

Saivite Hindu Religion

சைவ இந்து சமயம்

शैव हिन्दू धर्म



Book Six • புத்தகம் ஆறு • छठी पुस्तक

First Edition

Copyright 1995

by Satguru Sivaya Subramuniyaswami

Saivite Hindu Religion is a six-book children's course. Books One to Four contain some illustrations and text from *Saiva Neri*, a course prepared by the Educational Publications Department of the Government of Sri Lanka. The original course, first edition, is copyright 1979 by the Government of Sri Lanka. Material from *Saiva Neri* is used with the permission of the His Excellency, the Honorable Ananda W.P. Guruge, Ambassador of Sri Lanka to the United States.

Sri Lanka Course Book Subcommittee: Mr. N. Shanmugaratnam, Mrs. Parashakti Sundaralingam, Mr. S. Velauthapillai, Mrs. Palam Lakshmanan, Dr. V. Ramakrishnan, Mr. S. Murugavel. Writers: Mrs. Puvaneshvari Arunasalam, Mrs. Manonmani Naganathan, Mrs. Paramesvari Alagaratnam, Mrs. Pathma Somakanthan, Mr. K.C. Shanmugam, Mr. K. Kuruswamy. Artists: Mr. K. Rajaratnam, T. Sriskandaraja, Mr. Asaipillai Gnanasekaram, Mr. Janarthanan Rathnasapapaty, Mrs. Paramesvari Alagaratnam. Editor: Mr. V. Vellipuram.

Original English material by Satguru Sivaya Subramuniyaswami. Translations in Hindi: Vedic University of America (USA), Dr. Seshagiri Rao (USA), Dr. Shanta Srivastava (Canada), Pandita Tirthadeva Peruman (Fiji). Translations in Tamil assisted by Tiru Ramesh Sivanathan (Malaysia), Tiru Appaswami Kuppaswami (Malaysia) and Tiru A. Rammohan (USA).

The cover art was done on commission by Vera Rosenberry. Inside the Om on the left is depicted the past manifestation of Hinduism. On the right is Hinduism in today's world.

All illustrations and text not drawn from the Sri Lanka course are copyright 1994 by Satguru Sivaya Subramuniyaswami. All rights are reserved. This book may be used to share the Hindu Dharma with others on the spiritual path, but reproduced only with the prior written consent of the publisher. Designed, typeset and illustrated by the swamis of the Saiva Siddhanta Yoga Order and published by Himalayan Academy, 107 Kaholalele Road, Kapaa, Hawaii, 96746 USA.

Published by
Himalayan Academy
India • USA

Printed in USA

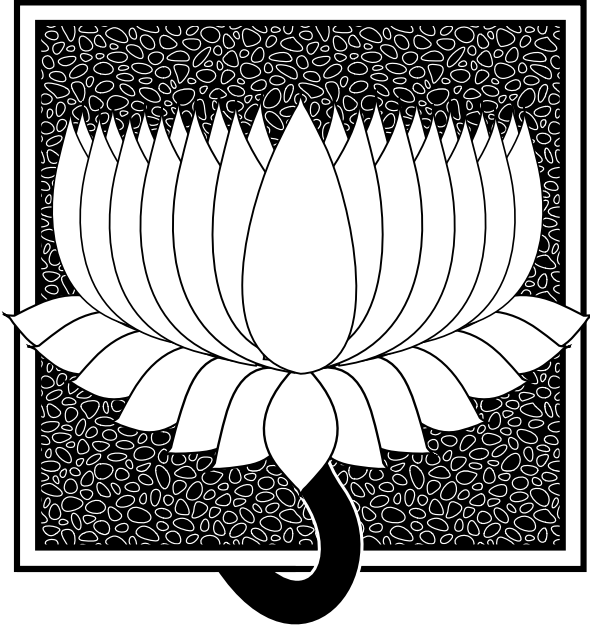
ISBN 0-945497-59-8.

TABLE OF CONTENTS

1. Yamas
 2. Niyamas
 3. Temptation
 4. Pusalar's Temple
 5. Ahimsa
 6. The Hindu Priest
 7. The Hindu Temple
 8. The Path to God-Realization
 9. What Happens When I Die?
 10. How I go to the Temple
 11. How to Prostrate
 12. Visiting a Holy Man
 13. Going on Pilgrimage
 14. The Samskaras or Sacraments
 15. Our Home Shrine
 16. Temple and Home Festivals
 17. Sin and Suffering
 18. Confession and Penance
 19. Respect for Elders
 20. God's Money
 21. How Hindus Pray
 22. The Brahmachari Ashrama
 23. The Monastic Path
 24. The Four Hindu Sects
 25. Truth is One, Paths are Many
 26. A Word to Parents and Teachers
- Glossary
- Index

विषय – सूची

१. यम
२. नियम
३. प्रलोभन
४. पुसलर का मंदिर
५. अहिंसा
६. हिन्दू पुरोहित या पूजारी
७. हिन्दू मंदिर
८. ब्रह्मज्ञान का मार्ग
९. जब हम मरते हैं तो क्या होता है ?
१०. मैं मंदिर कैसे जाता हूँ ?
११. दंडवत् कैसे करें ?
१२. एक पवित्रात्मा के दर्शन
१३. तीर्थयात्रा पर जाना
१४. संस्कार
१५. हमारा घर का मंदिर
१६. मंदिर और घर के उत्सव
१७. पाप और दुःख
१८. पाप-स्वीकृति और प्रायश्चित्त
१९. बडे-बूढों का सम्मान
२०. परमात्मा का धन
२१. हिन्दू प्रार्थना कैसे करते हैं ?
२२. ब्रह्मचर्य आश्रम
२३. यति-जीवन का मार्ग
२४. चार हिन्दू संप्रदाय
२५. सत्य एक है, मार्ग अनेक
२६. माता-पिताओं और अध्यापकों के लिए एक शब्द
शब्दावली
अनुक्रमणिका



The beautiful lotus grows out of the mud. We become pure by following the yamas.

அழகிய தாமரை மலர் சேற்றில்தான் பிறந்து வளர்கிறது. இயமங்களைப் பின்பற்றி வாழ்ந்தால் நாமும் மாசில்லாமல் ஆவோம்.

कीचड़ से सुंदर कमल पैदा होता है।
यमों का पालन करके हम पवित्र बन जाते हैं।

These can never realize God: the one who does not turn away from wicked actions; the one who has no peace; the one who is not concentrated; the one whose mind is restless—for God is known only by wisdom.

KRISHNA YAJUR VEDA, KATHA UPANISHAD 2.24

25. தீய செயல்களிலிருந்து திரும்பாதவர்கள், மன அமைதி இல்லாதவர்கள், சிந்தனையை ஒருமுகப்படுத்த முடியாதவர்கள், சிந்தனையை அடக்காதவர்கள் ஆகியோர் என்றுமே கடவுளை உணரமாட்டார்கள். ஏனெனில் கடவுளை ஞானத்தினால் மட்டுமே அறிய முடியும்.

கிருஷ்ண யசூர் வேதம், கதா உபநிடதம் 2. 24

१. ऐसे व्यक्ति कभी भगवान् को नहीं जान सकते : जो दुष्कर्मों से दूर नहीं होता, जो अशान्त है, जो केन्द्रित नहीं है, जिसका मन चंचल है – क्योंकि भगवान् को केवल प्रज्ञा द्वारा ही जान सकते हैं।

कृष्ण यजुर्वेद. कठ उपनिषद्. २.२४

1. Yamas

There are ten yamas and ten niyamas. Yamas tell us what not to do. The niyamas tell us what we should do. We should all memorize the yamas and niyamas.

1. *ahimsa*: “Non-injury.” I will not harm others by thought, word or deed.
2. *satya*: “Truthfulness.” I will not lie or betray promises.
3. *asteya*: “Nonstealing.” I will not steal, nor covet, nor enter into debt.
4. *brahmacharya*: “Divine conduct.” I will control lust by remaining celibate when single, and being faithful in marriage.
5. *kshama*: “Patience.” I will be tolerant with people and patient with circumstances.
6. *dhriti*: “Steadfastness.” I will cultivate perseverance and overcome fear, indecision and changeableness.
7. *daya*: “Compassion.” I will not be callous, cruel or have insensitive feelings toward any being.
8. *arjava*: “Honesty, straightforwardness.” I will not deceive or do wrong.
9. *mitahara*: “Moderate appetite.” I will not eat too much nor consume meat, fish, fowl or eggs.
10. *saucha*: “Purity.” I will not be impure in body, mind and speech.

1. இயமங்கள்.

இயமங்கள் பத்தும் நியமங்கள் பத்தும் உள்ளன. இயமங்கள் நாம் செய்யக் கூடாதவற்றை கூறுகின்றன. நியமங்கள் நாம் செய்ய வேண்டியவற்றைக் கூறுகின்றன. இயமங்களையும் நியமங்களையும் நாம் மனனம் செய்ய வேண்டும்.

1. அஹிம்சை: துன்புறுத்தாமை. நான் எண்ணத்தாலும், சொல்லாலும், செயலாலும் பிறருக்கு துன்பம் விழைவிக்க மாட்டேன்.

2. சத்தியம்: உண்மை. நான் பொய் கூற மாட்டேன். கொடுத்த வாக்குறுதியை மீற மாட்டேன்.

3. அஸ்தியா: திருடாமை. நான் பிறர் பொருளைத் திருட மாட்டேன். கவர்ந்து கொள்ள மாட்டேன். கடனாளியாக மாட்டேன்.

4. பிரம்மச்சாரியம்: தெய்விக ஒழுக்கம். நான் திருமணம் வரை பிரம்மச்சாரியத்தைக் கட்டுப்பாட்டோடு பின்பற்றுவேன். மேலும் திருமணத்துக்குப் பின் நம்பிக்கை உள்ளவனாக நடந்து கொள்வேன்.

5. க்ஸாமா: பொறுமை. நான் சகிப்புத் தன்மையோடு இருப்பதோடு சந்தர்ப்ப சூழ் நிலையில் பொறுமையாய் இருப்பேன்.

6. திரிதி: உறுதியான நிலை. முயற்சியை விருத்தி செய்து கொள்வேன். பயம், முடிவெடுக்க முடியாத நிலை, மாறும் நிலை முதலியவற்றைப் போக்கிக் கொள்வேன்.

7. தயை: இரக்கம். நான் இரக்கமற்றவனாய் இருக்க மாட்டேன். கொடுமை, மூர்க்கம் அல்லது பிறர் மீது உணர்ச்சியைத் தூண்டக் கூடிய வகையில் நடந்து கொள்ள மாட்டேன்.

8. ஆர்ஜவா: நேர்மை. ஒளிவு மறைவு இன்மை, நான் பிறரை ஏமாற்ற மாட்டேன். தவறு செய்ய மாட்டேன்.

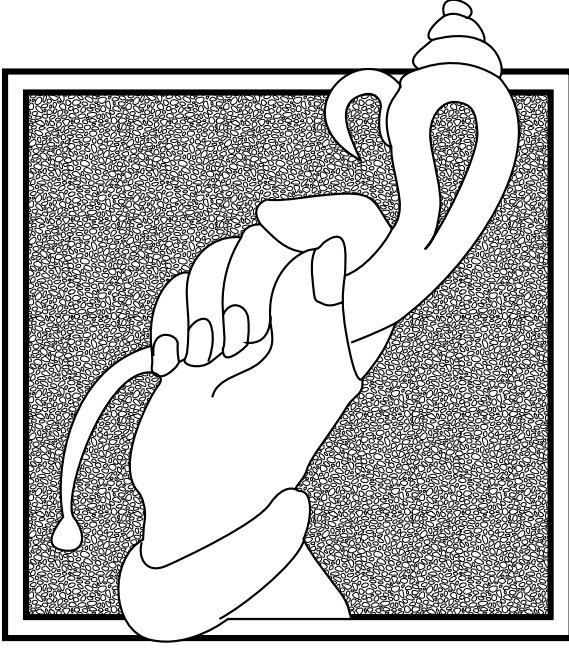
9. மிதஹாரம்: மிதமான ஆகாரம். அளவுக்கு மீறி சாப்பிட மாட்டேன். மேலும் இறைச்சி, மீன், கோழி அல்லது முட்டை முதலியவற்றைச் சாப்பிடமாட்டேன்.

10. செளச்சா: தூய்மை. உடல், உள்ளம், பேச்சு ஆகியவை தூய்மை கெட நடந்து கொள்ள மாட்டேன்.

१. यम

१० यम और १० नियम हैं। यम यह बतलाते हैं कि हमें क्या नहीं करना। नियम यह बतलाते हैं कि हमें क्या करना चाहिए। हमें ये यम नियम याद कर लेने चाहिए।

१. अहिंसा: "हिंसा न करना"। मैं मनसा, वाचा या कर्मणा किसीको हानि नहीं पहुँचाऊँगा।
२. सत्य: "सच्चा रहना"। मैं कभी झूठ नहीं बोलूँगा या वादा नहीं तोड़ूँगा।
३. अस्तेय: "चोरी न करना"। मैं कभी चोरी नहीं करूँगा, लालच नहीं करूँगा, कर्ज नहीं करूँगा।
४. ब्रह्मचर्य: "दिव्य आचरण"। अकेला रहने पर ब्रह्मचारी रहकर और गृहस्थ में निष्ठावान् रहकर वासना को वश में रखूँगा।
५. क्षमा: "धैर्य"। मैं लोगों के साथ सहिष्णु बनकर रहूँगा, और कठिन परिस्थितियों में धैर्य रखूँगा।
६. धृति: "स्थिरता"। मैं अध्यवसाय की आदत डालूँगा, और भय, अनिश्चय और परिवर्तनशीलता पर विजय पाऊँगा।
७. दया: "सहानुभूति"। मैं किसी प्राणी के प्रति कठोर, क्रूर या असहृदय नहीं रहूँगा।
८. आर्जव: "ईमानदारी, खरापन"। मैं कभी धोखा नहीं दूँगा या पाप नहीं करूँगा।
९. मितहाार: "संतुलित भूख"। मैं कभी बहुत अधिक या माँस, मछली, पक्षी या अंडे नहीं खाऊँगा।
१०. शौच: "पवित्रता"। मैं कभी शरीर, मन या वाणी से अपवित्र नहीं रहूँगा।



Lord Ganesha holds the ankusa or goad. It is His sharp prod to make us move on in dharma.

கணேசப் பெருமான் அங்குசத்தைக் கையில் ஏந்தியிருக்கிறார். அதுதான் நம்மை அறவழியில் நடாத்த அவரால் உபயோகப் படுத்தப்படும் கருவி.

गणेश जी हाथ में अंकुश लिए हुए हैं।
यह हमें धर्म के मार्ग पर आगे बढ़ाने
के लिए उनका नुकीला तेज अस्त्र है।

I will speak only what is right.
I will speak only what is the truth.
May this protect me.

KRISHNA YAJUR VEDA, TAITTIRIYA UPANISHAD 1.1.1

26. நான் சரியானதை மட்டுமே பேசுவேன். நான் உண்மையை மட்டுமே பேசுவேன். இவை என்னைக் காக்கட்டும்.
கிருஷ்ண யசுர் வேதம், தைத்திரேய உபநிடதம் 1. 11

२. मैं वही कहूंगा जो सही है। मैं वही बोलूंगा जो सत्य है। यह संकल्प मेरी रक्षा करे।
कृष्ण यजुर्वेद. तैत्तिरीय उपनिषद्. १.१.१

2. Niyamas

These are the ten niyamas, or religious practices. When we follow these practices, we are living a religious life. The yamas and niyamas were first written down in the *Vedas*. Hindus have learned and followed them for thousands of years.

1. *hri*: “Remorse.” I will be modest and show shame for misdeeds.
2. *santosh*: “Contentment.” I will seek joy and serenity in life.
3. *dana*: “Giving.” I will tithe and give generously without thought of reward.
4. *astikya*: “Faith.” I will believe firmly in God, Gods, guru and the path to enlightenment.
5. *Isvarapujana*: “Worship of the Lord.” I will cultivate devotion through daily worship and meditation.
6. *siddhanta sravana*: “Scriptural listening.” I will study the teachings and listen to the wise of my lineage.
7. *mati*: “Cognition.” I will develop a spiritual will and intellect under the guru’s guidance.
8. *vrata*: “Sacred vows.” I will fulfill religious vows, rules and observances faithfully.
9. *japa*: “Recitation.” I will chant mantras daily.
10. *tapas*: “Austerity.” I will perform sadhana, penance, tapas and sacrifice.

2. நியமங்கள்.

கீழே காண்பவை பத்து நியமங்களாகும். அல்லது சமயப் பயிற்சிக்கு உரியவையாகும். நாம் இவற்றைப் பின்பற்றும் போது நாம் சமய வாழ்வை மேற்கொள்கிறோம். இயமங்களும் நியமங்களும் முதலில் வேதங்களில் எழுதப்பட்டுள்ளன. இந்துக்கள் அவற்றைக் கற்று ஆயிரக்கணக்கான ஆண்டுகளாகப் பின்பற்றி வருகின்றனர்.

1. ஹிரி: அனுதாபம். நான் மிதமாக நடந்து கொள்வதோடு தவறான செயல்களுக்காக வெட்கப்படுவேன்.

2. சந்தோஷம்: மகிழ்ச்சி. வாழ்வில் மகிழ்ச்சியும் அமைதியும் பெறுவேன்.

3. தானம்: கொடை. எனது வருமானத்தில் பத்தில் ஒரு பங்கை கடவுளுக்கு காணிக்கை செய்வதோடு பிரதிபலன் கருதாமல் தாராளமாக தான தருமங்கள் செய்வேன்.

4. அஸ்திக்யா: நான் கடவுள், கடவுளர், குரு ஆகியோரையும் எனக்கு ஞானஒளி காட்டும் பாதையையும் மிக உறுதியாக நம்புகிறேன்.

5. ஈஸ்வர பூஜனை: ஈஸ்வரனை வழிபடல். தினசரி வழிபாடு, தியானம் மூலம் என் பக்தியைப் பெருக்கிக் கொள்வேன்.

6. சித்தாந்த ஸ்ரவண: ஆன்மீக கேட்டல். நான் போதனைகளைக் கற்பதோடு, என் சம்பிரதாய ஞானிகளின் அறிவுரைகளைக் கேட்பேன்.

7. மதி: அறிதல். நான் குருவின் வழிகாட்டல் மூலம் ஆன்மீக மனோதிடத்தையும், அறிவையும் வளர்த்துக் கொள்வேன்.

8. விரதம்: புனித உறுதி மொழி. சமய உறுதி மொழி, சமயநெறிகள், சமய அனுட்டானங்கள் ஆகியவற்றை மனப்பூர்வமாக நிறைவேற்றுவேன்.

9. ஜபம்: ஜபம் செய்தல். தினசரி மந்திரங்களை ஜபிப்பேன்.

10. தவம்: எளிமையான நெறிவழுவாமை. நான் சாதனை, நேர்த்திக் கடன், தவம், தியாகங்கள் புரிவேன்.

२. नियम

ये १० नियम या धार्मिक आचरण हैं। जब हम इनको अपने आचरण में लाते हैं तो हम धार्मिक जीवन बिताते हैं। यम और नियमों का उल्लेख सबसे पहले वेदों में हुआ है। हिन्दू इन्हें हजारों सालों से पढ़ते और पालन करते चले आए हैं।

१. ह्री: "संकोच"। मैं विनम्र रहूंगा और दुष्कर्म करने में लज्जा अनुभव करूंगा।
२. सन्तोष: "सन्तुष्टि"। मैं जीवन में आनन्द और सौम्यता प्राप्त करूंगा।
३. दान: "देना"। मैं प्रत्युपकार की इच्छा के बिना उदारता से दान दूंगा।
४. आस्तिक्य: "विश्वास"। मैं परमात्मा, देवताओं, गुरु और ज्योति के मार्ग में अटूट विश्वास रखूंगा।
५. ईश्वरपूजन: "ईश्वर की पूजा"। मैं दैनिक पूजा और ध्यान के द्वारा भक्ति की आदत डालूंगा।
६. सिद्धान्त श्रवण: "धर्मशास्त्रों को सुनना"। मैं प्रवचनों का स्वाध्याय करूंगा और अपने वंश के बुद्धिमानों की बात मानूंगा।
७. मति: "बोध"। मैं गुरु के निर्देशन में आध्यात्मिक संकल्प और बुद्धि का विकास करूंगा।
८. व्रत: "पवित्र संकल्प"। मैं धार्मिक संकल्पों, नियमों, और कर्तव्यों का निष्ठा से पालन करूंगा।
९. जप: "जपना"। मैं प्रतिदिन मंत्रों का जप करूंगा।
१०. तपस्: "तपस्या"। मैं साधना, प्रायश्चित्त, तपस्या और त्याग का अनुष्ठान करूंगा।



The *naga* or cobra is the symbol of the kundalini. It is God's cosmic energy within us.

नाग कुंडलिनी का प्रतीक है। यह हमारे भीतर रहनेवाली विश्व-शक्ति है।

The deer and birds do not go near a mountain that is on fire.
In the same way, sin does not approach a knower of God.
KRISHNA YAJUR VEDA, MAITREYA UPANISHAD 6.18

३. जिस पहाड़ में आग लगी होती है मृग और पक्षी उसके निकट नहीं जाते। इसीप्रकार ब्रह्मज्ञानी के पास पाप नहीं फटकते।
कृष्ण यजुर्वेद. मैत्रेय उपनिषद्. ६.१८

3. Temptation

Temptation is when I want to do something that I should not. I see some money my mother has left on a table. She did not leave the money for me. I would like to have the money to buy sweets. I am tempted to steal it. “She won’t miss it,” I think. “Besides, she promised last week to give me some money and then forgot. Furthermore, I’ll share the sweets with my little brother.” Then I remember the yama, “Do not steal.” “It is not part of dharma to steal,” I begin to think. “Besides, if I steal this money now, then someone will steal from me in the future. That is the kukarma I will create. No, if I need money, I will ask my mother for it in the right way. I will not give in to this temptation. I will not make a bad karma to face in the future.”

I am taking a very hard exam at school. I can see the answers the student is writing next to me. I think, “I can copy his answers and pass this test with higher marks. Besides, I really do know the answers, I just forgot this one.” So many excuses I can think up. Then I think, “This is the yama of honesty. It is dishonest to copy another’s test. I will gain a better grade by cheating. This kukarma will come back in the future. Someone will cheat me out of something. I do not want that to happen. I will not copy his answers.”

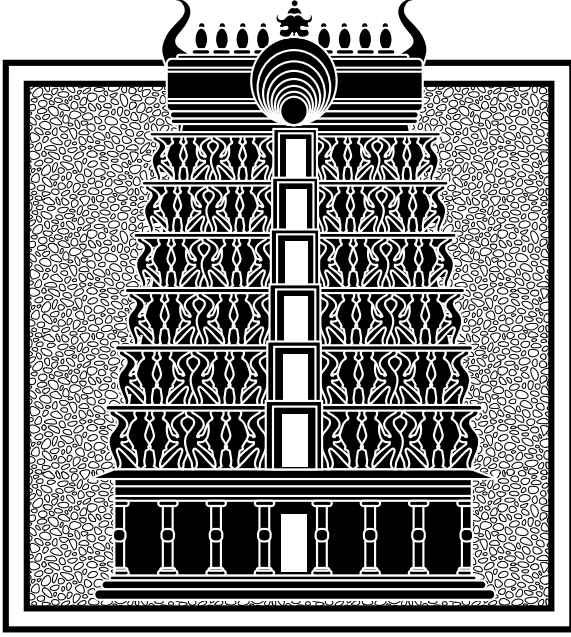
From time to time we will feel temptation. We will forget that we are a perfect soul living in God’s perfect universe. We will forget that we are always surrounded by God’s love. Because we will forget we memorize the yamas and niyamas. We learn what dharma is. We study and understand the law of karma. We know, our soul knows, when we are about to do something wrong. Before we act, we must think, “Is this action in accord with dharma? What are the consequences of this action? What karma will I make?” In this way we can avoid life’s temptations and advance spiritually.

३. प्रलोभन

जब मैं कोई ऐसा काम करना चाहता हूँ जो मुझे नहीं करना चाहिए, तो उसे प्रलोभन कहते हैं। मान लो मैं देखता हूँ कि माँ मेज़ पर कुछ पैसे रखकर भूल गई है। वे पैसे उन्होने मेरे लिए नहीं रखे। मैं चाहता हूँ कि मिठाई खरीदने के लिए वे पैसे उठा लूँ। मेरे मन में उन्हें चुराने का प्रलोभन आता है। "उसे याद भी नहीं होंगे।" मैं सोचता हूँ। "और फिर, उसने पिछले सप्ताह मुझे कुछ पैसे देने को कहा था और फिर भूल गई। फिर, मैं अपने छोटे भाई के साथ मिलकर खाऊँगा।" तब मुझे यम की याद आती है, "चोरी न करो।" "चुराना धर्म का अंग नहीं है", मैं सोचने लगता हूँ। "फिर, अगर मैं ये पैसे अब चुरा लूँगा तो भविष्य में कोई और मेरे पैसे चुराएगा। मैं तो कुकर्म पैदा कर रहा हूँ। नहीं, मुझे अगर पैसे की जरूरत होगी तो सही तरीके से मैं माँ से माँग लूँगा। मैं इस प्रलोभन में नहीं आनेवाला। मैं कुकर्म नहीं करूँगा कि भविष्य में भोगना पड़े।"

मैं स्कूल में एक कठिन परीक्षा दे रहा हूँ। मेरे आगे बैठा हुआ लड़का जो उत्तर लिख रहा है मैं उन्हें आसानी से देख सकता हूँ। मैं सोचता हूँ, "मैं अगर इसके जवाबों की नकल कर लूँ तो मैं यह परीक्षा और भी अच्छे नंबरों से पास कर लूँगा। फिर, मैं तो सभी उत्तर जानता हूँ, केवल यही एक याद नहीं आ रहा।" कई सारे बहाने मेरे दिमाग में आते हैं। फिर मैं सोचता हूँ, "ईमानदारी के बारे में एक यम है। दूसरे के उत्तर की नकल करना तो बेईमानी है। मैं धोखा देकर बढ़िया ग्रेड तो ले लूँगा, पर, यह कुकर्म भविष्य में मुझे वापस मिलेगा। दूसरा कोई किसी और चीज़ में धोखा देगा। मैं वैसा नहीं होने देना चाहता। मैं उसके उत्तरों की नकल नहीं करूँगा।"

कभी न कभी कुछ न कुछ प्रलोभन आता है। हम भूल जाते हैं कि हम पूर्ण परमात्मा की पूर्ण सृष्टि में रहनेवाली पूर्ण आत्मा हैं। हम भूल जाते हैं कि हम सदा प्रभु के प्यार से आवेष्टित हैं। क्यों कि हम भूल जाते हैं कि हमें यम नियम याद हैं। हमें धर्म का पता है। हमने कर्म के सिद्धान्त को पढ़ा और समझा है। हमें पता है कि जब हम कोई पाप करने जाते हैं तो आत्मा जान जाती है। कुछ भी करने से पहले हमें सोचना चाहिए, "यह धर्म के अनुकूल तो है? इस काम के परिणाम क्या होंगे? मैं कौनसा कर्म बनाऊँगा? इस प्रकार हम जीवन के प्रलोभनों से बचकर आध्यात्मिक उन्नति कर सकेंगे।"



The *gopuram* is the tall stone gateway to the temple. It can be seen for miles around.

पत्थर के बने मंदिर के ऊंचे प्रवेश द्वार को गोपुरम् कहते हैं। वह सब ओर से मीलों दूर से देखा जा सकता है।

I come to you in great wonder and awe. I say, "You are the God who was never born. Let your face, Siva, shine upon me. Let your love be my eternal protection."

KRISHNA YAJUR VEDA, SVETASVATARA UPANISHAD 4.21

४. मैं तुम्हारे पास अत्यधिक चकित और भयभीत होकर आया हूँ। मेरी प्रार्थना है, "तुम अजात ईश्वर हो। हे शिव, तुम्हारा मुख मेरे लिए देदीप्यमान हो। आपका प्यार मुझे शाश्वत शरण प्रदान करें।"

कृष्ण यजुर्वेद. श्वेताश्वतर उपनिषद्. ४.२१

4. Pusular's Temple

In South India there lived a Siva devotee named Pusular. For a long time he wanted to build a Siva temple. But he was so poor, he had to beg even to eat. He could not get what he needed for a temple. But Pusular did not give up. He decided to build a temple for Siva in his mind. He collected the granite stones, wood, everything in his mind. He looked for a good day to start this project. In his mind he carved the deity and built a temple. He built the towers, chariot and chariot house. Finally he finished and said, "Tomorrow will be the kumbhabhishekam." He prayed to Lord Siva, "Tomorrow You must come for the temple's dedication."

At the same time the King of Kanchipuram was building a Siva temple. He was spending lots of money on a big temple. Work went on day and night. Finally he fixed the day for the dedication. But it was the same day that Pusular set. The night before that day Lord Siva appeared in the king's dream. "Oh, you must change the day you have fixed for the dedication. Tomorrow I am going to the temple that Pusular built." The king woke up. He was very surprised. He had never heard of Pusular and certainly not of another temple being built in his kingdom. The king set off with his ministers to find this temple. He asked the villagers, "Where is Pusular who is building a temple?" They said, "Pusular is too poor to build a temple." They showed the king where Pusular lived. The king asked Pusular, "Where is your temple? I have come to see the dedication." The king told Pusular of the dream. Pusular cried in great devotion. He told the king he had built the temple in his mind! The king realized Pusular was a very great devotee of God. The king prostrated at Pusular's feet. Every day after that Pusular worshipped Siva in the temple he built in his mind. Built of great devotion, that temple was even better than the king's big stone temple. That is why Siva came to Pusular's temple first, before the king's.

४. पुसुलर का मंदिर

दक्षिण भारत में एक शिव-भक्त रहता था, नाम था पुसुलर। कई दिनों से उसकी एक शिव मंदिर बनाने की इच्छा थी। पर, वह इतना गरीब था कि भीख माँगकर खाता था। मंदिर बनाने के लिए जो कुछ चाहिए था उसे नहीं मिल पाया। पर पुसुलर ने हार नहीं मानी। उसने अपने मन में एक शिव मंदिर बनाने की ठान ली। ग्रेनाइट का पत्थर, लकड़ी आदि जो-जो चीजें उसके दिमाग में आईं वह इकट्ठा करता गया। इस प्रयोजना को शुरू करने के लिए मुहूर्त का पता लगाया। उसने अपने मन में देवता की मूर्ति बना ली और मंदिर बना लिया। उसने मीनार, रथ और रथशाला भी बना ली। जब सब बन गया तो वह बोला, "कल कुंभाभिषेक होगा।" उसने शिवजी से प्रार्थना की, "कल मंदिर का समर्पण होगा आप अवश्य आना।"

उसी समय कांचीपुरम् का राजा भी शिव जी का मंदिर बना रहा था। वह एक बड़ा मंदिर बनाने में बड़े पैसे लगा रहा था। दिन-रात काम चलता रहा। अन्त में समर्पण के लिए उसने एक दिन निश्चित किया। पर, वह वही दिन था जो कि पुसुलर ने निश्चित किया था। उस दिन की पहली रात शिव जी राजा के स्वप्न में आए और बोले, "तुम्हें समर्पण का दिन बदलना होगा क्योंकि मैं तो कल पुसुलर के मंदिर के समर्पण पर जा रहा हूँ।" राजा जाग गया। उसे बड़ा आश्चर्य हुआ। उसने कभी पुसुलर का नाम नहीं सुना था और उसने यह तो निश्चित ही नहीं सुना था कि उसके राज्य में कोई और भी शिव मंदिर बन रहा है। राजा इस मंदिर का पता लगाने के लिए मंत्रियों के साथ निकल पड़ा। उसने गाँववालों से पूछा, "वह पुसुलर कहाँ है जो मंदिर बना रहा है?" उन्होंने कहा, "पुसुलर तो बड़ा दरिद्र है, वह क्या मंदिर बनाएगा?" उन्होंने पुसुलर का घर दिखा दिया। राजा ने पुसुलर से पूछा, "तुम्हारा मंदिर कहाँ है? मैं समर्पण देखने के लिए आया हूँ।" राजा ने स्वप्न की बात कह सुनाई। पुसुलर भक्ति की रौ में रो पड़ा। उसने राजा से कहा कि उसने मंदिर अपने मन में बनाया है। राजा समझ गया कि पुसुलर एक महान् ईश्वर-भक्त है। राजा ने पुसुलर के चरणों में दंडवत् किया। उसके बाद पुसुलर रोज़ाना अपने मन में बनाए शिव मंदिर में शिव जी की पूजा करता। महान् भक्ति से बना वह मंदिर राजा के बनाए बड़े पत्थर के मंदिर से भी बढ़िया था। इसीलिए शिव जी राजा के मंदिर जाने से पहले पुसुलर के मंदिर में आए।



Hindus love and respect all of nature. We never hurt or kill the animals for God is everywhere.

हिन्दू सारी प्रकृति से प्यार और उसका सम्मान करते हैं। हम कभी किसी प्राणी को नहीं मारते क्योंकि हर एक में परमात्मा निवास करते हैं।

You must not use your God-given body for killing God's creature, whether they are human, animal or whatever.
YAJUR VEDA 12.32

५. तुम्हें परमात्म-प्रदत्त शरीर का उपयोग परमात्मा के प्राणियों को मारने में, चाहे वे मनुष्य हों, पशु हों या और कोई, नहीं करना चाहिए।

5. Ahimsa

Ahimsa or noninjury is another of the great principles of Hinduism. Ahimsa means to not hurt others. It means to not hurt other people. It means to not hurt the animals. It means to not hurt nature. Ahimsa means we don't cause pain to another by our actions, by our words or even by our thoughts. We don't hit people. We don't speak harsh or angry words to them. We don't think mean thoughts about them in our mind. Ahimsa means we don't kill and eat animals.

We follow ahimsa for two reasons. The first reason is that we believe in the law of karma. If we hurt another, then we will someday be hurt in return. If we speak bad words to another, bad words will be spoken to us. If we think mean things about another, then mean things will be thought about us. The second reason is that we know God is in everyone and everything. We do not want to hurt what is God. People who kill animals or hurt other people do not see God everywhere.

Does ahimsa mean we cannot protect ourselves? No. A great sage said, "It is wrong to kill a tiger in the forest. But if the tiger enters the village and attacks the people, then you must kill it." Such violence is the very last resort. It is allowed only after everything else has failed, and only for self-protection. Rarely, if ever, should any human have to resort to violence.

Hindus are vegetarians because we do not believe in killing. The animal has just as much right to its life as we have to ours. It is wrong to take an animal's life. We do not eat meat, fish, fowl or eggs. This is the Hindu way.

What is ahimsa? What are the three ways we observe ahimsa? What is the first reason we practice ahimsa? What is the second? Can we protect ourselves? In what circumstance? Why are Hindus vegetarians? Is it right to eat an animal?

५. अहिंसा

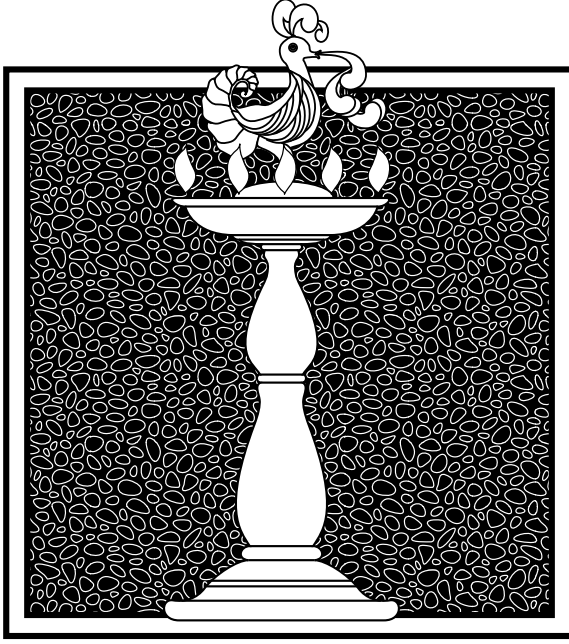
अहिंसा हिन्दू धर्म का एक और महान् सिद्धान्त है। अहिंसा का अर्थ है दूसरों को दुःख न पहुँचाना। उसका अर्थ है दूसरे लोगों को न सताना। उसका अर्थ है पशुओं को न मारना। उसका अर्थ है प्रकृति की हत्या न करना। अहिंसा का मतलब है कि हम मनसा, वाचा, कर्मणा किसी अन्य को दुःख न पहुँचाएँ। हम लोगों को चोट न पहुँचाएँ। हम उनसे गुस्से में या कोई कटु बात न कहें। हम अपने मन में उनके प्रति कोई नीच विचार न रखें। अहिंसा का अर्थ है हम पशुओं की हत्या न करें और उन्हें न खाएँ।

हम अहिंसा का पालन दो कारणों से करते हैं। पहला तो यह कि हम कर्म-सिद्धान्त को मानते हैं। अगर हम किसीको दुःख पहुँचाएँगे तो एक दिन हमें कोई दुःख पहुँचाएगा। अगर हम किसी को बुरे शब्द कहेंगे तो हमें और कोई बुरे शब्द कहेगा। अगर हम किसी के बारे में बुरा सोचेंगे तो कोई हमारे बारे में बुरा सोचेगा। दूसरा कारण यह है कि हम जानते हैं कि परमात्मा हर जीव और वस्तु में है। हम जो भी कुछ परमात्मा है उसे दुःख नहीं पहुँचाना चाहते। जो पशुओं की हत्या करते या उन्हें दुःख पहुँचाते हैं वे परमात्मा को हर जगह मौजूद नहीं देखते।

क्या अहिंसा का यह अर्थ है कि हम अपनी रक्षा भी नहीं कर सकते? नहीं। एक ऋषि ने कहा है, "जंगल में रहनेवाले शेर को जाकर मारना पाप है। पर, अगर शेर में गाँव में घुस आए और लोगों पर हमला कर दे तो उसे मार देना चाहिए।" ऐसी हिंसा केवल अंतिम उपाय है। जब और सारे उपाय निष्फल हो जाएँ तभी इसका उपयोग किया जाना चाहिए, और वह भी आत्म-रक्षा में। शायद ही कभी किसी मनुष्य को हिंसा को हाथ में लेने की ज़रूरत पड़े।

हिन्दू शाकाहारी होते हैं क्यों कि हम हत्या में विश्वास नहीं रखते। पशु को भी जीवित रहने का उतना ही हक है जितना कि हमें। पशु का प्राण हरण करना अधर्म है। हम माँस, मछली, पक्षी या अंडे नहीं खाते। यही हिन्दू धर्म है।

अहिंसा क्या है? हम किन-किन तरीकों से अहिंसा का पालन करते हैं? अहिंसा-पालन में पहला कारण क्या है? दूसरा कारण क्या है? क्या हम हिंसा द्वारा अपने आप की रक्षा कर सकते हैं? किन परिस्थितियों में? हिन्दू शाकाहारी क्यों हैं? क्या पशु को खाना ठीक है?



The kuttuvilaku or standing oil lamp symbolizes God's divine light.

कुट्टुविळक्कु या तेल का दीप-स्तंभ
परमात्मा की दिव्य-ज्योति का
प्रतीक है।

Only a well-qualified priest may perform the *parartha puja*, worship for others. He is a Saiva brahmin and a teacher.
KARANA AGAMA 18

६. केवल सुयोग्य पुरोहित ही परार्थ पूजा करा सकता है। वह शैव ब्राह्मण या गुरु होता है।
करण आगम. १८

6. The Hindu Priest

The Hindu priest is a servant of God. It is his job to perform the rituals and to care for the temple. Usually the priest is a brahmin. That means his father and grandfather and family before them have all been priests. It is passed from father to son. The priest must learn many rituals and memorize many Sanskrit chants. There are priests who can chant for weeks without ever repeating themselves! That is how many chants they know. The priest lives a very strict religious life. He has great devotion to God. He is a vegetarian. Other people can also become priests. They too must memorize many chants, learn the rituals and live the same strict religious life.

We do not go to a temple to see the priest. We go to see God. The priest helps us by performing the puja. The priest does not stand between us and God. We always show respect to the priest. He is God's servant. We don't treat him like our servant.

Before doing puja the priest has a bath and prays to God. To begin the puja he prays to Lord Ganesha. Then he calls upon God to come to the temple. God will come to the image of Him in the temple, the *murthi*. The priest makes offerings of rice, camphor, incense, holy ash, water, red turmeric powder, flowers and food. Sometimes he gives the murthi a bath with water, milk and other substances. The murthi is dressed in new clothes. He chants the 108 or 1,008 names of God and offers flowers. Then at the height of the puja a big camphor light is waved in front of God and bells are rung. After this the offerings are given to those present. On festival days the puja can be much more elaborate.

What kind of family does a priest come from? Can other people become priests? How are they trained? Who does the priest serve? What does he do during puja?

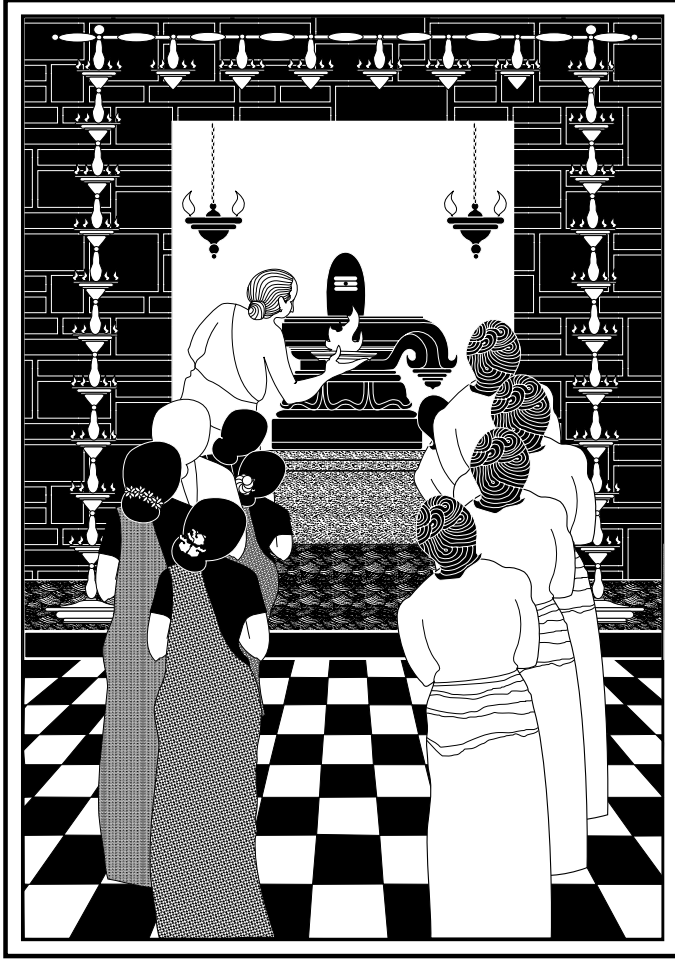
६. हिन्दू पुरोहित या पूजारी

हिन्दू पुरोहित या पूजारी परमात्मा के सेवक होते हैं। पूजा कराना और मंदिर की देखभाल करना उनका काम है। आमतौर पर पूजारी ब्राह्मण होते हैं। इसका अर्थ है कि कि उनके पिता, दादा और उनके पूर्वज सभी पूजारी थे। यह पिता से पुत्र को मिलनेवाला सेवा-कार्य है। पूजारी को संस्कारविधि सीखनी चाहिए और उन्हें बहुत-से संस्कृत के मंत्र कंठस्थ होने चाहिए। बहुत-से पुरोहित हैं जो बिना दुहराए कई सप्ताहों तक मंत्र-पाठ करते रह सकते हैं। इसीलिए वे कई मंत्र जानते हैं। पूजारी कठिन धार्मिक जीवन व्यतीत करते हैं। परमात्मा में उनकी बड़ी भक्ति होती है। वे शाकाहारी होते हैं। दूसरे लोग भी पूजारी बन सकते हैं। उनको भी कई मंत्र कंठस्थ करने होंगे, संस्कार सीखने होंगे और उसी प्रकार कठिन धार्मिक जीवन बिताना होगा।

हम मंदिर पूजारी को देखने नहीं जाते। हम भगवान् को देखने जाते हैं। पूजारी पूजा करके इसमें हमारी मदद करते हैं। पूजारी हमारे और भगवान् के बीच में खड़े नहीं होते। हम हमेशा पूजारी का आदर करते हैं। वह परमात्मा के सेवक होते हैं हमारे नौकर नहीं।

पूजा करने से पहले पूजारी स्नान करके प्रभु-प्रार्थना करते हैं। पूजा शुरू करते समय सबसे पहले वह गणेश की पूजा करते हैं। फिर वह प्रभु से मंदिर में आने की प्रार्थना करते हैं। ईश्वर मंदिर में स्थित अपनी मूर्ति में आकर विराज जाते हैं। पूजारी चावल, कपूर, धूप, भस्म, जल, कुंकुम, फूल और भक्ष्य चढ़ाते हैं। कभी-कभी वह पानी, दूध व अन्य चीजों से मूर्ति को नहलाते हैं। मूर्ति को नए कपड़े पहनाए जाते हैं। वह ईश्वर के १०८ या १००८ नामों का जप करते हैं और फूल चढ़ाते हैं। पूजा के चरम बिन्दु पर कपूर की बड़ी ज्योति जलाकर उससे प्रभु की आरती की जाती है और घंटियाँ बजाई जाती हैं। इसके बाद मंदिर में मौजूद लोगों को प्रसाद बांटा जाता है। उत्सव के दिनों में पूजा और अधिक विशाल होती है।

पूजारी किस परिवार से आते हैं? क्या दूसरे लोग पूजारी बन सकते हैं? उनको प्रशिक्षण कैसे दिया जाता है? पूजारी किसकी सेवा करते हैं? वे पूजा के दौरान क्या करते हैं?



God comes to the temple when the priest performs puja to the sacred image.

जब पूजारी पवित्र मूर्ति की पूजा करते हैं तब भगवान् मंदिर में आ जाते हैं।

A Sivalinga temple is built to protect all. It is established in villages by Gods, by seers and by ordinary men.

KARANA AGAMA 10

७. शिवलिंग मंदिर सबकी रक्षा करने के लिए बनाया जाता है। यह गाँवों में देवताओं, ऋषियों और साधारण मनुष्यों द्वारा स्थापित किया जाता है।

करण आगम १०

7. The Hindu Temple

The Hindu temple is a sacred place. This is where we go to worship God. God is everywhere, but it is easier to feel God in the temple. Water is everywhere under the ground. But we dig wells to get to it easily. The temple is like a well. Every Hindu lives within one day's journey of a temple. We should not live in a place where there is no temple. When Hindus first move to a new place, we right away build a temple.

Some temples are built by God. That means there was a great vision or experience of God at a certain place. Then the devotees built a temple there. These are the best temples. Other temples are built by men, because they needed a temple. These temples are also very good, but usually not so powerful as those built by God. The temples are built according to special rules given in scripture. Every part of a temple has a sacred purpose. It is first dedicated in a big ceremony called the Maha Kumbhabhishekam. Then every twelve years thereafter the temple is renovated, cleaned and another Maha Kumbhabhishekam is done.

In the temple is a *murthi* of God. *Murthi* means a statue or image of God. Some people call the statue an "idol." This is not a correct term. "Idol" implies the actual piece of stone is a God. But we don't believe this. We don't worship a stone. We worship God. We know that God comes from heaven during the puja. He uses the murthi like a temporary body to send blessings to the people. Great saints have seen God in visions. The murthi is made from the saint's description of God.

Why do we worship God at the temple? How close should we live to a temple? What is a temple built by God? What is a temple built by man? Where are the rules on how to build temples? What does the temple do every twelve years? What is a murthi? Why is idol a wrong word? How does God use the murthi?

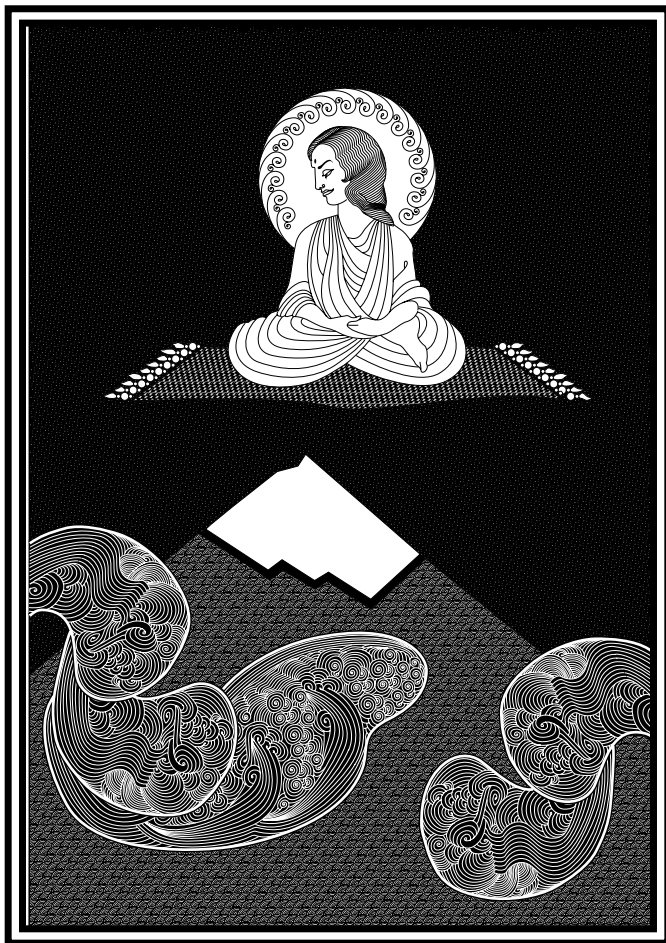
७. हिन्दू मंदिर

हिन्दू मंदिर एक पवित्र स्थान होता है। यहाँ हम भगवान् की पूजा करने जाते हैं। परमात्मा सर्वत्र है परन्तु उन्हें मंदिर में अनुभव करना अधिक आसान है। भूमि के नीचे पानी सर्वत्र है परन्तु हम उसे आसानी से प्राप्त करने के लिए कुएँ खोद लेते हैं। मंदिर कुएँ की तरह है। हर हिन्दू मंदिर के इतने पास रहता है कि एक ही दिन में यात्रा हो जाए। जिस जगह मंदिर न हो वहाँ हमें नहीं रहना चाहिए। जब हिन्दू कोई नई जगह बसाते हैं तो तुरंत वहाँ एक मंदिर बनाते हैं।

कुछ मंदिर भगवान् स्वयं बनाते हैं। अर्थात् कुछ स्थानों पर प्रभु के दर्शन या उनकी अनुभूति हुई। तब भक्तों ने वहाँ मंदिर बना दिया। ये सर्वोत्तम मंदिर हैं। अन्य मंदिर मनुष्यों ने बनाए क्योकि उन्हें जरूरत थी। ये मंदिर भी अच्छे हैं परंतु साधारणतया वे इतने ऊर्जस्वी नहीं हैं जितने कि भगवान् के बनाए हुए मंदिर हैं। मंदिर शास्त्रों में उल्लिखित नियमों के अनुसार बनाए जाते हैं। मंदिर के हर भाग का कोई पवित्र प्रयोजन होता है। वह सर्वप्रथम एक बड़ा उत्सव करके, जिसे महा कुंभाभिषेकम् कहते हैं, समर्पित किया जाता है। फिर हर १२ वें वर्ष मंदिर का नवीकरण और निर्मलीकरण होता है और तब एक और महा कुंभाभिषेकम् किया जाता है।

मंदिर में परमात्मा की मूर्ति होती है। मूर्ति का अर्थ है परमात्मा की प्रतिमा। मूर्ति को कुछ लोग "बुत" कहते हैं। परंतु यह सही शब्द नहीं है। "बुत" का आशय यह होता है कि पत्थर ही भगवान् है। पर हम यह बात नहीं मानते। हम बुतपरस्त नहीं हैं, पत्थर की पूजा नहीं करते। हम भगवान् की पूजा करते हैं। हम जानते हैं कि पूजा के समय भगवान् स्वर्ग से आ जाते हैं। वह लोगों को आशीर्वाद देने के लिए अस्थायी रूप में कुछ समय के लिए मूर्ति को अपना शरीर बना लेते हैं। बड़े-बड़े सन्तों ने अन्तर्दृष्टि में भगवान् को देखा है। उन सन्तों ने भगवान् का जैसा वर्णन करते हैं उसके आधार पर मूर्ति बनाई जाती है।

हम मंदिर में भगवान् की पूजा क्यों करते हैं? हमें मंदिर के कितने पास रहना चाहिए? परमात्मा का बनाया हुआ मंदिर से क्या अर्थ है? मनुष्य का बनाया हुआ मंदिर कौनसा है? मंदिर बनाने के संबंध में नियम कहाँ दिए हुए हैं? हर बारहवें साल मंदिर क्या करता है? मूर्ति क्या है? बुत कहना क्यों गलत है? परमात्मा मूर्ति का उपयोग कैसे करते हैं?



Guided by the satguru the
yogi finally realizes God.
Then he is a jnani—
a wise one.

सद्गुरु के पथ-प्रदर्शन से
अन्ततोगत्वा योगी ब्रह्मज्ञान प्राप्त
कर लेते हैं। तब वे ब्रह्मज्ञानी बन
जाते हैं।

The path of God's servant is to perform simple temple duties.
These are lighting the lamps, picking flowers, lovingly polishing
the floors, sweeping, singing the Lord's praise, ringing the bell
and fetching water.

TIRUMANTIRAM 1502

८. परमात्मा के सेवक के लिए मार्ग यह है कि वह मंदिर के साधारण काम करे। ये हैं: दीपक
जलाना, फूल चुनना, प्रेम से फर्श को चमकाना, झाड़ू लगाना, प्रभु के भजन गाना, घंटी बजाना
और पानी लाना।

तिरुमंतिरम् १५०२

8. The Path to God-Realization

Our scriptures teach us there are four *padas* or stages we must go through to realize God. They are like taking different grades in school. We start with the lowest grade, and then we move up. But for the *padas*, it can take many lifetimes to go from one to another. We don't choose which *pada* to practice, we start with the first and move slowly upwards. Just as in school, you can't say "I'd rather be in eighth grade than fourth." No, you have to go up grade by grade.

The first is *charya pada*, or "good conduct stage." Here we learn to live according to dharma. We behave according to the *yamas* and *niyamas*. We become God's servant. In *charya pada*, we should help around the temple. We should clean the temple, light the lamps and collect flowers for worship. There are many ways we can help at festival times.

The second is *kriya pada*, "worship stage." This is the *pada* where we become truly devoted to God. We really feel and know that God is our Mother and Father. Everyday we do *japa* and perform *puja*. Often we go to the temple.

The third is *yoga pada*, "union stage." This is the *pada* where we work to realize God. We must have a *satguru* to realize God. He will guide us on this difficult path. We start *yoga pada* only after we have done *charya* and *kriya pada* for many lives. Few reach this stage. The goal is God-Realization.

The fourth is *jnana pada*, "wisdom stage." This is the stage of our God-Realized saints and sages. They shower their blessings upon all of us. They will not reincarnate again.

What is a pada? How do we get from one to the next? Can we choose which pada to practice? What is charya? What is kriya? What is goal of yoga? What is jnana?

८. ब्रह्मज्ञान का मार्ग

हमारे धर्मशास्त्र बतलाते हैं कि ब्रह्मज्ञान के लिए हमें चार पादों या स्तरों में से होकर जाना होगा। ये वैसे ही हैं जैसे स्कूल में विभिन्न ग्रेडों में से गुज़रके जाते हैं। हम निम्नतम ग्रेड से शुरू करते हैं और ऊपर-ऊपर चढ़ते चले जाते हैं। पर, जहाँ तक पादों का संबंध है, एक से दूसरे में जाने के लिए कई जन्म लेने पड़ सकते हैं। हम अभ्यास के लिए पाद का चुनाव नहीं कर सकते, हमें पहले पाद से शुरू करना होगा और एक-एक करके ऊपर जाना होगा। जैसे स्कूल में हम कहते हैं "मैं चाहूँगा कि चौथे के बजाय आठवें ग्रेड में चला जाऊँ", यहाँ नहीं कह सकते। नहीं। तुम्हें एक-एक ग्रेड करके ही ऊपर चढ़ना होगा।

प्रथम पाद है "चर्या पाद" या "सदाचार का स्तर"। इसमें हम धर्मानुकूल जीवन बिताना सीखते हैं। हम यम नियमों के अनुसार व्यवहार करते हैं। हम प्रभु के सेवक बन जाते हैं। चर्या पाद में हमें मंदिर के कामों में मदद करनी चाहिए। हम मंदिर की सफ़ाई करें, दीपक जलाएँ, पूजा के लिए फूल एकत्रित करें। उत्सवों में तो बहुत-से ऐसे काम हैं जिनमें हम मदद दे सकते हैं।

दूसरा है "क्रिया पाद", "पूजा स्तर"। यह वह पाद है जहाँ हम सच्चे मानों में प्रभु के भक्त बन जाते हैं। हम सचमुच अनुभव करने लगते हैं कि परमात्मा हमारे माता-पिता हैं। हम प्रतिदिन जप करते हैं और पूजा करते हैं। हम प्रायः मंदिर जाते हैं।

तीसरा है "योग पाद", "एकीभाव स्तर"। यह वह पाद है जहाँ हम प्रभु को जानने के लिए काम करते हैं। ब्रह्मज्ञान पाने के लिए हमें एक सद्गुरु करना होगा। इस कठिन मार्ग पर वही हमारा मार्ग दर्शन करेंगे। कई जन्मों तक चर्या और क्रिया पाद पूरा करने के बाद ही हम योग पाद प्रारंभ कर सकते हैं। इस स्तर पर बहुत कम लोग पहुँच पाते हैं। ब्रह्मज्ञान इसका लक्ष्य है।

चौथा है "ज्ञान पाद", "प्रज्ञा स्तर"। यह स्तर ब्रह्मज्ञानी सन्तों और ऋषियों का स्तर है। वे हम सब पर अपने आशीर्वादों की वर्षा करते हैं। वे पुनः जन्म नहीं लेंगे।

पाद क्या है? एक पाद से दूसरे को हम कैसे जाते हैं? क्या हम अभ्यास के लिए किसी भी पाद को चुन सकते हैं? चर्या क्या है? क्रिया क्या है? योग का लक्ष्य क्या है? ज्ञान क्या है?



When we die the soul leaves our body. It goes to the heaven world to the feet of Lord Siva.

जब हमारी मृत्यु होती है हमारी आत्मा शरीर छोड़ देती है। वह स्वर्ग लोक को शिव जी के चरणों में चली जाती है।

In heaven there is no fear at all. Death is not there. None worry about growing old. All are free from hunger and thirst. All are free from sorrow. All rejoice and are glad.

KRISHNA YAJUR VEDA, KATHA UPANISHAD 1.12

९. स्वर्ग में कोई भय नहीं है। वहाँ मृत्यु नहीं है। किसी को बूढ़ा होने की चिन्ता नहीं है। सभी भूख और प्यास से मुक्त हैं। सब दुःख से मुक्त हैं। सब प्रसन्न और आनन्द में रहते हैं।
कृष्ण यजुर्वेद. कठ उपनिषद्. १.१२

9. What Happens When I Die?

My soul is immortal. My soul cannot die. My soul is the “real” me. I cannot die. I live in a physical body. But I am not my physical body. I wear clothes also, but I am not the clothes. I can take off one set of clothes and put on another. In the same way I can leave one physical body and later reincarnate in another. All the while God loves and guides me through these lives.

To die is not painful. I may experience pain before I die, from sickness or injury. But to actually die is a great experience. Hindus call it *mahaprasthanā*, “the great departure.” My soul body gets up out of the physical body and goes into the antarloka. It is just like walking from one room into another room. I am completely conscious, in fact, more “awake” than I have ever been in my physical body. I meet the devas. I meet my relatives and friends who died before me. I enter a beautiful land of light and goodness. There I am never hot or cold. There I do not need to eat or sleep. There I cannot be hurt. There I will prepare for my next life.

My body was cremated soon after I died, as is traditional for Hindus. That way I am free in the antarloka. I am not pulled back to this bhuloka. My still-living relatives mourn for me, but they know I am really alive. So they do not mourn too long or too hard. We Hindus know the inner truth of life and death. We know the soul is immortal.

There is one bad way to die. That is suicide. Our soul goes into the lower worlds, and suffers. We are quickly reborn into the same kind of life we tried to escape. Suicide solves nothing.

Can you die? What is the physical body like? Is it painful to die? What is mahaprasthanā? What is life like in the antarloka? Why are we cremated? What is wrong with suicide?

९. जब हम मरते हैं तो क्या होता है ?

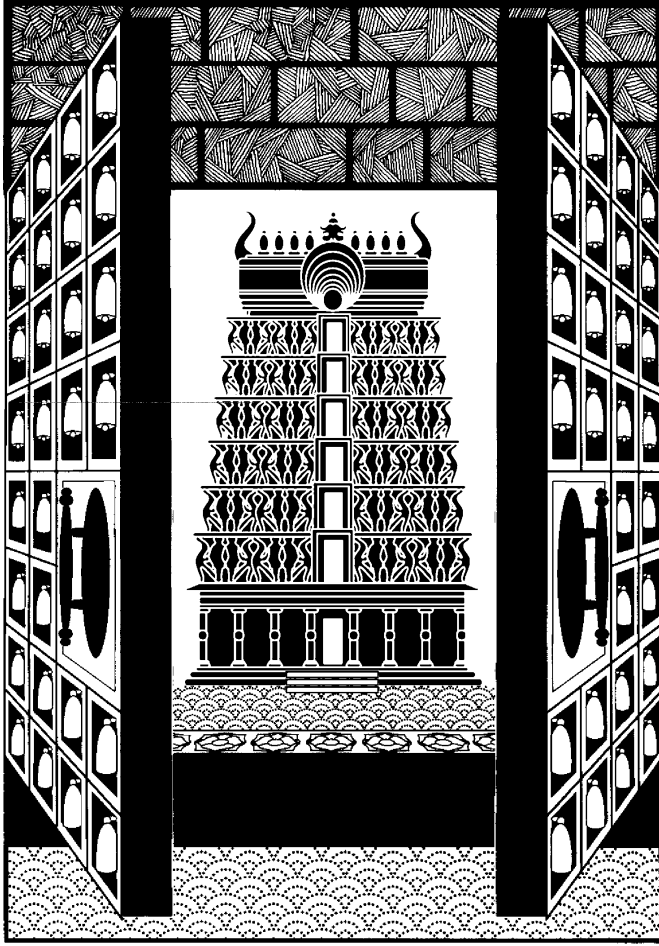
मेरी आत्मा अविनश्वर है। मेरी आत्मा मर नहीं सकती। मेरी आत्मा ही "वास्तविक" मैं है। मैं भौतिक शरीर में रहता हूँ। पर, मैं मेरा भौतिक शरीर नहीं हूँ। मैं कपड़े भी पहनता हूँ, पर मैं कपड़े नहीं हूँ। मैं कोई भी कपड़े उतारकर नए कपड़े पहन सकता हूँ। इसी तरह मैं एक भौतिक शरीर छोड़कर दूसरे शरीर में पुनर्जन्म ले सकता हूँ। सभी समय मुझे प्रभु प्यार करते हैं और इन जन्मों के द्वारा मुझे मार्ग दिखाते हैं।

मृत्यु दर्दनाक नहीं होती। मुझे मृत्यु से पहले बीमारी या चोट की वजह से पीडा का अनुभव हो सकता है। परन्तु मृत्यु वस्तुतः एक महान् अनुभूति है। हिन्दू इसे "महाप्रस्थान" कहते हैं। मेरी आत्मा भौतिक शरीर से निकलती है और अन्तर्लोक में चली जाती है। यह बिल्कुल ऐसा ही है जैसे एक कमरे से निकलकर दूसरे कमरे में चले जाना। मैं पूर्ण सचेत रहता हूँ। सच कहा जाए तो भौतिक शरीर में कभी जितना जागृत था उससे कहीं अधिक जागृत इस समय रहता हूँ। मैं देवों से मिलता हूँ। मैं अपने उन मित्रों और संबंधियों से मिलता हूँ जो मुझसे पहले मर चुके हैं। मैं ज्योति और पुण्य के सुंदर लोक में प्रवेश करता हूँ। मुझे वहाँ सदी गमी कुछ नहीं लगती। वहाँ मुझे खाने या सोने की कोई ज़रूरत नहीं पड़ती। मुझे वहाँ दुःख नहीं होता। वहाँ मैं अपने नए जन्म के लिए तैयारी करता हूँ।

जैसे कि हिन्दुओं में परंपरा है मृत्यु होने के एकदम बाद शरीर जला दिया गया। उस प्रकार मैं अन्तर्लोक में बंधन से मुक्त हो गया। मैं इस भूलोक की ओर खींचा नहीं जाता। मेरे जीवित संबंधी मेरे लिए शोक करते हैं, पर, वे जानते हैं कि मैं वस्तुतः जीवित हूँ। इसलिए वे मेरे लिए बहुत ज्यादा देर तक या बहुत अधिक शोक नहीं करते। हम हिन्दू जीवन और मृत्यु की आन्तरिक सचाई को जानते हैं। हम जानते हैं कि आत्मा अमर है।

मरने का एक खराब ढंग भी है। वह है आत्महत्या। तब हमारी आत्मा अधम लोकों में चली जाती है और कष्ट उठाती है। हम जिस तरह के जीवन से बचने की कोशिश में थे उसीमें तुरंत फिर से हमारा जन्म हो जाता है। आत्महत्या से कोई समस्या हल नहीं होती।

क्या तुम मर सकते हो ? भौतिक शरीर किस प्रकार का होता है ? क्या मृत्यु दर्दनाक होती है ? महाप्रस्थान क्या है ? अन्तर्लोक में जीवन कैसा होता है ? हमारे शरीर को जलाया क्यों जाता है ? आत्महत्या गलत क्यों है ?



We always approach the temple with awe, just as if we were going to see a great king.

हम हमेशा भय के साथ मंदिर जाते हैं
, मानो किसी बड़े राजा से मिलने जा
रहे हों

When he visits the temple he should repeat the Siva mantra.
He should do circumambulation, prostration and surrender
of the self.

KARANA AGAMA 446

१०. जब वह मंदिर जाए तो उसे शिव मंत्र का जप करते जाना चाहिए। उसे परिक्रमा और दंडवत्
करना चाहिए तथा स्व-समर्पण करना चाहिए।

करण आगम, ४४६

10. How I go to the Temple

Today is Friday, and I am going to the temple. I have bathed, put on clean clothes and prepared an offering of flowers and fruit. Already I feel happy inside because I will get to see God in the temple. Going to the temple is the big event today, I'm not just stopping by on my way to my friend's.

After I go through the temple gate, I take off my shoes, wash my feet and hands and rinse my mouth. I go into the temple and worship at Lord Ganesha's shrine. Then I walk clockwise around the main sanctum. All the time my mind is on God and God's love for me. Just to be in the temple makes me feel quiet inside. Since it is puja time, I sit while the priest conducts the puja. I don't talk to my friends, or think about worldly things like playing games later. Even though I don't understand the Sanskrit chanting, I can feel the mantras bring peace to my mind. I think about how I love God and how He loves, protects and guides me. During the time the curtain is closed, I sing a bhajana. Then there is the arati and the priest passes out the sacraments. I take each with devotion. They contain God's blessing.

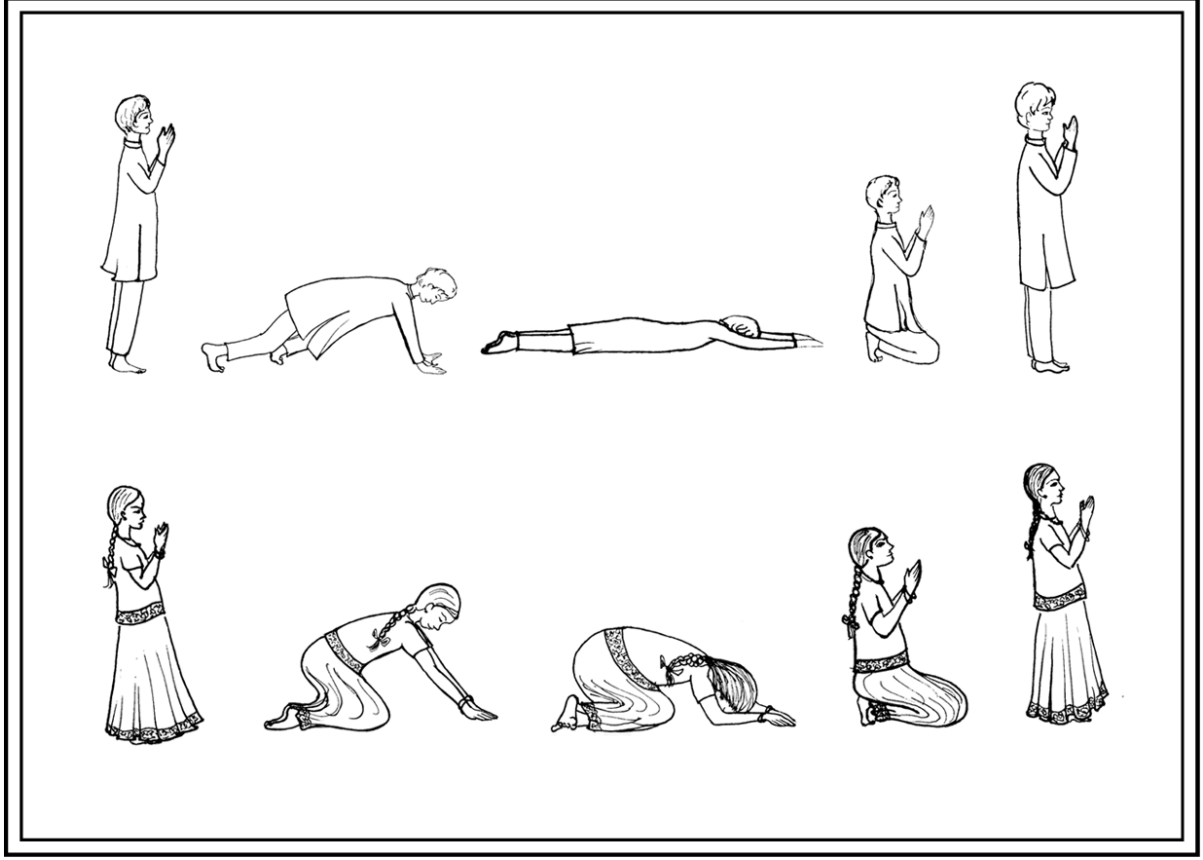
This is a special day for me. My school exams are on Monday. So after the puja I ask the priest to perform an archana for me. I give him the offerings. He takes them to the sanctum and chants my name before God, so God knows I am making a special request. Then he does a short form of the puja. I don't tell the priest what I want, I just pray and know that God will hear me. Afterwards the priest gives me back most of the offerings. I sit quietly at the side of the temple. I meditate on God for a while. Then I walk around the sanctum again and go home. I take some of the offerings with me and share them with my family. I put the flowers on my home altar and light a lamp. Then the devas who came back with me from the temple will bless my family.

१०. मैं मंदिर कैसे जाता हूँ

आज शुक्रवार है और मैं मंदिर जा रहा हूँ। मैं नहा लिया हूँ, नए कपड़े पहन लिए हैं, भेंट चढ़ाने के लिए फल फूल तैयार कर लिए हैं। मुझे अभी से मन में खुशी हो रही है क्योंकि मंदिर में मुझे भगवान् के दर्शन करने को मिलेंगे। आज मंदिर जाना ही मेरे लिए विशेष काम है, उसी के लिए खास निकल रहा हूँ, ऐसा नहीं कि अपने मित्रों के यहाँ जाते हुए बीच में थोड़ी देर के लिए हो आऊंगा।

मंदिर के दरवाजे से भीतर जाने के बाद मैं अपने जूते उतार देता हूँ, और हाथ – पैर धोकर कुल्ला करता हूँ। मैं मंदिर के अंदर जाकर गणेश जी के मंदिर जाता हूँ। तब मैं मुख्य मंदिर की प्रदक्षिणा करता हूँ। सारे समय मेरे मन में एक ही बात रहती है प्रभु और मेरे लिए प्रभु का प्यार। मंदिर में घुसते ही मेरे मन में शान्ति छा जाती है। चूंकि यह पूजा का समय है मैं बैठ जाता हूँ और पूजारी जी पूजा करते हैं। मैं अपने मित्रों से बातचीत नहीं करता, न मैं बाद में खेलनेवाले खेल आदि दुनियावी चीजों के बारे में सोचता हूँ। यद्यपि मैं संस्कृत मंत्रों के अर्थ नहीं जानता फिर भी मंत्रों के द्वारा मन में आ रही शान्ति का अनुभव करता हूँ। मैं प्रभु को कितना प्यार करता हूँ और प्रभु मुझे कितना प्यार करते हैं, मेरी रक्षा करते हैं और मेरा मार्गदर्शन करते हैं, इत्यादि के बारे में सोचता हूँ। जब पर्दा बंद हो जाता है उस समय मैं एक भजन गाता हूँ। फिर आरती होती है और पूजारी जी प्रसाद लेकर आते हैं। मैं हर चीज़ बड़ी श्रद्धा के साथ ग्रहण करता हूँ. उनमें प्रभु का आशीर्वाद रहता है।

आज मेरे लिए एक विशेष दिन है। सोमवार को मेरी परीक्षाएँ शुरू हैं। इसलिए पूजा के बाद मैं पूजारी जी से मेरे लिए अर्चना करने की प्रार्थना करता हूँ। मैं लाई हुई भेंट की सामग्री उन्हें दे देता हूँ। वह उसे अंदर ले जाते हैं और भगवान् के सामने मेरा नाम उच्चारण करते हैं, तब प्रभु को पता चल जाता है कि मैं विशेष प्रार्थना कर रहा हूँ। तब वह मेरे लिए छोटी सी पूजा कर देते हैं। मैं पूजारी जी से नहीं कहता कि मैं क्या चाहता हूँ, मैं केवल पूजा करता हूँ और जानता हूँ कि प्रभु मेरी सुनेंगे। बाद में पूजारी जी भेंट का बहुत-सा भाग मुझे दे देते हैं। मैं मंदिर की एक ओर चुपचाप बैठ जाता हूँ। मैं कुछ देर भगवान् का ध्यान करता हूँ। तब मैं मुख्य मंदिर की एक बार प्रदक्षिणा करता हूँ और घर चला जाता हूँ। मैं भेंट की चीजें घर ले जाता हूँ और अपने परिवारवालों के साथ मिलकर खाता हूँ। फिर मैं अपने घर के मंदिर में देवता पर फूल चढ़ाता हूँ और दीपक जलाता हूँ। तब जो देव मेरे साथ मंदिर से आए थे वे मेरे परिवार को आशीर्वाद देते हैं।



Be one to whom the mother is a God. Be one to whom the father is a God. Be one to whom the teacher is a God. Be one to whom the guest is a God.

KRISHNA YAJUR VEDA, TAITTIRIYA UPANISHAD 5.4

११. माँ को ईश्वर समझनेवाले बनो। पिता को ईश्वर समझनेवाले बनो। गुरु को ईश्वर समझनेवाले बनो। अतिथि को ईश्वर समझनेवाले बनो।

कृष्ण यजुर्वेद. तैत्तिरीय उपनिषद्. ५.४

11. How to Prostrate

Pranama, prostration, means to bow down. It is how we Hindus show respect to God, Gods, holy men and our elders. By prostrating we show we are dependent upon them. We show we trust them. One should never be too proud to prostrate.

Ashtanga pranama is for men and boys. It means, “eight-limbed prostration.” This is a prostration completely on the floor. Hands, chest, forehead, knees and feet touch the ground. First we stand and do namaskara. Then we kneel, place our hands on the ground, extend our feet backwards and lower our chest to the ground. We touch our forehead to the ground.

Panchanga pranama is for women and girls. It means, “five-limbed prostration.” This is a prostration where we kneel on the floor and our hands, head and legs touch the ground. Our ankles are crossed, right over left. First we stand and do namaskara. We kneel and then place our hands and head on the ground and cross our ankles.

We prostrate before the deity in the temple. We prostrate before our elders and our parents. We prostrate before great saints and sages. We prostrate before our satguru. We can touch their feet as we prostrate.

There is also a simple form of paying respects to elders or holy men. We do namaskara, then bend over while still standing, or kneel slightly, and touch our hands to their feet. Then we put our hands to our eyes. This can also be done in the temple, instead of a full prostration, especially if it is crowded. We never lack the humility to prostrate fully.

Who do we prostrate to? Why do we prostrate? Should we be too proud to prostrate? How do men prostrate? How do women prostrate? What is a simple form of prostration?

११. दंडवत् कैसे करें

प्रणाम, दंडवत् का अर्थ है, नतमस्तक होना। हम हिन्दू इसी तरह ईश्वर, देवों, पवित्र मनुष्यों और अपने बड़ों का सम्मान करते हैं। दंडवत् करके हम बताना चाहते हैं कि हम उनके आश्रित हैं। हम बताते हैं कि हम उनका पूरा भरोसा करते हैं। हम इतना घमंडी नहीं होना चाहिए कि दंडवत् न करें।

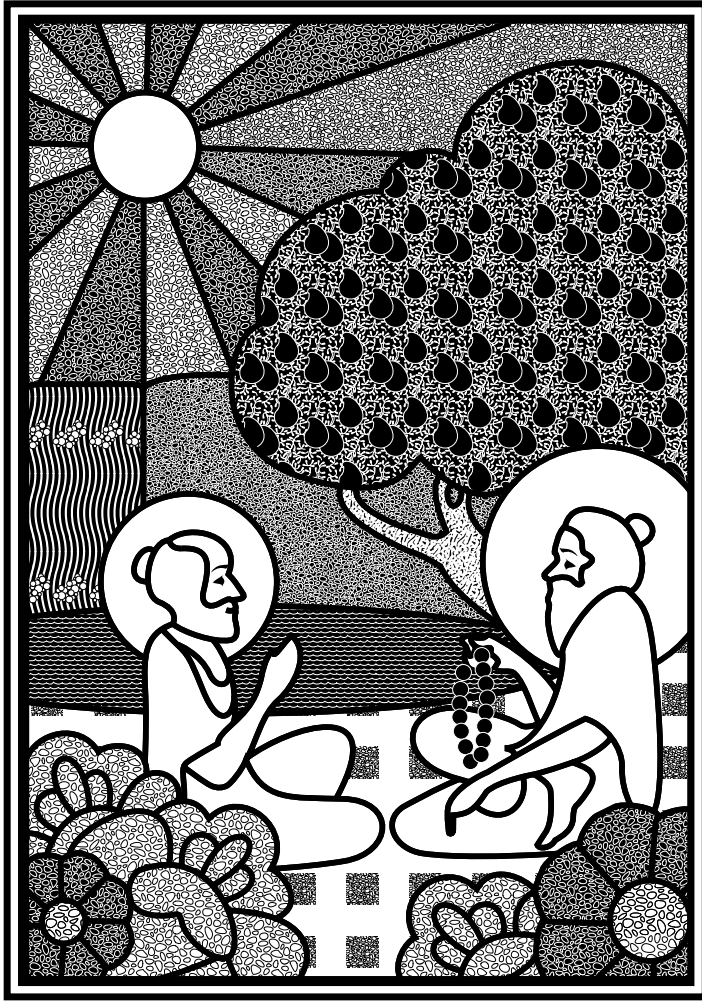
पुरुषों और लड़कों के लिए "अष्टांग प्रणाम" का नियम है। इसका अर्थ है "आठों अंगों से दंडवत्"। यह दंडवत् ज़मीन पर पूरी तरह लेटकर किया जाता है। हाथ, छाती, मस्तक, घुटने और पैर ज़मीन से सट जाते हैं। पहले हम खड़े होकर नमस्कार करते हैं। फिर हम घुटनों के बल बैठ जाते हैं, ज़मीन पर दोनों हाथ टेक देते हैं, अपने पैर पीछे की ओर फैलाते हैं और छाती को ज़मीन से लगा देते हैं। तब हम अपना मस्तक ज़मीन पर टेकते हैं।

स्त्रियों और लड़कियों के लिए "पंचांग प्रणाम" का नियम है। इसका अर्थ है "पाँच अंगों से किया जानेवाला प्रणाम"। इस दंडवत् में हम ज़मीन पर घुटने टेककर अपने हाथ, मस्तक और टाँगों को ज़मीन से लगा देते हैं। हमारे टखने आड़े बाड़े, बाएँ के ऊपर दायाँ, रखे होते हैं। पहले हम खड़े होकर नमस्कार करते हैं। फिर घुटने टेककर अपने हाथ और मस्तक ज़मीन पर लगा देते हैं और टखनों को एक दूसरे के ऊपर रख लेते हैं।

हम मंदिर में मूर्ति के सामने दंडवत् करते हैं। हम अपने माता-पिता और बुजुर्गों के सामने दंडवत् करते हैं। हम महान् साधु सन्तों के सामने दंडवत् करते हैं। हम अपने सद्गुरु के सामने दंडवत् करते हैं। हम दंडवत् करते हुए उनके चरणों का स्पर्श कर सकते हैं।

बुजुर्गों और पवित्र मनुष्यों के सम्मान करने का एक साधारण तरीका भी है। पहले हम नमस्कार करें, फिर खड़े ही खड़े थोड़ा झुकें या थोड़ा सा घुटने टेकें और अपने हाथों से उनका चरणस्पर्श कर लें। फिर अपने हाथ अपनी आँखों पर रखें। मंदिर में भी, दंडवत् करने के बजाए, ऐसा कर सकते हैं खास तौर पर जब भीड़ हो। हममें पूर्ण दंडवत् करने के लिए नम्रता की कमी नहीं है।

हम किन-किनको दंडवत् करते हैं? हम दंडवत् क्यों करते हैं? क्या हमें इतना घमंडी होना चाहिए कि दंडवत् न करें? पुरुष दंडवत् कैसे करते हैं? स्त्रियाँ दंडवत् कैसे करती हैं? दंडवत् करने का साधारण तरीका क्या है?



We seek the blessing and guidance of our great Hindu saints throughout our lives.

हम जन्मभर अपने महान् हिन्दू सन्तों का आशीर्वाद और मार्गदर्शन पाना चाहते हैं।

Be always in service of the guru. Be ever in his presence. Give up desire and anger. Be humble and devoted. Be lauding in spirit. Be upright in doing his work.

KULANARVA TANTRA 9.14

हमेशा गुरु की सेवा में रहो। हमेशा उसकी संगति में रहो। इच्छा और क्रोध त्याग दो। नम्र और श्रद्धावान् बनो। आत्मरूप में प्रशंसक बनो। उसका काम करने में ईमानदार रहो।
कुलार्णव तन्त्र ९.१४.

12. Visiting a Holy Man

My parents are taking me to see a holy man. He is a swami who has come to visit our town. My parents have known him for many years. They tell me it is a great blessing to see Swami. It is just like going to the temple. We have all bathed and dressed in clean clothes. We have prepared an offering for swami of fruit and flowers. And of course, my father brings money for Swami too.

Swami is staying at the house of one of our friends. That means the house has become the Swami's ashram. Many people are coming and going. My friend's family is helping feed and take care of all of them.

We arrive and greet the swami. We give him our offerings, and each of us prostrates to him, touching his feet with our hands. Already I can feel the great peace that is around him. My father tells me to ask Swami a question. I hesitate, but then ask him, "Swami, how can I do better in school?" The swami looks at me, then it is like he looks into my thoughts. He says, "You are not obedient enough to your teachers. You must treat them with greater respect." I am embarrassed, because what Swami says is true. But how did he know that? No one told him. We all prostrate to the swami and take his leave. Later my father says swamis know things like that. He also says, "Because you asked his advice, you must follow it. You must respect and obey your teachers."

Later I remember the visit very clearly, every word the swami said to me. I see that it is truly a great blessing to be in the presence of a holy man. And I am doing better in school too!

How do we prepare to visit a holy man? What should we take? How do we show respect? Do swamis know more than we might think they do? What do we do with their advice?

१२. एक पवित्रात्मा के दर्शन

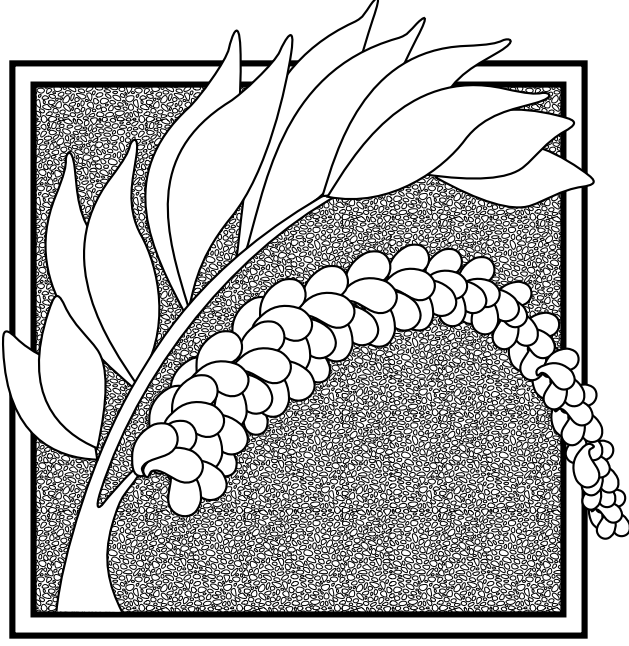
मेरे माता-पिता मुझे एक पवित्रात्मा के दर्शन कराने ले जा रहे हैं। वे एक स्वामी जी हैं जो हमारे शहर में आए हैं। मेरे माता-पिता उन्हें कई वर्षों से जानते हैं। वे कहते हैं कि स्वामी जी के दर्शन करने से बड़ा पुण्य मिलता है। यह ऐसा ही है जैसे किसी मंदिर में जाना। हम सब ने नहाकर साफ कपड़े पहन लिए हैं। हमने स्वामी जी को भेंट देने के लिए फल फूल ले लिए हैं। और निःसन्देह मेरे पिता जी स्वामी जी को देने के लिए पैसे भी ले जा रहे हैं।

स्वामी जी हमारे एक मित्र के घर ठहरे हुए हैं। इसका अर्थ है कि वह घर स्वामी जी का आश्रम बन गया। बहुत-से आदमी अ-जा रहे हैं। मित्र का परिवार लोगों को खिलाने और उनकी आवश्यकता करने में लगा हुआ है।

हम आकर स्वामी जी का अभिनन्दन करते हैं। हम उन्हें भेंट चढ़ाते हैं, और हममें से हर एक उन्हें दंडवत् करता है और हाथों से उनके पैर छूता है। हमें उनके आसपास शान्ति का अनुभव हो रहा है। मेरे पिता जी मुझसे स्वामी जी से प्रश्न पूछने के लिए कहते हैं। मुझे संकोच होता है, पर, फिर मैं उनसे पूछता हूँ, "स्वामी जी मैं स्कूल में और भी बढ़िया कैसे बन सकता हूँ?" स्वामी जी मेरी ओर देखते हैं, तब लगता है कि वे मेरे मन में झाँक रहे हैं। वे कहते हैं, "तुम अपने अध्यापकों के पर्याप्त आज्ञाकारी नहीं हो। तुम्हें उनका ज्यादा सम्मान करना चाहिए।" मुझे उलझन होती है, क्योंकि स्वामी जी जो बात कह रहे हैं सही है। पर उन्हें पता कैसे चला? उन्हें किसीने नहीं बताया। हम स्वामी जी को दंडवत् करते हैं और जाने की आज्ञा माँगते हैं। बाद में पिता जी मुझे बताते हैं कि स्वामी लोग ऐसी सब बातें जानते हैं। बाद में उन्होंने कहा, "चूँकि तुमने उनसे उपदेश लिया इसलिए अब तुम्हें उसका पालन करना चाहिए। तुम्हें अपने अध्यापकों का सम्मान करना चाहिए और उनकी आज्ञा का पालन करना चाहिए।"

बाद में उस भेंट की मुझे स्पष्ट याद आती है, उन्होंने जो कहा एक-एक शब्द याद आता है। मैं देखता हूँ कि एक पवित्रात्मा की संगति करना बड़ा ही पुण्यशाली होता है। और अब मैं स्कूल में बहुत बढ़िया चल रहा हूँ।

हम पवित्रात्मा के दर्शन के लिए कैसे तैयार होते हैं? हमें क्या-क्या ले जाना चाहिए? हमें उनका सम्मान कैसे करना चाहिए? हम जितना समझते हैं कि वे जानते होंगे क्या स्वामी जी उससे ज्यादा जानते हैं? हमें उनसे उपदेश लेकर क्या करना चाहिए?



The flowers of the Konrai
or Golden Shower tree
are a symbol of Siva's grace.

कोणराइ या कनकवर्षा के फूल शिव
जी की कृपा के प्रतीक हैं।

You should realize God before you die. Then you will be
liberated from the bondage of the world.

KRISHNA YAJUR VEDA, KATHA UPANISHAD 2.3.4

तुम्हें मरने से पहले ही ब्रह्मज्ञान प्राप्त कर लेना चाहिए। तब तुम संसार के बंधन से मुक्त हो
जाओगे।

कृष्ण यजुर्वेद. कठ उपनिषद्. २.३.४.

13. Going on Pilgrimage

Pilgrimage is called *tirthayatra* in Sanskrit, which means “going to a holy place.” A pilgrimage can be as simple as going a few miles to a temple in the next town. Or it can be a long trip to India to visit some of the thousands of Hindu holy places in the sacred motherland.

A pilgrimage is not a vacation. We don't go just to have fun and visit our relatives. No. A pilgrimage is like going to the temple, but for a longer time. Our purpose for going on a pilgrimage is to experience God at the holy places. Sometimes the travel will be difficult, and the holy places high in the mountains. Pilgrimage is not always going to be easy. We want to forget about ordinary things. We want to think about God all day. Then God can help us advance spiritually in ways not possible in our ordinary life at home.

A famous pilgrimage place is Palani Hills temple for Lord Muruga in Tamil Nadu, South India. Pilgrims there walk up hundreds of steps to reach the hilltop temple. Thousands of people come everyday to this temple. Usually we have to wait in line for an hour or more to see the Deity. In the evening we can join as the silver chariot is pulled around the temple. Each temple has a special routine which pilgrims follow.

It is a Hindu tradition to help pilgrims. If you meet a pilgrim in your town, you should help them with food, a place to stay or even take them to their next destination. This is a sacred duty of ours. We say that when we help the pilgrim it is like going ourselves on pilgrimage. It is good karma for us.

What is a pilgrimage? Why do we go on pilgrimage? Is a pilgrimage like a vacation? What are some of the things we do at Palani Hills temple? How much should we think about God? How can we help a pilgrim we meet?

१३. तीर्थयात्रा पर जाना

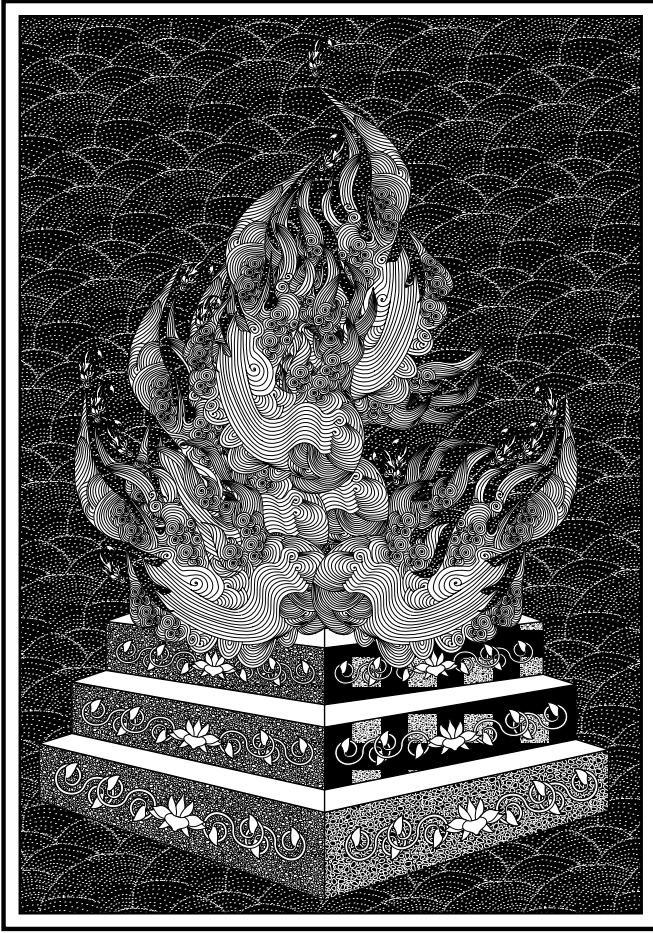
तीर्थयात्रा का अर्थ है " पवित्र स्थान की यात्रा"। तीर्थयात्रा साधारण से साधारण हो सकती है, जैसे अगले शहर के मंदिर को जाकर देख आए। या बड़ी से बड़ी भी हो सकती है जैसे पवित्र मातृभूमि के हज़ारों पवित्र स्थलों में से कुछ एक को देखने के लिए भारत की लंबी यात्रा।

तीर्थयात्रा अवकाश पर जाना नहीं है। हम कोई मौज उड़ाने या संबंधियों से मिलने नहीं जाते। नहीं। तीर्थयात्रा मंदिर जाने की ही तरह है, पर एक लंबे समय के लिए। तीर्थयात्रा पर जाने का हमारा उद्देश्य होता है पवित्र स्थलों में प्रभु की अनुभूति करना। कभी-कभी यात्रा कठिन भी हो सकती है और तीर्थस्थल ऊँचे पहाड़ों पर भी हो सकते हैं। तीर्थयात्रा हमेशा ही आसान नहीं होती। हम साधारण बातों की बाबत सोचना भुला देना चाहते हैं। हम दिनभर केवल प्रभु के बारे में ही सोचना चाहते हैं। तब परमात्मा ऐसे तरीकों से आध्यात्मिक उन्नति करने में हमारी मदद करते हैं कि जो घर के सामान्य जीवन में संभव नहीं हैं।

एक प्रसिद्ध तीर्थयात्रा स्थल है दक्षिण भारत में तमिलनाडु में पलनी पर्वत पर भगवान् मुरुगन का मंदिर। पहाड़ की चोटी पर बने उस मंदिर तक पहुँचने के लिए यात्री सैंकड़ों सीढियाँ चढ़कर जाते हैं। प्रतिदिन हज़ारों यात्री इस मंदिर में आते हैं। सामान्यतया भगवान् के दर्शन के लिए हमें एक घंटा या उससे भी ज्यादा पंक्तिमें खड़ा रहना पड़ता है। शाम को जब चांदी का रथ खींचकर मंदिर के चारों ओर ले जाया जाता है उस यात्रा में हम शामिल हो सकते हैं। हर मंदिर का अपना ही प्रोग्राम होता है और यात्री उसके अनुसार चलते हैं।

तीर्थयात्रियों की मदद करना एक हिन्दू परंपरा है। अगर कोई तीर्थयात्री तुम्हारे शहर में आए तो खाने पीने की चीजें देकर और उनके आवास का प्रबंध करके तुम्हें उनकी मदद करनी चाहिए, अगर हो सके तो अगले पड़ाव तक उन्हें पहुँचा भी आना चाहिए। यह हमारा पवित्र कर्तव्य है। हम कहते हैं कि जब हम तीर्थयात्रियों की मदद करते हैं तो लगता है जैसे हम ही तीर्थयात्रा कर आए। यह हमारे लिए पुण्य का काम है।

तीर्थयात्रा क्या है ? हम तीर्थयात्रा पर क्यों जाते हैं ? क्या तीर्थयात्रा पर जाना अवकाश पर जाने जैसा है ? पलनी पर्वत मंदिर में की जानेवाली कुछ बातें क्या हैं ? हमें ईश्वर के बारे में कितना सोचना चाहिए ? हम तीर्थयात्रियों की कैसे मदद कर सकते हैं ?



The Hindu sacraments are done before the sacred fire. The *homakunda* is the fire altar.

हिन्दुओं के संस्कार पवित्र अग्नि के समक्ष किए जाते हैं। होमकुंड ही अग्निवेदी है।

Perform the ceremonies for the sacraments according to the Vedic rites. These sanctify the body and purify us in this life and after death.

MANU DHARMA SHASTRAS 2.26

वैदिक विधि के अनुसार सारे संस्कार किए जाने चाहिए। ये शरीर को पवित्र करते हैं और इह व पर लोक में हमें पवित्र रखते हैं।

मनु धर्म शास्त्र. २.२६

14. The Samskaras or Sacraments

What makes you a Hindu? Two things: 1) You were born into a Hindu family and 2) you were given a Hindu name in a temple ceremony called the *namakarana samskara*. People who were not born into a Hindu family can study to become Hindus and receive a Hindu name.

Special ceremonies will be held all through your life at important times to bring God's grace into your life. The *namakarana* was the first, done within a few weeks of your birth. At six months is the *annaprasana*, first feeding. At one, 3 or 5 years is the *karnavedha*, ear-piercing and giving of gold earrings for both boys and girls. The *vidyarambha* marks the beginning of formal education. The *ritukala* is held for girls when they come of age, and *kesanta* marks a boy's first beard-shaving. The *vivaha* samskara is the marriage ceremony, usually a very big affair indeed. And the final samskara of our life is *antyeshti*, the funeral rites. There are other samskaras also.

The ceremonies are mostly held in the temple. The coming of age for boys and for girls are held at home. A puja or yajna is conducted for us. The priest then performs the traditional ceremony for that samskara. The devas come and God blesses us with His grace at these important points in our life. The samskaras are not only a religious ceremony, they often mark a real change in our life. We are older, with more responsibilities. After each samskara we must reflect upon our new responsibilities in life.

What makes you a Hindu? Can non-Hindus become Hindus? What is a samskara? Does a samskara bring God's grace? What four samskaras are given in childhood? Which two as teens? Which as adults? Where are they given? Does God give His grace at these ceremonies? What is the change in our life?

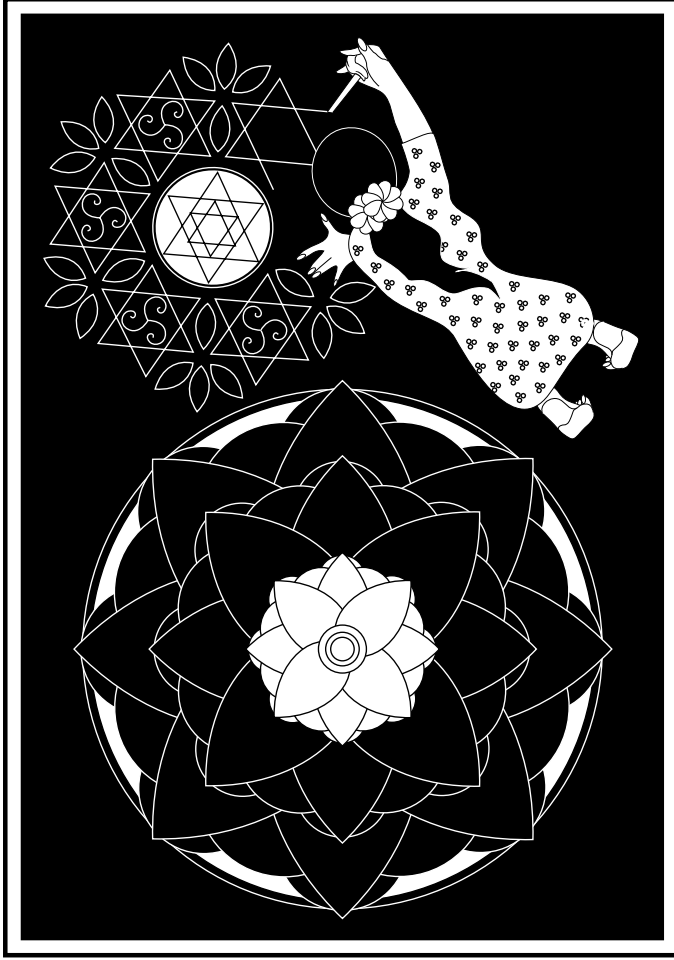
१४. संस्कार

क्या चीजें तुम्हें हिन्दू बनाती हैं? दो चीजें : १. तुम्हारा जन्म एक हिन्दू परिवार में हुआ। २. मंदिर में नामकरण संस्कार करके तुम्हारा एक हिन्दू नाम रखा गया। जो लोग हिन्दू परिवार में पैदा नहीं हुए वे हिन्दू बनने के लिए हिन्दू धर्म का अध्ययन कर लें और अपना एक हिन्दू नाम रख लें।

तुम्हारे जीवन में प्रभु की कृपा लाने के लिए जीवन भर निश्चित समय पर विशेष संस्कार किए जाएंगे। पहला संस्कार है नामकरण जो तुम्हारे जन्म के कुछ सप्ताह बाद किया जाता है। छठे मास में अन्नप्राशन होता है, जिसमें पहली बार अन्न खिलाया जाता है। पहले, तीसरे या पाँचवें वर्ष में कर्णवेध किया जाता है, जो लड़का और लड़की दोनों का होता है और जिसमें कान छेदकर सोने की बालियाँ पहनाई जाती हैं। विद्यारंभ से नियमित शिक्षा का आरंभ होता है। ऋतुकाल लड़कियों का होता है जब वे पहली बार रजस्वला होती हैं। केशान्त में पहली बार दाढ़ी मूँछ बनाई जाती है। विवाह संस्कार शादी को कहते हैं जो बहुत बड़ा संस्कार है। और अंतिम संस्कार अंत्येष्टि है जिसमें शरीर को जलाया जाता है। और भी कई संस्कार हैं।

ये संस्कार अधिकतर मंदिर में किए जाते हैं। लड़के और लड़कियों के युवावस्था में आने के संस्कार घर पर किए जाते हैं। हमारे लिए पूजा या यज्ञ किया जाता है। बाद में पुरोहित उस संस्कार का पारंपरिक अनुष्ठान करते हैं। जीवन के इन महत्त्वपूर्ण दिनों में देव आकर उपस्थित होते हैं और ईश्वर का आशीर्वाद मिलता है। संस्कार केवल धार्मिक अनुष्ठान ही नहीं हैं इनसे हमारे जीवन में वस्तुतः परिवर्तन आता है। हम बड़े और जिम्मेदार हो जाते हैं। हर संस्कार के बाद जीवन की अपनी नई जिम्मेदारियों पर हमें विचार करना चाहिए।

क्या चीजें हिन्दू बनाती हैं? क्या गैर हिन्दू हिन्दू बन सकते हैं? संस्कार किसे कहते हैं? क्या संस्कार से प्रभु की कृपा प्राप्त होती है? बचपन में कौनसे चार संस्कार किए जाते हैं? किशोरावस्था के दो संस्कार कौनसे हैं? युवावस्था के कौनसे हैं? वे कहाँ किए जाते हैं? क्या परमात्मा इन अवसरों पर अपना आशीर्वाद देते हैं? जीवन में परिवर्तन क्या आता है?



At special times we draw kolam designs with rice flour at the entrance to our home.

विशेष अवसरों पर हम अपनए घर के दरवाजे पर चावल के आटे से कोलम – रंगोली – बनाते हैं।

For you is my offering. To you I will pray. You are worthy of homage and worship. You, O God, are a spring in the desert for the man who is thirsty for you. You are the Everliving.
RIG VEDA 10.4.1

यह आहुति तुम्हारे लिए है। मैं तुम्हारी ही प्रार्थना करूँगा। तुम ही पूजा और भक्ति करने योग्य हो। हे ईश्वर, जो तुम्हारे लिए प्यासा है उसके लिए तुम मरुभूमि में जल का स्रोत हो। तुम शाश्वत हो।

ऋग्वेद. १०.४.१.

15. Our Home Shrine

Our family's home shrine is the best room of the house. We have a beautiful altar for God and pictures of God on the walls. Some of the murthis of God have been in our family for more than 100 years. We always approach our shrine room with devotion and respect. Every morning after bathing, my father conducts a simple puja in the shrine before dawn. The lamp is lit and kept burning all day. We all sing bhajans for God and meditate quietly. This is how we start our day.

After my mother finishes cooking each meal, she brings a small plate of food for God and places it on the altar. That blesses the rest of the food for us and makes it prasadam. If a holy person visits our home, we take them to the shrine room for puja. That helps make it more powerful.

The home shrine is a quiet place. Sometimes I go there when I am feeling upset or confused inside myself. I take a flower and place it on the altar, light some incense and sit. After a while I always feel more at peace. I can read from some of our sacred books which we keep there. I do japa too on my beads, saying "Aum Namasi-vaya" 108 times or more.

We are careful not to disturb the home shrine. We always keep it clean and well decorated. Many devas live there. We don't store things in it. And we certainly don't use it for an extra bedroom when there are guests! These devas include our ancestors who have not taken rebirth. Others are connected to our local temple, and some may be belong to our guru. They guide and guard our family from the antarloka.

What is in the home shrine? What happens there in the morning? When do we bring food? How can the home shrine help us? Who lives in the home shrine? What don't we use the shrine room for? What devas are there? What is their job?

१५. हमारा घर का मंदिर

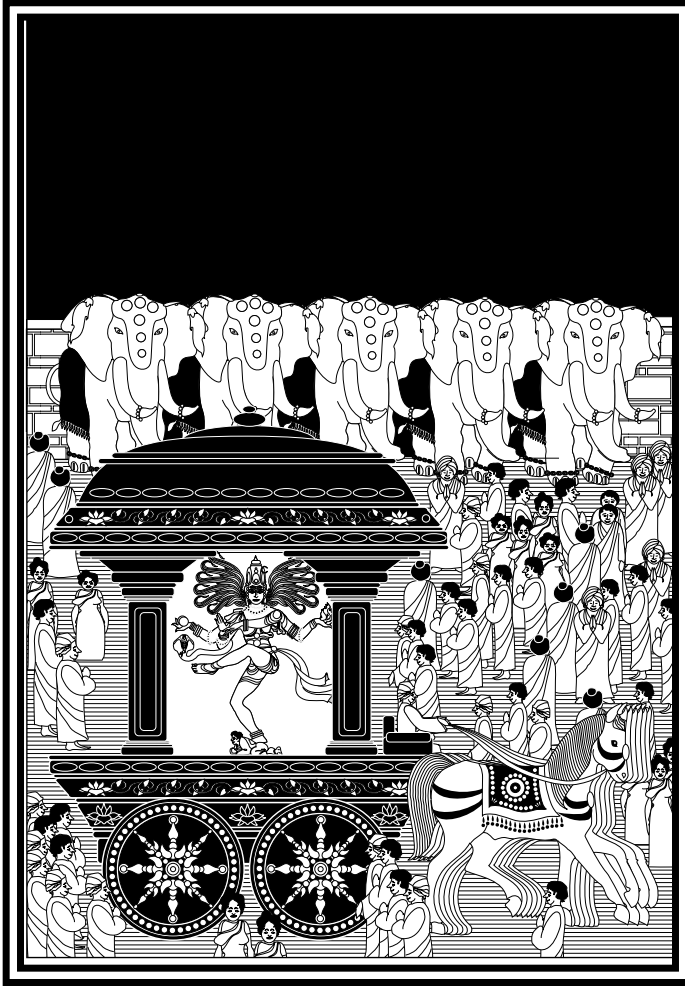
हमारा घर का मंदिर घर का सबसे बड़िया कमरा है। हमने उसमें भगवान् के लिए सुंदर वेदी बनाई हुई है और दीवारों पर देवी-देवताओं के चित्र लगाए हुए हैं। कुछ मूर्तियाँ हमारे परिवार में लगभग १०० वर्ष से चली आ रही हैं। हम सदा अपने गृह-मंदिर में श्रद्धा-भक्ति के साथ जाते हैं। प्रतिदिन सबेरे मेरे पिता जी नहा धोकर पौ फटने से पहले मंदिर में साधारण पूजा करते हैं। दीपक जलाया जाता है जो दिनभर जलता रहता है। हम सब भगवान् के भजन गाते हैं और चुपचाप ध्यान करते हैं। इसप्रकार हमारा दिन शुरू होता है।

खाना पकाने के बाद मेरी माता जी एक थाली में भगवान् के लिए प्रसाद लाकर वेदी पर रखती हैं। उससे हमारा बाकी अन्न भी पुण्यमय और पवित्र हो जाता है और प्रसाद बन जाता है। अगर कोई पुण्यात्मा हमारे घर आते हैं तो हम उन्हें पूजा के लिए अपने मंदिर ले जाते हैं। उससे वह और शक्तिमय बन जाता है।

घर का मंदिर बड़ा शान्त स्थान है। जब कभी मैं अशान्त होता हूँ या उलझन में होता हूँ तो वहाँ जाकर बैठ जाता हूँ। मैं कुछ फूल लेजाकर वेदी पर रख देता हूँ, धूप जला देता हूँ और बैठ जाता हूँ। कुछ देर बाद मेरे अंदर बड़ी शान्ति छा जाती है। वहाँ कुछ धर्मग्रन्थ रखे हैं उनमें से कुछ पढ़ता हूँ। मैं अपनी माला लेकर १०८ या अधिक बार मैं "ॐ नमः शिवाय" का जप करता हूँ।

हम ख्याल रखते हैं कि मंदिर कभी अपवित्र न हो। हम उसे सदा स्वच्छ और सजाया हुआ रखते हैं। वहाँ बहुत-से देव रहते हैं। हम उसमें चीजें नहीं रखते। और मेहमानों के आने पर हम निश्चित ही अतिरिक्त बेड-रूम के रूप में उसका इस्तेमाल नहीं करते। इन देवों में हमारे वे पूर्वज भी हैं जिनका पुनर्जन्म नहीं हुआ। कुछ हमारे स्थानीय मंदिर से संबंधित हैं और संभवतः कुछ हमारे गुरु जी से भी संबंधित हैं।

गृह-मंदिर में क्या है ? सबेरे वहाँ क्या होता है ? हम अन्न कब लाते हैं ? गृह-मंदिर हमारी कैसे मदद कर सकता है ? गृह-मंदिर में कौन रहता है ? हम गृह-मंदिर का किसके लिए इस्तेमाल नहीं करते ? वहाँ कौनसे देव होते हैं ? उनका काम क्या है ?



God rides in the great chariot which is pulled around the temple during festivals.

ईश्वर बड़े रथ में सवारी करते हैं जिसे खींचकर मंदिर के चारों ओर ले जाया जाता है।

I'll wrap Him in garlands. I'll hug Him to my heart. I'll sing Him His name and dance with gifts of flowers. Singing and dancing, seek the Lord. This alone I know.

TIRUMANTIRAM 50

मैं उनको मालाओं से ढक दूँगा। मैं उन्हें अपने हृदय से लगा लूँगा। मैं फूलों की भेंट चढ़ाते हुए उनके लिए उनके नाम के गीत गाऊँगा और नाचूँगा। गाते, नाचते हुए प्रभु को पा लूँगा। मैं इतना ही जानता हूँ।

तिरुमंतिरम् ५०

16. Temple and Home Festivals

Festivals are a time to be closer to God. The festival brings our family and friends together too. For festivals we can do special sadhanas, such as fasting. Some festivals take place at the temple, such as Mahasivaratri. Others take place at home, such as the Hindu New Year.

Mahasivaratri is the night before the new-moon day in February-March. We stay up all night long to worship Supreme God Siva. Krittika Dipa is on the Krittika nakshatra in November-December. With oil lamps and bonfires we honor Lord Siva as the infinite pillar of light. Ardra Darsana, during the Ardra nakshatra of December-January, and several other auspicious days during the year are sacred to Lord Siva.

Ganesha Chaturthi is Lord Ganesha's birthday. It is the fourth day after the new moon in August-September. We also worship Lord Ganesha during the 21 days of Vinayaka Vratam in November-December and in the modern home festival of Pancha Ganapati from December 21 to 25. Pancha Ganapati is a time of gift-giving, especially for children.

On Vaikasi Visakham in May-June we celebrate Lord Muruga's birthday. Skanda Shasthi in October-November is to honor His receiving the holy Vel. Tai Pusam in January-February is a time to seek His grace by fasting and carrying kavadi.

Major home and community festivals are Dipavali, a national holiday in many countries, Hindu New Year and Tai Pongal. We honor our guru on his birthday, Guru Jayanti, and Guru Purnima, the full moon in July. The Kumbha Mela is held in India every four years. It is the largest gathering of people ever, with 20,000,000 attending the last one in Prayag.

What are the major Hindu temple and home festivals?

१६. मंदिर और घर के उत्सव

त्यौहार प्रभु के निकटतर होने के लिए सुंदर अवसर हैं। त्यौहार हमारे परिवार के सदस्यों और मित्रों को भी एकत्रित कर देते हैं। त्यौहारों के लिए हम व्रत – उपवास जैसे विशेष साधना कर सकते हैं। महाशिवरात्रि जैसे कुछ त्यौहार तो मंदिर में मनाए जाते हैं। दूसरे त्यौहार, जैसे हिन्दू नया वर्ष, घर पर मनाए जाते हैं।

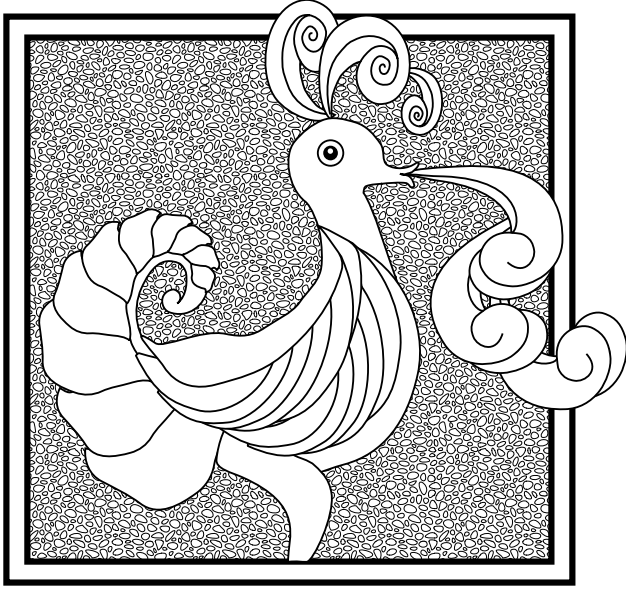
महाशिवरात्रि फरवरी-मार्च में आनेवाली अमावास्या की पहली रात होती है। हम परम ईश्वर शिव जी की पूजा करने के लिए रातभर जागते हैं। नवंबर-दिसंबर में कृत्तिका नक्षत्र के दिन कृत्तिका दीप मनाया जाता है। हम तेल के दीपक और आग जलाकर अनंत ज्योति-स्तंभ के रूप में शिव जी की पूजा करते हैं। दिसंबर-जनवरी के आर्द्रा नक्षत्र के दिन आर्द्रा दर्शन और वर्ष भर में अन्य कई मंगल दिवस शिव जी के लिए पुण्य दिन हैं।

गणेश चतुर्थी को गणेश जी का जन्म दिन होता है। यह दिन अगस्त-सितंबर में अमावास्या के बाद चौथे दिन पड़ता है। हम नवंबर-दिसंबर में पड़नेवाले २१ विनायक-व्रतम् के दिनों में और दिसंबर २१ से २५ तक पंच गणपति के आधुनिक त्यौहार में भी गणेश जी की पूजा करते हैं। पंचगणपति भेंट देने का अवसर होता है, खासकर बच्चों के लिए।

मई-जून में आनेवाले वैकाशी विशाखम् के दिन हम मुरुगन् का जन्म दिवस मनाते हैं। अक्टूबर-नवंबर में पड़नेवाली स्कन्द-षष्ठी उसके पवित्र वेल की पूजा का दिन है। जनवरी-फरवरी में पड़नेवाला तै पूषम् व्रत-उपवास करके और कावडी उठाकर उसकी कृपा प्राप्त करने का दिन है।

बड़े घर और समाज के त्यौहार हैं: दीपावली, कई देशों में इस दिन देश की ओर से छुट्टी होती है, हिन्दू नया वर्ष और तै पोंगल। हम गुरु जयंती और जुलाई में पड़नेवाली गुरु पूर्णिमा के दिन गुरु जी का जन्म दिन मनाते हैं। चार वर्ष में एक बार भारत में कुंभ का मेला लगता है। इसमें लोगों की सबसे अधिक भीड़ होती है, प्रयाग में हुए पिछले कुंभ मेले में २०,०००,००० लोग थे।

हिन्दुओं के मंदिर और घर के मुख्य उत्सव कौन-से हैं ?



The seval is the red rooster.
His cry calls us to awake
our inner wisdom.

सेवल लाल रंग का मुर्गा होता है ।
वह पुकार-पुकार कर हमें अपनी
अन्तःप्रज्ञा जागृत करने को कहता है ।

The doctor may cause pain to his patient by giving certain medicines to cure him. But we do not blame the doctor for the pain. In the end he has produced the good cure that the patient needed.

MRIGENDRA AGAMA, JNANA PADA, A.18

डाक्टर रोगी का इलाज करने के लिए दवाएँ देकर हो सकता है कुछ दुःख दे । पर उस दुःख के लिए हम डाक्टर को दोष नहीं देते । अन्त में उससे रोगी को स्वास्थ्य ही मिलता है जो रोगी को चाहिए था ।

मृगेन्द्र आगम. ज्ञान पाद. आ. १८

17. Sin and Suffering

“There is no intrinsic evil,” said the the great sage Chellapaswami. This is like saying, “Everyone and everything in this world is good.” or “God and God’s love is everywhere and in everyone.” Hindus do not believe in the devil. We do not believe that we are inherently sinful. We believe our soul is perfect goodness, just as God is perfect.

So why do people suffer? Suffering is a natural part of human life. When we suffer, we become stronger. If we want to learn to dance, we must study and practice long hours. Our muscles will hurt. But they will also become stronger. If we suffer injustice, we become unhappy. We must pray and seek God’s grace. Then we will see the divine purpose behind our suffering. We will understand that it is some kukarma come back to us. Out of ignorance, we created a bad karma and made someone else suffer. Now we are experiencing the return of the karma. Now we know not to create such a kukarma again. That is the lesson and great benefit of our suffering.

The world is a place of duality. It contains each thing and its opposite. There is joy and sorrow. There is goodness and evil. There is love and hate. But behind all is God. One day we too will see God behind the duality.

Why do we sin? Why do we do things we know are wrong and against dharma? Because our lower nature of fear, anger, greed and jealousy becomes stronger than our higher nature of love, patience and understanding. It is easy to live in our lower nature. We just make friends with other people who live in their lower nature. That is called “keeping bad company.”

What does “There is no intrinsic evil” mean? Do Hindus believe in the devil? Why is there suffering? Is the world a place of duality? Why do we sin? What is wrong with bad company?

१७. पाप और दुःख

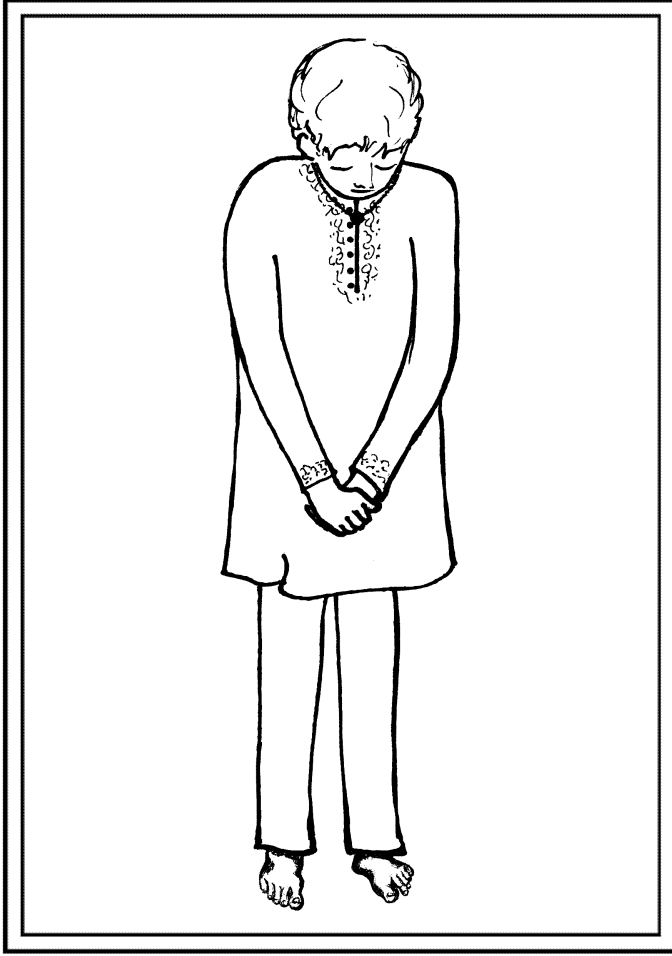
"कोई सहज पाप नहीं होता" महा ऋषि चेल्लप्पस्वामी ने कहा। इसका मतलब हुआ, "संसार में सभी प्राणी और वस्तुएँ अच्छी हैं " या " ईश्वर और ईश्वर का प्यार हर जगह और हर एक में है।" हिन्दू शैतान में विश्वास नहीं रखते। हम नहीं मानते कि हम सहज पापी हैं। हम मानते हैं कि जैसे ईश्वर पूर्ण है आत्मा भी पूर्ण और अच्छी है।

फिर लोग दुःखी क्यों हैं ? दुःख मानव जीवन का एक स्वाभाविक अंग है। जब भी हमें दुःख मिलता है हम और शक्तिशाली हो जाते हैं। अगर हमें नृत्य सीखना है तो हमें कई-कई घंटे उसे सीखना और उसका अभ्यास करना पड़ेगा। हमारी पेशियों में दर्द होने लगेगा। पर, वे और भी मजबूत हो जाएंगी। जब हमसे कोई अन्याय करता है तो हम दुःखी हो जाते हैं। हमें प्रभु की पूजा करके उसकी कृपा की प्रार्थना करनी चाहिए। तब हमें उस दुःख के पीछे प्रभु की इच्छा के दर्शन होंगे। हम समझ जाएंगे कि कोई पिछला कुकर्म है जो लौटकर हमें मिल रहा है। अज्ञानवश हमने कभी कुकर्म किया और किसी को दुःख दिया। अब हम उसी कुकर्म का फल भोग रहे हैं। हमें समझ में आ जाती है कि दुबारा ऐसा कुकर्म नहीं करना चाहिए। यही है दुःख से मिलनेवाला पाठ और उसका लाभ।

संसार द्वैत की जगह है। इसमें हर एक चीज़ और उसका प्रतिरूप मौजूद है। खुशी है तो दुःख भी है। अच्छाई के साथ बुराई भी है। प्यार है तो घृणा भी है। पर इन सबके पीछे भगवान् है। एक दिन हम भी इस द्वैत के पीछे भगवान् के दर्शन करेंगे।

हम पाप क्यों करते हैं ? हम वे बातें क्यों करते हैं जिन्हें हम समझते हैं कि गलत और धर्म के विरुद्ध हैं ? क्यों कि प्यार, सन्तोष और बुद्धिमानी की उच्चतर प्रकृति की अपेक्षा भय, क्रोध, लोभ और ईर्ष्या की नीच प्रकृति अधिक शक्तिशाली हो जाती है। अपनी निम्न प्रकृति में रहना बड़ा आसान है। हम ऐसे लोगों के साथ मित्रता कर लेते हैं जिनकी नीच प्रकृति होती है। इसीको कहते हैं "दुःसंगति करना"।

"सहज पाप नहीं होता" इसका क्या अर्थ है ? क्या हिन्दू शैतान को मानते हैं ? दुःख क्यों है ? क्या संसार द्वैतवाली जगह है ? हम पाप क्यों करते हैं ? दुःसंगति से क्या हानि है ?



This is how we show remorse. We show that we feel bad about what we did.

बिल्व या बेल वृक्ष के पत्ते शिव जी के लिए बड़े पवित्र माने जाते हैं। उसके तीन पत्ते तीन बंधनों के प्रतीक हैं।

Sin of the mind, depart far away! Why do you make improper suggestions? Depart from this place! I do not want you! Go to the trees and the forests! My mind will remain here along with our homes and our cattle.

ATHARVA VEDA, 6.45.1

ओ मन के पाप, दूर चला जा। क्यों ऊटपटांग बातें मुझे समझाता है? इस जगह से हट जा। मैं तुझे नहीं चाहता। पेड़ों और जंगलों में जाकर रह। मेरा मन तो यहाँ घर और पशुओं में लगा हुआ है।

अथर्व वेद. ६.४५.१

18. Confession and Penance

I did something wrong today at school. I made one of the other students look foolish in front of his friends. He was very embarrassed as the other students laughed at him. This was wrong of me. I did not practice the yamas of *ahimsa*, noninjury, nor *daya*, compassion. I have made a kukarma.

By the time I got home, I was feeling very bad and sorry for what I had done. I went to my father and asked him what to do. He told me, “Our family guru has taught me about this. It is good that you have confessed that you have done wrong. It is also good that you feel badly. That is the first step, to show remorse. Apology is the second step. You must talk to that student right away tomorrow and sincerely tell him you are sorry. You must also apologize to the other students who were there. Then you must do a penance, so you can get rid of this bad karma now, rather than wait until it comes back to you. Penance is a spiritual discipline which cancels out the kukarma. Every day this month you will sit 15 minutes in the shrine room and do japa.”

My father also taught me what to do when I am upset inside myself. I can write down my problems on paper, pages and pages if necessary, and then burn the paper in a fire. It seemed simple, but it worked. Sometimes some thoughts just get stuck in my mind. Try as I might I can't get rid of them. Writing them down and burning them actually gets rid of them. Another way he said is to go to the temple. I stand in front of God and mentally pile all my problems and hurts and confusions at God's feet. Then I turn and walk away, leaving everything behind, not even thinking about it. That works too.

Which yamas were broken? What is remorse? What is penance? What are the three steps to avoiding a future bad karma? How do we burn up problems? How do we leave problems with God?

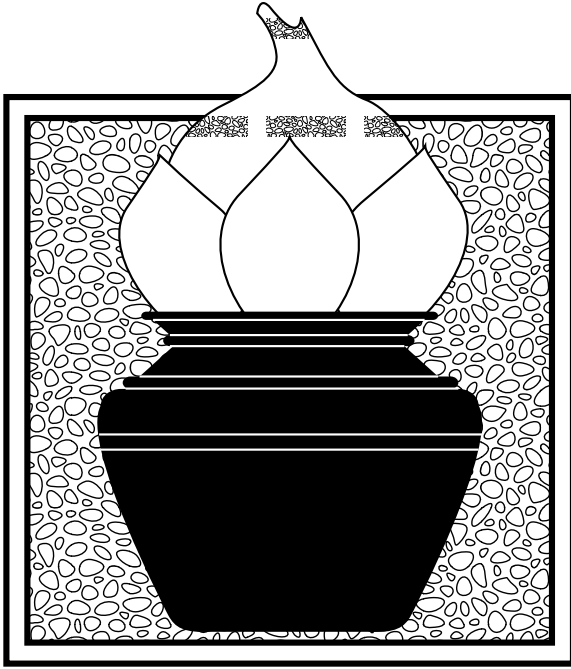
१८. पाप-स्वीकृति और प्रायश्चित्त

मैंने आज स्कूल में एक गलती की। मैंने एक लड़के को उसके मित्रों के सामने उल्लू बनाया। जब दूसरे लड़के उस पर हँसने लगे वह बहुत शर्मिन्दा हुआ। यह मेरी गलती थी। मैंने अहिंसा, और दया के यमों का पालन नहीं किया। मैंने कुकर्म किया है।

जब तक मैं घर पहुँचा मुझे बहुत बुरा लगने लगा और जो कुछ मैंने किया उसका बहुत ही दुःख हुआ। मैं अपने पिताजी के पास गया और पूछा कि मैं क्या करूँ ? उन्होंने कहा, " हमारे गुरु जी ने इस बारे में मुझे सिखा रखा है। यह अच्छा हुआ कि तुमने यह स्वीकार कर लिया कि तुमने गलती की है। यह भी अच्छा है कि तुम बुरा महसूस कर रहे हो। पश्चात्ताप करने की यह पहली सीढ़ी है। क्षमा माँगना दूसरी सीढ़ी है। तुम कल सीधे उस लड़के के पास जाओ और उससे दिल से कहो कि तुम्हें बहुत अफसोस है। जो और लड़के वहाँ थे तुम उनसे भी माफी माँगो। फिर तुम प्रायश्चित्त करो, ताकि, बजाए इसके कि बाद में उसके तुम्हें वापस मिलने तक तुम प्रतीक्षा करो, अभी उस कुकर्म से मुक्त हो जाओ। प्रायश्चित्त एक आध्यात्मिक अनुशासन है जो कुकर्म को समाप्त कर देता है। इस महीने प्रतिदिन तुम १५ मिनट मंदिर में बैठो और जप करो।"

मेरे पिताजी ने मुझे यह भी सिखाया कि जब मन अशान्त हो तो क्या करूँ। उन्होंने कहा कि अपनी समस्याएँ कागज़ पर लिखो, पृष्ठ के पृष्ठ लिख डालो चाहो तो, और फिर उन्हें जला दो। यह मुझे साधारण बात मालूम पड़ी, पर इसका फल हुआ। कभी-कभी कुछ विचार मेरे मन में अटक जाते थे। कितना भी कोशिश करूँ वे निकलते नहीं थे। जब मैं लिखता हूँ और फिर जला डालता हूँ तो वाकई मैं उनसे मुक्त हो जाता हूँ। एक और तरीका उन्होंने मुझे बताया कि मंदिर जाया करो। मैं ईश्वर के सामने खड़ा हो जाता हूँ और मनसा सारी समस्याएँ, सारे दुःख और उलझनें उनके चरणों में डाल देता हूँ। तब मैं सारी बातें पीछे छोड़कर, उनकी ज़रा भी चिन्ता किए बगैर घर वापस आ जाता हूँ। उससे भी बड़ा लाभ हुआ है।

कौनसे यम भंग होते हैं ? पश्चात्ताप क्या है ? प्रायश्चित्त क्या है ? भविष्य के कुकर्मों से बचने के तीन उपाय क्या हैं ? हम अपनी समस्याओं को कैसे जलाते हैं ? हम अपनी समस्याएँ भगवान् के पास कैसे छोड़ देते हैं ?



The kalasa is a husked coconut with five mango leaves. It is used in puja to represent God.

एक नारियल और पाँच आम के पत्तों से ढके हुए जलपात्र को कलश कहते हैं। इसे भगवान् के प्रतीक के रूप में पूजा में रखा जाता है।

I make you of one heart and mind. Love one another as a cow loves her calf. Let the son be courteous to his father. Let him be of one mind with his mother. Let the wife speak words that are gentle and sweet to her husband.

ATHARVA VEDA 3.30.1-2

मैं तुम्हें समान-हृदय और समान-मन वाला बनाता हूँ। जैसे गाय अपने बछड़े से प्यार करती है इसी प्रकार तुम भी एक-दूसरे से प्यार करो। पुत्र अपने पिता के प्रति सभ्य व्यवहार करनेवाला हो। उसका मन माता के मन के अनुकूल हो। पत्नी अपने पति से विनम्र और मधुर शब्दों में बात करे।
अथर्ववेद. ३.३०.१-२

19. Respect for Elders

Hindus have traditionally lived in joint families. That means grandparents, parents, aunts, uncles and children all live in one house. Some joint families have more than 100 members! Because of this ancient tradition our great religion has remained strong for thousands and thousands of years.

How to behave at home is simple for the Hindu. The younger respect and obey the older. The older care for and protect the younger. Each knows his proper place and duties. Does this mean the elders can be unkind toward the younger? No, the well-being of the younger is the elder's responsibility. They take it very seriously. Does this mean the elders are always right? No, it doesn't. It does mean that we don't argue with our elders, especially in front of others. If something isn't right, then we can talk privately later with another elder family member. This is the polite and kind Hindu way. Never do we try to embarrass our elders.

We do not address our elders by their first name. Always we use a term of respect, such as Grandpa-Grandma, Papa-Mama, Uncle-Auntie, Brother-Sister, etc. When an elder comes in the room we stand up and only sit after they sit. If two elders are talking, we do not interrupt. If we go in a car with an elder we always let them get in and sit first, then we get in. We never exhibit pride by using boastful words in front of our elders. We treat all elders like this. We can address them as uncle or auntie if they are the age of our parents, or grandpa and grandma if they are older, even though we are not related.

What is a joint family? Why is it important? How do we behave at home? What is our elders' responsibility? What is ours? Are elders always right? How do we address elders? How do we act toward our elders?

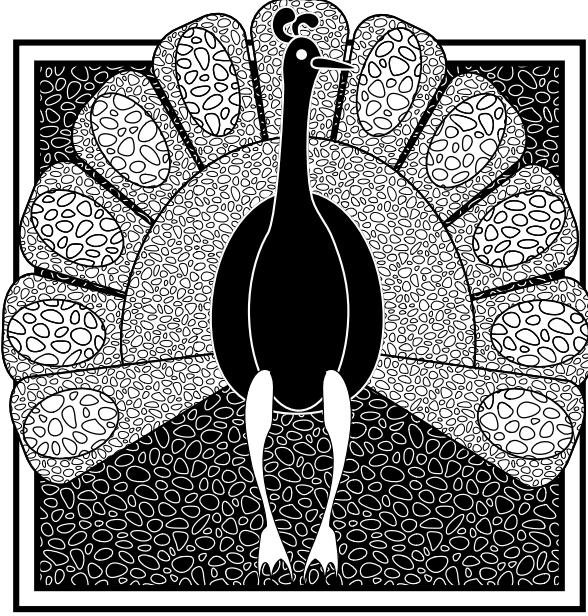
१९. बड़े-बूढ़ों का सम्मान

हिन्दू परंपरा से संयुक्त परिवार में रहते चले आए हैं। इसका मतलब है कि दादा-दादी, माता-पिता, चाचियाँ, चाचा, मामा-मामियाँ और बच्चे सब मिलकर इकट्ठे एक ही घर में रहते हैं। किसी-किसी संयुक्त परिवार में तो सौ-सौ लोग रहते हैं। इसी प्राचीन परंपरा के कारण हजारों सालों से हमारा महान् धर्म शक्तिशाली रहा है।

घर पर व्यवहार कैसे किया जाए, यह बात हिन्दुओं के लिए एक साधारण सी बात है। छोटे अपने से बड़ों का आदर करते हैं और उनकी आज्ञा का पालन करते हैं। बड़े अपने से छोटों की देखभाल और रक्षा करते हैं। हर एक परिवार में अपने स्थान और कर्तव्य को जानता है। इसका यह क्या यह अर्थ है कि बड़े छोटों के प्रति निर्दय बनें ? नहीं, छोटे की कुशलता बड़े की जिम्मेदारी है। वे इस बात को बड़ी गंभीरता से लेते हैं। क्या इसका यह अर्थ है कि बड़े हमेशा ठीक होते हैं ? नहीं, बिल्कुल नहीं। पर इतना अवश्य है कि बड़ों से बहस नहीं करते, खास तौर पर दूसरों के सामने। अगर कोई बात ठीक न लगे तो हम बाद में अलग से किसी और परिवार के बड़े सदस्य से बात कर सकते हैं। यह एक विनम्र व सभ्यता-पूर्ण हिन्दू तरीका है। हम कभी अपने बड़ों को नीचा दिखाने की कोशिश नहीं करते।

हम अपने बड़ों को कभी उनका पहला नाम लेकर नहीं पुकारते। हमेशा हम सम्मानवाचक शब्दों में उनको बुलाते हैं, जैसे, दादा-दादी, पिता जी-माताजी, चाचा जी-चाची जी, मामा जी-मामी जी, भैया-बहन आदि। जब कोई बड़े हमारे कमरे में आते हैं तो हम उठकर खड़े हो जाते हैं और उनके बैठने के बाद ही बैठते हैं। जब कोई दो बड़े बात कर रहे हों तो हम बीच में नहीं बोलते। अगर हम किसी बड़े के साथ कार में जानेवाले हों तो पहले हम उन्हें बैठाते हैं फिर बाद में खुद बैठते हैं। हम बड़ों के सामने अहंकार के शब्दों में बातकर अपना घमंड नहीं दिखाते। हम सभी बड़ों से इसी प्रकार व्यवहार करते हैं। अगर कोई बड़े हमारे घर आएँ जो हमारे माता-पिता या दादा-दादी की उम्र के हों, भले ही वे हमारे रिश्ते में कुछ न लगते हों, हम उन्हें मामा जी या मामी जी आदि आदर के संबोधनों से बुला सकते हैं।

विशाल परिवार क्या है ? वह आवश्यक क्यों है ? हम घर पर कैसे व्यवहार करते हैं ? हमारे बड़ों की क्या जिम्मेदारी है ? हमारी क्या जिम्मेदारी है ? क्या बड़े हमेशा ठीक होते हैं ? हम बड़ों को कैसे बुलाते हैं ? हम बड़ों के प्रति कैसे बर्तते हैं ?



Lord Muruga rides upon the peacock. It symbolizes the full glory of religion.

मुरुगन् मोर की सवारी करते हैं। वह धर्म के पूर्ण गौरव का प्रतीक है।

In vain the foolish man accumulates food he does not share. I tell you, truly, it will be his downfall! He gathers to himself neither close friend nor comrade. Alone he eats; alone he sits in sin.

RIG VEDA 10.117

व्यर्थ ही मूर्ख व्यक्ति बिना दूसरों को दिए अन्न-संग्रह करता है। मैं तुमसे सच कहता हूँ उससे उसकी अवनति ही होगी। न उसका कोई मित्र बनेगा न साथी। वह अकेला ही खाता है, केवल पाप ही करता है।

ऋग्वेद. १०.११७

20. God's Money

Our Hindu temples and ashrams are financed with donations. Devotees give money to the temple or ashram. The temple pays for its priests, supplies, land and buildings and special projects such as helping the poor. The ashram supports its monks, temples, schools and publications. The *Dasamamsha*, “one-tenth sharing” is a traditional Hindu practice. Our ancient sages said we should give one-tenth of the money we earn for religious work. They said, “This one-tenth is God’s money.” Of course, all money is God’s money, but He only needs the ten percent for His work in this Bhuloka. The sages advised us to take a vow, the *dasama bhaga vrata* (“one-tenth-part vow”), to give ten percent of our income for religious work. By doing this we get God’s blessings for the ninety percent. But we don’t spend the ten percent which is God’s money.

In English this practice is called tithing. People have found that when they tithe, they do actually make more money. Why? Because they feel good about their money, knowing that part of everything they earn is doing some necessary religious work. That is making them a lot of good karma. Also, they have to be more organized about their money, just to know what the ten percent is. That helps them be frugal.

We should start giving even when we are a child. If we are given ten dollars, then we should give one dollar to the temple. The nine dollars is blessed. Later if we get \$200, \$20 should go to the temple. The remaining \$180 is blessed. The temple will prosper, the devotee will prosper.

How are Hindu temples supported? What does the temple’s money pay for? What is “God’s Money”? What is the dasama bhaga vrata? What is tithing? Why does tithing help us make more money? What is the tithe on \$8.00?

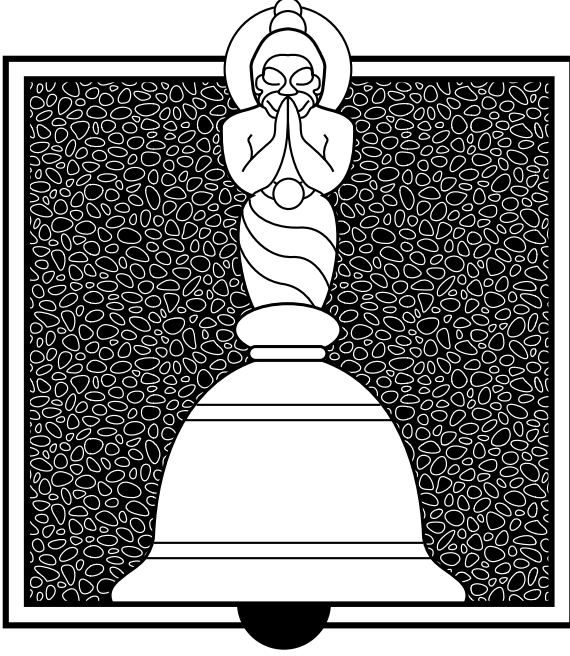
२०. परमात्मा का धन

हमारे हिन्दू मंदिरों और आश्रमों को दान के द्वारा धन मिलता है। श्रद्धालु लोग मंदिर या आश्रम को दान देते हैं। मंदिर पूजारियों, सामानों, ज़मीन, इमारतों और गरीबों की मदद आदि प्रायोजनाओं के लिए धन व्यय करता है। आश्रम संन्यासियों, मंदिरों, स्कूलों और प्रकाशनों के लिए पैसे खर्च करता है। दशांश "१/१० हिस्सा देना" पारंपरिक हिन्दू प्रथा है। हमारे प्राचीन ऋषियों ने कहा है कि धार्मिक कार्यों के लिए अर्जित धन का दशांश देना चाहिए। उन्होने कहा, "यह दशांश परमात्मा का धन है"। इसमें शक नहीं कि सभी धन परमात्मा का है, परंतु इस भूलोक में उसे अपने काम के लिए केवल दशांश की ही आवश्यकता है। ऋषियों ने हमें उपदेश दिया कि हम "दशम भाग व्रत" अर्थात् अपनी आमदनी का दसवाँ भाग धार्मिक कार्यों के लिए देने का व्रत लें। ऐसा करके शेष ९० प्रतिशत धन के लिए हमें प्रभु का आशीर्वाद मिल जाता है। पर, जो दशांश प्रभु का धन है उसे हम खर्च नहीं करते।

अंग्रेजी में इसे "टाइथिंग" कहते हैं। लोगों ने देखा है कि जब वे दान देते हैं, वाकई उनको अधिक आमदनी होती है। क्यों? क्यों कि वे महसूस करते हैं कि चूंकि जो कुछ वे कमा रहे हैं उसका एक हिस्सा आवश्यक धार्मिक कार्य कर रहा है इसलिए उनका धन पुण्यशाली है। वह उनके लिए बहुत-सा सुकर्म पैदा कर रहा है। फिर, वह दस प्रतिशत निकालने के लिए उन्हें अपने धन का विनियोग बड़ी सावधानी से करना पड़ता है। यह बात मितव्ययी बनने में उनकी मदद करती है।

जब हम बच्चे ही होते हैं तभी से देने की आदत डाल लेनी चाहिए। अगर हमें कहीं से १० डालर मिले तो उसमें से १ डालर हमें मंदिर को दे देना चाहिए। ९ डालर पुण्यधन बन जाता है। बाद में २०० डालर मिले तो २० डालर मंदिर को दे देना चाहिए। शेष १८० डालर पुण्यधन बन जाता है। मंदिर की भी बढोतरी होगी, भक्त की भी।

हिन्दू मंदिरों को सहायता कैसे मिलती है? मंदिर उस धन से क्या करता है? "परमात्मा का धन" क्या है? "दशम भाग व्रत" क्या है? "टाइथिंग" क्या है? टाइथिंग से हम ज़्यादा धन कैसे बनाते हैं? ८.०० डालर मिलने पर कितना दान में देना चाहिए?



The ghanta or bell is
used at every puja.
Its ringing summons
the devas and Gods.

हर पूजा में घंटा बजाया जाता है।
उसे बजाकर देवों और देवताओं का
आवाहन किया जाता है।

Homage to the source of health and to the source of delight.
Homage to the maker of health and to the maker of delight.
Homage to the Auspicious and to the more Auspicious.
KRISHNA YAJUR VEDA, TAITTIRIYA SAMHITA 4.5.8

स्वास्थ्य और प्रसन्नता के स्रोत को मेरी श्रद्धांजलि। स्वास्थ्य और प्रसन्नता के निर्माता को मेरी
श्रद्धांजलि। कल्याणकर और अति-कल्याणकर को मेरी श्रद्धांजलि।
कृष्ण यजुर्वेद. तैत्तिरीय संहिता ४.५.८

21. How Hindus Pray

There are two kinds of prayer. Already you have learned both. One is reciting a Sanskrit mantra, such as “Aum Namasivaya” or the *Gayatri Mantra*, “Om bhur bhuvah svah tatsavitur varenyam, bhargo devasya dhimahi, dhiyo yo nah prachodayat.” These are ancient prayers in Sanskrit. They have been recited by Hindus billions of times a day for thousands of years. Their very sounds bring us close to God. They can be heard by the devas and Gods in the Antarloka and the Sivaloka. We have mantras for blessing our food, lighting the lamp and incense, beginning meetings or classes, meeting a holy man and greeting God in the temple. The prayers at the end of this book should be memorized during this course of study.

Prayer also means to talk to God in your own language. For example, you could pray, “Oh Lord Ganesha, pure and peaceful Doer of all good. Take away my fear and anger. Let me see You everywhere and at all times. Show me the truth that there is no evil. Remove all barriers in my mind to understanding and love. Guide me to a harmonious life and to righteous success.” We can pray and mentally tell God all our problems. In some temples we can write down our prayers on paper and burn them in the homa fire. The prayer will reappear in the Antarloka. The devas will read it and try to help.

God is everywhere. He is never far from us. Supreme God Siva is within our very heart and mind. Prayer reminds us to rely on God. His love is always there for us. His power is there to protect us. We need only remember to ask.

What are the two kinds of prayer? How often are some prayers recited? What does the sound do? What are some things we have prayers for? Can we burn prayers also? Where? Why should we pray? Is God ever apart from us?

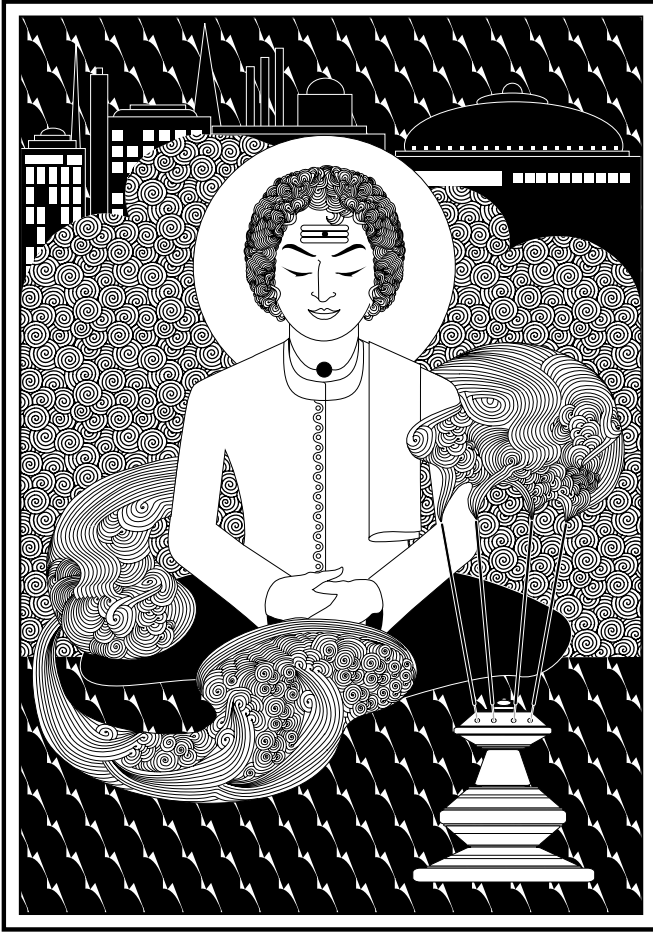
२१. हिन्दू प्रार्थना कैसे करते हैं

प्रार्थना दो प्रकार की होती है। तुमको पहले ही दोनों के बारे में बताया जा चुका है। एक तो है " ॐ नमः शिवाय" या " गायत्री मंत्र" " ओ३म्, भूर्भुवः स्वः। तत्सवितुर्वरेण्यम् भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो नः प्रचिदयात् ।" इन संस्कृत मंत्रों का जप करना। ये संस्कृत के प्राचीनतम मंत्र हैं। इन मंत्रों का हिन्दू लोगो ने पिछले हजारों वर्षों से अरबों बार जप किया है। उनकी मात्र ध्वनि हमें प्रभु के निकट ले जाती है। वे अन्तर्लोक और शिवलोक में बैठे देवों और देवताओं द्वारा सुने जा सकते हैं। हमारे पास अन्न को पुण्यमय बनाने, दीपक जलाने, सभाएँ या कक्षाएँ शुरू करने, किसी पवित्रात्मा से मिलने और मंदिर में ईश्वर का अभिनंदन करने के लिए मंत्र हैं। इस पाठ्यक्रम के अध्ययन के दौरान इस पुस्तक के अंत में दिए गए मंत्र याद कर लेने चाहिए।

प्रार्थना का यह भी अर्थ है कि तुम अपनी भाषा में ईश्वर से बात करो। उदाहरण के लिए, तुम ऐसी प्रार्थना कर सकते हो, " हे गणेश जी, आप पवित्र और शान्त हैं और कल्याण करनेवाले हैं। कृपया मेरा भय और क्रोध दूर कर दें। मैं आपको सर्वत्र और सर्वदा देखा करूँ। सत्य का मार्ग दिखाइए ताकि मुझमें कोई पाप न हो। मेरे मन में से सभी बाधाएँ दूर कर दीजिए जिससे मैं सही समझ सकूँ और प्यार कर सकूँ। मुझे मार्गदर्शन कराइए ताकि मेरा जीवन समरस और सफल हो। " हम प्रार्थना करें और मनसा अपनी सारी समस्याएँ प्रभु के सामने रख दें। कुछ मंदिरों में हम अपनी प्रार्थनाएँ कागज़ पर लिखकर उन्हें होमाग्नि में जला सकते हैं। वह प्रार्थना अन्तर्लोक में पुनः प्रकट हो जाती है। देव उन्हें पढ़कर मदद करने की कोशिश करते हैं।

परमात्मा सर्वत्र है। वह हमसे कभी दूर नहीं होता। परम ईश्वर शिव हमारे मन और हृदय के भीतर हैं। प्रार्थना हमें परमात्मा पर भरोसा रखने की याद दिलाती है। हमारे लिए उनका प्यार सदा है। हमारी रक्षा के लिए उनकी शक्ति सदा बनी हुई है। हमें केवल उनसे माँगना याद रहना चाहिए।

दो प्रकार की प्रार्थनाएँ कौनसी हैं ? कुछ प्रार्थनाएँ कितनी बार बोली जाती हैं ? ध्वनि क्या करती है ? वे कुछ चीजें कौनसी हैं जिनके लिए हमारे पास प्रार्थनाएँ हैं ? क्या हम प्रार्थनाओं को जला भी सकते हैं ? हमें प्रार्थना क्यों करनी चाहिए ? क्या कभी परमात्मा हमसे अलग होता है ?



The student should both attend temple puja and do private meditation to succeed at his studies.

अपने अध्ययन में सफलता पाने के लिए विद्यार्थी को मंदिर में पूजा तथा एकान्त में ध्यान दोनों चीजें करनी चाहिए।

The brahmachari strengthens both the worlds. In him the devas meet in harmony. He upholds earth and heaven.
ATHARVA VEDA 11.5.1

ब्रह्मचारी दोनों लोकों को समर्थ बनाता है। सारे देव उसमें एकरस होकर रहते हैं। वह द्यु और पृथिवी दोनों को धारण करता है।
अथर्ववेद ११.५.१

22. The Brahmachari Ashrama

This time of my life is called the *brahmachari ashrama*. It is the first of the four ashramas or “stages of striving” in my life. It is the time to study and lasts from age 12 to 24 or to when I get married. *Brahmachari* means “student.” In the old days students left their families and went to live with their teachers. When their training was finished, they would return. Nowadays we go to the public schools.

I like school. I am grateful to all my teachers for everything they have taught me. They work hard to teach me. I have to work hard to learn. The *Tirukural* says, “A man’s learning is an imperishable and precious wealth. No other possession is as golden.” (verse 400). This is like saying, “Unlike land or money, I can never lose what I have learned. Therefore what I learn is even more valuable than gold.”

During class I listen carefully to my teachers. I don’t waste my time (and others’ too) by talking to my neighbor or staring out the window. I read my lessons every day and do all my homework. I like what I study and want to learn well. When it is exam time I prepare very carefully. I pray to Lord Ganesha for His help. I know that later in life I won’t have time to study anymore. So I need to learn very well now.

The *Tirukural* advises me, “Learn perfectly all that you learn, and thereafter keep your conduct worthy of that learning.” (verse 391). This is like saying, “Learn each of my subjects perfectly. Then use my learning to guide how I act. Never act in ways which I have learned are wrong.”

Do we like school? How do we feel about our teachers? What is more valuable, learning or gold? What is the brahmachari ashrama? Which God helps me with my studies? How should I use my learning in the future?

२२. ब्रह्मचर्य आश्रम

मेरे जीवन का यह भाग ब्रह्मचर्य आश्रम कहलाता है। यह मेरे जीवन के चारों आश्रमों अर्थात् "श्रम करने की चार स्थितियों" में से एक है। यह अध्ययन का समय होता है और १२ से २४ वर्ष अथवा विवाह होने तक रहता है। ब्रह्मचारी का अर्थ है "विद्यार्थी"। प्राचीन काल में विद्यार्थी अपने परिवारों को छोड़कर अपने गुरुओं के साथ रहने चले जाते थे। जब उनका शिक्षण समाप्त हो जाता था वे वापस आते थे। आजकल हम पब्लिक स्कूल जाते हैं।

मुझे स्कूल अच्छा लगता है। मेरे अध्यापकों ने मुझे जो कुछ सिखाया है मैं उसके लिए उनका कृतज्ञ हूँ। वे मुझे विद्या देने के लिए श्रम करते हैं। मुझे सीखने के लिए श्रम करना चाहिए। तिरुक्कुरल में कहा है, "मनुष्य की विद्या ऐसी है जो कभी नष्ट नहीं होती और एक बहुमूल्य धन है। और कोई चीज़ इतनी मूल्यवान् नहीं होती। (पद्य ४००) इसका अर्थ है "भूमि और धन नष्ट हो जाते हैं, पर, विद्या कभी नष्ट नहीं होती। जो मैंने सीखा है वह नष्ट नहीं होता। इसलिए जो मैं सीखता हूँ वह सोने से भी ज्यादा मूल्यवान् है।"

कक्षा में मैं अध्यापकों की बात ध्यान से सुनता हूँ। मैं अपने साथ बैठे विद्यार्थी से बात करके या खिड़की से बाहर झाँकते बैठकर अपना (और दूसरों का भी) समय बरबाद नहीं करता। मैं अपने पाठ प्रतिदिन पढ़ता हूँ और सारा घर के लिए दिया हुआ काम करता हूँ। जो मैं पढ़ता हूँ मुझे अच्छा लगता है और मैं खूब पढ़ना चाहता हूँ। जब परीक्षा का समय आता है मैं बहुत ध्यान से तैयारी करता हूँ। मैं गणेश जी से मेरी मदद करने की प्रार्थना करता हूँ। मुझे पता है कि बाद में मेरे जीवन में पढ़ने के लिए मुझे और समय नहीं मिलने का। इसलिए मुझे इस समय बहुत अच्छी तरह पढ़ने की आवश्यकता है।

तिरुक्कुरल मुझे उपदेश देता है, "जो भी पढ़ रहे हो पूरी तरह पढ़ो और उसके बाद उस शिक्षा के योग्य अपना आचरण रखो।" (पद्य ३९१)। इसका अर्थ है "मुझे अपना हर विषय पूरी तरह से पढ़ना चाहिए। फिर अपनी विद्या का उपयोग मुझे इस बात का मार्ग दर्शन के लिए करना चाहिए कि मैं कैसे व्यवहार करूँ। मुझे कभी वह व्यवहार नहीं करना चाहिए जिसे मेरी शिक्षा गलत बताती हो।"

क्या हमें स्कूल अच्छा लगता है? हम अपने अध्यापकों के बारे में कैसा महसूस करते हैं? ज्यादा मूल्यवान् क्या है – विद्या या सोना? ब्रह्मचर्य आश्रम क्या है? मेरी पढ़ाई में कौनसा देवता मेरी सहायता करता है? मुझे भविष्य में अपनी विद्या का उपयोग कैसे करना चाहिए?



The Hindu monk seeks God. He lives without family, friends or possessions.

हिन्दू साधु ईश्वर-प्राप्ति की साधना में लगे रहते हैं। उनके साथ कोई परिवार, मित्र या सम्पत्ति नहीं होती।

The Self within the body is pure and resplendent. It is attained through the cultivation of truth, austerity, right knowledge and chastity. When their impurities dwindle, the ascetics behold God.
ATHARVA VEDA, MUNDAKA UPANISHAD 3.1.5

देह के अन्दर आत्मा पवित्र और दीप्तिमान् है। इसे सत्य, तपस्या, सम्यग्ज्ञान और ब्रह्मचर्य के द्वारा प्राप्त किया जा सकता है। जब दोष क्षीण हो जाते हैं तो यति लोग प्रभु का दर्शन करते हैं।
अथर्व वेद. मुंडक उपनिषद्. ३.१.५

23. The Monastic Path

In the Hindu tradition we speak of the “Two Paths” through life. The householder or *grihasta* path is that of marriage, children, profession and involvement with the world. The monastic or *vairagya* path is that of renunciation, celibacy, and full-time dedication to God. *Renunciation* means to give up the desire for family, wealth and property. *Celibacy* means to live a single life, not marrying and never having children. A man who has taken formal vows of renunciation under a guru and put on orange robes is a sannyasin. As part of the rites of initiation, he conducts his own funeral ceremony. Thereafter he is considered “dead” to the world. He is now called “Swami” and is given a new name. Sannyasins may wander homeless, or live with their guru in an ashram.

Why do some men give up the world like this? What makes them leave their family to live an often difficult and lonely life? Their soul has advanced as far as it can on the grihasta path. To go further requires concentrated effort. Such effort is not possible in the midst of family life. There are simply too many distractions. To finally break the bonds of anava, karma and maya and realize God requires full-time dedication.

There are hundreds of thousands of sannyasins. They are the spiritual backbone of Hinduism. The *Tirukural* says, “The scriptures exalt above every other good the greatness of virtuous renunciates.” (v. 21) It is a great blessing to a family if a son expresses his wish to follow such a life. He should be encouraged, and advice sought from the family’s guru on his upbringing.

What are the two paths? What is renunciation? What is celibacy? What is a sannyasin? Why does he conduct his own funeral ceremony? Why do some men give up the world? How many sannyasins are there? Who is exalted above every other good? Is it a blessing for a son to want to be a sannyasin?

२३. यति-जीवन का मार्ग

हिन्दू परंपरा में हम जीवन के दो मार्गों की बात करते हैं। एक है गृहस्थ मार्ग जिसमें विवाह, बच्चे, व्यवसाय, और संसार में ग्रस्तता होती है। दूसरा है वैराग्य मार्ग जिसमें त्याग, ब्रह्मचर्य, और प्रभु में सार्वकालिक समर्पण रहता है। त्याग का अर्थ है परिवार, धन और संपत्ति की इच्छा छोड़ देना। ब्रह्मचर्य का अर्थ है बिना विवाह किए या बच्चे पैदा किए एकाकी जीवन व्यतीत करना। जिसने गुरु के अधीन त्याग का नियमित व्रत लिया हो और काषाय वस्त्र पहनता हो उसे संन्यासी कहते हैं। दीक्षा की विधियों के अंग के रूप में वह अपना अंत्येष्टि संस्कार स्वयं कर लेता है। उसके बाद वह संसार के लिए "मृत" माना जाता है। वह स्वामी कहलाता है और उसे एक नया नाम दिया जाता है। संन्यासी चाहे तो अनिकेत होकर घूमे या अपने गुरु के साथ आश्रम में रहे।

कुछ लोग संसार को इस प्रकार क्यों छोड़ देते हैं? कौनसी चीज़ उन्हें अपना परिवार त्यागकर प्रायः कठिन एकाकी जीवन बिताने के लिए प्रेरित करती है। उनकी आत्मा गृहस्थ मार्ग में रहते हुए यथासंभव उन्नति कर चुकी होती है। और उन्नति करने के लिए एकाग्र प्रयत्न की आवश्यकता होती है। पारिवारिक जीवन में रहते हुए यह प्रयत्न संभव नहीं होता। उसमें सहज ही बहुत भटकाव होते हैं। अणव, कर्म और माया के बंधनों को तोड़ने और ब्रह्मज्ञान प्राप्त करने के लिए पूर्णकालिक समर्पण की आवश्यकता होती है।

संसार में करोड़ों संन्यासी हैं। वे हिन्दू धर्म के आध्यात्मिक मेरुदंड हैं। तिरुक्कुरल में लिखा है "शास्त्र धर्मात्मा त्यागियों की महान्ता को अन्य सभी पुण्यों से ऊपर प्रतिष्ठा देते हैं। (पद्य २१)। अगर किसी परिवार का कोई पुत्र इसप्रकार का जीवन व्यतीत करने की बात कहता है तो वह उस परिवार का पुण्य है। उसे प्रोत्साहित किया जाना चाहिए और उसके परिपोषण के संबंध में कुटुंब गुरु से सलाह लेनी चाहिए।

दो मार्ग कौनसे हैं? त्याग क्या है? ब्रह्मचर्य क्या है? संन्यासी कौन होता है? वह स्वयं अपना अंत्येष्टि संस्कार क्यों कर लेता है? कुछ आदमी संसार क्यों छोड़ देते हैं? संसार में कितने संन्यासी हैं? शास्त्र अन्य सभी पुण्यों से ऊपर किसकी प्रतिष्ठा करते हैं?



The one sun is seen in each pot of water. Just so God is seen in each religion and sect.

हर एक पात्र में एक ही सूर्य प्रतिबिम्बित होता है। उसी प्रकार हर एक मत में एक ही ब्रह्म प्रतिबिम्बित होता है।

He is Brahma. He is Siva. He is Indra. He is the immutable, the supreme, the self-luminous. He is Vishnu. He is life. He is time. He is the fire, and He is the moon.

ATHARVA VEDA, KAIVALA UPANISHAD 8

वही ब्रह्म है। वही शिव है। वही इन्द्र है। वह अपरिवर्तनीय, परम, स्वप्रकाशस्वरूप है। वही विष्णु है। वह प्राण है। वह काल है। वही अग्नि है, और वही चन्द्रमा है।
अथर्व वेद. कैवल्य उपनिषद्. ८

24. The Four Hindu Sects

The ancient name for Hinduism is Sanatana Dharma, “The Eternal Faith.” Hinduism is the world’s most ancient religion. Today we have four main denominations or sects. They are Saivism, Shaktism, Vaishnavism and Smartism. Each sect is thousands of years old and arose in different areas of ancient India. Every Hindu sect believes in karma, dharma and reincarnation. All believe that God is everywhere and in all things. All believe in temple worship, sacraments, the Gods and the importance of the guru. All hold the *Vedas* as the highest scriptural authority.

There are also important differences between the sects. One example is their scriptures. All honor the *Vedas*, but as a practical matter, other scriptures are used more. For Saivites, the *Saiva Agamas* detail most of our practices and philosophy. For Shaktas, the *Shakta Agamas* are most important. For Vaishnavas, the *Bhagavata Purana*, *Ramayana* and the *Bhagavad Gita* are most important. Smartas use the *Ramayana* and *Gita*, as well as the *Smriti* texts, *Agamas* and *Puranas*. There are major differences in belief. For example, Saivites do not believe that God Siva incarnates on earth. The other sects do believe God can take human birth.

Each Hindu is born into (or later chooses) one of the four sects. Further, each belongs to (or chooses) a specific *sampradaya* within that sect to follow faithfully. A *sampradaya* is a lineage of gurus and teachers which carry on a specific philosophic tradition within the sect. It is like going on to a higher education. First we choose the college or university that suits us best, then we choose our main subject, such as engineering or medicine.

What is the ancient name of Hinduism? What are the four sects of Hinduism? What are the beliefs and practices held by all Hindus? Which sects believe God incarnates as a human? Which sects honor the Ramayana and Bhagavad Gita? What is a sampradaya?

हिन्दू धर्म के चार मत

हिन्दू धर्म का प्राचीन नाम सनातन धर्म है, "शाश्वत धर्म"। हिन्दू धर्म संसार का प्राचीनतम धर्म है। आजकल इसके चार मुख्य मत हैं। वे हैं : शैव, शाक्त, वैष्णव और स्मार्त। हर मत हज़ारों साल पुराना है और भारत के विभिन्न क्षेत्रों में उनका उदय हुआ है। हर एक हिन्दू मत कर्म, धर्म और पुनर्जन्म में विश्वास रखता है। सभी मानते हैं कि परमात्मा सभी जगह और सभी वस्तुओं में है। सभी को मंदिर की पूजा, संस्कारों, देवताओं और गुरु की महत्ता पर विश्वास है। सभी वेदों को श्रेष्ठतम धर्मशास्त्रीय प्रमाणों के रूप में स्वीकार करते हैं।

मतों के बीच महत्त्वपूर्ण मतभेद भी हैं। इसका एक उदाहरण है धर्मशास्त्र। सब वेदों का सम्मान करते हैं, पर व्यावहारिक रूप में अन्य धर्मशास्त्रों का उपयोग ज़्यादा होता है। शैवों के लिए, हमारे अधिकतर अनुष्ठानों और दर्शन की विवेचना शैव आगमों में है। शाक्तों के लिए शाक्त आगम अत्यधिक महत्त्वपूर्ण हैं। वैष्णवों के लिए भागवत पुराण, रामायण, और भगवद्गीता ज़्यादा महत्त्वपूर्ण हैं। स्मार्त रामायण और गीता तथा स्मृतिशास्त्रों, आगमों व पुराणों का उपयोग करते हैं। विश्वास में बड़ी भिन्नताएँ हैं। उदाहरणार्थ, शैव यह नहीं मानते कि भगवान् शिव पृथ्वी पर अवतार लेते हैं। अन्य मत अवश्य मानते हैं कि भगवान् मनुष्य-जन्म लेते हैं।

हर हिन्दू इनमें से किसी एक मत में जन्म लेता है या बाद में एक को चुन लेता है। फिर, निष्ठा के साथ धर्म पालन करने के लिए उस मत के भीतर एक विशिष्ट संप्रदाय से संबंध बना लेता है या उसे चुन लेता है। संप्रदाय उन गुरुओं और शिक्षकों की परंपरा को कहते हैं जो उस मत के भीतर एक विशिष्ट दार्शनिक परंपरा को निभाती चलती है। यह ऐसा ही है जैसे कोई उच्चतर शिक्षा के लिए जाता है। पहले तो हम वह कॉलेज या यूनिवर्सिटी चुनते हैं जो हमारे लिए सबसे अधिक उपयुक्त है, फिर हम इंजीनियरिंग या डाक्टरी आदि मुख्य विषयों का चुनाव करते हैं।

हिन्दू धर्म का प्राचीन नाम क्या है ? हिन्दू धर्म के चार मत कौन-से हैं ? सब हिन्दुओं के विश्वास और अनुष्ठान क्या हैं ? कौन-से मत यह मानते हैं कि ईश्वर मनुष्य के रूप में अवतार लेता है ? कौन-से मत रामायण और भगवद्गीता का आदर करते हैं ? संप्रदाय क्या है ?



The symbol of each of the world's religions surrounds the Aum, the one God of all.

संसार के धर्मों के प्रतीकों ने एक ओम् को आवृत कर रखा है, जो सबका एक ईश्वर है।

Whatever exists and wherever it exists is permeated by the same divine power and force.

SHUKLA YAJUR VEDA, ISA UPANISHAD 1

जो भी जहाँ भी मौजूद है, वह सब उसी एक दिव्य शक्ति से ओतप्रोत है।
शुक्ल यजुर्वेद. ईश उपनिषद्. १

25. Truth is One, Paths are Many

It is a central principle of Hinduism to tolerate other religions. “Tolerate” means to recognize and respect the beliefs of other people. It means we respect their beliefs even though we don’t hold those beliefs ourselves. This is tolerance. The Supreme Being whom we call God Siva, is the same Supreme Being worshiped by all the other religions.

We love our Hindu religion. We love the other religions. We love the Buddhists, the Jains, the Muslims, the Christians, the Jews and the Sikhs. We do not believe that we have the only true religion. We do not try to make others follow our religion. If someone comes to us and wants to be a Hindu, then they can join our religion. But we don’t go out and try to change the religious beliefs of other people.

We know that there are many ways to worship God. They are all good. There are many ways to understand who God is. They too are all good. To know God is like reaching the top of a very tall mountain. That mountain has many paths that lead up its sides. Each starts from far away. From the bottom of the mountain it doesn’t seem all the paths could go to the same place. But from the top of the mountain we can see how they each lead to the summit. Our ancient sages knew God. They climbed that mountain top and declared, “Truth is one, paths are many.” This does not mean all religions are the same. No. They are quite different from each other in their beliefs and practices. We respect each. And we firmly trust in our ancient Hindu faith. It provides everything we need to find and know God.

What is tolerance? Do all religions worship the same Supreme Being. Is Hinduism the only true religion? Should we make someone change their religion? Why is religion like the paths leading up a mountain? Are all religions the same?

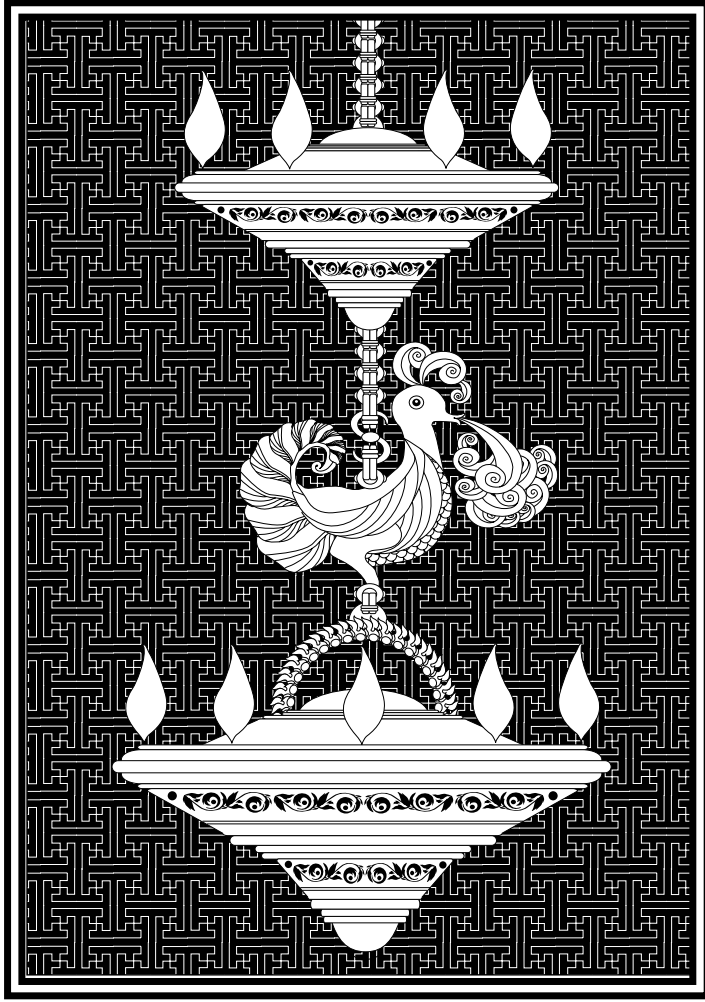
२५. सत्य एक है, मार्ग अनेक हैं

दूसरे मतों को सहन करना हिन्दू धर्म का मुख्य सिद्धान्त है। "सहन करने" का अर्थ है अन्य लोगों की मान्यताओं को स्वीकार करना और उनका आदर करना। इसका अर्थ है कि हम स्वयं उनकी उन मान्यताओं को तो नहीं मानते पर उनका आदर करते हैं। यही सहिष्णुता कहलाती है। जिस परम ईश्वर को हम शिव कहते हैं उसी परम ईश्वर की सभी अन्य मतवाले लोग पूजा करते हैं।

हम अपने हिन्दू धर्म से प्यार करते हैं। हम दूसरे धर्मों से भी प्यार करते हैं। हम बौद्धों, जैनों, मुसलमानों, ईसाइयों, यहूदियों और सिक्खों से प्यार करते हैं। हम यह नहीं मानते कि हमारा धर्म अकेला सच्चा धर्म है। हम इस बात की कोशिश नहीं करते कि दूसरे भी हमारे धर्म का ही पालन करें। अगर कोई अपनी इच्छा से हमारे पास आता है और कहता है कि मैं हिन्दू बनना चाहता हूँ तो वह हमारे धर्म में शामिल हो सकता है। लेकिन हम बाहर जाकर दूसरे लोगों का धर्म बदलने की कोशिश नहीं करते।

हम जानते हैं कि ईश्वर की पूजा करने के कई तरीके हैं। वे सब अच्छे हैं। ईश्वर क्या है इसे समझने के भी कई तरीके हैं। वे भी सब अच्छे हैं। ईश्वर को जानना ऐसा ही है जैसे किसी ऊंचे पहाड़ की चोटी पर पहुँचना। उस पहाड़ पर अनेकों रास्ते अगल बगल में होते हैं जिनसे होकर वहाँ पहुँचा जा सकता है। सभी रास्ते दूर-दूर से शुरू होते हैं। पहाड़ की तराई में देखने से नहीं पता चलता कि वे सब रास्ते उसी चोटी पर जा रहे हैं। पर एकबार ऊपर पहुँचने के बाद हम स्पष्ट दिख सकते हैं कि वे सब ऊपर की ओर ही आ रहे हैं। हमारे प्राचीन ऋषि ब्रह्मज्ञानी थे। वे ऊपर पहाड़ की चोटी पर चढ़े और वहाँ से घोषणा की, "सत्य एक है। मार्ग अनेक हैं। इसका यह अर्थ नहीं कि सब धर्म एक ही जैसे हैं। नहीं। वे मन्तव्यों और प्रथाओं की दृष्टि से एक दूसरे से सर्वथा विभिन्न हैं। हम हर एक का सम्मान करते हैं। और हमारा अपने हिन्दू धर्म में दृढ़ विश्वास है। परमात्मा को जानने और उसे पाने के लिए जो कुछ चाहिए सब उसमें है।

सहिष्णुता क्या है? क्या सभी धर्म एक ही परम ईश्वर की उपासना करते हैं? क्या हिन्दू धर्म ही एकमात्र सच्चा धर्म है? क्या हमें दूसरे का मत-परिवर्तन करना चाहिए? ऐसा क्यों कहते हैं कि धर्म पहाड़ की चोटी पर जानेवाले रास्तों की तरह है? क्या सब धर्म एक-से हैं?



The temple hanging lamps
guide the devas and Gods
to the temple sanctum.

मंदिर में लटकते हुए दीपक देवों और
देवताओं का गर्भगृह तक जाने के
लिए मार्ग दर्शन करते हैं।

Lead me from unreality to reality.
Lead me from darkness to light.
Lead me from death to immortality.
SHUKLA YAJUR VEDA, BRIHADARANYAKA UPANISHAD 1.3.28

मुझे असत्य से सत्य की ओर ले चलो। मुझे अंधकार से प्रकाश की ओर ले चलो। मुझे मृत्यु से
अमरत्व की ओर ले चलो।

शुक्ल यजुर्वेद. बृहदारण्यक उपनिषद्. १.३.२८

26. A Word to Parents and Teachers

Saivite Hindu Religion teaches a child the beliefs and practices he needs to know to be a good Hindu. It develops in the child his in-born love and trust of God. He finds his own personal relationship with God. He understands the purpose of home and temple worship and holds our Hindu traditions in high respect. The course develops a well-educated Hindu who cannot be converted to another faith. There are exams prepared for taking after the fourth and sixth books. Upon successful completion of the second exam and recommendation of the instructor, a graduation certificate can be issued by Himalayan Academy in Hawaii. Adults may also benefit from this course.

Saivite Hindu Religion is philosophically based upon the book *Dancing with Siva, Hinduism's Contemporary Catechism*, by Satguru Sivaya Subramuniyaswami. Anyone teaching the course should have access to this 1,008-page sourcebook. Any philosophic or practical point mentioned in the course can be researched in greater depth in *Dancing with Siva*. The teacher should first read the definitions of key words in the book's extensive lexicon. Then they should lookup the subject in the index and study the references given.

Other parts of *Dancing with Siva* can be used to augment the Saivite Path course, such as the timeline, comparison of Hindu sects, comparison of the world's religions and essay on the six schools of Saivism. For contemporary information, teachers can refer to HINDUISM TODAY, a colorful monthly international newspaper. From it students can learn all about the people and events who shape Hinduism in our modern world.

Dancing with Siva can itself be used as a primary text on Saivite Hinduism for higher grades. Its 31 chapters can be used in a daily course of study as there are five lessons within each chapter.

२६. माता-पिताओं और अध्यापकों के लिए एक शब्द

अच्छा हिन्दू बनने के लिए एक बच्चे को जिन मन्तव्यों और प्रथाओं के बारे में जानना ज़रूरी है शैव मार्ग वह सब सिखाता है। वह बच्चे में परमात्मा के प्रति जन्मजात प्रेम और विश्वास को विकसित करता है। वह परमात्मा के साथ अपने वैयक्तिक संबंध को पा लेता है। वह घर और मंदिर की पूजा का प्रयोजन समझ लेता है और हमारी हिन्दू परंपराओं को अतीव श्रद्धा से देखता है। इस पाठ्यक्रम से वह एक पूर्ण शिक्षित हिन्दू बन जाता है और उसका कोई मत-परिवर्तन नहीं कर सकता। चौथी और छठी पुस्तक के बाद परीक्षाएँ होती हैं। दूसरी परीक्षा पास कर लेने के बाद शिक्षक की सिफारिश पर हवाई स्थित हिमालयन एकेडमी द्वारा ग्रेडुएशन का प्रमाण पत्र दिया जाएगा। वयस्क लोग भी इस पाठ्यक्रम से लाभ उठा सकते हैं।

शैव मार्ग दार्शनिक रूप से सद्गुरु शिवाय सुब्रह्मण्य स्वामी द्वारा लिखित पुस्तक "शिव के साथ नर्तन, हिन्दू धर्म की समकालिक प्रश्नोत्तरी" पर आधारित है। जो भी इस पाठ्यक्रम को चलाना चाहते हैं उन्हें १००८ पृष्ठों की यह पुस्तक ले लेनी चाहिए। पाठ्यक्रम में उल्लिखित दार्शनिक या प्रथा संबंधी मुद्दे पर शिव के साथ नर्तन में अनुसंधान करके और उसकी गहराई तक पहुँचा जा सकता है। शिक्षक को चाहिए कि वे पहले पुस्तक में दिए गए विशाल शब्दकोश में मुख्य शब्दों की परिभाषाएँ जान लें। फिर वे सूची में विषय देख लें और दिए गए संदर्भ की सहायता से अध्ययन कर लें।

शिव के साथ नर्तन के अन्य भागों का, जैसे, काल-गणना, हिन्दू मतों की तुलना, विश्व के धर्मों की तुलना, शैव धर्म के छः पंथों पर निबंध की सहायता से शैव मार्ग के पाठ्यक्रम का विस्तार किया जा सकता है। समकालिक जानकारी के लिए शिक्षक हिंदूइज़्म टुडे, रंगीन अन्तर्राष्ट्रीय मासिक पत्रिका की सहायता ले सकते हैं। आधुनिक जगत् में हिन्दू धर्म को रूप देने देनेवाले लोगों और घटनाओं के संबंध में उसके द्वारा विद्यार्थियों को अच्छी जानकारी मिल सकती है।

उच्चतर ग्रेडों के लिए शिव के साथ नर्तन का शैव हिन्दू धर्म की प्राथमिक पुस्तक के रूप में उपयोग किया जा सकता है। उसके ३१ अध्यायों का, जिनमें हर एक में पाँच पाठ हैं, दैनिक स्वाध्याय क्रम के लिए उपयोग किया जा सकता है।

1. Gaṇeśa Mantra

ॐ ग॒णानां॑ त्वा ग॒णप॑तिग्ं हवामहे
क॒वि॒ङ्क॒वी॒नामु॑प॒मश्र॑वस्तमम् ।
ज्ये॒ष्ठ॒राजं॑ ब्रह्म॒णां ब्रह्म॑णस्पत॒
आन॑श्शृ॒ण्वन्तृ॑तिभिः॑ सीद॒साद॑नम् ॥

Aum gaṇānā n tvā gaṇapātigṃ havāmahe
kaviṅkāvīnāmupamaśravastamam, jyeshṭharājam
brahmanām brahmaṇaspata
ānaśśṛiṅvan nūtibhiḥ sīdasādanam

**May we worship Gaṇapati,
the Protector of Noble People,
the Best Poet,
the most Honorable,
the Greatest Ruler and
the Treasure of all Knowledge.
O Gaṇapati! Please listen to us
and take your seat in our heart.**

१. श्रीगणेश मंत्र

हम श्री गणपति की पूजा करें,
जो श्रेष्ठ जनों के रक्षक हैं,
सर्वोत्तम कवि हैं,
सर्वाधिक सम्मान्य हैं,
सबसे महान् शासक हैं,
और ज्ञान की निधि हैं।
हे गणपति, कृपया हमारी विनय सुनें,
और हमारे हृदय में अपना आसन ग्रहण करें।

2. Muruga Mantra

षडाननं कुङ्कुमरक्तवर्णं
द्विषड्भुजं बालकं अम्बिकासुतम् ।
रुद्रस्य सूनुं सुरसैन्यनाथं
गुहं सदा शरणमहं प्रपद्ये ॥

Shaðānanam kuṅkumaraktavarṇam
Dvishaḍbhujam bālakam Ambikāsutam.
Rudrasya sūnum surasainyanātham
Guham sadā śaraṇamaham prapadye.

**Oh Lord, you are six-faced and of deep-red color.
You are twelve-armed, the younger son of Ambika (Parvati).
You are the son of Rudra and leader of the army of devas.
I always fall at the feet of You, Lord Guha, for refuge.**

3. Śiva Mantra

ईशानःसर्वं विद्यानाम्
ईश्वरः सर्वभूतानाम्
ब्रह्माऽधिपतिर्ब्रह्मणोधिपतिर्ब्रह्मा
शिवो मे अस्तु सदाशिवोम्

īśānaḥ-sarvāvidyānām
īśvaraḥ-sarvabhūtānām
brahmā-dhipatir-brahmano-
dhipatir-brahmā
śivo me astu sadāśivom

**Supreme God Śiva is the Primal Soul.
He is the author and ruler of all knowledge.
He is the Lord of all creatures.
He is the preserver of Sanātana Dharma.
He is the Supreme God of all creation.
May He be pleased with this devotion in our home.
That Śiva is within me.
That eternal Śiva is Aum.**

३. शिव मंत्र

परम आत्मा शिव प्रधान आत्मा हैं।
वे समस्त ज्ञान के प्रवर्तक और अधिपति हैं।
वे सारे प्राणियों के स्वामी हैं।
वे सनातन धर्म के संरक्षक हैं।
वे समस्त सृष्टि के विधाता हैं।
हमारे परिवार की श्रद्धा-भक्ति से वे प्रसन्न हों।
वे शिव मेरे अन्दर हैं।
वे नित्य शिव ओम् हैं।

4. Mantra for Offering Incense

दशङ्गं गुग्गुलोपेतं सुगन्धं सुमनोहरम्
आघ्रेयःसर्वदेवानां धूपोऽयं प्रतिगृह्यताम्

daśāṅgam guggulopetam
sugandhan sumanoharam
āghreyaḥ-sarvadevānām
dhūpo-yam pratigṛihyatām

**O Lord! here is offered the incense
made of sweet smelling herbs.
This is meant for the devas.
Please accept it.**

४. सुगन्धित धूप समर्पण मंत्र

हे परमात्मन्, मधुर सुगन्धित वनस्पतियों से बनी हुई
यह सुगन्धित धूप आपको समर्पित है।
यह देवों को समर्पित की जाती है।
कृपया इसे स्वीकार करें।

5. Mantra for Offering Āratī Light

आज्यं च वर्तिसंयुक्तं वन्हिना योजितं मया
गृहाण मङ्गलं दीपं गृहाण वरदो भव

ājyañ cha vartisañyuktam
vanhinā yojitam mayā
gṛihāṇa maṅgalam dīpam
gṛihāṇa varado bhava

**O Lord! We have lit this lamp made of *ghee* and a wick.
Please accept this auspicious light and bless us.**

५. आरती-दीप समर्पण मंत्र

हे परमात्मन्, घृत और वर्तिका से बने
इस दीप को हमने प्रज्वलित कर दिया है।
कृपया इस मङ्गल दीप को स्वीकार करें,
और हमें अपने आशीर्वादों से कृतार्थ करें।

6. Mantram for Offering Flowers

योऽपां पुष्पं वेदं ।
पुष्पवान् प्रजावान् पशुमान् भवति ।
चन्द्रमा वा अपां पुष्पम् ।
पुष्पवान् प्रजावान् पशुमान् भवति ।
य एवं वेदं । योऽपामायतनं वेदं ।
आयतनवान् भवति ।

yōpām puṣpam vedā ।
puṣpāvān prajāvān paśumān bhāvati ।
chāndramā vā apām puṣpam ।
puṣpāvān prajāvān paśumān bhāvati ।
ya evam vedā ।
yōpām āyatānam vedā ।
āyatānavān bhavati ।

**The one who understands this universe
as the product of Supreme Energy
becomes energetic, has worthy
progeny and many cattle.
Even the moon is the creation
of that Supreme Energy.
The one who knows this
becomes energetic, has worthy
progeny and many cattle.
The one who knows this
becomes prosperous not only in
wealth but also in knowledge.**

६. पुष्प समर्पण मंत्र

उस परमशक्ति के पुष्पस्वरूप इस विश्व को जो समझ लेता है
वह उस शक्ति से युक्त होकर पुष्प की तरह विकसित होता है,
अच्छी सन्तति व पशु आदि से सम्पन्न हो जाता है।
चन्द्रमा उन्हीं पराशक्तियों का पुष्प है।
ऐसा जो जान लेता है,
वह पुष्पवान्, प्रजावान् और पशुमान् बन जाता है।
जो उन महाशक्तियों के मूलस्रोत को जान जाता है
उन महाशक्तियों का स्रोत बन जाता है।

7. Lead us from Darkness to Light

ॐ असतो मा सद्गमय ।
तमसो मा ज्योतिर्गमय ।
मृत्योर्मांसृतं गमय ।

Aum a_sato mā sa_dgamaya
ta_maso mā jyoti_rgamaya
mṛityormā-mṛitam gamaya

Lead me from unreality to reality
Lead me from darkness to light
Lead me from death to immortality

७. मुझे अन्धकार से प्रकाश में ले चलो

मुझे असत्य से निकालकर सत्य की प्राप्ति कराओ।
मुझे अन्धकार से निकालकर प्रकाश में ले चलो।
मुझे मृत्यु से मुक्त करके अमृतत्व प्राप्त कराओ।

8. The Food-Blessing Mantra

ॐ अन्नपूर्णे सदापूर्णे शृङ्करप्राणवल्लभे ।
ज्ञानवैराग्यसिद्धयर्थं भिक्षां देहि च पार्वती ॥
माता च पार्वती देवी पिता देवो महेश्वरः ।
बान्धवाः शिवभक्ताश्च स्वदेशो भुवनत्रयम् ॥
ॐ पूर्णमदः पूर्णमिदं पूर्णात्पूर्णमुदच्यते ।
पूर्णस्य पूर्णमादायं पूर्णमिवावशिष्यते ॥
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥ ॐ शिवार्पणमस्तु ॥

Aum annāpūrṇe sadāpūrṇe śaMkaraprāṇa vallabhe;
Jñānavairāgya siddhyartham bhikshām dehi cha pā rvatī.
Mātā cha pā rvatī devī pitā devo mahēśvaraḥ
bāndhāvāḥ śiva bhaktāśchā svadeśo bhuvanātrayam.
Aum pūrṇamadaḥ pūrṇamidam pūrṇātpūrṇamudachyāte,
Pūrṇasya pūrṇamādāya pūrṇame vāva śishyāte.
Aum śāntiḥ śāntiḥ śāntiḥ. Aum śivārpāṇamastu.

**Aum, beloved Śakti of Śiva,
Fullness everlasting and fully manifest as this food;
O, Mother of the Universe, nourish us with this gift of food
so that we may attain knowledge, dispassion and spiritual perfection.
Goddess Pārvati is my mother. God Maheśvara is my father.
All devotees of Śiva are my family. All three worlds are my home.
Aum, Śiva is Fullness. Creation is fullness.
From Śiva's Fullness flows this world's fullness.
This fullness issues from that Fullness,
yet that Fullness remains unchanged.
Aum, peace, peace, peace. Aum, this I offer unto Śiva.**

८. अन्न पावन मंत्र

ॐ हे अन्नपूर्णा, नित्यपूर्णा, शंकर की प्राणप्रिया पार्वति ,
हे विश्वजननि, हमें इसीप्रकार पुष्टिकारी अन्न देती रहो,
जिससे हम ज्ञान और वैराग्य की सिद्धि प्राप्त कर सकें ।
देवी पार्वती मेरी माँ है, महादेव शंकर मेरे पिता हैं ।
सारे शिवभक्त मेरे बन्धु-बान्धव हैं, तीनों लोक मेरा स्वदेश हैं ।
ॐ वह शिव पूर्ण हैं। यह सृष्टि पूर्ण है ।
शिव की पूर्णता से विश्व में पूर्णता आती है ।
पूर्ण में से पूर्ण उत्पन्न होने पर भी पूर्ण ही शेष रहता है ।
ॐ शान्ति शान्ति शान्ति ॥
ॐ इसे मैं शिव के अर्पण करता हूँ ॥

BOOK SIX ENGLISH GLOSSARY

Agama: A very large collection of ancient Sanskrit scriptures. They are *sruti*, that is, revealed scriptures and have equal authority to the *Vedas*. The major Hindu sects—Saivism, Vaishnavism and Saktism—each have their own Agamas. *Agamas* are the primary source for instructions on temple ritual and construction, philosophy and yoga. (page 24).

Ahimsa: “Non-injury.” Not hurting others by word, thought or deed. First and most important of the *yamas* (restraints). (page 1).

Altar: Specifically, a fire altar is a square or circle of bricks with a pit in the middle for the fire. The construction is explained in detail in the *Yajur Veda*. They are often three layers high and measure from two feet across to ten or more feet. (page 37).

Anava: One of the three *malas* or bonds, along with karma and maya, that bind the soul. The effect of anava is to make us think we are separate and distinct from God. After many lifetimes, we finally break this veil of ignorance and realize the Truth—that we are one with God. (page 89).

Ancestor: Any member of our family from whom we are descended. Usually someone who lived long before us. (page 57)

Annaprāsana: The first feeding of solid food. A *samskara* held at six months of age. (page 53).

Antarloka: The subtle, unseen world of existence between our physical world and the world of the Gods. This world has a higher rate of vibration than our world. Souls between birth live here as *devas*. We can also enter this world while we sleep. (page 33).

Antyeshti: The Hindu funeral rites including the preparation of the body, cremation and

disposing of the ashes. A *samskara*. (page 53).

Apology: Admitting we have hurt another, expressing our regret and asking for pardon. (page 69).

Arati: “Light.” The circling or waving of a lamp before a holy person or the temple Deity at the high point of puja. The flame is then presented to each devotee. He passes his hands through it and touches the eyes three times. The lamp carries the blessing out from the Deity to the devotee. (page 37).

Archana: A short puja done by the temple priest at the request of the devotee. The name, birthstar and family lineage of the devotee are recited to invoke a special blessing from God. (page 37).

Ardra Darsana: A ten-day festival ending on Ardra nakshatra, near the full moon of December-January, honoring Siva Nataraja. (page 61).

Ascetic: A person who leads a life of contemplation on God and rigorous self-denial. An ascetic denies himself many ordinary comforts and pleasures in order to better seek God. (page 88).

Ashram: The home of a sadhu, saint, swami, ascetic or guru. An ashram can be a simple mountain cave or a vast complex of buildings with many monks and students. (page 45).

Ashrama Dharma: The four traditional Hindu stages of life: student (age 12 to 24); householder (24 to 48); elder advisor (48 to 72); and religious solitaire (beyond 72). (page 85).

Ashtanga Pranama: “Eight-limbed obeisance.” The full body form of prostration for men, in which the hands, chest, forehead, knees and feet touch the ground. (page 41).

Asteya: The *yama* or moral restraint of non-stealing. (page 1).

Astikya: The *niyama* or observance of faith, believing firmly in God, Gods, guru and the path to enlightenment. (page 5).

Atharva Veda: Last of the four *Vedas*. Contains 720 hymns of prayer, magical charms and spells and philosophy. (page 72).

Aum: A sacred sound for Hindus, used at the beginning of many scriptures and chants. “Aum” is chanted aloud or silently in meditation to quiet our mind. The first sound when Siva created the universe. (page 57).

Auspicious: Favorable, of good omen, foreboding well. (page 80).

Austerity: See *Tapas*.

Beard-shaving: See *keshanta*.

Belief: Something that we accept as true. Our religious beliefs largely determine how we decide to conduct our lives. (page 93).

Bhagavad Gita: “Song of the Lord.” One of the most popular of Vaishnavite Hindu writings, a conversation between Lord Krishna and Arjuna on the brink of the great battle at Kurukshetra. Discusses yoga, asceticism, dharma and the spiritual path. Especially important to Vaishnava and Smarta Hindus. (page 93).

Bhagavata Purana: Also known as *Srimad Bhagavatam*. Its 18,000 stanzas tell the story of all of Lord Vishnu’s ten incarnations. Especially important to Vaishnava Hindus. (page 93).

Bhajana: Simple sacred songs sung by one or more devotees, often repeated by a group. (page 37).

Bhuloka: The physical world or plane. The world in which we live in our physical bodies. (page 33).

Brahma: The name of God as Creator. Saivites consider Brahma, Vishnu and Rudra to be

three of five aspects of Siva. However, in other traditions and certain stories, they are considered to be separate Gods. (page 96).

Brahmachari: One in the student stage of life, age 12–24, or until marriage. (page 85).

Brahmacharya: Celibacy. The *yama* or restraint of abstaining from sexual activity until marriage. (page 1).

Brahmin: A member of the Hindu priestly class. A brahmin should be religious and learned in the traditional rituals. (page 21).

Brihadaranyaka Upanishad: One of the most important *Upanishads*, part of *Yajur Veda*. It teaches worship, meditation and the identity of individual self with God. (page 100).

Buddhist: A member of the religion based on the teachings of Siddhartha Gautama, the Buddha (624–544BCE). (page 97).

Camphor: A white substance burned in the temple lamp during puja. (page 21).

Catechism: A handbook of questions and answers for teaching the principles of a religion. (page 101).

Celibacy: See *brahmacharya*.

Celibate: One who practices celibacy, *brahmacharya*. (page 1).

Charya: The first of the four stages we go through to realize God. The stage of good conduct where one learns to live according to dharma and serve selflessly. (page 29).

Chastity: To observe brahmacharya or celibacy. (page 88).

Chaturthi: The fourth day after the new moon. (page 61).

Chellapaswami: Satguru who lived in Jaffna, Sri Lanka (1840–1915). Guru of Sage Yogaswami, who in turn was guru of Sivaya Subramuniaswami. (page 65).

Christian: Of or belonging to the faith based upon the teachings of Jesus Christ.

Circumambulation: To walk around, usually clockwise. It is a common devotional practice to circumambulate the temple or inner sanctum, and even sacred towns, mountains or rivers. (page 36).

Cognition: See *Mati*.

Compassion: *Daya*, one of the yamas or restraints. To feel sorrow for the sufferings of another and to have an urge to help. (page 1).

Confession: To admit guilt or that we have done something wrong. (page 69).

Contemporary: Modern, in the style of recent times. (page 101).

Contentment: *Santosh*, one of the niyamas or religious practices. To be happy with what one has or is. Not desiring something more or different. (page 5).

Convert: To change from belief in one religion to belief in another. (page 101).

Cremate: To burn a dead body to ashes. Commonly done on a wood pyre, also in gas-fueled ovens. Cremation frees the soul into the inner worlds. (page 33).

Dasama Bhaga Vrata: "One-tenth vow." A sacred promise to contribute one-tenth of one's income for religious work. (page 77).

Dasamamsha: "One-tenth sharing." The traditional Hindu practice of tithing, giving one-tenth of one's income to a religious institution. (page 77).

Death: The detaching of the soul body from the physical body. Known as *mahaprasthana*, "the great departure." (page 33).

Deity: God or a God. Specifically the stone or metal image of God in the temple. (page 33).

Denomination: A particular religious group,

sect or subsect. (page 93).

Deva: A soul living in heaven in a subtle, non-physical body. Devas are people like us who are in-between births on this physical plane. Some devas are more advanced and no longer take physical birth. (page 33).

Devil: Satan, a totally evil being. In Christianity and other western religions, the devil fights with God and tempts us to be wicked. In Hinduism there is no devil, as God is everywhere and in all things. (page 65).

Devotee: Someone who is especially devoted to God or his guru. (page 13).

Devotion: To have great love, faith and loyalty for God or one's guru. (page 13).

Dharma: The inherent order of the universe. God's law as it applies to all things and all beings. Dharma is the path for the soul that takes it closer to God. (page 9).

Dhriti: The *yama* or religious observance of steadfastness. To stick to one's duties and decisions and to overcome fear, indecision and changeableness. (page 1).

Dipavali: A very popular home and community festival in celebration of the victory of good over evil. Lamps are lit and fireworks set off. A national holiday in India and several other countries. (page 61).

Dispassion: The state of being free from passion, emotion or bias; to be calm and impartial. (page 126).

Divine: Of or inspired by God. Holy, sacred. (page 1).

Ear-piercing: see *Karnavedha*.

Elder: Anyone older than ourselves, but especially our parents, grandparents, aunts and uncles. We go to our elders for advice and guidance for our lives. (page 73).

Energy: Power. Specifically, *Sakti*, Siva's divine

power. The active power or manifest energy of Siva that pervades all of existence. (page 8).

Enlightenment: God-Realization, the goal of every soul. The experience of becoming one with Parasiva, beyond time, form and space. *Nirvikalpa Samadhi* in Sanskrit. (page 1).

Eternal: Without beginning or end. (page 12).

Evil: That which is bad, morally wrong, causing harm, pain, misery. What some call evil, Hindus call ignorance and immaturity. Man and the world are not by nature intrinsically imperfect, bad or corrupt. The real, ultimate nature of both man and this world is divine goodness. (page 65).

Faith: *Astikya*, one of the *niyamas* or religious practices. Trust or belief in god, Gods, guru and the path to enlightenment. (page 5) Also means a specific religion, such as the Hindu faith. (page 93).

Fast: To abstain from all or certain foods, often done during festivals, or as a vow. A fast can mean just abstaining from certain foods, or skipping meals, or taking water only. (page 61).

Festival: Special day or days to worship God and celebrate. (page 21).

Food-blessing Mantra: A Sanskrit chant done before meals. The first part is a verse by Adi Shankara, the second is from the *Taittiriya Upanishad*. (page 126).

Frugal: Not wasteful, not spending freely or unnecessarily, thrifty, economical. (page 77).

Funeral: See *antyeshti*.

Ganapathi: "Leader of the ganas." Another name for Lord Ganesha. Ganas are a kind of deva who help God Siva. (page 61).

Ganesha: The God with an elephant's head, first Son of Lord Siva. Ganesha is honored by all Hindu sects. He is always worshipped first be-

fore any other worship or undertaking is begun. (page 37).

Gayatri Mantra: Famous Vedic mantra used in puja and personal chanting. "Tatsavitur varenyam, bhargo devasya dhimahi, dhiyo yo nah prachodayat." From *Rig Veda* 3.62.10. It means, "O Divine Being of all three worlds, we meditate upon the glorious splendor of the Sun God. May He Himself illumine our minds." (page 81).

Ghanta: Bell. Used in every puja to summon the devas and chase away the asuras. (page 80).

Ghee: Butter that has been boiled and strained. Used in temple lamps, fire ceremonies and cooking. (page 117).

Goad: A sharp-pointed stick such as used to drive oxen. The instrument held by Lord Ganesha and symbol of his power to make us move forward in life. (page 8).

God-Realization: The direct and personal experience of being one with God. (page 29).

Goddess: God seen as female. In truth, God is neither male nor female. Goddess is often used when we refer to the feminine, mother aspect of God. (page 93).

God: Lord Siva, the Supreme Being, creator of the universe and everyone and everything in it. Also a God, such as Lord Ganesha or Lord Muruga. (page 5).

Gopuram: The tower at the entrance to the temple. Often covered with sculptures and brightly painted. (page 12).

Grace: A gift from God given out of His love. Lord Siva's revealing grace, *anugraha shakti*, by which souls awaken to their true, Divine nature. (page 53).

Grihasta: A householder, a family man or woman. Having to do with family life. (page 89)

Guru: A teacher, most especially a saintly per-

son who helps us come closer to God. (page 5).

Harmony: To work pleasingly together, to be in agreement, peaceable. (page 84).

Hawaii: State of the United States of America, a series of islands located in the middle of the Pacific Ocean. The Hawaiian island of Kauai is home to Satguru Sivaya Subramuniyaswami. (page 101).

Heaven: The inner unseen worlds where the souls live between births. Includes the Antarloka, or astral plane, where souls live between births, and the Sivaloka, the world of the Gods. (page 25).

Hindu: A person who has a Hindu name and follows the Hindu religion. Also of or related to Hinduism. (page 17).

Hinduism: The oldest religion in the world. It has 700 million followers, mostly in India. Followers believe in *Vedas*, *Agamas*, temple, guru, karma, dharma, reincarnation and that God is everywhere and in all things. Called in Sanskrit *Sanatana Dharma*, “eternal religion.” (page 17).

Homage: Showing respect, honor or reverence. (page 56).

Homakunda: The fire pit in which the homa or fire ceremony is performed. It is usually made of earthen bricks and can be a square, triangle, crescent or other shape. (page 52).

Honesty: *Arjava*, one of the yamas or spiritual observances. To not cheat, lie or steal. To be truthful and trustworthy. (page 1).

Householder: see *grihastha*.

Humility: To be modest and not proud. We should be humble when we approach God. (page 41).

Idol: A term used for a statue of God, properly called in Sanskrit, murthi. “Idol” implies that the stone, wood or metal statue is itself God. The Hindu belief is that God comes from the inner

worlds to use the statue as a temporary body to transmit His grace to the worshipers. (page 25).

Immortality: Deathlessness. (page 123).

Immutable: Never changing or varying. (page 92).

Incarnate: Specifically, the Vaishnavite belief that God takes birth in this world (for example, Lord Krishna and Lord Rama) for the purpose of restoring dharma. Saivites do not believe that God Siva takes birth on earth. (page 93).

Infinite: Without beginning or end. (page 61).

Inherently: Inborn. Something that is an essential part of someone or something. (page 65).

Initiation: *Diksha* in Sanskrit. A special blessing from a priest, teacher or guru. Initiation opens a deeper spiritual connection between the teacher and the person. This inner connection is necessary for us to understand the true meaning of the spiritual teachings. There are several forms of diksha, each drawing the person deeper into his spiritual being. (page 89).

Intrinsic: Essential, inherent. Belonging to the real nature of a being or thing. (page 65).

Ishvarapujana: The *niyama* or religious practice of worship and devotion. (page 5).

Jain: A follower of Jainism, an ancient religion of India, taught by Mahavira around 500BCE. There are about six million Jains today, mostly living in India. Jains do not accept the *Vedas* and do not believe in a Supreme God. (page 97).

Japa: “Recitation,” a *niyamas* or religious practice. To repeat a mantra or sacred sound with concentration. Japa is done silently or aloud and often on a strand of beads. (page 5).

Jayanti: “Birthday,” specifically Guru Jayanti, the birthday of one’s guru. (page 61).

Jnana: Jnana pada is the fourth of the four stages of religious development according to

Saiva Siddhanta (and many other schools of Hindu philosophy). The mature state of the soul after God-Realization. (page 29). *Jnana Pada* also names one of the sections of the *Saiva Agama* scriptures. (page 68).

Jnani: A sage, one who possesses jnana, knowledge and wisdom. (page 28).

Kaivalya Upanishad: A philosophical text of the Atharva Veda. It teaches how to reach Siva through meditation. (page 92).

Kalasa: In temple rites, a pot of water topped with mango leaves and a husked coconut. It represents the Deity during special pujas. (page 72).

Kanchipuram: A sacred town in South India. Capital of the Pallava kingdom in ancient times. Site of many famous temples. (page 13).

Karana Agama: One of the 28 *Saiva Agamas*. It is widely used today. It is the basis for the temple rituals performed in most South Indian Siva temples and temples of the South Indian tradition outside of India. (page 24).

Karma: The principle of cause and effect. Our good actions create good karma. Sooner or later this good karma returns. Someone does something good to us. But our bad actions return in unpleasant ways. Karma created in one lifetime can be experienced in another. (page 9).

Karnavedha: The samskara of piercing both ears, for boys and girls, and the inserting of gold earrings, held during the first, third or fifth year. (page 53).

Katha Upanishad: One of the major *Upanishads*. It belongs to the *Yajur Veda*. This scripture contains the famous story of Nachiketas who extracts from Yama, Lord of Death, the knowledge of liberation through God-Realization. (page 32).

Kavadi: A decorated arch used to carry two milk pots to the temple as part of Muruga festivals. (page 61).

Kesanta: The samskara of first beard-shaving for boys. A home ceremony held at about age 16. A time to reaffirm the vow of brahmacharya, receive gifts and be admitted into the adult community as young adults. (page 53).

Kolam: A design drawn on the ground with rice flour during festivals. (page 56).

Konrai: The Golden Shower tree. Its many beautiful yellow flowers symbolize Siva's cascading, abundant, golden grace. (page 48).

Krishna Yajur Veda: Most common of two versions of the second *Vedas*. The other version is the *Shukla Yajur Veda* which contains the same material, but in a different order. This *Veda* includes the chants and instructions for fire worship. Many of the Sanskrit chants used in temple worship come from this *Veda*. (page 8).

Krittika Dipa: A festival on the Krittika nakshatra in November-December, when God Siva is worshipped as an infinite pillar of light. Great bonfires are lit at night on hills and in the villages of India and elsewhere. (page 61).

Kriya Pada: "Stage of religious action; worship." The stage of worship and devotion, second of four progressive stages to God-Realization. (page 29).

Kshama: The *yama* or religious practice of having patience. To endure troubles without complaint, to be tolerant, to refuse to anger, to wait calmly. (page 1).

Kukarma: Bad karma. Action harmful to another. (page 9).

Kulanarva Tantra: A major Sakta scripture of 2,058 verses. It talks of ways to liberation and especially of the guru-disciple relationship. (page 44).

Kumbha Mela: A Hindu gathering held every four years at one of four sacred places in rotation: Prayag, Nasik, Haridwar and Ujjain. The gatherings at Prayag number up to 20 million people—the largest assembly of humans on

earth for one event. (page 61).

Kumbhabhishekam: See *Maha Kumbhabhishekam*.

Kundalini: “Serpent power.” The cosmic energy or power within the spine. The yogi uses this energy to realize God. (page 8).

Kuttuvilaku: A standing metal oil lamp used in the temple and home. (page 20).

Lamp: The lighting of a lamp is important because the flame can be seen in the inner worlds by the devas and Gods. It is a form of communication, a request for blessing. (page 37).

Lexicon: A specialized dictionary.

Liberation: See *Moksha*.

Lineage: *Sampradaya* in Sanskrit, meaning a living stream of religious tradition. There are many such lineages in Hinduism, each with its sacred literature, temples, ashrams, gurus and teachers. (page 5).

Lord: God Siva or a God, such as Lord Ganesha or Lord Muruga. (page 5).

Lust: Excessive sexual desire, to be controlled by the practice of brahmacharya. (page 1)

Maha Kumbhabhishekam: A ceremony taking many days, held to bless the entire temple. It is done when a temple is first consecrated. Every 12 years each temple should be renovated and another kumbhabhishekam done. (page 25).

Mahaprasthan: “Great departure.” Death. Hindus know that at death the soul detaches itself from the physical body and enters the inner worlds. (page 33).

Mahasivaratri: “Siva’s great night.” The biggest festival for Lord Siva. It is an all-night vigil the night before the new-moon day in February/ March. We worship Lord Siva as the source of all that exists. (page 61)

Maitreya Upanishad: Part of *Krishna Yajur*

Veda, discusses the meaning of Aum, the outer nature, control of the mind and the ultimate nature of the soul. (page 8).

Mantra: A Sanskrit word or sentence taken from scripture. Chanted as a devotional practice, also as a blessing before puja, meals, etc. (page 36).

Manu Dharma Shastras: An ancient book of Hindu law. It covers politics, law, crime, liability, social organization, religious observances, etc. (page 52).

Mati: Cognition, one of the niyamas or religious practices. To develop a spiritual will and intellect under the guru’s guidance. Cognition is knowledge reached through intuition and God’s grace, rather than ordinary thought. (page 5).

Maya: The world of form, created out of God Siva’s grace. One of soul’s three bonds which must be overcome to attain God-Realization. (page 89).

Meditation: To sit quietly and think only about God. To become quiet we can breathe deeply and evenly and chant “Aum” silently. Meditation is a spiritual art best learned from a guru. (page 37).

Mela: See *Khumba Mela*.

Mind: Specifically, the mind of God Siva within which everything and everyone exists. (page 65)

Mitahara: The yama or religious observance of moderate appetite. Considered essential to good health. Includes following a vegetarian diet, not eating meat, fish, fowl or eggs. (page 1).

Monk: A man who never marries but devotes his life to religion. He may live alone or with others in an ashram, often under the guidance of a guru. (page 88).

Mrigendra Agama: A part of the *Kamika Agama*, important because of its good sections on philosophy and puja. It is widely available today. (page 65).

Mundaka Upanishad: A part of the *Arthava Veda*. Deals with how to know God. (page 88).

Murthi: The image of God used during worship. Made of stone, metal or sometimes wood. (page 21).

Muruga: The second son of Lord Siva, after Lord Ganesha. A powerful God who carries a spear and rides on a peacock. (page 49).

Muslim: A follower of Islam, the religion founded by Prophet Muhammed in Arabia about 625CE. Muslims adhere to five pillars as given in their scripture, the *Koran*: faith in God, praying five times daily facing Mecca, giving of alms, fasting during the month of Ramadan and pilgrimage. (page 97).

Naga: A cobra, symbol of the kundalini within the spine. (page 8).

Nakshatra: Twenty-seven star clusters which lie along the ecliptic, or path of the sun. The nakshatra of the day is the cluster the moon is aligned with at that moment. (page 61).

Namakarana: The samskara or sacrament of name giving, performed 11 to 41 days after birth. One who adopts or converts to Hinduism later in life would receive this same sacrament. (page 53).

Namasivaya: The foremost mantra for Saivites. It means “Praise to Siva,” and appears in *Yujur Veda*. (page 57).

Namaskara: The Hindu form of greeting. The hands are pressed together in front of the chest and the head slightly bowed. (page 41).

Niyamas: The second of the eight limbs of raja yoga. Raja yoga is the system to find God and is described in many ancient scriptures. The niyamas are a list of ten religious practices, beginning with ahimsa, noninjury. (page 5).

Non-injury: See *Ahimsa*.

Non-stealing: See *Asteya*.

Om: see *Aum*.

Pada: “Quarter part.” Names the major sections of the Agama scriptures. (page 64). Also names the states of practice necessary to realize God—charya, kriya, yoga and jnana pada. (page 29).

Palani Hills: A famous Murugan temple in Tamil Nadu. (page 49).

Pancha Ganapati: A modern five-day festival held from December 21 to 25. A time to share gifts and renew family ties and friendships. (page 61).

Panchanga Pranama: “Five-limbed prostration.” The form of prostration for women and girls. Kneeling on the floor, the hands, head and legs touch the ground. (page 41).

Parartha Puja: “Public worship.” Puja performed by a qualified priest for the benefit of others. The atmartha puja is performed for one’s self and one’s family. (page 20).

Penance: An act done to atone for a wrongdoing. By doing penance now we hope to avoid the later return of a bad karma. (page 5).

Permeate: To pass into and through and affect every part of. (page 96).

Perseverance: To continue in some effort or course of action in spite of difficulty or opposition. (page 1).

Philosophy: A system of understanding the basic principles of life. (page 93).

Pilgrimage: To take a long or short journey to a temple or holy place as an act of devotion. (page 49).

Pranama: Prostration, to bow down. Done in respect for God, Gods, holy men and elders. See *Astanga Pranama* and *Panchanga Pranama*. (page 41).

Prasadam: A gift of food first given to God. Then part is given to the devotees.

Pray: To ask God for help, special favors or blessings. (page 37).

Prayag: City in northern India at the meeting of the Jumna and Ganges rivers. Modern name is Allahabad. Site of a kumbha mela every 12 years attended by tens of millions of Hindus. (page 61).

Priest: A person specially trained to do the puja to God in the temple. A priest knows Sanskrit and the traditional rituals. (page 21).

Primal Soul: Siva, the uncreated, original, perfect God. The first soul, source of all other souls. (page 111).

Principle: A fundamental truth or law upon which other laws and rules are based. (page 97).

Progeny: Offspring, children, descendants. (page 120).

Prostrate: To lay flat on the ground, a symbol of submission and respect. Done before God, saints, parents and elders. (page 41).

Puja: The Hindu form of worship to God. It includes offering incense, lamps, water, food and flowers, plus the chanting of Sanskrit verses. (page 21).

Purana: "Ancient." A type of Hindu scripture. There are 18 major *Puranas* teaching about God, Gods, man and world. (page 93).

Purnima: The full moon day. (page 61).

Pusam: See *Tai Pusam*.

Ramayana: "Life of Rama." The famous Hindu story of Lord Rama. (page 93).

Realize/Realization: To fully understand, to become aware of. We speak of "God-Realization," meaning the experience of understanding that we are one with God. It is like being in the rain, then suddenly realizing you are wet. You did not become wet when you realized it, you were already wet, but did not know it. Similarly, you

are already one with God, and one day you will realize it. (page 29).

Rebirth: To be born again. See reincarnation. (page 41).

Reincarnation: "Re-entering the flesh." The process by which a soul takes a new physical body. Called *punarjanma* in Sanskrit. Souls get a better or worse birth according to the good and bad karma created in previous lives. (page 57).

Religion: A system among men for the worship of God, usually including scriptures, beliefs, priests and spiritual and moral guidelines. (page 73).

Religious: To be devoted to God. (page 17).

Renunciation: *Sannyasa* in Sanskrit. To give up family life, job, personal property and possessions and instead take on the life of the Hindu monk or *swami*. By renunciation a man frees himself of the worldly ties which would prevent his rapid advancement on the spiritual path to God. (page 89).

Rite: A religious ceremony, performed according to tradition. (page 53).

Rituals: A set form of rites, such as for the worship of God in the temple. Determined by scripture and tradition. (page 21).

Ritukala: The samskara of coming of age for girls, first menses. Performed at home with ceremonial bath, presentation of first sari and other gifts. (page 53).

Sacrament: *Prasada* in Sanskrit, the blessed holy ash, water, flowers, etc. from the puja or given by a holy person. (page 37). Also used for the Sanskrit term *samskara*. Samskara are the rites of passage such as name-giving, first-feeding, marriage, etc. (page 53).

Sacred: Something we respect because of its closeness to God. (page 5).

Sacrifice: Specifically, to give up or do without something which is really necessary. (page 5).

Sadhana: Religious and spiritual disciplines, such as repeating God's name or meditating. Sadhana builds our willpower and faith in God. (page 5).

Sage: A wise and religious person. (page 17).

Saint. A holy person of any religion. (page 25).

Saiva: Belonging to the Saivite tradition. (page 20).

Saivism: The religion followed by those who worship Siva as the Supreme God. Based upon the *Vedas* and the *Saiva Agamas*. (page 93).

Saivite: One who worships Lord Siva as the Supreme God. Oldest of the four sects of Hinduism. (page 93).

Samhita: The main or central collection of hymns of each *Veda*. (page 80).

Samskara: A rite marking a significant transition of life. There are many samskaras, such as name-giving, first-feeding, ear-piercing, beginning of study, coming of age, marriage and the funeral. (page 53).

Sanatana Dharma: "Eternal religion" or "everlasting path." The traditional name for Hinduism. (page 93).

Sanctify: To make holy, to purify. (page 52)

Sanctum: The innermost room of the temple, where the main image of God is worshipped. (page 37).

Sannyasin: A Hindu monk. One who has renounced family, possessions and career to follow a religious life all of the time. One becomes a sannyasin by being initiated (given *diksha*) by another sannyasin, often a guru. (page 89).

Sanskrit: The ancient language of India in which the Hindu scriptures are written. Most

chants done for Hindu ceremonies are in Sanskrit. (page 21).

Santosh: The *niyama* or religious observance of contentment. Seeking joy and serenity in life by being satisfied with what one has. (page 5).

Satguru: A great religious teacher who has seen God. It is the satguru who works to break our three bonds of anava, karma and maya. A satguru is necessary to attain God-Realization. (page 29).

Satya: The *yama* or spiritual restraint of truthfulness. To not lie, mislead or betray promises. (page 1).

Scripture: A book written about God, religious beliefs and practices including temple rituals and construction. (page 25).

Sect: A specific group of believers within a religion. A sect will have many beliefs in common with all members of the religion, but also have certain unique beliefs or practices among themselves. There are four major sects of Hinduism—Saivism, Shaktism, Vaishnavism and Smartism. There are more than 23,000 Christian sects. (page 93).

Seer: A mystic, a rishi. A wise being who sees and understands beyond the limits of our ordinary sight and thoughts. (page 24).

Self: With capital "S", Self refers to the Self God, Siva as Absolute Reality, Parasiva—That which abides at the core of every soul. (page 88).

Serenity: Not disturbed or troubled. Calm, peaceful, tranquil, quiet. (page 5).

Seval: The large, red fighting rooster on Lord Muruga's flag. His cry signals the dawn of wisdom and conquest of ignorance. (page 65).

Shakti: "Power, energy." The active power or energy of Siva, worshipped by followers of Shaktism as the Goddess. In Saivism, this power is regarded as an aspect of Siva, who is both

male and female. (page 93).

Shaktism: *Shakta* in Sanskrit. The religion of those who worship the Supreme as the Divine Mother. One of the four major sects of Hinduism. Shaktism is philosophically very close to Saivism. (page 93).

Shasthi: The sixth day after the new moon. (page 61).

Shastras: A type of Hindu holy book. *Dharma Shastras* are on religious law, *Artha Shastras* on politics, for example. (page 52).

Shrine: In the temple, a place beside the main sanctum where an image of a God is kept. (page 37). Also a room set aside in a house for worship of God. (page 25).

Shukla: “Bright” or “White.” Specifically the *Shukla Yajur Veda*. There are two versions of the *Yajur Veda*, the *Shukla* and the *Krishna*. They contain almost the same material, but in different order. (page 20).

Siddhanta Sravana: The *niyama* or religious practice of scriptural listening. It includes both the study of scripture and listening to the oral teachings of one’s lineage. (page 5).

Sikh: A follower of the religion of Sikhism. Sikhism is closely related to Hinduism. It was founded 500 years ago in India by the saint Guru Nanak. Sikhism rejects idol worship and the caste system. (page 97).

Siva: The Supreme God, Creator of the Universe. His five powers are creation, preservation, destruction, concealing grace and revealing grace. (page 13).

Sivalinga: A round stone set in a base, symbol of God beyond name and form. (page 24).

Sivaloka: The world of Siva, the Gods and highly evolved souls. The highest and most refined part of the heaven worlds. (page 81).

Skanda: “Leaping one.” An ancient name of

Lord Muruga, especially in his form as a warrior God. (page 61).

Smartism: One of the major sects of Hinduism. The best known Smarta saint is Adi Sankara. Smartas follows the *Vedas*, *Ramayana*, *Mahabharata*, *Puranas* and *Dharma Shastras*. They worship all the Gods. (page 93).

Smriti: Secondary scriptures. Smriti include various supplementary books of the *Vedas* on such subjects as astrology, civil law, warfare and medicine. The histories, *Ramayana* and *Mahabharata* as well as the *Puranas* are all smriti. (page 93).

Soul: The innermost part of us, created by Lord Siva. Called *atman* in Sanskrit. The soul never dies, but takes on one physical body after another until we know God. (page 9).

Spiritual: Having to do with God and our higher, soul nature. (page 5).

Sravana: see *Siddhanta Sravana*.

Steadfastness: See *Dhriti*.

Subramuniaswami: Current satguru (1927–) of the Kailasa lineage within the Nandinatha Sampradaya. His guru was Sage Yogaswami of Jaffna, Sri Lanka. Subramuniaswami lives at Kauai Aadheenam in Hawaii, USA. (page 101).

Suicide: To intentionally kill oneself. (page 33).

Svetasvatara Upanishad: A part of the *Yajur Veda*, discusses the personal God and devotion, as well as the unity of God, soul and world. An important text for Saivites. (page 12).

Swami: A Hindu monk. An unmarried man who has devoted his life to God. (page 45).

Symbol: One thing used to represent another. For example, the rudraksha bead is a symbol of God’s love. (page 8).

Tai Pongal: A four-day home festival in Janu-

ary-February. A celebration of the first rice harvest. (page 61).

Tai Pusam: A festival in January-February to worship Lords Siva or Muruga, depending on the local customs. (page 61).

Taittiriya Upanishad: A scripture which is part of the *Krishna Yajur Veda*. Deals with language, God and the attainment of bliss. (page 4).

Tamil Nadu: Southern state of India, capital city is Madras. Many famous Saivite temples are located in Tamil Nadu. (page 49).

Tantra: A kind of scripture, specifically of the Sakta sect. (page 44).

Tapas: The *niyama* or observance of self-denial and discipline, physical or mental. Performing sadhana, penance, tapas and sacrifice. *Tapas* is specifically used to refer to especially difficult practices or meditations done under the guidance of a guru. (page 5).

Temple: The home of God. Saivite temples are usually built according to instructions in the *Saiva Agamas*. (page 13).

Temptation: Wanting to do something which is wrong—immoral, illegal or against custom and tradition. (page 9).

Timeline of Hinduism: A section of *Dancing with Siva* giving important dates in Hindu history. (page 101).

Tirthayatra: See **Pilgrimage**.

Tirukural: A book on ethics written by Tiruvalluvar in 200BCE. In 133 chapters of ten four-line verses each the author deals with God, ethics, dharma, conduct, wealth, kingship and desire. (page 85).

Tirumantiram: A book of 3,047 verses written by Rishi Tirumular. It summarizes the contents of the *Agamas*, and deals extensively with complex Saivite philosophy. (page 28).

Tithe: One-tenth of one's annual income, paid

as a contribution to support a religious institution. (page 77).

Tolerate: To recognize and have respect for others beliefs and practices even if we don't hold those beliefs or follow those practices ourselves. (page 97)

Tradition: A belief, custom and story which has been handed down from generation to generation. (page 49).

Tumeric: A plant whose root is used as a spice and a yellow dye. Used in puja and to make kunkuma. (page 21).

Universe: The entire creation, including both the physical and spiritual planes. (page 9).

Upanishad: The fourth and final portion of each *Veda*. *Upanishads* usually explain the philosophic meaning of the *Veda*. (page 4).

Vaikasi Visakham: A festival in May-June in celebration of Lord Muruga's birthday. (page 61).

Vairagya: To be free from emotional attachment to family, friends, possessions and the world in general. A necessary quality for a Hindu monk. (page 89).

Vaishnavism: One of the four major denominations of Hinduism. Vaishnavites worship Lord Vishnu as the Supreme God. They especially revere His incarnations as Lord Rama and Lord Krishna. (page 93).

Vedas: The Hindu scriptures written thousands of years ago in the Sanskrit language. The oldest books in the world. (page 4).

Vegetarian: A person who does not eat meat, fish, fowl or eggs. *Shakahari* in Sanskrit. (page 21).

Vel: The powerful spear carried by Lord Muruga. (page 61).

Vidyarambha: The samskara to mark the beginning of formal education. The boy or girl

writes his or her first letter of the alphabet in a tray of uncooked rice. (page 53).

Vinayaka Vratam: A 21-day festival to Lord Ganesha beginning on the full-moon day of November–December. (page 61).

Vishnu: Regarded as the Supreme God by Hindus of the Vaishnavite sect. God as personal Lord and Creator, the All-Loving Divine Personality, who is sometimes born as a human to reestablish dharma. (page 93).

Vision: Something seen with other than normal sight. To see God or the Gods. Visions come as the result of intense spiritual practice, or are completely unexpected. A vision becomes stronger in memory as time goes by, rather than weaker like other memories. (page 25).

Vivaha: The samskara of marriage. (page 53).

Vow: A solemn promise or pledge, especially one made to God, Gods, guru or elders. (page 77).

Vrata: A vow. Especially a vow to perform certain disciplines over a period of time, such as penance, fasting, repetition of mantra, worship or meditation. (page 53).

Wealth: Abundance, financial stability. (page 85).

Worldly: To be overly concerned with material things and the affairs or pleasures of the world. Such concern makes a religious life difficult. (page 37).

Worship: To show our love for God by chanting, singing songs, or making offerings of incense, lights and food. (page 25).

Yajna: Worship of the sacred fire with ghee, grains, spices, wood, etc., while chanting Vedic mantras. This is the most ancient form of Hindu worship. (page 53).

Yajur Veda: Third of the four Vedas. Contains

the chants and instructions for fire worship. Many of the Sanskrit chants used in temple worship come from this *Veda*. (page 4).

Yamas: The ten ethical restraints of Hinduism, given in various scriptures. (page 1).

Yoga: The many practices, such as meditation, breathing, japa, postures of the body and hands, that are used by yogis to reach divine consciousness. (page 29).

Yogi: A person who practices yoga. (page 28).

Note: The above words are defined mainly as they are used in the text. For longer, in-depth explanations of each word, see the lexicon in Dancing With Siva.

छठी पुस्तक - विषय-सूची

आगम: प्राचीन संस्कृत धर्मशास्त्रों का एक अति विशाल संग्रह। वे "श्रुति" कहलाते हैं और अपौरुषेय तथा वेदों की ही तरह प्रामाणिक हैं। बड़े हिन्दू सम्प्रदायों - शैव, वैष्णव तथा शाक्त - के प्रत्येक के अपने-अपने आगम हैं। आगम मंदिर की पूजाविधि और मंदिर-निर्माण संबंधी अनुदेशों तथा दर्शन व योग के प्रधान स्रोत हैं। पृष्ठ २४.

अहिंसा: "पीडित न करना"। मनसा, वाचा और कर्मणा किसीको कष्ट न पहुँचाना। यमों में सर्वप्रथम व सबसे मुख्य। पृष्ठ १.

वेदी: विशेषतया यज्ञवेदी, ईंटों से बनी वर्गाकार या वृत्ताकार वेदी, जिसके बीच में अग्नि स्थापित करने के लिए एक गड्ढा होता है। यजुर्वेद में विस्तार से इसके निर्माण की विधि बतलाई गई है। इसमें प्रायः तीन सोपान होते हैं जिन्हें "मेखला" कहते हैं, और वह २ फीट से लेकर १० या अधिक फीट तक लंबी होती है। पृष्ठ ३७.

अणव: आत्मा को बाँधने वाले तीन बंधनों - "मालाओं - में से एक, दूसरे दो हैं माया और कर्म। अणव के कारण हम अपने आपको परमात्मा से अलग तथा भिन्न समझते हैं। अनेकों जन्मों के बाद अन्ततः हमारा यह अज्ञान का आवरण विच्छिन्न हो जाता है और हमें सत्य-ज्ञान हो जाता है कि हम और परमात्मा एक हैं। पृष्ठ ८९.

पूर्वज: हम जिस वंश में पैदा हुए हैं उसका कोई भी सदस्य। सामान्यतया कोई व्यक्ति जो हमसे बहुत वर्ष पहले हुआ हो। पृष्ठ ५७.

अन्नप्राशन: पहली बार अन्न खिलाना। एक संस्कार जो बच्चे के छठे महीने में किया जाता है। पृष्ठ ५३.

अन्तर्लोक: हमारे भौतिक लोक तथा देवलोक के बीच स्थित सूक्ष्म अदृश्य अस्तित्व लोक। हमारे लोक की अपेक्षा इस लोक में तरंगें अधिक होती हैं। जन्मों की मध्यावस्था में आत्माएँ यहाँ देव के रूप में रहती हैं। सुषुप्ति अवस्था में हम भी इस लोक में जा सकते हैं। पृष्ठ ३३.

अन्त्येष्टि: हिन्दुओं का मरणोपरान्त संस्कार जिसमें शरीर को तैयार करना, अग्निदाह और भस्म का जल-प्रवाह शामिल है। पृष्ठ ५३.

क्षमायाचना: किसी दूसरे व्यक्ति के सामने इस बात को स्वीकार करना कि मैंने उसे चोट पहुँचाई है, उससे इसके लिए खेद प्रकट करना तथा क्षमा माँगना। पृष्ठ ६९.

आरती: "ज्योति"। पूजा के चरम बिन्दु पर किसी पवित्र व्यक्ति या मंदिर की देव-प्रतिमा के सामने दीपक को वृत्ताकार घुमाना या लहराना। फिर वह ज्वाला हर एक भक्त के समक्ष प्रस्तुत की जाती है। वह उस ज्वाला पर से अपने हाथ ले जाता है और तीन बार अपनी आँखों से लगाता है। दीप देव-प्रतिमा का

आशीर्वाद भक्त तक पहुँचाता है। पृष्ठ ३७.

अर्चना: भक्त की प्रार्थना पर मंदिर के पूजारी के द्वारा की जानेवाली छोटी पूजा। भक्त का नाम, उसके जन्म-नक्षत्र और गोत्र की घोषणा करते हुए भगवान् से उसके लिए विशेष आशीर्वाद की प्रार्थना की जाती है। पृष्ठ ३७.

आर्द्रा-दर्शन: दिसंबर-जनवरी की पूर्णिमा के आसपास उदित होनेवाले आर्द्रा नक्षत्र तक किया जानेवाला १० दिन का उत्सव, इसमें शिव नटराज की पूजा की जाती है। पृष्ठ ६१.

संन्यासी: भगवच्चिन्तन और कठिन आत्म-निरोध का जीवन व्यतीत करनेवाला व्यक्ति। परमात्मा की प्राप्ति के लिए संन्यासी बड़ी सारी साधारण सुविधाओं व सुखों का स्वयं त्याग करता चला जाता है। पृष्ठ ८८.

आश्रम: साधु, सन्त, स्वामी, संन्यासी या गुरु का आवास। आश्रम एक साधारण गुफा के रूप में भी हो सकता है और बहुत बड़ी इमारत के रूप में भी हो सकता है जहाँ कई साधु और छात्र रहते हों। पृष्ठ ४५.

आश्रम धर्म: चार स्थितियों में जीवन जीने की पारंपरिक हिन्दू पद्धति। ब्रह्मचर्य या विद्यार्थी जीवन (12-24), गृहस्थ (24-48), वानप्रस्थ या वृद्ध उपदेशक (48-72) और संन्यासी (72 के बाद)। पृष्ठ ८५.

अष्टांग प्रणाम: "आठों अंगों से प्रणाम करना"। पुरुषों की पूरे शरीर से दंडवत् करने की विधि

जिसमें दोनों हाथ, छाती, मस्तक, दोनों घुटने, और दोनों पैर जमीन को छू रहे होते हैं। पृष्ठ ४१.

अस्तेय: यमों में से एक। चोरी न करना। पृष्ठ १.

आस्तिक्य: नियमों में से एक। पूर्ण श्रद्धा रखना, परमात्मा, देवताओं, गुरु और प्रज्ञा-प्रकाश के मार्ग में पक्का विश्वास। पृष्ठ ५.

अथर्ववेद: चारों वेदों में अंतिम वेद। इसमें स्तुति, जादू, चमत्कार और दर्शन के ७२० मंत्र हैं। पृष्ठ ७२.

ओम्: हिन्दुओं के लिए पवित्र शब्द। कई धर्मशास्त्रों और मंत्रों के प्रारंभ में बोला जाता है। ध्यानावस्था में मन को शान्त करने के लिए जोर से या मौन होकर "ओम्" का जाप किया जाता है। जब शिव जी ने सृष्टि बनाई तो सबसे पहला शब्द यही था। पृष्ठ ५७.

मंगलमय: अनुकूल, अच्छे शकुनों वाला, सौभाग्यकारी। पृष्ठ ८०.

विश्वास: कोई बात जिसे हम सत्य मानकर स्वीकार कर लेते हैं। अपने जीवन संचालन के तरीके का निश्चय करने में हमारे धार्मिक विश्वासों का बहुत बड़ा हाथ होता है। पृष्ठ ९३.

भगवद्गीता: "भगवान् का गीत"। वैष्णव हिन्दुओं के शास्त्रों में एक अत्यंत लोकप्रिय ग्रंथ। कुरुक्षेत्र में हुए महायुद्ध के अवसर पर श्री

कृष्ण और अर्जुन का संवाद। इसमें योग, संन्यास, धर्म और आध्यात्मिक मार्ग का विवेचन है। वैष्णव और स्मार्त हिन्दुओं के लिए विशेष महत्त्व रखता है। पृष्ठ ९३.

भागवत पुराण: "श्रीमद्भागवतम्"। इसके १८००० श्लोकों में भगवान् विष्णु के दस अवतारों की कहानी है। वैष्णव हिन्दुओं के लिए विशेष महत्त्व रखता है। पृष्ठ ९३.

भजन: सामान्य पवित्र गीत जो अकेले या कई भक्तों के द्वारा गाए जाते हैं और प्रायः जनसमूह के द्वारा दोहराए जाते हैं। पृष्ठ ३७.

भूलोक: भौतिक लोक जिसमें हम इन भौतिक शरीरों के साथ रहते हैं। पृष्ठ ३३.

ब्रह्मा: उत्पत्तिकर्ता के रूप में परमात्मा का नाम। शैव लोग मानते हैं कि ब्रह्मा, विष्णु और रुद्र शिव के पाँच स्वरूपों में से तीन हैं। परन्तु अन्य परंपराओं और कुछ कहानियों में उन्हें अलग-अलग देवता के रूप में माना गया है। पृष्ठ ९६.

ब्रह्मचारी: १२ से २४ की आयु या विवाह होने तक विद्यार्थी जीवन व्यतीत करनेवाला व्यक्ति। पृष्ठ ८५.

ब्रह्मचर्य: यमों में से एक। विवाह होने तक कामवासना से दूर रहने का आत्म-नियंत्रण। पृष्ठ १.

ब्राह्मण: हिन्दू पुरोहित वर्ग का एक सदस्य। ब्राह्मण के लिए धार्मिक होना और पारंपरिक पूजाविधियों का पंडित होना आवश्यक है। पृष्ठ २१.

बृहदारण्यक उपनिषद्: अति महत्त्वपूर्ण उपनिषदों में से एक। यजुर्वेद का अंग। इसमें पूजा, ध्यान और आत्मा और परमात्मा की एकता का व्याख्यान है। पृष्ठ १००.

बौद्ध: सिद्धार्थ गौतम बुद्ध (ईसा-पूर्व ६२४-५४४) के उपदेशों पर आधारित संप्रदाय का एक सदस्य। पृष्ठ ९७.

कपूर: पूजा के दौरान मंदिर के दीप में जलाई जानेवाली एक सफ़ेद वस्तु। पृष्ठ २१.

प्रश्नोत्तरी: धर्म के सिद्धान्तों को सिखाने के लिए प्रश्नों और उत्तरों वाली एक पुस्तक। पृष्ठ १०१.

चर्या: ब्रह्मज्ञान प्राप्त करने के लिए आवश्यक चार सोपानों में से पहला। सदाचार-सोपान। इसमें व्यक्ति धर्मानुसार जीवन व्यतीत करने और निःस्वार्थ सेवा करने की शिक्षा लेता है। पृष्ठ २९.

जितेन्द्रियता: ब्रह्मचर्य का पालन। पृष्ठ ८८.

चतुर्थी: अमावास्या के बाद चौथा दिन। पृष्ठ ६१.

चेल्लपस्वामी: जाफ़ना, श्री लंका के सद्गुरु (

1840-1915) । श्री शिवाय सुब्रह्मण्यस्वामी के गुरु श्री ऋषि योगस्वामी के गुरु । पृष्ठ ६५.

ईसाई: ईसामसीह के उपदेशों पर आधारित सम्प्रदाय से संबंधित । पृष्ठ

परिक्रमा: मंदिर को दाएँ हाथ रखकर उसके चक्कर लगाना । मंदिर, या अंदर के गर्भगृह, और यहाँ तक कि पवित्र नगरों, पर्वतों या नदियों की परिक्रमा करना आम भक्ति की बात है । पृष्ठ ३६.

दया: यमों में से एक । दूसरे के दुःख में दुःख अनुभव करना और उसकी मदद करने के लिए इच्छा । पृष्ठ १

पापस्वीकृति: अपराध स्वीकार करना, या इस बात को स्वीकार करना कि हमने कोई गलत काम किया है । पृष्ठ ६९.

समकालिक: आजकल की शैली में आधुनिक । पृष्ठ १०१.

सन्तोष: नियमों में से एक । जो कुछ एक के पास है या जो कुछ वह है उसमें तृप्ति रखना । किसी और चीज़ या अधिक की इच्छा न रखना । पृष्ठ ५

मतपरिवर्तन: एक धर्म को छोड़कर दूसरे धर्म में विश्वास करना । पृष्ठ १०१.

अग्नि-दाह: मृत शरीर को जलाकर भस्म कर देना । यह दाह आम तौर पर लकड़ियों की

चिता में, या गैस या बिजली की भट्टी में किया जाता है । जलाने पर आन्तरिक लोको में आत्मा मुक्त हो जाती है । पृष्ठ ३३.

दशम-भाग-व्रत: अपनी आमदनी का दसवाँ हिस्सा धर्म के काम के लिए देने का संकल्प करना । पृष्ठ ७७.

दशमांश: किसी धार्मिक संस्था को अपनी आय का दसवाँ हिस्सा दान देने की हिन्दुओं की पारंपरिक प्रथा । पृष्ठ ७७.

मृत्यु: आत्मा का भौतिक शरीर से अलग होना । "महाप्रस्थान" । पृष्ठ ३३.

देव-प्रतिमा: भगवान् या देवता । विशेषतः मंदिर की पत्थर या धातु की मूर्ति । पृष्ठ ३३

सम्प्रदाय: एक विशेष धार्मिक वर्ग, पन्थ या उपपन्थ । पृष्ठ ९३.

देव: स्वलोक में सूक्ष्म अशरीरी रूप में रहनेवाली आत्मा । देव भी हमारे जैसी ही आत्माएँ होती हैं जो इस भूलोक में शरीर धारण करने से पहले जन्मों की मध्यावस्था में होती हैं । कुछ देव बहुत उच्चकोटि के होते हैं और वे कभी फिर भौतिक जन्म नहीं लेते । पृष्ठ ३३.

दैत्य: शैतान, एक पूर्ण दुष्ट सत्ता । ईसाई और अन्य पाश्चात्य मतों में दैत्य परमात्मा से लड़ता है और हमें फुसलाकर दुष्ट बना देता है । हिन्दू धर्म में दैत्य नहीं है, क्योंकि परमात्मा हर जगह और हर वस्तु में विद्यमान है । पृष्ठ

६५.

भक्त: भगवान् या गुरु के प्रति विशेष श्रद्धा रखनेवाला व्यक्ति। पृष्ठ १३.

भक्ति: भगवान् या अपने गुरु में प्रीति, विश्वास और श्रद्धा रखना। पृष्ठ १३.

धर्म: विश्व का अनुवर्ती क्रम। सभी वस्तुओं और प्राणियों पर लागू होनेवाला भगवान् का विधान। धर्म आत्मा का मार्ग है जो उसे परमात्मा कि निकटतर ले जाता है। पृष्ठ ९.

धृति: यमों में से एक। स्थिरता का धार्मिक अनुपालन। अपने कर्तव्यों और निर्णयों पर दृढ़ रहना और भय, अनिश्चितता और परिवर्तनशीलता पर नियंत्रण पा लेना। पृष्ठ १.

दीपावली: अच्छाई की बुराई पर विजय का उत्सव मनाने के लिए घर और समुदाय में मनाए जानेवाला एक त्यौहार। दिए जलाए जाते हैं और पटाखे छोड़े जाते हैं। भारत और कई अन्य देशों में राष्ट्रीय छुट्टी का दिन। पृष्ठ ६१.

निर्विषय: विषय वासना, भावना या पक्षपात से मुक्त होने की स्थिति। शान्त और निष्पक्ष होना। पृष्ठ १२६.

दिव्य: भगवान् का अथवा भगवान् से प्रेरित। पवित्र, पावन। पृष्ठ १.

बड़े-बूढ़े: जो भी हमसे बड़ा हो। विशेषकर

हमारे माता-पिता, दादा-दादी, नाना-नानी, चाचा-चाची, मामा-मामी आदि। हम अपने जीवन के संबंध में सलाह और निर्देश लेने अपने बड़े-बूढ़ों के पास जाते हैं। पृष्ठ ७३.

शक्ति: शिव जी की दिव्य शक्ति। शिवजी की क्रियात्मक शक्ति या प्रत्यक्ष ऊर्जा जो पूर्ण सत्ता में व्याप्त है। पृष्ठ ८.

प्रज्ञान: ब्रह्मज्ञान, प्रत्येक आत्मा का लक्ष्य। काल, रूप और देश विहीन पराशिव से मिलकर एक हो जाने की अनुभूति। "निर्विकल्प समाधि"। पृष्ठ १.

शाश्वत: जिसका आदि या अन्त न हो। पृष्ठ १२.

बुरा: जो खराब हो, नैतिक दृष्टि से गलत हो, नुक्सान, कष्ट, दुःख पहुँचानेवाला हो। जिसे कुछ लोग बुरा कहते हैं, हिन्दू उसे अज्ञान और अपरिपक्वता कहते हैं। मनुष्य और संसार स्वभावतः सहज ही अपूर्ण, खराब या भ्रष्ट नहीं है। मनुष्य और संसार दोनों का ही सत्य अंतिम स्वभाव दिव्य पुण्यशीलता का है। पृष्ठ ६५.

श्रद्धा: आस्तिक्य, नियमों या धार्मिक आचारों में से एक। परमात्मा, देवताओं, गुरु, और प्रज्ञान के मार्ग में अटल विश्वास। पृष्ठ ९३.

उपवास: व्रत के रूप में या प्रायः त्यौहारों पर

सारे या कुछ अन्नो को त्याग देना। केवल वैसे ही कुछ अन्नो के त्याग देने, भोजन न करने या केवल पानी पीकर रहने को भी उपवास कहा जा सकता है। पृष्ठ ६१.

उत्सव: प्रभु की पूजा करने या समारोह का / के विशेष दिन। पृष्ठ २१.

अन्न-पावन-मंत्र: भोजन करने से पूर्व बोला जानेवाला मंत्र। पहला भाग आदि शंकर लिखित है और दूसरा भाग तैत्तिरीय उपनिषद् से लिया गया है। पृष्ठ १२६.

मितव्ययी: बरबाद न करनेवाला, खुले हाथों या अनावश्यक खर्च न करनेवाला, बचत करनेवाला, कम खर्च। पृष्ठ ७७.

गणपति: "गणों के पति"। श्री गणेश जी का एक और नाम। गण एक प्रकार के देव हैं जो शिव जी की मदद करते हैं। पृष्ठ ६१.

गणेश: हाथी के सिरवाले देवता। शिव जी के प्रथम पुत्र। सभी हिन्दू सम्प्रदाय गणेश जी का आदर करते हैं। कोई पूजा या नया काम प्रारंभ करने से पहले सर्वप्रथम उनकी पूजा की जाती है। पृष्ठ ३७.

गायत्री मंत्र: प्रसिद्ध वैदिक मंत्र जिसका पूजा और व्यक्तिगत जाप में उपयोग किया जाता है। "ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो नः प्रचोदयात् ॥" ऋग्वेदः ३.६२.१०. इसका अर्थ है " हे तीनों लोकों के रचयिता

दिव्यशक्तिमन् परमात्मन्, हम आदित्य देवता की श्रेष्ठ ज्योति का ध्यान करते हैं। वे हमारी बुद्धियों को प्रकाशित करें।" पृष्ठ ८१.

घंटा: देवों का आह्वान करने तथा असुरों को भगाने के लिए हर एक पूजा के दौरान बजाया जाता है। पृष्ठ ८०.

घी: मक्खन पिघलाकर और छानकर तैयार किया जाता है। मंदिर-दीपों में, यज्ञों में और खाना पकाने के लिए उपयोग में लाया जाता है। पृष्ठ ११७.

अंकुश: एक नुकीली छड़ी जिसका उपयोग बैल आदि को हाँकने में किया जाता है। श्री गणेश जी के हाथ में रखा हुआ साधन और जीवन में हमें आगे बढ़ाने की उनकी शक्ति का प्रतीक। पृष्ठ ८.

ब्रह्मज्ञान: परमात्मा से एकाकार होने का प्रत्यक्ष और व्यक्तिगत अनुभव। पृष्ठ २९.

देवी: स्त्री के रूप में परमात्मा का उल्लेख। सत्य तो यह है कि परमात्मा न तो स्त्री है और न पुरुष। जब हम उन्हें स्त्री के रूप में संबोधित करना चाहते हैं उस समय इस शब्द का उपयोग किया जाता है, परमात्मा मातृशक्ति के रूप में। पृष्ठ ९३.

भगवान्: शिव जी, परम सत्ता। विश्व और उसके अंदर रहनेवाले हर व्यक्ति और हर वस्तु के रचयिता। पृष्ठ ५.

गोपुरम्: मंदिर के प्रवेशद्वार पर बनी मीनार।
प्रायः इसपर शिल्पकला की रचना होती है और
चमकदार रंग-रोगन किया होता है। पृष्ठ १२.

कृपा: प्यार से भगवान् के द्वारा दिया गया
वरदान। शिव जी की संदर्शन कृपा, अनुग्रह
शक्ति, जिससे आत्माएँ जागृत होकर अपने सत्य
दिव्य स्वत्प का दर्शन करती हैं। पृष्ठ ५३.

गृहस्थ: गृहाश्रमी, परिवाला पुरुष या स्त्री।
पारिवारिक जीवन से संबंधित। पृष्ठ ८९.

गुरु: शिक्षक, विशेषतः सन्त जो भगवान् के
निकटतर जाने में हमारी मदद करते हैं। पृष्ठ ५.

समरसता: प्रसन्नता से एकसाथ मिलकर काम
करना, सहमत होना, शान्तिपूर्ण होना। पृष्ठ
८४.

हवाई: अमेरिका का एक राज्य। प्रशान्त
महासागर के मध्य स्थित एक द्वीप-समूह।
हवाई द्वीप में स्थित कुवाई सद्गुरु शिवाय
सुब्रह्मण्यस्वामी का आवासस्थान है। पृष्ठ
१०१.

स्वर्लोक: आन्तरिक अदृश्य लोक जहाँ आत्माएँ
जन्मों की मध्यावस्था में रहती हैं। इसमें
अन्तर्लोक जहाँ आत्माएँ जन्मों की मध्यावस्था
में रहती हैं तथा शिवलोक जो देवों का लोक है,
भी शामिल है। पृष्ठ २५.

हिन्दू: वह व्यक्ति जो हिन्दू नाम वाला हो और
हिन्दू धर्म का पालन करता हो। हिन्दू धर्म का

या उससे संबंधित। पृष्ठ
१७.

हिन्दू धर्म: संसार का सबसे प्राचीन धर्म। इसके
७० करोड़ अनुयायी हैं जो अधिकतर भारत में हैं
। इसके अनुयायी वेदों, आगमों, मंदिर, गुरु,
कर्म, धर्म, और पुनर्जन्म में विश्वास रखते हैं और
मानते हैं कि परमात्मा हर जगह और सभी
जीवों में है। संस्कृत में इसे "सनातन वैदिक धर्म"
कहते हैं। यह शाश्वत धर्म है। पृष्ठ १७.

श्रद्धांजलि: आदर, सम्मान या श्रद्धा प्रदर्शित
करना। पृष्ठ ५६.

होमकुंड: अग्निकुंड जिसमें होम या यज्ञ किया
जाता है। यह साधारणतः ईंटों से बनाया
जाता है और वर्गाकार, त्रिकोण,
अर्धचन्द्राकार या किसी और आकार का हो
सकता है। पृष्ठ ५२.

ईमानदारी: आर्जव, यमों में से एक। धोखा न
देना, झूठ न बोलना या चोरी न करना।
सत्यशील और विश्वसनीय होना। पृष्ठ १.

विनम्रता: विनयशील और निरहंकारी होना।
हम जब प्रभु के पास जाते हैं तब हमें विनम्र
होना चाहिए। पृष्ठ ४१.

मूर्ति: देव की प्रतिमा के लिए संस्कृत का एक
और शब्द। "मूर्ति" का भाव यह निकलता है कि
पत्थर, लकड़ी या धातु की बनी प्रतिमा स्वयं
भगवान् या देव है। हिन्दू मत के अनुसार
भगवान् आन्तरिक लोक से आकर इस प्रतिमा में

अस्थायी रूप में प्रतिष्ठित हो जाते हैं ताकि भक्तों को अनगृहीत कर सकें। पृष्ठ २५.

अमरता: मृत्युरहितता। पृष्ठ १२३.

अपरिवर्तनीय: कभी न बदलनेवाला, एक-सा। पृष्ठ ९२.

अवतार लेना: विशेषकर, वैष्णवों का विश्वास है कि धर्म की पुनःस्थापना करने के लिए भगवान् इस लोक में शरीर धारण करते हैं, जैसे श्री राम या श्री कृष्ण के रूप में। शैव लोग यह नहीं मानते कि भगवान् शिव इस भूमि पर अवतार लेते हैं। पृष्ठ ९३.

अनन्त: जिसका आदि अन्त न हो। पृष्ठ ६१.

जन्मजात: अन्तर्निहित। जो किसी व्यक्ति या चीज का आवश्यक अंग हो। पृष्ठ ६५.

दीक्षा: पूजारी, पुरोहित, शिक्षक या गुरु का विशेष आशीर्वाद। दीक्षा से गुरु और शिष्य के बीच एक गहरा आध्यात्मिक संबंध बन जाता है। आध्यात्मिक उपदेशों व शिक्षाओं को ग्रहण करने के लिए यह आन्तरिक संबंध हमारे लिए अत्यावश्यक है। दीक्षा के कई प्रकार हैं और हर रूप व्यक्ति को उसकी आध्यात्मिक सत्ता में गहराई तक ले जाता है। पृष्ठ ८९.

सहज: आवश्यक, जन्मजात। किसी प्राणी या वस्तु की सत्य प्रकृति से संबंधित। पृष्ठ ६५.

ईश्वरपूजन: नियमों में से एक। पूजा या भक्ति का धार्मिक अनुष्ठान। पृष्ठ ५.

जैन: भारत के एक प्राचीन धर्म "जैनमत" के अनुयायी। इस मत को लगभग ईसा-पूर्व ५०० वें वर्ष में महावीर ने प्रवर्तित किया। आज लगभग ६० लाख जैन हैं, अधिकतर भारत में रहते हैं। जैन वेदों को नहीं मानते और परमात्मा में विश्वास नहीं रखते। पृष्ठ ९७.

जप: नियमों में से एक। एकाग्र होकर किसी मंत्र या पवित्र शब्द को दोहराना। जप मौन होकर या जोर से किया जाता है और प्रायः मनकों की माला लेकर किया जाता है। पृष्ठ ५.

जयन्ती: "जन्म दिवस"। विशेषकर गुरु जयन्ती, गुरु का जन्म दिवस। पृष्ठ ६१.

ज्ञान पाद: शैव सिद्धान्त और हिन्दू दर्शन के अन्य कई मतों के अनुसार ज्ञान पाद धार्मिक विकास के चार सोपानों में चौथा सोपान है। ब्रह्मज्ञान के बाद आत्मा की परिपक्व स्थिति। पृष्ठ २९। शैव आगमों के भागों में से एक का नाम ज्ञानपाद है। पृष्ठ ६८.

ज्ञानी: ऋषि। ज्ञानवान्, बुद्धिमान्। पृष्ठ २८.

कैवल्य उपनिषद्: अथर्ववेद का एक दार्शनिक सूक्त। यह ध्यान के द्वारा शिव तक पहुँचने का मार्ग बताता है। पृष्ठ ९२.

कलश: मंदिर की पूजाओं में यह पात्र पानी से

भरकर ऊपर आम के पत्तों और नारियल से ढककर रखा जाता है। विशेष पूजा के अवसरों पर यह देव प्रतिमा का प्रतिनिधित्व करता है।

पृष्ठ

७२.

कांचीपुरम्: दक्षिण भारत का एक पवित्र नगर। प्राचीन काल में पल्लव राज्य की राजधानी। यहाँ कई प्रसिद्ध मंदिर हैं। पृष्ठ १३.

करण आगम: २८ शैव आगमों में से एक। आजकल इसका व्यापक रूप में उपयोग होता है। दक्षिण भारत के अधिकतर शिवालयों और भारत के बाहर भी दक्षिण भारतीय परंपरा को निभानेवाले मंदिरों में की जानेवाली पूजाओं की विधि इसी पर आधारित है। पृष्ठ २४.

कर्म: कारण-कार्य सिद्धान्त। हमारे अच्छे कर्मों से सुकर्म बनते हैं। जल्दी या देर से कभी न कभी यह सुकर्म लौटकर हमें मिलता है। कोई न कोई हमारी भलाई करता है। पर, हमारे बुरे कर्म दुःख रूप में हमें वापस मिलते हैं। एक जन्म में किए गए कर्म दूसरे जन्म में भोगे जा सकते हैं। पृष्ठ ९.

कर्णवेध: लड़का और लड़की दोनों के लिए किया जानेवाला संस्कार। दोनों कान छेदकर उसमें सोने की बालियाँ पहनाई जाती हैं। यह संस्कार पहले, तीसरे या पाँचवें वर्ष किया जाता है। पृष्ठ ५३.

कठ उपनिषद्: प्रधान उपनिषदों में से एक। यह यजुर्वेद की उपनिषद् है। इसमें नचिकेता और

मृत्युदेवता यम की कहानी है जिसमें नचिकेता यम से ब्रह्मज्ञान के द्वारा मुक्ति का ज्ञान प्राप्त कर लेता है। पृष्ठ ३२.

कावडी: सजा हुआ धनुषाकार डंडा जिसे मुरुगन् के उत्सव के अंग के रूप में दो दूध की मटकियाँ ले जाने के लिए काम में लाया जाता है। पृष्ठ ६१.

केशान्त: पहली बार लड़कों की मूँछ दाढ़ी का क्षौर कर्म करने का संस्कार। लगभग १६ साल की उम्र में घर पर यह संस्कार किया जाता है। ब्रह्मचर्य व्रत के पुनः पुष्टीकरण का समय। लड़कों को भेंट दी जाती है और उन्हें वयस्क-समुदाय में युवा वयस्कों के रूप में दाखिल कर लिया जाता है। पृष्ठ ५३.

रंगोली: उत्सव के दिनों में चावल के आटे से ज़मीन पर बनाए जानेवाले आकार-प्रकार। पृष्ठ ५६.

कोनूरै: "गोल्डन शावर" नाम का वृक्ष। इसके अनेक पीले फूल शिव जी के सतत झरते हुए अतिशय स्वर्णिम अनुग्रह के प्रतीक हैं। पृष्ठ ४८.

कृष्ण यजुर्वेद: दूसरे वेद के दो प्रकार के संस्करणों में से अधिकतर प्रयोग में आनेवाला वेद। दूसरा संस्करण है शुक्ल यजुर्वेद जिसमें विषय वस्तु वही है पर, क्रम भिन्न है। इस वेद में मंत्र और यज्ञ करने के संबंध में निर्देश हैं। मंदिर में बोले जानेवाले कई मंत्र इसी वेद से लिए गए हैं। पृष्ठ ८.

कृत्तिका दीपः नवंबर-दिसंबर के कृत्तिका नक्षत्र वाले दिन किया जानेवाला उत्सव। उस दिन शिव जी की अनन्त दीप्ति-स्तंभ के रूप में पूजा की जाती है। रात्रि को भारत में पहाड़ियों पर तथा अन्य ग्रामों में बड़ी-बड़ी होली जलाई जाती है। पृष्ठ

६१.

क्रिया पादः "धार्मिक अनुष्ठान का सोपान, पूजा"। पूजा और भक्ति का क्रम, ब्रह्मज्ञान के चार अनुक्रमों में दूसरा। पृष्ठ २९.

क्षमा: यमों में से एक। धैर्य रखना। बिना शिकायत किए कष्टों को सहन करना, सहनशील होना, क्रोध न करना, शान्ति से प्रतीक्षा करना।

पृष्ठ १.

कुकर्म: बुरा कर्म। दूसरों को हानि पहुँचानेवाला काम। पृष्ठ ९.

कुलार्णव तंत्रः २०५८ पद्यों का एक प्रधान शाक्त धर्मशास्त्र। इसमें मुक्ति के उपायों तथा विशेषकर गुरु-शिष्य संबंध का प्रतिपादन है। पृष्ठ ४४.

कुंभ मेला: चार साल में एकबार प्रयाग, नासिक, हरिद्वार और उज्जैन में क्रम से होनेवाला हिन्दुओं का मेला। प्रयाग में होनेवाले मेलों में २ करोड़ तक हिन्दू भक्त लोग इकट्ठे हो जाते हैं। संसार में कहीं भी किसी मौके पर इतनी बड़ी भीड़ नहीं होती। पृष्ठ ६१.

कुंडलिनी: "नाग-शक्ति"। सुषुम्ना के अन्दर रहनेवाली विश्वशक्ति। योगी ब्रह्मज्ञान प्राप्त करने के लिए इसका उपयोग करते हैं। पृष्ठ ८.

कुट्टुविळक्क: धातु का बना स्तंभ-दीप जिसका घर और मंदिर में उपयोग किया जाता है। पृष्ठ २०.

दीपक: दीपक का जलाना आवश्यक है क्योंकि अन्तर्लोक में देवों और देवताओं के द्वारा यह देखा जा सकता है। यह संप्रेषण का एक तरीका है। आशीर्वाद के लिए प्रार्थना है। पृष्ठ ३७.

शब्दकोश: विशिष्ट शब्दकोश।

संप्रदाय: धार्मिक परंपरा का जीवित प्रवाह। हिन्दू धर्म में ऐसे कई संप्रदाय हैं और हर एक के अपने मंदिर, पवित्रग्रंथ, आश्रम, गुरु और उपदेशक हैं। पृष्ठ ५.

भगवान्: भगवान् शिव या कोई देवता, जैसे श्री गणेश या श्री मुरुगन्। पृष्ठ ५.

वासना: अत्यधिक कामेच्छा जिसे ब्रह्मचर्य के द्वारा नियंत्रित किया जाता है। पृष्ठ १.

महाकुंभाभिषेकम्: कई दिन चलनेवाला एक महोत्सव। पूरे मन्दिर को पावन करने के लिए किया जाता है। जब मंदिर को सर्वप्रथम संस्कृत किया जाता है उस समय यह किया जाता है। बारह वर्ष में एक बार प्रत्येक मंदिर का पुनर्नवीकरण करना आवश्यक होता है और उस समय महाकुंभाभिषेक करना होता है। पृष्ठ

२५.

महाप्रस्थानः मृत्यु, "महायात्रा"। हिन्दू जानते हैं कि मृत्यु के समय आत्मा भौतिक शरीर से अपने आपको मुक्त कर लेती है और अन्तर्लोक में चली जाती है। पृष्ठ ३३.

महाशिवरात्रिः "शिव की महान् रात्रि"। शिव जी का महान्तम उत्सव। फरवरी/ मार्च में आनेवाली अमावास्या से पहली रात को रातभर जागरण किया जाता है। जो भी चीजें अस्तित्व रखती हैं उन सबके मूल के रूप में हम शिव जी की पूजा करते हैं। पृष्ठ ६१.

मैत्रेय उपनिषद्: कृष्ण यजुर्वेद का अंग। इसमें ॐ, बाह्य प्रकृति, मन के नियंत्रण और आत्मा की अंतिम प्रकृति के बारे में चर्चा है। पृष्ठ ८.

मंत्रः धर्मशास्त्रों से लिया गया पवित्र शब्द या वाक्य। भक्तिप्रक्रिया तथा पूजा और भोजन आदि के पहले इसका पाठ किया जाता है। पृष्ठ ३६.

मनु धर्मशास्त्रः हिन्दू संविधान की प्राचीन पुस्तक। इसमें राजनीति, कानून, अपराध, उत्तरदायित्व, सामाजिक संगठन, धार्मिक अनुष्ठान आदि का समावेश है। पृष्ठ ५२.

मतिः बोध, नियमों में से एक। गुरु के निर्देश में अध्यात्म-संकल्प और बुद्धि का विकास करना। मति साधारण बोध नहीं है बल्कि प्रतिभा और गुरु-कृपा के द्वारा प्राप्त ज्ञान है। पृष्ठ ५.

माया: शिव की कृपा से उत्पन्न रूपलोक। आत्मा के तीन बंधनों में से एक, ब्रह्मज्ञान के लिए इससे मुक्त होना आवश्यक है। पृष्ठ ८९.

ध्यान: शान्ति से बैठकर केवल प्रभु का चिन्तन करना। शान्त होने के लिए हम गहरे और नियमित श्वास ले सकते हैं और मौन होकर ॐ का जप कर सकते हैं। ध्यान एक आध्यात्मिक कला है जो गुरु से ही सीखी जा सकती है। पृष्ठ ३७.

मिताहार: यमों में एक। संयत भोजन करना। स्वास्थ्य के लिए आवश्यक समझा जाता है। इसमें शाकाहारी भोजन तथा मांस, मछली, मुर्गी या अंडे आदि न खाना सम्मिलित है। पृष्ठ १.

मनः विशेषकर शिव जी का मन जिसमें हर प्राणी व वस्तु का अस्तित्व है। पृष्ठ ६५.

साधु: जो कभी विवाह नहीं करता और अपना जीवन धर्म के काम में लगा देता है। वह प्रायः किसी गुरु के निर्देशन में अकेले या अन्य लोगों के साथ किसी आश्रम में रह सकता है। पृष्ठ ८८.

मृगेन्द्र आगमः कामिक आगम का अंग। दर्शन और पूजा के संबंध में बहुत अच्छे अध्याय हैं और महत्त्वपूर्ण है। आजकल यह सब जगह मिलता है। पृष्ठ ६५.

मुंडक उपनिषद्: अथर्ववेद का अंग। इसमें "भगवान् को कैसे जानें" इस संबंध में विवेचन

है। पृष्ठ ८८.

मूर्ति: पूजा के समय में उपयोग में आनेवाली देव-प्रतिमा। पत्थर या धातु की बनी होती है, कभी-कभी लकड़ी की भी होती है। पृष्ठ २१.

मुरुगन्: शिव जी के दूसरे सुपुत्र, गणेश जी के अनुज। एक शक्तिशाली देवता जिनके हाथ में भाला है और जो मोर की सवारी करते हैं। पृष्ठ ४९.

मुसल्मान: इस्लाम का अनुयायी। इस मत का ईसवी सन् ६२५ में पैगंबर मुहम्मद ने अरब में प्रवर्तन किया था। मुसल्मान, उनके धर्मग्रंथ कुरान में बताए अनुसार पाँच आधारिक बातों को मानते हैं - अल्लाह पर ईमान, मक्का की तरफ मुँह करके दिन में पाँच बार नमाज़ पढ़ना, खैरात देना, रमज़ान के महीने में उपवास रखना और हज। पृष्ठ ९७.

नाग: एक प्रकार का विषैला साँप। सुपुम्ना में रहनेवाली कुंडलिनी का प्रतीक। पृष्ठ ८.

नक्षत्र: २७ नक्षत्र पुंज जो आदित्य-पथ के साथ हैं। जिस दिन चन्द्रमा जिस नक्षत्र के साथ होता है उस दिन का वही नक्षत्र होता है। पृष्ठ ६१.

नामकरण: नाम रखने का संस्कार। जन्म के ११ वें या ४१ वें दिन किया जाता है। जो व्यक्ति बाद में अपने जीवन में हिन्दू मत स्वीकार करता है उसका भी यह संस्कार किया जाता है। पृष्ठ ५३.

नमःशिवाय: शैवों का सबसे महत्त्वपूर्ण मंत्र। इसका अर्थ है " भगवान् शिव की जय हो"। यजुर्वेद में आता है। पृष्ठ ५७.

नमस्कार: अभिनन्दन का हिन्दू विधान। दोनों हाथ जोड़कर छाती के आगे रख लेते हैं और सिर को हल्का-सा झुका लेते हैं। पृष्ठ ४१.

नियम: राजयोग के आठ अंगों में दूसरा। राजयोग भगवान् को प्राप्त करने की एक पद्धति है और अनेक प्राचीन धर्मशास्त्रों में इसका वर्णन है। नियम १० धार्मिक अभ्यासों की एक सूची है जो अहिंसा से प्रारंभ होती है। पृष्ठ ५.

पाद: चौथा हिस्सा। आगमशास्त्रों के मुख्य भागों के नाम। ब्रह्मज्ञान के लिए आवश्यक अभ्यासों के सोपानों को भी पाद कहते हैं - जैसे चर्यापाद, कियापाद, योगपाद और ज्ञानपाद। पृष्ठ २९.

पलनी पर्वत: तमिलनाडु में एक प्रसिद्ध मुरुगन् का मंदिर। पृष्ठ ४९.

पंच गणपति: एक आधुनिक पाँच दिनों का उत्सव जो दिसंबर २१ से २५ तक मनाया जाता है। इन दिनों लोग एक दूसरे को भेंट देते हैं और पारिवारिक और मैत्री बंधनों को मज़बूत करते हैं। पृष्ठ ६१.

पंचांग प्रणाम: " पाँच अंगों से दंडवत् करना"। स्त्रियों और लड़कियों के दंडवत् करने का ढंग। भूमि पर घुटने टेकना, दोनों हाथ, सिर और दोनों टाँगें भूमि को स्पर्श करती हैं। पृष्ठ ४१.

परार्थ पूजा: " सार्वजनिक पूजा" । दूसरों के कल्याण के लिए पूजारी द्वारा की गई पूजा । इसके विपरीत है "आत्मार्थ पूजा" जो अपने और अपने परिवार के लिए की जाती है । पृष्ठ २०.

प्रायश्चित्त: किसी गलती के लिए किया जानेवाला । इस समय प्रायश्चित्त करके हम आशा करते हैं कि बाद में उस बुरे कर्म का फल नहीं मिलेगा । पृष्ठ ५.

व्याप्त होना: में और में से प्रविष्ट होना और उस वस्तु के हर भाग को प्रभावित करना । पृष्ठ ९६.

अध्यवसाय: कठिनाइयों और विरोध के बावजूद किसी पुरुषार्थ या काम में दृढ़ता से लगे रहना । पृष्ठ ९.

दर्शन: जीवन के मौलिक सिद्धान्तों को समझने की प्रणाली । पृष्ठ ९३.

तीर्थयात्रा: भक्ति के रूप में किसी मंदिर या पवित्र स्थान की छोटी या बड़ी यात्रा करना । पृष्ठ ४९.

प्रणाम: दंडवत् करना, झुकना । भगवान्, देवों, देवताओं, पुण्यात्माओं और बड़े-बूढ़ों के सम्मान में किया जाता है । अष्टांग प्रणाम और पंचांग प्रणाम देखें । पृष्ठ ४९.

प्रसादम्: भक्ष्य जो नैवेद्य के रूप में पहले भगवान् को दिया जाता है और फिर उसका

भाग भक्तों को दिया जाता है ।

प्रार्थना करना: सहायता, विशेष कृपा या आशीर्वाद की प्रभु से याचना करना । पृष्ठ ३७.

प्रयाग: गंगा यमुना इन दोनों नदियों के संगम पर उत्तर भारत में बसा हुआ एक शहर । इलाहाबाद के साथ बसा हुआ है । हर बारहवें साल में लगनेवाले कुंभ मेले का स्थान जिसमें करोड़ों लोग आते हैं । पृष्ठ ६९.

पूजारी: मंदिर में भगवान् की पूजा करने के लिए विशेष प्रशिक्षित व्यक्ति । पूजारी को संस्कृत और पारंपरिक पूजाविधियों का ज्ञान होता है । पृष्ठ २९.

प्रधान आत्मा: शिव, अजन्मा, मूल, पूर्ण देवता । प्रथम आत्मा जो शेष सारी आत्माओं का मूल है । पृष्ठ १११.

सिद्धान्त: मौलिक सत्य या विधान जिसपर दूसरे कानून और नियम आधारित होते हैं । पृष्ठ ९७.

सन्तति: सन्तान, बच्चे, वंशज । पृष्ठ १२०.

दंडवत् करना: भूमि पर सपाट लेट जाना, समर्पण और सम्मान का प्रतीक । भगवान्, सन्तों, माता-पिताओं और बड़े-बूढ़ों के सामने किया जाता है । पृष्ठ ४९.

पूजा: भगवान् की पूजा करने का हिन्दू रूप । इसमें धूप, दीप, जल, नैवेद्य, और पुष्प तथा

मंत्रों का पाठ समाविष्ट है। पृष्ठ २१.

पुराण: "प्राचीन"। हिन्दू धर्मशास्त्रों का एक प्रकार। १८ महापुराण हैं जिनमें भगवान्, देवताओं, मनुष्य और संसार का विवेचन है। पृष्ठ ९३.

पूर्णिमा: वह दिन जब कि चन्द्रमा पूरा निकलता है। पृष्ठ ६१.

रामायण: "राम-जीवन-चरित्र"। श्री राम की प्रसिद्ध कहानी। पृष्ठ ९३.

ज्ञान: पूरी तरह समझ जाना, पूर्ण परिचित हो जाना। हम ब्रह्मज्ञान कहते हैं, इसका अर्थ है "हम परमात्मा के साथ मिलकर एक हो गए हैं" इस बात के बोध की अनुभूति। यह ऐसा ही है जैसे आप बारिश में खड़े हैं और सहसा आपको बोध होता है कि आप तो भीग रहे हैं। आप उस समय नहीं भीगे जब आपको इस बात का बोध हुआ, भीग तो आप पहले से ही रहे थे, पर, आपको पता नहीं था और अभी बोध हुआ। इसी तरह आप परमात्मा के साथ तो सदा से हैं पर, आपको एक दिन उस बोध की अनुभूति होती है। पृष्ठ २९.

पुनर्जन्म: दुबारा जन्म लेना। " फिर से शरीर धारण करना"। आत्मा के नए भौतिक शरीर धारण करने की प्रक्रिया। पूर्व जन्मों में किए अच्छे या बुरे कर्मों के अनुसार आत्मा को अच्छी या खराब योनि मिलती है। पृष्ठ ५७.

धर्म: भगवान् की पूजा के लिए मनुष्यों की

पद्धति। प्रायः इसमें धर्मशास्त्र, मत विश्वास, पूजारी और आध्यात्मिक और नैतिक मार्गदर्शन समाविष्ट होता है। पृष्ठ ७३.

धार्मिक: भगवान् का भक्त होना। पृष्ठ १७.

संन्यास: पारिवारिक जीवन, कार्य, वैयक्तिक सम्पत्ति, और अधिकार छोड़ देना और हिन्दू पद्धति से साधु या स्वामी बन जाना। संन्यास लेकर मनुष्य अपने आपको उन सांसारिक बंधनों से मुक्त कर लेता है, जो, अन्यथा, भगवान् की ओर जानेवाले आध्यात्मिक मार्ग पर उसकी तीव्र प्रगति में बाधक बन जाते हैं। पृष्ठ ८९.

संस्कार: एक धार्मिक अनुष्ठान। परंपरा के अनुसार किया जाता है। पृष्ठ ५३.

कर्मकांड: धार्मिक विधियाँ, जैसे मंदिर में भगवान् की पूजा करने की विधि। धर्मशास्त्र तथा परंपराएँ इनको निर्धारित करती हैं। पृष्ठ ५३.

ऋतुकाल: लड़कियाँ जब कन्या की अवस्था से ऊपर आती हैं तब प्रथम मासिक धर्म होने पर किया जानेवाला संस्कार। इस समय लड़कियों को विशेष ऋतुस्नान कराया जाता है और पहली साड़ी और दूसरी भेंटें दी जाती हैं। पृष्ठ ५३.

प्रसाद/संस्कार: पूजा से अथवा किसी पुण्यात्मा के आशीर्वाद से अनुगृहीत पवित्र

भस्म, जल, पुष्प आदि जिसे प्रसाद कहते हैं ।
पृष्ठ ३७,॥ जीवन में किए जानेवाले नामकरण,
अन्नप्राशन, विवाह आदि संस्कार। पृष्ठ ५३.

पवित्र: कोई चीज़ जिसे परमात्मा के समीप
होने के कारण हम सम्मान देते हैं। पृष्ठ ५.

त्याग: छोड़ देना, या वस्तुतः अत्यावश्यक
होनेपर भी बिना उस चीज़ के काम चलाना।
पृष्ठ ५.

साधना: धार्मिक और आध्यात्मिक अनुशासन,
जैसे भगवान् का नाम जपना या ध्यान लगाना
। साधना से हमारी संकल्प शक्ति बढ़ती है और
परमात्मा में विश्वास बढ़ता है। पृष्ठ
५.

मुनि: बुद्धिमान् धार्मिक व्यक्ति। पृष्ठ
१७.

सन्त: किसी भी धर्म का पवित्र व्यक्ति। पृष्ठ २५.

शैव: शैव परंपरा से संबंधित व्यक्ति। शिव को
भगवान् मानकर उनकी पूजा करनेवाला। पृष्ठ
२०.

शैवमत: शिव को परमात्मा मानकर
पूजनेवाले व्यक्तियों के द्वारा पालित धर्म। हिन्दू
धर्म के चार संप्रदायों में सबसे पुराना। पृष्ठ
९३.

संहिता: प्रत्येक वेद का मुख्य या प्रधान
मंत्र-संग्रह। पृष्ठ ८०.

संस्कार: जीवन में महत्त्वपूर्ण परिवर्तन
लानेवाला अनुष्ठान। संस्कार अनेक हैं जैसे
नामकरण, अन्नप्राशन, कर्णवेध, विद्यारंभ,
यौवनारंभ, विवाह, अन्त्येष्टि आदि। पृष्ठ ५३.

सनातन धर्म: "शाश्वत धर्म" या "शाश्वत
पन्थ"। हिन्दू धर्म का पारंपरिक नाम। पृष्ठ ९३.

पवित्रीकरण: पवित्र करना, शुद्ध करना। पृष्ठ
५२.

गर्भगृह: मंदिर का सबसे अंदर का भाग जहाँ
कि मुख्य देव-प्रतिमा रखी होती है। पृष्ठ ३७.

संन्यासिन्: हिन्दू साधु। जिसने सारा समय
धार्मिक रूप में बिताने के लिए परिवार, सम्पत्ति
और जीवन-निर्वाह का काम छोड़ दिया है।
एक दूसरे संन्यासी, प्रायः गुरु के द्वारा दीक्षा
लेकर संन्यासी बना जाता है। पृष्ठ ८९.

संस्कृत: भारत की प्राचीन भाषा जिसमें हिन्दू
धर्मशास्त्र लिखे हुए हैं। हिन्दू पूजाविधियों में
पढ़े जानेवाले अधिकतर मंत्र संस्कृत में हैं। पृष्ठ
२९.

सन्तोष: नियमों में से एक। जो कुछ पास में है
उससे सन्तुष्ट रहकर जीवन में आनन्द और
शान्ति प्राप्त करना। पृष्ठ
५.

सद्गुरु: महान् धार्मिक शिक्षक जिसने प्रभु के
दर्शन किए हुए हैं। सद्गुरु ही हमारे तीनों
बंधनों - अणव, माया और कर्म - को काटने

के लिए उपाय करते हैं। ब्रह्मज्ञान प्राप्त करने के लिए सद्गुरु आवश्यक होता है। पृष्ठ २९.

सत्य: यमों में से एक। सच्चाई। झूठ न बोलना, गुमराह न करना या वादा न तोड़ना। पृष्ठ १.

धर्मशास्त्र: कोई ग्रंथ जिसमें भगवान्, धार्मिक विश्वासों, तथा मंदिर में की जानेवाली पूजा समेत धार्मिक अनुष्ठानों और मंदिर रचना का प्रतिपादन हो। पृष्ठ २५.

संप्रदाय: एक धर्म के अंतर्गत एक मत के अनुयायियों का वर्ग। संप्रदाय के व्यक्तियों के बहुत-से विश्वास उस धर्म के सब सदस्यों के जैसे ही होते हैं पर, साथ ही उनके अपने ही कुछ विशिष्ट विश्वास और अनुष्ठान भी होते हैं। हिन्दू धर्म में चार मुख्य संप्रदाय हैं – शैव, शाक्त, वैष्णव और स्मार्त। ईसाइयों के तो २३००० से भी ज्यादा संप्रदाय हैं। पृष्ठ ९३.

ऋषि: एक बुद्धिमान् व्यक्ति जो हमारी साधारण दृष्टि और विचारों की सीमाओं से परे की बात देखता और समझता है। पृष्ठ २४.

शान्ति: उपद्रव रहितता। पृष्ठ ५.

शैवाल: श्री मुरुगन् के ध्वज पर अंकित विशाल, लाल मुर्गा। उसकी पुकार प्रज्ञा के उदय और अज्ञान पर विजय का संकेत है। पृष्ठ ६५.

शक्ति: शिव की क्रियात्मक शक्ति या ऊर्जा। शाक्तमत के अनुयायी इसे देवी के रूप में पूजते हैं। शैव मत में इसे शिव का एक रूप माना

जाता है, क्योंकि वह स्त्री और पुरुष दोनों है। पृष्ठ ९३.

शाक्तमत: उन व्यक्तियों का धर्म जो परम ईश्वर को देवी माँ के रूप में पूजते हैं। हिन्दुओं के चार महासंप्रदायों में से एक। शाक्तमत दार्शनिक दृष्टि से शैवमत के बहुत निकट है। पृष्ठ ९३.

षष्ठी: अमावास्या के बाद का छठा दिन। पृष्ठ ६१.

शास्त्र: एक प्रकार का हिन्दू पवित्र ग्रंथ। उदाहरण के लिए, धर्मशास्त्र धार्मिक नियमों का ग्रंथ है, अर्थशास्त्र राजनीति का ग्रंथ है। पृष्ठ ५२.

देवायतन: मंदिर में, गर्भगृह के साथ एक स्थान जहाँ किसी देवता की मूर्ति रखी होती है। पृष्ठ ३७। भगवान् की पूजा के लिए घर में एक अलग से निश्चित कमरा। पृष्ठ २५.

शुक्ल: ज्योतिर्मय या सफेद। विशेषकर शुक्ल यजुर्वेद। यजुर्वेद के दो संस्करण हैं – शुक्ल यजुर्वेद और कृष्ण यजुर्वेद। उनमें सामग्री लगभग एक-सी है, क्रम भिन्न है। पृष्ठ २०.

सिद्धान्त श्रवण: नियमों में से एक। धर्मशास्त्र सुनना। इसमें अपनी परंपरा के धर्मग्रंथों को पढ़ना तथा मौखिक उपदेश सुनना दोनों ही बातें शामिल हैं। पृष्ठ ५.

सिख: सिखधर्म को मानेवाले। सिखधर्म का

हिन्दू धर्म से निकट संबंध है। इसे ५०० साल पहले सन्त गुरु नानक ने स्थापित किया था। सिखधर्म मूर्तिपूजा और जातिवाद को नहीं मानता। पृष्ठ ९७.

शिव: परम ईश्वर, विश्व के रचयिता। उनकी पाँच शक्तियाँ हैं – सृजन, रक्षण, विनाश, अवगोहन कृपा और संदर्शन कृपा। पृष्ठ १३.

शिवलिंग: आधार पर रखी हुई एक गोल शिला, नाम रूप विहीन परमात्मा की प्रतीक। पृष्ठ २४.

शिवलोक: शिव जी, देवताओं और विकसित उच्च आत्माओं का लोक। स्वर्लोक का उच्चतम व परिष्कृततम भाग। पृष्ठ ८१.

स्कन्द: "कूदता हुआ"। श्री मुरुगन् का प्राचीन नाम, विशेषकर क्षत्रिय देवता के रूप में। पृष्ठ ६१.

स्मार्तधर्म: हिन्दूधर्म के चार महासंप्रदायों में से एक। सुप्रसिद्ध स्मार्त सन्त हैं आदिशंकर। स्मार्त वेदों, रामायण, महाभारत, पुराणों और धर्मशास्त्रों में विश्वास करते हैं। वे सभी देवताओं की पूजा करते हैं। पृष्ठ ९३.

स्मृति: गौण धर्मशास्त्र। ज्योतिष, राज्यनियम, युद्ध और औषध आदि विषयों पर लिखी हुई वेदों की सहायक पुस्तकें स्मृति के अन्तर्गत आती हैं। इतिहास, रामायण, महाभारत और पुराण भी स्मृतियाँ ही हैं। पृष्ठ ९३.

आत्मा: हमारा सबसे अन्तरंग भाग, शिव जी

से उत्पन्न किया हुआ। आत्मा कभी नहीं मरती, अपितु जब तक हम परमात्मा को जान नहीं लेते वह एक के बाद एक शरीर धारण करती चली जाती है। पृष्ठ ९.

आध्यात्मिक: परमात्मा तथा हमारी उच्चतर आत्म-प्रकृति से संबंधित। पृष्ठ ५.

सुब्रह्मण्यस्वामी: वर्तमान गुरु (1927 -) , नन्दीनाथ संप्रदाय के अन्तर्गत कैलाश परंपरा के हैं। जाफना श्री लंका के मुनि योगस्वामी उनके गुरु थे। श्री सुब्रह्मण्यस्वामी हवाई द्वीप, अमेरिका, में कुवाई आधीनम् में रहते हैं। पृष्ठ १०१.

आत्महत्या: अपने आपको जानबूझकर समाप्त कर देना। पृष्ठ ३३.

श्वेताश्वतर उपनिषद्: यजुर्वेद का अंग। इसमें परमात्मा और भक्ति तथा परमात्मा, जीवात्मा व संसार के बारे में विवेचन है। शैवों का एक महत्त्वपूर्ण ग्रंथ। पृष्ठ १२.

स्वामी: हिन्दू साधु। अविवाहित व्यक्ति जिसने परमात्मा के लिए अपना जीवन अर्पित कर दिया हो। पृष्ठ ४५.

प्रतीक: जो चीज़ किसी दूसरी चीज़ का प्रतिनिधित्व करे। उदाहरणार्थ, रुद्राक्ष का मनका परमात्मा की प्रीति का प्रतीक है। पृष्ठ ८.

तै पो गल: जनवरी-फरवरी में होनेवाला चार

दिन का गृह-उत्सव। पहली धान की फसल का समारोह। पृष्ठ ६१.

तै पूसम्: शिव जी या श्री मुरुगन् की पूजा के लिए जनवरी-फरवरी में किया जानेवाला एक उत्सव। स्थानीय प्रथाओं पर आधारित। पृष्ठ ६१.

तैत्तिरीय उपनिषद्: कृष्ण यजुर्वेद का अंग। भाषा, परमात्मा और आनंद की प्राप्ति का इसमें विवेचन है। पृष्ठ ४.

तमिलनाडु: भारत का दक्षिणी राज्य, इसकी राजधानी मद्रास है। तमिलनाडु में बहुत-से शैव मंदिर हैं। पृष्ठ ४९.

तन्त्र: एक प्रकार का धर्मशास्त्र, विशेषकर शाक्त संप्रदाय का। पृष्ठ ४४.

तपसू: आत्म-निरोध व अनुशासन का नियम, शारीरिक व मानसिक। साधना, प्रायश्चित्त, तपस्या और त्याग करना। इस शब्द का उपयोग विशेषकर गुरु के अधीन रहकर किए जानेवाले कठिन अभ्यासों और ध्यान के लिए किया जाता है। पृष्ठ ५.

मंदिर: देवालय। शिवालय सामान्यतया शैव आगमों के अनुदेशों के अनुसार बनाए जाते हैं। पृष्ठ १३.

प्रलोभन: गलत चीजों को करने की इच्छा करना। अनैतिक, गैरकानूनी, या प्रथा या परंपरा के विरुद्ध। पृष्ठ ९.

हिन्दूधर्म का कालक्रम: "शिवेन सह नर्तनम्" का एक भाग जिसमें हिन्दू इतिहास की मुख्य तिथियाँ दी गई हैं। पृष्ठ १०१.

तिरुक्कुरल: ईसापूर्व २०० वर्ष पहले तिरुवल्लुवर द्वारा लिखित नीतिशास्त्र। चार-चार पंक्तियों वाले १०-१० पदों के १३३ अध्यायों में लेखक ने परमात्मा, नीति, धर्म, आचार, धन, राजनीति, और इच्छा के बारे में लिखा है। पृष्ठ ८५.

तिरुमंतरम्: ऋषि तिरुमुलर द्वारा लिखित ३०४७ पद्यों की एक पुस्तक। इसमें आगमों का सार है और शैव-दर्शन का विस्तृत विवेचन है। पृष्ठ २८.

दान: किसी धार्मिक संस्था की सहायता के लिए अपनी वार्षिक आय का दशमांश दान रूप में देना। पृष्ठ ७७.

सहन करना: दूसरों के विश्वासों व अनुष्ठानों को मान्यता देना तथा उनका सम्मान करना, भले ही हम उन्हें स्वयं न मानते हों। पृष्ठ ९७.

परंपरा: पीढ़ी दर पीढ़ी चली आ रही कोई प्रथा, विश्वास या कहानी। पृष्ठ ४९.

हल्दी: एक पौधा जिसकी जड़ को मसाले के रूप में प्रयोग किया जाता है, पीला चूर्ण। पूजा में काम आता है और इससे कुमकुम बनाया जाता है। पृष्ठ २१.

विश्वः समस्त सृष्टि, शारीरिक और आत्मिक स्तर समेत। पृष्ठ ९.

उपनिषद्: हर वेद का चौथा और अंतिम भाग। उपनिषदों में सामान्यतया वेदों की दार्शनिक व्याख्या है। पृष्ठ ४.

वैकासी विशाखम्: श्री मुरुगन् के जन्मदिवस को मनाने के लिए मई-जून में किया जानेवाला उत्सव। पृष्ठ ६१.

वैराग्यः परिवार, मित्रों, धन-सम्पत्ति और संसार के मोह से मुक्त हो जाना। हिन्दू साधु के लिए एक आवश्यक गुण। पृष्ठ ८९.

वैष्णवधर्मः हिन्दूधर्म के महासंप्रदायों में से एक। वैष्णव विष्णु को भगवान् मानकर उनकी उपासना करते हैं। वे उनके अवतार श्री राम और श्री कृष्ण के प्रति विशेष श्रद्धा रखते हैं। पृष्ठ ९३.

वेदः हजारों साल पहले संस्कृत में लिखे गए हिन्दुओं के धर्मशास्त्र। संसार की सबसे प्राचीन पुस्तकें। पृष्ठ ४.

शाकाहारी: मांस, मछली, मुर्गी या अंडे न खानेवाला व्यक्ति। पृष्ठ २१.

वेलः श्री मुरुगन् के द्वारा धारण किया हुआ एक शक्तिशाली शस्त्र। पृष्ठ ६१.

विद्यारंभः नियमित शिक्षा के प्रारंभ में किया जानेवाला संस्कार। लड़का या लड़की

वर्णमाला का पहला अक्षर चावल से भरी थाली में लिखती है। पृष्ठ ५३.

विनायक व्रतम्: नवंबर-दिसंबर की पूर्णिमा से शुरू होनेवाला २१ दिनों का श्री गणेश का उत्सव। पृष्ठ ६१.

विष्णुः वैष्णव संप्रदाय के हिन्दुओं द्वारा भगवान् के रूप में माने जाते हैं। शरीरधारी परमात्मा और सृष्टिकर्ता के रूप में। सबको प्यार करनेवाली दिव्य सत्ता, जो धर्म की पुनःस्थापना के लिए कभी-कभी मनुष्य के रूप में जन्म लेते हैं। पृष्ठ ९३.

संदर्शनः कोई चीज़ जो सामान्य-इतर दृष्टि से देखी जाए। भगवान् या देवताओं को देखना। यह संदर्शन शक्ति तीव्र आध्यात्मिक अनुष्ठानों से या फिर सहसा अप्रत्याशित रूप में आती है। जैसे जैसे समय बीतता है यह दृष्टि स्मृति रूप में गाढतर होती चली जाती है, अन्य स्मृतियों की तरह कमजोर नहीं होती। पृष्ठ २५.

विवाहः शादी का संस्कार। पृष्ठ ५३.

शपथः गंभीरता से किया गया वादा या प्रतिज्ञा, विशेषकर भगवान्, देवताओं गुरु या बड़े-बूढ़ों के सामने की जानेवाली। पृष्ठ ७७.

व्रतः एक शपथ। कुछ काल के लिए कोई आनुशासनिक अनुष्ठान करने की शपथ लेना, जैसे, प्रायश्चित्त, उपवास, मंत्रजप, पूजा या ध्यान आदि। पृष्ठ ५३.

समृद्धि: सम्पन्नता, आर्थिक स्थिरता। पृष्ठ ८५.

नर्तनम्" के शब्दकोश को देखने की कृपा करें।

सांसारिक: भौतिक चीजों और बातों या संसार के आनंदों से अत्यधिक संबंधित। ऐसा संबंध धार्मिक जीवन को कठिन बना देता है। पृष्ठ ३७.

पूजा करना: मंत्रपाठ, भजन-कीर्तन, या धूप, दीप, नैवेद्य आदि के अर्पण द्वारा प्रभु के प्रति अपना प्यार प्रदर्शित करना। पृष्ठ २५.

यज्ञ: वैदिक मंत्रों का पाठ करते हुए घी, अन्न, सामग्री, लकड़ी आदि के द्वारा पवित्र अग्नि की पूजा करना। हिन्दू पूजा पद्धति का यह सबसे प्राचीन रूप है। पृष्ठ ५३.

यजुर्वेद: चारों वेदों में से तीसरा। इसमें यज्ञ करने के लिए मंत्र व निर्देश हैं। मंदिर में की जानावाली पूजा के बहुत-से मंत्र इस वेद से लिए गए हैं। पृष्ठ ४.

यम: विभिन्न धर्मशास्त्रों में दिए गए हिन्दूधर्म के १० नैतिक प्रतिबंध। पृष्ठ १.

योग: ध्यान, प्राणायाम, जप, शरीर और हाथों के आसन, आदि योग के अभ्यास जिनका योगी लोग दिव्य चेतना प्राप्त करने के लिए उपयोग करते हैं। पृष्ठ २९.

टिप्पणी: मुख्यतः पुस्तक में जैसा उपयोग किया गया है, उसके आधार पर उपर्युक्त शब्दों की व्याख्या की गई है। प्रत्येक शब्द की विस्तृत और गंभीर व्याख्या के लिए "शिवेन सह

BOOK SIX ENGLISH INDEX

- action: and careful thought, 93
actions: not hurting by, 17
advice: taking, 45
Agamas: used by sects, 93
ahimsa: about, 17; and karma, 17; example, 69;
 yama of, 1
anava: breaking bond of, 89
ancestors: devas of home shrine, 57
anger: and lower nature, 65
animals: Hindus don't hurt, 16; not eating, 17;
 not hurting, 17
annaprasana: sacrament of, 53
antarloka: devas guard from, 57; entered on
 death, 33; prayers reach, 81
antyeshti: sacrament of, 53
apology: and remorse, 69
archana: described, 37
Ardra Darsana: festival of, 61
arguing: not with elders, 72
arjava: yama of, 1
ascetics: behold God, 88
ashram: and monks, 89; homes becomes, 45
ashrama: of brahmachari, 85
ashrams: how financed, 77
astanga pranama: meaning, 41
asteya: yama of, 1
astikya: niyama of, 5
Aum: illustration, 96
austerity: niyama of, 5; scripture on, 88
bad: feeling, 68
bad company: and lower nature, 65
bath: during puja, 21
bathing: and going to temple, 37; before
 morning puja, 57
belief: tolerance toward, 97
bell: illustration, 80
Bhagavad Gita: as scripture, 93
Bhagavata Purana: as scripture, 93
bhajan: during puja, 37; in home shrine, 57
bhuloka: release from, 33
birth: as a Hindu, 53
birthday: of Ganesha, 61
blessing: of seeing swami, 45
body: sanctified by sacraments, 52; Self within,
 88
bondage: liberation from, 48
boy's prostration: illustration, 40
Brahma: guru is, 113
brahmachari: ashrama, 85; scripture on, 84
brahmacharya: yama of, 1
brahmin: scripture on, 20
Buddhists: Hindu love for, 97
camphor: offering in puja, 21
celibacy: defined, 89; of monk, 89; yama of, 1
chanting: niyama of, 5
chariot: illustration, 60; of temple, 60
charya: pada of, 29
chastity: scripture on, 88
cheating: karma of, 9
Chellapaswami: on evil, 65
child: teaching Hinduism to, 101
children: start tithing, 77
Christians: Hindu love for, 97
circumambulation: of temple, 36
class: how to behave in, 85; mantra to begin,
 107
clothes: clean for temple, 37
cobra: illustration, 8
coconut: and kalasa, 71
cognition: niyama of, 5
coming of age: sacrament of, 53
compassion: example, 69; yama of, 1
conduct: guided by learning, 85
confession: about, 69
confusion: getting rid of, 69
consciousness: after death, 33
contentment: niyama of, 5
conversion: and educated Hindu, 101; Hindu
 attitude toward, 97
cremation: why?, 33
dana: niyama of, 5
dancing: for God, 60
Dancing with Siva: as course for higher grades,
 101; source for course, 101
dasamamsha: about, 77
daya: example, 69; yama of, 1

death: freedom from, 125; illustration of, 32; not in heaven, 32; not painful, 33; scripture on, 100; what is it?, 33
 deity: prostration to, 41
 devas: and lamp, 100; come to home from temple, 37; come to samskaras, 53; hear prayers, 81; how help with prayers, 81; meet in brahmachari, 84; met after death, 33; of guru in home, 57; of home shrine, 57; of temple in home, 57; summoned by bell, 80
 devil: Hindus do not believe in, 65
 devotees: give to temples and ashrams, 77
 devotion: of Pusular, 13
 dharma: and charya pada, 29; and Ganesha's goad, 4; and stealing, 9; as common Hindu belief, 93; going against, 65; remembering, 9
 dhriti: yama of, 1
 Dipavali: festival of, 61
 doctor: and patient, 64
 duality: of world, 65
 ear-piercing: sacrament of, 53
 earth: upheld by brahmachari, 84
 education: sacrament of, 53
 eggs: not eating, 17
 eight-limbed: prostration, 41
 elders: duty toward young, 72; how to behave around, 72; names for, 72; not addressed by first name, 72; not always right, 72; prostration to, 41; respect for, 72
 Eternal Faith: name of Hinduism, 93
 evil: no intrinsic, 65
 exams: preparing for, 85
 faith: niyama of, 5
 family: and festivals, 61
 family life: distractions of, 89
 fasting: for festival, 61
 father: as a God, 40
 fear: and lower nature, 65
 festival: chariot during, 60
 festivals: home, 61; pujas during, 21; temple, 61
 fire altar: illustration, 52
 first beard-shaving: sacrament of, 53
 first feeding: sacrament of, 53
 fish: not eating, 17
 five-limbed: prostration, 41
 food: mantras to bless, 81
 fowl: not eating, 17
 Friday: temple day, 37
 friends: and festivals, 61; met after death, 33
 funeral: monk conducts own, 89; sacrament of, 53
 Ganesha: birthday of, 61; chant for, 108; example prayer to, 81; festivals for, 61; goad of, 4; help with exams, 85; mantra for, 104; worshiped first at temple, 37
 Ganesha Chaturthi: festival of, 61
 Gayatri: for Ganesha, 116; for Muruga, 116; for Siva, 116; for Surya, 116; mantra, 116; Mantra, 81
 ghanta: illustration, 80
 girl's prostration: illustration, 40
 giving: niyama of, 5
 goad: of Ganesha, 4
 God: and money, 77; as common Hindu belief, 93; as mother and father, 29; behind duality of world, 65; brought close by prayer, 81; chanting names of, 21; comes to temple, 24; concentrating on, 37; described, 92; devotion to, 29; divine light of, 20; during festivals, 61; easier to feel in temple, 25; energy within, 8; establishes temple, 24; experienced on pilgrimage, 49; homage to, 80; in animals and nature, 16; in everyone, 17, 65; incarnations of in Vaishnavism, 93; known by wisdom, 0; leaving problems with, 69; love for us, 81; love of, 9, 37; many ways to worship, 97; monk's dedication to, 89; never born, 12; not an idol, 25; one for all religions, 96, 97; perfection of, 65; permeates all, 96; personal relationship with, 101; priest as servant of, 21; priest's devotion to, 21; prostration to, 41; protection of, 107; reached by ascetics, 88; realizing, 48, 89; realizing through yoga, 29; scripture on, 92; servant of, 28; sought by monk, 88; Supreme in sects, 93; temples built by, 25; worship of, 60; worshiped in temple, 25
 God's Money: about, 77
 God-Realization: and jnana pada, 29; and sat-

guru, 29; and yoga pada, 29; path to, 29
 Gods: and lamp, 100; hear prayers, 81; summoned by bell, 80
 gopuram: of temple, 12
 grace: and suffering, 65; Konrai symbol, 48; of God through sacraments, 53
 graduation: certificate, 101
 greed: and lower nature, 65; scripture on, 76
 grihasta: path of, 89
 guest: as a God, 40
 guests: don't stay in shrine room, 57
 guidance: of Hindu saints, 44
 guru: advice on son as monk, 89; and monastic vows, 89; devas of, 57; festivals for, 61; mantra for, 113; niyama of, 5; scripture of, 44; service to, 44; teaching of, 69; visiting, 45
 Guru Jayanti: festival of, 61
 Guru Purnima: festival of, 61
 heaven: after death, 32; nature of, 33; scripture on, 32; upheld by brahmachari, 84
 Himalayan Academy: certificate from, 101
 Hindu: and yamas and niyamas, 5; how pray, 81; how to be a good, 101; how to become, 53; lives day's journey of temple, 25; love for our religion, 97; priest, 21; sects, 93; temple, 25; tolerance, 97; what makes one a, 53
 Hindu New Year: festival of, 61
 Hinduism: ancient name, 93; and the joint family, 72; common beliefs, 93; principle of ahimsa, 17; sects of, 93; trust in, 97
Hinduism Today: newspaper as resource, 101
 Hindus: liberal, 93
 holy man: visiting, 45
 holy men: prostration to, 41
 holy person: visits home shrine, 57
 holy places: pilgrimage to, 49
 homakunda: illustration, 52
 home: festivals, 61; how to behave in, 72; returning from temple, 37
 home shrine: about, 57; devas in, 57; power of, 57
 homework: doing well, 85
 honesty: yama of, 9; yama of, 1
 house: shrine in, 57
 householder: path of, 89
 hri: niyama of, 5
 human life: and suffering, 65
 humans: not killing, 16
 humility: and guru, 44
 hurts: getting rid of, 69
 idol: problem with word, 25
 ignorance: and suffering, 65
 immortality: mantra on, 125; scripture on, 100
 India: Hindu sects in, 93
 isvarapujana: niyama of, 5
 Jains: Hindu love for, 97
 japa: and home shrine, 57; as penance, 69; in kriya pada, 29; niyama of, 5
 jealousy: and lower nature, 65
 jnana: pada of, 29
 jnani: illustration of, 28
 joint families: Hindus and, 72
 kalasa: illustration, 71
 Kanchipuram: king of, 13
 karma: and ahimsa, 17; and giving, 77; and penance, 69; and suffering, 65; as common Hindu belief, 93; bad, 65; breaking bond of, 89; of helping pilgrim, 49; of theft, 9
 karnavedha: sacrament of, 53
 kavadi: at Tai Pusam, 61
 kesanta: sacrament of, 53
 killing: scripture on, 16; when allowed, 17
 kolam: illustration, 56; meaning of, 56
 Konrai: sacred tree, 48; symbol of, 48
 Krittika Dipa: festival of, 61
 kriya: pada of, 29
 kshama: yama of, 1
 kukarma: and penance, 69; and suffering, 65; making, 69; of cheating, 9; of theft, 9
 Kumbha Mela: festival of, 61
 kumbhabhishekam: of Pusular's temple, 13; of temple, 25
 kundalini: and cobra, 8
 kuttuvilaku: illustration, 20
 lamp: illustration, 20, 100; lit in home shrine, 57
 learning: scripture on, 85
 lessons: studying well, 85
 lexicon: of *Dancing with Siva*, 101

liberation: mantra for, 125; scripture on, 48
 light: scripture on, 100
 lotus: illustration, 0
 love: and higher nature, 65; for one another, 71; God's, 81
 lower nature: and sin, 65
 mahaprasthanas: name for death, 33
 Mahasivaratri: festival of, 61
 mantra: and temple, 36; as prayer, 81; bringing peace, 37; for class, 107; for Ganesha, 104, 108; for meeting, 107; Ganesha Gayatri, 116; Gayatri, 116; guru, 113; kinds of, 81; Muruga Gayatri, 116; Siva, 119; Siva Gayatri, 116; Surya Gayatri, 116; to begin puja, 104
 marriage: path of, 89; sacrament of, 53
 mati: niyama of, 5
 maya: breaking bond of, 89
 meals: first offered to home shrine, 57
 meat: not eating, 17
 meditation: for success in studies, 84; in home shrine, 57; niyama of, 5; on God in temple, 37
 meeting: mantra to begin, 107
 men: establish temple, 24
 mitahara: yama of, 1
 monastic: path of, 89
 money: blessing, 77; giving for God's work, 77
 monk: backbone of Hinduism, 89; Hindu, 88; illustration, 88; scripture on, 89; why become, 89
 monks: how supported, 77
 mother: as a God, 40
 mourning: moderation in, 33
 murthi: as body of God, 25; how made, 25; of God, 25; of God in home shrine, 57; of God, puja to, 21; why not an "idol," 25
 Muruga: festivals for, 61; peacock, 76
 Muslims: Hindu love for, 97
 naga: illustration of, 8
 namakarana: sacrament of, 53
 Namasivaya: japa of, 57
 namaskara: and prostration, 41
 name: for Hindus, 53
 name giving: sacrament of, 53
 names: for elders, 72; of Siva, 122
 nature: Hindu love of, 16; not hurting, 17
 niyamas: about, 5; and charya pada, 29
 noninjury: about, 17; example, 69; yama of, 1
 nonstealing: yama of, 1
 offering: for swami, 45; for temple, 37; in puja, 21; to God, 56
 oil lamp: illustration, 20
 patience: and higher nature, 65
 pada: of jnana, 29
 padas: toward God, 29
 pain: need in medicine, 64; not causing, 17
 Palani Hills: pilgrimage to, 49
 Pancha Ganapati: festival of, 61
 panchanga pranama: meaning, 41
 paratha puja: who may perform, 20
 parents: advice for, 101
 path: of good conduct, 29; of jnana, 29; of monastic, 89; of service to God, 28; of worship, 29; of yoga, 29
 paths: toward God, 29
 patience: yama of, 1
 peace: and home shrine, 57
 peacock: illustration of, 76
 penance: about, 69; and remorse, 69; niyama of, 5
 people: not hurting, 17
 physical body: soul lives in, 33
 pilgrimage: about, 49; difficulties of, 49
 pilgrims: helping, 49
 pranama: astanga, 41; panchanga, 41; prostration, 41
 prasadam: in the home, 57
 Prayag: Kumbha Mela at, 61
 prayer: as talking to God, 81; Hindu, 81
 prayers: burning in fire, 81
 pride: and prostration, 41; not shown in front of elders, 72
 priest: how one can become, 21; not between us and God, 21; of Hinduism, 21; performing puja, 24; preparation for puja, 21; qualifications, 20
 priests: how paid for, 77
 problems: writing down and burning, 69
 prostration: at temple, 36; for boys, 41; for girls, 41; how to, 41; illustration, 40; meaning of, 41; simple form of, 41

protection: and ahimsa, 17
 puja: bell, 80; for samskaras, 53; for success in studies, 84; God comes during, 25; illustration of, 24; in home shrine, 57; in kriya pada, 29; kalasa in, 71; mantra to begin, 104; temple, 37; what is done, 21; who may perform, 20
 purity: yama of, 1
 Pusular : story of, 13
Ramayana: as scripture, 93
 rebirth: after suicide, 33
 reincarnation: as common Hindu belief, 93; God's guidance through, 33; not after jnana pada, 29; soul and physical body, 33
 relatives: met after death, 33
 religion: "true," 97; and peacock symbol, 76; God in each, 92
 religions: Hindus love other, 97; how different, 97; of world, 96
 remorse: how to show, 68; illustration, 68; niyama of, 5
 renunciation: of monk, 89; vows of, 89
 respect: for priests, 21
 responsibility: of samskara, 53
 rituals: performed by priest, 21
 ritukala: sacrament of, 53
 rooster: illustration, 64
 sacraments: about, 53; and sacred fire, 52; annaprasana, 53; antyeshti, 53; coming of age, 53; ear-piercing, 53; education, 53; first beard-shaving, 53; first feeding, 53; funeral, 53; karnavedha, 53; kesanta, 53; marriage, 53; namakarana, 53; name giving, 53; ritukala, 53; scripture on, 52; taking with devotion, 37; vidyambha, 53; vivaha, 53; where given, 53
 sacrifice: niyama of, 5
 sadhana: and festivals, 61; niyama of, 5
 sage: path of, 29
 sages: and practice of tithing, 77
 saint: path of, 29
 saints: guidance of, 44; visions of God, 25
Saiva Agamas: use of, 93
 Saivism: Hindu sect, 93
 Saivite: belief in God, 93
Saivite Hindu Religion: about course, 101; graduation certificate, 101
 Saivites: scriptures of, 93
 samskara: about, 53; annaprasana, 53; antyeshti, 53; coming of age, 53; ear-piercing, 53; education, 53; first beard-shaving, 53; first feeding, 53; funeral, 53; karnavedha, 53; kesanta, 53; marriage, 53; namakarana, 53; name giving, 53; ritukala, 53; vidyambha, 53; vivaha, 53; where given, 53
 Sanatana Dharma: name of Hinduism, 93
 sanctum: lamp, 100
 sannyas: path of, 89
 sannyasin: how live, 89
 sannyasins: how many, 89
 Sanskrit: effect of, 37; known by priest, 21; mantra, 81
 santosha: niyama of, 5
 satguru: guides yogi, 28; need for, 29; prostration to, 41
 satya: yama of, 1
 school: attitude toward, 85
 scripture: and temples, 25; niyama of, 5
 sect: God in each, 92
 sects: of Hinduism, 93
 seers: establish temple, 24
 Self-God: scripture on, 88
 servant: of God, 28
 service to God: in charya pada, 29
 seval: illustration, 64
 Shakta: belief in God, 93
Shakta Agamas: use of, 93
 Shaktas: as God, 93; scriptures of, 93
 Shaktism: Hindu sect, 93
 sharing: scripture on, 76
 shoes: removing at temple, 37
 siddhanta sravana: niyama of, 5
 sin: about, 65; and knower of God, 8; no inherent, 65; scripture on, 68; why?, 65
 singing: to God, 60; to God, 28
 Siva: and Mahasivaratri, 61; as God, 93; as Supreme Soul, 116; closeness of, 81; days sacred to, 61; guru is, 113; liberates from death, 125; mantra for, 119; nine names of, 122; protection of, 12; Pusular's temple for, 13; scripture on, 12; soul goes to

at death, 32; source of all, 119
 Sivalinga: temple for, 24
 Sivaloka: prayers reach, 81
 Skanda Shasti: festival of, 61
 Smarta: belief in God, 93
 Smartas: scriptures of, 93
 Smartism: Hindu sect, 93
 Smriti: as scripture, 93
 son: attitude toward father, 71; attitude toward mother, 71; desire to be a monk, 89
 soul: advancement of, 89; illustration of, 32; immortal, 33; knows what is wrong, 9; leaves body at death, 32; perfection of, 9, 65
 stage: of brahmachari, 85
 stages: toward God, 29
 steadfastness: yama of, 1
 stealing: result of, 9; yama of, 9
 student: and meditation, 84; and puja, 84; stage of life, 85
 Subramuniaswami: author, 101
 sucha: yama of, 1
 suffering: about, 65; after suicide, 33; why?, 65
 suicide: bad effects of, 33
 swami: asking advice of, 45; defined, 89; prostration to, 45; visiting, 45
 Tai Pongal: festival of, 61
 Tai Pusam: festival of, 61
 tapas: niyama of, 5
 teacher: as a God, 40
 teachers: advice for, 101; attitude toward, 85; obedience toward, 45
 temple: about, 25; and charya pada, 29; approaching, 36; built by God, 25; built by man, 25; built when none nearby, 25; cared for by priest, 21; entering, 37; festivals, 61; going to, 37; gopuram, 12; how financed, 77; how to leave, 37; illustration of, 36; like a well, 25; of Pusular, 13; pilgrimage to, 49; place to see God, 21; power of, 25; renovated every 12 years, 25; scripture on, 36; tithing toward, 77; why built, 24
 temptation: about, 9
 thoughts: not hurting by, 17; swamis read, 45
 timeline: use from *Dancing with Siva*, 101
 tirthyatra: about, 49
Tirukural: on learning, 85; on monks, 89
 tithing: about, 77
 tolerance: of Hinduism, 97
 tradition: respect for, 101
 truth: scripture on, 4
 Truth is one: paths are many, 97
 truthfulness: yama of, 1
 two paths: in life, 89
 understanding: and higher nature, 65
 vacation: not purpose of pilgrimage, 49
 Vaikasi Visakham: festival of, 61
 vairagya: path of, 89
 Vaishnavism: Hindu sect, 93
 Vaishnavite: belief in God, 93; scriptures of, 93
Vedas: common Hindu belief in, 93; on God, 56
 vegetarianism: yama of, 1
 vegetarians: why Hindus are, 17
 vidyarambha: sacrament of, 53
 Vinayaka Vratam: festival of, 61
 violence: when allowed, 17
 Vishnu: as God, 93; guru is, 113
 vision: to build temple, 25
 vivaha: sacrament of, 53
 vows: niyama of, 5
 vrata: niyama of, 5
 wealth: learning as, 85
 wicked action: and God Realization, 0
 wife: attitude toward husband, 71
 wisdom: and rooster's cry, 64; path of, 29
 words: not hurting by, 17
 world: place of duality, 65; religions, 96
 worry : not in heaven, 32
 worship: niyama of, 5; path of, 29
 wrong doing: and penance, 69
 yajna: for samskaras, 53
 yamas: about, 1; and charya pada, 29
 yoga: after charya and kriya pada, 29; pada of, 29
 yogi: illustration of, 28
 young: respect for elders, 72

छठी पुस्तक: अनुक्रमणिका

- कार्य: और सावधानी से विचार, ९३
कार्य: से नुक्सान न पहुँचाना, १७
सलाह: लेना, ४५
आगम: संप्रदायों के द्वारा प्रयुक्त, ९३
अहिंसा: के बारे में, १७. और कर्म, १७. उदाहरण, ६९.
यम, १
अणव: बंधन तोड़ना, ८९
पूर्वज: घर के मंदिर के देव, ५७
क्रोध: और अधम प्रकृति, ६५
पशु: हिन्दू नहीं सताते, १६. नहीं खाना, १७. न सताना, १७
अन्नप्राशन: संस्कार, ५३
अन्तर्लोक: से देव रक्षा करते हैं, ५७. मृत्यु होनेपर जाते हैं, ३३. प्रार्थनाएँ पहुँचती हैं, ८१
अन्त्येष्टि: संस्कार, ५३
क्षमा: और पश्चात्ताप, ६९
अर्चना: वर्णन, ३७
आर्द्रा दर्शन: त्यौहार, ६१
तर्क: बड़ों से नहीं, ७२
आर्जव: यम, १
संन्यासी: प्रभु को देखते हैं, ८८
आश्रम: और साधु, ८९. घर हो जाते हैं, ४५.
आश्रम: ब्रह्मचारी का, ८५
आश्रम: धन-व्यवस्था, ७७
अष्टांग प्रणाम: अर्थ ४१
अस्तेय: यम, १
आस्तिक्य: नियम, ५
ओम्: चित्र, ९६
तपस्या: नियम, ५. पर धर्मशास्त्र, ८८
बुरा: महसूस होना, ६८
बुरी संगत: और अधम प्रकृति ६५
स्नान: पूजा में, २१
नहाना: और मंदिर जाना, ३७. सबेरे की पूजा से पहले, ५७
मत: के प्रति सहिष्णुता, ९७
घंटा: चित्र, ८०
भगवद्गीता: धर्मशास्त्र के रूप में, ९३
भागवत पुराण: ९३
भजन: पूजा के समय, ३७. घर के मंदिर में, ५७
भूलोक: से छुटकारा, ३३
जन्म: हिन्दू के रूप में, ५३
जन्मदिन: गणेश का, ६१
पुण्य: स्वामी दर्शन का, ४५
शरीर: संस्कार से पवित्र, ५२. अंदर की आत्मा, ८८
बंधन: से मुक्ति, ४८
लड़के का दंडवत्: चित्र, ४०
ब्रह्मा: गुरु है, ११३
ब्रह्मचारी: आश्रम, ८५. पर धर्मशास्त्र, ८४
ब्रह्मचर्य: यम, १
ब्राह्मण: पर धर्मशास्त्र, २०
बौद्ध: हिन्दू प्यार करते हैं. ९७
कपूर: पूजा में समर्पण, २१
ब्रह्मचर्य: परिभाषा, ८९. साधु का, ८९. यम, १
जप: नियम, ५
रथ: चित्र, ६०. मंदिर का, ६०
चर्या: पाद, २९
जितेन्द्रियता: पर धर्मशास्त्र, ८८
धोखा देना: का कर्म, ९
चेल्लप्पस्वामी: पाप पर, ६५
बच्चा: को हिन्दूधर्म सिखाना, १०१
बच्चे: दान देना प्रारंभ, ७७
ईसाई: हिन्दू प्यार करते हैं, ९७
परिक्रमा: मंदिर की, ३६
कक्षा: में कैसे बर्ताव करें, ८५. प्रारंभ करने का मंत्र, १०७
कपड़े: मंदिर के लिए साफ़, ३७
नाग: चित्र, ८
नारियल: और कलश, ७१
बोध: नियम, ५
युवा होना: का संस्कार, ५३
सहानुभूति: का उदाहरण, ६९. यम, १
आचरण: शिक्षा से निर्देशित, ८५
पाप-स्वीकृति: के बारे में, ६९
भ्रम: से छुटकारा पाना, ६९
चेतना: मृत्यु के बाद, ३३
सन्तोष: नियम, ५
मतान्तरण: और शिक्षित हिन्दू, १०१. के प्रति हिन्दू भावना, ९७
शरीर को जलाना: क्यों? ३३
दान: नियम,, ५

नाचना: भगवान् के लिए, ६०
 शिवेन सह नर्तनम्: ऊँची कक्षाओं के लिए पाठ्यपुस्तक के रूप में, १०१. इस पाठ्यक्रम का मूल, ९७
 दशमांश: के बारे में, ७७
 दया: उदाहरण, ६९. यम, १
 मृत्यु: से मुक्ति, १२५. चित्र, ३२. स्वर्लोक में नहीं, ३२.
 दर्दनाक नहीं, ३३. पर धर्मशास्त्र, १००. क्या है? ३३
 देव-प्रतिमा: को दंडवत्, ४१
 देव: और दीप, १००. मंदिर से घर आते हैं, ३७. संस्कारों में आते हैं, ५३. प्रार्थना सुनते हैं, ८१. प्रार्थनाओं से कैसे मदद करते हैं, ८१. ब्रह्मचारी में आते हैं, ८४. मृत्यु के बाद मिलते हैं, ३३. घर में गुरु के, ५७. घर के मंदिर के, ५७. घर के मंदिर के, ५७. घंटी से आह्वान, ८०
 दैत्य: हिन्दू नहीं मानते, ६५
 भक्त: मंदिरों और आश्रमों को देते हैं, ७७
 भक्ति: पुसुलर की, १३
 धर्म: और चर्यापाद, २९. और गणेश का अंकुश, ४. और चोरी, ९. सामान्य हिन्दू विश्वास के रूप में, ९३. विपरीत जाना, ६५. याद रखना, ९
 धृति: यम, १
 दीपावली: का त्यौहार, ६१
 डाक्टर: और बीमार, ६४
 द्वैत: संसार का, ६५
 कर्णवेध: का संस्कार, ५३
 पृथ्वी: ब्रह्मचारी धारण करता है, ८४
 शिक्षा: का संस्कार, ५३
 अंडे: न खाना, १७
 अष्टांग: दंडवत्, ४१
 बड़े-बूढ़े: बच्चों के प्रति कर्तव्य, ७२. कैसे बातचीत करें, ७२. के लिए नाम, ७२. पहले नाम से नहीं पुकारते, ७२. हमेशा ठीक नहीं होते, ७२. को दंडवत्, ४१. का सम्मान, ७२
 शाश्वत धर्म: हिन्दू धर्म का नाम, ९३
 पाप: जन्मजात नहीं, ६५
 परीक्षाएँ: के लिए तैयारी करना, ८५
 विश्वास: नियम, ५
 परिवार: और त्यौहार, ६१
 पारिवारिक जीवन: की भटकने, ८९
 उपवास: त्यौहारों पर, ६१
 पिता: परमात्मा के रूप में ४०
 भय: और अधम प्रकृति, ६५
 उत्सव: में रथ, ६०

उत्सव: घर, ६१. में पूजाएँ, २१. मंदिर, ६१
 यज्ञवेदी: चित्र, ५२
 पहली बार दाढी-मूँछ मुँडाना: का संस्कार, ५३
 पहली बार अन्न खिलाना: का संस्कार, ५३
 मछली: न खाना, १७
 पंचांग: दंडवत्, ४१
 अन्न: पावन मंत्र, ८१
 मुगी: न खाना, १७
 शुक्रवार: मंदिर दिवस, ३७
 मित्र: और उत्सव, ६१. मृत्यु के बाद मिलते हैं, ३३
 अन्त्येष्टि: संन्यासी स्वयं कर लेता है, ८९. का संस्कार, ५३
 गणेश: का जन्मदिन, ६१. के लिए जप, १०८. की प्रार्थना का उदाहरण, ८१. के लिए उत्सव, ६१. का अंकुश, ४.
 परीक्षा में सहायता, ८५. के लिए मंत्र, १०४. मंदिर में सर्वप्रथम पूजा, ६१
 गणेश चतुर्थी: का उत्सव, ६१
 गायत्री: गणेश के लिए, ११६. मुरुगन् के लिए, ११६. शिव के लिए, ११६. सूर्य के लिए, ११६. मंत्र, ११६ मंत्र, ८१
 घंटा: चित्र, ८०
 लड़कियों का दंडवत् करना: चित्र, ४०
 देना: नियम, ५
 अंकुश: गणेश का, ४
 भगवान्: और पैसे, ७७. सामान्य हिन्दू विश्वास, ९३. माता पिता के रूप में, २९. संसार के द्वैत के पीछे, ६५ प्रार्थना से निकट ले आना, ८१. के नाम जप करना, २१. मंदिर आते हैं, २४. पर ध्यान लगाना, ३७. वर्णन, ९२. की भक्ति, २९. की दिव्य ज्योति, २०. उत्सवों के दौरान, ६१. मंदिर में अनुभव करना अधिक आसान है, २५. के भीतर शक्ति, ८. मंदिर स्थापित करते हैं, २४. तीर्थयात्रा में अनभव होता है, ४९. के प्रति श्रद्धा, ८०. पशुओं और प्रकृति में, १६. प्रत्येक में, १७, ६५. वैष्णव मत में के अवतार, ९३. प्रज्ञा से जाने जाते हैं, ०, पर समस्याएँ छोड़ देना, ६९. हमारे लिए प्यार, ८१. का प्यार, ९, ३७. की पूजा करने के कई तरीके, ९७. साधु का समर्पण, ८९. अजन्मा, १२. मूर्ति नहीं, २५. सभी धर्मों के लिए एक ही, ९६, ९७. की पूर्णता, ६५. सब में व्याप्त है, ९६. से निजी संबंध, १०१. पूजारी/पुरोहित सेवक के रूप में, २१. के प्रति पूजारी की भक्ति, २१. को दंडवत्, ४१. का संरक्षण, १०७. संन्यासी प्राप्त करते हैं, ८८. ज्ञान, ४८, ८९. योग के द्वारा ज्ञान, २९, पर धर्मशास्त्र, ९२. का सेवक, २८. साधु पाना चाहते हैं, ८८. सब धर्मों में परमशक्ति, ९३. के द्वारा बनाए गए मंदिर, २५. की पूजा, ६०. मंदिर में

पूजा की जाती है, २५
 भगवान् का धन: के बारे में, ७७
 ब्रह्मज्ञान: और ज्ञानपाद, २९. और सद्गुरु, २९. और
 योगपाद, २९. के लिए मार्ग, २९.
 देव : और दीप, १००. प्रार्थनाएँ सुनते हैं, ८१. घंटी से
 आवाहन, ८०
 गोपुरम्: मंदिर का, १२
 कृपा: और दु:ख, ६५. कोणरै प्रतीक, ४८. प्रसाद के द्वारा प्रभु
 की, ५३
 श्रैजुएशन: प्रमाणपत्र, १०१
 लोभ: और अधम प्रकृति, ६५. पर धर्मशास्त्र, ७६
 गृहस्थ: का मार्ग, ८९
 अतिथि: भगवान् के रूप में, ४०
 अतिथि: गृह-मंदिर के कमरे में नहीं ठहरते, ५७
 मार्गदर्शन: हिन्दू सन्तों का, ४४
 गुरु: साधु के रूप में बेटे को उपदेश, ८९. और यति-व्रत, ८९.
 के देव, ५७. के लिए उत्सव, ६१. के लिए मंत्र, ११३. का
 नियम, ५. का धर्मशास्त्र, ४४. की सेवा, ४४. की शिक्षा,
 ६९. दर्शन, ४५
 गुरु-जयंती: का उत्सव, ६१
 गुरु-पूर्णिमा: का उत्सव, ६१
 स्वलोक: मृत्यु के बाद, ३२. की प्रकृति, ३३. पर धर्मशास्त्र,
 ३२. ब्रह्मचारी धारण करता है, ८४
 हिमालयन एकैडमी: से प्रमाणपत्र, १०१
 हिन्दू: और यम और नियम, १, ५. कैसे प्रार्थना करते हैं, ८१.
 कैसे अच्छे बनें, १०१, कैसे बनें, ५३. मंदिर से एक दिन की
 यात्रा की दूरी पर रहता है, २५. हमारे धर्म के लिए प्यार,
 ९७. पूजारी, २१. मत, ९३. मंदिर, २५. सहिष्णुता, ९७.
 क्या चीजें बनाती हैं, ५३
 हिन्दू नव-वर्ष: का उत्सव, ६१
 हिन्दू-धर्म: प्राचीन नाम, ९३. और संयुक्त परिवार, ७२.
 सामान्य विश्वास, ९३. अहिंसा का सिद्धान्त, १७. के
 संप्रदाय, ९३. में विश्वास, ९७
 हिन्दूइज्म टुडे: पत्रिका स्रोत के रूप में, १०१
 हिन्दू: उदार, ९३
 पवित्रात्मा: दर्शन, ४५
 पवित्रात्मा: को दंडवत्, ४१
 पवित्र व्यक्ति: का गृह-मंदिर में आना, ५७
 पवित्र स्थान: की यात्रा, ४९
 होमकुंड: चित्र, ५२
 घर: उत्सव, ६१. में कैसे बरतें, ७२. मंदिर से वापस आना,

३७
 गृह-मंदिर: के बारे में, ५७. में देव, ५७, की शक्ति, ५७
 गृह-कार्य: अच्छा करना, ८५
 ईमानदारी: यम, ९. यम, १
 घर: में मंदिर, ५७
 गृहस्थ: का मार्ग, ८९
 ह्री: नियम, ५
 मानव-जीवन: और दु:ख, ६५
 मनुष्य: न मारना: १६
 नम्रता: और गुरु, ४४
 आघात: से छुटकारा पाना, ६९
 मूर्ति: संसार के साथ समस्या, २५
 अज्ञान: और दु:ख, ६५
 अमरता: पर मंत्र, १२५. पर धर्मशास्त्र, १००
 भारत: में हिन्दू संप्रदाय, ९३
 ईश्वरपूजन: नियम, ५
 जैन: से हिन्दू प्यार करते हैं. ९७
 जप: और गृह-मंदिर, ५७, प्रायश्चित्त के रूप में, ६९.
 क्रियापाद में, २९. नियम, ५
 ईर्ष्या: और अधम प्रकृति, ६५
 ज्ञान: पाद, २९
 ज्ञानी: चित्र, २
 संयुक्त परिवार: हिन्दू और, ७२
 कलश: चित्र, ७१
 कांचीपुरम्: का राजा, १३
 कर्म: और अहिंसा, १७. और देना, ७७. और प्रायश्चित्त, ६९.
 और दु:ख, ६५. सामान्य हिन्दू विश्वास के रूप में, ९३.
 बुरा, ६५. का बंधन तोड़ना, ८९. तीर्थयात्रियों की मदद
 करने का, ४९. चोरी का, ९
 कर्णवेध: संस्कार, ५३
 कावडी: तै पूषम् पर, ६१
 केशान्त: का संस्कार, ५३
 हत्या: पर धर्मशास्त्र, १६. कब सम्मत है, १७
 रंगोली, कोलम्: चित्र, ५६. का अर्थ, ५६
 कोणरै: पवित्र वृक्ष, ४८. का प्रतीक, ४८
 कृत्तिका दीप: का उत्सव, ६१
 क्रिया: पाद, २९
 क्षमा: यम, १
 कुकर्म: और प्रायश्चित्त, ६९. और दु:ख, ६५. करना, ६९.
 धोखा देने का, ९. चोरी का, ९.
 कुंभ मेला: का उत्सव, ६१

कुंभाभिषेकम्: पुसुलर के मंदिर का, १३. मंदिर का, २५
 कुंडलिनी: और नाग, ८
 कुट्टविल्लक्क: चित्र, २०
 दीप: चित्र, २०, १००. गृह-मंदिर में जलाना, ५७
 अध्ययन: धर्मग्रंथों का, ८५
 पाठ: अच्छी तरह पढ़ना, ८५
 शब्दकोश: "शिवेन सह नर्तनम्" का, १०१
 मुक्ति: के लिए मंत्र, १२५, पर धर्मशास्त्र, ४८
 ज्योति: पर धर्मशास्त्र, १००
 कमल: चित्र, ०
 प्रेम: और उत्तम प्रकृति, ६५. एक दूसरे के लिए, ७१. प्रभु का, ८१
 अधम प्रकृति: और पाप, ६५
 महाप्रस्थान: मृत्यु का नाम, ३३
 महाशिवरात्रि: का त्यौहार, ६१
 मंत्र: और मंदिर, ३६. प्रार्थना के रूप में, ८१. शान्ति लानेवाला, ३७. कक्षा के लिए, १०७. गणेश के लिए, १०४, १०८. सत्संग/सभा के लिए, १०७. गणेश गायत्री, ११६, गायत्री, ११६. गुरु, ११३. के प्रकार, ८१, मुरुगन् गायत्री, ११६. शिव, ११६. शिव गायत्री, ११६. सूर्य गायत्री, ११६. पूजा प्रारंभ करने के लिए, १०४
 विवाह: का मार्ग, ८९. का संस्कार, ५३
 मति: नियम, ५
 माया: का बंधन तोड़ना, ८९
 भोजन: पहले गृह-मंदिर में अर्पित, ५७
 मांस: न खाना, १७
 ध्यान: अध्ययन में सफलता के लिए, ८४. गृह-मंदिर में, ५७.
 नियम, ५. मंदिर में भगवान् का, ३७
 सत्संग: शुरू करने का मंत्र, १०७
 मनुष्य: मंदिर बनाते हैं, २४
 मिताहार: यम, १
 यति: का मार्ग, ८९
 धन: पावन, ७७. प्रभु के काम के लिए देना, ७७
 साधु: हिन्दू धर्म की रीढ़, ८९. हिन्दू, ८८. चित्र, ८८. पर धर्मशास्त्र, ८९. क्यों बनते हैं, ८९
 साधु: को सहारा कैसे, ७७
 माता: भगवान् के रूप में, ४०
 शोक करना: में सुधार, ३३
 मूर्ति: ईश्वर के शरीर के रूप में, २५. कैसे बनाते हैं, २५.
 भगवान् की, २५. भगवान् की गृह-मंदिर में, ५७. भगवान् की, की पूजा, २१. "बुत" क्यों न कहें, २५

मुरुगन्: के लिए उत्सव, ६१. मोर, ७६
 मुसल्मान: हिन्दू प्यार करते हैं, ९७
 नाग: चित्र, ८
 नामकरण: का संस्कार: ५३
 नमःशिवाय: का जप, ५७
 नमस्कार: और दंडवत्, ४१
 नाम: हिन्दुओं के लिए, ५३
 नाम देना: संस्कार, ५३
 नाम: बड़ों का, ७२. शिव का, १२२
 प्रकृति: के लिए हिन्दुओं का प्यार, १६. नुक्सान नहीं पहुंचाते, १७
 नियम: के बारे में, ५. और चर्यापाद, २९
 दुःख न पहुंचाना: के बारे में, १७. उदाहरण, ६९. यम, १
 चोरी न करना: यम, १
 अर्पण: स्वामी जी को, ४५. मंदिर को, ३७. पूजा में, २१.
 भगवान् को, ५६
 तैल-दीप: चित्र, २०
 धैर्य: और उत्तम प्रकृति, ६५
 पाद: ज्ञान का, २९
 पाद: भगवान् की ओर, २९
 दर्द: औषध में आवश्यक, ६४. न देना, १७
 पलनी पर्वत: की यात्रा, ४९
 पंच गणपति: का उत्सव, ६१
 पंचांग प्रणाम: अर्थ, ४१
 परार्थ पूजा: कौन कर सकता है, २०
 माता-पिता: के लिए सलाह, १०१
 मार्ग: सदाचार का, २९. ज्ञान का, ३९. यति का, ८९.
 प्रभु-सेवा का, २८. पूजा का, २९. योग का, २९
 मार्ग: भगवान् की ओर जानेवाले, २९
 धैर्य: यम, १
 शान्ति: और गृह-मंदिर, ५७
 मोर: चित्र, ७६
 प्रायश्चित्त: के बारे में, ६९. और खेद, ६९. नियम, ५
 लोग: नहीं सताते, १७
 भौतिक शरीर: मेम आत्मा रहती है, ३३
 तीर्थयात्रा: के बारे में, ४९. की कठिनाइयाँ, ४९
 यात्री: की मदद, ४९
 प्रणाम: अष्टांग, ४१. पंचांग, ४१. दंडवत्, ४१
 प्रसादम्: घर में, ५७
 प्रयाग: में कुंभ मेला, ६१
 प्रार्थना: जैसे प्रभु से बात करते हो, ८१. हिन्दू, ८१

प्रार्थनाएँ: आग में जलाना, ८१
 अहंकार: और दंडवत्, ४१. बड़ों के सामने नहीं, ७२
 पूजारी: कैसे बन सकता है, २१. हमारे और प्रभु के बीच में
 नहीं, २१. हिन्दूधर्म का, २१. पूजा करता है, २४. पूजा की
 तैयारी, २१. के गुण, २०
 पूजारी: को कैसे कौन देता है, ७७
 समस्याएँ: लिखना और जलाना, ६९
 दंडवत्: मंदिर में, ३६. लड़कों के लिए, ४१. लड़कियों के
 लिए, ४१, कैसे, ४१. चित्र, ४०. अर्थ, ४१. सीधा रूप, ४१
 संरक्षण: और अहिंसा, १७
 पूजा: घंटी, ८०. संस्कारों के लिए, ५३. अध्ययन में सफलता
 के लिए, ८४. में भगवान् आते हैं, २५. चित्र, २४. गृह-मंदिर
 में, ५७. क्रियापाद में, २९. में कलश, ७१. प्रारंभ करने का
 मंत्र, १०४. क्या किया जाता है, २१. कौन कर सकता है,
 २०
 पवित्रता: यम, १
 पुसुलर: की कहानी, १३
 रामायण: धर्मग्रंथ के रूप में, ९३
 पुनर्जन्म: आत्महत्या के बाद, ३३
 पुनर्जन्म: सामान्य हिन्दू विश्वास के रूप में, ९३. के द्वारा
 प्रभु का मार्गदर्शन, ३३. ज्ञानपाद के बाद नहीं, २९.
 आत्मा और भौतिक शरीर, ३३
 संबंधी: मृत्यु के बाद मिलन, ३३
 धर्म: "सत्य", ९७. और मोर प्रतीक, ७६. हर एक में प्रभु, ९२
 धर्म: हिन्दू दूसरे धर्मों से प्यार करते हैं, ९७. कितने भिन्न,
 ९७. संसार के, ९६
 खेद: कैसे प्रकट करें, ६८. चित्र, ६८. नियम, ५
 संन्यास: साधु का, ८९. के व्रत, ८९
 आदर: पूजारियों का, २१
 जिम्मेदारी: संस्कार की, ५३
 कर्मकांड: पूजारियों के द्वारा किए जाते हैं, २१
 ऋतुकाल: का संस्कार, ५३
 मुर्गा: चित्र, ६४
 संस्कार: के बारे में, ५३. और पवित्र अग्नि, ५२. अन्नप्राशन,
 ५३. अन्त्येष्टि, ५३, युवावस्था में आना, ५३. कर्णवेध, ५३.
 शिक्षा, ५३. पहली बार दाढी-मूँछ बनवाना, ५३. पहली
 बार अन्न खिलाना, ५३. अन्तिम, ५३. केशान्त, ५३.
 विवाह, ५३. नामकरण, ५३. ऋतुकाल, ५३. पर धर्मशास्त्र,
 ५२. भक्ति से ग्रहण करना, ३७. विद्यारंभ, ५३. कहाँ किया
 जाता है, ५३
 त्याग: नियम, ५

साधना: और त्यौहार, ६१, नियम, ५
 ऋषि: का मार्ग, २९
 त्रिभि: और दशमांश देने का अभ्यास, ७७
 सन्त: का मार्ग, २९
 सन्त: का मार्गदर्शन, ४४, प्रभु के दर्शन, २५
 शैव आगम: का उपयोग, ९३
 शैवमत: हिन्दू संप्रदाय, ९३
 शैव: प्रभु में विश्वास, ९३
 शैव हिन्दू धर्म: पाठ्यक्रम के बारे में, १०१. प्रैजुएशन
 प्रमाणपत्र, १०१
 शैव: धर्मशास्त्र, ९३
 सनातन धर्म: हिन्दूधर्म का नाम, ९३
 गर्भगृह: दीप, १००
 संन्यास: का मार्ग, ८९
 संन्यासी: कैसे रहते हैं, ८९
 संन्यासी: कितने हैं, ८९
 संस्कृत: का प्रभाव, ३७. पूजारी जानते हैं, २१. मंत्र, ८१
 सन्तोष: नियम, ५
 सद्गुरु: योगी का मार्गदर्शन करता है, २८. की आवश्यकता,
 २९. को दंडवत्, ४१
 सत्य: यम, १
 स्कूल: के प्रति भावना, ८५
 धर्मशास्त्र: और मंदिर, २५. का नियम, ५
 संप्रदाय: प्रत्येक में भगवान्, ९२
 संप्रदाय: हिन्दूधर्म के, ९३
 ऋषि: मंदिर स्थापित करते हैं, २४
 आत्मा-परमात्मा: पर धर्मशास्त्र, ८८
 सेवक: भगवान् का, २८
 भगवान् की सेवा: चर्यापाद में, २९
 सेवल: चित्र, ६४
 शाक्त: प्रभु में विश्वास, ९३
 शाक्त आगम: का उपयोग, ९३
 शाक्त: भगवान् के रूप में, ९३. के धर्मग्रंथ, ९३
 शाक्तमत: हिन्दू संप्रदाय, ९३
 संभाजन: पर धर्मशास्त्र, ७६
 जूते: मंदिर में उतारना, ३७
 सिद्धान्त श्रवण: नियम, ५
 पाप: के बारे में, ६५. और प्रभु को जाननेवाला, ८.
 जन्मजात नहीं, ६५. पर धर्मशास्त्र, ६८. क्यों? ६५
 गाना: भगवान् के लिए, ६०, २८
 शिव: और महाशिवरात्रि, ६१. भगवान् के रूप में, ९३. परम

आत्मा के रूप में, ११६. की निकटता, ८१. के लिए पवित्र
 दिन, ६१. गुरु है, ११३. मृत्यु से मूर्ति देता है, १२५. के लिए
 मंत्र, ११९. के नौ नाम, १२२. का संरक्षण, १२. के लिए
 पुसुलर का मंदिर, १३. पर धर्मशास्त्र, १२. मृत्यु होनेपर आत्मा
 जाती है, ३२. सबका मूल, ११९
 शिवलिंग: के लिए मंदिर, २४
 शिवलोक: प्रार्थना पहुँचती है, ८१
 स्कन्द षष्ठी: का त्यौहार, ६१
 स्मार्त: प्रभु में विश्वास, ९३
 स्मार्त: पर धर्मशास्त्र, ९३
 स्मार्तमत: के धर्मग्रंथ, ९३
 स्मृति: धर्मशास्त्र के रूप में, ९३
 बेटा: पिता के प्रति भावना, ७१. माता के प्रति भावना,
 ७१. साधु होने की इच्छा, ८९
 आत्मा: की उन्नति, ८९. का चित्र, ३२. तमर, ३३. जानती है
 कि क्या गलत है, ९. मृत्यु पर देह छोड़ देती है, ३२. का
 संरक्षण, ९, ६५
 सोपान: ब्रह्मचारी की, ८५
 सोपान: प्रभु की ओर, २९
 स्थिरता: यम, १
 चोरी करना: का परिणाम, ९. यम, ९
 छात्र: और ध्यान, ८४. और पूजा, ८४. जीवन का सोपान,
 ८५
 सुब्रह्मण्यस्वामी: लेखक, १०१
 शुच: यम, १
 दु:ख: के बारे में, ६५. आत्महत्या के बाद, ३३. क्यों? ६५
 आत्महत्या: बुरे परिणाम, ३३
 स्वामी: की सलाह लेना, ४५. परिभाषा, ८९. को दंडवत्,
 ४५. दर्शन करना, ४५
 तै पोगल: का त्यौहार, ६१
 तै पूसम्: का त्यौहार, ६१
 तपस्: नियम, ५
 अध्यापक: के लिए सलाह, १०१, के प्रति भावना, ८५. की
 आज्ञा का पालन, ४५
 मंदिर: के बारे में, २५. और चर्यापाद, २९. के पास जाना,
 ३६. प्रभु के द्वारा बनाया गया, २५. जब कोई पास नहीं
 था तब बनाया गया, २५. पूजारी के द्वारा रक्षित, २१. में
 प्रवेश, ३७. उत्सव, ६१. को जाना, ३७. गोपुरम्, १२.
 वित्तीय सहायता कैसे, ७७. से कैसे जाएँ, ३७. चित्र, ३६.
 कुँए की तरह, २५. पुसुलर का, १३. की यात्रा, ४९. भगवान्
 को देखने का स्थान, २१. की शक्ति, २५. हर बारह वर्ष में

नवीकरण, २५. पर धर्मशास्त्र, ३६. को दशांश देना, ७७.
 क्यों बनाए जाते हैं, २४.
 प्रलोभन: के बारे में, ९
 विचार: से किसी को न सताना, १७. स्वामी जान लेते हैं,
 ४५
 कालगणना: "शिवेन सह नर्तनम्" से, १०१
 तीर्थयात्रा: के बारे में, ४९
 तिरुक्कुरल: शिक्षा पर, ८५. साधुओं पर, ८९
 दशांश देना: के बारे में, ७७
 सहिष्णुता: हिन्दूधर्म की, ९७
 परंपरा: का आदर, १०१
 सत्य: पर धर्मशास्त्र, ४
 सत्य एक है: मार्ग अनेक, ९७
 सत्यता: यम, १
 दो मार्ग: जीवन के, ८९
 समझ: और उत्तम प्रकृति, ६५
 अवकाश: तीर्थयात्रा का प्रयोजन नहीं, ४९
 वैकासी विशाखम्: का त्यौहार, ६१
 वैराग्य: का मार्ग, ८९
 वैष्णवमत: हिन्दू संप्रदाय, ९३
 वैष्णव: प्रभु में विश्वास, ९३. के धर्मग्रंथ, ९३
 वेद: में सामान्य हिन्दू विश्वास, ९३. प्रभु पर, ५६
 शाकाहार: यम, १
 शाकाहारी: हिन्दू क्यों हैं, १७
 विद्यारंभ: का संस्कार, ५३
 विनायक व्रतम्: का त्यौहार, ६१
 हिंसा: कब अनुमत है, १७
 विष्णु: भगवान् के रूप में, ९३, गुरु है, ११३
 अन्तर्दृष्टि: मंदिर बनाने की, २५
 विवाह: का संस्कार, ५३
 व्रत: नियम, ५
 धन: विद्या के रूप में, ८५
 दुष्ट कर्म: और ब्रह्मज्ञान, ०
 पत्नी: पति के प्रति भावना, ७१
 प्रज्ञा: और मुर्गे की पुकार, ६४. का मार्ग, २९
 वचन: से न सताना, १७
 संसार: द्वैत का स्थान, ६५. धर्म, ९६
 चिन्ता: स्वलोक में नहीं, ३२
 पूजा करना: नियम, ५. का मार्ग, २९
 गलत काम करना: और प्रायश्चित्त, ६९
 यज्ञ: संस्कारों के लिए, ५३

यमः के बारे में, १. और चर्यापाद, २९
योगः चर्वा और क्रियापाद के बाद, २९.पाद, २९
योगीः चित्र, २८
छोटेः बड़ों का सम्मान, ७२