ध्यान-कक्ष

समभाव-समदृष्टि का स्कूल

Symbol of oneness

DHYAN-KAKSH

SCHOOL OF EQUANIMITY & EVEN-SIGHTEDNESS

शब्द ब्रह्म

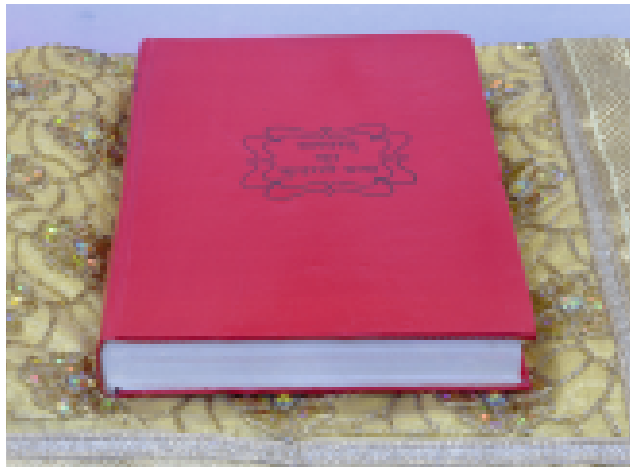
सतयुग की पहचान है यह, मानवता का स्वाभिमान है यह

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 : 978-93-85423-60-4

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

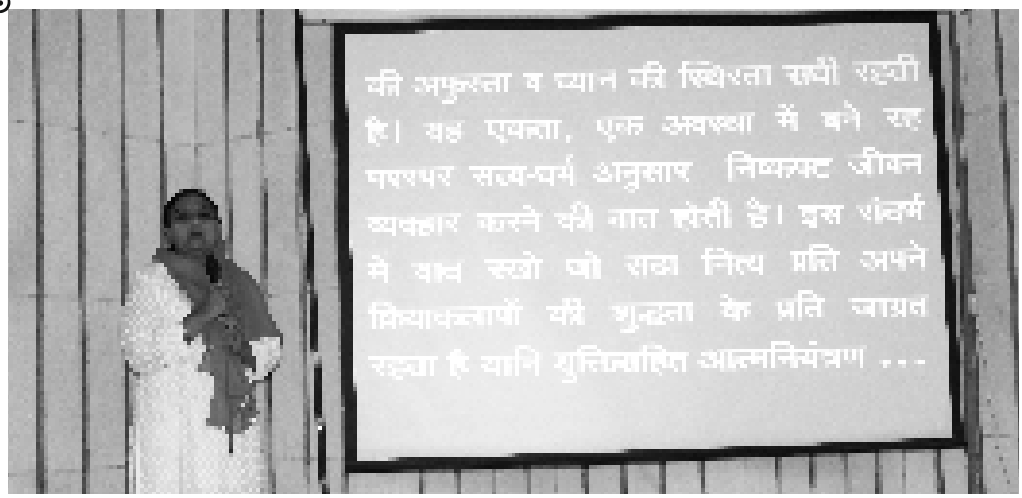
निमित्त में नहीं नित्य में श्रद्धा बढ़ाओ।

इस पर सुदृढ़ता से डटे रह,

इस अटल सत्य पर स्थिर बने रहो

ओ३म् अमर है आत्मा,

आत्मा में है परमात्मा



की अफुल्लता 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 याद रखो की सदा नित्य प्रति अपने
क्रियाकलापों की शुद्धता के प्रति जाग्रत
रहना है यानि सुनियोजित आत्मनियंत्रण ...

सच्चाई
धर्म
सम

शब्द ब्रह्म

सजनों सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ कह रहा है:-

ब्रह्म है हर अन्दर बाहिर,
ब्रह्म है जगत सवाया
ब्रह्म ब्रह्म हर जगह प्रकाशे,
ब्रह्म ही ओ खेल रचाया
ब्रह्म ब्रह्म ही ओ अपर अपारे,
ब्रह्म ही ब्रह्म सारा विस्तारे
ब्रह्म ही ब्रह्म अपना आप जाने,
ब्रह्म ही अपना आप पहचाणे

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, पंचम सोपान, कीर्तन न0 19)

कहने का आशय यह है कि ब्रह्म ही सर्वोपरि नित्य चेतन सत्ता व सत्-चित्त-आनन्द स्वरूप है तथा ब्रह्म ही जगत का मूल कारण व स्वयंभू है। ब्रह्म ही सर्वदा (हमेशा), सर्वथा (सब प्रकार से) पूर्ण, सर्वव्यापक, सर्वज्ञ और अनन्त-बेअन्त है तथा ब्रह्म ही सर्वातीत (The best) व सर्व आत्मरूप है। वह ही एकाक्षर मंत्र और नाद ब्रह्म है तथा वह ही

सर्वशक्तिमान, सबका स्वामी, सबका साक्षी और सब कुछ जानने वाला ईश है। इसीलिए तो सतवस्तु के कुदरती ग्रन्थ में परमेश्वर कहते हैं कि:-

निर्वाण दे अन्दर सूरजां दा सूरज जगदा
ब्रह्म शब्द है बड़ा महान,
कोई विरला पकड़े सजन इन्सान
ब्रह्म ही ब्रह्म असलियत अपनी जान सकदा
ओ जान सकदा ओ कैसा सुन्दर लगदा

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सप्तम सोपान, भाग:-3, कीर्तन न0 24)

अर्थात् वर्तमान कलुषित वातावरण के दृष्टिगत कोई विरला ही, ब्रह्म शब्द के महत्त्व को समझ सकता है यानि ख़्याल ध्यान वल व ध्यान प्रकाश वल कर परब्रह्मवाचक इस अनहत नाद को तन्मयता से ग्रहण कर, अपने असलियत ब्रह्म स्वरूप का बोध कर सकता है और **'मैं ब्रह्म हूँ'** के विचार पर स्थिरता से खड़ा हो, **'सोऽहम्'** के भाव से इस जगत में विचरता हुआ कह सकता है:-

जो मैं हूँ वह आप हैं
जो आप हैं मैं भी वही हूँ
हम दोनों तो एक हैं
एक दा है प्रवेश, एक ही है विशेष

यहाँ प्रश्न यह उठता है कि हम कैसे सहजता से अपने इस एकत्व, शुद्ध ज्ञानमय ब्रह्म स्वरूप की पहचान कर, ब्रह्म नाल ब्रह्म हो सकते हैं? जानो इस संदर्भ में सत्य बोध कराते हुए सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ कहता हैः-

ओजी शब्द गुरु मन लवो,
अपना आप ही पहचानो
फिर प्रीत उसे नाल बढ़ाओ,
ओजी ओ ओजी ओ ध्यान उसे दा लावो।।

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, षष्टम सोपान, कीर्तन न0 4)

अर्थात् ब्रह्मज्ञान या आध्यात्मिक ज्ञान प्रदान करने वाले शाश्वत, अजर-अमर, अविनाशी शब्द ब्रह्म, जिसे प्रणव, ओ३म्, ओंकार भी कहते हैं, को अपना गुरु मान, अपने नित्य असलियत स्वरूप को

पहचान लो। इस संदर्भ में जानो कि यही शब्द यानि सूक्ष्म अव्यक्त परम नाद अथवा अर्थयुक्त सार्थक ध्वनि ही सच्चे ज्ञान का आधार है और इसके साथ ध्यानपूर्वक अपने ख़्याल का नाता अखंडता से जोड़ने का पुरुषार्थ दिखाने पर ही हम आत्मिक ज्ञान प्राप्त कर, 'ईश्वर है अपना आप' यानि 'मैं ब्रह्म हूँ' के विचार पर स्थिरता से खड़े हो सकते हैं और इस जगत में ब्रह्ममय होकर निर्लिप्तता से निर्विकारी जीवन जीने की कला सीख सकते हैं व मानव रूप में अपनी वास्तविक उत्कृष्टता को सिद्ध कर, अक्षय यश-कीर्ति को प्राप्त कर सकते हैं।

इस महान महत्त्व के दृष्टिगत ही सजनों सतवस्तु के कुदरती ग्रन्थ में मूल मंत्र आद् अक्षर ' ओ३म्' को गुरु बताते हुए कहा गया है कि 'हे इन्सान यह तेरी ही ब्रह्म सत्ता है। अगर तू इस महान सत्ता को ग्रहण कर ले (यानि स्वीकार ले) तो तू खुद ही भगवान है'। यहाँ ब्रह्म सत्ता से तात्पर्य उस ब्रह्म शक्ति से है जो अपने अधिकार/प्रभुत्व, बल या सामर्थ्य/योग्यता का उपयोग करके कोई काम

OPEN HOUSE
DISCUSSION

करती, व कराती है तथा क्रियात्मक रूप में अपना प्रभाव दिखाती है यानि यह वह साधन या तत्त्व है अथवा चेतन एनर्जी या जीवन-शक्ति है जिससे कोई काम अथवा अभीष्ट सिद्ध होता है तथा मिथ्या शरीर रूपी मशीनरी सहित हर वस्तु क्रियावन्त होती है। जानते हो जो इस महान ब्रह्म सत्ता को ग्रहण कर यानि स्वीकार कर आत्मज्ञान प्राप्त कर लेता है, वह अपने परमात्मा स्वरूप का बोध कर क्या कह उठता है? वह कह उठता है:-

आप हो सारी दुनियां दे रक्षक
एहो मेरी ब्रह्म सत्ता, आहा ओ मेरी ब्रह्म सत्ता।
एहो मेरी ब्रह्म सत्ता, मन मन्दिर प्रकाशे,
आद अन्त एहो जापे।।
कोने कोने डाली ओ डाली,
पत्ते ओ पत्ते व्यापे।
एहो मेरी ब्रह्म सत्ता,
आहा ओ मेरी ब्रह्म सत्ता।।
एहो मेरी ब्रह्म सत्ता प्रकाशे,
जगत जहान हां मै खुद आप भगवान।
जड़ चेतन प्रकाशे सूरज चांद ही ओ जापे,

एहो मेरी ब्रह्म सत्ता।।
एहो मेरी ब्रह्म सत्ता प्रकाशे हाज़रा हजूर,
निकट हिवे सजनों, सजनों निवे कोई दूर।
प्रकाश मेरा सारे भूमण्डल,
प्रकाश मेरा है ओ जरूर, एहो मेरी ब्रह्म सत्ता।
एहो मेरी ब्रह्म सत्ता,
आहा ओ मेरी ब्रह्म सत्ता।।

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सप्तम सोपान, भाग -2, कीर्तन न0 2)

सजनों इस बात को समझते हुए आप भी अपने वास्तविक ब्रह्म स्वरूप का बोध करने हेतु, युक्ति अनुसार, समस्त जगतीय कार्यव्यवहार करते हुए यानि उठते बैठते, सोते-जागते, चलते-फिरते मूलमंत्र ओ३म् की ख़्याल द्वारा घड़ी की टक-टक की तरह, अफुरता से एकरस रटन लगाओ और अजपा में रम जाओ। जानो ऐसा होने पर मन बिलकुल शांत यानि संकल्प रहित हो जाएगा, चित्त प्रसन्न हो जाएगा, बुद्धि स्थिर हो जाएगी और ख़्याल जगत में विचरते हुए भी उससे आज़ाद रह, स्वतन्त्रतापूर्वक अपने सच्चे घर से सब कुछ प्राप्त

करने में सक्षम हो, आत्मतुष्ट हो जाएगा। सजनों यह आत्मतुष्टि परमशांति व आनन्दप्रदायक है। इस परमानंद से सराबोर प्राणी आत्मतत्त्व की अमरता का बोध कर, परमात्म स्वरूप की पहचान करने में सफल हो जाता है और शान से कह उठता है:-

मैं ब्रह्म हूं
ओ३म्
अमर है
आत्मा
आत्मा में है
परमात्मा
एहो असलियत ब्रह्म
स्वरूप प्रकाश
है जे ओ मेरा
अपना
हम ब्रह्म प्रकाश
हम
हम ब्रह्म प्रकाश
हां

हम हर अन्दर निवास
हम
हम हर अन्दर निवास
हां
हम हर अन्दर प्रवेश
हम
हम हर अन्दर प्रवेश
हां
हम हर अन्दर विशेष
हम
हम हर अन्दर विशेष
हां
हम ब्रह्म हम
हम ब्रह्म हां

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सप्तम सोपान, भाग-4,
वीरवार का दूसरा बोर्ड, कीर्तन न0 2)

निष्कर्ष

अंत में सजनों हम तो यही कहेंगे कि ओ३म् मूलमंत्र के रूप में सर्वत्र अभिव्यक्त अपनी ब्रह्म सत्ता को अविलम्ब ग्रहण कर, अपने वास्तविक ज्ञान, गुण व

शक्ति को पहचानो और मानो कि हम सत्तावान हैं तथा हममें हर कठिन से कठिन कार्य निर्विघ्नता से पूर्ण करने की सक्षमता निहित है। अन्य शब्दों में इस ज्ञानमय, गुणमय, सशक्त चेतन सत्ता के बलबूते पर अपने चंचल मन व इन्द्रियों को वश में रखते हुए, खुद पर सुचारू ढंग से शासन करने वाले जितेन्द्रिय इंसान बनो। यहाँ जानो कि 'रूप-रंग-रेखा रहित जो हमारा असलियत ब्रह्म स्वरूप है, वह 'ओ३म् विच विशेष भी है और ओ३म् तों निर्लेप भी है'। अर्थात् परब्रह्म परमेश्वर शब्द ब्रह्म में विलक्षण रूप से विद्यमान होते हुए भी, उससे निर्लेप यानि परे है। इस कथन से शिक्षा लेते हुए सजनों हमें भी परमेश्वर की तरह इस जगत में विशेष रूप से विचरते हुए यानि अपने समस्त कर्त्तव्य अकर्त्ता भाव से कुशलतापूर्वक संपादित करते हुए, सदा उनसे निर्लेप अवस्था में बने रहना है। निःसंदेह यह तभी हो पाएगा जब हम सांसारिक विषय-वस्तुओं व शरीरों के प्रति जो हमारा लगाव है व इनके प्रति जो 'मैं-मेरा' का भाव है, उसे सहर्ष त्याग कर अपने ख़्याल व दृष्टि

(ध्यान) को निज आधार स्वरूप परब्रह्म परमेश्वर के साथ जोड़ेंगे और उसी की ब्रह्म सत्ता ग्रहण कर, तद्नुकूल निष्कामतापूर्वक, आत्मीयता युक्त आचार-व्यवहार दर्शाएंगे और सज्जनता के प्रतीक बन जाएंगे। हम सब ऐसा कर पाएं इसलिए सजनों सतवस्तु के कुदरती ग्रन्थ में कहा गया है:-

राम रटन ओथे लग रही
सजनों मेरी सुण लौ बात,
दुनियां तों राहवो आज़ाद

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, पंचम सोपान, कीर्तन न0 53)

जानो यही एकमात्र युक्ति है अपनी जिह्वा को स्वतन्त्र, संकल्प को स्वच्छ व दृष्टि को कंचन कर ख़्याल को सदा अफुरता से अपने सच्चे घर में स्थित रखने की। इसी के द्वारा निज आत्मतत्त्व का बोध हो सकता है और हम अपने असलियत ब्रह्म स्वरूप की पहचान कर ब्रह्म पद पा अपना जीवन सफल बना सकते हैं।

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