सद्गुरु तत्व बोध
SADGURU TATV BODH

नई दिल्ली
अंक – 198

www.saikalpadhyatmsanstha.com

श्री साई शक : 39
जून – 2021

॥ 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

सर्वप्रथम श्री बाबा एवं वं. दादा के चरणों में सभी के स्वास्थ्य और अच्छी सेहत के लिए प्रार्थना! लगभग डेढ़ साल से पूरा विश्व कोविड महामारी से जूझ रहा है। ऐसा लग रहा है कि मानवों के अस्तित्व की लड़ाई अब आखरी पड़ाव पर है। जिस तरह किसी भी लड़ाई में नुकसान होता है उसी तरह इस लड़ाई में भी दुनिया में लोगों का बहुत नुकसान हुआ है, दुनिया में भय और आक्रांत फैला हुआ है। उन सभी के लिए प्रार्थना करके हम यह इच्छा प्रकट करते है कि सभी को आत्मविश्वास प्राप्त हो और दुनिया पुनः सामान्य रुप से कार्यरत हो!

इस प्रकार की विपत्ति आने के क्या कारण होते है?लगभग सौ साल पहले इसी प्रकार की बिमारी आई थी जिसे स्पॅनिशफ्लू कहा था। तब भी 2–3 साल तक इस बिमारी के कारण लाखों लोगों की मृत्यु हुई थी। कुछ वर्ष पहले H1N1 विशाणु, SARS विशाणु, MERS विशाणु, Ebola विषाणु, आदि के कारण मनुष्य जीवन का बहुत नुकसान हुआ है। यह विषाणु किस प्रकार उत्पन्न होते है?किसी भी जीव की उत्पत्ति तेज तत्व, पृथ्वी की गति और विश्व की गति इनके संयोग से होती है। निसर्ग के अनुसार ही पृथ्वी की गति के कारण जीव की उत्क्रांति होती रहती है। पृथ्वी की गति के कारण ही अनाज के बंद डिब्बे में भी जीव पैदा होते है। पृथ्वी पर जीवों की निरंतर निर्मिति एवं उत्क्रांति यह प्राकृतिक व्यवस्था है। आज मानव अपने स्वार्थ के लिए प्राकृतिक संसाधनों

का अधिकाधिक उपयोग कर रहा है। मानवों द्वारा हथियारों का दुष्प्रयोग, अंतरिक्ष में सॅटेलाईट एवं रॉकेट द्वारा किए गए हस्तक्षेप के कारण पर्यावरण प्रदूषण बढ़ रहा है और पृथ्वी का सुरक्षा कवच (ओजोन लेयर)कमजोर हुआ है। वातावरण की ऐसी अशुद्धता के कारण सूर्यप्रकाश से सप्तरंगों की लहरें पृथ्वी पर आते समय दूषित होती है और ऐसी दूषित लहरें धारण होने से नए कीटाणु या विषाणु निर्माण होते है। इनमें कोई आत्मा नहीं होती। ये जीवित जंतु है जो अन्य जीवित जीवनों को नुकसान पहुँचाते है।

पिछले 100 वर्षों में मानवी आविष्कारों के परिणाम स्वरूप सुख–सुविधा के साधनों में प्रगति हुई है लेकिन मानवों का जीवन निरंतर रुप से गतिमान होता जा रहा है। मानव और प्रकृति की गति में असामंजस्य, असंतुलन हुआ है। इंद्रिय सुखों की अधिकाधिक लालसा और मानवों की एक–दूसरे पर एवं प्रकृति पर ज्यादा से ज्यादा प्रभुत्व स्थापित करने की होड़ में नैतिक तथा अनैतिक अनुसंधानों को प्रोत्साहित किया जा रहा है। मानव अन्य जीवों के प्रति शुद्ध भाव खो चुके हैं। इस कुचक्र के परिणाम स्वरुप जहाँ एक ओर प्रापंचिक सुखों के साधनों में वृद्धि हुई है वहीं दूसरी ओर वातावरण में विकार और आनार्त नाद पैदा हुए है। पृथ्वी का पर्यावरण अशुद्ध हुआ है जिससे मारक जीव निर्माण होने की संभावना बढ़ रही है। वं. दादा जी ने चौथे सम्मेलन में कहा है, ''जब तक वातावण में अशुद्धता है तब तक नए मारक जीव निर्माण होते ही रहेंगे। आप कितना संशोधन करेंगे?पहले मारक जीव से संबंधित संशोधन होता है तब तक सूर्यप्रकाश के सप्तरंगों में से दूसरा कोई रंग किसी और रंग के लिए मारक होकर एक और नया मारक जीव निर्माण करता है।''

अनेक प्रकार के मारक जंतु, कीटाणु, विषाणु वातावरण में अस्तित्व में है और जब मानवों की प्रतिकार शक्ति कमजोर होती है तब वे मानवों को नुकसान पहुँचाते है। कोविड विषाणु ने दुनिया को बहुत नुकसान पहुँचाया है। अथक संशोधनों के बावजूद वैज्ञानिक अब तक इस संक्रमण को रोकने का ठोस उपाय नहीं ढूँढ़ पाए है। लोगों के मन में डर है कि इस विषाणु का संक्रमण होने के बाद जीवन का भरोसा नहीं है। ऐसे इस समय में हम गुरुबंधु–भगिनियों का गुरुकार्य के प्रति, दुनिया के प्रति क्या कर्त्तव्य है?इस महामारी से उभरने के लिए दुनिया को आत्मविश्वास चाहिए, सहारा चाहिए मतलब आज दुनिया को आत्मिक शक्ति की जरूरत है और यह कार्य इस गुरुमार्ग से साध्य करने के लिए हमें प्रयत्न करने है। श्री गुरु यह वैश्विक कार्य हम सभी के माध्यमों से साध्य करेंगे लेकिन क्या हम उसके लिए तैयार है इसका विचार हर एक ने स्वयं के स्तर पर खुद करना है। कोई भी चीज दूसरों को देने से पहले वह अपने पास होनी चाहिए। इसी के अनुसार जब हमारे माध्यम में यानी हमारे सूक्ष्म देह और सूक्ष्म मन में आत्मिक शक्ति निर्माण होगी तभी हमारी दैनंदिन उपासना द्वारा तथा दैनंदिन व्यवहार में होने वाले आचार, उच्चार, विचारों द्वारा श्री गुरु वह आत्मिक शक्ति यानी गुरुशक्ति उसे कई गुना बढ़ाकर जरूरतमंद व्यक्तियों तक पहुचाएंगें।

हमारे सूक्ष्म मन का विकास होता है तब हमारे देह माध्यम में आत्मिक शक्ति निर्माण होना शुरु होता है। आज हम में से कई लोग काफी महिनों से घर से काम कर रहे है। यह करते समय

हमारे माध्यम से गुस्सा, चिडचिडाहट, परेशानी कितनी व्यक्त होती है? सभी सुखों के साधन होने के बावजूद असमाधान व्यक्त होता है क्या?मतलब क्या हमारे सूक्ष्म मन का विकास हुआ है या हो रहा है इसका विचार करना जरूरी है।

मानवीय देह में बुद्धि यह एक विशेष माध्यम है। इस माध्यम में सभी घटना, भावना, ज्ञान, जानकारी अंकित होती है और फिर हम जरुरत एवं इच्छा के अनुसार उन घटनाओं पर विचार व्यक्त कर सकते है। यह विचार या भावना व्यक्त करने का माध्यम है स्थूल मन क्योंकि ज्यादातर लोग बुद्धि और स्थूल मन इन्हीं दो माध्यमों से अपना जीवन व्यतीत करते है। इसी स्थूल मन के माध्यम से हम कहते रहते है – मुझे दुख हुआ, मैं बिमार पड़ गया, मैं ग्रेजुएट हो गया, मुझे नौकरी मिल गई, मैं विदेश गया, इत्यादि। स्थूल मन के आगे भी कुछ है यह हम नहीं सोचते। फिर जब कोई परेशानी आती है, मुश्किल की घड़ी आती है तब ये ''मैं'' confuse हो जाता है, गड़बड़ा जाता है। आगे क्या होगा मेरे नसीब में क्या है, दूसरों को यश मिल रहा है वैसे मुझे कब मिलेगा यह सोचकर वह खुद का आत्मविश्वास और सहनशीलता गंवाने लगता है। यह स्थिति आज आम तौर पर दुनिया में नजर आती है। ऐसी परिस्थिति निर्माण होने का क्या कारण है?देह के एक महत्त्वपूर्ण माध्यम के विकास की ओर हम ध्यान नहीं दे रहे है, वह माध्यम है 'सूक्ष्म मन'। जीवन में सुख के साथ शांति के लिए तथा हमारे रोज के व्यवहार समाधान से करने के लिए हमें सक्षम यानी विकसित सूक्ष्म मन की आवश्यकता होती है। हमारे गुरुमार्ग में आरती साधना, ॐकार साधना, प्रार्थना, मुलाकात साधना इन सिद्ध साधनों द्वारा सूक्ष्म मन का विकास आसानी से होता रहता है।

देहिक व्यवहार, क्रिया करने के लिए हमें देहिक शक्ति की आवश्यकता होती है। देहिक शक्ति प्राप्त करने के लिए हम नियमित आहार लेते है। उसी प्रकार जीवन में शांति, समाधान एवं आनंद का अनुभव लेने के लिए हमें आत्मिक शक्ति यानी गुरुशक्ति की आवश्यकता होती है। आत्मिक शक्ति के लिए नियमित उपासना करना आवश्यक है। यह आत्मिक शक्ति सूक्ष्म मन को और विकसित करती है। विकसित सूक्ष्म मन आत्मिक शक्ति यानी गुरुशक्ति की धारणा अधिक प्रमाण में करता है और स्वयं तथा आस–पास के अन्य लोगों को भी उसका फायदा कराता है। इसलिए हमें कुछ लोगों से मिलकर अच्छा लगता है, हम कार्यकेंद्र पर अच्छा महसूस करते है।

सूक्ष्म मन कैसा होता है? छोटे बालकों को देखकर हम इसका अनुभव कर सकते है। जब तक स्थूल देह और बुद्धि विकसित नहीं होती तब तक बालक सूक्ष्म मन के माध्यम से जीवन जीते है। हमेशा उनके चेहरे पर प्रसन्नता एवं निर्दोष मुस्कान होती है। चलना सिखते समय वे कितनी बार गिरते है लेकिन प्रयत्न करना नहीं छोड़ते। यह सूक्ष्म मन की प्राथमिक अवस्था होती है। नियमित उपासना से सूक्ष्म मन का विकास होता रहता है। जिस व्यक्ति का सूक्ष्म मन विकसित होने लगता है उस व्यक्ति के आचार, उच्चारों में शांति, सौम्यता, समझदारी, सामंजसता, जिम्मेदारी, नजर आती है।

मन यह अवस्था दिखाई नहीं देती, उसका अनुभव लेना होता है। हम कोई औरत देखते है तो वह 'स्त्री' है यह स्थूल मन बताता है और अगर वह स्त्री हमारी 'माँ' होगी तो माता की पहचान हमें हमारा सूक्ष्म मन कराता है। दैनंदिन जीवन से थककर हम अक्सर प्रकृति को गोद में

जाना पसंद करते है तब रंगबिरंगे फूल, पेड़–पौधे, विशाल वृक्ष, तरह–तरह के पक्षी, आदि प्रकृति का सौंदर्य निहारते समय, पानी का झरना, विशाल सागर, निसर्गरम्य पहाड़, पर्वत, आदि देखते समय हम एक अलग ही आनंद का अनुभव करते है। हमारे अंतरंग में रोमांच आते है। यह सूक्ष्म मन का अनुभव है।

सूक्ष्म मन का विकास होने पर हम नित्य आनंद का अनुभव ले सकते है। हमारी सहनशीलता एवं सामंजस्सता बढ़ती है। हमें औरों का आदर करने की आदत हो जाती है। दूसरों के विचारों को सुनना, समझना यह भी आसान हो जाता है। हमारे आचरण में नम्रता आती है। दूसरों के अच्छे गुण समझना तथा उन्हें अपनाना, सभी से कुछ अच्छा सीखना है ऐसी दिलचस्पी पैदा होती है।

सूक्ष्म मन का विकास कैसे प्राप्त करना है? वं. दादा ने हमें ॐकार साधना सिद्ध करके दी है। नित्य तथा नियमित ॐकार साधना से हमारे सूक्ष्म मन का विकास होता है। जब सूक्ष्म मन का विकास होना शुरु होता है तब जीवन में कोई कमी बाकी नहीं रहती। सभी कमियाँ आत्मिक शक्ति द्वारा भरी जाती है। हमने हमारे सूक्ष्म मन को ॐकार साधना में सम्मिलित करना है, समाना है। ॐकार साधना करते समय जो उच्चार हम कर रहे है उसे ध्यान से सुनना है। हमें औपचार के तौर पर साधना नहीं करनी है। जब हम साधना में एकरूप होने की कोशिश करते है तब कुछ क्षणों के लिए हमें पता ही नहीं चलता कि आवर्तन हो रहे हैं। तब कोई भी विचार बुद्धि में या मन में नहीं होता। कुछ क्षणों का यह अनुभव हमें समाधान और आनंद देता है। यह समाधान हमने पूरे दिन तक जतन करना है और हमारे आचार, उच्चार एवं विचार परमार्थ प्रश्नावली में बताए अनुसार करने है। यही गुरुकार्य के प्रति हमारा कर्त्तव्य है।

आत्मिक शक्ति की धारणा निसर्ग से करना किसी भी व्यक्ति के लिए मुश्किल होता है। हम गुरुमार्गी है। हमारे लिए वं. दादा और प.पू. विभूतियों ने ॐकार साधना, आरती साधना, प्रार्थना, मुलाकात साधना, आदि साधनों द्वारा गुरुशक्ति धारण एवं प्रवाहित करने के साधन सिद्ध करके रखें है। किसी व्यक्ति माध्यम से प्रवाहित हुई आत्मिक शक्ति अन्य व्यक्ति आसानी से धारण कर सकते हैं। इसी के अनुसार हमारी दैनंदिन उपासना से जो भी अंशतः गुरुशक्ति हम धारण करते है उसे गुरुवलय में संचित करके फिर उसे कई गुणा बढ़ाकर श्री गुरु दुनिया के जरूरतमंद लोगों के लिए प्रवाहित करते हैं। यह कार्य हमारे गुरुमार्ग में श्री गुरु ने सिद्ध करके रखा है। हमें सिर्फ श्री गुरु ने दी हुई ॐकार साधना नित्य और नियमित रूप से करनी है और रोजाना जीवन में अपना सूक्ष्म मन विकसित करने का प्रयत्न करना है। हमारे द्वारा मन से की गई नित्य उपासना से जो आत्मिक शक्ति संचित होगी उसे श्री गुरु स्वयं विश्वशांति एवं विश्वकल्याण के लिए प्रवाहित करेंगें।

आज कोविड महामारी की इस मुश्किल स्थिति से उभरने के लिए वं. दादा, प.पू. बाबा और सभी दिव्य, पूण्य विभूतियाँ दुनिया को दुआ दें और हम सभी के माध्यमों से यह कार्य यशस्वी करें यही उनके चरणों में प्रार्थना!

सेवक,

।। शुभं भवतु ।।