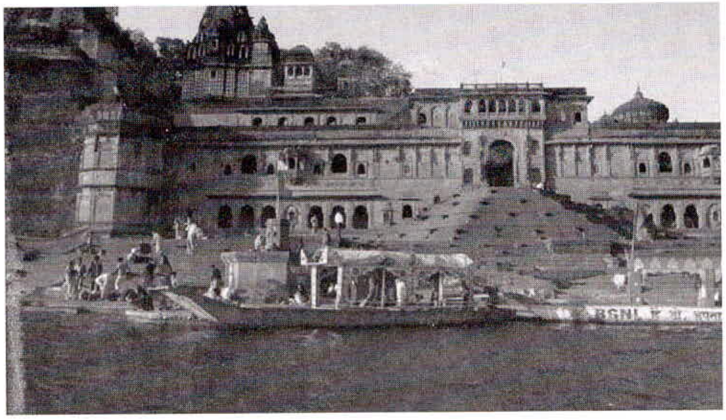
मॉ नर्मदा परिक्रमा : त्वदीय पाद पंकजम नमामिः देविनर्मदे

ओम प्रकाश खुराना
भोपाल (म.प्र.)

हमारे पुराणों में नर्मदा नदी का बड़ा महत्व है। नर्मदा कई युगों से अविरल बह रही है, जिसने मानव का सर्वोन्मुखी जीवन धन्य किया है। इसका पर्यटन अथवा परिक्रमा अपने आप में अभूतपूर्व है, क्योंकि इसके द्वारा धर्म, अर्थ, स्वास्थ्य ,अध्यात्म, धैर्य, जीवन विज्ञान, सिद्धी और दुख–सुख से मुक्ति पाने के अनमोल अनुभवों की खान सुलभ होती है। परिक्रमा वासियों में अनेक प्रकार के जिज्ञासु भी मिलते हैं, जिनका उद्देश्य (1) धार्मिक भावना, पुण्य प्राप्ति (2) मान्यता (मनौती) इच्छापूर्ति (3) औषधियों की खोज, अध्ययन (4) रत्नों की खोज अध्ययन (5) संस्कृति, खान, पान, वेश, भूषा आदि का ज्ञान प्राप्त करना (6) इतिहास (नर्मदा के किनारे के ऐतिहासिक स्थलों की खोज) अध्ययन (7) पुरातत्व (जीवाश्म आदि की) खोज, अध्ययन (8) नर्मदा के तट पर लोक संस्कृति–गायन, भजन, संगीत आदि अध्ययन (9) नर्मदा : पर्यावरण एवं पारिस्थितिक तंत्र का अध्ययन इत्यादि होता है।

तेरह सौ दस किलोमीटर की यह पूरी परिक्रमा लगभग एक वर्ष में पैदल अथवा वाहन द्वारा तीन से चार माह में पूर्ण की जा सकती है। यह समय सीमा इच्छा एवं संकल्प शक्ति तथा वाहन की गति पर निर्भर करती है। परिक्रमा करते हुए नदी हमारे दाहिने तरफ रहनी चाहिए। परम पवित्र नर्मदा मध्य प्रदेश के जिला अनूपपुर के पावन क्षेत्र अमरकंटक से निकलकर पश्चिम गुजरात राज्य के भरूच अथवा भडोच नगर के निकट खम्भात की खाड़ी में जाकर महासागर में विलीन हो जाती है।



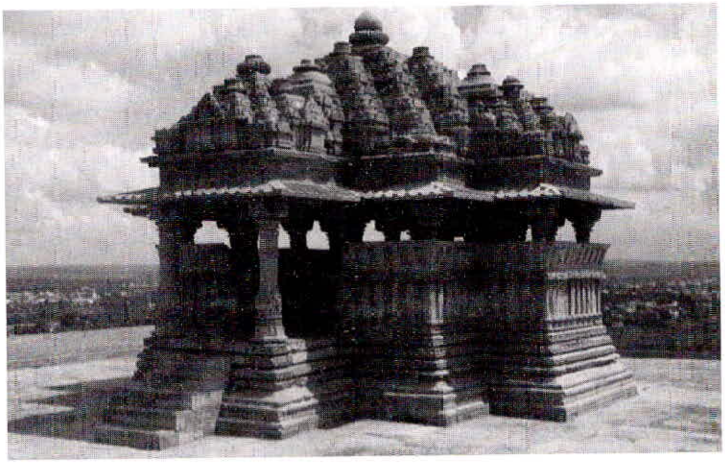
पूर्व से पश्चिम दिशा की ओर बहने वाली नर्मदा (उपनाम रेवा) भारत की मध्य रेखा है। शिवांगी अथवा शैलपुत्री नर्मदा को विश्व की प्राचीन नदियों में माना जाता है। दुर्गम पहाड़ों से झरनों की तरह लहराती बलखाती निर्जन जंगलों में स्वच्छन्द रमण करने वाली पवित्र नर्मदा जी के तट को हमारे सन्तों व ऋषियों ने तप साधना हेतु उत्तम माना है। नर्मदा के किनारों पर स्थित अनेक ऋषियों के तप स्थान इसका प्रमाण हैं। मस्त प्रवाह से बहते हुए 98,800 वर्ग किलो मीटर भूमि को अपने जल से तृप्त करने वाली ममतामयी नदी को ऋषि मुनियों ने "मां नर्मदा" कह कर श्रद्धासिक्त भी किया है। कर्मवीरों के बारे में बड़ी प्रसिद्ध कहावत है "अकेले चले थे घर से लोग मिलते चले गये और कारवां बनता गया"। इसी प्रकार ही अमरकंटक से इसका उद्गम बाणगंगा

की धारा समान है परन्तु जैसे–जैसे आगे बढ़ी तो राह में कपिलधारा, तुरर, सिवनी, चक्कर आदि छोटी–छोटी नदियां इसमें अपना विलय करती चलती हैं।

परिक्रमा मार्ग पर स्थित आश्रमों में कबीर चौतरा संत कबीर का ध्यान–साधना स्थल है। डिंडोरी में अनेक मंदिर व स्नान घाट हैं। आगे मंडला तक अनेक संत महात्माओं के तप स्थान हैं, जैसे रामनगर घाट है इससे छः कि.मी. आगे सीता रपटन वाल्मिकी आश्रम है जहां सीता जी रहीं थी। उससे चंद किलो मीटर आगे मधुपुरी में मार्कण्डेय जी का तप स्थान है। श्री मार्कडेय जी हनुमान जी की तरह अमर हैं। उन्होंने अनेक बार प्रलय को देखा है। आगे महाराजपुर में बंजर नदी संगम है तथा परलीपार मंडला नगर दिखाई देता है। तीन किलो मीटर चलने पर सहस्त्रधारा नामक तीर्थ है जहां नर्मदा जी अनेक धाराओं में बह रही हैं। जबालीपुरम से भेड़ाघाट आरंभ होता है। इस क्षेत्र में प्रकृति का अदभुत सौंदर्य देखने को मिलता है। नर्मदा संगमरमर के पहाड़ों के मध्य से गुजरते हुए धुआँधार प्रपात से बड़े वेग से उतरती है। ग्वारीघाट पर साधु संतों के मेले सांस्कृतिक पहचान कराते हैं। जबलपुर के आगे मरकटिया, विक्रमपुर, भैसाकुण्ड, घाटपिपरिया, होते हुए नर्मदा केरली व अंडिया पहुंचती है। मार्ग में सुख–चैन तथा शाकरीगंगा आ मिलती है। होशंगाबाद के सिठानी घाट तक आते–आते नर्मदा का पाट चौड़ा हो जाता है। यहां तक आते हुए शेर,शक्कर, दूधी बारूरेवा, देनवा, सुखतवा और तवा आदि नदियां भी पवित्र नर्मदा में मिल जाती हैं।

नर्मदा के अनन्य उपासक श्री दादा केशवानंद एवं चित्रकार श्री अमृत लाल वेगड ने मां नर्मदा की तीन बार पैदल चलकर प्रदक्षिणा संपन्न की है। उनका कहना है कि "लाखों लोग पैदल अथवा वाहनों से इसकी परिक्रमा कर चुके हैं। अध्यात्मिक सिद्ध विभूतियां आज भी इसके किनारों पर आश्रम बनाकर अपनी साधना में लीन हैं। इस पथ पर उन्हें अनेक अनुभूतियों व सांस्कृतिक रीति रिवाज़ों के दर्शन होते हैं"। नर्मदा पुरम से अगला पैदल पड़ाव धर्मकुंडी के निकट आँवली घाट है, जहां सांईखेड़ा वाले दादा जी की धूनी व विशाल धर्मशाला तथा नर्मदा जी का प्राचीन मंदिर भी है। यहां से भी परिक्रमा वासियों की टोलियाँ अक्सर चलती रहती हैं। म.प्र. शासन ने करोड़ों रू. की लागत से उड़ानसेतु बना दिया है, जिससे सीहोर तथा होशंगाबाद जिले परस्पर जुड गये हैं। अब भोपाल से सलकनपुर होते हुए नदी पारकर के सीधे हरदा पहुँच सकते हैं। यहां एक किलोमीटर लम्बा स्नानघाट व उद्यान भी विकसित किया गया है। खण्डवा घाट से प्रस्थान करते हुए हम कलेरा बस्ती में पहुंचते हैं। इसका प्राचीन नाम कुन्तीपुर है। ऐसी मान्यता है कि कभी पांच पांडवों ने यहां नगर का निर्माण किया था। भिलाडिया ग्राम का तटवर्ती क्षेत्र सुहावना है आगे गंगालनदी फिर अजनाल संगम है। बलकेश्वर में राजा बली की तपस्थली है। यहां से 45 किलोमीटर ममलेश्वर है।

ओंकारेश्वर नर्मदा तट पर बड़ा तीर्थ है। यहां ज्योतिर्लिंग के दर्शन भी होते हैं। दक्षिण तट पर मान्धाता क्षेत्र में मार्कण्डेय शिला है, उसके समीप ही स्वामी मायानंद जी सरस्वती का आश्रम है। स्वामी जी ने नर्मदा परिक्रमा करने वालों के लिए बड़े परिश्रम से "नर्मदा वच्चांग" नामक पुस्तक की रचना की थी। इसमें नर्मदा जी के उद्गम से सागर विलय तक पड़ने वाले दक्षिण तट एवं उत्तर तट के सभी आश्रमों, कस्बों, नगरों तीर्थो की संख्या दूरी तथा तीर्थों का महात्म बताया गया है। उन तीर्थो में ठहरने का महत्व, पौराणिक आधार पर कौन–कौन सी तिथियों में मेले लगते हैं, किस क्षेत्र में नदी का प्रवाह कितने मील है ? इस प्रकार की भरपूर जानकारी है। दक्षिणी तट पर ही नव निर्मित मार्कण्डेय सन्यास आश्रम है। इसी स्थान पर केरल से आये शंकर ने संस्कृत का अध्ययन किया तथा सृष्टि के कल्याण की दीक्षा ली थी। उन्हीं जगत गुरू आद्यशंकराचार्य की स्मृति में विशाल धर्मशाला बनी है। जहां यात्री आवश्यकतानुसार विश्राम भी कर सकते हैं। आदि शंकराचार्य जी द्वारा नर्मदा जी की महत्ता को संस्कृत श्लोक में कहा है जिसका भावार्थः– "लाखों नर–नारियों द्वारा पूजित, असंख्य पक्षियों द्वारा अपने मूल किनारों को संगीतमय बनाने वाली, वशिष्ट, पिप्लाद, कर्दम आदि अनेक महा ऋषियों से सम्मान पाने वाली देवी नर्मदा मैं तेरे चरणों में नमन करता हूँ"।



सिद्ध तीर्थ हंडिया, बरवाहा से नर्मदा जी निमाड क्षेत्र में प्रवेश करती हैं। यहां के निमाड़ी बोली में लोकगीत, कदली से बने विवाह के मंडप और दाल बाटी का खाना हम भूल नहीं सकते। बड़वानी, खरगोन तक आते–आते छोटी–छोटी नदियां जैसे अंबना, सुकना चन्द्रशेखर, कन्हार, मान, पुरी, हथनी आदि भी मां के आलिंगन में समा जाती हैं। कदमताल और मानसिक जाप करते हुए हम राखेर गांव पहुंचते हैं जहां सन् 1717 में बनी पेशवा बाजीराव की समाधि है। फिर मदीना है जो कभी मोरध्वज की राजधानी थी यहां के साधु सन्यासियों के हाथों में इकतारे पर उनकी सुरीली आवाज़ में तुकाराम, नामदेव, के अभंग गीत तथा प्रसिद्ध राजाओं के इतिहास सुने। आगे के मार्ग पर शूलपाणी झाड़ी है। रामकुण्ड और बुलबुल कुण्ड है। इस प्रकार कोटेश्वर और विम्लेश्वर होते हुए हम सागर तट पर पहुँचते हैं। जहां नर्मदाजी अपना सर्वस्व न्यौछावर करते हुए महासागर में मिल जाती हैं।

समुद्री तट पर पहुँचकर परिक्रमा यात्री नौका अथवा जलयान द्वारा नर्मदा जी का दक्षिणी तट छोड़कर उत्तरी किनारे पर पहुँचते हैं जहां से आगे की यात्रा प्रारंभ की जाती है। परिक्रमा मार्ग पर नदियों के परस्पर संगम के दृश्य भी आलौकिक दिखाई देते हैं। मार्ग में हरियाली से आच्छादित पेड़, पौधे, विटप, लताएं, फूल एवं फलदार वृक्ष आदि समस्त नैसर्गिक संपदा परमशक्ति अथवा निराकार ब्रह्म के दैवी गुणों की ही सीख देती है। पग–पग प्रदक्षिणा से चराचर जगत हमारे संपर्क में आता है। परम मनीषि गोविन्दाचार्य कहते हैं– जो मानव–जीव, जगत और जगदीश के स्वभाव को गहराई से जान लेता है, वह ही दार्शनिक अथवा ऋषि हो जाता है। हमें प्रत्येक पड़ाव किसी साधु अथवा महापुरूष का चमत्कारिक स्मरण कराता है । महान आत्माएं संसार में रहते हुए संसार के कार्य तो निष्ठापूर्वक करती ही हैं साथ ही उनके मन बुद्धि में प्रभु सिमरन गतिशील रहता है। सिद्ध पुरूष बताते हैं "हथ कार वल ते दिल यार वल "अर्थात हाथ से कर्म करो और दिल में परमात्मा के गुणों का ध्यान अथवा अपने गुरूमंत्र या मूलमंत्र का मानसिक जप निरंतर चलते रहना चाहिए। यह अभ्यास आपको बुराइयों से बचा लेता है। जब हम ईश्वरीय शक्ति से जुड़ जाते हैं तब सभी कार्य सहज लगते हैं फिर चाहे रेल टिकट की कतार अथवा किसी भी प्रकार का इन्तजार बोरडम नहीं करता, क्योंकि मानसिक जप स्वमेव ही महत्वपूर्ण है। पावन तीर्थो, देवस्थान, तथा तपस्थनों के प्रति दी गई हमारी श्रद्धाभक्ति लौटकर हमें ऊर्जा प्रदान करती है। परिक्रमा मार्ग कठिन, दुर्गम और रेतीला भी है किन्तु साधु संत और युवा गृहस्थ फिर भी अदम्य साहस और निर्भीकता के साथ यात्रा करते हैं। मार्ग पर अनेक धर्मशालाएं व भण्डारे हैं, जहां भोजन और विश्राम किया जा सकता है।

महासागर तट से अब हमें उद्गम स्थल की तरफ जाना है। उत्तरीतट पर बने देव स्थानों, संत महात्माओं के दर्शन करते हुए अमरकंटक पहुँचेंगे। इस मार्ग का पहला आश्रम मीठी तलाई है यहां श्रद्धापूर्वक आरती एवं दृढ़ संकल्प के साथ आगे की यात्रा आरंभ करते हैं। जमदग्निश्वर, लौहरिया के पश्चात दहेज ग्राम में दधिचि आश्रम के दर्शन होते हैं। आगे कलादरा, भारभूनेश्वर, पौड़ी होते हुए भड़ौच रेलवे स्टेशन है। तट पर भृगु ऋषि का तप स्थान है, शुक्राचार्य इन्हीं के सुपुत्र हैं। चार कि.मी. आगे झांडेश्वर, शुक्रतीर्थ, फिर धर्मशाला है। तदुपरांत झीनोर आश्रम है यह वैष्णव संप्रदाय का प्रसिद्ध तीर्थ है। कोरलघाट में नर्मदा गुप्तकाशी है। मांडवा में त्रिलोचन तीर्थ है। कुछ दूरी पर अनुसुईया आश्रम है। निकट ही एरंड नदी संगम का आलौकिक दृश्य है। बरकाल के घाट पर व्यास तीर्थ महत्वपूर्ण है। करमाली में सोमेश्वर गीता मंदिर दर्शनीय है। अपने पाठकों को बताना कर्तव्य समझ कर लिख रहे हैं कि उत्तरी तट पर भी असंख्य घाट व देव स्थल हैं अतः स्थानांभाव के कारण विस्तार न देकर संक्षिप्त रूप से प्रसिद्ध स्थलों की यात्रा कराते हुए अमरकंटक ले चलेंगे जहां से हमने परिक्रमा यात्रा आरंभ की थी।

नदी बहाव के विपरीत दिशा में चलते हुए भी यात्री ऊर्जा एवं प्रफुल्लता का अनुभव पाते हैं। चूणेश्वर, गौतमेश्वर, गरूणेश्वर दर्शन के पश्चात भीमकुल्या से उत्तर तंट की शूल पाणी झाड़ी आरंभ होकर दस कि.मी. समाप्ति पर स्थित आश्रम में कपिलेश्वर जी का तप स्थान, हमें ऊर्जा देता है गुजरात की प्यारी वेशभूषा और माँ के गरभे गाते मस्ती में, झूमते, डांडिया नृत्य के वह दृश्य अमिट यादों में जमा हो गये हैं। देवली, सरदारसरोवर बांध देखने लायक हैं। हापेश्वर के आगे हस्तीनदी संगम में स्नान, आपकी थकान भुला देता है। वातावरण में महकती सुगंध सुखद लगती है। अगला पड़ाव मेघनाथ तीर्थ है जहां रावण पुत्र ने आत्मबल तथा संकल्प शक्ति बढ़ाने के लिए तपस्या कर सिद्धि पाई। कोटेश्वर से महेश्वर जाते हुए चिखलदा, पंचकुण्ड, देवमय तीर्थ, देवपथलिंग तीर्थ के बाद बगाड़ नदी संगम है। अनेक सिद्धाश्रमों को लांघते हुए माँ के दीवाने खलघाट से महेश्वर पहुँचते हैं। नगर में साड़ी बुनाई के हाथकरघे हैं। नर्मदा के तट पर हैययी कलचुरी समाज के आराध्य भगवान सहस्त्रबाहु जी का हजार वर्ष प्राचीन मंदिर है। जिसमें शुद्ध घी की अखण्ड ज्योति जल रही है। श्रद्धालुओं की मनोकामना पूर्ण होती है। यह क्षेत्र मीरा भक्ति समान रानी अहिल्या बाई के शिवभक्त होने की अनुभूति देता है। यहीं अहिल्या बाई का किला एवं समाधि भी है। यहां से मंडलेश्वर होते हुए नान नदी संगम का दर्शन करते हैं जहां से इन्दौर महानगर को जल की आपूर्ति की जाती है। नान के छः कि.मी. आगे मालन संगम, फिर पिप्लेश्वर तीर्थ सुखदायक है। दारूकेश्वर, विमलेश्वर होते हुए ग्राम बड़वाह पहुँचने पर नागेश्वर तीर्थ के दर्शन, कुछ दूरी पर चोरल नदी का नर्मदा जी में विलय होता है। इस स्थान को चारूसंगमेश्वर भी कहते हैं। पूर्णमासी, सोमावती अमावस, ऋषि पंचमी आदि पर्वो के दिन नर्मदा नदी स्नान हेतु उमड़ती भीड़ देखकर आश्चर्य चकित रह जाता हूँ कि इन ग्रामवासियों को नदी स्नान के लिये कौन कहता है, कि हजारों और लाखों श्रद्वालु नर्मदा, गंगा, जमुना, कृष्णा, कावेरी आदि नदियों में स्नान हेतु पहुंच जाते हैं। परिक्रमा मार्ग का प्रत्येक पड़ाव यात्रियों के अनुभवों द्वारा अनेक रहस्यों को उजागर करता है। हर एक घाट चमत्कार, रिद्धी–सिद्धि अथवा फलदायक कथा बताने में सक्षम है।

कोटेश्वर से हम चौबीस अवतार याने उत्तरी ओमकारेश्वर पहुंचते हैं। नर्मदा जी का यह स्थान युगों से प्रसिद्ध रहा है। यहां कालेपत्थर से निर्मित 24 अवतारों की प्रतिमाएं तथा उनके मन भावन मंदिर हैं। ओमकारेश्वर में नदी पर सेतु भी बना है यहां से इन्दौर तथा खण्डवा नगर के लिये बसमार्ग भी है। तीर्थ यात्रियों की सुविधा हेतु अनेक धर्मस्थान, धर्मशालाएं तथा होटल भी हैं। यात्रा पर अग्रसर यात्री आगे धावड़ीकुण्ड, पामाखेडा, नर्मदासागर बांध होकर नेमावर पहुँचते हैं। यहां कलाश्रेष्ठ प्राचीन मंदिर है। सड़क मार्ग नसरूल्लागंज तथा सलकनपुर देवी मंदिर से भी दस किलोमीटर दूरी पर रेहटी क्षेत्र में "रेऊ गांव" भी नया तीर्थ मध्य प्रदेश पाटीदार समाज ने विकसित किया है। यहां प्रतिवर्ष नर्मदा जयन्ती पर सप्त दिवसीय नर्मदापुराण प्रवचन होते हैं। 2013 में मां नर्मदा परिक्रमा महत्व पर एक स्मारिका दैनिक अमृत दर्शन भोपाल द्वारा प्रकाशित की गई थी। आगे बढ़ते हुए हम छीपानेर, जोशीपुर, मांगरोल, सीलकंठ नीलकंठ पहुँचते हैं। बावरिया में बोरास व

टिमरनी नदी संगम है। परिक्रमा यात्रा में सामान हल्का एवं कम मात्रा में पिट्ठूबैग में ही सुविधा जनक रहता है। पैरों में स्पोर्ट्स शू आरामदायक रहते हैं। हम गुल्जारी घाटी होते हुए बांद्राबान पहुँचते हैं। बरमान, सहस्त्रधारा, भेड़ाघाट, तिलवाराघाट की देवधमाई करते हुए मंडला के लोक नृत्यों का आनंद लेते हैं। इस प्रकार सामूहिक भोजन और भजन करते हुए हम, माई की बगिया अमरकंटक पहुँचते हैं। यह स्थान हिमालय जैसा पावन और प्रदूषण रहित है। जप–तप एवं अनुष्ठान–साधकों के लिए सर्वोत्तम स्थान है। यहां औषधियुक्त जड़ी–बूटियों का अनन्य भण्डार है। वैद्यराज वनस्पतियों द्वारा स्वास्थ्य वर्धन हेतु अनुपम रसायन तैयार करते हैं। हजारों वर्ष पूर्व भी भारतीय पर्यटक नर्मदा की प्रदक्षिणा करते थे तथा वर्तमान में भी हजारों की संख्या में परिक्रमा संपन्न होती है। **वयं त्वदीय पाद पंकजम् नमामि देवि नर्मदे।**

देश के सबसे बड़े भू–भाग में बोली जाने वाली हिन्दी ही राष्ट्रभाषा की अधिकारिणी है।

सुभाषचन्द्र बोस