ध्यान-कक्ष
समभाव-समदृष्टि का स्कूल

Symbol of oneness
DHYAN-KAKSH
SCHOOL OF EQUANIMITY & EVEN-SIGHTEDNESS

ओ३म् शब्द की महानता व महत्ता

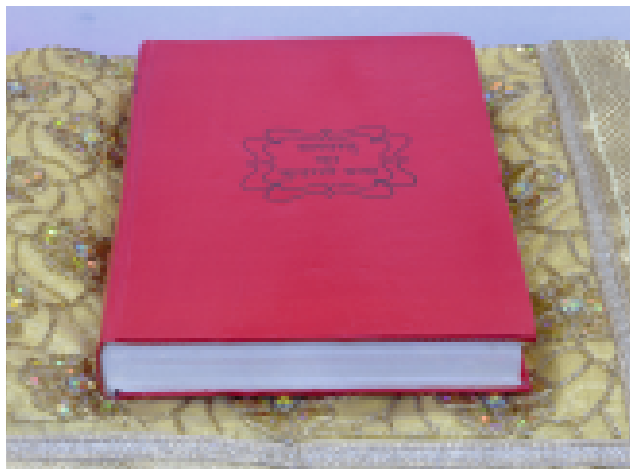
सतयुग की पहचान है यह, मानवता का स्वाभिमान है यह

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 : 978-93-85423-61-1

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

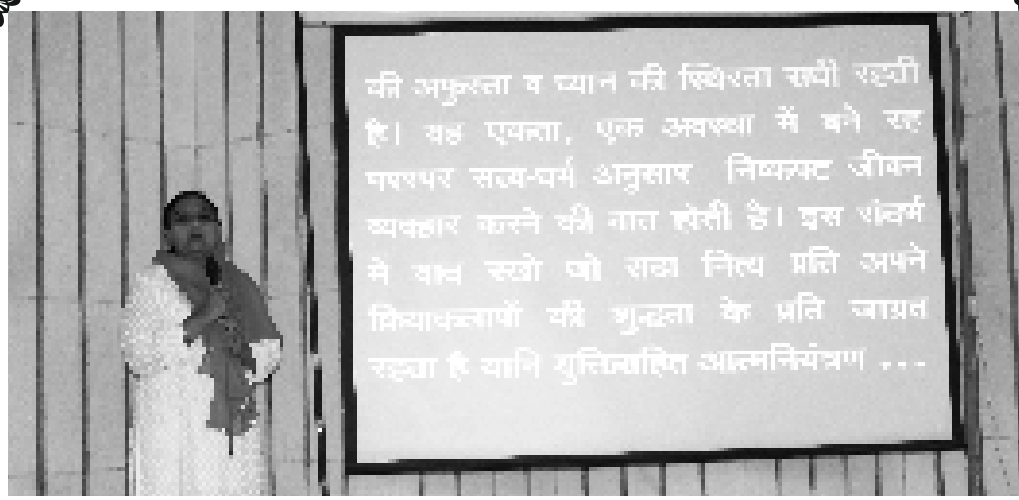
निमित्त में नहीं नित्य में श्रद्धा बढ़ाओ।

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 को सदा नित्य प्रति अपने
क्रियाकलापों की शुद्धता के प्रति जाग्रत
रहना है यानि युक्तियुक्त आत्मनियंत्रण . . .

सच्चाई
धर्म
सम

ओ३म् शब्द की महानता व महत्ता

सजनों आज जानें परब्रह्मवाचक, अंधकार विनाशक, सत्यस्वरूप प्रकाशक ओ३म् शब्द के बारे में। अतः सब तरफ से अपना ख़्याल व ध्यान हटा कर एकाग्रचित्तता से आत्मस्थित हो जाईए और जानिएः-

ओ....३.....म्....
सृष्टि का मौलिक...प्रथम...प्रधान...
व मूल कारण है।

ओ....३.....म्....
शब्द ब्रह्म यानि सबसे बड़ी
परम तथा नित्य चेतन सत्ता है।

ओ....३.....म्....
जगत का मूल कारण व सत्,
चित्, आनंद स्वरूप है।

ओ....३.....म्....
अत्यन्त पवित्र, नित्य, स्थिर,
दृढ़, अविनाशी, स्वयंभू है

ओ....३.....म्....
परमात्मा को व्यक्त,
प्रकट या सूचित करने वाला शब्द है।

ओ....३.....म्....
सृष्टि का आरम्भ व अंत
यानि त्रिभुवन का सार है।

तभी तो सतवस्तु के कुदरती ग्रन्थ में कहा गया है:-

आदि ओ३म् अन्त ओही है, आप ही हो
विराट, रामा आप ही हो विराट।
आप हो सारे भूमण्डल में, आप दिन और रात,
सियापति रामचन्द्र जी की जय

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, तृतीय सोपान,
कीर्तन न0 21)

ओ३म् ही सत् नाम है तथा समस्त चराचर जगत का अधिष्ठान है। इसकी उपासना, ब्रह्म की उपासना है। इसके आलोक से निर्गुण आत्मतत्त्व यानि दिव्य ज्ञान रूप ज्योति का साक्षात्कार हो जाता है और व्यग्र मन-चित्त एकाग्र व शांत हो स्थिर हो जाता है। जैसा कि कहा भी गया है:-

ओ३म् ओ३म् दियां आवाज़ां आवन जोत दा
विच प्रकाश, रामा जोत दा विच प्रकाश
साज ताज ही समझो सजनो, उसे दा प्रताप,
सियापति रामचन्द्र जी की जय

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, तृतीय सोपान,
कीर्तन न0 21)

ओ३म् ही इस ब्रह्मांड का नाद है। इसलिए न केवल सम्पूर्ण ब्रह्मांड में अपितु हमारी-आपकी हर श्वास से सदा ओ३म् की ध्वनि गुंजायमान होती रहती है और प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से ब्रह्मांड व हमारे श्वास की प्रत्येक गतिविधि को नियंत्रित करती है। जानो जो इस अव्यक्त शब्द ध्वनि के साथ अपने ख़्याल का ध्यानपूर्वक नाता जोड़ इसमें लय हो जाता है, वह आत्मज्ञानी ओ३म् शब्द में प्रकाश रहे अपने ज्योति स्वरूप परमात्मा का बोध कर कह उठता है:-

ओ३म् ओ३म्, ओ३म् विच जड़या होया हां।
ओ३म् ओ३म्, ओ३म् विच खड़ा होया हां।।

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, द्वितीय सोपान,
कीर्तन न0 71)

उपरोक्त तथ्य से सजनों ज्ञात होता है कि निर्गुण, निर्विशेष, विराट् रूप परमेश्वर परब्रह्मवाचक ओंकार शब्द में स्थित व स्थिर है। तभी तो कुदरती आए वेद-शास्त्रों में कहा गया है:-

मूल मंत्र जो आद् अक्षर ओ३म् है,
वह अमर आत्मा है
और इस आत्मा में परमपिता परमात्मा हैं।

(साजन जी के पत्र सभाओं के नाम,
पत्र सं0 25, पृष्ठ न0 76)

आगे जानो ओ३म् ही आनन्द यानि दिव्य अखंड सुख या आध्यात्मिक प्रसन्नता का स्रोत है। इस परम आनन्द स्रोत में जिसका मन रम जाता है उसके सभी दुःख-क्लेशों का हरण हो जाता है और वह सर्वव्यापक अपने सत्-चित्त-आनन्द स्वरूप का बोध कर कह उठता है:-

ओ३म् आनन्दम, ओ३म् आनन्दम,
ओ३म् आनन्दम ओ३म् ।
हे दुःख भंजन, हे दुःख भंजन,
हे दुःख भंजन ओ३म्।

OPEN HOUSE
DISCUSSION

सर्वव्यापी ओ३म्, ओ३म् आनन्दम ओ३म्
ओ३म् आनन्दम, ओ३म् आनन्दम, ओ३म्
आनन्दम ओ३म्।
हे दुःख भंजन, हे दुःख भंजन,
हे दुःख भंजन ओ३म्।

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, द्वितीय सोपान,
कीर्तन न0 20)

इस आनन्द प्राप्ति के दृष्टिगत ही सजनों वेद हों या पुराण, उपनिषद हों या धर्म शास्त्र, रामायण हो या गीता, गुरु ग्रंथ साहिब हो या कुरान, सब इसी शब्द ब्रह्म की व्याख्या करते हैं तथा इसी को ही सृष्टि का बीज मंत्र, एकाक्षर ब्रह्म बताते हुए कहते हैं कि इस शब्द का युक्ति अनुसार सिमरन करने पर इंसान अपनी सुरत का नाता अखंडता से दिव्य परमेश्वर संग जोड़, ब्रह्मज्ञान प्राप्त कर सकता है और 'ईश्वर है अपना आप' के विचार पर खड़ा हो आत्मपद की सार को पा जाता है। तभी तो सतवस्तु के कुदरती ग्रन्थ में कहा गया है:-

चार वेद कुदरती आये,
छः शास्त्र कुदरत ने रचाये,
इन्हां विचों इन्सानों अलफ नूं पा लीजियो।
अलफ़ अक्षर नूं जप जप के,
ईश्वर दी पहचान कीजियो।

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सप्तम सोपान,
भाग-4, कीर्तन न0 25)

आशय यह है कि ओ३म् शब्द में ही सृष्टि का समस्त ज्ञान विज्ञान सम्मोहा हुआ है और यही सुरत व शब्द के मिलन का व विलीन होने का केन्द्र बिन्दु यानि शून्य स्थान है व यहीं पहुँच जीव विश्राम पाता है। इसलिए ब्रह्मप्राप्ति के लिए निर्दिष्ट विभिन्न साधनों में इसी ओ३म् शब्द की उपासना मुख्य व सर्वोत्तम मानी जाती है व इस अनादि, अनंत, शाश्वत, चिरंतन और दिव्यविभूति को जान लेने के बाद आत्मसंतोष यानि सब कुछ प्राप्त हो जाता है और इंसान शारीरिक, मानसिक व आत्मिक रूप से सशक्त हो, स्वतन्त्रतापूर्वक विशुद्ध जीवन जीने की कला सीख जाता है। इस तथ्य के दृष्टिगत सजनों आप भी मानोः-

ओ३म् तत् ओ३म् सत्,
ओ३म् जप ओ३म् तप।।
ओ३म् दा है विस्तारा, ओ३म् जपो,
जपो ओ३म् ओंकारा ओ३म् जपो।।

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सप्तम सोपान,
भाग-3, कीर्तन न0 28)

अर्थात् ओ३म् का तत् यानि सार ही सत्य है। अतः इस आद् अक्षर ओ३म् को ही जप-तप यानि आध्यात्मिक साधना/तपस्या व पूजा यानि उपासना/आराधना का सर्वश्रेष्ठ साधन मानकर इसका ख़्याल से ध्यानपूर्वक घड़ी की टक-टक की तरह अफुरता से निरंतर सिमरन करो। इस तरह इसके अजपा जाप द्वारा अपना हृदय प्रकाशित रख, मन तथा इन्द्रियों को वश में करो और एक समवृत्ति जितेन्द्रिय साधक की भांति, चित्त को भोग-विलास की वृत्ति से बचाए रखते हुए, उसमें सत्य का संचार करो। जानो ऐसा करने पर ही विवेकशक्ति का जागरण होगा व मन में मिथ्या ज्ञान से उत्पन्न हुए भ्रमपूर्ण व कल्पित वातावरण का नाश होगा। तभी आप मन को संकल्प रहित रखते हुए,

अपने वास्तविक ज्ञान व गुण/धर्म को पहचान, यथार्थपूर्ण जीवन जीने के योग्य बन सकोगे और आत्मविजय पा यानि मोक्ष प्राप्ति के सच्चे अधिकारी बन सबको कह सकोगेः-

पहुँचे जब दरबार दे अन्दर हो
रिहा रंग रास जी
ओ३म् है जप तप ओ३म् है पूजा
ओ३म् दा है विस्तार जी।
जपो ओ३म्-कार शब्द ओ३म्-कार जी।
ओ ओ ओ जपो ओ३म्-कार शब्द
ओ३म्-कार जी।।

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, चतुर्थ सोपान, कीर्तन न0 44)

इस संदर्भ में हम मानते हैं कि सांसारिक विषयों में गलतान, इंसान का भूला-भटका यानि इधर-उधर बिखरा हुआ ख़्याल, इन्द्रिय रस भोगों में फँसा होने के कारण, अखिल ब्रह्मांड में गुँजायमान इस अनहद ध्वनि की ओर केन्द्रित हो उससे सहज ही जुड़ने में कामयाब नहीं हो पाता परन्तु यकीन मानो

धीरे-धीरे निरन्तर अभ्यास द्वारा घड़ी की टक-टक की तरह क्षण-प्रतिक्षण इस शब्द का जाप करने पर, ख़्याल ध्यान वल व ध्यान प्रकाश वल जुड़ जाता है और इंसान मानसिक रूप से इस गुँजायमान ध्वनि का बोध कर, तनावमुक्त हो जाता है। फिर शनैः-शनैः इस यत्न में परिपक्वता आने पर मन-चित्त संकल्प रहित हो शांत हो जाता है, वृत्ति-स्मृति, बुद्धि व भाव-स्वभाव रूपी बाणा निर्मल हो जाता है और अफुर अवस्था आ जाती है। परिणामतः आद् अक्षर का जाप करने की फिर आवश्यकता नहीं रहती क्योंकि ख़्याल अजपा में लीन हो जाता है और चिर स्थाई संतोष व शांति-शक्ति प्राप्त कर धीरता से सम अवस्था में स्थिर हो जाता है। ऐसा होने पर आत्मचेतना का जागरण होता है और हृदय अंधकार छँट जाता है। हृदय अंधकार के छँटते ही अंतर्निहित सत्-वस्तु प्रकाशित हो जाती है और हम अपने असलियत स्वरूप की पहचान कर, आत्मा में जो है परमात्मा उसका साक्षात्कार करने में कामयाब हो सतवस्तु के कुदरती ग्रन्थ अनुसार कह उठते हैंः-

ओ३म् नारायण निमश्कारणं, निमश्कारणं।
ओ३म् नारायण निमश्कारणं।
निमश्कारणं, निमश्कारणं, निमश्कारणं।।
ध्वनिः अमर है मेरी आत्मा,
आत्मा विच परमात्मा।।

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सप्तम सोपान, भाग-1, कीर्तन न0 33)

सजनों यह है प्रणव मंत्र मूलमंत्र आद् अक्षर, ओ३म् के संग अपने ख़्याल का ध्यानपूर्वक नाता जोड़, समता को साधने की महत्ता। इसी के द्वारा सजनों आत्मस्वरूप में स्थिति होती है और सर्व-सर्व वही ब्रह्म ही ब्रह्म नज़र आता है। तभी हृदय सचखंड बनता है, एकता, एक अवस्था पनपती है और इंसान ब्रह्म नाल ब्रह्म हो विश्राम को पा जाता है और कह उठता है:-

ओ३म् ब्रह्म हूँ ब्रह्मा दा वी ब्रह्म हूँ।

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, तृतीय सोपान, कीर्तन न0 31)

सजनों आप भी परम पुरुषार्थ द्वारा ब्रह्म नाल ब्रह्म होने का पुरुषार्थ दिखाओ और अमर पद पाओ।

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