

# नया दृष्टिकोण

## क्षमा फ़रार द्वारा लिखित

पितृपक्ष भारतीय परम्परा में दो सप्ताहों का वह समय होता है जब लोग अपने दिवंगत पूर्वजों एवं प्रियजनों का सम्मान करते हैं और उनके प्रति अपनी श्रद्धा अर्पित करते हैं, सामान्यतः यह सितम्बर या अक्टूबर में पड़ता है। पितृपक्ष वह समय है जब हम इन पूर्वजों द्वारा पीछे छोड़ी गई धरोहर की अभिस्वीकृति कर उसके प्रति कृतज्ञता व्यक्त करते हैं और उनके द्वारा संसार को दिए गए योगदान को मान्यता देते हैं क्योंकि वह एक ऐसी मिसाल, एक उज्ज्वल उदाहरण है, जिसका आने वाली पीढ़ियाँ अनुसरण करें।

विश्वभर की कई संस्कृतियों में, पूर्वजों का सम्मान व गुणगान करने के लिए वार्षिक समारोह आयोजित किए जाते हैं। उदाहरण के लिए, मैक्सिको व पूरे लैटिन अमरीका में 'डिया डे लोस म्यूर्टोस' ['Day of the Dead' जोकि वास्तव में कई दिनों तक मनाया जाता है], वह समय है जब लोग अपने दिवंगत प्रियजनों के लिए वेदी बनाकर उन्हें पुष्प, भोजन व पेय-पदार्थ अर्पित करते हैं।

जापान में, 'ओबॉन' [Obon] नामक एक पारम्परिक बौद्ध समारोह होता है जिसमें लोग उनसे मिलने आने वाले अपने पूर्वजों की आत्माओं को मार्ग दिखाने के लिए कण्डीलें लटकाते हैं और उनके सम्मान में नृत्य करते हैं।

इटली में, 'ऑल सोल्स डे' [All Souls Day] पर, परिवार अपने मृत सम्बन्धियों के लिए भोजन की मेज़ पर स्थान ख़ाली रखते हैं।

जर्मनी में, 'ऑल सेन्ट्स डे' [All Saints Day] और 'टॉटन्सॉन्टैग' [Totensonntag (Sunday of the Dead)] के दिन लोग, दिवंगत प्रियजनों को याद करने के लिए विशेषरूप से अपने प्रियजनों की क़ब्र पर जाते हैं।

चीन में लोग वर्ष में दो बार अपने पूर्वजों को भेंट अर्पित कर उनका सम्मान करते हैं, वसन्त ऋतु में चिंग्मिंग फ़ेस्टिवल [Qingming Festival] पर और पतझड़ में 'चोंग्येंग फ़ेस्टिवल' [Chongyang Festival] पर। इन भेंट-सामग्री में शामिल होता है, अगरबत्ती, अन्न और नोटों के रूप में धन। जिन आत्माओं का सम्मान करने के लिए कोई रिश्तेदार या आप्तजन नहीं होते उन्हें समुदायिक दान के रूप में एक 'ज़ोंग्युअंन फ़ेस्टिवल' [Zhongyuan Festival] नामक विशिष्ट पर्व के दौरान भेंट-सामग्री

अर्पित की जाती है। इस पर्व को 'हँगरी घोस्ट फ़ेस्टिवल' [Hungry Ghost Festival] भी कहा जाता है। ये सभी पर्व दो हज़ार वर्षों से भी अधिक समय से मनाए जाते रहे हैं।

और नेपाल में, 'गाई जात्रा' उत्सव के दौरान, वे परिवार जिन्होंने पिछले वर्ष अपने किसी सम्बन्धी को खोया होता है, काठमाण्डू की गलियों में एक गाय के पीछे-पीछे चलकर जाते हैं। यदि गाय उपलब्ध न हो तो उसके स्थान पर किसी बच्चे को गाय के वेश में सजाकर भी ले जाया जा सकता है। ऐसा माना जाता है कि गाय मृतात्मा को स्वर्ग का मार्ग दिखाती है।

ये तो बस कुछ ही उदाहरण हैं जिनके बारे में मैंने पिछले वर्षों में सुना है, हालाँकि मुझे विश्वास है कि और भी अनेक संस्कृतियों में ऐसी ही परम्पराएँ होंगी।

पितरों के लिए रीति-रिवाजों का पालन जहाँ कहीं भी और जैसे भी किया जाता हो, ये मनुष्य के जन्म, जीवन और मृत्यु के सतत चलते रहने वाले चक्र पर स्वाभाविक रूप से चिन्तन आरम्भ करा देती हैं। किन्तु चक्र की तरह चलती रहने वाली ये गतिविधियाँ केवल मानवीय अस्तित्व तक ही सीमित नहीं हैं। सृष्टि में आप जहाँ कहीं भी नज़र डालेंगे, आपको ऐसा ही चलन मिलेगा—सूर्य व चन्द्र के अपनी कक्षा में घूमने में, ग्रहों के नियमित क्रम से घूमने में और ऋतुओं के परिवर्तन में। जिन स्थानों पर मौसम ठण्डा होने लगता है, वहाँ अनेक वृक्षों की पत्तियाँ जीवन की हरियाली खोने लगती हैं; वे मुरझाकर धरती पर गिर जाती हैं। यह देखकर, आप उनके इस अन्त पर कुछ उदास हो सकते हैं, पर आप इस घटना को स्वीकार कर पाते हैं, क्योंकि आपको यह पहले से ही पता है और विश्वास है कि समय आने पर वसन्त फिर से आएगा और हरी पत्तियाँ दोबारा आ जाएँगी।

इसी तरह, शरीर की मृत्यु भी जीवन का एक सहज-स्वाभाविक अंग है—चाहे वह जैसे भी हो और जब भी हो। जीवन के नैसर्गिक विकास-क्रम में मृत्यु भी पूर्णतः शामिल है। ऐसा होने से, हमें कई परम्पराओं के ग्रन्थों के उपदेशों पर चिन्तन-मनन करने से लाभ मिलता है : कि शरीर भले ही नश्वर हो, किन्तु आत्मा अमर है। जब किसी व्यक्ति को इस सत्य का एहसास हो जाता है और वह इसे स्वीकार कर लेता है तो वह इस विषय में अपने मन में, अन्दर ही अन्दर अधिक दृढ़ता से यह निश्चय कर सकता है कि वह अपना जीवन कैसे जीना चाहता है और मृत्यु के प्रति उसका दृष्टिकोण कैसा हो। भारतीय दर्शन, कर्म के बारे में तथा जीवन में इसकी महत्वपूर्ण भूमिका के बारे में बताता है।

जन्म, जीवन, और मरण के चक्र पर, मैंने पहली बार तब गहराई से चिन्तन किया था, जब कई दशकों पूर्व मेरा पूरा परिवार एक गम्भीर वाहन-दुर्घटना से ग्रस्त हो गया था। चोटें गम्भीर थीं, फिर भी समय

के साथ हम सब ठीक हो गए। इस अनुभव से गुज़रने से मुझे एक नई समझ मिली जिसने मुझे पूरी तरह बदल दिया : *हर वह चीज़ जो तुम्हें लगता है कि तुम्हें खुशी देती है, यदि उसे एक ही क्षण में तुमसे छीना जा सकता है तो बेहतर होगा कि तुम उस हर क्षण पर ध्यान दो जिसे तुम जी रहे हो।* इस समझ ने मुझे एक आध्यात्मिक खोज की ओर अग्रसर कर दिया। *हर क्षण जिसे तुम जी रहे हो, पर ध्यान देने का क्या अर्थ है? सुखी जीवन का सच्चा स्रोत क्या है? जन्म क्या है और मृत्यु क्या है?* मेरी यही खोज मुझे सिद्धयोग पथ पर ले आई।

बाबा मुक्तानन्द से शक्तिपात दीक्षा प्राप्त होने और सिद्धयोग की सिखावनियों का अध्ययन व अभ्यास आरम्भ करने के बाद, मैंने यह सीखा व अनुभव किया कि जीवन में चिरस्थायी सुख अन्तर से उदित होता है, उस प्रेम से जो सभी प्राणियों के परम हृदय में विद्यमान है। मुझे यह समझ प्राप्त हुई कि इस सुख को न तो हमसे दूर किया जा सकता है, न वापस लिया जा सकता है और न ही नष्ट किया जा सकता है। और इसे प्राप्त करने के लिए साधक प्रयत्न करता है, मन की नकारात्मक प्रवृत्तियों को दूर करने का, इन्द्रियों को अनुशासित करने का, दिव्य सद्गुणों को जीवन में उतारने का, मानवता की सेवा करने का और अपने अन्तर में आत्मा पर ध्यान कर सत्य की संगति में समय व्यतीत करने का। उस दुर्घटना के कारण मुझे मृत्यु से निकटता का जो अनुभव हुआ, उसने मुझे एक नया जीवन और जीवन के प्रति एक नई समझ प्रदान की—और यह अनुभव मुझे श्रीगुरु के पास ले आया।

सिद्धयोग साधना के अपने प्रारम्भिक वर्षों में, मैं मृत्यु के एक पहलू के प्रति जागरूक हो गई जिसके बारे में मैंने पहले कभी सोचा नहीं था। यह सिखावनी मुझे भारत के एक सुप्रसिद्ध महाकाव्य, महाभारत से एक कहानी के रूप में मिली।

एक बुद्धिमान व तर्कशील यक्ष ने कुछ प्रश्न पूछकर धर्मराज युधिष्ठिर को चुनौती दी थी। वह यक्ष एक पवित्र सरोवर का स्वामी था। प्रश्नों के अन्त में उस यक्ष ने पूछा : “संसार में सबसे आश्चर्यजनक क्या है?” युधिष्ठिर ने उत्तर दिया : “सबसे आश्चर्यजनक बात यह है कि लोग अपने चारों ओर, हर कहीं यह देखते हैं कि प्रत्येक जीवित वस्तु अन्ततः मृत्यु को प्राप्त होती है, फिर भी वे कभी यह नहीं सोचते कि उनकी भी एक दिन मृत्यु होगी।”

जब मैंने एक शाम को हुए सत्संग में सुनाई गई यह कहानी सुनी तो मेरे मन में उजाला हो उठा। मैंने बहुत ही स्पष्ट रूप में देखा कि मृत्यु तो जीवन-प्रक्रिया का एक सहज व अनिवार्य अंग है। और यह भी, कि “वह सब” जो मरता है उसमें मैं भी शामिल हूँ. . . और मेरे वे सभी परिचित भी शामिल हैं जिन्हें मैं

अब जानती हूँ, जिन्हें मैं पहले कभी जानती थी या आगे कभी जानूँगी! जीवन कैसे जिया जाए, इस बारे में और अधिक जानने से मुझे मृत्यु के बारे में एक गहरी समझ प्राप्त हुई। स्वीकार करना और उसके लिए सहमति देना।

श्री मुक्तानन्द आश्रम में, १९९० के दशक के आरम्भ में, गुरुमाई चिद्विलासानन्द ने यह निर्देश दिया था कि एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्डेशन में एक विभाग बनाया जाए जो उन सिद्धयोगियों की मदद करे, जो दर्शन के लिए आते हैं और जो पत्र लिखकर उनसे यह पूछते हैं कि वे अपने प्रियजनों की मृत्यु व उनके अन्तिम समय का सामना कैसे करें। वे इस विषय में मार्गदर्शन चाहते थे कि वे अपने सामने मँडराते मृत्यु के भय का सामना कैसे करें और जो व्यक्ति इस लोक से प्रयाण करने वाला हो उसकी घबराहट दूर करने में उसकी सहायता कैसे करें। प्रश्नकर्ता पूछते थे कि वे उस समय अपने लिए और प्रयाण करने वाली आत्मा या आत्माओं की इस यात्रा को सहज बनाने हेतु सिद्धयोग की किन सिखावनियों का अभ्यास कर सकते हैं। एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्डेशन के इस भूतपूर्व विभाग को श्रीगुरुमाई ने नाम दिया, 'निर्वाण संघ'।

संस्कृत शब्द 'निर्वाण' का अर्थ है, वह जो शाश्वत है, वह जिसका अस्तित्व मृत्यु के पश्चात् भी बना रहता है, जो इस अनित्य भौतिक संसार से परे है। 'संघम्' का अर्थ है, एक आध्यात्मिक समाज या समुदाय और साथ ही किसी विशेष आध्यात्मिक समुदाय या पथ के अनुयायी।

श्रीगुरुमाई ने 'निर्वाण संघ' के नाम में 'निर्वाण' शब्द का प्रयोग किया है, क्योंकि इससे लोगों को यह बात समझने में सहायता मिलेगी कि जिस तरह जन्म महत्वपूर्ण है व उत्सव मनाने योग्य है, उसी तरह मृत्यु भी है। निर्वाण, मानव-जीवन के अन्तिम लक्ष्य व गन्तव्य को दर्शाता है; यह जीवात्मा का परब्रह्म में विलीन होना है, जन्म व मृत्यु के चक्र से आत्मा की मुक्ति है। यह शब्द, संस्कृत में और इसके समकालीन प्रयोग में भी सुख, परिपूर्ण शान्ति व सामंजस्य और स्वतन्त्रता की ही ओर संकेत करता है।

श्रीगुरुमाई द्वारा यह नाम देने का उद्देश्य था, यह बताना कि मृत्यु को वर्जित विषय न मानें; यह एक सम्मान करने योग्य बात हो सकती है, एक ऐसी घटना जिसमें दुःख के बीच भी भरपूर आनन्द विद्यमान है। इस जीवन में प्रवेश करना और इससे विदा लेना, दोनों ही इस ग्रह पर किसी आत्मा के सुन्दर, विविधतापूर्ण व रहस्यभरे साहसिक कार्य को सम्बल देने वाले सहारे हैं।

इस उद्देश्य को पूरा करते हुए, 'निर्वाण संघ', एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्डेशन का वह विभाग बन गया जो सिद्धयोगियों को, मृत्यु व मरण-प्रक्रिया से सम्बन्धित सिद्धयोग के अभ्यासों व अनुपालन विधियों के बारे में सिखाता था। मैं भी 'निर्वाण संघ' टीम के दीर्घकालिक सदस्यों में से एक थी।

'निर्वाण संघ' की टीम के सदस्य के रूप में, मैंने पिछले वर्षों में, उन सैकड़ों सिद्धयोगियों से बात की जो मरण शैया पर होते या उन लोगों की सहायता कर रहे होते जो इस संसार से विदा लेने वाले हैं। उनके साथ हुए खोजपूर्ण गहन संवादों से मैंने जो मुख्य बातें सीखीं उनमें से एक यह है कि प्रायः मरने वाले व्यक्ति को जाने के लिए अनुमति व सहायता चाहिए होती है। वह अनुभव करता है कि उसके जीवन की कुछ बातें अधूरी रह गई हैं और उन अधूरे कार्यों को पूरा करना, अपने प्रियजनों के प्रति उसका उत्तरदायित्व है। अक्सर उसे यह एहसास भी होता है कि कुछ अनसुलझे झगड़े हैं जिन्हें उसे सुलझाना है। इसके अतिरिक्त, उसकी देखभाल करने वाले व्यक्ति की अपनी भी कुछ चिन्ताएँ हो सकती हैं जो मरने वाले व्यक्ति को जाने की अनुमति देने से उसे रोकती हैं।

इन बाधाओं को कैसे दूर किया जाए? जब आत्मा एक नए अभियान पर जाने की तैयारी में हो, तब वह कौन-सा सर्वाधिक आवश्यक या अनिवार्य गुण है जिसका आवाहन किया जाना चाहिए? श्रीगुरुमाई से मैंने जो सीखा व लोगों से बातचीत में उनसे जो सुना, उस सब के आधार पर मैं कह सकती हूँ कि ऐसे समय पर सबसे आवश्यक गुण है, *क्षमा*। सभी स्तरों पर क्षमा करना व क्षमा माँगना। मरने वाले व्यक्ति को स्वयं को क्षमा करना ही चाहिए, उन बातों के लिए जिन्हें वह पूरा नहीं कर पाया या जो अधूरी रह गई हों और साथ ही उन बुरे कामों के लिए भी जो उसने अपने जीवन में किए हों या उसके विचार में उसने दूसरों को जो कष्ट पहुँचाए उनके लिए भी उसे स्वयं को क्षमा करना चाहिए। और इसी तरह उसे दूसरों को भी क्षमा कर देना चाहिए। कुछ चुनिन्दा लोगों को ही नहीं, बल्कि उन *सभी* को क्षमा करना चाहिए जिनसे उसे अब भी कुछ शिकायतें हों—कोई भी बात, छोटी से छोटी बात जिसके कारण उसे लेशमात्र भी नाराज़गी या मनुटाव का अनुभव हो रहा हो। इसी के साथ-साथ, मृत्युशैया पर पड़े व्यक्ति की सहायता करने वालों को भी, स्वयं अपने आपको ऐसी किसी भी बात के लिए क्षमा कर देना चाहिए जो मरने वाले व्यक्ति के साथ अनसुलझी रह गई हो, साथ ही धरती से प्रयाण करते हुए व्यक्ति को भी क्षमा कर देना चाहिए, *पूर्ण हृदय से* क्षमा कर देना चाहिए। यह वह समय है जब दोनों ही पक्षों को उस हर बात को छोड़ देना चाहिए जो सहज व शान्तिपूर्ण प्रयाण में बाधक हो सकती हो। यह वह सबसे बड़ा मौका है जब विदा लेने वाला व्यक्ति स्वयं को मुक्त कर सकता है : अपनी आत्मा को इस पृथ्वीलोक से बाँधने वाली हर वस्तु को छोड़ सकता है। और इस प्रक्रिया में सहायता करने वालों के

लिए भी यह अवसर है कि वे प्रयाण करने वाले व्यक्ति की सहायता पूरे मन से व भलीभाँति करें। क्षमा करने व छोड़ देने से उस पवित्र प्रवाह का निर्माण होता है जो आत्मा को एक लोक से अगले लोक में ले जाता है।

मैं इस बात को मान्यता देना चाहती हूँ कि जो भी बातें मैं यहाँ आपको बता रही हूँ वे श्रीगुरुमाई से प्राप्त वह शाश्वत ज्ञान है जो मुझे 'निर्वाण संघ' की टीम के सदस्य के रूप में सेवा करते हुए पिछले वर्षों में मिला है। यद्यपि अब एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्डेशन में 'निर्वाण संघ' टीम सक्रिय नहीं है, फिर भी मृत्यु व मरण-प्रक्रिया का सामना कैसे किया जाए, इससे सम्बन्धित प्रज्ञान, सिद्धयोग पथ के प्रकाशनों में प्रचुर रूप से उपलब्ध है।

मैंने प्रत्यक्ष रूप से यह भी देखा है कि जीवन के हर पहलू को कुशलतापूर्वक सँभालने का कितना ज्ञान लोगों के पास सहज रूप से ही है; यह बात उन लोगों के बारे में विशेषरूप से सत्य है जिन्होंने सिद्धयोग की सिखावनियों का अध्ययन व अभ्यास किया है। अब, यदि आप अपना ध्यान केवल इसी बात पर केन्द्रित रखेंगे कि आपकी समस्याएँ कितनी बड़ी हैं और उन पर क़ाबू पाना कितना कठिन है, फिर तो आप निश्चित रूप से अटककर रह जाएँगे। पर यदि आप इन समस्याओं के बारे में सोचने का अपना तरीका बदल दें तो? इसके स्थान पर, यदि आप अपने आप को किसी *अन्य* को सलाह देने वाले परामर्शदाता के रूप में रख दें तो? और वह व्यक्ति बहुत ही अशान्ति और परेशानी का अनुभव कर रहा हो। आप उससे क्या कहेंगे? मैं विश्वास दिला सकती हूँ : आप अपने ही जीवन के अनुभव से प्राप्त ज्ञान के, अन्तर-समझ के उस प्रवाह को देखकर *आश्चर्यचकित* हो जाएँगे जो आपके अन्दर से बह निकलता है। आपकी ही आँखों के सामने आपका अपना ही ज्ञान प्रकट हो उठेगा। इसके परिणामस्वरूप, जिस व्यक्ति को आप सलाह दे रहे हैं वह पूर्णतः उन्नत हो जाएगा; वह अधिक शान्त होकर प्रस्थान करेगा, उसे स्पष्टतः यह समझ में आ जाएगा कि अब उसे क्या करना है और वह आपके द्वारा दिए गए समय व सम्बल के लिए आपके प्रति पूरे हृदय से कृतज्ञ होगा।

याद रखें : सहायता अनेक भिन्न-भिन्न रूपों में आती है। कृपा निरन्तर प्रवाहित हो रही है। उससे समरस रहिए। और अपनी अच्छाई व प्राप्ति को याद रखने के लिए एक-दूसरे की सहायता करने में झिझकें नहीं।

भले ही आत्मा चिरायु है, किन्तु हम सब जानते हैं कि भौतिक शरीर के लिए समय की मर्यादा है। जैसे-जैसे मेरे अपने शरीर की आयु बढ़ती जा रही है, जैसे-जैसे मेरे अनेक मित्र व प्रियजन इस

पृथ्वीलोक को छोड़ते जा रहे हैं, मैं देखती हूँ कि मुझे समय-समय पर उनकी बहुत याद आती है, मुझे उनकी कमी महसूस होती है। ऐसे मौकों पर मैं क्या करती हूँ? मैं अपना ध्यान अन्तर में केन्द्रित करती हूँ और उन सब बातों को याद करती हूँ जो उनमें थीं। यह देखकर आपको आश्चर्य होगा कि जैसे-जैसे समय बीतता जाता है, मन केवल अच्छी बातें ही याद रखता है—और मैंने पाया है कि यह *कितना बड़ा* आशीर्वाद है। अपने दिवंगत प्रियजनों के साथ बिताए हुए अच्छे समय पर अपना ध्यान केन्द्रित करने से, वे तत्काल ही मेरे सामने मौजूद होते हैं। मैं तत्काल ही ऊर्जा से भर उठती हूँ और अपने इस संकल्प के प्रति अधिक दृढ़ हो जाती हूँ कि मेरे भाग्य में अब जितने भी वर्ष बचे हों, मुझे अपनी पूरी सामर्थ्य के साथ जीना है।

हममें से हर एक के अन्दर तेजस्विता से चमकती हुई जो आत्मा है, यानी परम हृदय, वह देह से परे और मृत्यु से परे है। वह दिव्य प्रेम जो हम सब में है, कभी नहीं मरता; परम हृदय में हम अभिन्न व शाश्वत रूप से जुड़े हुए हैं।

बाबा मुक्तानन्द ने अपनी पुस्तक *Does Death Really Exist?* के अन्त में आत्मा व मृत्यु के बारे में एक बड़ी स्पष्ट सिखावनी प्रदान की है। बाबा जी कहते हैं :

एक दिन शरीर छूट जाएगा। इस संसार में जो आता है, वह जाता भी है। किन्तु आत्मा नहीं मरती। अन्तरात्मा चिरायु व अविकारी है। मृत्यु इस तक पहुँच नहीं सकती। अतः, इस बोध के साथ जियो : “परम सत्य मेरे अन्तर में स्थित है; परम सत्य की ज्योति मेरे अन्तर में झिलमिला रही है, जगमगा रही है।” वह ज्योति ही आत्मा है।<sup>२</sup>

आपकी आयु कितनी भी हो, आप जीवन के किसी भी पड़ाव पर हों, आप किसी भी परिस्थिति से गुज़र रहे हों या कोई भी बात आपको परेशान कर रही हो, जन्म, जीवन व मृत्यु के चक्र पर नियमित रूप से चिन्तन करते रहना अत्यन्त महत्वपूर्ण है। इस चिन्तन में वह शक्ति है कि यह आपको इस धरती पर मिली जीवनरूपी अनमोल भेंट के बारे में ज्ञान प्रदान करे। आप अपने जीवन में जो भी हासिल कर सकते हैं, उस सब के विषय में यह चिन्तन आपकी समझ को बढ़ाता है। इस जीवन का, *आपके* जीवन का क्या अर्थ है, इस विषय में यह आपको नई समझ से सम्पन्न करता है, एक नए दृष्टिकोण व अन्तर-दृष्टि से सम्पन्न करता है जो आपकी अपनी होती है।

इस धरा पर अपने आगमन का आनन्द मनाएँ।

इस संसार में आपने जो भी हासिल किया है, उसका आनन्द मनाएँ।

इस संसार के साथ अपनी आसक्तियों को छोड़ देने का आनन्द मनाएँ।

एक बार, मैंने श्रीगुरुमाई को यह कहते सुना था :

आत्मा के प्रयाण के विषय में बस इस प्रकार सोचो  
जैसे वह पृथ्वी के एक कक्ष से,  
स्वर्ग के एक कक्ष में जा रही है।

---

<sup>१</sup> महाभारत, २०, “वनपर्व”; भाषान्तर : कमल सुब्रमण्यम्, *Mahabharata* [बम्बई : भारतीय विद्या भवन, १९७७], पृ. २४७। रूपान्तरण © एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्डेशन।

<sup>२</sup> स्वामी मुक्तानन्द, *Does Death Really Exist?* [साउथ फ़ॉल्सबर्ग, न्यूयॉर्क : एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्डेशन, १९९५], पृ. ३२।

