ध्यान-कक्ष
समभाव-समदृष्टि का स्कूल

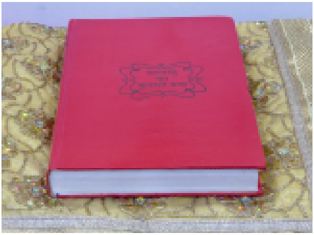
निज मानव स्वरूप की पहचान

एकता का प्रतीक

सतयुग की पहचान है यह, मानवता का स्वाभिमान है यह

SATYUG DARSHAN TRUST (REGD.)

मार्गदर्शक बल
(Guiding force)
सतवस्तु का कुदरती ग्रंथ



पढ़ो, समझो व अमल में लाकर श्रेष्ठ मानव बन जाओ।

इसे पढ़ने के लिए इस QR Code को स्कैन करें।

प्रकाशक
सतयुग दर्शन ट्रस्ट (रजि.)
"वसुन्धरा" ग्राम भूपानी–लालपुर रोड फरीदाबाद–121002 (हरियाणा)
ई–मेलः info@satyugdarshantrust.org | website: www.satyugdarshantrust.org
© सर्वाधिकार सुरक्षित सतयुग दर्शन ट्रस्ट (रजि.) | ISBN : 978-93-85423-57-4

प्रथम संस्करण | जुलाई, 2024

साडा है सजन राम, राम है कुल जहान

अर्थात्

ईश्वर हमारा मित्र/प्रियतम सर्वव्यापक है,

उसी को जानो, मानो व वैसे ही गुण अपनाओ।

शब्द है गुरु, शरीर नहीं है,

अर्थात्

ज्ञानी को नहीं, ज्ञान को अपनाओ और

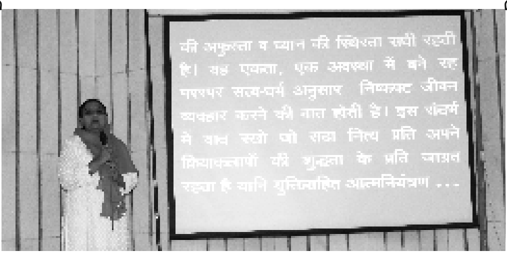
निमित्त में नहीं नित्य में श्रद्धा बढ़ाओ।

इस पर सुदृढ़ता से डटे रह,

इस अटल सत्य पर स्थिर बने रहो

ओ३म् अमर है आत्मा,

आत्मा में है परमात्मा


की अकुलता व ध्यान की स्थिरता बनी रहती
है। यह एकता, एक अवस्था में बने रह
परस्पर सत्य-धर्म अनुसार निष्कपट जीवन
व्यवहार करने की बात होती है। इस संदर्भ
में ध्यान रखो यो सदा नित्य प्रति अपने
क्रियाकलापों की शुद्धता के प्रति जाग्रत
रहना है यानि सुनियंत्रित आत्मनियंत्रण ...

सच्चाई
धर्म
सम

निज मानव स्वरूप की पहचान

सजनों यदि कोई आपसे पूछे कि आप कौन हैं तो निःसंदेह आपका पहला उत्तर होगा कि हम ईश्वर की सर्वोत्तम अद्‌भुत कलाकृति मानव हैं।

निश्चित रूप से हम मानव हैं एवं मानव रूप में हमारा यह जीवन सभी जन्मों में श्रेष्ठ, महत्त्वपूर्ण व दुर्लभ तथा मोक्ष का द्वार है। आओ जाने कैसे...?

मानव - शाब्दिक परिभाषा

शब्दकोष के अनुसार मानव वह स्तनपायी **(Mammalian)** द्विपद प्राणी है जो अपने मस्तिष्क या बुद्धिबल की अधिकता के कारण सब प्राणियों में श्रेष्ठ है तथा जिसके अंतर्गत हम, आप सब लोग आते हैं। जैसा कि कहा भी गया हैः-

मानव तो है परमेश्वर की
सर्वश्रेष्ठ कृति।
क्योंकि उस में होती है
विशेष विवेक बुद्धि....... सजन जी

.......विशेष विवेक बुद्धि।।
इसके अंतर्गत आते हैं
हम आप और सभी।
तभी तो है आवश्यकता
जाग्रत रहें एक-दूजे के प्रति.......सजन जी
.......जाग्रत रहें एक दूजे के प्रति।।

मानव रूप की महत्ता

यदि गौर से देखा जाए तो हमारा यह मानव रूप, चैतन्य शक्ति आत्मा और पंचतत्त्व युक्त विनाशशील जड़ शरीर का समन्वय है। यहाँ समझने की बात यह है कि न तो चैतन्य शक्ति के बिना यह जड़ शरीर क्रियावन्त हो सकता है और न ही जड़ शरीर के बिना चैतन्य शक्ति कोई कार्य कर सकती है। अन्य शब्दों में मानव रूप में हमारा यह जड़ शरीर चैतन्य शक्ति का अमूल्य वाहन है। अतः दोनों को ही संतुलित विकास वांछनीय है तथा आत्मिक ज्ञान ही इस वांछनीय विकास की पूर्ति का एकमात्र साधन है। इस संदर्भ में सतवस्तु के कुदरती ग्रन्थ में भी कहा गया हैः-

जल वायु अग्नि पृथ्वी और आकाश।
पंजां तत्तां दा चमड़ा,
इसी चमड़े में पाया प्रकाश।
इसी चमड़े में पाया दीदार,
इसी चमड़े में रैहंदे ने परवरदिगार।।
इसी चमड़े में प्रकाश सुहाया।
आहा इसी चमड़े में प्रकाश,
ओ प्रकाश उसने है पाया।।
इस चमड़े में प्रकाश है,
इसी में निवास है,
इसी चमड़े में विशेष है,
इसी में प्रवेश है।
इस चमड़े तों विशेष है,
इसी चमड़े में हर्षाया।
आहा चमड़े में प्रकाश,
ओ प्रकाश उसने है पाया।।

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सप्तम सोपान,
चतुर्थ भाग, कीर्तन न0 28)

मानव रूप की क्षमता

आगे ज्ञात हो कि प्रकृति ने मानव के भेस में हमारी रचना स्वयं अपने नियंता, सेवक तथा संचालक के रूप में की है। हम में प्रकृति के प्रत्येक पदार्थ के गुण, दोष, कर्म तथा स्वभाव को जानने की तथा उसको सर्व हित के निमित्त प्रयोग करने की क्षमता है। इस नाते हमारी क्षमताएँ असीम हैं तथा कोई भी कार्य हमारे लिए असंभव नहीं। जैसा कि सतवस्तु के कुदरती ग्रन्थ में भी कहा गया हैः-

तू आप सजना ओ, त्रिलोकी दा सिंगारिया।
मिथ्या घर विसारिया, अपना आप संवारिया।।
तू आप सजना ओ, त्रिलोकी दा सिंगारिया।
सिंघासन तेरा तूं सिंघासन दा मालिक।
कई सूरजां दा सूरज चढ़ा लिया,
त्रिलोकी दा सिंगारिया।।

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, द्वितीय सोपान, कीर्तन न0 34)

यही नहीं मानव रूप में हम सृष्टि कर्त्ता, संचालक भगवान के साकार प्रतिनिधि हैं। भगवान अर्थात्

OPEN HOUSE
DISCUSSION

जो एक है, इच्छा/संकल्प रहित है, जिसका कोई रूप, रंग तथा नाम नहीं है, जो सच्चिदानंद और परमधाम स्थित है तथा समग्र विश्व जिसकी सुन्दर अभिव्यक्ति है। इस अर्थ से हम में से प्रत्येक मानव - भगवान का ही रूप है। इस आधार पर भगवान जो कि सब शक्तियों के भंडार हैं, वह ही इस मानव देह में स्थित होकर अपनी ब्रह्म सत्ता के माध्यम से लोक कल्याणार्थ अनेक लीलाएँ कर रहे हैं और कह रहे हैं:-

हम हैं कलाधारी, हम हैं खेल खिलाड़ी,
हम हैं लीलाधारी, कुल सगली जोत हमारी
कुल सगली जोत हमारी, कुल सगली जोत हमारी
हम हैं लीलाधारी, कुल सगली जोत हमारी

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सप्तम सोपान,
द्वितीय भाग, कीर्तन न0 37)

स्मरण रहे जिस मानव शरीर में स्थित होकर परमात्मा आप नाना प्रकार की क्रीड़ाएँ कर रहे हैं उसे नौ द्वारों वाली देवपुरी/देवालय कहा जाता है। इस देवालय में सोने का एक ज्योतिस्वरूप एवं प्रकाशमय परिपूर्ण रमणीय, मस्तिष्क है जो मानव

के समस्त प्राणियों में विशिष्ट, विवेकशील व बुद्धिमान होने का परिचायक है।

मानव रूप में हमारा कार्य क्षेत्र

जानो परम कल्याणकारी, ज्ञानसागर, परमपिता, दिव्य चैतन्य शक्ति परमेश्वर द्वारा रचित यह विशाल ब्रह्मांड हम सबका कार्य क्षेत्र तथा एक अति सुन्दर रंगशाला है। हम सब उस परमात्मा के अभिन्न अंश, इस रंगशाला के अभिनेता हैं तथा इसको सुन्दर बनाने व इसकी मान-मर्यादा की रक्षा करते हुए, इसकी सुख-शांति में वृद्धि करने हेतु यानि लोक-परलोक संवारने के लिए हमारा इस धरती पर प्रादुर्भाव हुआ है। महत्वपूर्ण बात यह है कि इस रंगशाला में हम अकेले नहीं अपितु सब शक्तियों के स्रोत, ज्योतियों की ज्योति, आत्मा रूप में परमात्मा स्वयं हमारे अन्दर तथा हमारे सब ओर स्थित हैं। इसलिए तो परमेश्वर सतवस्तु के कुदरती ग्रन्थ के अंतर्गत शान से कहते हैं:-

सर्व मैं हूँ मैं हूँ सर्व, सर्व सर्व प्रकाश हूँ
हो हो हो हो, सर्व सर्व प्रकाश हूँ

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, चतुर्थ सोपान, कीर्तन न० 3)

सजनों इसी निष्ठा व विश्वास के साथ हमें अपना ख़्याल ध्यान वल व ध्यान आत्म प्रकाश वल जोड़े रखते हुए, अपना अभिनय यानि जीवन का हर कारज निष्कामता व निर्भयता से सिद्ध करने के योग्य बनना है। ऐसा करने से हमारा ख़्याल, आहार, आचार-विचार, दृष्टिकोण व व्यवहार, सदा सकारात्मक व समता से परिपूर्ण रहेगा व ब्रह्मांड की सब दिव्य शक्तियाँ तथा साधन स्वयंमेव हमारे पास आ जाएंगे।

स्वधर्म

सम, संतोष, धैर्य, जैसे ईश्वरीय गुण अपना कर, सत्य-धर्म के निष्काम रास्ते पर चलना व परमात्म तत्त्व को प्राप्त कर, अपना उद्धार करना हमारा स्वधर्म है। इसके विपरीत शरीर से अपना सम्बन्ध मानकर भोग और संग्रह में लगना हमारे लिए पर-धर्म के समान है यानि निज धर्म से गिरने की बात है। हमें ऐसा नहीं करना क्योंकि शास्त्र कह रहा है:-

धर्म मत हारना रे, धर्म मत हारना रे
धर्म के ऊपर सजनों तन मन धन सब वारना रे

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सप्तम सोपान,
प्रथम भाग, कीर्तन न0 3)

इस बात के दृष्टिगत सजनों हमें सम, संतोष, धैर्य, सच्चाई, सेवा, त्याग, अहिंसा आदि जैसे उत्कृष्ट गुणों के वर्त-वर्ताव द्वारा, अपनी वृत्ति-स्मृति, बुद्धि को निर्मल रखते हुए, व अपने आचरण को उच्च तथा शिष्ट बनाते हुए, अपनी शारीरिक, मानसिक/बौद्धिक व आत्मिक क्षमताओं का समुचित ढंग से विकास करना है और मानव रूप में अपनी श्रेष्ठता के सत्य को सिद्ध कर सज्जनता के प्रतीक बनना है।

निःसंदेह इस हेतु राग, द्वेष, घृणा, तेरी-मेरी, वैर-विरोध, काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार आदि दुर्गुणों से रहित होकर व समभाव-समदृष्टि से युक्त होकर, प्रकृति के सब भेदों की तथा सब पदार्थों के गुण-दोषों की जानकारी प्राप्त करनी होगी। जानो तभी हम प्रकृति के नियमों के अनुकूल, बिना किसी

भेद-भाव या स्वार्थ-भाव के, सर्व कल्याण हेतु, हर पदार्थ का निष्कामता से प्रयोग करते हुए, सत्यनिष्ठा व धर्मपरायणता से निर्दोष जीवन जीने के योग्य बन पाएंगे व सबको भी उसी अनुसार आपसी सद्भावना व प्रेम से जीवन जीने की प्रेरणा दे परोपकारी नाम कहांएगे।

बाधा

अंत में सजनों हम तो यही कहेंगे कि समस्याएँ, कठिनाईयाँ तथा असफलताएँ परीक्षा के रूप में आपकी दृढ़ता, धीरता व क्षमताओं का विकास करने के लिए मार्ग में अनिवार्य रूप से आएँगी। परन्तु उनसे घबराकर या निराश होकर या जीवन के प्रति नकारात्मक रवैया अपना कर हाथ पर हाथ रखकर नहीं बैठ जाना या फिर अर्थहीन जीवन जीते हुए भाग्य/भगवान को दोष मत देना। इसके स्थान पर वीर मानवों की भांति अदृष्ट ईश्वरीय शक्ति के विधान पर सुदृढ़ विश्वास रखते हुए, प्रभु के हर हुक्म की पालना हँस कर सहज भाव से करना। इस तरह जीवन के प्रति सकारात्मक

दृष्टिकोण अपनाकर मार्ग में अवरोध उत्पन्न करने वाली हर बाधा/परिस्थिति का सामना विचार शब्द को अंग-संग रखते हुए, साहस, शूरता व धीरता से करना और सच्ची लगन, एकाग्रता व शांति-शक्ति के बलबूते पर इन तमाम समस्याओं, कठिनाईयों तथा असफलताओं पर विजय प्राप्त कर लेना और सत्यनिष्ठ व धर्मपरायण मानव कहलाना। याद रखो यदि ऐसा कर लिया तो न केवल सुख-दुःख, जन्म-मरण, रोग-सोग, खुशी-गमी, मान-अपमान, अमीरी-गरीबी आदि में अपने चैतन्य स्वरूप में समरस स्थिर बने रहने की क्षमता धार सकोगे अपितु अमरता की प्रतीति कर मौत के भय से भी मुक्त हो जाओगे। यह होगा तमाम दुःखों, कष्टों, क्लेशों, तापों-संतापों व जन्म-मरण के चक्कर से छुटकारा पा अपने जीवन का अर्थ सिद्ध कर लेना यानि अमरपद प्राप्त कर मोक्ष प्राप्त कर लेना। आप भी इसी जन्म में परम पुरुषार्थ द्वारा मोक्ष पद के अधिकारी बनो, यही हमारी शुभकामना है।

Learn the science of inner dimensions
at **Dhyan-Kaksh**
School of Equanimity & Even-sightedness

विषय

ध्यान-कक्ष

- ध्यान-कक्ष यानि समभाव-समदृष्टि का स्कूल (परिचय)

आत्मज्ञान

- आत्मज्ञान
- आत्मज्ञानी की पहचान
- आत्मिक ज्ञान के लिए पहली आवश्यकता
- आत्मिक ज्ञान एवं भौतिक ज्ञान में अंतर
- आत्मिक ज्ञान प्राप्ति से लाभ

शरीर/प्राण/भाव/दृष्टि को सम रखना

- शीश अर्पण व शारीरिक समता साधने का महत्त्व
- प्राण को सम रखने की कला
- भाव
- समभाव
- समभाव साधना
- समदृष्टि
- समबुद्धि एंव समभाव-समदृष्टि का व्यावहारिक रूप

अपनी पहचान

- निज मानव स्वरूप की पहचान
- यथार्थ ब्रह्म स्वरूप की पहचान
- ब्रह्म
- शब्द ब्रह्म
- ओ३म शब्द की महानता व महत्ता

समभाव-समदृष्टि का कायदा

- जिह्वा स्वतन्त्र अर्थात् आहार एवं वाणी संयम
- संकल्प स्वच्छ
- दृष्टि कंचन

आत्मविजय

- आत्मनिरीक्षण
- आत्मसंयम/आत्मनियन्त्रण (भाग-1 और-2)
- आत्मानुशासन एवं आत्मविजय

विचार एवं विवेक

- विचार
- विवेक
- विवेक जाग्रति
- विवेकशील मानव की पहचान

Offline classes and activities
Every Sunday from 12.45 pm to 1.45 pm
at Dhyan-Kaksh, Satyug Darshan Vasundhara,
Bhopani-Lalpur Road, Greater Faridabad - 121002

Online classes can be viewed at

आप इस विषय का वीडियो निमलिखित लिंक
(QR code) पर स्कैन करके देख सकते हैं ।

View this class by scanning this QR code link

Initiatives of Satyug Darshan Trust (Regd.) on Humanity and Ethics

INTERNATIONAL HUMANITY OLYMPIAD
www.humanityolympiad.org

HUMANITY DEVELOPMENT CLUB
www.awakehumanity.org

For FREE workshops in your School, College and groups

Scan for Dhyan-Kaksh Social Media

Contact

Mobile : +91 8595070695

Email: contact@dhyankaksh.org

Website: www.dhyankaksh.org

Scan for Dhyan Kaksh Location

https://bit.ly/3v4O8B2