सद्गुरु तत्व बोध
SADGURU TATV BODH

नई दिल्ली
अंक - १०२

श्री साई शके : २९-३०
जनवरी - २०११

ॐ

ॐ श्री साईनाथाय नमः
ॐ श्री सद्गुरूनाथ दादाय नमः

miokl

;e&fu;e@vkgkj&çR;kgkj

वं. दादा जी ने एक बार ऐसा सवाल किया कि, सभी धर्मों में उपवास (Fasting) को प्रावधान (महत्व) दिया है फिर हमारे इस समिती के कार्य में उपवास का महत्व क्या है ? पहले ये जानना चाहिए कि उपवास का मतलब क्या है ?

कुछ लोगों ने कहा कि, "उपवास का मतलब खाने की वासना पर नियंत्रण रखना या अन्नमय कोश पर नियंत्रण रखना ? कुछ ने कहा कि, "उपवास इस शब्द का अर्थ – उप, अर्थात साथ में या नज़दीक और वास, मतलब वास करना / रहना", मतलब ईश्वर के साथ रहना।

तब वं. दादा जी ने कहा कि, "उपवास के दिन सुबह तुम पत्नी को आज्ञा देते हो कि सिंगदनाना बनाओ, फिर साबुदाना, आलू, खिचड़ी / इत्यादि, इत्यादि इसमें खाने की वासना पर नियंत्रण कैसे हुआ ?

अन्नमय कोष पर नियंत्रण करने से पहले अन्नमय कोश कहाँ होता है इसका अभ्यास किया है क्या ? और ईश्वर के साथ रहना मतलब उपवास है तो ईश्वर कहाँ मिलेगा ? उसे ढूंडने कहाँ जाए ?"

फिर उपवास का अर्थ क्या है ? वं. दादा जी के समझाने के अनुसार इस प्रकार है :

हमारे शरीर में दो प्रकार की शक्तियाँ कार्य करती है। एक दैहिक शक्ति और दूसरी आत्मिक शक्ति। इसमें प्रमुख होती है या होनी चाहिए, आत्मिक शक्ति, जिसकी जरूरत, आत्मा को उसके पास के कर्म को कार्यान्वित करने के लिए पड़ती है। अथवा फिर ब्रम्हांण्ड शक्ति अथवा ईश्वर की शक्ति का अंश, जो मानव में होता है, वह शक्ति मतलब आत्मिक शक्ति।

❋

Publisher
Sri Saikalp Adhyatm Sanstha
"Sai Niketan"
New Delhi - 110025
Ph. : 26956561
E.mail : saikalp@gmail.com
Dadab6@gmail.com
Web : saishraddha-world.com

❋

Parton
Lalita Bhavani Shankar Bhatte

❋

Editorial
Vijay Kumar Varma
Jogesh Grover

❋

Suscription
Inland
Yearly : Rs.100.00
Life time : Rs.500.00

❋

Overseas
Yearly : US$ 50.00
Life time : US$ 200.00

❋

Printed By
Shaarp Advertising
Cell : 09810284136

❋

Published Every Month

©All rights reserved with Publisher

आत्मिक शक्ति को कार्यान्वित होने के लिए देह माध्यम की आवश्यकता होती है। इस देह माध्यम का विकास हो, वह सक्षम हो, इसलिए दैहिक शक्ति की धारणा होती है। दैहिक शक्ति प्रमुख रूप से, हम जो अन्न सेवन करते हैं, उससे मिलती है और आत्मिक शक्ति प्राप्त करने का साधन मतलब काया–वाचा–मन से किया गया सद्कर्म या फिर उपासना।

मानवी देह में दैहिक शक्ति और आत्मिक शक्ति का समतोलत्व (equiliberium) रहता है। आवश्यकता से अधिक खाना (अन्न पाचन के लिए), अधिक सोचना, बातें करना, त्रस्त रहना, सोना, इत्यादि से शरीर की दैहिक शक्ति का अपव्यय होता है। शरीर में दैहिक शक्ति कम हो गई तो उसकी कमी आत्मिक शक्तियों से पूरी करनी पड़ती है और यदि आत्मिक शक्ति कम हो गई तो असामाधान अशांति, अस्वस्थता इत्यादि का अनुभव होता है।

आज संसार में, साधारणतया दैहिक शक्ति का प्रमाण 75 से 80 प्रतिशत होकर, आत्मिक शक्ति 25 प्रतिशत से 20 प्रतिशत होती है। यदि यह प्रमाण 50:50 प्रतिशत हो गया तो मानव समाधानी होकर, आनन्द में जीवन व्यतीत कर सकता है।

हम जब कार्य केन्द्र पर प्रथमतः आए, तब दिए गए निराकरण से, गुरुशक्ति, हमारे माध्यम में संक्रमित की गई, जिससे शरीर की आत्मिक शक्ति का प्रमाण बढ़कर समाधान की प्राप्ति हुई। तभी गुरुशक्ति का बीज हमारे माध्यम में धारण कर दिया गया।

जैसे–जेसे हम इस समिती के कार्य का लाभ लेते जाते हैं, वैसे–वैसे आरती साधना, ऊँकार साधना, मुलाखात साधना और काम काज के निराकरण, इन में से प्राप्त होने वाली गुरुशक्ति हमें समाधान देती है। जब हम नियमित रूप से ऊँकार साधना और सप्ताह में एक बार कार्यकेन्द्र पर आरती या मुलाखात साधना का लाभ लेते हैं तब हमारे माध्यम में,

& x#'kfä & vkfRed 'kfä & nSfgd 'kfä

इनका समातोलत्व (equiliberium) होने लगता है। यही साधक अवस्था की शुरूआत होती है; तब श्री गुरूजी ने हमारे अनजाने में धारण किया हुआ गुरूबीज विकसित होने लगता है और, "हमारा जीवन सार्थक हो या फिर इस जीवन का कुछ हिस्सा इस समिती के कार्य के लिए उपयुक्त हो ऐसी जागृति होने लगती है।

इसके आगे जाने के लिए, जो समतोलत्व, (equiliberium) गुरुशक्ति – आत्मिक शक्ति – दैहिक शक्ति का हुआ है, उसमें गुरुशक्ति और आत्मिक शक्ति की अधिक धारणा होकर उनका प्रमाण हमारे स्वयं की रोजाना की आवश्यकतानुसार (Need) से अधिक होना जरूरी होता है। इसके लिए सबसे महत्वपूर्ण चीज है कि, 'हमारे जीवन का प्रमुख विषय 'गुरू' यह होना चाहिए। उसके साथ शुद्ध विचार, शुद्ध उच्चार, परमार्थ प्रश्नावली में बताए अनुसार आचार और आहार मिमांसा में बताए अनुसार पूरे सप्ताह का टाईम टेबल करके निश्चित किया हुआ आहार, कि जिसमें हर एक की हैसियत के अनुसार अगर किसी ने सप्ताह में दो बार होटल में खाना है ऐसा निश्चित किया है तो तब होटल में जाकर क्या खाना है यह घर से निकलने के पहले निश्चित करना आवश्यक है।

इन सब में अतिआवश्यक और सबसे महत्वपूर्ण चीज यह कि हमारा प्रमुख विषय 'गुरू' मतलब 'गुरुशक्ति की धारणा' यह होना जरूरी है।

हम सभी के जीवन में कुछ विषयों का प्रबल वलय होता है (Dominating) जिनसे दूर रहना मतलब उनका विचार भी दिमाग में न आने देना चाहिए, यह बहुत कठिन बात है। गुरुशक्ति का वलय बढ़ते हुए जब हमारे माध्यम में समाता है तब वह ऐसे प्रबल उप विषयों को तोड़ने में हमारी मदद करता है लेकिन उसके लिए निश्चित प्रयत्न करना हमारे लिए आवश्यक होता है। जब जीवन का प्रमुख विषय 'गुरुशक्ति की धारणा' ऐसा निश्चित होता है तब अन्य सभी उप विषयों का वास हमारे माध्यम में न होने के लिए जिस जीवन पद्धति का अनुसरण करना पड़ता है उसी को ßmiokl Þ कहते हैं। उपवास मतलब 'गुरू' या 'ईश्वर' यह प्रमुख विषय जीवन का रखा तो अन्य किसी भी उप विषयों का वास जीवन में नहीं रहना चाहिए।

उपवास का अनुसरण करते समय क्या नियम रखना जरूरी है, कहा जाना आवश्यक है, क्या करना आवश्यक है इत्यादि का अहसास देह को अंदर से ही (आंतरिक) होता है उसका पालन करना मतलब – यम – नियम है।

उसी प्रकार क्या, कितना, कहाँ और कब खाना जरूरी है इनके बारे में जो अहसास होता है उस प्रकार अन्न सेवन करना मतलब आहार–प्रत्याहार। यह आंतरिक अहसास समझना आदत से प्राप्त होता है इसमें कभी भी खाने के बाद पश्चाताप नहीं होता बल्कि आनन्द ही मिलता है।

हमारे जीवन में एक बार 'गुरू' यह विषय प्रधान हो गया तो ऐसा बोध होता है कि, इस जगत में ऐसा कोई भी अन्य विषय नहीं है जिसमें निरंतर सुख – समाधान की प्राप्ति हो सकती है। हमने इस कार्य का लाभ लिया वह हमारे जीवन की मुश्किलें निवारण करने के लिए और श्री गुरू ने कृपावंत होकर हमारे अनजाने में हमें साधक अवस्था तक ले गए। अब एक बार हमने यह निश्चय किया कि 'गुरू' और 'गुरुशक्ति की धारणा' यही हमारे जीवन का प्रधान विषय है तो सही अर्थों में, निरन्तर सुख–शांति–समाधान इसी में से प्राप्त होना है और फिर हमारे ख्याल में जो अन्य विषयों के बारे में सुखों की कल्पनाएँ थी वह संशय मिट जाऐगा। इसलिए उपवास हर रोज होना जरूरी है। इसी के बारे में श्री पंतमहाराज जी ने कहा है कि,

"dk; i.; Hkh dy udy voèkr HkVyk] l'k;kph jk[k d#uh et lh feykykAb

मतलब हमने कुछ भी साधन न करते हुए भी श्री गुरू ने कृपांवत होकर हमें ईश्वर तक पहुँचाया। साधक अवस्था तक पहुँचाया; लेकिन जब संसार के अन्य विषयों में सुख है यह संशय मिट जायेगा (उसकी राख हो जाएगी) और गुरू यह प्रधान विषय बनेगा तभी उस ईश्वर की याने साधक अवस्था की प्राप्ती होगी।

पुरातन संस्कृति के हिसाब से यह उपवास यम–नियम, आहार–प्रत्याहार यह बंधन समाज ने या धर्म ने लोगों पर डाले, क्योंकि काया से शुरूआत करके, नियमित ईश्वर उपासना की सहायता से मन तक विकास कर लेना, यह उद्देश्य था। लेकिन आज संसार बदला, परिस्थितियाँ बदल गई; अगर आज काया को जबरदस्ती करके बंधनों में डालना तो वासना कारण देह तक जा सकती है और फिर उसका रूपांतर जीवन के दोषों में आ सकता है; इसीलिए वं. दादा जी ने प्रथमतः आए हुए भक्तों को उपवास बंद करने के लिए कहा। क्योंकि उनको सप्ताह में एक दिन, साबुदाना/आलू के लिए किया गया उपवास नहीं चाहिए, तो हमारे जीवन का प्रधान विषय 'गुरुशक्ति की धारणा' और इस समिती के कार्य में समा कर हमारे जीवन को सार्थक करना। यह करके, अन्य सभी उप विषयों का वास निकाल कर, हर रोज़, नित्य नियम से किया गया उपवास अपेक्षित है। क्योंकि इसी में से हमारे अनजाने में धारण किया गया गुरू बीज साकार होने लगेगा। आज प्राप्त हुए जीवन में यहाँ तक विकास कर लेना यह हम सब की जिम्मेदारी है; क्योंकि एक बार यह गुरू बीज साकार हो गया तो वह सदा कायम रहने वाली अवस्था प्राप्त हुई। फिर आज या कल यह गुरू बीज हमारे माध्यम से गुरुशक्ति प्रवाहीत करेगा यह निश्चित है। और यही हमारे जीवन का सार्थक है।

अगर यह प्राप्त नहीं हुआ तो साधक की अवस्था की पहली सीढ़ी पार करना मुमकिन नहीं तो हम सब जन उस दिशा में प्रयत्न करें और जिस प्रकार वं. दादा जी और परम् पूज्य साई बाबा ने हमारे माध्यम में, साधक अवस्था की शुरूआत, हमारे अनजाने में करके दी, उसी प्रकार इस साधक अवस्था की प्राप्ति भी, वह, हम सभी को करके दे, यही उनके चरणों में विनम्र प्रार्थना।

।। शुभं भवतु।।

जन्म जन्म का सेवक

ckck dh vkKk dk ikyu] voKk d ifj.kke

बाबा जो आदेश दे, कर लो वैसा काम।
जैसा जो साई कहें, वैसा होगा अंजाम।।424।।

साई सब कुछ जानते, जाने तीनो काल।
मान करो आदेश का, जो देवे जगपाल।।425।।

घटना इक ऐसी भई, तात्या मन इतराय।
जावें कोपरगाँव तो, बाबा करें मनाय।।426।।

तात्याजी जाने लगे, ना मानी जब बात।
राह बीच घोड़ा गिरा, ऐसे खाई मात।।427।।

बाबाजी शिरडी बसें, आया इक अंग्रेज।
अलिशान तम्बू लगा, ठाट बाट लबरेज।।428।।

बाबाजी सब जानते, यह है मद में चूर।
तीन बार सीढ़ी चढ़ा, बाबा रखे दूर।।429।।

नाखुश हो माँगे विदा, करूँ शीघ्र प्रस्थान।
साई बाबा राय दें, रूक जाओ मेहमान।।430।।

साई बाबा रोकते, माने ना अंग्रेज।
जिद करके जाने लगा, ताँगा पलटा तेज।।431।।

चोट बहुत आई उसे, गिरा लुढ़क कर दूर।
गुरू अवाज्ञा कारणे, भुगत रहा मगरूर।।432।।

समझ गए सब भक्त गण, माने प्रभु आदेश।
साई की आज्ञा बिना, जाँय नहीं परदेश।।433।।

foue fuonu

अति हर्ष के साथ आप सभी गुरुबंधु एवं भगिनियों को सूचित किया जाता है कि मासिक पत्रिका "तत्व बोध" का आगामी अंक एवं अन्य सूचना वेबसाइट पर एवं मेल द्वारा प्रेषित की जाएगी।

अतः आप सभी गुरुबंधु एवं भगिनियों से अनुरोध है कि आप सभी अपना ई–मेल पता एवं अन्य जानकारी यथाशिघ्र निम्न पते पर प्रेशित करें :

Sri Saikalp Adhyatm Sanstha

"Sai Niketan"

5, Jasola Vihar, New Delhi - 110025 Telephone : 26955261

E-mail : saikalp@gmail.com Dadab6@gmail.com