नमस्ते और नमस्कार

भाव तथा अर्थ

- हम भारतीय लोग एक दूसरे से मिलने पर 'नमस्ते' या 'नमस्कार' शब्द द्वारा अभिवादन करते हैं। इन दोनों शब्दों के मूल में संस्कृत का अव्यय शब्द 'नमः' है।
- संस्कृत में प्रणाम या आदर के लिए 'नमः' शब्द प्रयुक्त होता है, जैसे- "ॐ गणेशाय नमः" (भगवान गणेश को नमन या प्रणाम!)। अंग्रेज़ी भाषा में 'नमः' के समान अर्थ वाला कोई शब्द नहीं है; समीप के शब्द हैं- bowing, obeisance, adoration, reverential salutation.
- विनम्रता, आदर और प्रेम दर्शाने के साथ-साथ इस अभिवादन के पीछे एक अत्यन्त सुन्दर आध्यात्मिक भाव रहता है। प्रत्येक मनुष्य में 'देवत्त्व' या 'परमात्म-तत्त्व' का एक अंश विद्यमान होता है। जब हम किसी व्यक्ति से मिलते हैं तो उसके इसी परमात्मा तत्त्व को नमन करते हैं, उसीको प्रणाम करते हैं और उसके समक्ष ही झुकते हैं। नमस्ते और नमः जैसे शब्दों का प्रयोग हमारे वेदों, पुराणों और अन्य शास्त्रों में ईश्वर, देवी-देवताओं, गुरु और माता-पिता की वंदना या स्तुति के लिए व्यापक रूप से किया गया है।
- आपस में अलग होते समय भी फिर से 'नमस्ते' या 'नमस्कार' शब्द द्वारा अभिवादन किया जाता है।
- **अब हम अभिवादन के इन दो शब्दों के अर्थ पर विचार करते हैं –**

  नमस्ते = नमः + ते (सत्व विसर्ग सन्धि)

  अर्थात - "तुमको /आपको नमन" (obeisance for/to you)

  नोट-१: अंग्रेजी की तरह संस्कृत में भी 'तुम' और 'आप' के लिए अलग शब्द नहीं हैं।

  नोट-२: 'नमः' शब्द के योग में "चतुर्थी विभक्ति" या "सम्प्रदान कारक" प्रयुक्त होता है, जिसका भाव 'को' या 'के लिए' होता है।

  नमस्कार = नमः + कार (सत्व विसर्ग सन्धि)

  अर्थात - "नमन" (act of obeisance)

  यहाँ नमन या प्रणाम किस को किया जा रहा है? यह उस परमात्मा को किया जा रहा है, जो अभिवादन करने वालों को आपस में जोड़ता है।
- 'नमस्ते' और 'नमस्कार' के अर्थ एक से होते हुए भी चलन और व्यवहार के दृष्टिकोण से 'नमस्कार' को 'नमस्ते' से अधिक औपचारिक (formal) माना जाता है, और आध्यात्मिक दृष्टिकोण से 'नमस्ते' की अपेक्षा 'नमस्कार' को अधिक सात्त्विक कहा जा सकता है।

भाव-मुद्रा

- नमस्ते या नमस्कार शब्द के उच्चारण के साथ हाथ जोड़कर अभिवादन की हमारी शानदार परम्परा है। विनम्रता, प्रेम व आदर प्रदर्शित करने वाली यह भाव-मुद्रा अभिवादन में प्राण डाल देती है।

- नमस्ते या नमस्कार की भाव-मुद्रा कैसी होनी चाहिए?
  1. अपने दोनों हाथों की हथेलियों को आपस में जोड़ें,
  2. हथेलियों को थोड़ा आपस में दबाएं,
  3. हथेलियों को छाती के सामने इस प्रकार लाएं कि अंगूठे छाती को ठीक से स्पर्श करें,
  4. उँगलियों को ठोड़ी की ओर रखें,
  5. कमर से थोड़ा आगे झुकें, और
  6. गर्दन थोड़ी आगे झुकाएं।
- कभी-कभी ऐसी परिस्थिति होती है कि अत्यधिक भावुक हो जाने के कारण मुख से शब्द नहीं निकलता, अथवा वातावरण इतना गंभीर या दुःखमय होता है कि शब्दों का उच्चारण अवांछित लगता है। तब केवल इस भाव-मुद्रा द्वारा ही **मूक अभिवादन** किया जाता है।

वेदों और शास्त्रों में 'नमः'

- नमः या नमस् पर आधारित विभिन्न शब्दों का प्रयोग हमारे वेदों, पुराणों और अन्य शास्त्रों में ईश्वर, देवी-देवताओं, गुरु और माता-पिता की वंदना या स्तुति के लिए व्यापक रूप से किया गया है।
- **कुछ उदाहरण व्याख्या सहित नीचे दिए जा रहे है। कृपया ध्यान दें कि नमः के साथ सदा चतुर्थी विभक्ति का योग होता है।**
  - ॐ गणेशाय नमः (गणेश की चतुर्थी विभक्ति, एक वचन)
  - ॐ गणपतये नमः (गणपति की चतुर्थी विभक्ति, एक वचन)
  - ॐ हनुमते नमः (हनुमत् की चतुर्थी विभक्ति, एक वचन)
  - ॐ विष्णवे नमः (विष्णु की चतुर्थी विभक्ति, एक वचन)
  - ॐ दुर्गायै नमः (दुर्गा की चतुर्थी विभक्ति, एक वचन)
  - ॐ सरस्वत्यै नमः (सरस्वती की चतुर्थी विभक्ति, एक वचन)
  - ॐ नमो नारायणाय (नमः + नारायणाय; नारायण की चतुर्थी विभक्ति, एक वचन)
  - ॐ नमो भगवते वासुदेवाय (भगवत् और वासुदेव की चतुर्थी विभक्ति, एक वचन)
  - या देवी सर्वभूतेषु शक्ति-रूपेण संस्थिता। नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः॥
    (नमस्तस्यै = नमः + तस्यै = उसको नमन; तस्यै = तद् (वह) स्त्रीलिंग की चतुर्थी विभक्ति)
  - सर्वमङ्गलमाङ्गल्ये शिवे सर्वार्थसाधिके। शरण्ये त्र्यम्बके गौरि नारायणि नमोऽस्तु ते॥
    (नमोऽस्तु ते = नमः + अस्तु + ते = आपको है नमन; ते = युष्मद् (आप) की चतुर्थी विभक्ति)
  - सरस्वति नमस्तुभ्यं वरदे काममरूपिणि। विद्यारम्भं करिष्यामि सिद्धिर्भवतु मे सदा॥
    (नमस्तुभ्यं = नमः + तुभ्यं = आपको नमन; तुभ्यं = युष्मद् (आप) की चतुर्थी विभक्ति)

- गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णुः गुरुर्देवो महेश्वरः। गुरुरेव परम्ब्रह्म तस्मै श्रीगुरवे नमः॥
  (… उस श्रीगुरु को नमन; तद् (वह) पुल्लिंग की और गुरु की चतुर्थी विभक्ति)
- मातृपितृचरणकमलेभ्यो नमः (माता-पिता के चरण-कमलों को/में नमन)
  (चरणकमलेभ्यः = चरणकमल की चतुर्थी विभक्ति, बहु वचन)