



# ध्यान-कक्षा

समभाव-समदृष्टि का स्कूल



## संकल्प स्वच्छ

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—मेल: [info@satyugdarshantrust.org](mailto:info@satyugdarshantrust.org) | website: [www.satyugdarshantrust.org](http://www.satyugdarshantrust.org)

© सर्वाधिकार सुरक्षित सतयुग दर्शन ट्रस्ट (रजि.) | ISBN : 978-93-85423-63-5

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

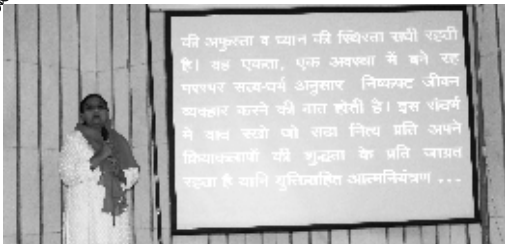
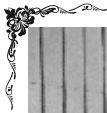
ज्ञानी को नहीं, ज्ञान को अपनाओ और  
निमित्त में नहीं नित्य में श्रद्धा बढ़ाओ।

इस पर सुदृढ़ता से डटे रह,  
इस अटल सत्य पर स्थिर बने रहो

ओ३म् अमर है आत्मा,

आत्मा में है परमात्मा





## संकल्प स्वच्छ

दोहराई

सतवस्तु के कुदरती ग्रन्थ के अनुसार संकल्प की स्वच्छता के बारे में जानने से पूर्व जिह्वा की स्वतन्त्रता को समझना अनिवार्य है। अतः पहले जिह्वा की स्वतन्त्रता को समझें और फिर इस पुस्तक को पढ़ें एवं इस विषय में जानें कि जिह्वा जो हमारी रसनेन्द्रिय/वाकेन्द्रिय है, उसकी स्वतन्त्रता बैहरूनी वृत्ति की सफ़ाई के अंतर्गत आती है। इसके विपरीत संकल्प जो मन में उत्पन्न होता है, उसे अन्दरूनी वृत्ति की सफ़ाई का मुख्य अंग माना जाता है। इस संदर्भ में शास्त्र अनुसार ज्ञात हो कि जब तक जिह्वा राजसिक/तामसिक रसों के सेवन से यानि निंदासूचक, नकारात्मक, अनुचित बातों का बखान करने की आदत से विमुक्त नहीं होती, तब तक संकल्प स्वच्छ व दृष्टि कंचन नहीं हो पाती। ऐसा इसलिए होता है क्योंकि सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ कहता है:-

**'सजनों जब तक हम बाहर की सफ़ाई नहीं रख सकेंगे, तो अन्दर की सफ़ाई सजनों किस तरह**

कर सकोगे। अतः बैरूनी वृत्ति को धारण करते हुए और अपने गृहस्थ आश्रम को ठीक चलाते हुए हम ने अन्दरूनी वृत्ति को पकड़ना है और फिर शारीरिक स्वभावों की सफाई करनी है'। इसलिए तो कहा भी गया है:-

‘जिन सजनों की जिह्वा स्वतन्त्र हो गई है वह संकल्प को स्वच्छ करें। संकल्प को पकड़ना है और उसको सजन और संगी बनाना है।

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सप्तम सोपान, भाग-तृतीय, बुधवार का तीसरा बोर्ड, कीर्तन न० 15)

आओ अब जानते हैं कि संकल्प की स्वच्छता से क्या अभिप्राय है?

### संकल्प स्वच्छ - परिभाषा

जानो संकल्प का शाब्दिक अर्थ है कार्य करने की वह इच्छा जो मन में उत्पन्न होती है। इसे दृढ़ निश्चय, पक्का विचार/इरादा तथा कल्पना आदि भी कहते हैं। इसका मूल अर्थ इच्छा शक्ति, कामनाशक्ति तथा मानसिक दृढ़ता के रूप में

समझा जाता है तथा यह मन में आए किसी विचार को दृढ़ता से क्रियान्वित करने के लिए, सामान्यरूपेण कामना या इच्छा के लिए, प्रयोजन यानि उद्देश्य के लिए तथा चिंतन/विचार-विमर्श के लिए प्रयुक्त होता है।

इसी संदर्भ में स्वच्छ से तात्पर्य निर्मल यानि अशुद्धि व गंदगी रहित, विशोधित, शुभ, उज्ज्वल व निष्कलुषित/निष्कलंक होने से है।

इस तथ्य के दृष्टिगत संकल्प की स्वच्छता से तात्पर्य अपने मन में उत्पन्न होने वाली कार्य विशेष करने की इच्छा या अपने विचार/उद्देश्य/इरादे को जगतीय विषय-विकारों यथा काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार के कुसंग से विमुक्त रख, निर्मल अवस्था में साधे रखने से है। जैसा कि कहा भी गया है:-

**शारीरिक स्वभावां नूं जे जितना चाहो,  
कुसंगी संकल्प नूं सजन बनाओ**

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सप्तम सोपान,  
भाग-तृतीय, कीर्तन न० 16)

अर्थात् शारीरिक स्वभावों यानि विषय-विकारों पर फ़तह पाने हेतु, अपने कुसंगी यानि बुरे संग में लिप्त संकल्प को पवित्र व निष्कपट रखते हुए, अपना सजन मित्र बनाना नितांत अनिवार्य है। जानो इसी कार्य की सिद्धि के निमित्त प्रत्येक काम को करते समय अपने ख़्याल को प्रणव यानि मूल मंत्र ओ३म् आद् अक्षर के अजपा जाप में संजोए रखते हुए, सकारात्मक वातावरण में साधे रखने का कुदरती विधान है।

### सतवस्तु के कुदरती ग्रन्थ के अनुसार संकल्प

सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ कहता है 'हमारा और कोई भी कुसंगी नहीं है, संकल्प ही हमारा कुसंग (बुरा संग) है' क्योंकि मन में उठने वाले इस संकल्प से ही समस्त अच्छी या बुरी कामनाएँ उत्पन्न होती हैं, मनोविकार पनपते हैं व कुमति का अंकुर फूटता है। यही नहीं संकल्प का विकल्प भी संभव होता है। विकल्प शब्द से यहाँ तात्पर्य विपरीत या विरुद्ध कल्पना व मन में पहले कोई बात सोचकर फिर उसके विरुद्ध और-और बातें सोचने से है जिसे धोखा या भ्रम भी कहते हैं। संकल्प की यही प्रतिकूलता उसे अपवित्र व अप्राकृतिक होने के नाते कुसंग का प्रतीक एवं



त्याज्य बना देती है। इस सन्दर्भ में सतवस्तु के कुदरती ग्रन्थ में कहा गया है:-

**संकल्प-विकल्प ते मन दे तरंगे भैणों,  
शान्ति बक्षी ते क्लेश हटाये बलधारी सारे ॥**

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, द्वितीय सोपान,  
कीर्तन न० 12)

अर्थात् यदि हम कहें कि हमारा मन ही सभी संकल्पों का आश्रय है यानि संकल्प ही मन का स्वरूप है और जप-तप-संयम सब संकल्प को पकड़ कर उसे स्वच्छ बनाए रखने के ही साधन हैं, तो यह कोई अतिशयोक्ति नहीं होगी। अतः संकल्प को ही मन समझो क्योंकि आज तक कोई भी संकल्प और मन को अलग नहीं कर सका है। संकल्प पर फ़तह ही मन पर फ़तह है। इसीलिए तो सतवस्तु के कुदरती ग्रन्थ में कहा गया है:-

**पंज ज्ञान इन्द्रियाँ, पंज कर्म इन्द्रियाँ जित के ते,  
मन जितियां जग जितिया जान।  
जित लिया उस कुल जहान सारा,  
उन्हां दा दुनियां ते हो गया नाम सजनों ॥**

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, तृतीय सोपान,  
कीर्तन न० 33)

## संकल्प - अभिव्यक्ति एवं उत्पत्ति

जान लो संकल्प की अभिव्यक्ति पहले मन में होती है। तदनंतर यह वाणी या क्रिया के रूप में प्रकट होता है। अन्य शब्दों में पहले मन में कल्पना या कामना उदित होती है, फिर अभिलाषित लक्ष्य की पूर्ति हेतु उसका वाणी द्वारा प्राकटन होता है और अंततः यह क्रियारूप में पूर्ण यानि समाप्त हो जाती है। इस तरह सभी संकल्पों के नष्ट हो जाने पर आत्मस्वरूप ही रह जाता है और जीव आवागमन के चक्रव्यूह से आज़ाद हो जाता है।

सतयुग में सजनों ऐसी ही अवस्था होती है इसलिए तो सतयुग में इन्सान के मन में संकल्प नहीं उठता व सबके सब सत्यनिष्ठ, निष्कामी व सर्व सम्पन्न धर्म-परायण इंसान होते हैं। परन्तु जैसे ही निष्कामता का भाव छोड़ इन्सान, जगतीय विषयों के प्रति कामुक हो, उनकी प्राप्ति हेतु लालायित हो जाता है, वैसे ही उसके मन में संकल्प पैदा हो जाता है और त्रेता युग आ जाता है। संकल्प के साथ ही झुखना शुरू और रोना उग पड़ता है। फिर द्वापर युग में स्वभावों में और तबदीली होने के कारण संकल्प बढ़ना शुरू हो जाता है इसलिए









ख्याल का झुखना यानि रोना बढ़ जाता है। अंत में कलुकाल के युग में संकल्प बिलकुल बढ़ जाता है और झुखना ही झुखना और रोना ही रोना हद से ज्यादा हो जाता है।

यहाँ समझने की बात यह है कि जितना संकल्प झुखता है उतना ही इंसान रोता है। यहाँ झुखने से तात्पर्य निराशा के कारण बहुत अधिक दुःखी या शोक ग्रस्त होकर नकारात्मक बातें सोचने, बोलने व करने के स्वभाव से है। इस नकारात्मकता के कारण इंसान की विवेकशक्ति क्षीण हो जाती है और उसके मन में असंतोष व अधीरता फलित हो जाती है। फलतः इंसानों के लिए सत्य-धर्म के निष्काम मार्ग पर बने रहना दुष्कर हो जाता है।

संकल्प के इस झुखने-रौने के स्वभाव को जड़ से समाप्त करने हेतु ही, कलुकाल के बाद चुरासी के अन्त में आती है युवा-अवस्था की भक्ति अर्थात् समभाव-समदृष्टि की युक्ति। इस सशक्त युक्ति के वर्ताव द्वारा इंसान विचार, सत्य जबान, एक दृष्टि, एकता और एक अवस्था में आ, संकल्प पर फतह पा जाता है और उसका रोना मिट जाता है। इस तरह युगों युगों से बढ़ा चला आ रहा संकल्प का

झुखना-रोना सतवस्तु में मिट जाता है और इंसान कह उठता है:-

सजनों झुखना ही साडा रोना सी  
ओ झुखना साडा मुक ही गया,  
ओ रोना साडा हट ही गया  
ओ श्री राम रूप है सारी नगरी  
ओ जनचर बनचर जड़ चेतन कुल सारी सगली

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सप्तम सोपान, भाग-तृतीय,  
बुधवार का तीसरा बोर्ड, कीर्तन न० 15)

### संकल्प के कुसंगी व अस्वच्छ होने का कारण

स्पष्ट है ज्ञानेन्द्रियों के पदार्थ के सम्पर्क में आते ही भाव के माध्यम से प्राणियों के मन में जीवन की आधारभूत आवश्यकताओं यथा रोटी, कपड़ा, मकान इत्यादि की स्वाभाविक पूर्ति के अतिरिक्त विषयों की प्राप्ति की अनुचित कामना यानि इच्छा जाग्रत होती है। इन अनुचित इच्छाओं व कामनाओं के वशीभूत हुआ इंसान स्वार्थ सिद्धि हेतु जब क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार आदि मनोविकारों का आश्रय ले, संकीर्ण और आक्रामक हो जाता है तो उसका



संकल्प कुसंगी हो अस्वच्छ हो जाता है। ऐसे सजनों को सचेती में लाने के लिए सतवस्तु के कुदरती ग्रन्थ में कहा गया है:-

गाफ़िल सुतियों हुन सजनों,  
कर लौ विचार ओये।  
अपना सिंहासन अपना हिवे दरबार ओये।

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, द्वितीय सोपान,  
कीर्तन न० 43)

संकल्प कुसंगी को पकड़ कर स्वच्छ करने का तरीका

सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ कहता है:-

पकड़ो सजनों आप नूं,  
संकल्प पकड़ के दिखाओ हां-हां-हां-हां।  
फिर खोट न राहवे इस बदन में,  
खालस सोना हो जाओ।

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ सोपान सप्तम (तृतीय)  
कीर्तन न० 9 पृष्ठ न० 493)

अर्थात् संकल्प की निर्मलता को साधे रखने हेतु आत्मिक ज्ञान के आधार पर, क्षण-प्रतिक्षण अपने

मन में उठने वाले संकल्पों (इच्छा/विचारों/इरादे) को पकड़ो यानि उसके औचित्य की विवेकशीलता से जाँचना-तुलना करो और जो उपयुक्त, सार्थक, दोषरहित व सर्व हितकारी हो, केवल उसी को महत्त्व दे दृढ़ता से क्रियान्वित करो। इस तरह सतत अभ्यास व वैराग्य द्वारा अपने चंचल मन पर अधिकार रखते हुए, इन्द्रिय निग्रह करने की कला में प्रवीण बनो और शरीर रूपी बदन में खोट रूपी जो स्वाभाविक दोष, ऐब व बुराई है, उसे समाप्त कर खालस सोना हो जाओ यानि निर्विकारी अथवा परमार्थ बन जाओ। जानो यह अपनी सुरत की कंचनता सुनिश्चित करते हुए यथार्थ का बोध करने की यानि जनचर, बनचर, जड़-चेतन प्रकाश रहे अपने असलियत स्वरूप की सार को पाने की शुभ बात है। जैसा कि कहा भी है:-

**संकल्प नूं जांचो तोलो तुल खड़ोवो फिर  
जनचर बनचर जड़ चेतन,  
अपने प्रकाश नूं पावो ॥**

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सप्तम सोपान,  
भाग-तृतीय, कीर्तन न० 9)

## संकल्प को सजन व संगी बनाने का तरीका

संकल्प जब स्वच्छ हो गया तो उसे सजन व संगी बनाने हेतु आवश्यक है कि समस्त कार्यव्यवहार करते हुए हमारा संकल्प ईश्वर को लोचे। ऐसा करने से दृष्टि यानि ध्यान अपने आप प्रभु की तरफ हो जाएगा और आप निज ज्योति स्वरूप परब्रह्म परमेश्वर का साक्षात्कार कर, यथार्थ का बोध करने में कामयाब हो जाओगे। जैसा कि कहा भी गया है:-

**‘संकल्प प्रभु की तरफ़ हो, जिस तरफ़ संकल्प  
उसी तरफ़ दृष्टि, एक दृष्टि ओ एक दर्शन’ ।**

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सप्तम सोपान, भाग-चतुर्थ,  
वीरवार का दूसरा बोर्ड, कीर्तन न० 2)

सजनों इस महान प्रयोजन में सफल होने हेतु सत् शास्त्र का निरंतर अध्ययन, मनन, चिंतन व विवेचन करो तथा साथ ही मूल प्रणव मंत्र आद् अक्षर ओ३म् की एकरस रटन लगा उसमें अपने मन-चित्त को लीन कर लो यानि अपने परमात्म स्वरूप में रम जाओ। इस तरह ख्याल-ध्यान महाराज जी के साथ जोड़ अपने संकल्प को सजन

और संगी बनाओ और 'जो मन मन्दिर, सो ही महाराज का रूप सारे जग अन्दर, जनचर-बनचर, जड़-चेतन देखते हुए, एक निगाह एक दृष्टि, एक दृष्टि एक दर्शन में स्थित हो, एकता, एक अवस्था में आ जाओ। जैसा कि कहा भी गया है:-

कईयां सजनां दी जिह्वा तां स्वतन्त्र हो गई,  
कुसंगी है जे संकल्प हां-हां-हां-हां।  
संकल्प नूं सजन बना फिर एक दिस्से,  
कुल दुनियां अन्दर एकता ही दिखाओ।

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सप्तम सोपान,  
भाग-तृतीय, कीर्तन न० 8)

संकल्प पर फ़तह पाने की युक्ति....एक निगाह  
एक दृष्टि, एक दृष्टि एक दर्शन

यहाँ एक निगाह एक दृष्टि से तात्पर्य उस सूक्ष्मदृष्टि से है जो सर्वव्यापक भगवान को देखते हुए सूक्ष्म से सूक्ष्म व स्थूल से स्थूल हर पदार्थ के यथार्थ को जान जाती है अर्थात् सत्य की पारखी हो जाती है। जानो कि जो मन मन्दिर प्रकाश है जग अन्दर, जनचर-बनचर, जड़-चेतन सब में उसी प्रकाश को देखने से एक निगाह एक दृष्टि सजनों पन्द्रह दिनों के अन्दर

हो सकती है। एक निगाह एक दृष्टि होने पर सम का कोई सवाल नहीं रहता और दिव्य दृष्टि का सबक मिल जाता है। इस सबक को परिपक्वता से धारण करने पर सजन अपने ब्रह्म स्वरूप का बोध कर एक दर्शन में स्थित हो जाता है और इस तरह संकल्प पर पूरी तरह से फतह पाकर आवागमन के चक्कर से मुक्त हो जाता है। हम सब भी इस जन्म-मरण के चक्रव्यूह से मुक्त हो विश्राम को पावें इस हेतु इस ग्रन्थ में हम सबको प्रेरित करते हुए कहा गया है कि:-

**‘सजनों हम सबको चाहिए कि संकल्प पर पूरी तरह  
से फ़तह पा जावें और फ़र्स्ट निकल कर  
दिव्य दृष्टि लेकर आवागमन के चक्कर से बच जावें**

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सप्तम सोपान, भाग-तृतीय,  
बुधवार का तीसरा बोर्ड, कीर्तन न० 15)

## परिणाम

सजनों जब हमारा संकल्प सजन हो गया तो फिर घर भी सजन, परिवार भी सजन व कुल संसार भी सजन हो जाएगा। फिर हमारा झुखना-रोना पूरी तरह बंद हो जाएगा। संकल्प के सजन हो जाने पर सजनों दृष्टि अपने आप ठीक हो जाएगी और

संतोष का सवाल हल हो जाएगा। ऐसा होने पर हमारे अंदर उठने वाला हर संकल्प हमारी पकड़ में होगा और हम अन्दरूनी वृत्ति में अपनी जीवात्मा से सुरति के रूप में सम्पर्क स्थापित कर लेंगे। जीवात्मा से सम्पर्क स्थापित होने का अर्थ होगा, धीरे-धीरे संकल्पों अर्थात् फुरनों की समाप्ति जो कि लक्षण है सतवस्तु का। तब कुदरत का सत्य हमें स्पष्ट होना आरम्भ हो जाएगा तथा हमारा ख्याल और दृष्टि उस सत्य में प्रवेश कर अपने जीवन के सत्य को खोज लेगी। जैसा कि सतवस्तु के कुदरती ग्रन्थ में कहा भी गया है:-

जिन्हां दा संकल्प तां सजन हो गया,  
 नैन जुड़े रैहन साडे नैना दे नाल  
 जद नैन जुड़े साडे नैनां दे नाल,  
 फिर कई सूरजां दा सूरज चढ पवेगा,  
 फुरने दी सृष्टि वल्लों हो जावनगे आज़ाद ।

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सप्तम सोपान,  
 भाग-तृतीय, कीर्तन न० 8)

आप भी सजनों युक्तिसंगत संकल्प को स्वच्छ कर,  
 उस पर फतह पाने में कामयाब हों, 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 एवं 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 निम्नलिखित 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](http://www.humanityolympiad.org)



**HUMANITY  
DEVELOPMENT CLUB**  
[www.awakehumanity.org](http://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](mailto:contact@dhyankaksh.org)

Website: [www.dhyankaksh.org](http://www.dhyankaksh.org)

Scan for Dhyan Kaksh Location



<https://bit.ly/3v4O8B2>