे बुद्धि शुद्ध होती है और मनमें गंदे विचार नहीं आते।

(७) ऐश, आराम, भोग, आलस्य, प्रमाद और पापमें समय नहीं बिताना चाहिये। मनको सदा किसी-न-किसी अच्छे काममें लगाये रखना चाहिये।

(८) मूत्रत्यागके और मलत्यागके बाद इन्द्रियोंको ठंढे जलसे धोना चाहिये और मल-मूत्रकी हाजतको भी नहीं रोकना चाहिये।

(९) यथासाध्य ठंढे जलसे नित्य स्नान करना चाहिये।

(१०) नित्य नियमितरूपसे किसी प्रकारका व्यायाम करना चाहिये। हो सके तो नित्यप्रति कुछ आसन एवं प्राणायामका भी अभ्यास करना चाहिये।

(११) लँगोटा या कौपीन रखना चाहिये।

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

(१२) नित्य नियमितरूपसे कुछ समयतक परमात्माका ध्यान अवश्य करना चाहिये ।

(१३) यथाशक्ति भगवान्‌के किसी भी नामका श्रद्धा-प्रेमपूर्वक जप तथा कीर्तन करना चाहिये । कामवासना जाग्रत् हो तो नाम-जपकी धुन लगा देनी चाहिये, अथवा जोर-जोरसे कीर्तन करने लगना चाहिये । कामवासना नाम-जप और कीर्तनके सामने कभी ठहर नहीं सकती ।

(१४) जगत्‌में वैराग्यकी भावना करनी चाहिये । संसारकी अनित्यताका बार-बार स्मरण करना चाहिये । मृत्युको सदा याद रखना चाहिये ।

(१५) पुरुषोंको स्त्रीके शरीरमें और स्त्रियोंको पुरुषके शरीरमें मलिनत्व-बुद्धि करनी चाहिये । ऐसा समझना चाहिये कि जिस आकृतिको हम सुन्दर समझते हैं, वह वास्तवमें चमड़ेमें लपेटा हुआ मांस, अस्थि, रुधिर, मज्जा, मल, मूत्र, कफ आदि मलिन एवं अपवित्र पदार्थोंका एक घृणित पिण्डमात्र है ।

(१६) महीनेमें कम-से-कम दो दिन अर्थात् प्रत्येक एकादशीको उपवास करना चाहिये और अमावास्या तथा पूर्णिमाको केवल एक ही समय अर्थात् दिनमें भोजन करना चाहिये ।

(१७) भगवान्‌की लीलाओं तथा महापुरुषों एवं वीर ब्रह्मचारियोंके चरित्रोंका मनन करना चाहिये ।

(१८) यथासाध्य सबमें परमात्मभावना करनी चाहिये ।

(१९) नित्य-निरन्तर भगवान्‌को स्मरण रखनेकी चेष्टा करनी चाहिये ।

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

ऊपर जितने साधन बताये गये हैं, उनमें अन्तिम साधन सबसे उत्तम तथा सबसे अधिक कारगर है। यदि नित्य-निरन्तर अन्तःकरणको भगवद्भावसे भरते रहनेकी चेष्टा की जाय तो मनमें गंदे भाव कभी उत्पन्न हो ही नहीं सकते। तुलसीदासजीने क्या ही सुन्दर कहा है—

जहाँ राम तहँ काम नहिं, जहाँ काम नहिं राम।
तुलसी कबहुँकि रहि सकैं, रबि रजनी इक ठाम॥

जिस प्रकार सूर्यके उदय होनेपर रात्रिके घोर अन्धकारका नाश हो जाता है, उसी तरह जिस हृदयमें भगवान् अपना डेरा जमा लेते हैं; अर्थात् नित्य-निरन्तर भगवान्‌का स्मरण होता है, वहाँ कामका उदय भी नहीं हो सकता। भगवद्भक्तिके प्रभावसे हृदयमें विवेक एवं वैराग्यका आने-आप उदय हो जाता है। पद्मपुराणान्तर्गत श्रीमद्भागवतके माहात्म्यमें ज्ञान और वैराग्यको भक्तिके पुत्ररूपमें वर्णन किया गया है। अतः ब्रह्मचर्यकी रक्षा करनेके लिये नित्य-निरन्तर भगवान्‌का स्मरण करते रहना चाहिये। भगवत्स्मरणके प्रभावसे अन्तःकरण सर्वथा शुद्ध होकर बहुत शीघ्र भगवान्‌की प्राप्ति हो जाती है, जो मनुष्य-जीवनका चरम लक्ष्य और ब्रह्मचर्यका अन्तिम फल है। भगवान्‌ने स्वयं गीताजीमें कहा है—

अनन्यचेताः सततं यो मां स्मरति नित्यशः।
तस्याहं सुलभः पार्थ नित्ययुक्तस्य योगिनः॥
(८।१४)

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

ब्रह्मचर्यकी आवश्यकता

ब्रह्मचर्यका पालन सभी दृष्टियोंसे परमावश्यक है। ब्रह्मचर्यसे बल, बुद्धि, तेज एवं आयुकी वृद्धि, आरोग्य-सिद्धि, लोक-परलोकके सुख, शान्ति—यहाँतक कि परमात्माकी प्राप्ति भी, जो जीवनका परम ध्येय एवं जन्म-मृत्युके चक्करसे सदाके लिये छूटनेका एकमात्र उपाय है, सम्भव है। शास्त्रोंने भी ब्रह्मचर्यकी महिमा खूब गायी है। श्रुति कहती है—'ब्रह्मचर्येण तपसा देवा मृत्युमपाघ्नत।' 'ब्रह्मचर्य एवं तपके द्वारा ही देवतालोग मृत्युपर भी विजय पा सके हैं।' कठोपनिषद्में ब्रह्मचर्यको परमात्माकी प्राप्तिका साधन बताया गया है—

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

सर्वे वेदा यत्पदमामनन्ति तपाꣳसि सर्वाणि च यद्वदन्ति।
यदिच्छन्तो ब्रह्मचर्यं चरन्ति तत्ते पदꣳसंग्रहेण ब्रवीम्योमित्येतत्॥
(१।२।१५)

'सारे वेद जिस पदका वर्णन करते हैं, सम्पूर्ण तपोंको जिसकी प्राप्तिका साधन बतलाते हैं तथा जिसकी इच्छा रखनेवाले ब्रह्मचारी ब्रह्मचर्यका पालन करते हैं, उस पदको मैं तुम्हें संक्षेपसे बताता हूँ; 'ओम्' यही वह पद है।'

भगवद्गीतामें यही मन्त्र कुछ परिवर्तनके साथ इस प्रकार आया है—

यदक्षरं वेदविदो वदन्ति विशन्ति यद्यतयो वीतरागाः।
यदिच्छन्तो ब्रह्मचर्यं चरन्ति तत्ते पदं संग्रहेण प्रवक्ष्ये॥
(८।११)

'वेदके जाननेवाले विद्वान् जिस सच्चिदानन्दघनरूप परमपदको अविनाशी कहते हैं, आसक्तिरहित यत्नशील संन्यासी महात्माजन जिसमें प्रवेश करते हैं और जिस परमात्माको चाहनेवाले ब्रह्मचारी लोग ब्रह्मचर्यका आचरण करते हैं, उस परमपदको मैं तेरे लिये संक्षेपसे कहूँगा।'

उपर्युक्त दोनों ही मन्त्रोंमें ब्रह्मचर्यको स्पष्ट शब्दोंमें परमात्माकी प्राप्तिका साधन बतलाया गया है। हमारी आदर्श वर्णाश्रम-व्यवस्थामें ब्रह्मकी प्राप्तिको लक्ष्य मानकर ही ब्रह्मचर्य-पालनका विधान किया गया है। सनकादि परमर्षि, देवर्षि नारद, भक्तराज हनुमान्, परमहंस-शिरोमणि श्रीशुकदेवजी तथा वीराग्रगण्य पितामह भीष्म आदि

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

हमारे यहाँके आदर्श ब्रह्मचारी हैं। स्मृतिग्रन्थोंमें भी ब्रह्मचर्यकी बड़ी महिमा कही गयी है।

लौकिक एवं पारमार्थिक—सभी दृष्टियोंसे वीर्यरक्षा परमोपयोगी है। वीर्यरक्षा ही जीवन है और वीर्यका नाश ही मृत्यु है। वीर्यकी रक्षासे लोक-परलोक सब कुछ सध सकता है और वीर्यहीन पुरुष संसारमें कुछ भी नहीं कर सकता। शरीरकी सात धातुओंमें वीर्य ही सर्वोपरि है। वीर्यसे ही शरीर बनता है और वीर्यसे ही उसकी रक्षा होती है। वीर्य ही जीवनका सार है। वीर्यका अपव्यय करनेवाला मनुष्य कभी स्वस्थ एवं सुखी नहीं रह सकता। वह नाना प्रकारके रोगोंका शिकार बनकर अकालमें ही कालका ग्रास बन जाता है। वीर्यकी मात्रा कम हो जानेपर शरीरकी सारी क्रियाएँ अस्त-व्यस्त हो जाती हैं—मस्तिष्क कमजोर हो जाता है, स्मृतिशक्ति क्षीण हो जाती है, स्नायु निर्बल हो जाते हैं, रक्तका संचार कम हो जाता है, इन्द्रियाँ शिथिल हो जाती हैं और शीत-उष्ण आदि द्वन्द्वोंको सहन करनेकी शक्ति कम हो जाती है।

व्यायामके लिये भी ब्रह्मचर्य परमावश्यक है। व्यायामशिक्षक व्यायामके साथ-साथ ब्रह्मचर्य तथा दुग्ध-सेवनपर अधिक जोर देते हैं। ब्रह्मचर्यके बिना तो व्यायाम कभी-कभी हानिकारक हो जाता है, जो लोग ब्रह्मचर्यपर ध्यान न देकर व्यायामको चालू रखते हैं, वे लोग कभी-कभी गठिया आदि भयङ्कर रोगोंके शिकार होते पाये जाते हैं। स्वास्थ्यरक्षा एवं आरोग्य-लाभके लिये भी ब्रह्मचर्य अनिवार्य है। रोगीके रोग-निवारण तथा शीघ्र आरोग्यलाभके लिये वैद्यलोग

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

ओषधि-सेवनके साथ-साथ पथ्य-भोजन तथा ब्रह्मचर्य-पालनपर विशेष जोर देते हैं।

योग-साधनमें भी ब्रह्मचर्यकी बड़ी आवश्यकता है। अष्टाङ्ग-योगका प्रथम अङ्ग पाँच प्रकारके यमोंका पालन है और यमोंमें ब्रह्मचर्यका प्रमुख स्थान है। ब्रह्मचर्यके बिना मनकी एकाग्रता भी सम्भव नहीं है। ब्रह्मचर्यहीन पुरुषको आलस्य एवं विक्षेप अधिक सताते हैं। उसका मन अधिक चञ्चल होता है। ब्रह्मचर्यके बिना मनुष्यके न तो लौकिक कार्य सुचारु रूपसे सिद्ध होते हैं और न वह परमार्थमें ही अग्रसर हो सकता है। वह इतोभ्रष्ट-ततोभ्रष्ट होकर दुखी जीवन व्यतीत करता है और दुखी ही मरता है।

ज्ञानमार्गमें भी ब्रह्मचर्यको अत्यन्त आवश्यक माना गया है। छान्दोग्य उपनिषद्में कथा आती है कि 'इन्द्रने प्रजापतिसे ज्ञानका उपदेश ग्रहण करनेके लिये एक सौ एक वर्षतक ब्रह्मचर्यका पालन किया था।' इसी प्रकार दधीचि ऋषिके पास जब अश्विनीकुमार ज्ञानोपदेशके लिये जाते हैं, तब उन्हें भी पहले दस वर्षतक ब्रह्मचर्य-पालनके लिये कहा जाता है। तान्त्रिक साधना एवं भक्ति-साधनामें भी ब्रह्मचर्यपर जोर दिया जाता है। सारांश यह कि जिस प्रकार लौकिक कार्योंमें सिद्धिके लिये ब्रह्मचर्यकी आवश्यकता है, उसी प्रकार परमार्थ-साधनमें भी ब्रह्मचर्यकी परमोपयोगिता है।

अष्टविध मैथुनके त्यागका नाम ही ब्रह्मचर्य है। अष्टविध मैथुनका प्रसङ्ग विस्तारसे इसी पुस्तकमें प्रकाशित पिछले 'ब्रह्मचर्य' शीर्षक लेखमें आ चुका है। पूर्ण ब्रह्मचर्यके

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

पालनके लिये उन सभी प्रकारके मैथुनोंका त्याग आवश्यक है। ब्रह्मचारी, वानप्रस्थ एवं संन्यासियोंको तो इन सभी प्रकारके मैथुनोंसे बचना ही चाहिये, गृहस्थोंको भी अपनी विवाहिता पत्नीको छोड़कर अन्य किसी भी स्त्रीके साथ न तो एकान्तमें मिलना चाहिये, न उनसे बातचीत करनी चाहिये, न उनकी ओर देखना चाहिये और न उनका चिन्तन ही करना चाहिये। अपनी विवाहिता स्त्रीके साथ भी अधिक सङ्ग करना सभी दृष्टियोंसे हानिकर है। पर-स्त्रियोंकी चर्चासे भी मनुष्यको सदा दूर रहना चाहिये। पर-स्त्रीका स्पर्श तो सर्वथा त्याज्य है ही। ये सभी क्रियाएँ मैथुनके ही अन्तर्गत समझी जाती हैं। इन सब बातोंसे परहेज रखना चाहिये; क्योंकि मनुष्यका मन बड़ा चञ्चल होता है, वह किसी भी क्षण बिगड़ सकता है। शास्त्रोंने तो यहाँतक कहा है—

मात्रा स्वस्रा दुहित्रा वा न विविक्तासनो भवेत्।
बलवानिन्द्रियग्रामो विद्वांसमपि कर्षति॥

(मनु० २। २१५)

'अपनी मा, बहिन अथवा पुत्रीके साथ भी एकान्तमें न रहे। इन्द्रियाँ बड़ी प्रबल होती हैं, वे विवेकी मनुष्यको भी पथभ्रष्ट कर देती हैं; फिर साधारण मनुष्योंकी तो बात ही क्या।'

आजकल पाश्चात्त्य शिक्षा एवं सभ्यताके प्रभावमें आकर हमलोग इन सारे बन्धनोंको क्रमशः शिथिल करते जा रहे हैं। आजकल स्त्री-पुरुषोंका परस्पर बेरोक-टोक मिलना, निःसंकोच सम्भाषण करना, गोष्ठियोंमें सम्मिलित होना, नाच-तमाशोंमें जाना,

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

नाटक-सिनेमा देखना, नाचना आदि निर्दोष माने जाने लगे हैं। हमारे स्कूलों एवं कालेजोंमें लड़कियों एवं लड़कोंकी सहशिक्षाका प्रचार जोरोंसे बढ़ रहा है। इसका परिणाम दोनोंके लिये ही हानिकारक सिद्ध हो रहा है। जिन लोगोंने इसपर गहरा विचार किया है, उन सभीने इसके अनिष्टकर परिणामोंको स्वीकार किया है। साहित्यकी गति भी क्रमशः कुरुचिकी ओर जा रही है। चल-चित्रपटोंसे तो हमारे युवक-युवतियोंकी बड़ी हानि हो रही है। पर हमलोग आँख मूँदे हुए आधुनिकताके प्रवाहमें बहते चले जा रहे हैं। नैतिक हानि कोई विशेष हानि नहीं समझी जाती। स्त्रियोंमें सतीत्वका आदर्श क्रमशः लुप्त होता जा रहा है। व्यभिचार उतना हेय नहीं समझा जाता। विलासिता एवं अपनेको सजानेकी भावना क्रमशः प्रबल होती जा रही है। जीवन अधिकाधिक खर्चीला बन रहा है।

सबसे अधिक शोचनीय है—हमारे बालक-बालिकाओंमें गंदी और अश्लील प्रवृत्तियोंका बढ़ना। नैतिक एवं धार्मिक शिक्षाके अभाव, देख-रेखकी कमी तथा शृङ्गारकी भावनाने उन्हें कई प्रकारकी गर्हित कुटेवोंका शिकार बना दिया है। खान-पानमें असंयम, कुरुचिपूर्ण साहित्य, नाटक-सिनेमा आदिमें बेरोक-टोक जाना, आदर्श चरित्रवान् शिक्षकोंकी कमी तथा अनुशासनका अभाव—ये सभी इस अवाञ्छनीय स्थितिमें सहायक सिद्ध हुए हैं। फल यह हुआ है कि हमारे बालकोंमें बहुत-सी गंदी आदतें क्रमशः घर करती जा रही हैं। हमारे स्कूलों, कालेजों तथा उनसे सम्बद्ध छात्रावासोंकी बात तो जाने दीजिये, हमारी संस्कृत-पाठशालाएँ तथा उनके छात्रावास—यहाँ-

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

तक कि हमारे तथा कथित ऋषिकुल और गुरुकुल भी इन बुराइयोंसे नहीं बच पाये हैं। आये दिन हमें इस प्रकारकी शिकायतें सुननेको मिलती हैं और इधर तो कई बालकों एवं नवयुवकोंने हमें स्वयं आकर अपने दोष बताये हैं और उनसे उत्पन्न होनेवाले अनिष्टकर परिणामोंको स्वीकार किया है।

कहना न होगा कि इस प्रकारकी कुटेवोंसे हमारे बालकोंकी शारीरिक एवं नैतिक कितनी बड़ी हानि हो रही है। उसमेंसे कई सदाके लिये स्त्री-सुखसे सर्वथा वञ्चित हो जाते हैं—असमयमें ही नपुंसकताके शिकार हो जाते हैं तथा कुछ धातुक्षय, प्रमेह, यक्ष्मा आदि भयङ्कर रोगोंके चंगुलमें फँस जाते हैं। उनके स्नायु निर्बल हो जाते हैं; वे तेजोहीन, निरुत्साह एवं मन्दबुद्धि हो जाते हैं और कई तो जीवनसे भी निराश हो जाते हैं। उनमें संतानोत्पादनकी क्षमता नहीं रह जाती और यदि संतान होती भी है तो वह दुर्बल, क्षीणकाय, रोगग्रस्त एवं अल्पायु होती है। बालक ही हमारे राष्ट्रकी नींव हैं। उनमें इस प्रकारकी हस्तमैथुन आदि बुराइयोंका आ जाना राष्ट्रके लिये बड़े खतरेकी चीज है। अतः हमें समय रहते चेत जाना चाहिये और शीघ्र-से-शीघ्र इस बढ़ते हुए रोगकी चिकित्सा करनी चाहिये। यदि इसकी वृद्धिको समयपर नहीं रोका गया तो कभी यह इतना भयङ्कर रूप धारण कर सकता है कि फिर इसे सँभालना कठिन हो जायगा और हमारा राष्ट्र पतनके घोर गर्तमें गिर जायगा।

इस बीमारीको दूर करनेके लिये संक्षेपतः निम्नलिखित

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

उपायोंको काममें लाना चाहिये। सबसे पहली आवश्यकता तो यह है कि हमारे बालकोंको चरित्रवान् एवं आदर्श बनानेके लिये हम स्वयं चरित्रवान् एवं आदर्श बनें। बालकोंको चरित्रवान् अथवा चरित्रहीन बनानेमें उनके माता-पिता तथा शिक्षक ही प्रधान हेतु हैं। जबसे बालक गर्भमें आवे, तभीसे माता-पिताको इस बातका ध्यान रखना चाहिये कि उसपर अच्छे संस्कार पड़ें, बुरे संस्कार न पड़ने पायें। संस्कारों-की प्रथा तो हमलोगोंमें क्रमशः उठती जा रही है। पहले हमलोगों-में गर्भाधान-जैसी क्रिया भी, जो आजकल प्रायः काम-वासनाकी पूर्तिके लिये ही होती है, धार्मिक उद्देश्यसे एवं वैदिक विधिसे मन्त्रोच्चारणपूर्वक की जाती थी। गर्भाधानसे लेकर जन्मतक और जन्मसे लेकर विवाहपर्यन्त हमारे बालकोंके कई संस्कार होते थे, जिनसे उनकी बुद्धि एवं चरित्रपर बड़ा शुभ प्रभाव पड़ता था। उपनयन प्रायः पाँचसे बारह वर्षतककी अवस्थामें हो जाता था। उसके बाद कम-से-कम चौबीस वर्षकी अवस्थातक प्रत्येक द्विजाति बालकको ब्रह्मचर्यपूर्वक गुरुके घर रहकर वेदाध्ययन एवं अन्य शास्त्रोंका अभ्यास करना पड़ता था। इस कालमें उन्हें स्त्रियोंके संसर्ग एवं चर्चासे सर्वथा दूर रक्खा जाता था; उनकी दिनचर्या ऐसी होती थी कि उसमें उन्हें धार्मिक कृत्य, गुरुसेवा एवं अध्ययनसे फुर्सत ही नहीं मिलती थी, जिससे उन्हें कोई बुरी बात सोचनेका भी अवसर मिले। गुरुकुलोंका वातावरण अत्यन्त पवित्र होता था। गुरु भी परम आस्तिक, परम धार्मिक, आदर्श चरित्रवान् एवं तपस्वी होते थे। वे सर्वथा निःस्पृह एवं अर्थ-कामनाशून्य होते थे। उनका जीवन अत्यन्त सादा, तितिक्षापूर्ण एवं पवित्र होता था। वे शिष्योंद्वारा लायी हुई भिक्षापर

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

ही निर्वाह करते थे और उनकी आवश्यकताएँ अत्यन्त परिमित होती थीं। वे बस्तीसे बहुत दूर जंगलोंमें रहते थे, जहाँ किसी प्रकारकी बुराई प्रवेश नहीं कर पाती थी।

बालकोंको कठोर, संयमपूर्ण जीवन बिताना पड़ता था। शृङ्गार अथवा शौकीनी तो उन्हें छूतक नहीं जाती थी। शरीर अथवा बालोंमें तेल लगाना, उबटन लगाना, सिले हुए वस्त्र पहनना, स्वादिष्ट भोजन करना—यहाँतक कि छाता एवं जूतातक रखना उनके लिये मना था। वे जंगलोंसे गुरुके लिये लकड़ियाँ तोड़कर लाते थे, गुरुके पशुओंकी सेवा— सँभाल करते थे, गुरुके लिये पानी भरते थे और उनके अन्य कार्योंको सँभालते थे। इस प्रकार उनके जीवनमें सद्गुण, सदाचार, संयम, श्रमसहिष्णुता, पवित्रता, सेवाभाव, बड़ोंका आज्ञापालन, विनय, तितिक्षा और उपासना आदि गुण स्वाभाविक ही आ जाते थे। वे शरीर और मनसे बलवान्, दृढ़संकल्प, निर्भय एवं चरित्र और आत्मबलसे सम्पन्न होकर निकलते थे। गुरुसेवा, सद्गुण, सदाचार और उपासनासे उनकी बुद्धि भी बड़ी प्रखर एवं निर्मल हो जाती थी। वे गुरु-कृपासे अनायास ही बहुत थोड़े समयमें अनेक शास्त्रोंमें पारंगत हो जाते थे और उनकी विद्याबुद्धि-विवेकका सारा जगत् लोहा मानता था। इस प्रकार हमारे बालक ओजस्वी एवं तेजस्वी होकर ही गृहस्थाश्रममें प्रवेश करते थे और इसके बाद योग्य कन्यासे धर्मपूर्वक विवाह करके धर्मपूर्वक ही जीवन व्यतीत करते थे। बचपनसे ही संयम एवं सदाचारकी शिक्षा पा लेनेके कारण वे गृहस्थाश्रममें भी बड़े ही संयम एवं पवित्रतासे रहते थे। केवल ऋणसे

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

मुक्त होने तथा भगवान्‌के द्वारा प्रवर्तित सृष्टिचक्रको चलानेके उद्देश्यसे ही—काम-वासनाकी तृप्तिके लिये नहीं—ऋतुकालमें, वर्जित तिथियोंको छोड़कर अपनी विवाहिता पत्नीके साथ समागम करते थे और गर्भस्थितिके बाद पुनः ऋतुदर्शनके कालतक पत्नीसे अलग रहते थे।

समयके फेरसे परिस्थिति बिल्कुल बदल गयी। आजकल तो आश्रम-व्यवस्थाके बिगड़ जानेसे समाजका सारा ढाँचा ही बदल गया है। न हमारा गृहस्थ-आश्रम ही आदर्श रह गया है और ब्रह्मचर्याश्रमका तो प्रायः लोप ही हो गया है। हमारा गृहस्थाश्रम आज विलासिता एवं असंयमका घर बन गया है। संस्कारोंकी प्रथा प्रायः उठ-सी गयी है। उपनयन भी कथनमात्र रह गया है। विवाहको धार्मिक बन्धन अथवा धार्मिक संस्कार माननेकी भावना भी धीरे-धीरे लुप्त होती जा रही है। आये दिन हिंदू-जनतापर हमारे ही भाइयोंद्वारा धर्मविरोधी कानून लादनेकी चेष्टा की जाती है। कानून हिंदू-कोड तो जो—विवाहकी पवित्रताको, जो हिंदू-समाज-व्यवस्थाकी भित्ति है, सर्वथा मटियामेट कर दे रहा है। स्त्री-समागम सर्वथा कामबुद्धिसे किया जाता है, ऋतुकालका कोई विचार नहीं रह गया है, संयमके दर्शन भी दुर्लभ हो रहे हैं। गर्भस्थितिके बाद भी प्रसव-कालके अत्यन्त निकटतक स्त्री-समागम प्रायः जारी रहता है। पवित्रताकी भावना कम रह गयी है। व्यभिचार, अनाचार बढ़ रहे हैं, जिसके कारण स्त्री-पुरुष सबकी बुद्धि प्रायः मलिन हो रही है।

---

* अब तो 'तलाक' कानून बन गया है और गर्भ पातको भी वैध माननेके लिये कानून बनने जा रहा है—सम्पादक

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

शास्त्रकी मर्यादा अथवा धर्मके बन्धनका विचार कम रह गया है। खान-पानकी पवित्रता तथा संयम उठता-सा जा रहा है। पवित्र-अपवित्र सभी चीजें मुँहमें डाल ली जाती हैं। जूँठनका कोई ध्यान ही नहीं रक्खा जाता। ऊँच-नीच, सदाचारी-दुराचारी, पवित्र-अपवित्र सब प्रकारके लोगोंके साथ एक ही मेजपर तथा एक ही बर्तनमें बर्फ, सोडा-वाटर आदि पीना और भोजन करना एवं खाते समय एक दूसरेको स्पर्श करना तथा जूँठे हाथोंसे खाद्य-सामग्रीका आदान-प्रदान तो आजकल सभ्यताकी निशानी माना जाने लगा है। अभक्ष्य-भक्षणसे भी ग्लानि उठती जा रही है। झूठ, कपट, चोरी, बेईमानी, घूसखोरी बढ़ रही है। प्रायः किसी भी क्षेत्रमें घूसके बिना काम निकालना कठिन हो रहा है। हिंसाकी ओरसे उदासीनता बढ़ रही है। इन सबका परिणाम यह हुआ है कि हमारे विचार दूषित हो गये हैं, बुद्धि मलिन हो गयी है और धार्मिक भावना क्रमशः नष्ट होती जा रही है। ऐसी दशामें हमारे बालक बिगड़ें तो इसमें आश्चर्य ही क्या है।

इधर हमारे स्कूलों एवं कालेजोंका वातावरण भी दिनोंदिन बिगड़ता जा रहा है। ऐसा होना भी स्वाभाविक ही है। स्कूलोंके प्रबन्धक तथा शिक्षक भी तो हमीं लोग हैं और उनमें शिक्षा प्राप्त करनेवाले बालक हमारी ही संतान हैं। ऐसी दशामें उनका सुधार कैसे हो। पहलेकी भाँति आजकलके अधिकांश शिक्षकोंमें न तो त्याग और तितिक्षा है, न संयम और सदाचार है, न सादगी और पवित्रता है। धार्मिक भावना, आस्तिक बुद्धि एवं नैतिक बलका

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

भी प्रायः अभाव देखा जाता है। छात्रोंके सामनेतक अध्यापक बीड़ी, सिगरेट पीनेमें नहीं हिचकते, नाटक-सिनेमाओंमें उन्हें साथ लेकर जाते हैं तथा उनके साथ निःसंकोच हँसी-मजाक करते पाये जाते हैं। ऐसी दशामें बालकोंपर उनका अच्छा प्रभाव कैसे पड़े। इधर बालकोंमें हमारी देखा-देखी शृङ्गारकी भावना बचपनसे ही घर कर लेती है। हम स्वयं भी अपने बालकोंको अच्छे-से-अच्छा सजा हुआ देखना चाहते हैं। सादगी, संयम और तितिक्षासे उन्हें कोसों दूर रक्खा जाता है। नाटक-सिनेमा, क्लब आदिका भी उनपर अत्यन्त अवाञ्छनीय प्रभाव पड़ रहा है।

इन सब बुराइयोंसे बचनेके लिये हमें सर्वप्रथम स्वयं संयमी एवं सदाचारी बनना होगा। गर्भाधानसे लेकर बच्चा पैदा होनेतक पिता-माता दोनोंको बड़े संयमसे रहना चाहिये। माताको विशेषरूपसे पवित्रताका ध्यान रखना चाहिये। गर्भिणी अवस्थामें स्त्रीके साथ समागम शारीरिक एवं नैतिक—सभी दृष्टियोंसे हानिकारक है। उसका गर्भस्थ शिशुपर बड़ा ही अवाञ्छनीय प्रभाव पड़ता है। माताको जबतक बालक पेटमें रहे, बड़े ही संयम एवं पवित्रतासे रहना चाहिये। भोजन शुद्ध और सात्त्विक हो—इसका पूरा ध्यान रखना चाहिये। चित्तको सदा प्रसन्न एवं सुन्दर विचारोंसे पूर्ण रखना चाहिये। गंदे विचार एवं गंदे वातावरणसे सर्वथा दूर रहना चाहिये। अच्छे ग्रन्थोंका अध्ययन एवं श्रवण करना चाहिये, आदर्श महापुरुषोंकी जीवनियाँ पढ़नी-सुननी चाहिये। प्रह्लादकी माता प्रह्लादकी गर्भावस्थामें देवर्षि नारदके आश्रममें तथा उन्हींकी

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

देख-रेखमें रही थी। इसीका परिणाम यह था कि उसकी कोखसे प्रह्लाद-जैसा अनुपम भक्त पैदा हुआ। वीरवर नेपोलियन बोनापार्टका युद्धक्षेत्रमें ही जन्म हुआ था। इन सब उदाहरणोंसे यह स्पष्ट हो जाता है कि गर्भस्थ शिशुपर हम जैसा चाहें वैसा प्रभाव डाल सकते हैं।

बालकके जन्मके बाद भी हमें अपनी चेष्टाओंका पूरा-पूरा ध्यान रखना चाहिये। हमारे द्वारा ऐसी कोई भी क्रिया नहीं होनी चाहिये, जिसका बालकपर दूषित प्रभाव पड़े। अत्यन्त छोटे बालकोंके सामने भी हमें कभी किसी प्रकारकी अश्लील और गंदी चेष्टा नहीं करनी चाहिये। इस बातका भी पूरा ध्यान रखना चाहिये कि हमारी कोई भी कामचेष्टा बालकोंकी जानकारीमें न हो। गंदे चित्र अथवा गंदा साहित्य कभी बालकोंके हाथमें न जाय—इस विषयमें पूरी सतर्कता रहनी चाहिये। उनके सामने ऐसी कोई चर्चा भी नहीं होनी चाहिये, जिससे उनमें कामभाव जाग्रत् हो अथवा कामविषयक जिज्ञासा उत्पन्न हो। खेलमें भी उनके गुप्त इन्द्रियोंका स्पर्श नहीं करना चाहिये। नौकरोंको भी इस विषयमें सावधान कर देना चाहिये। बल्कि जहाँतक हो सके, बालकोंकी देख-रेखका भार अपने ही ऊपर रखना चाहिये, उन्हें नौकरोंके हाथमें देकर सर्वथा निश्चिन्त नहीं हो जाना चाहिये। आजकल बड़े और शिक्षित घरानोंमें प्रायः बालकोंको विदेशी नर्सोंके हाथमें सौंप दिया जाता है, जिससे उनमें बचपनसे ही विदेशी भाव घर कर लेते हैं और वे मातृस्नेहसे वञ्चित कर दिये जाते हैं। इससे

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

माताओंमें भी मातृत्वकी भावना जाती रहती है। जहाँतक हो सके इसका पूरा ध्यान रखना चाहिये कि बच्चोंमें शृङ्गारकी भावना जाग्रत् न हो। इसके लिये हमें स्वयं सजावटसे दूर रहना होगा। बालकोंको साफ-सुथरा अवश्य रखना चाहिये, परंतु सजानेकी भावना नहीं होनी चाहिये। सद्गुण-सदाचार ही हमारा वास्तविक शृङ्गार होना चाहिये। हमारी संतान गुणवान्, चरित्रवान् एवं बलवान् बने—इसीकी चेष्टा हमें करनी चाहिये। बालकोंको अधिक मिठाई, खटाई तथा मिर्च आदि उत्तेजक पदार्थोंसे भी दूर रखना चाहिये। मांस, अंडे तो शारीरिक एवं धार्मिक—सभी दृष्टियोंसे हानिकारक और अप्राकृत हैं ही; लहसुन, प्याज, चाय, काफी, तम्बाकू, पान, बीड़ी, सिगरेट आदिका सेवन भी हानिकारक है। परंतु अपनी संतानको इन सबसे अलग रखनेके लिये हमें भी इन सबका त्याग करना होगा। बालकोंका जीवन पवित्र बने—इसके लिये हमें बड़े-से-बड़े त्यागके लिये भी प्रस्तुत रहना चाहिये। बालकोंका जीवन नियमित बने—इसकी भी हमें पूरी चेष्टा करनी चाहिये। उनमें प्रारम्भसे ही सूर्योदयसे पूर्व उठने, उठते ही शौचसे निवृत्त होने तथा सर्दीसे बचते हुए यथासम्भव बारहों महीने ताजे जलसे स्नान करनेकी आदत डालनी चाहिये। लघुशंकाके बाद मूत्रेन्द्रियको ठंडे जलसे धोनेका अभ्यास भी डालना सभी दृष्टियोंसे अच्छा है। बालकोंको कब्जकी शिकायत न हो—इसका पूरा ध्यान रखना चाहिये। कब्जसे मूत्रेन्द्रियमें उत्तेजना आती है और उससे बालक कई प्रकारकी कुटेवोंके शिकार बन जाते हैं, बालकोंका भोजन सदा शुद्ध एवं सात्त्विक होना चाहिये; उसमें परिस्थितिके अनुसार दूधकी

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

मात्रा अधिक होनी चाहिये तथा अन्न एवं जलकी मात्रा नियमित होनी चाहिये। उन्हें भोजन आदि समयपर ही दिया जाना चाहिये और दावतों आदिमें तथा खेल-तमाशों एवं ब्याह-शादी आदिमें यथासम्भव नहीं भेजना चाहिये; क्योंकि ऐसे अवसरोंपर हमलोगोंके यहाँ प्रायः सभी प्रकारके असंयम बरते जाते हैं, जिनका कोमलमति बालकोंपर बड़ा ही अवाञ्छनीय प्रभाव पड़ता है।

बालकोंकी दिनचर्यापर तथा वे किस समय कहाँ जाते और किन-किनसे मिलते हैं तथा किस-किसके सम्पर्कमें आते हैं—इसपर भी पूरा नियन्त्रण एवं देख-रेख रहनी चाहिये। बालकोंको स्वतन्त्र छोड़ना उनका अनिष्ट करना—उन्हें सर्वथा उच्छृङ्खल बना देना है। उन्हें सदा-सर्वदा अपनी दृष्टिमें रखना चाहिये और किसी भी प्रकारका अनिष्ट प्रभाव उनपर न पड़े, इसका पूरा ध्यान रखना चाहिये। वे किस प्रकार उठते-बैठते हैं, किस समय किस प्रकार चलते हैं, किस प्रकार क्या खाते-पीते हैं, किस प्रकार सोते हैं—इन सभी बातोंपर हमें पूरी दृष्टि रखनी चाहिये। जबतक उनकी बुद्धि परिपक्व न हो जाय, जबतक उन्हें अपने हिताहितका ज्ञान न हो जाय, जबतक उनका विवाह न हो जाय, बल्कि उसके बाद भी उनके चरित्रपर पूरी दृष्टि रखनी चाहिये और उनमें किसी प्रकारका दोष दीखनेपर उन्हें तुरंत सतर्क कर देना चाहिये; जिसमें वह दोष बढ़ने न पाये। स्कूलों एवं कालेजोंके संचालकों एवं प्रबन्धकोंको विशेषकर अध्यापकों एवं छात्रावासके अध्यक्षोंको भी माता-पिताकी भाँति ही अपनी जिम्मेवारीको पूरी तरहसे समझते

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

हुए इस विषयमें पूरी सतर्कता रखनी चाहिये और स्वयं भी आदर्श जीवन बितानेकी चेष्टा करनी चाहिये, जिससे बालकोंपर उनका अच्छा प्रभाव पड़े। स्कूलों, कालेजों एवं विश्वविद्यालयोंमें जहाँतक सम्भव हो, चरित्रवान् व्यक्ति ही अध्यापक आदिके पदोंपर रक्खे जायँ, केवल उनकी शिक्षासम्बन्धी योग्यतापर ही संतोष न कर लिया जाय। विशेषकर मुख्याध्यापक तथा छात्रावासोंके अध्यक्ष तो चरित्रवान् होने ही चाहिये। शिक्षकोंको भी, जहाँतक हो सके सादा जीवन व्यतीत करना चाहिये और स्वाद-शौकीनीसे सर्वथा दूर रहना चाहिये। पान, तम्बाकू, बीड़ी आदिका भूलकर भी व्यवहार नहीं करना चाहिये और चाय, काफी आदिसे भी परहेज रखना चाहिये। ऋषिकुलों, आश्रमों, स्कूलों तथा कालेजोंमें धार्मिक एवं नैतिक शिक्षाका भी अवश्य प्रबन्ध होना चाहिये और हमारे बालक बुद्धिमान् एवं विद्वान् होनेके साथ-साथ ओजस्वी, तेजस्वी, सच्चरित्र, परम आस्तिक एवं धर्मभीरु भी बनें, इसकी पूरी चेष्टा होनी चाहिये। इन सब बातोंपर यदि सामूहिकरूपसे ध्यान दिया जाकर पूरी तत्परताके साथ इनका पालन करनेकी चेष्टा की जाय तो आशा है, हमारे बालकोंका बहुत अंशोंमें सुधार हो सकता है और वे आगे चलकर हमारे राष्ट्र एवं समाजकी नौकाके सुनिपुण कर्णधार बनकर भारतका मुख उज्ज्वल कर सकते हैं। भगवान् सदा हमारे साथ हैं, उन्हें सहायक मानकर यदि इस दिशामें समुचित प्रयत्न किया जायगा तो सफलता निश्चित है। अतः हम सबको मिलकर इस दिशामें संघटित प्रयत्न अवश्य करना चाहिये।

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

संध्या-गायत्रीका महत्त्व

संध्योपासन तथा गायत्री-जपका हमारे शास्त्रोंमें बहुत बड़ा महत्त्व बतलाया गया है। द्विजातिमात्रके लिये इन दोनों कर्मोंको अवश्य कर्तव्य बतलाया गया है। श्रुति भगवती कहती है—'अहरहः सन्ध्या-मुपासीत' प्रतिदिन बिना नागा संध्योपासन अवश्य करना चाहिये। शास्त्रोंमें तीन प्रकारके कर्मोंका उल्लेख मिलता है—नित्य, नैमित्तिक एवं काम्य। नित्यकर्म उसे कहते हैं, जिसे नित्य नियमपूर्वक—बिना नागा—कर्तव्य-बुद्धिसे एवं बिना किसी फलेच्छाके करनेके लिये शास्त्रोंकी आज्ञा है। नैमित्तिक कर्म वे कहलाते हैं, जो किसी विशेष निमित्तको लेकर खास-खास अवसरोंपर आवश्यकरूपसे किये जाते हैं—जैसे पितृपक्ष (आश्विन कृष्णपक्ष) में पितरोंके लिये श्राद्ध किया जाता है। नैमित्तिक कर्मोंको भी शास्त्रोंमें अवश्यकर्तव्य बतलाया गया

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

है और उन्हें भी कर्तव्यरूपसे बिना किसी फलाभिसन्धिके करनेकी आज्ञा दी गयी है; परंतु उन्हें नित्य करनेकी आज्ञा नहीं है। यही नित्य और नैमित्तिक कर्मोंमें भेद है। अवश्य ही नित्य एवं नैमित्तिक दोनों प्रकारके कर्मोंके न करनेमें दोष बतलाया गया है। तीसरे—काम्यकर्म वे हैं, जो किसी कामनासे—किसी फलाभिसन्धि-से किये जाते हैं और जिनके न करनेमें कोई दोष नहीं लगता। उनका करना, न करना सर्वथा कर्ताकी इच्छापर निर्भर है। जैसे पुत्रकी प्राप्तिके लिये शास्त्रोंमें पुत्रेष्टि-यज्ञका विधान पाया जाता है।

जिसे पुत्रकी कामना हो, वह चाहे तो पुत्रेष्टि-यज्ञ कर सकता है; किंतु जिसे पुत्र प्राप्त है अथवा जिसे पुत्रकी इच्छा नहीं है या जिसने विवाह ही नहीं किया है अथवा विवाह करके गृहस्थाश्रम-का त्याग कर दिया है, उसे पुत्रेष्टि-यज्ञ करनेकी कोई आवश्यकता नहीं है और इस यज्ञके न करनेसे कोई दोष लगता हो, यह बात भी नहीं है, परंतु नित्यकर्मोंको तो प्रतिदिन करनेकी आज्ञा है, उसमें एक दिनका नागा भी क्षम्य नहीं है और प्रत्येक द्विजातिको, जिसने शिखा-सूत्रका त्याग नहीं किया है, अर्थात् चतुर्थ आश्रम (संन्यास) को छोड़कर पहले तीनों आश्रमोंमें नित्यकर्मोंका अनुष्ठान करना ही चाहिये। नित्यकर्म ये हैं—संध्या, तर्पण, बलि-वैश्वदेव, स्वाध्याय, जप, होम आदि। इन सबमें संध्या और गायत्री-जप मुख्य हैं; क्योंकि यह ईश्वरकी उपासना है और शेष कर्म देवताओं, ऋषियों तथा पितरों आदिके उद्देश्यसे किये जाते हैं, यद्यपि इन सबको भी परमेश्वरकी प्रीतिके लिये ही करना चाहिये।

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

संध्या न करनेवालोंको तो बड़ा दोषका भागी बतलाया गया है। देवीभागवतमें लिखा है—

संध्या येन न विज्ञाता संध्या येनानुपासिता।
जीवन्नेव भवेच्छूद्रो मृतः श्वा चाभिजायते॥

(११।१६।६)

'जो द्विज संध्या नहीं जानता और संध्योपासन नही करता, वह जीता हुआ ही शूद्र हो जाता है और मरनेपर कुत्तेकी योनिको प्राप्त होता है।' दक्षस्मृतिका वचन है—

संध्याहीनोऽशुचिर्नित्यमनर्हः सर्वकर्मसु।
यदन्यत् कुरुते कर्म न तस्य फलभाग्भवेत्॥

(२।२३)

'संध्याहीन द्विज नित्य ही अपवित्र है और सम्पूर्ण धर्मकार्य करनेमें अयोग्य है। वह जो कुछ अन्य कर्म करता है उसका फल उसे नहीं मिलता।

भगवान् मनु कहते हैं—

न तिष्ठति तु यः पूर्वां नोपास्ते यश्च पश्चिमाम्।
स शूद्रवद्बहिष्कार्यः सर्वस्माद् द्विजकर्मणः॥

(मनु० २।१०३)

'जो द्विज प्रातःकाल और सायंकालकी संध्या नहीं करता, उसे शूद्रकी भाँति द्विजातियोंके करने योग्य सभी कर्मोंसे अलग कर देना चाहिये।'

बात भी बिल्कुल ठीक है। यह मनुष्य-जन्म हमें ईश्वरोपासनाके लिये ही मिला है। संसारके भोग तो हम अन्य योनियोंमें

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

भी भोग सकते हैं, परंतु ईश्वरका ज्ञान प्राप्त करने तथा उनकी आराधना करनेका अधिकार तो हमें मनुष्ययोनिमें ही मिलता है। मनुष्योंमें भी जिनका द्विजाति-संस्कार हो चुका है अर्थात् जिन्हें वेदाध्ययन यानी वेदरूप ईश्वरीय ज्ञान प्राप्त करनेका अधिकार प्राप्त हो चुका है, वे लोग भी यदि नित्य नियमित रूपसे ईश्वरोपासना न करें, तो वे अपने अधिकारका दुरुपयोग करते हैं, उन्हें द्विजाति कहलानेका क्या अधिकार है ? जो मनुष्य-जन्म पाकर भी भगवदुपासनासे विमुख रहते हैं, वे मरनेके बाद मनुष्ययोनिसे नीचे गिरा दिये जाते हैं और इस प्रकार भगवान्‌की दयासे जन्म-मरणके चक्करसे छूटनेका जो सुलभ साधन उन्हें प्राप्त हुआ था उसे अपनी मूर्खतासे खो बैठते हैं। मनुष्योंमें भी जिन्होंने म्लेच्छ, चाण्डाल, शूद्र आदि योनियोंसे ऊपर उठकर द्विज-शरीर प्राप्त किया है, वे भी यदि ईश्वरकी आराधना नहीं करते, वेदरूपी ईश्वरीय आज्ञाका उल्लङ्घन करते हैं, उन्हें यदि मरनेपर कुत्ते आदिकी योनि मिले तो इसमें आश्चर्य ही क्या है ? अतः प्रत्येक द्विज कहलानेवालेको चाहिये कि वह नित्य नियमपूर्वक दोनों समय (अर्थात् प्रातःकाल एवं सायंकाल) वैदिक विधिसे अर्थात् वेदोक्त मन्त्रोंसे संध्योपासन करे। यों तो शास्त्रोंमें सायं, प्रातः एवं मध्याह्नकालमें—तीनों समय ही संध्या करनेका विधान है, परंतु जिन लोगोंको मध्याह्नके समय जीविकोपार्जनके कार्यसे अवकाश न मिले अथवा जो और किसी अड़चनके कारण मध्याह्नकालकी संध्याको बराबर न निभा सकें, उन्हें चाहिये कि वे दिनमें कम-से-कम दो बार अर्थात् प्रातः-काल और सायंकाल तो नियमित रूपसे संध्या अवश्य ही करें।

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

संध्यामें क्रियाकी प्रधानता तो है ही; परंतु जिस-जिस मन्त्रका जिस-जिस क्रियामें विनियोग है उस-उस क्रियाको विधि-पूर्वक करते हुए उस मन्त्रका शुद्ध उच्चारण भी करना चाहिये और साथ-साथ उस मन्त्रके अर्थकी ओर लक्ष्य रखते हुए उसी भावमें भावित होनेकी चेष्टा करनी चाहिये। उदाहरणतः 'सूर्यश्च मा०' इस मन्त्रका शुद्ध उच्चारण करके आचमन करना चाहिये और साथ ही इस मन्त्रके अर्थकी ओर लक्ष्य रखते हुए यह भावना करनी चाहिये कि जिस प्रकार यह अभिमन्त्रित जल मेरे मुँहमें जा रहा है उसी प्रकार मन, वचन, कर्मसे मैंने व्यतीत रात्रिमें जो-जो पाप किये हों वे सब रात्रिके अभिमानी देवताके द्वारा नष्ट किये जा रहे हैं और इस समय जो भी पाप मेरे अंदर थे वे सब भगवान् सूर्यकी ज्योतिमें विलीन हो रहे हैं, भस्म हो रहे हैं; भगवान्‌के तेजके सामने पापोंकी ताकत ही क्या है कि जो वे ठहर सकें।

आजकल कुछ लोग कहते हैं कि संध्याका अर्थ है ईश्वरोपासना। ईश्वरकी दृष्टिमें सभी भाषाएँ समान हैं और सभी भाषाओंमें की हुई प्रार्थना एवं स्तुति उनके पास पहुँच सकती है; क्योंकि सभी भाषाएँ उन्हींकी रची हुई हैं और ऐसी कोई भाषा नहीं है, जिसे वे न समझते हों। फिर क्यों न हमलोग अपनी मातृभाषामें ही उनकी स्तुति एवं प्रार्थना करें? संस्कृत अथवा वैदिक भाषाकी अपेक्षा अपनी निजकी भाषामें हम अपने भावोंको अधिक स्पष्टरूपमें व्यक्त कर सकते हैं। जिस समय देशमें वैदिक अथवा संस्कृत भाषा बोली जाती रही हो, उस समय लोगोंका वैदिक मन्त्रोंके द्वारा संध्या करना

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

ठीक था, परंतु वर्तमान युगमें जब कि संस्कृतके जाननेवाले लोग बहुत कम रह गये हैं—यहाँतक कि वैदिक मन्त्रोंके उच्चारणमें ही लोगोंको कठिनाईका अनुभव होता है, उनका अर्थ जानना और उनके भावमें भावित होना तो दूर रहा—इस लकीरको पीटनेसे क्या लाभ, बल्कि ईश्वर तो घट-घटमें व्यापक हैं, वे तो हमारे हृदय-की सूक्ष्मतम बातोंको भी जानते हैं। उनके लिये तो भाषाके आडम्बरकी आवश्यकता ही नहीं है। उनके सामने तो हृदयकी मूक प्रार्थना ही पर्याप्त है। बल्कि सच्ची प्रार्थना तो हृदयकी ही होती है। बिना हृदयके केवल तोतेकी भाँति रटे हुए कुछ शब्दोंके उच्चारणमात्रसे क्या होता है।

यह शङ्का सर्वथा निर्मूल नहीं है। ईश्वरकी दृष्टिमें अवश्य ही भाषाका कोई विशेष महत्त्व नहीं है। उनकी दृष्टिमें सभी भाषाएँ समान हैं और भाषाओंमें की हुई प्रार्थनाको वे सुनते और उत्तर चाहनेपर उसी भाषामें वे उसका उत्तर भी देते हैं। यह भी ठीक है कि प्रार्थनामें भावकी प्रधानता है, उसका सम्बन्ध हृदयसे है और अपने भावोंको जितने स्पष्ट रूपमें हम अपनी मातृभाषामें रख सकते हैं, उतना स्पष्ट हम और किसी भाषामें नहीं रख सकते। यह भी निर्विवाद है कि हृदयकी मूक प्रार्थना जितना काम कर सकती है, केवल कुछ चुने हुए शब्दोंके उच्चारणमात्रसे वह कार्य नहीं बन सकता। इन सब बातोंको स्वीकार करते हुए भी हम संध्याको उसी रूपमें करनेके पक्षपाती हैं, जिस रूपमें उसके करने-का शास्त्रोंमें विधान है और जिस रूपमें लाखों-करोड़ों वर्षोंसे बल्कि अनादिकालसे हमारे पूर्वज उसे करते आये हैं।

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

संध्यामें ईश्वरकी स्तुति, ध्यान और प्रार्थना है और उसके उतने अंशकी पूर्ति अपनी मातृभाषामें, अपने ही शब्दोंमें की हुई प्रार्थनासे भी अथवा हृदयकी मूक प्रार्थनासे भी हो सकती है। जो लोग इस रूपमें प्रार्थना करना चाहते हैं अथवा करते हैं, वे अवश्य ऐसा करें। उनका हम विरोध नहीं करते, बल्कि हृदयसे समर्थन ही करते हैं; क्योंकि वैदिक मन्त्रोंके उच्चारणका सबको अधिकार भी नहीं है और न सबका उनमें विश्वास ही है। अन्यान्य मतों एवं मजहबोंकी भाँति सनातन वैदिक धर्मकी मान्यता यह नहीं है कि अन्य मतावलम्बियोंको ईश्वरकी प्राप्ति हो ही नहीं सकती, उनके लिये ईश्वरका द्वार बंद है। अधिकार न होनेके कारण जो लोग वैदिक मन्त्रोंका उच्चारण नहीं कर सकते अथवा जिनका वैदिक धर्ममें विश्वास नहीं है, वे लोग अपने-अपने ढंगकी प्रार्थनाके द्वारा ईश्वरकी प्रसन्नता प्राप्त कर सकते हैं और जिन्हें वैदिक संध्या करनेका अधिकार प्राप्त है, वे लोग भी इस रूपमें प्रार्थना कर सकते हैं। परंतु उन्हें संध्याका परित्याग नहीं करना चाहिये। संध्याके साथ-साथ वे ईश्वरको रिझानेके लिये चाहे जितने और साधन भी कर सकते हैं। ये सभी साधन एक दूसरेके सहायक ही हैं, विरोधी नहीं। सबका अपना-अपना अलग महत्त्व है, कोई किसीसे छोटा अथवा बड़ा नहीं कहा जा सकता।

यह ठीक है कि ईश्वरकी दृष्टिमें भाषाका कोई विशेष महत्त्व नहीं है और वैदिक भाषा भी अन्य भाषाओंकी भाँति अपने हार्दिक अभिप्रायको व्यक्त करनेका एक साधनमात्र है। परंतु वैदिक

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

धर्मावलम्बियोंकी धारणा इस सम्बन्धमें कुछ दूसरी ही है। उनकी दृष्टिमें वेद अपौरुषेय हैं, वे किसी मनुष्यके बनाये हुए नहीं हैं। वे साक्षात् ईश्वरके निःश्वास हैं, ईश्वरकी वाणी हैं, 'यस्य निःश्वसितं वेदाः।' ऋषिलोग उनके द्रष्टामात्र हैं—'ऋषयो मन्त्रद्रष्टारः।' अनुभव करनेवाले हैं, रचयिता नहीं। सृष्टिके आदिमें भगवान् नारायण पहले-पहल ब्रह्माको उत्पन्न करते हैं और फिर उन्हें वेदोंका उपदेश देते हैं—

यो ब्रह्माणं विदधाति पूर्वं
यो वै वेदांश्च प्रहिणोति तस्मै···
(श्वेताश्वतर० ६। १८)

इसीलिये हम वैदिक धर्मावलम्बियोंके लिये वेद बड़े महत्त्वकी वस्तु हैं। वेद ही ईश्वरीय ज्ञानके अनादि स्रोत हैं। उन्हींसे सारा ज्ञान निकला है। धर्मका आधार भी वेद ही है। हमारे कर्तव्य-अकर्तव्यके निर्णायक वेद ही हैं। सारे शास्त्र वेदके ही आधारको लेकर चलते हैं। स्मृति-आगम-पुराणादि शास्त्रोंकी प्रमाणता वेदमूलक ही है। जहाँ श्रुति और स्मृतिका परस्पर विरोध दृष्टिगोचर हो, वहाँ श्रुतिको ही बलवान् माना जाता है। तात्पर्य यह है कि वेद हमारे सर्वस्व हैं, वेद हमारे प्राण हैं, वेदोंपर ही हमारा जीवन अवलम्बित है, वेद ही हमारे आधारस्तम्भ हैं। वेदोंकी जितनी भी महिमा गायी जाय, थोड़ी है।

जिन वेदोंकी हमारे शास्त्रोंमें इतनी महिमा है, उन वेदोंके अद्भुत मन्त्रोंकी अन्य किसी भाषा अथवा अन्य किसी वाक्य-रचना-

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

के साथ तुलना नहीं की जा सकती। भावोंको व्यक्त करनेके लिये भाषाकी सहायता आवश्यक होती है। भाषा और भावका परस्पर अविच्छेद्य सम्बन्ध है। हमारे शास्त्रोंने तो शब्दको भी अनादि, नित्य एवं ब्रह्मरूप ही माना है तथा वाच्य एवं वाचकका अभेद स्वीकार किया है। इसी प्रकार वैदिक मन्त्रोंका भी अपना एक विशेष महत्त्व है। उनमें एक विशेष शक्ति निहित है, जो उनके उच्चारणमात्रसे प्रकट हो जाती है, अर्थकी ओर लक्ष्य रखते हुए उच्चारण करनेपर तो वह और भी जल्दी आविर्भूत होती है। इसके अतिरिक्त अनादि-कालसे इतने असंख्य लोगोंने उनकी आवृत्ति एवं अनुष्ठान करके उन्हें जगाया है कि उन सबकी शक्ति भी उनके अंदर संक्रान्त हो गयी है। ऐसी दशामें तोतेकी भाँति बिना समझे हुए भी उनका स्वरसहित शुद्ध उच्चारण करनेका कम महत्त्व नहीं है; फिर अर्थको समझते हुए उनके भावमें भावित होकर श्रद्धा और प्रेमपूर्वक उनके उच्चारणका तो इतना अधिक महत्त्व है कि जिसका वर्णन नहीं हो सकता। वह तो सोनेमें सुगन्धका काम करता है। यही नहीं, वैदिक मन्त्रोंके उच्चारणका तो एक अलग शास्त्र ही है, उसकी तो एक-एक मात्रा और एक-एक स्वरका इतना महत्त्व है कि उसके उच्चारणमें जरा-सी भी त्रुटि हो जानेसे अभिप्रेत अर्थसे विपरीत अर्थका बोध हो सकता है। कहा भी है—

एकः शब्दः स्वरतो वर्णतो वा
मिथ्याप्रयुक्तो न तमर्थमाह।

वेदमन्त्रके एक शब्दका भी यदि ठीक प्रयोग न हुआ, उसके

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

स्वर, मात्रा या अक्षरके उच्चारणमें त्रुटि हो गयी, तो उससे अभीष्ट अर्थका प्रतिपादन नहीं होता।'

यही कारण है कि लाखों-करोड़ों वर्षोंसे वैदिक लोग परम्परासे पद, क्रम, घन और जटासहित वैदिक मन्त्रोंको सस्वर कण्ठस्थ करते आये हैं और इस प्रकार उन्होंने वैदिक परम्परा और वैदिक साहित्यको जीवित रक्खा है। इसलिये वैदिक मन्त्रोंकी उपयोगिताके विषयमें शङ्का न करके द्विजातिमात्रको उपनयन-संस्कारके बाद संध्याको अर्थसहित सीख लेना चाहिये और फिर कम-से-कम सायं-काल और प्रातःकाल दोनों संधियोंके समय श्रद्धा-प्रेम और विधि-पूर्वक अनुष्ठान करना चाहिये। ऐसा करनेसे उन्हें बहुत जल्दी लाभ प्रतीत होगा और फिर वे इसे कभी छोड़ना न चाहेंगे।

इसके अतिरिक्त द्विजातिमात्रको नित्य नियमपूर्वक संध्या करने-के लिये वेदोंकी स्पष्ट आज्ञा है, जैसा कि हम ऊपर कह आये हैं, उस आज्ञाका पालन करनेके लिये भी हमें सन्ध्योपासन नित्य करना चाहिये; क्योंकि वेद ईश्वरकी वाणी होनेके कारण हमारे लिये परम मान्य हैं और उनकी आज्ञाकी अवहेलना करना हमारे लिये अत्यन्त हानिकर है। इस दृष्टिसे भी संध्योपासन करना पर-मावश्यक है। पुराने जमानेमें तो लोग पूरा वेद या कम-से-कम अपनी शाखा पूरी कण्ठ किया करते थे और इनके लिये वेदोंकी स्पष्ट आज्ञा भी है—'स्वाध्यायोऽध्येतव्यः' वेदोंका अध्ययन अवश्य करना चाहिये। यदि हमलोग पूरा वेद अथवा पूरी शाखा कण्ठ नहीं कर सकते तो कम-से-कम संध्यामात्र तो अवश्य कण्ठ कर लेनी चाहिये

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

और उसका प्रतिदिन अनुष्ठान करना चाहिये, जिससे वैदिक संस्कृति-का लोप न हो और हमलोग अपने स्वरूप और धर्मकी रक्षा कर सकें। नियमपालन और संगठनकी दृष्टिसे भी इसकी बड़ी आवश्यकता है। नहीं तो, एक दिन हमलोग विजातीय संस्कारोंके प्रवाहमें बहकर अपना सब कुछ गँवा बैठेंगे और अन्य प्राचीन जातियोंकी भाँति हमारा भी नाममात्र शेष रह जायगा। वह दिन जल्दी न आवे, इसके लिये हमें सतर्क हो जाना चाहिये और यदि हम संसार-में जीवित रहना चाहते हैं तो हमें अपनी प्राचीन संस्कृतिकी रक्षाके लिये कटिबद्ध हो जाना चाहिये। भगवान् तो हमारे और हमारी संस्कृतिके सहायक हैं ही; अन्यथा इसपर ऐसे-ऐसे प्रबल आक्रमण हुए कि उनके आघातसे वह कभीकी नष्ट हो गयी होती।

संध्याकी हमारे शास्त्रोंने बड़ी महिमा गायी है।

वेदोंमें कहा है—

'उद्यन्तमस्तं यन्तमादित्यमभिध्यायन् कुर्वन् ब्राह्मणो विद्वान् सकलं भद्रमश्नुते।' (तै० आ० प्र० २ अ० २)

अर्थात् 'उदय और अस्त होते हुए सूर्यकी उपासना करनेवाला विद्वान् ब्राह्मण सब प्रकारके कल्याणको प्राप्त करता है।'

महर्षि याज्ञवल्क्य कहते हैं—

निशायां वा दिवा वापि यदज्ञानकृतं भवेत्।
त्रिकालसंध्याकरणात्तत्सर्वं हि प्रणश्यति॥
(३। ३०८)

'दिनमें या रात्रिके समय अनजानमें जो पाप बन जाता है, वह सारा ही तीनों कालकी संध्या करनेसे नष्ट हो जाता है।'

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

महर्षि कात्यायनका वचन है—

संध्यालोपस्य चाकर्ता स्नानशीलश्च यः सदा।
तं दोषा नोपसर्पन्ति गरुत्मन्तमिवोरगाः॥
(११।१६)

'जो प्रतिदिन स्नान करता है तथा कभी संध्या-कर्मका लोप नहीं करता, उसके पास दोष नहीं फटकते—जैसे गरुड़जीके पास सर्प नहीं जाते।'

समयकी गति सूर्यके द्वारा नियमित होती है। सूर्य भगवान् जब उदय होते हैं, तब दिनका प्रारम्भ तथा रात्रिका शेष होता है; इसको प्रातःकाल भी कहते हैं। जब वे आकाशके शिखरपर आरूढ़ होते हैं, उस समयको दिनका मध्य अथवा मध्याह्न कहते हैं और जब वे अस्ताचलको जाते हैं, तब दिनका शेष एवं रात्रिका प्रारम्भ होता है। इसे सायंकाल भी कहते हैं। ये तीन काल उपासनाके मुख्य काल माने गये हैं। यों तो जीवनका प्रत्येक क्षण उपासनामय होना चाहिये, परंतु इन तीन कालोंमें तो भगवान्‌की उपासना नितान्त आवश्यक बतलायी गयी है। इन तीनों समयकी उपासनाका नाम ही क्रमशः प्रातःसंध्या, मध्याह्नसंध्या और सायंसंध्या है। प्रत्येक वस्तुकी तीन अवस्थाएँ होती हैं—उत्पत्ति, पूर्ण विकास और विनाश। जीवनकी भी तीन ही दशाएँ होती हैं—जन्म, पूर्ण युवावस्था और मृत्यु। हमें इन अवस्थाओंका स्मरण दिलानेके लिये तथा इस प्रकार हमारे अंदर संसारके प्रति वैराग्यकी भावना जाग्रत् करनेके लिये ही मानो सूर्य भगवान्

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

प्रतिदिन उदय होने, उन्नतिके शिखरपर आरूढ़ होने और फिर अस्त होनेकी लीला करते हैं। भगवान्‌की इस त्रिविध लीलाके साथ ही हमारे शास्त्रोंने तीन कालकी उपासना जोड़ दी है।

भगवान् सूर्य परमात्मा नारायणके साक्षात् प्रतीक हैं, इसीलिये वे सूर्यनारायण कहलाते हैं। यही नहीं, सर्गके आदिमें भगवान् नारायण ही सूर्यरूपमें प्रकट होते हैं; इसीलिये पञ्चदेवोंमें सूर्यकी भी गणना है। यों भी वे भगवान्‌की प्रत्यक्ष विभूतियोंमें सर्वश्रेष्ठ, हमारे इस ब्रह्माण्डके केन्द्र, स्थूल कालके नियामक, तेजके महान् आकर, विश्वके पोषक एवं प्राणदाता तथा समस्त चराचर प्राणियोंके आधार हैं। वे प्रत्यक्ष दीखनेवाले सारे देवोंमें श्रेष्ठ हैं। इसीलिये संध्यामें सूर्यरूपसे ही भगवान्‌की उपासना की जाती है। उनकी उपासनासे हमारे तेज, बल, आयु एवं नेत्रोंकी ज्योतिकी वृद्धि होती है और मरनेके समय वे हमें अपने लोकमेंसे होकर भगवान्‌के परमधाममें ले जाते हैं; क्योंकि भगवान्‌के परमधामका रास्ता सूर्यलोकमेंसे होकर ही गया है। शास्त्रोंमें लिखा है कि योगी लोग तथा कर्तव्यरूपसे धर्म युद्धमें शत्रुके सम्मुख लड़ते हुए प्राण देनेवाले क्षत्रिय वीर सूर्यमण्डलको भेदकर भगवान्‌के धामको चले जाते हैं। हमारी आराधनासे प्रसन्न होकर भगवान् सूर्य यदि हमें भी उस लक्ष्यतक पहुँचा दें तो इसमें उनके लिये कौन बड़ी बात है। भगवान् अपने भक्तोंपर सदा ही अनुग्रह करते आये हैं। हम यदि जीवनभर नियमपूर्वक श्रद्धा एवं भक्तिके साथ निष्कामभावसे उनकी आराधना करेंगे, तो क्या वे मरते

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

समय हमारी इतनी भी मदद नहीं करेंगे ? अवश्य करेंगे। भक्तों-की रक्षा करना तो भगवान्‌का विरद ही ठहरा। अतः जो लोग आदरपूर्वक तथा नियमसे बिना नागा तीनों समय अथवा कम-से-कम दो समय (प्रातःकाल एवं सायंकाल) ही भगवान् सूर्यकी आराधना करते हैं, उन्हें विश्वास करना चाहिये कि उनका कल्याण निश्चित है और वे मरते समय भगवान् सूर्यकी कृपासे अवश्य परम गतिको प्राप्त होंगे।

इस प्रकार युक्तिसे भी भगवान् सूर्यकी उपासना हमारे लिये अत्यन्त कल्याणकारक, थोड़े परिश्रमके बदलेमें महान् फल देने-वाली अतएव अवश्यकर्तव्य है। अतः द्विजातिमात्रको चाहिये कि वे लोग नियमपूर्वक त्रिकालसन्ध्याके रूपमें भगवान् सूर्यकी उपासना किया करें और इस प्रकार लौकिक एवं पारमार्थिक दोनों प्रकारके लाभ उठावें। आशा है, सभी लोग इस सस्ते सौदेको सहर्ष स्वीकार करेंगे, इसमें खर्च एक पैसेका भी नहीं है और समय भी बहुत कम लगता है, परंतु इसका फल अत्यन्त महान् है। इसलिये सब लोगोंको श्रद्धा, प्रेम एवं लगनके साथ इस कर्मके अनुष्ठानमें लग जाना चाहिये। फिर सब प्रकारसे मङ्गल-ही मङ्गल है।

जब कोई हमारे पूज्य महापुरुष हमारे नगरमें आते हैं और उसकी सूचना हमें पहलेसे मिली हुई रहती है तो हम उनका स्वागत करनेके लिये अर्घ्य, चन्दन, फूल, माला आदि पूजाकी सामग्री लेकर पहलेसे ही स्टेशनपर पहुँच जाते हैं, उत्सुकतापूर्वक

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

उनकी बाट जोहते हैं और आते ही उनकी बड़ी आवभगत एवं प्रेमके साथ स्वागत करते हैं। हमारे इस व्यवहारसे उन आगन्तुक महापुरुषको बड़ी प्रसन्नता होती है और यदि हम निष्कामभावसे अपना कर्तव्य समझकर उनका स्वागत करते हैं तो वे हमारे इस प्रेमके आभारी बन जाते हैं और चाहते हैं कि किस प्रकार बदलेमें वे भी हमारी कोई सेवा करें। हम यह भी देखते हैं कि कुछ लोग अपने पूज्य पुरुषके आगमनकी सूचना होनेपर भी उनके स्वागतके लिये समयपर स्टेशन नहीं पहुँच पाते और जब वे गाड़ीसे उतरकर प्लेटफार्मपर पहुँच जाते हैं तब दौड़े हुए आते हैं और देरके लिये क्षमा-याचना करते हुए उनकी पूजा करते हैं और कुछ इतने आलसी होते हैं कि जब हमारे पूज्य पुरुष अपने डेरेपर पहुँच जाते हैं, तब वे धीरे-धीरे फुरसतसे अपना और सब काम निपटाकर आते हैं और उन आगन्तुक महानुभावकी पूजा करते हैं। वे महानुभाव तो तीनों प्रकारके स्वागत करनेवालोंकी पूजासे प्रसन्न होते हैं और उनका उपकार मानते हैं, पूजा न करनेवालोंकी अपेक्षा देर-सबेर करनेवाले भी अच्छे हैं; किंतु दर्जेका अन्तर तो रहता ही है। जो जितनी तत्परता, लगन, प्रेम एवं आदरबुद्धिसे पूजा करते हैं उनकी पूजा उतनी ही महत्त्वकी और मूल्यवान् होती है और पूजा ग्रहण करनेवालेको उससे उतनी ही प्रसन्नता होती है।

ऊपर जो बात आगन्तुक महापुरुषकी पूजाके सम्बन्धमें कही गयी है वही बात संध्याके सम्बन्धमें भी समझनी चाहिये। भगवान् सूर्यनारायण प्रतिदिन सबेरे हमारे इस भूमण्डलपर महापुरुषकी भाँति

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

पधारते हैं; उनसे बढ़कर हमारा पूज्य पात्र और कौन होगा । अतः हमें चाहिये कि हम ब्राह्ममुहूर्तमें उठकर शौच-स्नानादिसे निवृत्त होकर शुद्ध वस्त्र पहनकर उनका स्वागत करनेके लिये उनके आगमनसे पूर्व ही तैयार हो जायँ और आते ही बड़े प्रेमसे चन्दन, पुष्प आदिसे युक्त शुद्ध ताजे जलसे उन्हें अर्घ्य प्रदान करें, उनकी स्तुति करें, जप करें । भगवान् सूर्यको तीन बार गायत्रीमन्त्रका उच्चारण करते हुए अर्घ्य प्रदान करना, गायत्रीमन्त्रका (जिसमें उन्हींकी परमात्मभावसे स्तुति की गयी है और उनसे बुद्धिको परमात्ममुखी करनेके लिये प्रार्थना की गयी है) जप करना और खड़े होकर उनका उपस्थान करना,—यही संध्योपासनके मुख्य अङ्ग हैं; शेष कर्म इन्हींके अङ्गभूत एवं सहायक हैं । जो लोग सूर्योदयके समय संध्या करने बैठते हैं, वे एक प्रकारसे अतिथिके स्टेशनपर पहुँच जाने और गाड़ीसे उतर जानेपर उनकी पूजा करने दौड़ते हैं और जो लोग सूर्योदय हो जानेके बाद फुरसतसे अन्य आवश्यक कार्योंसे निवृत्त होकर संध्या करने बैठते हैं वे मानो अतिथिके अपने डेरेपर पहुँच जानेपर धीरे-धीरे उनका स्वागत करने पहुँचते हैं ।

जो लोग संध्योपासन करते ही नहीं, उनकी अपेक्षा तो वे भी अच्छे हैं जो देर-सबेर, कुछ भी खानेके पूर्व संध्या कर लेते हैं । उनके द्वारा कर्मका अनुष्ठान तो हो ही जाता है और इस प्रकार शास्त्रकी आज्ञाका निर्वाह हो जाता है । वे कर्मलोपके प्रायश्चित्तके भागी नहीं होते । उनकी अपेक्षा वे अच्छे हैं, जो

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

प्रातःकालमें तारोंके लुप्त हो जानेपर संध्या प्रारम्भ करते हैं। और उनसे भी श्रेष्ठ वे हैं, जो उषाकालमें ही तारे रहते संध्या करने बैठ जाते हैं, सूर्योदय होनेतक खड़े होकर गायत्री-मन्त्रका जप करते हैं और इस प्रकार अपने पूज्य आगन्तुक महापुरुषकी प्रतीक्षा-में, उन्हींके चिन्तनमें उतना समय व्यतीत करते हैं और उनका पदार्पण—उनका दर्शन होते ही जप बंद कर स्तुति—उनका उपस्थान करते हैं।* इसी बातको लक्ष्यमें रखकर संध्याके उत्तम, मध्यम और अधम—तीन भेद किये गये हैं।

उत्तमा तारकोपेता मध्यमा लुप्ततारका।
कनिष्ठा सूर्यसहिता प्रातःसंध्या त्रिधा स्मृता॥

(देवीभागवत ११। १६। ४)

प्रातःसंध्याके लिये जो बात कही गयी है, सायंसंध्याके लिये उससे विपरीत बात समझनी चाहिये। अर्थात् सायंसन्ध्या उत्तम वह कहलाती है, जो सूर्यके रहते की जाय; मध्यम वह है, जो सूर्यास्त होनेपर की जाय और अधम वह है, जो तारोंके दिखायी देनेपर की जाय—

उत्तमा सूर्यसहिता मध्यमा लुप्तभास्करा।
कनिष्ठा तारकोपेता सायंसंध्या त्रिधा स्मृता॥

(देवीभागवत ११। १६। ५)

---

* पूर्वां संध्यां सनक्षत्रामुपासीत यथाविधि।
गायत्रीमभ्यसेत्तावद् यावदादित्यदर्शनम्॥
(हारीतस्मृति ४। १८)

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

कारण यह है कि अपने पूज्य पुरुषके विदा होते समय पहलेहीसे सब काम छोड़कर जो उनके साथ-साथ स्टेशन पहुँचता है उन्हें आरामसे गाड़ीपर बिठानेकी व्यवस्था कर देता है और गाड़ीके छूटनेपर हाथ जोड़े हुए प्लेटफार्मपर खड़ा-खड़ा प्रेमसे उनकी ओर ताकता रहता है और गाड़ीके आँखोंसे ओझल हो जानेपर ही स्टेशनसे लौटता है, वही मनुष्य उनका सबसे अधिक सम्मान करता है और प्रेमपात्र बनता है। जो मनुष्य ठीक गाड़ीके छूटनेके समय हाँफता हुआ स्टेशनपर पहुँचता है और चलते-चलते दूरसे अतिथिके दर्शन कर पाता है, वह निश्चय ही अतिथिकी दृष्टिमें उतना प्रेमी नहीं ठहरता, यद्यपि उसके प्रेमसे भी महानुभाव अतिथि प्रसन्न ही होते हैं और उसके ऊपर प्रेमभरी दृष्टि रखते हैं। उससे भी नीचे दर्जेका प्रेमी वह समझा जाता है, जो अतिथिके चले जानेपर पीछेसे स्टेशन पहुँचता है और क्षमा-याचना करता है। महानुभाव अतिथि उसके भी आतिथ्यको मान लेते हैं और उसपर प्रसन्न ही होते हैं।

यहाँ यह नहीं मानना चाहिये कि भगवान् भी साधारण मनुष्योंकी भाँति राग-द्वेषसे युक्त हैं, वे पूजा करनेवालेपर प्रसन्न होते हैं और न करनेवालोंपर नाराज होते हैं या उनका अहित करते हैं। भगवान्‌की सामान्य कृपा तो सबपर समानरूपसे रहती है। सूर्यनारायण अपनी उपासना न करनेवालोंको भी उतना ही ताप एवं प्रकाश देते हैं, जितना वे उपासना करनेवालोंको देते हैं। उसमें न्यूनाधिकता नहीं होती। हाँ, जो लोग उनसे विशेष लाभ उठाना

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

चाहते हैं, जन्म-मरणके चक्रसे छूटना चाहते हैं, उनके लिये तो उनकी उपासनाकी आवश्यकता है ही और उसमें आदर और प्रेमकी दृष्टिसे तारतम्य भी होता ही है। भगवान्‌ने गीतामें भी कहा है—

समोऽहं सर्वभूतेषु न मे द्वेष्योऽस्ति न प्रियः।
ये भजन्ति तु मां भक्त्या मयि ते तेषु चाप्यहम्॥
(९। २९)

'मैं सब भूतोंमें समभावसे व्यापक हूँ, न कोई मेरा अप्रिय है न प्रिय है, परंतु जो भक्त मुझको प्रेमसे भजते हैं, वे मुझमें हैं और मैं भी उनमें प्रत्यक्ष प्रकट हूँ।'

ऊपरके विवेचनसे यह स्पष्ट हो जाता है कि संध्याके सम्बन्धमें पहली बात तो यह है कि उसे नित्य नियमपूर्वक किया जाय, कालका लोप हो जाय तो कोई बात नहीं; किंतु कर्मका लोप न हो। इस प्रकार संध्या करनेवाला भी न करनेवालेसे श्रेष्ठ है। दूसरी बात यह है कि जहाँतक सम्भव हो, तीनों कालकी संध्या ठीक समयपर की जाय अर्थात् प्रातःसंध्या सूर्योदयसे पूर्व और सायंसंध्या सूर्यास्तसे पूर्व की जाय और मध्याह्नसंध्या ठीक दोपहरके समय की जाय। समयकी पाबंदी रखनेसे नियमकी पाबंदी तो अपने आप हो जायगी। इसलिये इस प्रकार ठीक समयपर संध्या करनेवाला पूर्वोक्तकी अपेक्षा श्रेष्ठ है। तीसरी बात यह है कि तीनों कालकी अथवा दो कालकी संध्या नियमपूर्वक और समयपर तो हो ही, साथ ही प्रेमपूर्वक एवं आदरभावसे हो तो और भी उत्तम है। किसी कार्यमें प्रेम और आदरबुद्धि होनेसे वह अपने-आप ठीक

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

समयपर और नियमपूर्वक होने लगेगा। जो लोग इस प्रकार इन तीनों बातोंका ध्यान रखते हुए श्रद्धा-प्रेमपूर्वक भगवान् सूर्यनारायण-की जीवनभर उपासना करेंगे, उनकी मुक्ति निश्चित है।

महाभारतके आदिपर्वमें जरत्कारु ऋषिकी कथा आती है। वे बड़े भारी तपस्वी और मनस्वी थे। उन्होंने सर्पराज वासुकिकी बहिन अपने ही नामकी नागकन्यासे विवाह किया। विवाहके समय उन्होंने उस कन्यासे यह शर्त की थी कि यदि तुम मेरा कोई भी अप्रिय कार्य करोगी तो मैं उसी क्षण तुम्हारा परित्याग कर दूँगा। एक बारकी बात है, ऋषि अपनी धर्मपत्नीकी गोदमें सिर रक्खे लेटे हुए थे कि उनकी आँख लग गयी। देखते-देखते सूर्यास्तका समय हो आया। किंतु ऋषि जागे नहीं, वे निद्रामें थे। ऋषिपत्नीने सोचा कि ऋषिकी सायं-संध्याका समय हो गया; यदि इन्हें जगाती हूँ तो ये नाराज होकर मेरा परित्याग कर देंगे और यदि नहीं जगाती हूँ तो संध्याकी वेला टल जाती है और ऋषिके धर्मका लोप हो जाता है। धर्मप्राणा ऋषिपत्नीने अन्तमें यही निर्णय किया कि पतिदेव मेरा परित्याग चाहे भले ही कर दें, परंतु उनके धर्मकी रक्षा मुझे अवश्य करनी चाहिये। यही सोचकर उसने पतिको जगा दिया। ऋषिने अपनी इच्छाके विरुद्ध जगाये जानेपर रोष प्रकट किया और अपनी पूर्व प्रतिज्ञाका स्मरण दिलाकर पत्नीको छोड़ देनेपर उतारू हो गये। जगानेका कारण बतानेपर ऋषिने कहा कि 'हे मुग्धे! तुमने इतने दिन मेरे साथ रहकर भी मेरे प्रभावको नहीं जाना। मैंने आजतक कभी संध्याकी वेलाका अतिक्रमण नहीं किया। फिर क्या आज

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

सूर्यभगवान् मेरा अर्घ्य लिये बिना ही अस्त हो सकते थे ? कभी नहीं।

शक्तिरस्ति न वामोरु मयि सुप्ते विभावसोः ॥
अस्तं गन्तुं यथाकालमिति मे हृदि वर्तते ।*
(महा० आदि० ४७ । २५-२६)

सच है, जिस भक्तकी उपासनामें इतनी दृढ़ निष्ठा होती है, सूर्यभगवान् उसकी इच्छाके विरुद्ध कोई कार्य कर नहीं सकते। हठीले भक्तोंके लिये भगवान्को अपने नियम भी तोड़ने पड़ते हैं।

अन्तमें हम गायत्रीके सम्बन्धमें कुछ निवेदन कर अपने लेखको समाप्त करते हैं। संध्याका प्रधान अङ्ग गायत्री-जप ही है। गायत्रीको हमारे शास्त्रोंमें वेदमाता कहा है। गायत्रीकी महिमा चारों ही वेद गाते हैं। जो फल चारों वेदोंके अध्ययनसे होता है, वह एकमात्र व्याहृतिपूर्वक गायत्रीमन्त्रके जपसे हो सकता है†। इसीलिये गायत्री-जपकी शास्त्रोंमें बड़ी महिमा गायी गयी है। भगवान् मनु कहते हैं कि 'जो पुरुष प्रतिदिन आलस्यका त्याग करके तीन वर्षतक गायत्रीका जप करता है, वह मृत्युके बाद वायुरूप होता है और उसके बाद

---

* हे सुन्दरि ! सूर्यमें इतनी शक्ति नहीं है कि मैं सोता रहूँ और वे नियत समयपर [मुझसे अर्घ्य लिये बिना ही] अस्त हो जायँ। मेरे हृदयमें ऐसा दृढ़ विश्वास है।

† एतदक्षरमेतां च जपन् व्याहृतिपूर्विकाम्।
संध्ययोर्वेदविद् विप्रो वेदपुण्येन युज्यते ॥
(मनुस्मृति २ । ७८)

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

आकाशकी तरह व्यापक होकर परब्रह्मको प्राप्त करता है।'*

जप तीन प्रकारका कहा गया है—(१) वाचिक, (२) उपांशु एवं (३) मानसिक। एककी अपेक्षा दूसरेको उत्तरोत्तर अधिक लाभदायक माना गया है। अर्थात् वाचिककी अपेक्षा उपांशु और उपांशुकी अपेक्षा मानसिक जप अधिक लाभदायक है।† जप जितना अधिक हो, उतना ही विशेष लाभदायक होता है।

---

* योऽधीतेऽहन्यहन्येतांस्त्रीणि वर्षाण्यतन्द्रितः।
स ब्रह्म परमभ्येति वायुभूतः खमूर्तिमान्॥
(२। ८२)

† त्रिविधो जपयज्ञः स्यात्तस्य भेदं निबोधत॥
वाचिकश्च उपांशुश्च मानसस्त्रिविधः स्मृतः।
त्रयाणां जपयज्ञानां श्रेयः स्यादुत्तरोत्तरम्॥
यदुच्चनीचस्वरितैः स्पष्टशब्दपदक्षरैः।
शब्दमुच्चारयेद् वाचा जपयज्ञः स वाचिकः॥
शनैरुच्चारयेन्मन्त्रमीषदोष्ठौ प्रचालयेत्।
किञ्चिन्मन्त्रं स्वयं विद्यादुपांशुः स जपः स्मृतः॥
धिया यदक्षरश्रेण्या वर्णाद् वर्णं पदात् पदम्।
शब्दार्थचिन्तनं ध्यानं तदुक्तं मानसं जपः॥
सहस्रपरमां देवीं शतमध्यां दशावराम्।
गायत्रीं यो जपेन्नित्यं न स पापैर्हि लिप्यते॥
(नरसिंहपुराण ५८। ७८—८२, ८६)

अर्थात् जप-यज्ञ तीन प्रकारका होता है, उसका भेद आपलोग सुनें—वाचिक, उपांशु और मानस—यही तीन प्रकारका जप कहा गया है। इन तीनों जप-यज्ञोंमें उत्तरोत्तर श्रेष्ठ है (अर्थात् वाचिक जपकी अपेक्षा उपांशु और उसकी अपेक्षा मानस जप श्रेष्ठ है)। जप करनेवाला पुरुष

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

महाभारत, शान्तिपर्व (मोक्षधर्मपर्व) के १९९वें तथा २००वें अध्यायोंमें गायत्रीकी महिमाका एक बड़ा सुन्दर उपाख्यान मिलता है। कौशिक गोत्रमें उत्पन्न हुआ पिप्पलादका पुत्र एक बड़ा तपस्वी धर्मनिष्ठ ब्राह्मण था। वह गायत्रीका जप किया करता था। लगातार एक हजार वर्षतक गायत्रीका जप कर चुकनेपर सावित्रीदेवीने उसको साक्षात् दर्शन देकर कहा कि 'मैं तुझपर प्रसन्न हूँ।' परंतु उस समय पिप्पलादका पुत्र जप कर रहा था। वह चुपचाप जप करनेमें लगा रहा और सावित्रीदेवीको कुछ भी उत्तर नहीं दिया। वेदमाता सावित्रीदेवी उसकी इस जपनिष्ठापर और भी अधिक प्रसन्न हुईं और उसके जपकी प्रशंसा करती वहीं खड़ी रहीं। जिनकी साधनमें ऐसी दृढ़ निष्ठा होती है कि साध्य चाहे भले ही छूट जाय परंतु साधन नहीं छूटना चाहिये, उनसे साधन तो छूटता ही नहीं, साध्य भी श्रद्धा और प्रेमके कारण उनके पीछे पीछे उनके इशारेपर नाचता रहता है। साधननिष्ठाकी ऐसी महिमा

आवश्यकतानुसार ऊँचे-नीचे और समान स्वरोंमें बोले जानेवाले स्पष्ट शब्द-युक्त अक्षरोंद्वारा जो वाणीसे सुस्पष्ट शब्दोच्चारण करता है, वह 'वाचिक' जप कहलाता है। इसी प्रकार जिस जपमें मन्त्रका उच्चारण बहुत धीरे-धीरे किया जाय, होठ कुछ-कुछ हिलते रहें और मन्त्रका शब्द कुछ-कुछ स्वयं ही सुने (दूसरा नहीं सुने) वह जप 'उपांशु' कहलाता है। बुद्धिके द्वारा मन्त्राक्षरसमूहके प्रत्येक वर्ण, प्रत्येक पद और शब्दार्थका जो चिन्तन एवं ध्यान किया जाता है, वह 'मानस' जप कहलाता है। अधिक-से-अधिक एक हजार, साधारणतया एक सौ अथवा कम-से-कम दस बार जो द्विज गायत्रीका जप करता है वह पापोंसे लिप्त नहीं होता।

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

है। जपकी संख्या पूरी होनेपर वह धर्मात्मा ब्राह्मण खड़ा हुआ और देवीके चरणोंमें गिरकर उनसे यह प्रार्थना करने लगा कि 'यदि आप मुझपर प्रसन्न हैं तो कृपा करके मुझे यह वरदान दीजिये कि मेरा मन निरन्तर जपमें लगा रहे और जप करनेकी मेरी इच्छा उत्तरोत्तर बढ़ती रहे।' भगवती उस ब्राह्मणके निष्कामभावको देखकर बड़ी प्रसन्न हुईं और 'तथास्तु' कहकर अन्तर्धान हो गयीं।

ब्राह्मणने फिर जप प्रारम्भ कर दिया। देवताओंके सौ वर्ष और बीत गये। पुरश्चरणके समाप्त हो जानेपर साक्षात् धर्मने प्रसन्न होकर उस ब्राह्मणको दर्शन दिये और स्वर्गादि लोक माँगनेको कहा। परंतु ब्राह्मणने धर्मको भी यही उत्तर दिया कि 'मुझे सनातन लोकोंसे क्या प्रयोजन है, मैं तो गायत्रीका जप करके आनन्द करूँगा। इतनेमें ही काल (आयुका परिणाम करनेवाला देवता), मृत्यु (प्राणोंका वियोग करनेवाला देवता) और यम (पुण्य-पापका फल देनेवाला देवता) भी उसकी तपस्याके प्रभावसे वहाँ आ पहुँचे। यम और कालने भी उसकी तपस्याकी बड़ी प्रशंसा की। उसी समय तीर्थयात्राके निमित्त निकले हुए राजा इक्ष्वाकु भी वहाँ आ पहुँचे। राजाने उस तपस्वी ब्राह्मणको बहुत-सा धन देना चाहा; परंतु ब्राह्मणने कहा कि 'मैंने तो प्रवृत्ति-धर्मको त्यागकर निवृत्ति-धर्म अङ्गीकार किया है, अतः मुझे धनकी कोई आवश्यकता नहीं है। तुम्हीं कुछ चाहो तो मुझसे माँग सकते हो। मैं अपनी तपस्याके द्वारा तुम्हारा कौन-सा कार्य सिद्ध करूँ?' राजाने उस तपस्वी मुनिसे

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

उसके जपका फल माँग लिया। तपस्वी ब्राह्मण अपने जपका पूरा फल राजाको देनेके लिये तैयार हो गया, किंतु राजा उसे स्वीकार करनेमें हिचकिचाने लगे। बड़ी देरतक दोनोंमें वाद-विवाद चलता रहा। ब्राह्मण सत्यकी दुहाई देकर राजाको माँगी हुई वस्तु स्वीकार करनेके लिये आग्रह करता था और राजा क्षत्रियत्वकी दुहाई देकर उसे लेनेमें धर्मकी हानि बतलाते थे। अन्तमें दोनोंमें यह समझौता हुआ कि ब्राह्मणके जपके फलको राजा ग्रहण कर लें और बदलेमें राजाके पुण्य-फलको ब्राह्मण स्वीकार कर ले। उनके इस निश्चयको जानकर विष्णु आदि देवता वहाँ उपस्थित हुए और दोनोंके कार्यकी सराहना करने लगे, आकाशसे पुष्पोंकी वर्षा होने लगी। अन्तमें ब्राह्मण और राजा दोनों योगके द्वारा समाधिमें स्थित हो गये। उस समय ब्राह्मणके ब्रह्मरन्ध्रमेंसे एक बड़ा भारी तेजका पुञ्ज निकला तथा सबके देखते-देखते स्वर्गकी ओर चला गया और वहाँसे ब्रह्मलोकमें प्रवेश कर गया। ब्रह्माने उस तेजका स्वागत किया और कहा कि 'अहा'! जो फल योगियोंको मिलता है, वही जप करनेवालोंको भी मिलता है।' इसके बाद ब्रह्माने उस तेजको नित्य आत्मा और ब्रह्मकी एकताका उपदेश दिया, तब उस तेजने ब्रह्माके मुखमें प्रवेश किया। और राजाने भी ब्राह्मणकी भाँति ब्रह्माके शरीरमें प्रवेश किया। इस प्रकार शास्त्रोंमें गायत्री-जपका महान् फल बतलाया गया है। अतः कल्याणकामियोंको चाहिये कि वे इस स्वल्प आयाससे साध्य होनेवाले संध्या और गायत्रीरूप साधनके द्वारा शीघ्र-से-शीघ्र मुक्तिलाभ करें।

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust

मिलने का पता—

गीताप्रेस, पो० गीताप्रेस (गोरखपुर)

Ac. Gunratnasuri MS Jin Gun Aradhak Trust