ग्रन्थमाला ‘धार्मिक कृत्योंका
अध्यात्मशास्त्र’ : देवतापूजन – खण्ड ७

नमस्कारकी उचित पद्धतियां

भूमिका

ईश्वरके दर्शन करते समय अथवा ज्येष्ठ अथवा सम्माननीय व्यक्तिसे मिलनेपर हमारे हाथ अनायास ही जुड जाते हैं । ‘नमस्कार’ यह हिन्दुओंके मनपर अंकित एक सात्त्विक संस्कार है; समृद्ध हिन्दू संस्कृतिको संजोए रखनेवाला कृत्य । भक्तिभाव, प्रेम, आदर, लीनता जैसे दैवीगुणोंकी अभिव्यक्ति एवं ईश्वरीय शक्ति प्रदान करनेवाला एक सहज धार्मिक कृत्य अर्थात नमस्कार ।

नमस्कारसम्बन्धी अध्यात्मशास्त्रीय अज्ञान अथवा पश्चिमी संस्कृतिके बढते प्रभाव के कारण वर्तमानमें अनेक लोग हस्तान्दोलन (हैण्डशेक) करते हैं अथवा केवल औपचारिकतावश नमस्कार करते हैं । श्रद्धाका अधिष्ठान न होनेसे इस कृत्यसे सम्भाव्य लाभ अल्प होता है । प्रत्येक

धार्मिक कृत्य श्रद्धापूर्वक एवं अध्यात्मशास्त्रीय दृष्टिसे उचित होना आवश्यक है; तब ही कृत्यसे परिपूर्ण फल मिलता है । नमस्कारकी विविध पद्धतियोंको अध्यात्मशास्त्रकी दृष्टिसे उचित कैसे करना चाहिए, इस विवरणके साथ ही इस लघुग्रन्थमें सम्बन्धित अध्यात्मशास्त्र भी बताया है ।

अतः नमस्कारमें क्या नहीं करना चाहिए, इसका शास्त्रोक्त विवरण भी इस लघुग्रन्थमें प्रस्तुत है । किन व्यक्तियोंको नमस्कार नहीं करना चाहिए, इसपर भी मार्गदर्शन उपलब्ध है।

श्री गुरुचरणोंमें प्रार्थना है कि इस लघुग्रन्थमें दर्शाई गई नमस्कारकी पद्धतियोंको आत्मसात कर सभीको भावी पीढीपर उचित संस्कार अंकित करने की सुबुद्धि प्राप्त हो ।

–संकलनकर्ता

सरस्वतीदेवीके प्रति भाव वृद्धिंगत करने हेतु पढें
सनातनका लघुग्रन्थ **‘श्री सरस्वतीदेवी’**

अनुक्रमणिका

卐	**आध्यात्मिक परिभाषामें प्रस्तावना !**	९
卐	**भूमिका**	११
१.	'नमस्कार' शब्दकी व्युत्पत्ति एवं अर्थ	१३
२.	नमस्कारके लाभ	१३
३.	देवता, सन्तोंको नमस्कार करनेकी पद्धतियां	१५
४.	ज्येष्ठ एवं वयोवृद्धोंको नमस्कार करने सम्बन्धी कुछ कृत्य	४०
५.	पति-पत्नीद्वारा किए जानेवाले नमस्कार सम्बन्धी कुछ कृत्य	४२
६.	नमस्कारसम्बन्धी कुछ अन्य कृत्य	४८
७.	नमस्कारमें क्या करें और क्या न करें ?	५२
८.	किसे नमस्कार नहीं करना चाहिए ?	६१
९.	नमस्कार करनेवालेको वयोवृद्धोंद्वारा आशीर्वाद दिए जानेके कृत्य एवं उसका अध्यात्मशास्त्र	६६