ध्यान-कक्ष

समभाव-समदृष्टि का स्कूल

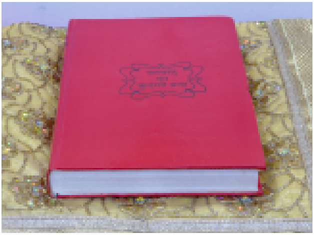
विवेक

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 : 978-93-85423-69-7

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

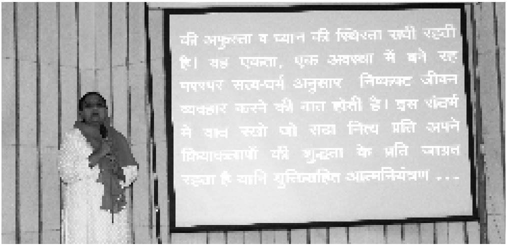
निमित्त में नहीं नित्य में श्रद्धा बढ़ाओ।

इस पर सुदृढ़ता से डटे रह,

इस अटल सत्य पर स्थिर बने रहो

ओ३म् अमर है आत्मा,

आत्मा में है परमात्मा


व्यवहार करने की बात होती है। इस संदर्भ
में ध्यान रखो की सदा नित्य प्रति अपने
क्रियाकलापों की शुद्धता के प्रति जागृत
रहना है यानि सुनियोजित आत्मनियंत्रण ...

सच्चाई
धर्म
सम

विवेक (भाग-1)

भूमिका

हम सब जानते हैं कि मनुष्य ईश्वर की सर्वश्रेष्ठ कलाकृति है। निश्चित रूप से उसके इस मनुष्य चोले की महिमा उसकी आकृति यानि शारीरिक संरचना को लेकर नहीं अपितु मस्तिष्क या बुद्धिबल की अधिकता के कारण है यानि परमात्मा द्वारा प्रदत्त विशेष शक्ति यानि सत्व के प्रकाश का ग्रहण करने वाली अनादि बुद्धि व विवेक को लेकर है। इसी संदर्भ में आओ आज हम मनुष्य की इसी विलक्षण प्रतिभा यानि बौद्धिक शक्ति अथवा विवेक को समझते हैं। इस हेतु पहले जानो कि बुद्धि व उसका कार्य क्या है?

बुद्धि की परिभाषा व उसका कार्य

बुद्धि प्राणियों की सोचने-समझने और निश्चय करने की शक्ति है जिसे अक्ल व समझ भी कहते हैं तथा जिसके द्वारा अनुभव, ज्ञान या बोध होता है। यद्यपि यह एक प्राकृतिक शक्ति है तथापि अनुभव, ज्ञान या बोध की सहायता से इसमें बहुत कुछ वृद्धि हो सकती है। बुद्धि का कार्य है विवेक। कैसे... इस विषय में ज्ञात हो

कि बुद्धि द्वारा किए जाने वाले अनुभव/बोध के आधार पर हम दो प्रकार का ज्ञान अर्जित करते हैं। पहला यथार्थ यानि सच्चा ज्ञान जिसको विद्या कहते हैं। दूसरा अयथार्थ यानि मिथ्या ज्ञान जिसको अविद्या कहते हैं।

समझने की बात यह है कि जब हमारा मन, इन्द्रिय विषयों (यथा रूप, रस, शब्द, गंध व स्पर्श) की ओर प्रवृत्त हो, उनका ग्रहण करता है तो हम विकार-विकृतियों का शिकार हो, मिथ्या जगतीय ज्ञान धारण कर बैठते हैं जिसके परिणामस्वरूप हमारी बुद्धि मलिन हो अविद्या/अज्ञानग्रस्त हो जाती है। परिणामतया हमारे अन्दर जीवात्मा को गुण और गुण के कार्यों से पृथक समझने का अविवेक जाग्रत हो जाता है। इसके विपरीत जब हमारा मन, निज परमात्म स्वरूप की ओर आकृष्ट हो, यथार्थ आत्मतत्व का ग्रहण करता है तो हम आत्मज्ञान को धारण करते हैं। ऐसा होने पर स्मृति व अनुभव से उत्पन्न, हर प्रकार के भ्रान्तिजन्य विपर्यय/विपरीत–ज्ञान का नाश हो जाता है और बुद्धि के अन्दर निर्मल नीर-क्षीर विवेक जाग्रत हो जाता है। विवेक के जाग्रत होते ही इंसान कह उठता है:-

ओ३म् तत् सत् ब्रह्म स्वरूप मेरा,
ओजी ओ३म् हरे ओ३म् ओ३म् हरे

ओ३म् हरी ओ३म्, ओ३म् ओ३म् हरे,
ओ३म् हरी ओ३म्, ओ३म् ओ३म् हरे।।

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, तृतीय सोपान, कीर्तन न० 34)

स्पष्ट है जीवन लक्ष्य प्राप्ति हेतु विवेक की अतुलनीय महत्ता है। इसी महत्ता के दृष्टिगत आओ जाने विवेक क्या है?

विवेक - परिभाषा

विवेक मन की वह शक्ति है जिससे अच्छी-बुरी वस्तु का ठीक और स्पष्ट ज्ञान होता है और सत्-असत्, करणीय-अकरणीय, सही-गलत, उचित-अनुचित व धर्म-अधर्म का बोध होता है। इस विवेक को अंग्रेज़ी में Discretion, Wisdom, Intelligence, Prudence, Conscience और हिन्दी में समझ, शाश्वत विचार, अंतरात्मा की आवाज़, नैतिक ज्ञान प्राप्त करने वाली सहज बुद्धि व प्रभेद करने वाली शक्ति कहते हैं। इसी विवेकशक्ति के द्वारा मनुष्य में दृश्यमान जगत व अदृश्य आत्मा में भेद करने की यानि माया से

वास्तविकता को पृथक करके देखने की क्षमता उत्पन्न होती है और मानव जीवन को सभी जन्मों में श्रेष्ठ, महत्त्वपूर्ण व दुर्लभ तथा मोक्ष का द्वार मानते हुए कहा जाता है:-

विवेक बुद्धि के कारण जिसकी महत्ता है,
वैसी मानव देह मिलना दुर्लभ है।
अतः विवेक विरोधी कर्मों का त्याग करो और
सत्य का वरण करने वाले
कर्त्तव्यपरायण इंसान बनो।

विवेकज ज्ञान

विवेक द्वारा मनुष्य के हृदय में सहज ही विवेकज ज्ञान उत्पन्न होता है। विवेकज ज्ञान बिना किसी बाहरी कारण के, अपनी प्रमा यानि चेतना से आप उत्पन्न होने वाला तथा सभी तत्वों को अपना विषय बनाने वाला यथार्थ ज्ञान है, जो प्रचलन को नहीं अपितु औचित्य के महत्त्व को स्वीकारता है। इसलिए इससे प्रकृति और पुरुष की विभिन्नता का, नित्य-अनित्य वस्तुओं का, सत्य ज्ञान/तत्वज्ञान/ अंतर्ज्ञान होता है और व्यक्ति प्रिय से प्रिय पदार्थ के त्याग का औचित्य समझ, निम्नतर स्तर से ऊपर उठने में यानि असत्य से सत्य की ओर,

OPEN HOUSE
DISCUSSION

अधमता से उत्तमता की ओर, अंधकार से प्रकाश की ओर, जड़ता से चेतनता की ओर बढ़ने में सक्षम हो पाता है। इस तथ्य के दृष्टिगत ही सतवस्तु के कुदरती ग्रन्थ में कहा गया है:-

सत्-असत् दा विचार जेहड़ा करदा,
सत सत बात इन्सान ओ फड़दा
सच्चाई धर्म दे विच ओ विचरदा,
श्री राम जी दे दर्शन ओ करदा।

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, षष्टम सोपान,
कीर्तन न० 7)

अनिवार्य तत्व

जानो विवेक जनित आत्मज्ञान प्राप्ति के लिए अंतःकरण/हृदय आकाश की निर्मलता/पवित्रता व आत्मतत्व से सम्बन्धता अनिवार्य है। आशय यह है कि ख़्याल ध्यान वल व ध्यान आत्मप्रकाश वल करने पर यानि परमात्म चेतना से जुड़े रहने पर, निश्छल, निष्काम हृदय में यह सहज ज्ञान प्रकट होता है और इसे प्राप्त करने वाला मानव यह जान जाता है कि यह प्रकृति जड़, परिणामिनी और त्रिगुणामयी है और मैं (पुरुष) नित्य तथा चैतन्य स्वरूप हूँ। ऐसा होने पर वह

आत्मज्ञानी अज्ञान का नाश कर यानि वैराग्य बल पर, व्यक्तिगत स्वार्थपरता और सुख-सुविधाओं का परित्याग कर, अखंड ब्रह्म का साक्षात्कार कर लेता है और आत्मतुष्टि का परमसुख प्राप्त कर कह उठता हैः-

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
हम ब्रह्म हम, हम ब्रह्म हां

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

विवेक का आधार - विचार-विश्लेषण

ध्यान से देखा जाए तो ज्ञात होता है कि विवेक सम्पूर्ण तत्वों पर विचार-विश्लेषण यानि विवेचन कर निर्णय लेने की योग्यता है। इसी द्वारा वस्तु के यथार्थ यानि वास्तविकता का बोध होता है तथा न्यायबुद्धि/

सद्बुद्धि/सुमति का विकास होता है। यहाँ विचार-विश्लेषण यानि विवेचन से अभिप्राय किसी वस्तु या बात की भली-भांति परीक्षा/जाँचना/ अनुसंधान करके यह देखने अथवा निर्णय लेने से है कि कौन सी वस्तु या बात ठीक है या ग्रहण करने योग्य है और कौन सी नहीं? अन्य शब्दों में विवेचन - सत्-असत् अथवा अच्छे-बुरे का विचार करके, कुछ निर्धारित करने की क्रिया है या सत्य पर आधारित प्रकृत निर्णायिक शक्ति है। विवेकी, विचार विश्लेषण की इसी प्रक्रिया के आधार पर किसी भी प्रकार के भाव/वस्तु/ज्ञान के ग्रहण के संदर्भ में, जो भी विधि/नियम/रीति के अनुसार श्रेय यानि श्रेष्ठ होता है, उसका बोध कर सही निर्णय लेने में समर्थ हो पाता है और इस तरह आत्ममूल्यांकन व आत्मनियन्त्रण द्वारा सत् पदार्थों का ग्रहण कर, वह गुणशील बनने में कामयाब हो जाता है।

विवेकपूर्ण दृष्टि- सूक्ष्म दृष्टि

ऐसे गुणशील इंसान में विवेकपूर्ण सूक्ष्म दृष्टि का विकास होता है। विवेकपूर्ण दृष्टि को प्रखर तथा मर्म भेदी सूक्ष्मदृष्टि अथवा उच्च/विशेष बुद्धि भी कहते हैं। यहाँ सूक्ष्म का अर्थ है गहरा, बारीक, महीन तथा दृष्टि का अर्थ है समझने/परखने/देखने वाली तीक्ष्ण बुद्धि।

इस आशय से जिस द्वारा सूक्ष्म से सूक्ष्म वस्तुओं या गूढ़ तथ्यों/बातों का यथार्थ भी सहज ही दिख जाए अथवा समझ में आ जाए, उसे नीर-क्षीर विवेक दृष्टि कहते हैं। इस दृष्टि से युक्त मानव अपने प्रज्ञाचक्षुओं यानि बुद्धि से ही आँखों का काम लेता है इसलिए प्रत्येक विषय का ज्ञान उस आत्मदर्शी के लिए समझ में आने योग्य यानि बुद्धिगम्य होता है। अन्य शब्दों में यह यथास्थिति तथ्यों और वस्तुओं को बारीकी से, गहन रीति से देखने-परखने की दृष्टि है जो किसी भी चीज या बात की गहराई तक उतर जाती है तथा हर वस्तु का सूक्ष्मतम यथार्थ जानने के साथ-साथ, भविष्य दर्शन जोकि हृदय व्यापक, लोक उजागर 'सत्-वस्तु' है, भी कर लेती है। इसलिए इस दृष्टि से युक्त प्राणी आध्यात्मिक रहस्यों का ज्ञान सहज ही प्राप्त कर आत्मपद की सार पा लेता है और उनके विषय में कहा जाता है:-

सतवस्तु दी रमज़ जैं समझ लई,
सत् चीज़ जिन्हों ने पछान लई आ आ आ।
ओ खावे खुराक निराली है,
अक्ख होवे परखण वाली है ओ ओ ओ।।

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, चतुर्थ सोपान,
कीर्तन न० 55)

निष्कर्ष

आप भी हृदय निहित इस आलौकिक 'सत्-वस्तु' का दर्शन करने हेतु, सत्-संग, सतत निरीक्षण तथा सत् शास्त्र का अध्ययन द्वारा निरंतर चिंतन, मनन, विवेचन, एवं अनुसरण करने वाले विवेकशील इंसान बनो। जानो ऐसा करने से सात्विक वृत्ति अंतर में पनपेगी और पुष्ट होगी। सात्विक वृत्ति के पुष्ट होने से राजसिक व तामसिक प्रवृत्तियाँ यथा काम-क्रोध-लोभ-मोह-अहंकार आदि शान्त हो जाएँगी और चेतना स्वार्थ परिधि से ऊपर उठकर परमार्थ की ओर उठ जाएगी। इस तरह विषयासक्ति छूटेगी और वृत्तियों का उद्वेग व आवेग यानि चंचलता, शांति में परिणत हो जाएगी। ऐसा होते ही मन आत्मतुष्ट हो जाएगा, चित्त एक ही ओर स्थिर हो समत्व भाव में स्थित हो जाएगा और बुद्धि निर्मल ज्ञान के प्रकाश से ओत-प्रोत हो समभावी व समदृष्ट हो जाएगी। फिर सुख-दुःख, मान-अपमान, हर्ष-शोक, जन्म-मरण, रोग-सोग, अमीरी-गरीबी, मित्र-वैरी सब समरूप सजन प्रतीत होने लगेंगे व सर्व एकात्मा की कल्याणमई निष्काम भावना विकसित हो जाएगी और आप सुकर्मों में प्रवृत्तिशील हो कह उठोगेः-

है तुं ही तुं ही ओ एक दर्शन,
तुं ही तुं ही ओ तुं ही तुं ही।
तुं ही तुं ही ओ तुं ही तुं ही,

है तुं ही तुं ही ओ एक दर्शन।।
आहा ओ सूरज चढ़ पिया जे ओ जग
मग जगे जहान, ओ सूरज चढ़ पिया जे।
सूरजां दे सूरज दी है ओ रौशनी,
जग रिहा जे कुल जहान,
ओ सूरज चढ़ पिया जे।।
जेहड़ा सजन विचार पकड़े एक,
उस सजन दी बुद्धि हो गई विवेक।
सत हो गया बोल चाल, सत हो गया
बोल चाल ओ सूरज चढ़ पिया जे।।
एकता हो गई उस सजन दी कमाल,
फिर एक पकड़े ओ विचार।
फिर ओहदी उच्च बुद्धि ते उच्च ख्याल।
उच्च बुद्धि उच्च ख्याल,
ओ सूरज चढ़ पिया जे।।

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सप्तम सोपान, भाग-तृतीय, कीर्तन न० 19)

आप भी सजनों विवेक बुद्धि द्वारा जड़ और चेतन तत्व में विभेद कर, आत्मा में बिन सूरजों प्रकाशित परमात्मा का दर्शन करने में समर्थ हो सको, 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