Symbol of oneness
DHYAN-KAKSH
SCHOOL OF EQUANIMITY & EVEN-SIGHTEDNESS

ध्यान-कक्ष

समभाव-समदृष्टि का स्कूल

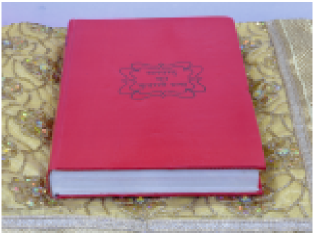
सत्-भाषी बनने की महत्ता

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 : 978-93-85423-81-9

प्रथम संस्करण | अप्रैल, 2025

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

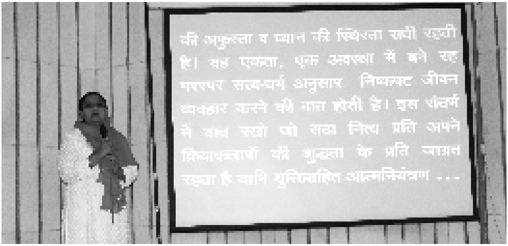
निमित्त में नहीं नित्य में श्रद्धा बढ़ाओ।

इस पर सुदृढ़ता से डटे रह,

इस अटल सत्य पर स्थिर बने रहो

ओ३म् अमर है आत्मा,

आत्मा में है परमात्मा


की एकाग्रता व ध्यान की स्थिरता बनी रहती
है। यह एकता, एक अवस्था में बने रह
परस्पर सत्य-धर्म अनुसार निष्कपट जीवन
व्यवहार करने की बात होती है। इस संदर्भ
में बात रखो की सदा नित्य प्रति अपने
विद्यार्थियों की शुद्धता के प्रति जागृत
रहना है यानि सुनियोजित आत्मनियंत्रण ...

सच्चाई
धर्म
सम

सत्-भाषी बनने की महत्ता

'ईश्वर सत्य है व वही सर्वव्यापक है' , सजनों जो इंसान इस एक सर्वोच्च विचार को अपने ख़्याल व ध्यान में रमा कर सत्य धारण कर लेता है और मन-वचन-कर्म द्वारा वैसा ही सत्ययुक्त आचार-व्यवहार करता हुआ सुकर्म कमाता है, वह धर्मात्मा हर प्रकार के भय व खतरे से मुक्त हो, निडर व निर्भय हो जाता है। जैसा कि सतवस्तु के कुदरती ग्रन्थ में कहा भी गया हैः-

सच नूं धारण करके जेहड़ा सच कमावे
बेख़ौफा, बेख़तरा, बेडर ओ हो जावे

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सोपान तृतीय, कीर्तन नं0 60)

आओ आज इसी श्रृंखला में सत्-भाषी बनने की महत्ता के विषय में जानते हैं।

सत्-वादी या सत्यभाषी - कौन?

सत्य के प्रति अगाध श्रद्धा रखते हुए उस पर सदा सुदृढ़ बने रहने वाला तथा ईमानदारी से बेहिचक सत्य बोलने वाले निष्कपट व्यक्ति को सत्यवादी या सत्यभाषी कहते हैं। सत्यभाषी सदा ऋत यानि जो

विश्व व्यवस्था, नैतिकता और आध्यात्मिकता की दृष्टि से निश्चित कुदरती नियमों पर आधारित व असल होता है, वैसा सत्ययुक्त वार्तालाप करता है। इस तरह सत्य को सर्वोपरि मान, सत्यतायुक्त सिद्धान्तों का अनुशीलन करने वाले उस स्पष्टवादी की बात खरी होती है तथा वह सदा अपनी प्रतिज्ञा या दिए गए वचन पर दृढ़ रहता है। यही नहीं सत्यभाषी बिना किसी लाग-लपेट के, हर परिस्थिति में सत्य को अपने मन-वचन-कर्म द्वारा अभिव्यक्त करने की समर्थता भी रखता है इसलिए उसकी कथनी-करनी में सामंजस्य यानि समरसता झलकती है और वह सतयुगवासियों की भांति हमेशा धर्म अथवा न्याय पथ पर मजबूती से डटा रह विजय श्री को प्राप्त कर लेता है। इसलिए तो उनके विषय में कहा जाता हैः-

सच ओ बोलचाल सच ओ खान पीन,
जेहड़ा सच दा सौदा करता है।
बेफ़िकरा दिन रात ओ राहवे,
ओ किसे कोलों नहीं डरता है।
ओ किसे कोलों नहीं डरता है।।

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सोपान सप्तम भाग, प्रथम, कीर्तन नं० 02)

सत्यभाषी बनने के लिए आवश्यक सत्यनिष्ठा

सत्यवादी बनने के लिए सर्वाधिक जिस चीज की आवश्यकता है - वह है सत्यनिष्ठा। जानो सत्यनिष्ठा का यह भाव हमारी आवश्यकता से अधिक हमारी आत्मा से जुड़ा है। ऐसा इसलिए कह रहे हैं क्योंकि संसार की जो भी वस्तु हमें आकर्षित करती है, उसकी हमें आवश्यकता हो या न हो, हमारा झुकाव मानसिक रूप से उधर हो ही जाता है। आगे चलकर यही लगाव जब गहरा होने लगता है, तब समर्पण में परिवर्तित हो जाता है। वस्तु जितनी ही हमसे दूर होती है, उसके प्रति हमारी निष्ठा और भी बढ़ती जाती है। यह बात प्रेम के सम्बन्ध में भी भली प्रकार समझी जा सकती है। किन्तु जिसे सत्य से ही प्रेम हो, जिसकी निष्ठा सत्य में ही हो, वह उससे एक पल भी दूर नहीं रह सकता। सत्य के विपरीत कुछ भी सुनना, देखना या करना उसके निकट आत्मा के हनन अथवा मृत्यु जैसा ही कष्टकर प्रतीत होता है अतः सत्यभाषी बनने हेतु सत्यनिष्ठ बनो। इस निष्ठा के मन में जाग्रत होने पर सत्य स्वतः न केवल वचनों से मुखरित होगा अपितु कर्मों द्वारा भी अभिव्यक्त

होगा। इस तरह कथनी-करनी में आदर्श समन्वय स्थापित होगा और हम सत्यज्ञान के बलबूते पर उसकी रक्षार्थ कुछ भी कर गुज़रने वाली मानसिकता को धारण कर, हर परिस्थिति में सत्य पर डटे रहनेवाले सत्यवादी या सत्यार्थी नाम कहा पाएंगे और निर्भयता से कह उठेंगे:-

मैं सत्यार्थ इस जगत विच सच दी
पट्टी लै के आया।
सच ही पढ़ना, सच ही गुढ़ना,
उस रब ने समझाया।।
सच पढ़न गुढ़न दे मगरों,
सच ही वण्डना सिखाया।
मैं सत्यार्थ इस जगत विच सच दी
पट्टी लै के आया।।
जद तक मैं सच वर्त्तांगा ते वण्डदा रवाँगा,
ओ संग राहवेगा मेरे,
सच नूं छडना है रब नूं छडना,
फिर उसने फरमाया,
मैं सत्यार्थ इस जगत विच सच दी
पट्टी लै के आया।

(आत्म-अनुभूति भाग-1)

ऐसा सत्यभाषी या सत्यार्थी बनने हेतु आप भी सत्य के प्रति अपने मन में सच्ची अभीप्सा यानि सत्यता से जीवनयापन करने का संकल्प जाग्रत करो। जानो सत् शास्त्र के विचार द्वारा, असत्य व्यवहारों के दुष्परिणामों का निरंतर निरीक्षण करते रहने पर यह अभिलाषा स्वयं ही मन में जाग्रत हो प्रबल हो जाएगी। तात्पर्य यह है कि क्रोध करने से प्राप्त होने वाले दुःख, पीड़ा और हानि तथा धैर्य बनाए रखने के परिणामस्वरूप प्राप्त होने वाले सुख-शांति और यश की यदि तुलना अपने अन्दर निरंतर की जाए तो भला कौन क्रोध को धारण करना पसंद करेगा? इस तथ्य के दृष्टिगत सत्यभाषी बनने के प्रति अपनी इच्छा शक्ति को सुदृढ़ कर, कदम-कदम पर अपनी जाँचना-तुलना यानि निरीक्षण करने की आदत डालो यानि क्षण-प्रतिक्षण धीरता से अपने दैनिक क्रिया-क्लापों पर दृष्टिपात करो और विचार करो कि मैं क्या मिथ्या भाव मन में लाता हूँ, किस कारण अपनी जिह्वा से असत्य बोल जाता हूँ और फिर बुरे कर्म करता हूँ? इस तरह फिर जो असत्य प्रतीत हो उसे तत्क्षण त्याग कर,

आत्मसुधार करने का दृढ़-संकल्प लो। प्रतिदिन अपने इस संकल्प को पुनः पुनः तब तक दोहराओ जब तक सत्य व्यवहार में सही तरीके से न उतर जाए। इस संदर्भ में अपने दोषों या कमजोरी को देखकर कदाचित् हतोत्साहित न हों क्योंकि प्रारम्भ में कोई भी सत्य को पूरी तरह धारण कर आचरण में नहीं ला सकता। यह तो निरंतर धैर्यपूर्वक अभ्यास करने व आत्मसंयम रखने से धारणा में उतरता है व फिर व्यवहार में आता है। ऐसा होने पर असत्य अपने आप छूटता जाता है और भूल से भी कदापि कोई ऐसा कदम नहीं उठता जिससे आत्मग्लानि या पश्चाताप हो। जैसा कि सतवस्तु के कुदरती ग्रन्थ में भी कहा गया हैः-

सच्चाई धर्म लवो तुसां धार फिर
किस तरह करो विकार

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सोपान सप्तम भाग प्रथम, कीर्तन नं० 19)

यह होता है विवेकशीलता से सत्य धारणा का लाभ, जिसे प्राप्त कर आप इस निष्कर्ष पर पहुँच जाते हो कि सत्य ही जीवन की आत्मा है।

सत्यभाषण करते समय ध्यान में रखने योग्य बातें:-

1. सत्यभाषण करते समय मन में दूसरों के हित की भावना सदा प्रधान होनी चाहिए अर्थात् सत्य समस्त प्राणियों के कल्याण के निमित्त ही बोला जाना चाहिए। इस बात को ध्यान में रखते हुए जिस सत्य को बोलने से दूसरों का अहित हो या उसे कष्ट पहुँचे, उसे बोलने की अपेक्षा मौन रहना ही उचित समझो। इस तरह हमेशा विवेकपूर्ण हितकारी सार्थक वचन ही बोलो।

2. सत्य यथा संभव दूसरे को प्रिय यानि मधुर लगने वाली भाषा में ही बोला जाना चाहिए, अतः बिना किसी प्रयोजन के दूसरे को अप्रिय लगने वाली बात न बोलो। इस संदर्भ में जीवन में अनेक अवसर ऐसे भी आते हैं जबकि सत्य कटु प्रतीत होता है किन्तु उसको न कहने से हानि होती है। अतः ऐसे अवसर पर अप्रिय होने पर भी उसको कह देना ही उचित समझो।

3. बोलने से पहले सदा यह सोचो व विचारो कि हम क्या बोल रहे हैं यानि पहले तोलो फिर बोलो

और उतना ही बोलो जितना आवश्यक है। ऐसा इसलिए क्योंकि अधिक बोलने वाला व्यक्ति वाणी पर संयम नहीं रख पाता और कुछ न कुछ असत्य अवश्य बोल जाता है।

4. सत्य को सर्वदा कह देना उचित नहीं होता। कई बार ऐसा कहना अनुचित भी होता है। अतः परिस्थिति को देखते-समझते हुए निर्णय लो और यदि समझ न आए तो उस समय मौन रहना ही उचितकर समझो, भले ही इसके लिए कष्ट क्यों न सहना पड़े।

5. जिस प्रकार मौन रहना कई बार सत्य भाषण के लिये आवश्यक होता है, उसी प्रकार मौन रहना कई परिस्थितियों में असत्य भाषण का भी कारण बनता है। उदाहरण स्वरूप यदि कोई आपके सामने आपके ही लिये आपके गुणों की, सम्मान की, सम्पदा की झूठी प्रशंसा दूसरों से करे और आप सब जानते हुए भी मौन बने रहे तो इस समय मौन रहना असत्य भाषण कहलाता है। अतः इस बात को ध्यान में रखते हुए सदा चापलूसों से बचो और सत्य बात कहने से मत डरो क्योंकि सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ कह रहा है:-

सत्य को धारण करना है
असत्य को छोड़ना है और स्थिर होना है

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सोपान सप्तम भाग प्रथम, कीर्तन नं० 11)

6. सत्य बोलने के लिये आवश्यक है कि हमारे स्वभाव में सरलता व निष्कपटता हो यानि सत्य बिना किसी दबाव के सहजता से अनायास, निर्भीक होकर बोला जाना चाहिये। याद रखो किसी के दबाव में आकर जो व्यक्ति सत्य बोलता है वह विपरीत दबाव के पड़ने पर असत्य यानि मिथ्या वचन व मनगढ़ंत बात भी बोल सकता है। अतः सावधान रहो क्योंकि सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ कह रहा है:-

सुकर्म और धर्म दा सजनों,
ईश्वर साथी होता है,
वेदां विच लिखया है झूठ बोलन करके
सजनों परलोक बिगड़ जाता है।

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सोपान सप्तम भाग प्रथम, कीर्तन नं० 04)

निष्कर्ष

आपके जीवन का अंतिम परिणाम ऐसा न हो इस हेतु इस विचार पर अपने ख़्याल और दृष्टि को खड़ा कर लो कि सत्य स्वरूप ईश्वर सर्वव्यापक है। वह हम सबकी आत्मा में, परमात्मा रूप में विराजमान होकर, हमारे द्वारा अन्दरूनी व बैहरूनी दोनों वृत्तियों में की जाने वाली प्रत्येक क्रियाविधि को निरंतर देख रहा है। अतः यह मानकर चलो कि कुछ भी उस ईश्वर की दृष्टि से छिपा नहीं है तथा हम में से कोई भी उस सर्वव्यापक, सर्वज्ञ ईश्वर को धोखा नहीं दे सकता। जब तक इस विचार को अन्दर नहीं ठहराओगे तब तक अपने आप को धोखा देने की व उस धोखे के पक्ष में खुद को ही दलीलें पेश कर स्वयं को सही साबित करने की कोशिश करते रहोगे। इसके विपरीत जैसे ही इस सत्य विचार को अपना लोगे, उसी क्षण मिथ्यात्व का सारा भ्रमजाल यानि अज्ञान आवरण छँट जाएगा और रूपांतरण की यानि स्वाभाविक परिवर्तन की, सत्य के अनुरूप स्वयं को ढालने की सच्ची ललक अन्दर पैदा होगी। इस ललक के सामने फिर कोई भी संसारी कामना,

कोई भी इन्द्रिय आकर्षण, कोई भी विरोधी भाव, किसी भी तरह की आसक्ति या अहं भाव बाधक सिद्ध नहीं हो सकेगा क्योंकि अति-मानसिक दिव्य चेतना के साथ अटूट सम्बन्ध स्थापित हो जाएगा और यथार्थ दृष्टि में ठहर जाएगा। परिणामतया सब चीज़ें उपस्थित होने पर भी उन के प्रति एक सा मनोभाव व निरपेक्ष दृष्टि बनी रहेगी और आप हर हाल में अर्थात् संयोग-वियोग, हर्ष-शोक, सिद्धि-असिद्धि, जय-पराजय, मान-अपमान, लाभ-हानि आदि में एक रस बने रह, सबको एक सा समझोगे व देखोगे। यह होगा विचार, सत्-जबान, एक दृष्टि, एकता और एक अवस्था को धारण कर एकरूपता से इस जगत में विवेकशीलता से समरस विचरते हुए समदृष्टि हो जाना और एक ही रंग में रंगे हुए नज़र आना। यह है सजनों सर्वश्रेष्ठ उपलब्धि जिसके तहत् कहा गया है:-

जेहड़ा सजन विचार पकड़े एक,
उस सजन दी बुद्धि हो गई विवेक
सत हो गया बोलचाल,
सत हो गया बोलचाल ओ सूरज चढ़ पिया जे

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सोपान सप्तम भाग तृतीय, कीर्तन नं० 19)

आप भी ऐसे विवेकशील सतवादी इंसान बनने हेतु सतवस्तु के कुदरती ग्रन्थ में विदित समभाव-समदृष्टि की युक्ति अनुसार संतोष, धैर्य का श्रृंगार पहन, सच की नेक कमाई करो और धर्म के रास्ते पर सीधे चलते जाओ। इस तरह भक्ति-शक्ति को धारण कर उच्च बुद्धि, उच्च ख़्याल हो जाओ। इसके अतिरिक्त शास्त्रविहित् कर्त्तव्य कर्मों यानि शास्त्रों में लोगों के हित के लिए जो अनेक प्रकार के कर्म बताए गए हैं और जिन अनुचित कृत्यों का निषेध किया गया है, उस अनुशासन को अपनाने पर विचार करो। इस तरह जो निषिद्ध व त्याज्य है यानि असत्य है व अज्ञान अंधकार का प्रतीक है उसे छोड़ो व विपरीतताओं व विषमताओं की परवाह किए बगैर सच्चाई-धर्म के निष्काम रास्ते पर निरंतर आगे बढ़ते जाओ और निर्विकारी नाम कहाओ। ऐसा करने पर ही सत्य रक्षा के व्रत पर खरे उतर पाओगे और अपने सच्चे घर परमधाम पहुँच विश्राम को पाओगे।

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

Learn the science of inner dimensions

at **Dhyan-Kaksh**

School of Equanimity & Even-sightedness

विषय

मानवता के गुण

- संतोष-परिभाषा
- संतोष विकसित करने का साधन
- धैर्य-परिभाषा
- धैर्य का व्यावहारिक रूप
- धीर व्यक्ति की पहचान व धैर्य धारणा से लाभ
- सत्य-परिभाषा
- सत्य को विकसित करने का साधन
- सत्-संगति की महत्ता
- सत्यभाषी बनने की महत्ता
- धर्म-परिभाषा
- धर्म का विषय एवं उद्देश्य
- धर्म के निमित्त समर्पण
- निष्कामता-अर्थ
- निष्काम रास्ते की बाधा एवं उससे उबरने की युक्ति
- परोपकार

चित्त-वृत्तियों के निरोध का साधन

- अभ्यास-अर्थ
- अभ्यास सफलता का मूल
- वैराग्य
- वैराग्य-कसौटी
- मौन-अभिप्राय
- मौन और वाणी
- मौन का जीवन महत्त्व

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

HUMANITY DEVELOPMENT CLUB
www.awakehumanity.org

INTERNATIONAL OPEN ORATORY CONTEST
www.dhyankaksh.org

INTERNATIONAL OPEN POETRY RECITATION CONTEST
www.dhyankaksh.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

Disclaimer: The contents of this book are intended to foster universal human values, consciousness, fraternity, and love for humanity without endorsing or promoting any specific religious belief