ॐ श्री गंगाईनाथाय नमः

स्पिरिचुअल साइंस

Spiritual Science

अध्यात्म विज्ञान सत्संग केन्द्र, जोधपुर द्वारा प्रकाशित

वर्षः 13 अंकः 153 हिन्दी-अंग्रेजी मासिक ई-पत्रिका फरवरी 2021

क्या एक निर्जीव चित्र सजीव पर प्रभाव डाल सकता है ?

प्रत्यक्ष को प्रमाण क्या ?

सद्गुरुदेव सियाग की दिव्य वाणी में संजीवनी मंत्र सुनकर इनके चित्र पर ध्यान करके देखें। (अपने घर बैठे ही)

मंत्र दीक्षा के लिये डायल करें - 07533006009

गुरुदेव के अमृत वचन

www.the-comforter.org

मैं तो इस शरीर रूपी सुंदर ग्रंथ को पढ़ाने निकला हूँ।

और जब तक ये ग्रंथ (मनुष्य शरीर) रहेगा,

मेरा मिशन चलता रहेगा।

–समर्थ सद्गुरुदेव श्री रामलाल जी सियाग

ॐ श्री गंगाईनाथाय नमः

स्पिरिचुअल साइंस

Spiritual Science

अध्यात्म विज्ञान सत्संग केन्द्र, जोधपुर द्वारा प्रकाशित

गुरुदेव श्री रामलाल जी सियाग

बाबा श्री गंगाईनाथ जी योगी (ब्रह्मलीन)

वर्ष: 13 अंक: 153 हिन्दी-अंग्रेजी मासिक ई-पत्रिका फरवरी 2021

❖
संस्थापक एवं संरक्षक:
पूज्य सद्गुरुदेव
श्री रामलाल जी सियाग

❖
सम्पादक:
रामूराम चौधरी

कार्यालय:
स्पिरिचुअल साइंस पत्रिका

अध्यात्म विज्ञान सत्संग केन्द्र
पो. बॉक्स नं. - 41,
होटल लेरिया के पास,
चौपासनी, जोधपुर (राज.) भारत

+91 291 2753699
+91 9784742595
E-mail:
spiritualscienceavsk@gmail.com

Head Office
Spiritual Science Magazine:
Adhyatma Vigyan Satsang Kendra
Post Box No. - 41
Near Hotel Lariya, Chopasani,
Jodhpur (Raj.) India - 342001

+91 291 2753699
+91 9784742595
E-mail:
spiritualscienceavsk@gmail.com
Website:
www.the-comforter.org

अनुक्रम

सम्पादकीय: 'अन्दर वाले से मित्रता' 4
''मैं सचमुच गुरु का पुत्र हूँ'' 7
कहानी- वैद्य और सेठ 8
साधना विषयक बातें 11
मानस की नीरवता 14
सिद्ध-योगियों की महिमा 17
गुरुदेव द्वारा शंका समाधान 20
रूपान्तरण (Transformation) 24
What is salvation? Why is it necessary to attain it? 27
सद्गुरुदेव की दिव्य लेखनी से... 29
योग के आधार....32
यादों के पल 34
सिद्धयोग :- शक्तिपात दीक्षा द्वारा कुण्डलिनी जागरण 36
ध्यान की विधि 37

अन्दर वाले से मित्रता...

समर्थ सद्गुरुदेव श्री रामलाल जी सियाग के शब्दों में, ''जो ब्रह्माण्ड में है, वही पिण्ड में है, जो पिण्ड में है, वही ब्रह्माण्ड में है। बाहर कुछ है ही नहीं। जो कुछ है अपने अन्दर है।'' यह बहुत ही महत्वपूर्ण बात है जिस पर गौर करना चाहिए। जब सब कुछ हमारे भीतर ही है तो फिर हम अपने आप को अक्सर इतना कमजोर क्यों महसूस करते हैं? क्या कारण है कि हमारा मन प्रफुल्लित नहीं रहता? क्या कारण है कि जीवन की जंग में अपने को हारा हुआ समझ लेते हैं?

हम देखते हैं कि प्रत्येक मनुष्य जब बालक होता है तो निर्द्वंद्व होता है, चेहरे पर खिलखिलाहट होती है, निडर होता है पर जैसे-जैसे वो समाज में अपने कदम बढ़ाता जाता है, वो निर्द्वन्दता, खिलखिलाहाट और बांकपन लुप्त होता जाता है।

ये हमारे भीतर के अनेक प्रकार के डर ही हैं जो हमारी खिलखिलाहट छीन लेते हैं, हमें हर पल असुरक्षित सा महसूस करवाते हैं।

हारने का डर, कुछ खो जाने का डर, पीछे रह जाने का डर, अकेले पड़ जाने का डर, दुर्घटना घट जाने का डर, अपनों को खो देने का डर, कष्ट होने का डर, सुख के चले जाने का डर, और ना जाने कितने अन्य रूपों में ये डर हमारे अन्दर

www.the-comforter.org

अपना साम्राज्य फैला कर बैठा हुआ है और हम यह जान भी नहीं पाते हैं। ये हम पर अपनी हुकूमत चलाता है और हमें पता भी नहीं चलता। ये डर हमारे बहुत से क्रिया कलापों को जाने अनजाने में नियंत्रित करता है। डर से प्रभावित होकर किए हुए कार्यों और फैसलों से वो सुकून नहीं मिलता जो अन्तर्आत्मा की आवाज सुनकर किए हुए निर्णय लेने पर मिलता है।

गुरुदेव कहते हैं कि देवता और दानव दोनों हमारे अन्दर ही हैं। हमारे अन्दर की जो भी ऐसी शक्तियाँ हैं जो हम पर हावी हो कर हमें मानसिक रूप से कमजोर करती हैं जैसे अनेकों प्रकार के डर, असुरक्षा की भावना, आत्मविश्वास का ना होना, घबराहट, आदि ये सब दानव शक्तियाँ ही हैं, जो हमारे मन-मस्तिष्क पर इतना प्रभावी हो जाती हैं कि हमें जीवन में कई बार निराशा, हार और थकान के सिवा कुछ और दिखाई ही नहीं देता।

गुरुदेव ने इनसे मुक्त होने का बहुत ही आसान सा उपाय बताया है। वह कहते हैं कि अपने अन्दर वाले देवता को जगा लो, उससे दोस्ती कर लो तो दानव अपने आप ही भाग जाएंगे और आपके सारे काम अपने आप बन जाएंगे। जीवन को उत्कृष्ट बनाने के लिए अपने अन्दर के ईश्वर से दोस्ती करना ही एकमात्र उत्तम उपाय है।

www.the-comforter.org

यह एक सरल और सहज तरीका भी है। जो ईश्वर सारे ब्रह्माण्ड का रचयिता है, जिनके पलक झपकने मात्र से अनेकों ब्रह्माण्ड बनते और नष्ट हो जाते हैं, ग्रह नक्षत्र अपनी गति पाते हैं, उस परम सत्ता से हमारी दोस्ती हो जाए, जान पहचान हो जाए, तो फिर जीवन में क्या मुश्किल रह जाएगा?

उस परम दयालु ईश्वर से घनिष्ठ मित्रता होते ही, वह हमारे अन्दर के इन

दानव रूपी कमजोर भावों और विचारों को जड़ सहित उखाड़ फेकते हैं और उसकी जगह जीवन में उत्तम विचार, उत्तम आदर्श और उत्कृष्ट कार्यशैली को जन्म देते हैं। जीवन से भय, चिंता, फिकर, घबराहट गायब ही हो जाती हैं। जीवन पावन और निर्मल हो जाता है।

इस परमसत्ता से मित्रता करने का सबसे सरल उपाय है गुरुदेव सियाग सिद्धयोग साधना। गुरुदेव द्वारा दी गई शक्तिपात दीक्षा से साधक की कुण्डलिनी जाग्रत हो जाती है और वो जाग्रत कुण्डलिनी ध्यान के दौरान साधक का शरीर, प्राण, मन और बुद्धि अपने अधीन करके, सारी यौगिक क्रियाएँ स्वयं करवाती है। इन यौगिक क्रियाओं से धीरे-धीरे साधक के सारे शारीरिक और मानसिक कष्ट समाप्त हो जाते हैं। साथ ही वृत्तियों में बदलाव के कारण साधक पहले से कहीं अधिक शांति, निश्चिन्तता आत्मविश्वास और सहज महसूस करता है। जैसे-जैसे साधना आगे बढ़ती है, गुरु में समर्पण होता है, अन्दर का डर समाप्त होता जाता है और उसकी जगह ले लेता है एक प्रखर विश्वास कि गुरुदेव की कृपा से जो होगा वो अपने लिए हितकर ही होगा। इस विश्वास के अन्दर प्रबल हो जाने पर हमारे मन को कमजोर करने वाली शक्तियाँ हमारे आस-पास फटक भी नहीं पातीं हैं और डर का साम्राज्य सदा के लिए समाप्त हो जाता है। जीवन अनन्दमय होकर प्रखर हो जाता है।

देखा, कितना सरल है अपने अन्दर के दानवों से जीतना, अपने अन्दर के डर को जीतना। केवल अन्दर वाले देवता से दोस्ती ही तो करनी है, दोस्ती होते ही ये दानव खुद ही भाग जाते हैं। और हमारे अन्दर रह जाता है केवल शांति और आनन्द का साम्राज्य। ◆◆◆

www.the-comforter.org

''मैं सचमुच गुरु का पुत्र हूँ''

गुरु कोई ऐसा व्यक्ति नहीं, जो बस कहीं से आकर मुझे शिक्षा दे देता है और उसके बदले में, मैं उसे कुछ दान देता हूँ और बात समाप्त हो जाती है। भारत में यह गुरु-शिष्य सम्बन्ध वैसी ही प्रथा है, जैसे पुत्र को गोद लेना। यह भारत की अपनी निजी विशेषता है।

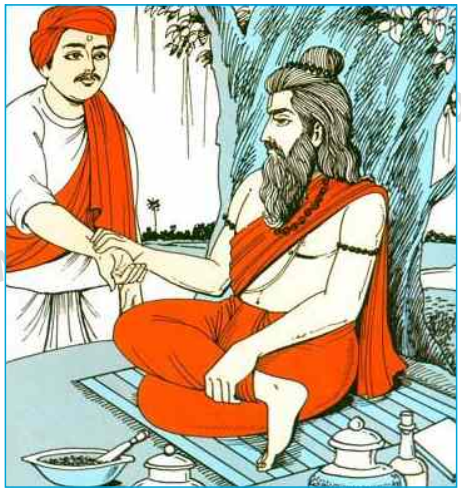
गुरु, पिता से भी बढ़कर है और मैं सचमुच गुरु का पुत्र हूँ। हर तरह से उनका पुत्र। पिता से भी बढ़कर मैं उनकी आज्ञा का अनुचर हूँ। उनसे बढ़कर वे (गुरु) मेरे सम्मान्य हैं- और वह इसलिए कि जहाँ मेरे पिता ने मुझे केवल यह शरीर दिया, मेरे 'गुरु' ने मुझे मेरी मुक्ति का मार्ग प्रशस्त किया और इसलिए वे पिता से बढ़कर हैं। मेरा अपने गुरु के प्रति यह सम्मान जीवन व्यापी होता है। मेरा प्रेम-चिरंजीवी होता है।''

-स्वामी विवेकानन्द

कहानी

वैद्य और सेठ

गंगानगर में एक बड़े प्रसिद्ध वैद्य रहते थे। उनका नाम पंडित त्रिगुणा था। दूर-दूर से लोग उनसे इलाज कराने के लिए आते थे। वैद्य जी के साथ उनका एक मनोज नाम का शिष्य भी था जो उनके इस काम में उनकी मदद करता था। वैद्य जी के नुस्खे बड़े ही सीधे और सरल होते थे जो कि अगर कोई उनके बताए अनुसार पूरी निष्ठा से करता तो उसकी तकलीफ तुरन्त दूर हो जाती थी। त्रिगुणा जी स्वभाव से सरल और संतुष्ट व्यक्ति थे। वे मरीजों से इलाज के पैसे भी नहीं मांगते थे। अपनी श्रद्धा से जो जितना पैसा दे देता, वह उसी में संतुष्ट हो जाते थे।



एक बार शहर के एक नामी सेठ उनके पास आए। नाम था सेठ पूरनमल। उन्होंने बहुत जगह अपना इलाज करवाया था। पर कोई लाभ नहीं हुआ इसलिए वैद्यजी का नाम सुनकर वह उनके पास आए।

सेठ जी को वैद्य का दवाखाना देखकर आश्चर्य हुआ कि ये कैसे इतने नामी वैद्य हैं जिनका दवाखाना भी इतना साधारण और सामान्य सा है और इलाज के पैसे भी नहीं लेते हैं। इस कारण उसे वैद्यजी की काबिलियत पर पूरा विश्वास नहीं हो रहा था। ये सोचते हुए वो वैद्यजी के आने का इंतजार करने लगा। असल में वैद्यजी ने अपने घर के बाहर के कमरे को ही अपने दवाखाने में बदल दिया था। इतने में वैद्यजी बाहर आए और बड़े ही आराम से सेठ की तकलीफ को सुनने के बाद बोले कि चिंता की बात नहीं है। सुबह और शाम खाली पेट, एक बड़ा कटोरा पानी उबाल कर उस पानी की भाप को मुँह से अन्दर लेना है। वो बोले एक संकरे मुँह का बर्तन लेना जिसके मुँह पर एक नली लगा देना और उसमें उबलता पानी डाल कर फिर उस नली से निकलने वाली भाप को अपने मुँह के जरिए 10 मिनट अन्दर जाने देना। ऐसा 3 हफ्ते करने पर आपकी समस्या ठीक हो जाएगी।

पूरनमल, वैद्यजी को नमस्कार करके बाहर निकला और अपने घर की ओर चल पड़ा। घर पहुँचकर उसकी पत्नी ने पूछा कि वैद्यजी ने क्या इलाज बताया और क्या करना होगा। सेठ ने सारी बात बता दी। अगले तीन दिन तक सेठ ने भाप ली पर चौथे दिन पति-पत्नी ने आपस में इस विषय पर चर्चा की। पूरनमल बोला कि भाप भी तो पानी ही है तो अगर पानी, भाप के रूप में ही अन्दर ले जाना है, तो क्यों ना पूरा कटोरा भर पानी ही पी लिया

www.the-comforter.org

जाए क्योंकि भाप से तो बहुत ही कम पानी अन्दर जा पाता होगा। पत्नी को भी ये बात सही लगी। बोली हाँ, इससे भाप लेने में जो समय नष्ट होता है वो भी बच जाएगा। ये सोच कर दोनों ने निर्णय लिया कि अब से वो भाप की जगह पानी पी लिया करेगा। ऐसा करके सेठ महाशय 3 हफ्ते बाद वैद्यजी के पास पहुँचे और बड़े गुस्से से बोले कि आप का इतना नाम सुन कर मैं आपके पास आया और आपने जो इलाज बताया वो 3 हफ्ते पूरा करके आया हूँ पर बिलकुल भी आराम नहीं मिला है। वैद्यजी ने सेठ से कहा कि उसकी बारी आने पर वो उनसे बात करेंगे, तब तक वो अराम से बैठें। सेठ की गुस्से से भरी बातें सुनकर भी वैद्य के चेहरे की मुस्कान पर फर्क नहीं पड़ा। वह शांत और धैर्य के साथ सेठ से पहले आए हुए मरीजों को देखते रहे।

पूरनमल बैठ गया और वहाँ आए हुए मरीजों को भी यही बात कहनी शुरू कर दी कि वैद्यजी के इलाज में दम नहीं है, बिलकुल असर नहीं करता। तब वहाँ बैठा एक व्यक्ति बोला कि वैद्यजी ने आप को क्या करने को बोला था। उसके बताने पर उस व्यक्ति ने पूछा कि फिर आपने वही किया जो वैद्यजी ने कहा था। सेठ जी बोले- जी ! बिलकुल वही किया पर फायदा नहीं हुआ। व्यक्ति के दुबारा पूछने पर कि क्या उसने सुबह और रात सोने से पहले बिलकुल वैसे ही भाप ली जैसा वैद्यजी ने बताया था ? तब सेठ बोला कि देखो भाप, पानी का ही रूप है, इसलिए मैंने सोचा कि मुँह से भाप लेने पर ज्यादा पानी अन्दर नहीं जा पाता और समय भी अधिक लगता है, इसलिए मैंने सुबह और शाम खाली पेट पानी ही पी लिया। तब वो व्यक्ति जोर से हँस पड़ा।

सेठ को गुस्सा आ गया और बोले इसमें हँसने की क्या बात है ? वो व्यक्ति बोला आप को भाप और पानी एक ही चीज लगती है ? सेठ बोला वो तो है ही एक ही चीज। दोनो पानी ही है। तब तक वहाँ वैद्यजी का शिष्य मनोज भी आ चुका था और उनकी बातें सुन रहा था। मनोज कहने लगा कि ये सही है कि भाप भी पानी ही है पर दोनों के स्वभाव और प्रकृति अलग होने से उनके गुण बिलकुल अलग है। वो बोला कि वैद्यजी को प्रत्येक वस्तु के गुण-दोष पता हैं। उन्हें इस विद्या का सम्पूर्ण ज्ञान है इसलिए समझदारी इसी में है कि बिना अपनी बुद्धि लगाए उनके कहे अनुसार काम किया जाए। सेठजी को अपनी भूल का एहसास हुआ। और वैद्यजी से क्षमा मांगते हुए, उनके कहे अनुसार करने का वादा करके चले गए।

तीन हफ्ते बाद वो वापस आए और बहुत ही श्रद्धा के साथ वैद्यजी के पाँव छूकर बोले कि मुझे क्षमा करें, मैंने आपको गलत समझा। आपका दिया हुआ नुस्खा बहुत साधारण लगता था पर इसको ठीक आपके बताए अनुसार करने पर मैं बिलकुल ठीक हो गया।

वैद्यजी ने मुस्कराकर कहा, ''हर बात में अपनी बुद्धि लगाने और अपने अहम की तुष्टी करने से

www.the-comforter.org

बहुधा हमें जीवन में सही फल नहीं मिलता है।''सेठ को अब अपनी भूल समझ आ चुकी थी।

इसी प्रकार हमारे गुरुदेव की बताई हुई साधना भी बहुत ही सरल है। जरूरत सिर्फ इस बात की है कि हम इसमें अपनी मोटी बुद्धि नहीं लगाएँ। जैसे गुरुदेव ने बताया है, बिलकुल उसके अनुसार ही साधना करें तो फल अवश्य मिलेगा। किन्तु अगर सेठ पूरनमल की तरह अपनी बुद्धि लगा ली और संजीवनी मंत्र के साथ किसी भी प्रकार की छेड़-छाड़ की अथवा गुरुदेव के इस मंत्र के साथ और मंत्र जपने लगे या मन्दिरों में जाकर मन्नत मांगने लगे या मंत्र को मानसिक रूप से नहीं जपा या भोपों के चक्कर लगाते रहे और उनके दिए ताबीज और डोरे पहनते रहे तो फायदा नहीं होगा।

सीधी सी आराधना है, कृपया उसे बिलकुल वैसे ही करें जैसे गुरुदेव ने बताया है।

गुरुदेव की आवाज में संजीवनी मंत्र सुनना ही शक्तिपात दीक्षा है। यह मंत्र संस्था की वेबसाइट **www.the-comforter.org** और संस्था के यूट्यूब चैनल **Gurudev Siyag's Siddha Yoga - GSSY** पर उपलब्ध है।

मंत्र सुनने के बाद आपको सिर्फ दो काम करने हैं -

1) प्रतिदिन खाली पेट, सुबह और शाम 15 मिनट का ध्यान करना है।

2) संजीवनी मंत्र का मानसिक जाप बिना होठ और जीभ हिलाए दैनिक कार्य करते हुए -जैसे नहाते, खाना खाते, ड्राइव करते, उठते-बैठते, चलते-फिरते आदि।

ध्यान की विधिः-

1. आरामदायक स्थिति में बैठकर थोड़ी देर के लिए गुरुदेव के चित्र को एकाग्रता से देखें।

2. फिर आँखें बंद करके समर्थ सद्गुरुदेव श्री रामलाल जी सियाग के चित्र को अपने आज्ञाचक्र पर (जहाँ बिन्दी या तिलक लगाते हैं) केन्द्रित कर, गुरुदेव से 15 मिनट के लिए ध्यान स्थिर करने की प्रार्थना करें।

3. अब गुरुदेव को आज्ञाचक्र पर देखते हुए और साथ ही संजीवनी मंत्र का मानसिक रूप से जाप करते हुए (बिना होंठ-जीभ हिलाए) ध्यान करें।

4. इस दौरान कोई भी यौगिक क्रिया (आसन, बंध, मुद्रा या प्राणायाम) हो तो घबराएँ नहीं तथा न ही इन्हें रोकने का प्रयास करें। ये क्रियाएँ शारीरिक विकारों को ठीक करने के लिए होती हैं। ध्यान की अवधि पूर्ण होते ही सामान्य स्थिति हो जाएगी।

5. इस विधि से सुबह-शाम खाली पेट नियमित रूप से (केवल 15 मिनट) ध्यान करते रहें।

6. संजीवनी मंत्र का जाप ही ध्यान की चाबी है इसलिए अपने दैनिक कार्य करते हुए जैसे- उठते, बैठते, खाना खाते, चलते हुए, नहाते हुए, ड्राइव करते आदि, हर समय मानसिक रूप से जपें बिना होठ जीभ हिलाए।

www.the-comforter.org

गतांक से आगे...

साधना विषयक बातें

योगमार्ग पर आराधनाशील साधक को विभिन्न प्रकार के पहलुओं का सामना करना होता है। कभी उतार, कभी चढ़ाव, मानसिक उद्वेग, कभी हँसी-खुशी, कभी बेबसी, उदासीनता, काम, क्रोध और न जाने इस योग मार्ग की यात्रा में कितने ही पड़ाव और हर मोड़ पर चौराहा और थोड़ी देर बाद दूसरे मोड़ पर फिर चौराहे आते हैं, जिससे साधक दिग्भ्रमित हो जाता है यदि उस पर सद्गुरुदेव की असीम कृपा बराबर न बनी रहे तो।

मानव से अतिमानत्व की यात्रा में, दिव्य रूपान्तरण के लिए सफलता तभी संभव है जब साधक अपने सद्गुरु के बताए पथ पर निष्कपट भाव से, गाढ़ी प्रीति रखते हुए पूर्ण समर्पण भाव से आराधना करें। श्री रामकृष्ण परमहंस, स्वामी विवेकानन्द, महर्षि श्री अरविन्द घोष, श्रीमां सहित कई प्राचीन योगियों के समय, उनके शिष्यों से उनका जो वार्तालाप हुआ है, उसको समय समय पर इस शीर्षक के अंतर्गत देंगे जिससे आराधनाशील साधकों को इस मार्ग में सहायता मिल सके।

इस समय प्रायः ही साधकों का अहंकार उठकर साधना में घोर अवरोध पैदा कर रहा है, बहुतों से अनुचित व्यवहार करा रहा है। तुम स्वयं अचल रहो, अंतरस्थ रहो, उसे जगह न दो।

ये सब अतिक्रमण यदि घुस नहीं सकते, या घुसने पर भी टिक नहीं सकते तो समझो कि outer being (बाह्य सत्ता) की चेतना जाग्रत हो गयी है और उसकी शुद्धि में प्रचुर प्रगति हुई है।

आत्मा ही इस तरह से असीम विराट् इत्यादि है, भीतर का मन, प्राण और भौतिक चेतना जब संपूर्ण रूप से खुलते हैं तो वे भी वैसे ही हो जाते हैं-बाहरी तन, मन, प्राण तो इस जगत् की बाह्य प्रकृति के साथ व्यवहार करने और खेलने के लिये यंत्र-मात्र हैं। बाह्य तन, मन, प्राण भी जब प्रकाशमय, चैतन्यमय हो जाते हैं, तब वे संकीर्ण और आबद्ध नहीं रह जाते, अनन्त के साथ मिल जाते हैं।

जब भौतिक चेतना प्रबल हो और सबको आच्छादित कर, सारी जगह हथिया लेने का प्रयास करती है तब ऐसी अवस्था होती है क्योंकि जब अकेली भौतिक चेतना की प्रकृति प्रगट होती है तब सब कुछ जड़बद्ध, तमोमय, ज्ञान के प्रकाश से रहित, शक्तिकी प्रेरणा से रहित अनुभव होता है। इस अवस्था को प्रश्रय मत दो-यदि आये तो शक्ति की ज्योति और शक्ति को पुकार लाओ, इस भौतिक चेतना के भीतर जिससे यह आलोकमय और शक्तिमय हो उठे।

हां, खाना अच्छा है-कमजोर हो जाने से

www.the-comforter.org

तमोमयी अवस्था आने की संभावना ज्यादा हो जाती है।

प्रश्नः- तुम्हारी होकर सिर्फ तुम्हारे लिये काम करती हैं। 'क' मेरे साथ दुर्व्यवहार करे तो भी मैं नीरव और शांत रहती हूँ।.... किसी का कोई व्यवहार, कोई बात मेरा कुछ नहीं बिगाड़ सकती।

उत्तरः- काम में यह मनोभाव ही अच्छा है। हर समय यह बना रहना चाहिये, इससे काम में शक्ति के साथ जुड़ना आसान हो जाता है।

वही तो चाहिये - हृदय - कमल सर्वदा खुला, सारी प्रकृति हृदयस्थ चैत्य के आधीन, इसी से होता है नवजन्म।

प्रश्नः- मैं आज भी तुम्हें अपने से बहुत दूर क्यों महसूस करती हूँ श्रीमां ?

उत्तरः- क्यों महसूस करती हो ? क्योंकि inner being (चैत्य पुरुष) को भौतिक मन द्वारा आच्छादित होने देती हो इसलिये। तुम्हारा चैत्य पुरुष अपने को हमेशा ही श्रीमां के शिशु के रूप में पहचानता है, श्रीमां के पास, श्रीमां की गोद में रहता है-भौतिक मन के लिये वैसा सोचना, उस सत्य तक पहुँचना, उतना आसान नहीं होता। इसीलिये हमेशा गहराई में चैत्य पुरुष में रहना होता है। जो अंदर तुम्हारी आत्मा जानती है उसे बाहर से भौतिक मन द्वारा खोजने की क्या आवश्यकता है। जब बाह्य मन पूर्ण रूप से ज्योतित हो जायेगा, तब वह भी जान जायेगा।

हां, पूरी सत्ता भौतिक मन और भौतिक प्राण तक को एक तरफ ही मोड़ना होता है। वे भी जब उस तरफ मुड़ जाते हैं तब कोई गंभीर कठिनाई नहीं रह जाती।

जो बहुत बार कह चुका हूँ, वही दोहरा रहा हूँ। शांत समाहित होकर साधना करो, सब कुछ ठीक रास्ते पर चलेगा, बाह्य प्रकृति भी बदलेगी, लेकिन एकाएक नहीं, धीरे धीरे। दूसरी तरफ यदि विचलित और चंचल होओ, कल्पना या अधिकार का भाव उठे तो निरर्थक दुःख-कष्ट को जन्म दोगी।

श्रीमां गंभीर हो गयीं, मुझसे प्यार नहीं करती आदि ये सब श्रीमां पर आक्रोश, किसी कामना या मांग के लक्षण हैं, क्योंकि कामना और मांग पूरी नहीं हुई इसलिये ऐसी धारणा बनती है। इन सबको स्थान मत दो, इन सबसे बेकार साधना में क्षति पहुँचती है।

यह अवस्था और ऐसे विचार ही ठीक हैं। इन्हें सब समय बनाये रखो। अहंपूर्ण विचारों से और लोगों व घटनाओं को न देख अध्यात्म-बुद्धि से भीतर की चैत्य दृष्टि से देखना चाहिये।

जिनको शक्ति के ऊपर संपूर्ण विश्वास और श्रद्धा है, वह हर समय शक्ति की गोद में, शक्ति के हृदय में वास करता है। बाधाएँ आ सकती हैं, पर हजारों बाधाएँ भी उसे विचलित नहीं कर सकतीं। यह अटूट विश्वास, यह श्रद्धा हर समय, सब अवस्थाओं में, सब घटनाओं में बनाये रखनी चाहिये। यह है योग का मौलिक सिद्धांत। बाकी सब गौण बातें हैं, यही है वास्तविक रहस्य।

इस समय शक्ति भौतिक चेतना पर काम कर रही है इसलिये बहुत-से लोगों में भौतिक चेतना की यह बाधा बहुत प्रबल भाव में उठी थी-तुम्हारी छटपटाहट का कारण यही था कि तुमने अपने को इस बाहरी भौतिक चेतना के साथ तदात्म कर लिया था मानों वह चेतना ही तुम हो। किंतु असली सत्ता भीतर है जहाँ शक्ति के साथ तदात्मता है। इसीलिये भौतिक चेतना के अज्ञान, तामसिकता, गलतफहमी आदि अपने बल के साथ नहीं मिलाने चाहिये। ये हैं मानों बाहरी यंत्र, इस यंत्र के जितने दोष और असंपूर्णताएं हैं वह सब मां की शक्ति दूर कर देगी ऐसा मान कर भीतर से साक्षी की तरह, अविचलित रहकर देखना होता है-मां पर संपूर्ण विश्वास और श्रद्धा रखते हुए।

भीतर सब कुछ है और माँ का काम वहाँ हो रहा है। लेकिन बाहरी मन के साथ मिले रहने से, उसके पूर्ण आलोकित न होने तक और अंदर तदात्मता न होने तक उस काम की भनक नहीं मिलती।

तुम जो वर्णन कर रही हो, भीतर गहराई में शांतिमयी, प्रेममयी वेदना होती है और तब भीतर कुछ मुझे खींचता-सा है यह psychic वेदना के सिवा और कुछ नहीं हो सकता। ये सभी psychic sorrow (चैत्य दुःख) के लक्षण हैं।

www.the-comforter.org

गतांक से आगे...

मानस की नीरवता

अतः हम एक नए देश की खोज में हैं, परन्तु यह बता देना ठीक होगा कि उस देश जिसे हम छोड़ रहे हैं और उसके जिसका अभी आविर्भाव नहीं हुआ, इन दोनों चेतना की अपूर्व यात्रा के बीच एक काफी कष्टकर निर्जन भूमि है। यह एक परीक्षा-काल है जो हमारे संकल्प की दृढ़ता के अनुसार कम या अधिक लंबा होता है।

ये मार्ग भारी गड़बड़ और खतरे से खाली नहीं हैं। इसी कारण ''प्रबुद्ध गुरु'' की उपस्थिति और संरक्षण अनिवार्य हैं। इस विषय की चर्चा हम फिर करेंगे। प्रवाह की दिशा के इस भेद, आरोहणात्मक या अवरोहणात्मक, का कारण है ध्येय की विभिन्नता, जिसका स्पष्ट कर देना अत्यन्त आवश्यक है। परंपरागत योगमार्गों और, मैं समझता हूँ, सारे पाश्चात्य धार्मिक नियमों का मूल ध्येय चेतना को उन्मुक्त करना है; सारी सत्ता ऊर्ध्वभिमुखी अभीप्सा में ऊपर की ओर तनी हुई है।

मायाजाल को तोड़ कर, वहाँ ऊपर परम शान्ति अथवा आनंद में चले जाना ही उसका उद्देश्य है। इसी कारण यह अधिरोहणशील शक्ति जागती है। पर हम यह देख चुके हैं कि श्री अरविन्द का लक्ष्य केवल ऊर्ध्वगमन नहीं, बल्कि अधोगमन भी है, शाश्वत् शान्ति में पलायन कर जाना भर नहीं, बल्कि जीवन और जड़प्रकृति का, और सर्वप्रथम यह जो छोटा जीवन और जड़प्रकृति का एक कोना हम हैं -उसका रूपान्तर करना है।

इसी कारण यह अधोऽभिमुखी पराशक्ति जाग्रत होती है अथवा यों कहें कि यह उसका प्रत्युत्तर है। अधोगामी प्रवाह की हमारी अनुभूति रूपान्तर करने वाली भागवती शक्ति की अनुभूति है। वही हमारे लिए स्वतः योग करेगी (यदि हम उसे करने दें)। वही हमारी जल्दी से क्षीण होने वाली शक्ति और अटपटी कोशिशों का स्थान लेगी; जहाँ दूसरे योग समाप्त होते हैं, वहाँ से वह आरंभ करेगी।

पहले हमारी सत्ता के शिखर को प्रकाशित करके, फिर धीरे धीरे, शान्तिपूर्वक, अनिवार्य रूप से एक स्तर से दूसरे स्तर में अवतरित होगी (यह अच्छी तरह समझ लेना चाहिये कि पराशक्ति कभी भी उग्र नहीं होती; उसका दबाव अद्भुत रूप से उचित मात्रा में होता है मानो भगवान् की प्रज्ञा साक्षात उसका नेतृत्व कर रही हो) और वही हमारी पूर्ण सत्ता को निम्न भाग तक विश्वव्यापी बना देगी।

पूर्ण योग का यह प्रारंभिक अनुभव है। जब शान्ति स्थापित हो जाती है, तब ऊपर की अथवा

www.the-comforter.org

दिव्य शक्ति नीचे आकर हमारे अन्दर काम कर सकती है। साधारणतया वह पहले सिर में उतरती है और आभ्यंतर मानस के केन्द्रों को उन्मुक्त कर देती है, फिर हृच्चक्र में... इसके बाद नाभि में तथा अन्य प्राणिक चक्रों में... फिर मूलाधार (त्रिक प्रदेश) में और उससे नीचे..वह एक साथ संपूर्णता तथा मुक्ति दोनों के लिए कार्य करती है। वह संपूर्ण प्रकति में एक-एक भाग करके कार्य संपन्न करती है, जो त्याज्य है उसे छोड़ देती है, जिसे ऊँचा उठाने की आवश्यकता है उसे ऊँचा उठाती है, जिसका निर्माण करना है उसका निर्माण करती है। वह संपूर्णता तथा सामंजस्य प्रदान करती है, हमारी प्रकृति में एक नयी लय भरती है।

मानसिक नीरवता के साथ एक दूसरी घटना घटती है, जिसका महत्त्व बहुत है पर उसे पहचानना ज्यादा कठिन होता है क्योंकि अक्सर वह अनेक वर्षों में जाकर फलती है और आरंभ में उसके चिह्न अस्पष्ट होते हैं। यह वह चीज है जिसे एक नई ज्ञान प्रणाली अथवा एक नई कार्य प्रणाली का आविर्भाव कह सकते हैं।

यह तो समझ में आता है कि भीड़ में चलते हुए, स्नान, भोजन और विश्राम करते समय, मानस को नीरव रखना संभव है, किन्तु उदाहरण के तौर पर दफ्तर में काम करते समय अथवा मित्रों के साथ किसी विषय पर बातचीत करते हुए यह किस तरह साध्य हो सकता है ? उस समय विचार करने की, स्मरण करने की, सोचने की, सब प्रकार के मानसिक साधनों से काम लेने की हमें अत्यंत आवश्यकता होती है। फिर भी अनुभव से हमने सीखा कि यह आवश्यकता अनिवार्य नहीं है और विकास की लंबी अवधि में ज्ञान और कार्य के लिए मन पर निर्भर करने की आदत पड़ जाने का ही यह परिणाम है, परन्तु यह केवल एक आदत ही है और मनुष्य इसे बदल सकता है। मूलतः योग, सीखने की विधि उतनी नहीं है जितनी बिलकुल अनुल्लंघ्य कही जाने वाली आदतों से छूटने की विधि है, जो आदतें हमने अपने पाशविक विकास से विरासत में पाई हैं।

यदि साधक उदाहरणतया काम-काज के बीच मन को नीरव बनाये रखने का बीड़ा उठा ले तो उसे कई मंजिलें पार करनी होंगी। आरंभ में वह कभी-कभी अपनी अभीप्सा को केवल याद रखने और कुछ क्षण के लिए अपना काम बंद करके अपना ध्यान सही तरंग-दैर्ध्य पर मोड़ने भर में समर्थ होगा, और बाद में फिर से कार्यचक्र में फँस जायेगा। परन्तु जैसे-जैसे उसे अन्यत्र, बाजार में, घर में, सर्वत्र प्रयत्न करने की आदत पड़ती जायेगी, इस प्रयत्न की प्रवृत्ति अपने आप को जारी रखेगी और हठात उसके अन्य कार्यों के बीच उसका ध्यान आकृष्ट करेगी-तब फिर धीरे-धीरे इस स्मृति का रूप बदलने लगेगा। ठीक ताल के साथ अपना मेल फिर से बैठाने के लिए जान-बूझ कर काम बंद करने की बजाय, साधक अनुभव करने लगेगा कि एक दबे हुए स्पन्दन जैसी कोई

www.the-comforter.org

चीज उसके अंतर की गहराई में, उसकी सत्ता के पीछे जीवित है। उसके लिए अपनी चेतना में थोड़ा पीछे हटना ही पर्याप्त होगा ताकि किसी भी समय एक पल भर में नीरवता की लहर के साथ वह फिर से मिल जाये। वह जान जाएगा कि पीछे एक नीलाभ गहराई के सदृश वह वहाँ है, सदा रहती है, होहल्ले और परेशानियों के बीच में भी; जब इच्छा हो उसमें विश्राम करके तरोताजा बन सकता है और एक शांतिपूर्ण अभेद्य एकांत स्थान वह अपने आप लिये घूमता है।

पर जल्दी ही यह पीछे का स्पन्दन अधिकाधिक स्पष्ट और सतत होता जायेगा और साधक को अपने अन्दर एक पृथक्ता होती हुई लगेगी; पीछे की ओर एक नीरव गहराई जो थिरके जा रही है, और काफी पतला ऊपरी तल जहाँ सारे कामकाज, विचार, चेष्टाएँ, बातचीत चल रहे हैं। वह अपने अन्दर के साक्षी को खोज चुका है और उस बाहरी लीला के जाल में दिन पर दिन कम फँसेगा जो अष्टपाद जलजन्तु की तरह हमें जीते-जागते निगल जाने के लिए निरन्तर प्रयत्नशील है। यह ऋग्वेद के काल की एक बहुत पुरानी खोज है, 'शोभन पंखों वाले दो पक्षी जो परस्पर सखा और सहयात्री हैं, समान वृक्ष पर बैठे हैं, उनमें एक मधुर फल खाता है, दूसरा चखता नहीं, केवल उसका साक्षी है' (१.१६४.२०)। उस अवस्था तक पहुँच जाने पर, मन में सोचने की, स्मरण रखने, आयोजन बनाने, अनुमान लगाने की पुरानी थोथी आदतों की जगह, मौनभाव से इस स्पंदनमय गहराई का आश्रय लेने की आदत डालने में हस्तक्षेप पहले से आसान हो जायेगा, पर शुरू में उसके लिए इच्छा करनी होगी। व्यावहारिक रूप से यह परिवर्तन होते-होते एक लंबा समय लग जायेगा जिसमें कभी अवनति कभी उन्नति होगी (पीछे हटने और आगे बढ़ने जैसा भान नहीं लगता बल्कि कोई चीज बारी-बारी छिपती और प्रगट हुई सी प्रतीत होती है)।

इस काल में दोनों तरीकों का सामना होगा-पुराने मानसिक साधन दखल देने और अपने पुराने अधिकार वापिस लेने की निरन्तर कोशिश करेंगे, संक्षेपतः हमें विश्वास दिलाना चाहेंगे कि उनके बिना काम नहीं चल सकता; वे सबसे ज्यादा उस आलस्य जैसी चीज का लाभ उठाएँगे जिसकी वजह से मनुष्य को हमेशा की तरह किये जाना ज्यादा आसान लगता है। परन्तु इस फन्दे से छूटने में प्रबल सहायक होंगे, एक तो अवतरणात्मक पराशक्ति का अनुभव जो स्वतः अथक रूप से घर को सुव्यवस्थित बना देती है और विद्रोही यन्त्रों पर मूक दबाव डालेगी मानो विचारशक्ति के हर हमले को जहाँ का तहाँ ही धर दबोचा और ठंडा कर डाला। दूसरे, अधिकाधिक स्पष्ट होते हुए हजारों छोटे-छोटे अनुभव एकत्रित होकर हमें प्रत्यक्ष दिखायेंगे कि मानस के बिना बखूबी काम चल सकता है और सच पूछो तो इस तरह आदमी कहीं अधिक मजे में रहता है।

क्रमशः अगले अंक में...

www.the-comforter.org

सिद्ध-योगियों की महिमा

साधकों के ज्ञान बोध के लिए स्वामी शिवोमतीर्थ महाराज की पुस्तक 'अंतिम रचना' के लेख क्रमशः शुरू किये हैं, आशा है साधकों की आराधना में सहायक सिद्ध होंगे। उनको प्राचीन काल की आराधना की कठिनाईयों के बारे में जानकारी मिलेगी, कितनी कठिन आराधना थी और सद्गुरुदेव सियाग ने अति सहज में सिद्धयोग को धरती पर मानव मात्र के कल्याण के लिए उतारा है।

लल की शादी हो चुकी थी। माता-पिता का घर छोड़कर, वह पति के यहाँ आ गई थी । उसने पुरोहित को कह तो दिया कि वह इस लड़के (अपने पति) की इस जन्म की माता नहीं है किन्तु लल की मानसिक अवस्था कुछ विचित्र प्रकार की दुविधाग्रस्त थी। यह तो ठीक है कि सांसारिक संबंध शरीर तक ही सीमित होते हैं। देह विलीन हो जाने पर संबंध भी विलीन हो जाता है। किन्तु संबंध की तपश को मन अनुभव करता है। आज वह शरीर भले ही वर्तमान न हो जिसने उस लड़के को जन्म दिया पर मन तो आज भी वही है। शरीर बदल जाने पर मन तो नहीं बदल जाता। इस लड़के के जन्म पर लल के मन में वात्सल्यभाव की छोटी सी चिंगारी सुलगी थी, वह इस समय तक भी, मन के किसी कोने में सुरक्षित है। शरीर, जगत् में प्रकट होते हैं, अदृश्य हो जाते हैं किन्तु जीवन में आए व्यक्तियों, दृश्यों तथा घटनाओं की स्मृतियाँ, संस्कार बनकर चित्त में अंकित हो जाती हैं तथा आने वाले अनेक जन्मों तक चित्त-आंदोलन का कारण बनती रहती हैं। लल की दुविधा का यही कारण था। वह जब अपने पति को देखती थी तो दाम्पत्यभाव के साथ, पति के प्रति वात्सल्यभाव भी उठ खड़ा होता था। कैसी दुविधापूर्ण परिस्थितियों में लल जी रही थी। एक ही व्यक्तित्व में पति तथा पुत्र के दर्शन ! वह इस बात पर जितना विचार करती, उतनी ही अधिक असमंजस में उलझती जाती थी।

लल का पति शुद्ध सांसारिक दृष्टिकोण का व्यक्ति था । उसकी वासनामय इच्छाएँ थीं, लल से वैसी ही अपेक्षाएँ थीं। फिर उसे लल की दुविधा का कारण भी पता नहीं था। वह लल से दाम्पत्य सुख की आशा लगाए था। लल ज्ञानवान् थी, कई प्रकार की शक्तियाँ उसे प्राप्त थीं किन्तु इस समय उसका ज्ञान ही उसकी समस्या बन रहा था। जगत् में लल ही एक ऐसी नहीं थी। ऐसी दुविधाजनक स्थिति सब के साथ है किन्तु किसी को इन बातों का ज्ञान नहीं किन्तु लल को इन सारी बातों की पूर्ण जानकारी थी। यह ज्ञान ही उस के लिए कठिनाई

www.the-comforter.org

खड़ी कर रहा था। लल ज्ञानवान् थी, वैराग्यवान् थी, जन्म-जन्मान्तर से उत्कृष्ट साधिका थी।

उसका पति दाम्पत्य-सुख की आशा से उसके पास आता तो वह कोई न कोई बहाना बना देती अथवा कोई बात बना कर खिसक लेती थी। घरवालों की दृष्टि में लल की मानसिक-अवस्था सांसारिकता के विपरीत थी। उसका पति उसकी उदासीन-वृत्ति से विक्षिप्त था। लल एक ही पुरुष में पति तथा पुत्र की विद्यमानता देखकर माया की लीलाओं तथा विचित्रताओं को देखती तो उसे हंसी आ जाती थी। वह इन सभी संबंधो की असारता पर ध्यान करते हुए, सब के प्रति मोह का त्याग कर चुकी थी। उसे संसार एक रंगमँच जैसा दिखाई देता था जिसमें एक कलाकार कभी भाई या पिता या पुत्र बनकर प्रकट होता था तो अगले ही दृश्य में भेष बदल कर किसी अन्य रूप में उपस्थित हो जाता था। सामान्य जन संसाररूपी रंगमँच को वास्तविकता मान बैठते हैं तथा मोहित हो जाते हैं।

लल इस विकट एवं असमंजसपूर्ण स्थिति में से बाहर निकलने का प्रयत्न कर रही थी। कभी उसे अपने पति की स्वाभाविक सांसारिक भावनाओं का ध्यान आता तो उसके पति-स्वरूप की ओर झुकने लगती थी किन्तु अगले ही क्षण, उसके प्रति मन का सोया वात्सल्य भाव जाग उठता तो माता का रूप ग्रहण कर लेती थी। वह एक ऐसे झूले पर झूल रही थी जिसका एक छोर वात्सल्य था तो दूसरा दाम्पत्य ! किन्तु समस्या यह थी कि यह दोनों भाव एक ही व्यक्ति के प्रति उभर रहे थे। वह कुछ दिन इसी प्रकार दुविधाजनक स्थिति में डोलती रही। फिर उसने निश्चय कर लिया कि माया, मोह, मिथ्यात्व तथा असारता का यह खेल अधिक दिन नहीं, चल पाएगा। उसने देखा कि दोनों संबंध मोहात्मक, भावनात्मक हैं मिथ्या हैं, दोनों में कोई सार नहीं, दोनों बंधन का कारण हैं। अतः उसने दोनों भावनाओं को त्याग देने का निश्चय कर लिया। यह निश्चय कर लेने के पश्चात् वह अपने आपको काफी हल्का अनुभव करने लगी। अब उसके सामने प्रश्न यह था कि भविष्य में कौनसा तरीका अपना कर व्यवहार किया जाए ?

लल के पूर्व-जन्म के पति ने, उसके मरने के पश्चात् दूसरी शादी कर ली थी। पूर्व-जन्म की लल की वही सौत, इस जन्म की उसकी सास थी। कुछ अजीब सा- गोरख-धंधा था। घर के सभी लोग इन सब बातों से अनभिज्ञ थे जब कि लल को सारी स्थिति ज्ञात थी। लल का पति जो कि माया से ग्रसित एक सामान्य जीव था, लल के यथार्थ-स्वरूप तथा उसकी अन्तर्भावनाओं को समझ पाने में असमर्थ था। उसकी लल से वही अपेक्षाएँ थी जो सामान्यतः एक पति को अपनी पत्नी से होती हैं। पर लल की स्थिति एकदम भिन्न थी। वह अपने सामने बैठे, केवल पति को ही नहीं देखती थी, अपितु अपने पुत्र को भी देखती थी एवं दोनों स्वरूपों की असारता भी उसके समक्ष प्रत्यक्ष उभरती थी। उसका मन सांसारिक भोगों तथा

www.the-comforter.org

विषय-वासनाओं से बहुत दूर जा चुका था। उसकी दृष्टि में कोई भी संसार में पुरुष नहीं था। सभी दूर जीवात्मा रूपी स्त्रियों का ही विस्तार था जो अपने प्रभु-प्रियतम से मिलने के लिए तड़प रही थीं। लल को भी उसी परम-पुरुष की तलाश थी। वह परम-पुरुष जो सभी ब्रह्माण्डों में केवल एक है, जो जन्म-मृत्यु से अतीत काल का भी महाकाल है, जो आनन्द-स्वरूप अपरिवर्तनीय नित्य है। लल के हृदय में हरदम उसकी याद बनी रहती थी, उसी के विचारों में खोई रहती, उसकी आँखें उसी को ढूंढती रहतीं। ऐसी स्थिति में उसके पति के साथ तन-मन का मिलन कैसे संभव था? किन्तु एक युवा, बलिष्ठ, उमंगों से भरा पति भी क्या करे? उसकी पत्नी की उदासीनता ने उसे विक्षिप्त कर दिया। वह चिड़चिड़ा हो गया बात-बात पर आपा खो देता था। कई बार अकेला बैठा, पता नहीं क्या सोच कर, अपने मुँह पर थप्पड़ मारने लगता था।

उन दिनों पानी के नलों की सुविधा नहीं थी। नदी, तालाब अथवा कुएं से ही जल भर कर लाना पड़ता था। लल जब जल भरने के लिए नदी पर जाया करती थी तो किसी एकान्त स्थान पर कुछ देर के लिए बैठ कर ध्यान-मग्न हो जाया करती थी। इससे जल भर कर लौटने में कुछ अधिक समय लग जाता था। इस बात को लेकर लल के घर वालों में कई प्रकार के सन्देह पैदा हो गए थे। हो सकता है कि इसका किसी अन्य व्यक्ति से मिलना-जुलना हो अन्यथा पानी भरकर लाने में इतना समय कैसे लग सकता है? इस बात पर लल का पति तो कई बार अत्यन्त उत्तेजित हो उठता था। इस बारे में लल से बात की जाती तो वह मौन रह जाती थी। इससे शंकाएँ और भी अधिक बलवती हो जातीं। एक दिन लल पानी का घड़ा सिर पर उठाए, नदी से लौटी तो देर तो हो ही चुकी थी, उसका पति जला-भुना बैठा था। उसे आया देख वह जोर से चिल्लाया 'इतनी देर में किसको मिल कर आ रही हो?' उसके पति का अपने ऊपर नियंत्रण समाप्त हो चुका था। वह क्रोध से काँप रहा था। इसी आवेश में उसने लाठी के एक प्रहार से, लल के सिर पर रखा पानी का घड़ा फोड़ दिया। घड़ा टुकड़े-टुकड़े होकर चारों ओर बिखर गया, किन्तु आश्चर्य ! घड़े का जल, लल के सिर पर वैसे का वैसा स्थिर बना रहा। उसका पति तथा घर के अन्य सभी लोग यह चमत्कार देखकर दंग रह गए। लल ने सिर पर रखा जल का घड़ा, घड़ा रखने के स्थान पर स्थापित कर दिया। घर का वातावरण उत्तेजना पूर्ण होने के स्थान पर आश्चर्यमय, भावमय हो गया। इस घटना ने लल के सिद्ध होने की पुष्टि कर दी। गाँव के लोग भी उसे एक संत मानकर उसे श्रद्धा तथा आदर की दृष्टि से देखने लगे तथा उसके दर्शनों के लिए आने लगे। धीरे-धीरे आस-पास के गाँव में लल के चमत्कार की चर्चा होने लगी, भक्तों की भीड़ उमड़ने लगी, किन्तु यह प्रसिद्धि लल के मन को कैसे भा सकती थी।

क्रमशः अगले अंक में...

www.the-comforter.org

गुरुदेव द्वारा शंका समाधान

साधक-1 जागृति (कुडलिनी जागरण) कितने समय में हो जाएगी?

गुरुदेव- इसमें समय नहीं होता, faith (विश्वास) होता है। विश्वास काम करता है। और गुरु बना रखे हैं क्या?

साधक- जी, गुरुदेव! काशी में है, स्वामीजी।

गुरुदेव- देखो, नाम मैं जो बताता हूँ, वो जपोगे, तो ही फायदा होगा, जो चाहोगे, वही हो जाएगा।

साधक-2 गुरुदेव, मैंने ध्यान के दौरान देखा कि आप ही भगवान् श्री कृष्ण हैं ? इसका क्या मतलब हुआ?

गुरुदेव- (मुस्कुराते हुए) वो आप जानो।

साधक-3 गुरुदेव ये मेरी पत्नी है, रूस से है, ये चाहती है कि इनके घर-परिवार वालों पर भी आपकी कृपा हो, वो भी आपका ध्यान करें।

गुरुदेवः- हाँ, जरूर ऐसा करो, मेरी किताब है अंगेजी में, Religious Revolution in the world (विश्व में धार्मिक क्रांति) वो ले जाओ, मेरी सीडी ले जाओ कंप्युटर में से, घरवालों को दिखाओ और रूस में भी सबको बताओ। और नाम जपो हर वक्त।

साधक-4 गुरुदेव मेरी किडनी में problem है, हर वक्त पेट में दर्द भी रहता है। डॉक्टर ने कहा है, दोनों किडनियाँ खराब हैं।

गुरुदेव- ठीक हो जाएंगी, नाम जपो।

साधक- गुरुदेव मैं कॉम्पीटिशन की तैयारी कर रहा हूँ। कॉम्पीटीशन में सफल होने के लिए क्या करूँ?

गुरुदेव- दीक्षा कार्यक्रम में आना गुरुवार को। गुरुवार को तुमको ध्यान का तरीका बताएंगे, उसको करोगे कॉम्पीटीशन में सफल हो जाओगे।

साधक-6 गुरुदेव, नाम जप में मुश्किल होती है।

गुरुदेव- नाम तो जपना ही पड़ेगा। मंजिल तक पहुँचने के लिये चलना तो आपको ही पड़ेगा, मतलब उसका नाम तो जपना ही पड़ेगा।

साधक-7 गुरुदेव ध्यान नहीं लगता है?

गुरुदेव- नाम जप करो हर समय तेल की धार की तरह, साइकिल की चेन की तरह।

साधक-8 गुरुदेव नाम जप नहीं होता, नाम नहीं जपा जाता है?

गुरुदेव- कोशिश करते रहो, कोशिश करने से सब कुछ संभव है।

साधक- गुरुदेव नाद सुनने लग गया है, नाद सुनें या नाम जपें?

गुरुदेव- नाद सुनो।

साधक- गुरुदेव भीड़ में शोरगुल में नाद सुनाई नहीं देता है, उस समय क्या करें?

गुरुदेव- हाँ, उस समय नाम जप करो।

साधक- और, गुरुदेव, ध्यान के समय?

गुरुदेव- ध्यान में नाद सुनो।

साधक-9 गुरुदेव, तिल्ली लगातार बढ़ रही है, डॉक्टर्स को भी दिखाया है, कोई फायदा नहीं हुआ?

गुरुदेव- नाम जपो, ठीक हो जाएगी।

साधक-10 गुरुदेव, पेट में, साइड में गाँठ है

www.the-comforter.org

गुरुदेव- किसकी है ? कैंसर की।

साधक- जी हाँ, गुरुदेव ।

गुरुदेव- नाम जप व ध्यान करो, ठीक हो जाएगी।

साधक- गुरुदेव सीने में, हाथ, पैरों में दर्द रहता है।

गुरुदेव- दीक्षा कब ली ?

साधक- गुरुदेव, आज ही।

गुरुदेव- नाम जपो, ठीक हो जाएगा।

साधक-11 मुझे एड्स है, (HIV Positive)।

गुरुदेव- आपकी पत्नी को भी है क्या ?

साधक- जी हाँ, गुरुदेव !

गुरुदेव- दोनों ही 15 मिनट ध्यान करो और हर समय नाम जपते रहो, ठीक हो जाओगे।

साधक- गुरुदेव, ध्यान नहीं लगता है।

गुरुदेव- नाम जपते रहो, हर समय।

साधक-12 गुरुदेव, अजपा व घंटी की आवाज दोनों साथ-साथ सुनाई देती है क्या करूं ?

गुरुदेव- अजपा को सुनो।

साधक-13 गुरुदेव, मैं और मेरे परिवार के सभी लोग आप का ध्यान कर रहे हैं। मैंने दो साल से देवी-पूजा व नवरात्रा करना बंद कर दिया है, कोई परेशानी तो नहीं हो जाएगी ?

गुरुदेव- कोई परेशानी नहीं होगी। अब मैं आ गया हूँ, अब मेरा ध्यान करो। मैं दसवाँ अवतार हूँ, मैं कल्कि अवतार हूँ।

साधक-14 गुरुदेव, 15 मिनट से ज्यादा ध्यान कर सकते हैं ?

गुरुदेव- केवल 15 मिनट ही ध्यान करो और मंत्र हर समय जपो, Round the Clock ध्यान आपको 15 मिनट ही करना है। कुछ लोग देर तक बैठे रहते हैं, बाद में मुश्किल हो जाएगी।

साधक-15 गुरुदेव, पैर में घाव ठीक नहीं हो रहा है, ध्यान भी कर रहा हूँ।

गुरुदेव- ये घाव कैसे हो गया ?

साधक- सर्प ने काट लिया था। डॉक्टरों को दिखाया था। बाद में रिपोर्ट कराई तो उसमें ब्लड कैंसर आ गया। ध्यान से ठीक हो गया था।

गुरुदेव- कैंसर की नेगेटिव रिपोर्ट है ?

साधक- जी गुरुदेव, पोजिटिव और नेगेटिव दोनों रिपोर्ट है, लेकिन घाव ठीक नहीं हो रहा है ?

गुरुदेव- नाम जपते रहो, धीरे-धीरे ठीक हो जाएगा।

साधक-16 गुरुदेव बीपी की शिकायत है।

गुरुदेव- ध्यान करो, नाम जपो हर समय, ठीक हो जाएगा।

साधक-17 गुरुदेव मेरे हृदय में छेद है।

गुरुदेव- कितना समय हो गया ?

साधक-साल भर पहले डॉक्टर को दिखाया था, कहते हैं ऑपरेशन करवाना पड़ेगा।

गुरुदेव- हार्ट का नहीं होता है, ठीक हो जाएगा, नाम जपो।

साधक-18 गुरुदेव दोनों किडनियाँ खराब हैं, डाइलेसिस पर हूँ ।

गुरुदेव- कहाँ से आए हो ?

साधक- उड़ीसा से।

गुरुदेव- ठीक हो जाएगी, नाम जपो।

साधक-19 गुरुदेव, क्या नाद एक कान से सुनाई देता है ?

www.the-comforter.org

गुरुदेव- हाँ, एकसे भी और दोनों से भी।

साधक-20 ऐसा इस मंत्र में क्या है, और यह प्रकिया और दूसरी योग पद्धितियों से कैसे भिन्न है ?

गुरुदेव- कृष्ण नौंवे अवतार थे और मैं दसवा अवतार हूँ। मैं कल्कि अवतार हूँ, मेरी तस्वीर से ध्यान लगता है। राम और कृष्ण की फोटो से ध्यान नहीं लगता है।

साधक- महर्षि अरविंद ने अपनी किताब में वर्णन किया है कि मनुष्य की कोई योजना नहीं होनी चाहिए अपितु एक लक्ष्य होना चाहिए, रास्ते अपने आप बन जाते हैं।

गुरुदेव- बिल्कुल, उस किताब में मेरे अवतार की व्याख्या है और उसमें लिखा एक एक शब्द बिल्कुल सही है और मेरे लिए लिखा गया है। मैं कल्कि अवतार हूँ।

साधक- दिन भर के काम और व्यस्तता की वजह से सघन नाम जप नहीं कर पाते हैं, ऐसे में अजपा कैसे हो ?

गुरुदेव- कोई बात नहीं, सुबह जल्दी उठ कर ध्यान करें। जब मरीजों को देखते हो पूरा ध्यान उन पर ही दो।

साधक- मुझे गायत्री हवन करना चाहिए या नहीं ?

गुरुदेव- गायत्री पूजा संन्यासियों के लिए है, गृहस्थों के लिए नहीं। मैंने भी गायत्री साधना कर रखी है पर उसने मुझे केवल निर्धनता दी। पर जब से राधा कृष्ण की दीक्षा ली है तब से मैं सम्पन्न हूँ।

साधक- गुरुदेव ये तामसिक शक्तियाँ, इस समय लोगों को बहुत परेशान कर रहीं हैं, ये नष्ट कब होंगी ?

गुरुदेव- होंगी, जरूर होंगी इसमें थोड़ा समय लगेगा। महर्षि अरविंद ने कहा है - Iron age is ended कलियुग पूरा खत्म हो गया है।

साधक- क्या ये तामसिक शक्तियाँ पूरी तरह से नष्ट नहीं हो सकतीं ? ये आपको भी परेशान करती हैं ?

गुरुदेव – बेटा ये तामसिक शक्तियाँ मेरे पास फटक भी नहीं सकतीं। ये मेरा कुछ नहीं बिगाड़ सकतीं। इन तामसिक शक्तियों का अन्त होगा, मैं इसी लिए आया हूँ। 'मैं मानवता में सतोगुण का उत्थान और तमोगुण का पतन करने अकेला ही निकल पड़ा हूँ, मुझ पर किसी भी जाति विशेष, धर्म विशेष या देश विशेष का एकाधिकार नहीं है।' मैं दसवां अवतार, कल्कि अवतार हूँ और कल्कि अवतार के सभी rights (अधिकार) मेरे पास हैं।

साधक- ध्यान करने के पश्चात् बहुत नींद आती है। और कई बार सो जाती हूँ।

गुरुदेव- वह निंद्रा नहीं, तंद्रा है, उस नींद में देखा गया स्वप्न हमेशा सच होता है।

साधक- क्या आपका नाम ले कर मरीज का इलाज करें तो आप मेरे साथ खड़े होंगे ?

गुरुदेव- बिल्कुल, मेरा नाम लेकर इलाज करो, मैं हमेशा साथ रहूँगा। विज्ञान जल्दी चीजों को मानता नहीं। पर नाम जप और ध्यान से हजारों एड्स के मरीज ठीक हुए हैं।

साधक- कई ऐसे साधक हैं जो दवाई और नाम जप दोनों कर रहे हैं। उनको कब पता चलेगा कि अब वक्त आ गया है कि वह दवाई कर छोड़कर, केवल

www.the-comforter.org

नाम जप और ध्यान के सहारे रह सकते हैं ?

गुरुदेव- इस नाम जप और ध्यान से मरीज अपना पूरा जीवन बिना कठिनाई के आराम से जीता है। उसकी मृत्यु बीमारी से नहीं होती।

साधक-आपका ध्यान और नाम शुरु करने से, मुसीबतें और बढ़ गई है।

गुरुदेव- ये तामसिक शक्तियों का हमला है, जो मेरे खास शिष्यों पर ही होता है। आपको इनसे घबराने की जरूरत नहीं है। यह मेरे शिष्यों का कुछ नहीं बिगाड़ सकतीं।

साधक-21 (दस साल का बच्चा)-गुरुदेव, दमा की शिकायत है।

गुरुदेव- इतने छोटे बच्चे को, नाम जप कर, घूमाकर सुबह।

साधक-22 गुरुदेव शुगर है।

गुरुदेव- कहाँ से आए हो ?

साधक- बैंगलोर से।

गुरुदेव- इन्सुलिन लेते हो।

साधक- हाँ, गुरुदेव

गुरुदेव- नाम जपो, ठीक हो जाएगा।

साधक-23 गुरुदेव, ब्रेस्ट कैंसर है, डॉक्टरों ने ब्रेस्ट निकाल दिया है, अब कंधे तक बढ़ गया है।एक हाथ बिल्कुल ही काम नहीं करता है।

गुरुदेव- ठीक हो जाएगा, नाम जपो और मेरा ध्यान करो।

साधक-24 गुरुदेव हमेशा डर लगता है, घर में भी अकेली नहीं रह सकती।

गुरुदेव- जब डर लगे यहाँ (आज्ञाचक्र) पर मुझे देखो और प्रार्थना करो, और मेरा ध्यान करो।

साधक- 25 गुरुदेव युरिनल (पेशाब)प्रोब्लम है।

गुरुदेव- कब से है ?

साधक- पाँच साल से है, एलोपैथिक (अंग्रेजी) दवाइयाँ भी खा रहा हूँ, लेकिन कोई फायदा नहीं है, दवाइयों से गर्मी बढ़ गई है।

गुरुदेव- नाम जपो, ठीक हो जाएगी।

साधक-26 गुरुदेव मेरे लड़के को मानसिक तनाव रहता है, नींद की गोलियों के बिना नींद नहीं आती है।

गुरुदेव- सोते समय मेरा नाम जपो (संजीवनी मंत्र जाप), नींद आ जाएगी, और मेरा ध्यान करो-सुबह जल्दी उठकर।

साधक- गुरुदेव मैंने गायत्री मंत्र की व अन्य तरह की आराधनाएँ भी की हैं, क्या मुझे उनका इस आराधना में लाभ मिलेगा ?

गुरुदेव- नहीं, उनका इस आराधना से कोई लिंक (संबंध) नहीं है। इस आराधना में आगे बढ़ाने की ड्यूटी मेरी है।

साधक- गुरुदेव अभी आप सशरीर हैं, हम आपसे अपनी समस्याओं पर प्रश्न पूछ सकते हैं, अपनी शंकाओं के समाधान के लिए बात कर सकते हैं, आपके शरीर छोड़ने के बाद हमारी शंकाओं का समाधान कैसे होगा ?

गुरुदेव- देखो, मैं कल्कि अवतार हूँ, मेरी तस्वीर से ध्यान लगता है। मेरे जाने के बाद 'मेरी तस्वीर' तो नहीं मरेगी ? वह आपको जवाब देगी।

www.the-comforter.org

गतांक से आगे...

रूपान्तरण (Transformation)

जब परमात्मन् को देवलोक में बंदी बना रखने की अपनी सहस्रों वर्ष पुरानी आदत से छूट जायेगी, जब वह मृत्यु में, अपने सब नियमों-विधानों में, अपनी क्षुद्रता में विश्वास करना बंद कर देगी, तब हम सुरक्षित हो जायेंगे और दिव्य जीवन के योग्य बनेंगे।

श्री अरविन्द निद्रा, आहार, गुरुत्वाकर्षण, कार्य और कारण, सभी तथाकथित प्राकृतिक नियमों की बारी-बारी परीक्षा करते गये और उन्होंने यह देखा कि नियम केवल उसी हद तक लागू होते हैं जिस हद तक हम अपने आपको उनसे बँधा हुआ मानते हैं। यदि मनुष्य अपनी चेतना बदल ले, तो 'लीक' भी बदल जाती है। हमारे सभी नियम 'आदतों' के अतिरिक्त कुछ नहीं है।

सावित्री प्रकृति के विषय में कहती है कि उसकी अपरिवर्तनशील अचल आदतें परम विधान का स्वांग करती हैं, क्योंकि सच्चा विधान केवल एक है, परम आत्मन् का नियम है, जो प्रकृति की सब निकृष्ट आदतों को बदल सकता है - प्रकृति का अत्यंत अनिवार्य नियम भी केवल एक अचल प्रक्रिया है। परम आत्मन् ने उसे रचा है और वह उसका अतिक्रमण कर सकता है, परन्तु पहले हमें अपनी कारा के द्वार खोलने होंगे और प्रकति की अपेक्षा अधिकतर आत्मन् में रहना सीखना होगा। न तो कोई चमत्कार करने वाला नुस्खा श्री अरविन्द के हाथ आ गया है, न कोई अनोखी तरकीब। उनका योग आदि से अंत तक एक बड़े ही सीधे-सादे, दोहरे विश्वास पर आधारित है, एक तो हमारे अंदर जो आत्मा है उसका विश्वास और दूसरे परम आत्मन् की पार्थिव अभिव्यक्ति का विश्वास-उनके कार्य का एकमात्र लीवर, सच्चा लीवर यही है।

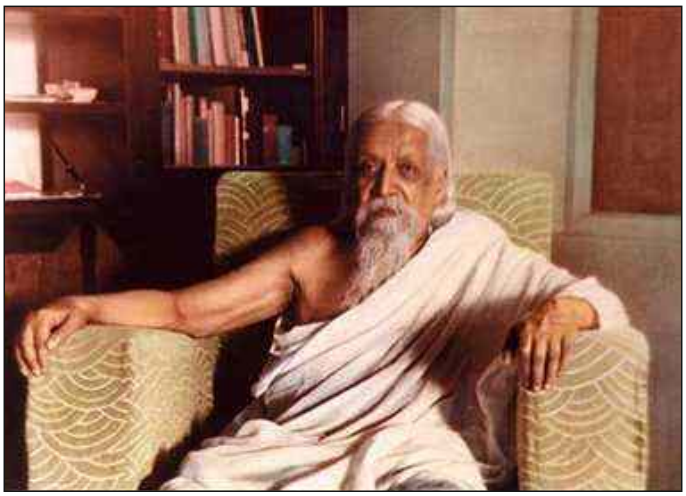
प्रत्येक मनुष्य के अंदर भगवान् बसता है, और उसे अभिव्यक्त करना दिव्य जीवन का लक्ष्य है। यह कार्य हम सब कर सकते हैं। किसी शिष्य की इस दलील पर कि श्री अरविन्द और श्रीमाँ जैसे विशिष्ट जीवों के लिए प्राकृतिक नियमों को चुनौती देना मामूली सी बात है पर बेचारे साधारण लोगों की तो अपने सामान्य साधनों तक ही पहुँच होती है, श्री अरविन्द ने बड़े जोर से विरोध किया था; मेरी साधना कोई बड़ा अनोखा काम नहीं, और न ही प्राकृतिक नियमों व पार्थिव जीवन तथा चेतना की हालतों से परे साधा हुआ कोई चमत्कार है।

मैं जो ये चीजें कर सका या ये मेरे योग में हो सकीं, इसका मतलब है कि ये की जा सकती हैं,

www.the-comforter.org

और इसलिए पार्थिव चेतना में ये विकास और रूपांतर संभव हैं... मुझे आध्यात्मिक जीवन की ओर तनिक भी प्रेरणा नहीं थी, मैने आध्यात्मिकता का विकास किया। तत्त्वविज्ञान को मैं हृदयंगम नहीं कर पाता था, विकास कर मैं एक दार्शनिक बन गया। चित्रकला की मुझे कुछ भी पहचान नहीं थी-मैंने योग द्वारा उसका विकास किया।

अपने स्वभाव को मैंने जैसा वह था उससे, जैसा वह नहीं था उसमें बदल डाला। मैंने चमत्कार द्वारा नहीं, एक विशेष विधि द्वारा यह सब किया, और किया यह दिखाने के लिए कि क्या-कुछ किया जा सकता है और किस प्रकार वह करना संभव है। न तो मैंने यह अपनी किसी-निजी, व्यक्तिगत आवश्यकता के कारण किया और न ही एक विधिविहीन चमत्कार द्वारा।



मैं कहता हूँ कि यदि ऐसा न हो तो मेरा योग अकारथ है और मेरा जीवन एक भूल थी, प्रकृति की एक असंगत लीला भर जिसका न कोई अर्थ था न परिणाम।

श्री अरविन्द के अनुसार सच्ची कुंजी है यह समझ लेना कि परम आत्मन जीवन का प्रतिकूल नहीं, जीवन की परिपूर्णता है, और आंतरिक सिद्धि बाह्य निष्पत्ति का रहस्य है -

स्वर्ग का स्पर्श हमारी पृथ्वी का संपूरक है, निषेधक नहीं।

जब मानव-जाति इस सीधे-सादे लीवर को पकड़ लेगी और परमात्मन् को देवलोक में बंदी बना रखने की अपनी सहस्रों वर्ष पुरानी आदत से छूट जायेगी, जब वह मृत्यु में, अपने सब नियमों-विधानों में, अपनी क्षुद्रता में विश्वास करना बंद कर देगी, तब हम सुरक्षित हो जायेंगे और दिव्य जीवन के योग्य बनेंगे।

श्री अरविन्द मुख्यतः हमें यही दिखाने आये, यह सत्य कि भगवान् को खोजने के लिए स्वर्गलोक भागने की जरूरत नहीं है, यह सत्य कि हम मुक्त हैं, यह सत्य कि सब नियमों विधानों से हमारी शक्ति कहीं अधिक है, क्योंकि परम प्रभु हमारे अंदर विराजमान है। आवश्यकता है केवल इस एक साधारण 'विश्वास' की, क्योंकि विश्वास में ही उत्कृष्ट लीला को धरती पर उतार लाने की शक्ति है।

श्री अरविन्द लिखाते हैं- यही चीज (विश्वास) थी जिसने मुझे शुरू से अंत तक

www.the-comforter.org

बचाया, मेरा मतलब है एक सही संतुलन से। एक ओर तो मैं किसी भी चीज को असंभव नहीं मानता था, और दूसरी ओर हर चीज पर शंका कर सकता था। अपना राजनैतिक संघर्ष पुनः आरंभ करने के लिए जब किसी ने श्री अरविन्द से एक बार अनुरोध किया तो उन्होंने अविलंब उत्तर दिया कि जरूरत ब्रिटिश सरकार के विरुद्ध विद्रोह की नहीं - वह कठिन नहीं, कोई भी कर लेगा - बल्कि पूरी सार्वभौम प्रकृति के विरुद्ध विद्रोह की है।

इस प्रथम काल के सभी साधक, जो गिनती में चौदह-पंद्रह रहे होंगे, एक आवाज से कहते हैं कि उस समय एक बहुत ही विशेष, उच्चतः समाहृत वातावरण बना रहता था। मानो खेल-खेल में ही उन्हें अद्भुत अनुभूतियाँ हुआ करती थीं, दिव्य अभिव्यक्तियाँ घटित होती रहती थीं, प्राकृतिक नियमों का नियंत्रण कुछ ढीला होता सा लगता था। मतलब कि भौतिक जगत् और चेतना के अन्यस्त बीच का पर्दा एकदम पतला पड़ता जा रहा था। देवी-देवता कहलाने वाली सत्ताओं, यानी अधिमानस लोक की शक्तियों के लिए अपने-आपको अभिव्यक्त करना, नियमों-विधानों पर कार्य करना और अलौकिक चमत्कार कहलाने वाली बातें घटित करा लेना संभव हो गया था।

यदि सब उसी तरह चलता जाता तो श्री अरविन्द और श्रीमाँ एक नये धर्म की स्थापना करने वाले थे और आश्रम तब उन नवीन 'पुण्य पीठों' में से एक बन जाता जहाँ आध्यात्मिक सुगंध सब दूसरी मामूली गंधों पर छायी रहती है।

एक दिन जब श्रीमाँ ने अंतिम अलौकिक घटनाओं में से किसी एक के विषय में श्री अरविन्द को बताना आरंभ किया तो वे विनोदपूर्वक बोले .. .'ठीक है, आप बड़े-बड़े चमत्कार कर दिखायेंगी, जिनसे सारी दुनिया में हमारा नाम फैल जायेगा।

आप पृथ्वी की घटनाओं को उलट-पलट कर डालेंगी, मतलब कि (श्री अरविन्द मुस्कराये) हमें बड़ी कामयाबी होगी !' फिर वे बोले-'पर यह अधिमानसिक सृष्टि है, यह परम सत्य नहीं। हमें कामयाबी नहीं चाहिए। हमें तो पृथ्वी पर अतिमानस की स्थापना करनी है, एक नये लोक का सृजन करना है।'

श्रीमां बताती है-आधे घंटे पीछे सब बंद हो गया। मैं कुछ नहीं बोली, एक शब्द तक नहीं कहा। आधे घंटे के अंदर-अंदर मैंने सब मिटा दिया, इन साधकों और देवताओं के बीच संबंध काट दिया, और सब नष्ट कर डाला, कारण कि मैं जानती थी कि वह इतना आकर्षक था (हर समय हैरत में डालने वाली चीजें दिखाई दिया करती थी) कि जब तक वह बना रहेगा, उसे जारी रखने को मन ललचाता...मैंने सब मटियामेट कर दिया। उसी क्षण हम फिर से एक नये आधार पर रवाना हो गये।

क्रमशः अगले अंक में...

www.the-comforter.org

What is salvation? Why is it necessary to attain it?

-Gurudev Shri Ramlal Ji Siyag
(14th Feb' 1988)

We can see that everything in the world is perishable. All of our saints have said that HE is immortal. Without attaining Him, absolute peace is impossible. Only by attaining God, it is possible to have absolute peace and bliss. Without this, there is no other way to cut the bondage of human being.

All our saints have said that only human life is the time to attain salvation. If the human life, due to intensity of 'karmas', doesn't start the journey towards its right destination, then there can be nothing which can be more misfortunate than this.

The saints have clearly said about the world that it is only a vast form of God. The human species is the highest state of God. That is why the saints have said that along with the entire universe, all other 'Lokas' are within the human body. The human body is the real temple, after entering which, it is possible

to attain God. This is the only way to reach that Supreme Power. Without this, there is no other way to connect with that Supreme Power.

At this time, whatever methods of worships are prevalent in the world, they are mostly extroverted. Only a few, talk about being introverted, but they all are ways to enter the field of 'Maya' (the illusory power of God). Some people talk

about connecting with that Supreme Power by breath regulation but none of them have compete knowledge about it. Because of not belonging to this epoch, this method of worship is now impossible to do. The principles explained by Patanjali and many other sages in relation to Yama, Niyama, eating habits and life style are impossible to practice in this age.

If out of millions of people, one man is partially successful in it then what is the benefit of that? The earnings of this field can only be used by the one who earns it. Apart from this, God has created women in such a way that it is impossible for them to do this kind of worship. Do women not have the right to salvation? According to the arrangement of God, men and women both have an equal right to salvation while living in this world. This way the worships of earlier epochs are not possible in this epoch.

The wheel of time runs relentlessly. That is why change is inevitable in all the things of the world. No one has the capability to stop it. We can see how much the science has advanced in the physical world. This is the truth and is correct. But there is no consciousness in this relation in the spiritual world. Just like a non-living object, this world is lying in a completely unconscious state. All the principles of Science are written only after having been proved correct many times in the laboratory. Even then, no student can become a doctor or an engineer by reading those books until he himself proves those principles in the laboratory. This way, if the students of Science are not allowed to see the face of laboratory and efforts are made to make them doctors and engineers by making them read only the books of these fields, it will be a complete failure.

To be continued...

www.the-comforter.org

सद्गुरुदेव की दिव्य लेखनी से...

Samvat—7 Magh Badi 2044 Hijri—20 Jamadi-ul 1408

सोमवार ११ जनवरी माघ ब. ७ वि. २७ पौष सं. २०४४

काव्य का आनन्द रसिकी के अनुभव द्वारा होता है

"गुरु" क्या है?

हमारे धर्म शास्त्रों में गुरु की बहुत महिमा गाई गई है। गुरु का पद ईश्वर से भी बड़ा माना गया है। इस लिए वेदान्त धर्म को मानने वाले, आजकल संसार के लोग जिन्हें हिन्दू कह कर संबोधित करते है, गुरु शिष्य परम्परा को बहुत महत्व देते हैं। हमारी इसी मान्यता के कारण कुछ चतुर लोगों ने इस पद पर एकाधिकार कर लिया है। एक वर्ग विशेष के घर में जन्मा बच्चा जन्म से ही गुरु पैदा होता है। धर्म और गुरुपद का जितना दुर-उपयोग इस युग में हो रहा है, आज तक कभी कभी नहीं हुआ। गुरुओं की एक प्रकार से बाढ़ आ गई है। गुरु-शिष्य का सम्बन्ध इस युग में पूर्ण रूप से आर्थिक आधार पर टिका हुआ है। आज का गुरु पूरे परिवार का स्वतः गुरु बन जाता है। यह सम्बन्ध पीढ़ी-दर-पीढ़ी चलता ही रहता है। इस प्रकार इस पद की आड़ में भारी आर्थिक शोषण पनप रहा है। अतः हमें इस सम्बन्ध पर गहराई से चिन्तन करने की आवश्यकता है। हमारे शास्त्रों में गुरुपद की जो महिमा की गई है, वह गलत नहीं हो सकती, फिर इस पद की ऐसी दुर्गति क्यों हो रही है? हमें इस बात की असलियत का पता लगाना चाहिए कि आखिर गुरु बला क्या है? इस युग के गुरु समाज के सबसे बड़े शोषक और गुमराह करने वाले हैं। क्या ऐसे ही गुरुओं का हमारे शास्त्रों में गुणगान किया गया है? हमारे संतों ने 'गुरु' के बारे में जो कुछ कहा है उन्हीं गुण धर्म का प्राणी गुरु कहने योग्य है। संत कबीर ने गुरु की महिमा करते हुए कहा है कि :-

"कबीरा धारा अगम की सद्गुरु दई लखाय, उलट ताहि पढ़िए सदा, स्वामी संग लगाय"। इसके अलावा सभी संतों ने गुरु की एक-दूसरे से बढ़ चढ़ कर महिमा गाई है। "गुरु गोविन्द दोनों खड़े किसके लागूं पाँव, बलिहारी गुरु देव की गोविन्द दियो मिलाय"। उपरोक्त बातों से यही नतीजा निकलता है कि जिसमें गोविन्द से मिलाने की शक्ति है, मात्र वही गुरु कहलाने का अधिकारी है, गुरु पद का अधिकारी है। यह काम जो नहीं कर सकता, उसे कम से कम गुरु कहलाने का तो अधिकार नहीं, बाकी वह कुछ भी बन सकता है।

www.the-comforter.org

सद्गुरुदेव की दिव्य लेखनी से...

Samvat—8 Magh Badi 2044 Hijri—21 Jamadi-ul 1408

मंगलवार १२ जनवरी माघ व. ८ वि. २८ पौष सं २०४४

हानि क्या है अवसर से चूकना

गुरु एक पद है। इस पर पहुँचने के लिए कई बातों की आवश्यकता है। जैसे भौतिक जगत के पदों के लिए निरधारित भौतिक ज्ञान की जरूरत है, उसी प्रकार इस पद पर पहुँचने के लिए आध्यात्मिक ज्ञान की जरूरत है क्यों कि यह पद आध्यात्मिक है। जिस प्रकार लोहे में विभिन्न प्रकार की क्रियाओं में से गुजरने के बाद चुम्बकीय आकृष्टा पैदा होता है, ठीक उसी प्रकार मनुष्य गहन आध्यात्मिक आराधनाओं से गुजरता हुआ अपने संत सतगुरु की शरण में जाता है। गुरु अगर पात्र समझता है तो अपनी शक्तिपात उस शिष्य में कर देता है, जो कि पूर्ण रूप से समर्पित हो चुका होता है। इस प्रकार की शक्तिपात से मनुष्य द्विज बन जाता है। इस प्रकार वह गुरु पद का अधिकारी सा हो जाता है परन्तु उसे वह पद जब तक प्राप्त नहीं होता, जब तक उसका गुरु पंच भौतिक शरीर में संसार में रहता है। ज्यों ही गुरु का शरीर शान्त होता है, वे सभी आध्यात्मिक शक्तियां उस शिष्य के शरीर में प्रविष्ट हो जाती हैं। इस सारी क्रियाओं का ज्ञान केवल गुरु को ही होता है, जिस शिष्य में शक्तिपात किया जाता है वह गुरु के रहते अनभिज्ञ ही रहता है। ज्यों ही गुरु का शरीर शान्त होने पर सारी शक्तियां उसमें स्वतः प्रविष्ट हो कर भौतिक जगत में अपना प्रभाव दिखाने लगती है तो धीरे २ उसे आभास होने लगता है। इस प्रकार जिसे अनेक जन्मों के कर्म फल के प्रभाव से, ईश्वर कृपा और गुरु के आशीर्वाद से गुरु पद प्राप्त होता है वही सच्चा आध्यात्मिक गुरु होता है। जिस प्रकार कर्मफल के अनुसार विशेष योग्यता पाने के बाद भौतिक पद की प्राप्ति होती, ठीक उसी प्रकार आध्यात्मिक गुरु का पद प्राप्त होता है। भौतिक पद का समय निरधारित है परन्तु आध्यात्मिक जगत का गुरु पद जीवन भर के लिए प्राप्त होता। ऐसा गुरु भौतिक जगत में अपना कार्य पूर्ण करके जब अपने अन्तिम समय के पास पहुँच जाता है, तो उसे दिव्य दृष्टी प्राप्त हो जाती है। वह त्रिकाल दर्शी बन जाता है। अपनी इस विचित्र स्थिति के कारण वह उस उपयुक्त पात्र को एक आसन पर बैठा ही खोज लेता, जिसे वह गुरु पद सौंप कर इस भौतिक

www.the-comforter.org

सद्गुरुदेव की दिव्य लेखनी से...

Samvat—9 Magh Badi 2044 Hijri—22 Jamadi-ul 1408

बुधवार १३ जनवरी माघ ब. ९ वि. २९ पौष सं. २०४४

जहां तक हो सके, मित्रों से लेन देन मत रक्खो

संसार से विदा लेनी चाहता है। अपनी आध्यात्मिक शक्ति के बल से उसे अपने पास बुलाकर समर्पण करवाता है और फिर आश्वस्त होकर प्रभु के ध्यान में लीन हो जाता है। इस प्रकार जिस व्यक्ति को गुरुपद प्राप्त होता है वही सच्चा गुरु होता है। यह खेल मनुष्य के जन्म से पहिले ही निश्चित किया हुआ होता है, इसमें मनुष्य का प्रयास अधिक सहायक नहीं होता। सच्चा गुरु वही होता है जो पूर्ण रूप से चेतन हो चुका होता है। उसका सीधा सम्बन्ध ईश्वर से होता है। इस लिए जो प्राणी ऐसे गुरु से जुड़ जाता है उसे तत्काल आध्यात्मिक अनुभूतियां होने लगती हैं। आध्यात्मिक शक्तियां उसका भौतिक जगत में पथ प्रदर्शन करने लगती हैं। इस प्रकार वह प्राणी भौतिक तथा आध्यात्मिक रूप से बहुत ऊपर उठ जाता है। तामसिकता उससे कोसों दूर भागती है। इस प्रकार शान्त, स्थिर और निर्भय वह प्राणी अपना ही नहीं संसार के अनेक जीवों का कल्याण करता हुआ अपने परम लक्ष्य को प्राप्त कर लेता है। यह होता है आध्यात्मिक संत सत्गुरु की कृपा का प्रभाव। ऐसा संत पुरुष जो मनुष्यों को द्विज बनाने की स्थिति में पहुँच जाता है, गुरु कहलाने का अधिकारी होता है। गुरु पद कोई खरीदी जाने वाली वस्तु नहीं है। यह पद न किसी जाति विशेष में जन्म लेने से प्राप्त होता है, न कपड़े रंग कर स्वांग रचने से, न किसी शास्त्र के अध्ययन से। यह तो मन रंगने की बात है। ईश्वर करोड़ो सूर्यों से भी अधिक उर्जा का पुंज है। ऐसी परम सत्ता से जुड़ने के कारण गुरु पारस बन जाता है। अतः जो मनुष्य इस पारस के सम्पर्क में आता है सोना बन जाता है। ऐसे गुण धर्म के बिना जितने भी गुरु संसार में विचरण कर रहे हैं, सभी ने अपने पेट के लिए विभिन्न स्वांग रच रखे हैं। संसार के भोले भाले प्राणियों को भ्रमाकर अपना स्वार्थ सिद्ध कर रहे हैं। आध्यात्मिक जगत में धन की मुख्य भूमिका नहीं होती। यह तो श्रद्धा, विश्वास, प्रेम, दया और समर्पण का जगत है, धन की भूमिका इस जगत में गौण है। सच्चा संत सत्गुरु भाग्य से ही मिलता है, इसमें मानवीय प्रयास अधिक सहायक नहीं होते।

ओम लाल
13/02/88

www.the-comforter.org

गतांक से आगे...

कठिनाई में...

योग के आधार

-महर्षि श्री अरविन्द

शक्ति का अवतरण इसलिये नहीं होता कि वह निम्नतर शक्तियों को जाग्रत कर दे, परंतु अभी उसे जिस रूप में कार्य करना पड़ रहा है उसी की प्रतिक्रिया के रूप में नीचे की शक्तियाँ इस प्रकार उभर आती हैं। आवश्यकता इस बात की है कि समस्त प्रकृति के आधार में स्थिर और विस्तीर्ण चेतना को स्थापित किया जाये जिससे कि जब निम्नतर प्रकृति उभरकर सामने आये, तब ऐसा न प्रतीत हो कि कोई आक्रमण या संघर्ष उपस्थित हुआ है, बल्कि ऐसा प्रतीत हो कि शक्तियों का स्वामी वहाँ विद्यमान है और वह वर्तमान मशीन के दोषों को देख रहा है तथा मशीन के संशोधन और परिवर्तन के लिये जो कुछ करना आवश्यक है उसे धीरे धीरे कर रहा है।

ये सब अज्ञान की शक्तियां हैं जो पहले तो बाहर से साधक के चारों ओर घेरा डालना आरंभ करती हैं और फिर उसे अभिभूत कर डालने और उसपर अधिकार जमा लेने के लिये सब एक साथ मिलकर आक्रमण करती हैं। ऐसे आक्रमण को जब-जब विफल कर दिया जाता है और दूर हटा दिया जाता है तब-तब सत्ता के अंदर एक प्रकार की सफाई आती है, ऐसा मालूम होता है मानों हमारे अंदर बैठी हुई कुछ चीजें बाहर निकल गयी हैं, मन, प्राण या शरीर में अथवा प्रकृति के अन्य किसी संलग्न भाग में श्रीमां के लिये एक नया क्षेत्र अधिकार में आ गया है। तुम्हारे प्राण-भाग के अंदर श्रीमां द्वारा अधिकृत क्षेत्र बढ़ता जा रहा है-यह इस बात से सूचित हो रहा है कि पहले जिन आक्रमणों से तुम एकदम अभिभूत हो जाया करते थे, उनका अब तुम अधिक प्रबल विरोध करते हो।

ऐसे समयों में यदि श्रीमां की उपस्थिति या शक्ति का आह्वान किया जा सके तो यही कठिनाई का सामना करने का सबसे उत्तम उपाय है। मोम... तुम्हारी जो यह बातचीत होती है वह श्रीमां के साथ ही होती है जो सदा ही तुम्हारे साथ रहती हैं और तुम्हारे अंदर रहती हैं। एकमात्र आवश्यक बात है उस बातचीत को ठीक-ठीक सुनना जिसमें अन्य कोई वाणी उनकी वाणी के रूप में न आ जाये अथवा तुम्हारे और उनके बीच में न आ जाये।

तुम्हारा मन और हृत्पुरुष आध्यात्मिक लक्ष्य पर केंद्रित हैं और भगवान् की ओर उन्मुक्त

www.the-comforter.org

हैं-इसी कारण भागवत प्रभाव केवल तुम्हारे मस्तक और हृदय तक नीचे आता है। किंतु तुम्हारी प्राण-सत्ता और प्राण-प्रकृति तथा शरीर-चेतना निम्नतर प्रकृति के प्रभाव में हैं। जबतक प्राण-सत्ता और शरीर-सत्ता समर्पित नहीं हो जाती अथवा स्वयं अपनी ओर से उच्चतर जीवन की कामना नहीं करतीं तबतक इस संघर्ष के चलते रहने की संभावना है। प्रत्येक वस्तु को समर्पित कर दो, अन्य सभी कामनाओं या स्वार्थों का त्याग कर दो, अपनी प्राणमय प्रकृति को उन्मुक्त करने के लिये तथा सभी केंद्रों में स्थिरता, शांति, ज्योति और आनंद को उतार लाने के लिये भागवत शक्तिका आह्वान करो। अभीप्सा करो और श्रद्धा तथा धैर्य के साथ परिणाम की प्रतीक्षा करो। हृदय की पूर्ण सच्चाई तथा सर्वांगपूर्ण समर्पण और अभीप्सा के ऊपर ही सब कुछ निर्भर करता है। काम कर ... जबतक तुम्हारा कोई भी अंश जगत् के अधिकार में रहेगा तबतक जगत् तुम्हें सतायेगा। केवल उसी समय तुम जगत् से मुक्त हो सकते हो जब कि तुम पूर्ण रूप से भगवान् के हो जाओ।

क्रमशः अगले अंक में...

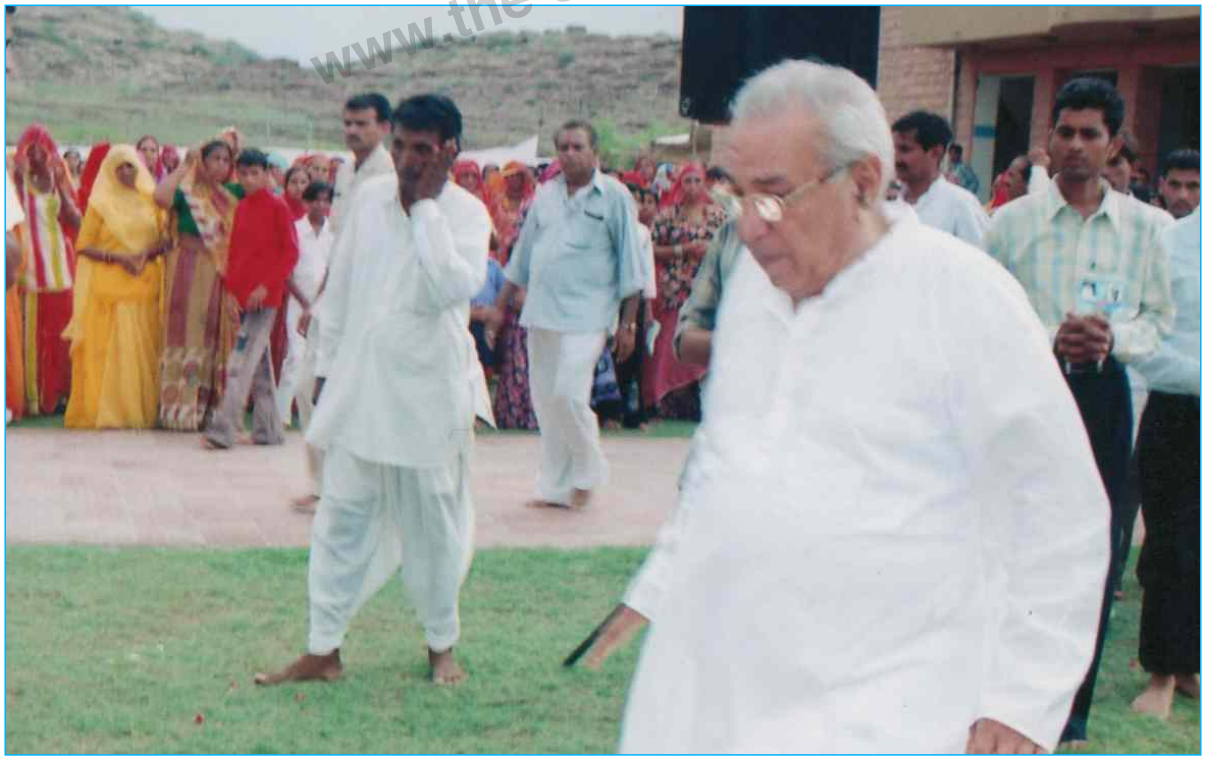
www.the-comforter.org

यादों के पल...

www.the-comforter.org

यादों के पल...

www.the-comforter.org



सिद्धयोग :- शक्तिपात दीक्षा द्वारा कुण्डलिनी जागरण

भारतीय ऋषियों ने सृष्टि की उत्पत्ति के संबंध में अंतर्मुखी होकर खोज की तो पाया कि संपूर्ण ब्रह्माण्ड, मनुष्य के शरीर में है। जब हमारे ऋषियों ने और गहन शोध किया तो पाया कि इस जगत् को रचने वाला सहस्रार में स्थित है और उसकी शक्ति मूलाधार में। इन दोनों के कारण ही संसार की रचना हुई है।

उस परम पुरुष की शक्ति, उसके आदेश से नीचे उतरती गई और अलग-अलग बंध लगाकर सभी लोकों की रचना करके मूलाधार में स्थित हो गई। इसके चेतन होकर उर्ध्वगमन करते हुए सहस्रार में पहुँचने का नाम ही 'मोक्ष' है। मोक्ष की प्राप्ति जीते जी होती है। मरने के बाद मोक्ष की कल्पना करना, एक मृगमरीचिका ही है और कुछ नहीं।

गुरु-शिष्य परंपरा में जो शक्तिपात दीक्षा का विधान है, उसके अनुसार गुरु अपनी शक्ति से कुण्डलिनी को चेतन करके ऊपर को चलाते हैं। गुरु का शक्ति पर पूर्ण प्रभुत्व होता है, इसलिए वह उस गुरु के आदेश के अनुसार चलती है। क्योंकि यह सहस्रार में स्थित परमसत्ता की पराशक्ति है अतः यह मात्र उसी का ही आदेश मानती है। इसका स्पष्ट अर्थ है कि जिस व्यक्ति को सहस्रार में स्थित उस परम तत्त्व की सिद्धि हो जाती है, वही इसका संचालन करने का अधिकारी है। यह शक्ति विश्व में, एक समय में, मात्र एक ही व्यक्ति के माध्यम से कार्य करती है। क्योंकि यह सार्वभौम सत्ता है, इसलिए वह व्यक्ति विश्वभर में अभूतपूर्व क्रांतिकारी परिवर्तन करने की सामर्थ्य रखता है।

यह भारतीय दर्शन की विश्व को अभूतपूर्व एवं अद्वितीय देन है। अध्यात्म विज्ञान सत्संग केन्द्र, जोधपुर के संस्थापक व संरक्षक, प्रवृत्तिमार्गी परम श्रद्धेय समर्थ सद्गुरुदेव श्री रामलालजी सियाग अपने सद्गुरुदेव बाबा श्री गंगाईनाथजी योगी ब्रह्मलीन (जामसर) के आदेशानुसार इस दिव्य ज्ञान का महाप्रसाद बाँटने, विश्व में अकेले ही निकल पड़े हैं।

शक्तिपात से जब कुण्डलिनी शक्ति जाग्रत हो जाती है तो उर्ध्वगमन करने लगती है। कई जन्मों के संस्कारों के कारण रास्ता अवरूद्ध रहता है। अतः साधक को विभिन्न प्रकार की यौगिक क्रियाएँ जैसेः- आसन, बंध, मुद्राएँ एवं प्राणायाम स्वतः ही होने लगते हैं। वह शक्ति साधक का शरीर, प्राण, मन और बुद्धि अपने अधीन कर लेती है। इस प्रकार जो क्रियाएँ होती हैं उन्हें साधक न तो स्वयं करने की स्थिति में होता है और न ही रोकने की। वह शक्ति सीधा अपने नियंत्रण में सभी क्रियाएँ स्वयं करवाती है।

गुरुदेव के अनुसार भौतिक विज्ञान के शोधकर्त्ताओं की असंख्य समस्याओं का समाधान, इस ज्ञान से हो जाएगा। समाधि स्थिति में वह परमसत्ता हर समस्या का समाधान शोधकर्ताओं को करवा देगी। इस प्रकार मनुष्य जाति की असंख्य समस्याओं का समाधान हो जाएगा।

गुरु-शिष्य परंपरा में जिस सिद्धयोग अर्थात् महायोग का वर्णन है, उसके आदि गुरु कैलाशवासी भगवान् परशिव हैं। शिव से यह ज्ञान अमर कथा द्वारा महायोगी श्री मत्स्येन्द्र नाथ जी को मिला। उनके परम शिष्य महायोगी श्री गोरखनाथजी ने इस सिद्धयोग से संसार का जो कल्याण किया है, वह सर्वविदित है। यह योग संसार के त्रिविध तापों- आधि दैहिक, आधि भौतिक व आधि दैविक (Physical, Mental & Spiritual) का शमन (नाश) करता है। इसलिए संसार की कोई भी असाध्य बीमारी व विज्ञान सम्बधित समस्या नहीं है; जिसका सिद्धयोग में समाधान न हो। अर्थात् सिद्धयोग में सब कुछ संभव है, जो सद्गुरुदेव श्री रामलालजी सियाग की शक्तिपात दीक्षा से मानवता में मूर्तरूप ले रहा है।

सिद्धयोग से लाभ-

समर्थ सद्गुरुदेव श्री रामलाल जी सियाग से मंत्र दीक्षा प्राप्त करने के बाद, उनके चित्र का नियमित ध्यान एवं नाम जप द्वारा मातृशक्ति कुण्डलिनी के जागरण से साधक में निम्न परिवर्तन आ जाते हैं-

. सभी प्रकार के असाध्य रोगों जैसेः-एड्स, कैंसर, डायबिटीज, टी.बी, दमा, ब्लड प्रेशर, मिर्गी, बवासीर, हीमोफीलिया, हेपेटाइटिस व गठिया आदि से पूर्ण मुक्ति संभव।

. सभी प्रकार के मानसिक रोगों जैसेः-तनाव, पागलपन, उन्माद, भय, चिंता, अनिद्रा आदि से पूर्ण मुक्ति संभव।

. सभी प्रकार के नशों जैसेः- शराब, अफीम, हेरोइन, भांग, तम्बाकू (बीड़ी, सिगरेट व जर्दा) आदि से बिना किसी परेशानी के छुटकारा।

. विद्यार्थियों की एकाग्रता एवं याद्दाश्त में नाम जप व ध्यान द्वारा अभूतपूर्व वृद्धि।

. आध्यात्मिकता के पूर्ण ज्ञान के साथ भूत, वर्तमान एवं भविष्य की घटनाओं को ध्यान के समय प्रत्यक्ष देखना और सुनना।

. गृहस्थ जीवन में रहते हुए 'भोग एवं मोक्ष' दोनों तत्त्वों की सहज प्राप्ति। इसके साथ ही जीवन की समस्त सांसारिक परेशानियों से छुटकारा।

. ईश्वर की प्रत्यक्षानुभूति एवं साक्षात्कार संभव।

www.the-comforter.org

क्या एक निर्जीव चित्र, सजीव (मानव) पर प्रभाव डाल सकता है ?

सद्गुरुदेव श्री रामलाल जी सियाग

प्रत्यक्ष को प्रमाण क्या ? ध्यान करके देखें।

शक्तिपात-दीक्षा

गुरुदेव सियाग सिद्धयोग आराधना की एक सरल विधि है। इसमें साधक को सघन मंत्र जाप व ध्यान करना होता है।

समर्थ सद्गुरुदेव श्री रामालाल जी सियाग एक सिद्धगुरु हैं जो शक्तिपात दीक्षा से, अपनी दिव्य शक्ति को संजीवनी मंत्र द्वारा शिष्य में संप्रेषित कर, उसकी सुप्तुप्त शक्ति, कुण्डलिनी को जाग्रत कर देते हैं।

गुरुदेव सियाग का संजीवनी मंत्र, एक चेतन (Enlightened) मंत्र है, इसमें प्राण प्रतिष्ठा की हुई है। इस मंत्र में असंख्य ऋषियों की कमाई है।

गुरुदेव की दिव्य वाणी में संजीवनी मंत्र सुनने के लिए डायल करें - 07533006009

(सभी जाति एवं धर्मों के जिज्ञासु स्त्री-पुरुषों को सस्नेह निमंत्रण)

www.the-comforter.org

ध्यान की विधि

- आरामदायक स्थिति में बैठकर थोड़ी देर के लिए गुरुदेव के चित्र को एकाग्रता से, खुली आँखों से देखें।
- फिर गुरुदेव से 15 मिनट के लिए ध्यान स्थिर करने की करूण प्रार्थना करें।
- अब आँखें बंद करके समर्थ सद्गुरुदेव श्री रामलाल जी सियाग के चित्र को अपने आज्ञाचक्र पर (जहाँ बिन्दी या तिलक लगाते हैं) केन्द्रित करते हुए, संजीवनी मंत्र का मानसिक जाप (बिना होंठ-जीभ हिलाए) करते रहें।
- इस दौरान कोई भी यौगिक क्रिया (आसन, बंध, मुद्रा या प्राणायाम) हो तो घबराएँ नहीं तथा न ही इन्हें रोकने का प्रयास करें। ध्यान की अवधि पूर्ण होते ही सामान्य स्थिति हो जाएगी।
- इस विधि से सुबह-शाम खाली पेट नियमित रूप से (केवल 15 मिनट) ध्यान करते रहें।
- नाम जप ही ध्यान की चाबी है। इसको तेल की धार की तरह, हर समय जपें।

Method of Meditation

- Sit in a comfortable position and look at Gurudev's image for a while.
- Then pray to Gurudev to help you meditate for 15 minutes.
- Now close your eyes and while focussing on Gurudev's image at the centre of your forehead, mentally chant (without moving your lips and tongue) the Sanjeevani Mantra given by Gurudev.
- During this time if you undergo automatic yogic movements, then let them happen. Don't try to stop them. After requested time is over, they will stop.
- Meditate in this way for 15 minutes, in the morning and evening, on an empty stomach.
- For profound meditation, chant the mantra as much as possible while performing your daily activities.

मुख्यालयः- अध्यात्म विज्ञान सत्संग केन्द्र, जोधपुर

होटल लेरिया के पास, चौपासनी, जोधपुर (राज.) 342001 सम्पर्क : +91-2912753699, +91-9784742595

Email: avsk@the-comforter.org, Website: www.the-comforter.org

R.N.I. NO. : RAJMUL/2008/26365*POSTAL REGD. NO. JODHPUR/269/01.01.2020 & VALID UP TO 31.12.2022
DATE OF ISSUE : EVERY MONTH 27 & DISPATCH 28-29

अध्यात्म विज्ञान सत्संग केन्द्र, जोधपुर आश्रम में विराजित गुरुदेव अपने शिष्यों के साथ

www.the-comforter.org

—— अवितरित प्रति निम्न पते पर लौटायें ——
Spiritual Science . स्पिरिचुअल साइंस
अध्यात्म विज्ञान सत्संग केन्द्र, जोधपुर
होटल लेरिया के पास, चौपासनी पोस्ट बॉक्स नं. 41, जोधपुर (राज.) 342001
फोन: + 91 291 2753699, मो. : +91 9784742595 वेबसाइट: www.the-comforter.org

मुद्रित सामग्री (Printed Matter)

सेवा में,

श्रीमान्_____

स्वत्वाधिकारी: अध्यात्म विज्ञान सत्संग केन्द्र, जोधपुर के लिए प्रकाशक व मुद्रक राजेन्द्र कुमार चौधरी के लिए, अध्यात्म विज्ञान सत्संग केन्द्र, होटल लेरिया के पास, चौपासनी, जोधपुर (राजस्थान) से प्रकाशित।