सद्‌गुरु तत्व बोध
SADGURU TATV BODH

नई दिल्ली
अंक – 186

www.saikalpadhyatmsanstha.com

श्री साई शक : 38
जून – 2020

॥ ॐ श्री साईनाथाय नमः॥
॥ ॐ श्री सदगुरूनाथ दादाय नमः॥

Publisher
Sri Saikalp Adhyatm Sanstha
"Sai Niketan"
New Delhi - 110025
Ph. : 26956561
E.mail : saikalp@gmail.com
dadab6@gmail.com

Patron
Anand Bapshet

Editorial
Vijay Kumar Varma
Jogesh Grover

Subscription
Inland
Yearly : Rs.250.00
Life time : Rs.1000.00

Overseas
Yearly : US$ 250.00
Life time : US$ 500.00

Printed By
Soni Printers
Cell : 09718657567

Published Every Month

©All rights reserved with Publisher

गुरूबंधु भगिनियों

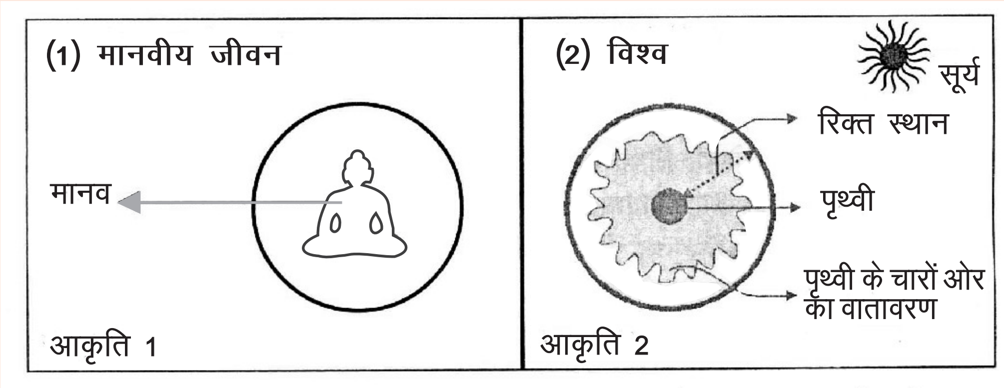
पिछले अंश से आगे...

'अमृत' का स्वाद कैसा होता है? हम ईश्वर से कहते है कि आपका नाम अमृत से भी मीठा, मधुर है लेकिन **अमृत प्रत्यक्ष में अत्यंत कड़वा होता है।** समुद्रमंथन के बाद जब देवता वहाँ से अमृत का कलश लेकर जा रहे थे तब अमृत की केवल एक ही बूँद नीम के पेड़ पर गिरी और नीम के पत्ते कड़वे हुए। मतलब अमृत मधुर नहीं कड़वा होता है यह उसकी साक्ष है। ऐसा वह रस मेरे मुँह से पतीले भर-भर के बह रहा था और उसमें सप्तरंग थे। यह बात मेरी पत्नी और मेरे छोटे भाई से पूछिए। वे सारे उस समय बहुत डर गए थे क्योंकि वह अवस्था क्या है? यह वे समझ नहीं पा रहे थे। **आज मैं 'गुरु' करके आपको उस अवस्था के बारे में बता सकता हूँ और आपको उस अवस्था तक लेकर जा सकता हूँ। उस समय मेरे लिए 'गुरु' यह माध्यम नहीं था।** उस समय मेरे लिए केवल मैं ही था! उस समय मेरी जो अवस्था हुई थी उसका जवाब मुझे कब मिला? तो 30 साल बाद आज भोर के 3 बजे! मतलब **'ॐकार साधना' की साधनसीमा क्या है यह आप सोचिए।** मुझे उस अवस्था से बाहर आने के लिए 28 दिन लगे और उसका जवाब मिलने में 30 साल लगे तो आपको ॐकार साधना का अनुभव आने में कितने दिन लगेंगे?

मंदिर, चांद तारा और क्रॉस ये तीन प्रतीक आपके सामने रखे है। पूर्वकाल में **ये प्रतीक लोककल्याणार्थ और लोकसेवा के लिए थे** परन्तु आज उनका विनियोग कैसे हो रहा है? इन स्थानों का उपयोग लोककल्याण के लिए नहीं हो रहा है। आप कहते है, "हमने अब भौतिक विज्ञान में प्रगति की है इसलिए यह सब विकास हुआ है वरना पूर्वकाल के लोग बहुत ही आलसी थे।" आप पूर्वकाल के लोगों को आलसी कहते है और खुद को उद्यमशील कहते है लेकिन देखिए वास्तव में **कुछ शतक पहले के लोगों की समाज के प्रति, राष्ट्र के प्रति तथा विश्व के प्रति कितनी दूरदृष्टि थी तथा उनकी बुद्धि की क्या धारणा क्रिया थी!** आज इस शतक में भौतिक विज्ञान का उदय हुआ है और

सबकी समझबूझ मानसिक तौर पर छिन्न-भिन्न हो गई है। विश्व की उत्पत्ति से ही विज्ञान यह शास्त्र है लेकिन क्या इस शास्त्र के कारण कोई बेचैन या असुरक्षित महसूस करता था? मैं आपको इस शास्त्र के बारे में मार्गदर्शन कर रहा हूँ तो क्या आपको यहाँ से भागने का मन कर रहा है? लेकिन अगर यहाँ बम विस्फोट हुआ तो आप जल्द से जल्द भागने का प्रयत्न करेंगे, खिड़की में से कूदने का प्रयत्न भी करेंगे। **इतना फर्क है आपके भौतिक विज्ञान में और हमारे विज्ञान शास्त्र में। हम खड़े होते है तो आप तमाम आदमी इकट्ठा हो जाते है और आप यहाँ बम फोड़ते हैं तो तमाम दुनिया भाग जाती है।**

आज आप केवल खुद की कर्ममुक्ति के लिए मंदिरों का उपयोग कर रहे हैं। आज सभी मंदिरों में दुखपरत्वे प्रसाद लिया जाता है। ऐसी स्थिति में देव भी अपना देवत्व कितने समय तक कायम रख पाएंगे? देवी-देवताओं को दोष देना आसान है। आपने खुद जन्म दिए हुए बच्चों को भी, 'तुम गलत कर रहे हो' यह कहने का सामर्थ्य आपकी जुबान में नहीं है परन्तु देवी-देवता आपका कहना सुनते है इसलिए आप उन्हें कुछ भी कहते हैं।



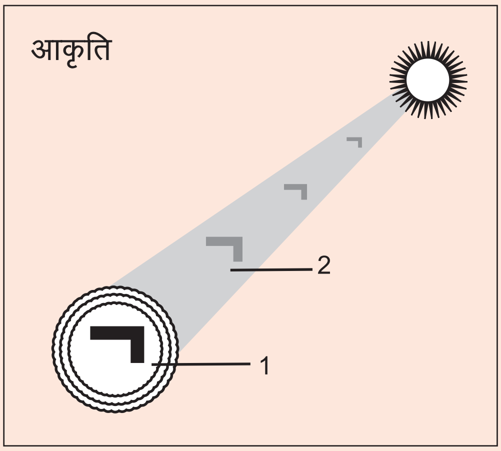
ऊपर आकृति में 'मानवीय जीवन' और 'विश्व' दिखाया है। इन दोनों में शांति का वास हो इसलिए आज जो सब कुछ उथल-पुथल हो गया है उसे एक ही स्तर पर यानी योग्य स्तर पर कैसे ला सकते है? हाऊ टू ब्रिंग ह्यूमन लाईफ ॲंड यूनिव्हर्स ऑन वन लैवल? आप वैज्ञानिक है, क्या आप बता सकते है कि इस समस्या का समाधान आप कैसे ढूंडोगे? देखिए, यह काम बिना पैसों से करना हैं वरना आप बैंक ऑफ इंडिया के सामने दस करोड़ की योजना का प्रपोजल रखोगे। मतलब पहले से जो गरीबी है वह और बढ़ जाएगी। लोग रुपया कमाएंगे और सरकार को सवा रुपया टैक्स देंगे। दैट विल बी द फेट ऑफ अवर लाईफ! **मानवीय जीवन और विश्व को समान स्तर पर लाने के लिए क्या करना चाहिए?** अगर आप वैज्ञानिक नहीं बता पा रहे है तो मैं हूँ ही जवाब देने के लिए।

आज अमेरिका या अन्य देशों ने ऊपर वातावरण में सॅटलाइट रखा है। यहाँ से यानी धरती से समाचार या अन्य जानकारी की लहरें (वेव्हज्) पहले वातावरण में सॅटलाइट की ओर भेजी जाती है और वहाँ से अन्य जगहों पर जहाँ-जहाँ जरूरत है वहाँ पर जाती है। मैंने कल आपको बताया है कि हमें सूर्य से जो प्रकाश यानी शक्ति (एनर्जी) मिलती है उसमें अशुद्धता आने के कारण सूरज द्वारा जो सात रंग मिलना आवश्यक है वे हमें नहीं मिल रहे है। उन सात रंगों में से कोई एक रंग दूसरे रंग में मिक्स होकर और अशुद्धता निर्माण कर रहा है। इसलिए आज **हमारा खाना, पानी, अनाज, फल, सब्जी, दूध, आदि सब अशुद्ध हुए है और इसके कारण हम भी 100% अशुद्ध हो गए है।**

आपको दिया हुआ ॐकार यह साधन ऐसा है जो यह सब अशुद्धता ठीक कर देता है, वह कैसे? देखिए, आप इस गुरुमार्ग में यानी मेरे पास आने से पहले कितने अशुद्ध थे? **यहाँ आने से पहले आप 100% अशुद्ध थे।** आपका खुद का जीवन आपके लिए उपयुक्त नहीं था बल्कि हानिकारक था। ऐसा होते हुए भी **मैंने आपका त्याग**

नहीं किया। आप अपने जीवन में अपनी **देहिक और आत्मिक शक्तियों** को अनावश्यक रीति से प्रवाहित कर रहे थे। मैंने उन शक्तियों को **एकरूप करके उन पर ॐकार की ध्वनि-लहरों का आघात किया और फिर आपने अपने माध्यम द्वारा ॐकार का उच्चार करने का आरंभ किया। इससे आपके काया, वाचा, मन के देहिक माध्यम की देहिक और आत्मिक शक्ति को प्रथमतः ॐकार का आकार आएगा। ॐकार का आकार आने के बाद आपकी देहिक और आत्मिक शक्ति द्वारा ध्वनित की गई ॐकार की लहरें वातावरण में जाएगी तब सूर्य से आपकी ओर आने वाली लहरें जो अब अशुद्ध वातावरण के कारण अशुद्ध हुई है वह ॐकारमय होकर शुद्ध हो जाएगी। यह ॐकार का शास्त्र है।**

आपका जीवन उपयुक्त नहीं था परन्तु हमने उसका त्याग नहीं किया। आपकी देहिक और आत्मिक शक्ति पर ॐकार की ध्वनि-लहरों का आघात करके हमने आपके माध्यम द्वारा ॐकार का उच्चार करवाने का आरंभ किया। **सूर्यप्रकाश की सत्वगुण युक्त लहरें वातावरण की अशुद्धता के कारण रज, तम हुई है। इन रज, तम गुणधर्मो पर अब ॐकार ध्वनि का इतना बड़ा आघात करना है कि उससे अशुद्ध हुई लहरें ॐकार मय हो जाएगी।** आकृति में दिखाए अनुसार आप लगातार ॐकार करते रहने से वातावरण की लहरें ॐकार को धारण करेगी। इस तरह ॐकार लहरों की धारणा होते-होते ये **ॐकार लहरें विश्व परिसर में प्रवाहित होगी।** इस तरह से विश्व में जो खालीपन है वह भर जाएगा और विश्व में सुख, शांति, समाधान स्थापित होगा। इस तरह हम अपने मार्ग द्वारा विश्व में सुख, शांति, समाधान लाने का कार्य करते रहेंगे।



इस आकृति में दिखाए अनुसार हमने अपने मार्ग के अनुसार कार्य करके विश्व परिसर में ॐकार प्रवाहित करने से क्या होगा? स्लो ॲड स्टेडी विन द रेस। मतलब आप वैज्ञानिक कोई कार्य एक साल में करने वाले है तो हमें उसके लिए 5 साल लगेंगे परन्तु हम वह काम निश्चित करेंगे ही। आपमें अशुद्धता थी परन्तु हमने उसका विचार नहीं किया । **हमने आपको आकार दिया। आपको आकार आने के बाद आपके द्वारा उच्चारित होने वाली ॐकार की लहरें विश्व परिसर में प्रवाहित होते-होते आकृति में दिखाए अनुसार दूसरे ॐकार की जगह पर जाएगी और वहाँ जितनी दूषित लहरें है वे भी ॐकार मय होकर उन्हें भी आकार आ जाएगा।** इस तरह आप माध्यमों द्वारा ॐकार वातावरण में जाता रहेगा और विश्व का वातावरण ॐकारमय होता रहेगा। विश्व परिसर में ॐकार लहरें फैलने के कारण विश्व में जो रिक्त स्थान निर्माण हुआ है वह धीरे-धीरे भर जाएगा और विश्व में सुख, शांति, समाधान स्थापित होगा।

एक क्रिश्चन गुरुबंधु ने सवाल पूछा – Please tell me, when we say Aum, we can speak through mind & through mouth also

Dada Ji - If you see, in every word, if you minutely observe, it is nothing but 'Aum'

Bhakt - Yes, but it should be through mind or mouth?

Dada Ji - Through anything, through whatever elements God has given. You can do Aumkar

through eyes, or through any other organ. As you can write 'Aumkar' with the help of your 2 fingers, you can repeat it, feel it, smell it, you can see it. then your physical body becomes Aumkar fully. What is the process? I don't see you as Mr. so and so but I see you as 'Aumkar'. So automatically your physical tendency transforms to Aumkar. Why do you love me?

Bhakt - When you say Aumkar it feels good but when we say Aumkar it is not that good but when you say 'Aum' with us, our Aumkar becomes good (effective).

Dada Ji - That's exactly right and that is what I am currently doing. To bring all of you to that particular level.

Bhakt - But that will take time.

Dada Ji - No.

Bhakt - Because human mind is such that it is not focused.

Dada Ji - That happens when your mind is in your possession. But as long as your mind is in my possession, it won't happen.

Bhakt - Who introduced this word initially as 'Aum'

Dada Ji - God himself.

Bhakt - To whom?

Dada Ji - Through this atmosphere.

Bhakt - Then how you came to know?

Dada Ji - That is the secret of my life. As you are chief secretary and you keep some confidential files with you which you don't give to others, similarly this is my secret. Abstract God is expressed in the word, 'Aumkar'.

अब तक इस साधना के बारे में आपको जो अत्यावश्यक पहचान कराई है वह मेरी दृष्टि से योग्य ही है। इसके आगे का स्पष्टीकरण अगले सम्मेलन में देखेंगे। 'तीन रंगों की धारणा' यह आकृति पृष्ठ क्रमांक 106 के बाद है। अब आप इस आकृति के अनुसार की अवस्था तक यानी **'तीन रंगों की धारणा' इस अवस्था तक आ गए हैं।** इस आकृति के बारे में आपको एक बात का स्पष्टीकरण देना बाकी है। आकृति के बीच में जो काला रंग दिखाया है वह किसका प्रतीक है? बहुत से भक्तों ने जवाब दिया, **''यह काला रंग मतलब हमारी अविकसित अवस्था है।''** वं. दादाजी ने कहा – ऐसा नहीं है, इसका स्पष्टीकरण इस प्रकार है। जब अत्यंत प्रखर शुभ्र (सफेद) प्रकाश होता है तब क्या होता है? आप साधना का आरंभ करने से पहले आँखें बंद करके बैठते है तब आपकी आँखों के सामने प्रकाश का कोई भी रंग नहीं आता केवल काला रंग आता है। इसका कारण यह है कि जब **तेज तत्व की अति प्रखरता होती है तब इस तरह का काला रंग धारण होता है।** आपके सामने तेजःपुंज ऐसा कुछ आता है तो आपको चक्कर आता है या आपकी आँखों के सामने अंधेरा छा जाता है, कुछ समय तक आप आँखों द्वारा कुछ भी नहीं देख सकते। **श्री शंकर भगवान की पिंडी काली होती है क्योंकि वह तत्व अत्यंत प्रखर है।** आपने घर में जलते हुए कोयले यानी अंगार देखे है। थोड़े समय बाद जलते हुए कोयलों पर राख जमा हो जाती है। इसका कारण यह है कि उन कोयलों में जो अग्नि है वह खुद को ढ़क लेती है क्योंकि उसका तेज आपसे बरदाश्त नहीं होगा और आपने चूल्हे के पास जाकर राख को हाथ लगाया तो आपका हाथ जलता है।

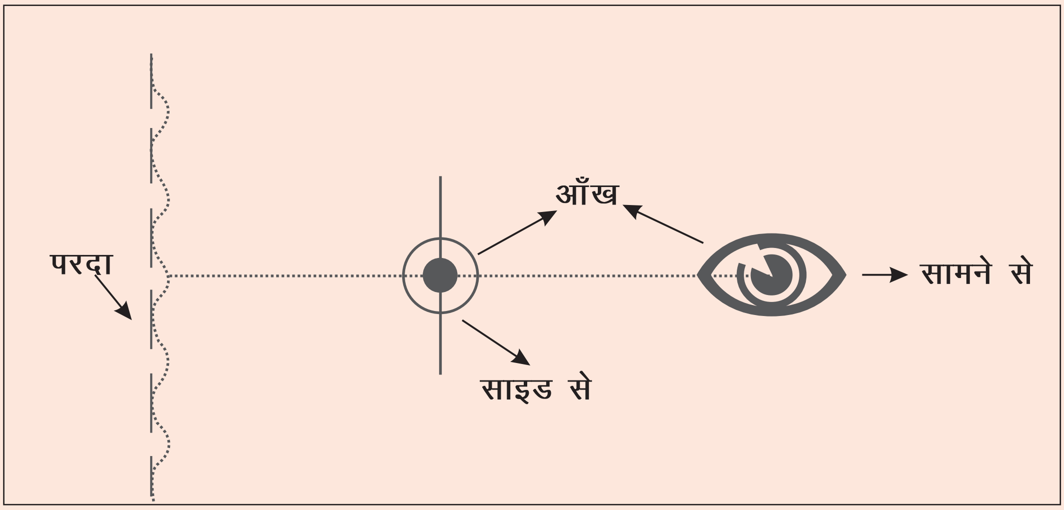
इसी तरह ॐकार की ध्वनि का रूपांतर लहरों में करके फिर से उन लहरों से ध्वनि और ध्वनि में से प्रकाश निर्माण किया तो वह प्रकाश 'तीन रंगों की धारणा' इस आकृति में दिखाए अनुसार लाल, पीला, नीला इन तीन रंगों से 7 रंग निर्माण करता है। उस समय उसमें तेज तत्व की इतनी धारणा हो जाती है कि वहाँ आकृति में बीच में दिखाया हुआ उसका गर्भ काले रंग का दिखता है मतलब उसे आकार आता है और वह धारण हुआ प्रखर तेज इस तरह काला दिखता है। **ॐकार साधना परिपूर्णतः विकसित होने के बाद इस तरह की अवस्था होती है** और बीच में काला रंग दिखाई देता है। उसमें क्या समाया हुआ होता है? उसमें इतना प्रखर तत्व तथा प्रखर सामर्थ्य समाया हुआ होता है कि औरों ने यानी सर्वसामान्य व्यक्तियों ने वह देखना चाहा तो भी वे उसे देख नहीं सकते।

साधना आरंभ करने से पहले आप आँखें बंद करके बैठते है तब आँखों के सामने काला बिंदु दिखाई देता था वह क्यों? जब ॐकार का प्रकाश अधिक होगा यानी **जब ॐकार तेजःपुंज होने की क्रिया होगी तब प्रकाश के धवल यानी सफेद रंग का परिवर्तन काले रंग में हो जाता है।** मतलब 'तीन रंगों की धारणा' यह चित्र और उसमें दिखाए हुए सारे रंग सही है।

बहुत से लोगों का यह सवाल है कि **ॐकार साधना करते समय दृष्टि नाक के सामने स्थिर क्यों करनी होती है?** आपने यह अनुभव किया है कि साधना करते समय आपने अपनी दोनों आँखें नाक के सामने स्थिर करने से आपके बिना जाने आपके 5 स्थानों के ॐकार होने लगते है। आपकी आँखों को **कितने प्रकार की दृष्टि होती है? 2 प्रकार की –**

(1) अंतर्दृष्टि **(2) बहिर्दृष्टि**

अंतर्दृष्टि क्या कार्य करती है? क्या आप अपनी बहिर्दृष्टि और अंतर्दृष्टि एक करके कभी अंधेरे में चले है? पहले के जमाने में रास्ते पर इलेक्ट्रिसिटी या दिए नहीं होते थे तब देहातों के लोग अंधेरे में कई मील दूर चलकर जाते थे। **जब सभी ओर पूर्णतः अंधेरा होता है उस समय आपकी अंतर्दृष्टि और बहिर्दृष्टि एक होकर आपको अंधेरे में रास्ता दिखाई देता है।** क्या आपने कभी इस तरह से चलकर देखा है? आप अमावस्या के दिन यह प्रयोग करके देखिए। चलते समय यदि आपके आजु-बाजु में अंधेरा होगा तो भी आपके सामने प्रकाश होता है।



बहिर्दृष्टि द्वारा देखने के लिए आपकी आँखों के मध्य में एक पुतली होती है जिसके बीच में एक छिद्र होता है और पीछे एक परदा होता है। आकृति देखिए। परदे पर प्रकाश की लहरें उभरती है और आप देख पाते है। देखने के संबंध में यह बाह्य क्रिया है। मान लीजिए कि आपको यहाँ से वहाँ तक चलकर जाना है तो आपने आँखों का उपयोग इस तरह से करना है कि बीच में जो लोग बैठे है उन्हें आपके चलने से तकलीफ ना हो इसलिए आपको बहिर्दृष्टि दी गई है।

आपको अंतर्दृष्टि क्यों दी गई है? आपके देह माध्यम की कार्यक्षमता अति विशाल है। आपकी देह के बाह्य भाग पर आपको कितने माध्यम दिखाई देते है? दो हाथ और दो पैर दिखाई देते है। **आपके शरीर की अंतर्गत रचना में नाभिस्थान से लेकर ब्रह्मरंध्र तक बहुत बड़ी यंत्रणा है। वह यंत्रणा यथायोग्य रीति से कार्य कर रही है या नहीं? इसका पर्यवेक्षण (देख-रेख) करने के लिए आपकी अंतर्दृष्टि है। आपकी पाचन क्रिया, श्वसन क्रिया तथा रक्ताभिसरण इन तीनों पर नियंत्रण करने के लिए आपकी अंतर्दृष्टि होती है।** इसतरह बहिर्दृष्टि और अंतर्दृष्टि ये दोनों दृष्टियाँ अलग-अलग प्रकार से कार्य करती है।

साधना में जब साधक अपनी बहिर्दृष्टि और अंतर्दृष्टि इन दोनों दृष्टियों का कार्य एकरूप करता है तब साधक को दिव्यदृष्टि प्राप्त होती है। मतलब जिस दृष्टि को शरीर के अंदर देखने की यानी कार्य करने की आदत है वह अंतर्दृष्टि और जिस दृष्टि को बाहर देखने की या कार्य करने की आदत है वह बहिर्दृष्टि साधक को एकरूप करनी होती है। साधना में ॐ**कार करते समय जब साधक अपनी अंतर्दृष्टि और बहिर्दृष्टि नाक के सामने स्थिर करता है तब इन दो दृष्टियों का देखने का कार्य स्थगित हो जाता है।** फिर अंतर्दृष्टि ने उन स्थानों पर अपने नियंत्रण में रखे हुए अंतर्गत रचना के माध्यम अंतर्दृष्टि के नियंत्रण से मुक्त हो जाते है और **नाभि, हृदय, कंठ, ललाट, ब्रह्म ये 5 स्थान ॐकार करने के लिए अंतर्दृष्टि की नियंत्रण से दूर हो जाते है।**

मेरी दृष्टि आपसे जरा-सी हटते ही आप विचलित होने लगते है और मेरी दृष्टि आप पर होती है तब आप देवता की तरह चुप बैठते है। चुप बैठने के बारे में आप कभी-कभी देवता को भी झूठ साबित करते है क्योंकि वे भी हिलते है जैसे कभी-कभी देवता के फोटो पर रखे हुए फूल गिर जाते है और आप कहते है कि आपको फूल प्राप्त हुआ है। वास्तव में देवता प्रसन्न होने से आपको वह फूल प्राप्त नहीं होता आपने वह फूल किसी के बगीचे से चुराकर लाया होता है या पड़ोसी के गमले से तोड़ा हुआ होता है। देवता को उधार पसंद नहीं है, देवता को उधार के फूलों का बोझा बरदाश्त नहीं होता इसलिए वह फूल गिर जाता है और आप फूल गिरने का अर्थ यह लगाते है कि हमें प.पू. बाबा से प्रसाद प्राप्त हुआ है। कभी-कभी यह होता है कि कोई फूल आप अपने बालों में नहीं लगा सकते इसलिए आप वे फूल देवता पर चढ़ाते है तब देवता वे फूल गिरा देते है और आप उसका अर्थ लगाते है, ''मैंने देवता से उनकी बाई बाजु का फूल मांगा था और वह मुझे मिल गया मतलब आज मुझे घोड़े की रेस में पैसे मिल जाएंगे'' परन्तु वैसा नहीं होता। इसलिए इस संबंध में मेरा आपको यही कहना है कि आप केवल दो ही फूल देवता को अर्पण कीजिए परन्तु वे खुद के पैसों से खरीदे हुए हो फिर वे फूल देवता तक अवश्य पहुँचेंगे।

अभी हमारा 'दृष्टि' यह विषय था। दृष्टि नाक के सामने स्थिर करके ॐकार की कार्यक्षमता बढ़ाने की क्रिया कैसे होती है? यह हम बाद में देखेंगे।

कुछ भक्तों ने वं. दादाजी से सवाल पूछा – हम एक व्यक्ति के पास प्रापंचिक समस्या के निवारणार्थ गए थे। तब उस व्यक्ति ने ड्रॉईंग पेपर पर बीच में औरतें मांथे पर जो बिंदी लगाती है वैसी एक बड़ी काली बिंदी चिपकाई। वह ड्राईंग पेपर ड्राईंग बोर्ड पर लगाकर रखा और लोगों को उस काली बिंदी की ओर देखकर त्राटक करने के लिए कहा। वास्तव में हम उस व्यक्ति के पास पारमार्थिक मार्गदर्शन के लिए नहीं गए थे, प्रापंचिक समस्या के निवारणार्थ गए थे।

काली बिंदी की ओर देखकर 'ॐ नमः शिवाय' कहते हुए त्राटक करते-करते थोड़े दिनों बाद वह काला बिंदु सफेद हो गया और उसके आजु-बाजु में उस ड्राईंग पेपर पर 4–5 सफेद वलय दिखाई देने लगे और बाद में वह सफेद हुआ भाग भी साफ हो गया। हमने उस व्यक्ति से पूछा कि यह सब कैसे हुआ? तो वह उसका स्पष्टीकरण नहीं दे पाया इसलिए यह सवाल हम आपसे पूछ रहे है।

वं. दादाजी ने पूछा, ''यह घटना मुंबई की है या मुंबई से बाहर किसी और अन्य शहर की?'' भक्तों ने जवाब दिया, ''मुंबई।'' वं. दादाजी ने कहा– देखिए मुंबई की हवा में नमी होने के कारण ड्राईंग बोर्ड पर केवल प्लेन ड्रॉईंग पेपर लगाकर रखा तो भी आद्र हवा के कारण ड्राईंग पेपर पर वलय उभरना स्वाभाविक है। आप कहते है कि उसने त्राटक करते समय वहाँ का दिया बंद रखने के लिए कहा था। दिन में दिया नहीं है तो भी वातावरण का असर डाईंग पेपर पर होगा ही। अब आप यह बताइए कि अगर कोई पोथी 12 साल पुरानी है और उस पोथी का कागज उत्तम गुणवत्ता का नहीं है तो वह पोथी पीली पड़ेगी ही। उस पोथी के बारे में आपने मुझे कहा, ''इस पोथी में ईश्वर ने केसर का छिड़काव किया है'' लेकिन मैं कैसे मानूँगा कि यह साक्षात्कार है?

मेरा आपसे एक और सवाल है, ''त्राटक कब और क्यों करते है?'' भक्तों ने जवाब दिया, ''मन एकाग्र करने के लिए त्राटक करते है।'' वं. दादाजी ने पूछा – फिर क्या त्राटक करने से आपका मन एकाग्र हो गया है? नहीं क्योंकि अगर आपका मन एकाग्र हो जाता तो उस पेपर की बिंदी के रंग में बदलाव या ड्राईंग पेपर के वलय इत्यादि सब आपके ध्यान में ही नहीं आता। इसीलिए मैं किसी के मन को कुछ नहीं सीखाता। मैं आपको समझाता हूँ और आपको अपने मन से कैसे कार्य करवाना है यह सीखाता हूँ। आप किसी सत्पुरूष के पास जाकर उसे यह क्यों कहते है कि, ''मेरा मन एकाग्र करो।'' क्या आपको पता है कि आपका मन एकाग्र कब होता है? मृत्यु के बाद क्योंकि तब आपको यह समझ ही नहीं आता कि आपको उठाया है या लकड़ी पर रखा है? आपको जलने का एहसास भी नहीं होता और अन्य समय पर आपसे अगरबत्ती का चटका भी बरदाश्त नहीं होता। **आप मन एकाग्र करना चाहते है परन्तु मन एकाग्र करने के लिए आपका मन अस्तित्व में ही नहीं है। जब आप किसी विषय से एकाग्र होते है यानी उस विषय की एकाग्रता में एकाग्र होते है तब वह अवस्था मतलब मन है।** अगर आप मन की व्याख्या भी नहीं कर सकते तो मन एकाग्र कैसे करोगे? जो तत्व आपके पास नहीं है वह आपने कहीं एकाग्र करना यह बात ही सिद्धांत के अनुसार गलत है। अब आप समझ गए ना मेरा कहना?

जब आप किसी विषय में एकाग्र होते है तब आपकी जिस विषय की एकाग्रता है वह विषय आपकी बुद्धि में आकर एकाग्र होता है और यह अवस्था पूर्ण होने के बाद वहाँ मन निर्माण होता है। यह विषय आकृति द्वारा सीखाने का नहीं है। जैसे-जैसे किसी विषय में आपकी एकाग्रता की धारणा होती जाती है वैसे-वैसे आप उस विषय की ओर जाते रहते है और उस विषय में आपकी एकाग्रता होने के बाद वह विषय फिर से आपकी ओर आपकी बुद्धि में एकाग्र होने के लिए आता है और तब वह विषय आपके देहिक माध्यम में दृढ़ हो जाता है अन्यथा तब तक वह विषय आपके देहिक माध्यम के बाहर होता है।

आज वैज्ञानिक युग में जगत में क्या हो रहा है? चारों ओर भयंकर अशांतता तथा बहुत ही बेचैनी है और आज जगत के प्रत्येक व्यक्ति की यह अवस्था है। इस अवस्था पर आज जगत के अनेक मनोवैज्ञानिक मनोरोग चिकित्सा कर रहे है। इसका कारण इस प्रकार है – आपने भूगोल विषय की पढ़ाई करते समय **आवर्त और प्रत्यावर्त हवाओं** के बारे में पढ़ा है। जब सूर्य की गरमी के कारण पृथ्वी का तापमान बढ़ता है तब आवर्त-प्रत्यावर्त हवाऐं बहती है और वे **एक-दूसरे से विरूद्ध दिशा में बहती है।** इसी तरह जब आपमें किसी अगतिक विषयपरत्वे असंख्य विचार निर्माण होते है तब **आपकी देहिक शक्ति और आत्मिक शक्ति आवर्त और प्रत्यावर्त जैसी एक-दूसरे से विरूद्ध दिशा**

में घूमने लगती है और उसके कारण आपके नाभि, हृदय, कंठ, ललाट और ब्रह्म इन पंचस्थानों की समतोलता बिगड़ती है। यह बिगाड़ मस्तिष्क में जाकर मनुष्य सनकी या हठी, जिद्दी बनता है, कभी-कभी कोई मनुष्य निष्क्रिय हो जाता है। अगतिक विषय के विचारों के कारण ऐसी अवस्था मस्तिष्क में होती है। अशांतता का बिंदु मस्तिष्क में मांथे पर होता है।

भूगोल विषय में बताए अनुसार जैसे आवर्त-प्रत्यावर्त हवाऐं वातावरण में बिगाड़ निर्माण करती है वैसे ही अगतिक विचार मस्तिष्क में बिगाड़ निर्माण करने का कारण है। सूरज की उष्णता से जमीन गरम होती है। जमीन के नजदीक की गरम हवा ऊपर वातावरण में जाती है और ऊपर की ठंड़ी हवा नीचे आने लगती है। जब गरमी अधिक होती है तब यह क्रिया अधिक गतिमान हो जाती है। यही हवा की व्याख्या है।

इसी तरह जीवन में अपेक्षाओं के बारे में अधिक विचार करना यह उष्ण हवा के समान है, यह देहिक शक्ति है और आत्मिक तत्व की हवा आपके दिमाग को ठंडा व समतोल रखने का कार्य करती है। अगतिक विचारों के कारण इन दोनों में संघर्ष होता है और यह आम मनुष्यों के लिए स्वाभाविक ही है। अभी हम सब यहाँ बैठे है यहाँ भी आवर्त-प्रत्यावर्त जारी है। हम सबके श्वासोच्छवास के कारण यहाँ हवा का दबाव निर्माण होने से अंदर की हवा बाहर जा रही है और बाहर की हवा अंदर आ रही है। यहाँ हवा का दबाव कम होने के कारण हवा की हलचल दिखती नहीं है। खाली मैदानों में या खेतों में हवा की गति महसूस होती है। इस बात की पहचान आपको है इसलिए आवर्त, प्रत्यावर्त हवाओं की मिसाल आपको बताई है। जिस तरह वातावरण में तापमान बढ़ने के कारण जमीन से लेकर ऊपर तक वातावरण में दबाव बढ़ जाता है वैसी आपमें वैचारिक धारणा निर्माण होती है जो कि एक अनावश्यक धारणा होती है। इसी तरह की क्रिया जीवन में तब भी होती है जब आपको अनपेक्षित सुख समाधान की बहुत भूख होती है। इस अवस्था का संबंध आपके हररोज के जीवन से संबंधित है। यह विषय बहुत गहन है इसकी केवल पहचान आज आपको कराई है।

सेवक,

।। शुभं भवतु ।।

विनम्र निवेदन

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 प्रेषित करें :

Sri Saikalp Adhyatm Sanstha

"Sai Niketan"

5, Jasola Vihar, New Delhi - 110025 Telephone : 26956561

E-mail : saikalp@gmail.com dadab6@gmail.com

Please send your yearly subscriptions as early as possible