ध्यान-कक्ष

समभाव-समदृष्टि का स्कूल

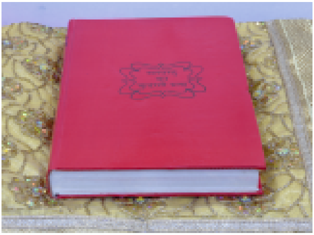
निष्काम रास्ते की बाधा व उस बाधा से उबरने की युक्ति

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 : 978-93-85423-86-4

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

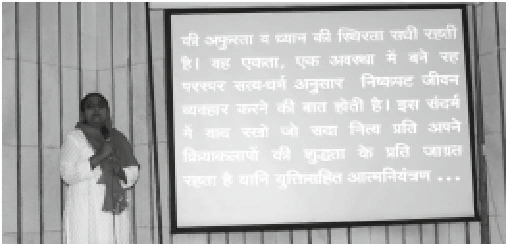
निमित्त में नहीं नित्य में श्रद्धा बढ़ाओ।

इस पर सुदृढ़ता से डटे रह,

इस अटल सत्य पर स्थिर बने रहो

ओ३म् अमर है आत्मा,

आत्मा में है परमात्मा


की अफुरता 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 याद रखो जो सदा नित्य प्रति अपने
क्रियाकलापों की शुद्धता के प्रति जाग्रत
रहना है यानि युक्तिसहित आत्मनियंत्रण ...

सच्चाई
धर्म
सम

निष्काम रास्ते की बाधा व उस बाधा से उबरने की युक्ति

सजनों सतवस्तु के कुदरती ग्रन्थ में कहा गया है:-

सजनां दे मेल खावणे दा तरीका एहो हिवे इन्सान, रस्ता पकड़ो निष्काम

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सोपान सप्तम
(तृतीय) कीर्तन न० 27)

अर्थात् यदि हम ईश्वर से मेल खा, जीवन का उद्धार करना चाहते हैं तो हमें निष्काम होना ही होगा यानि जगतीय विषयों के प्रति निरासक्त हो, स्वार्थपरता से ऊपर उठना होगा और काम पर फतह पानी होगी। यही दृढ़ता से कर्त्तापन के अभिमान से मुक्त होने का व निर्लिप्तता से परम शांति यानि संकल्प रहित अवस्था में आ विश्राम पाने का एकमात्र रास्ता है। अन्यथा किसी प्रकार

के आडम्बर व कर्मकांड से जीवन नहीं बनने वाला। जैसा कि कहा भी गया है:-

कर्म काण्ड करो कई कई साधना
न पाये मन विश्राम, पकड़ो रस्ता निष्काम।

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सोपान प्रथम, कीर्तन न० 1)

इस संदर्भ में विडम्बना की बात यह है कि हम इस रास्ते पर चलना तो चाहते हैं परन्तु फिर भी निरंतर चल नहीं पाते। आखिर ऐसा क्यों होता है? आइए आज की कक्षा में इसी विषय में जानते हैं:-

निष्काम रास्ते की बाधा - काम

निष्काम रास्ते की सबसे बड़ी बाधा काम-कामना यानि इन्द्रियों की अपने-अपने विषयों की ओर प्रवृत्ति है। इसे मनोरथ सिद्धि की इच्छा भी कहते हैं। आज के भौतिकवादी युग में सब इस इच्छा से त्रस्त हैं और इसके वशीभूत हो, अधिकाधिक

संसारी सुख प्राप्त करना चाहते हैं। सुख चाहने की यह मानसिक प्रवृत्ति ही, इंसान को इन्द्रिय-विषयों की ओर आकर्षित कर, असंख्य संसारी पदार्थों की प्राप्ति की तृष्णा, मन में जगाती है। इस तरह विषयों के ध्यान से उसके अंदर, उनके प्रति आसक्ति, आसक्ति से उनकी प्राप्ति की तृष्णा, तृष्णा पूर्ति न होने पर क्रोध व पूर्ति होने पर लोभ, मोह व कर्त्तापन का अभिमान यानि अहंकार पैदा हो जाता है। अहंकारी इंसान भेदभाव से युक्त हो मूढ़ता को प्राप्त हो जाता है। इस मूढ़ता से आत्मस्मृति का नाश तथा आत्मस्मृति के नाश से बुद्धि का सर्वनाश हो जाता है।

चंद शब्दों में कहें तो विषय-भोग की कामलिप्सा व्यक्ति को कामान्ध यानि कामवासना की अधिकता से विवेकहीन या अन्धा बना देती है। फलतः इन्सान को भले-बुरे, सत्य-असत्य का ज्ञान ही नहीं रहता और वह निष्काम कर्म करने की अवधारणा से भटक

कर, अन्य द्वि-द्वेष युक्त विकारी भावों अनुसार उद्देश्य प्राप्ति या फल की इच्छा से किए जाने वाले सकाम कर्मों को करने में रत हो जाता है। यही कारण है कि वह चिन्ता, उद्वेग, प्रलाप, उन्माद, व्याधि, जड़ता, वियोग आदि से पीड़ित हो, जीवन की अनमोलता को नकार बैठता है और दुःखों की गर्त में जा फँसता है। इस तथ्य के दृष्टिगत ही सतवस्तु के कुदरती ग्रन्थ में कहा गया हैः-

अपने आप ते न चल बेटा,
महाराज जी दे वचनां नूं फड़ बेटा

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सोपान सप्तम
(चतुर्थ) कीर्तन न० 20)

अर्थात् मनमत के अधीन होकर, शास्त्र विरुद्ध कामकृत् यानि कामवासना के कारण किए जाने वाले, विषय भोग सम्बन्धी कार्यों में अपना चित्त न रमाओ। इसके स्थान पर सब प्रकार की इच्छाओं को दमन करके, कामना व आसक्ति से रहित हो

जाओ और ईश्वर के शास्त्रविहित् वचनों की सहर्ष पालना करते हुए, निष्काम रास्ते पर सीधे चलते जाओ। जानो जो इस प्रकार निष्काम रास्ता धारण करके अपने कर्त्तव्यों का ठीक प्रकार से निर्वहन करता है, वह खालस सोने की भांति कंचन हो जाता है और ब्रह्मज्ञान प्राप्त कर ब्रह्म नाल ब्रह्म हो विश्राम अवस्था को पा जाता है। इसलिए तो सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ कह रहा हैः-

सजन निष्काम रस्ता लवन ओ फड़ बेटा,
फिर झगड़े रोग हो जावन हल बेटा
तदों विश्राम सजन पा जावेगा

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सोपान सप्तम
(चतुर्थ-भाग) कीर्तन न० 20)

निष्कामता- काम मुक्त होने की एकमात्र युक्ति

सजनों हम सब काम/कामना के चक्रव्यूह से मुक्त होने में पूरी तरह से कामयाब हो सकें इस हेतु

सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ हमें आत्मसात् करने योग्य सूक्ष्म तरीका बताते हुए कहता हैः-

'साधना करो ते लावो ध्यान,
रस्ता पकड़ो निष्काम'

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सोपान प्रथम, कीर्तन न० 1)

अर्थात् हर प्रकार की कामना, वासना, आसक्ति व इच्छा से रहित होकर, एकाग्रचित्तता से अपने ध्यान यानि चित्त की ग्रहण करने या बोध कराने वाली वृत्ति/शक्ति को आत्मस्वरूप में ठहराने का अभ्यास/साधना करो। आशय यह है कि कर्मफल की इच्छा का पूरी तरह से त्याग कर व सिद्धि-असिद्धि में समान भाव रखते हुए, ख़्याल को ध्यान वल व ध्यान को प्रकाश वल जोड़ो और मन को प्रभु में लीन कर लो। ऐसा करने पर ही हर कर्म नीति अनुसार अकर्त्ता भाव से परिपूर्णतया करते हुए फल प्राप्ति के प्रति अनासक्त बने रह पाओगे और सुख-दुःख, राग-द्वेष,

मान-अपमान, रोग-सोग लाभ-हानि, हार-जीत आदि द्वन्द्वों के प्रभावों से मुक्त हो अपने कर्त्तव्यों का सम्यक् निर्वाह करते हुए कर्तापन के अभिमान से मुक्त हो जाओगे। जैसा कि कहा भी गया हैः

न रहेगी गरूरी न रहेगी मगरूरी,
रस्ता पकड़ो निष्काम

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सोपान प्रथम,
कीर्तन न० 1)

सारतः कहें तो काम अग्नि से छूटने का एक ही साधन है और वह है आत्मबोध। आत्मबोध से मनुष्य लोक की निस्सारता, उसकी नश्वरता की प्रतीति होती है तथा अपने यथार्थ आत्मस्वरूप का साक्षात्कार होता है। ऐसा होते ही इंसान सम पर खड़ा हो जाता है और समभाव-समदृष्टि की युक्ति अनुसार, सर्व एक दर्शन का अनुभव करते हुए मानव धर्म अनुसार दूसरों के सुख व हित की ख़ातिर अपने सुखों व हित का परित्याग करना

सीख जाता है। फिर जैसे-जैसे दूसरों के सुख की ख़ातिर वह निजी सुखों का त्याग करना सीख जाता है और सेवा में प्रवृत्त होता जाता है त्यों-त्यों तूं-मैं का सवाल मिटता जाता है और वह निष्काम अवस्था को प्राप्त होता जाता है। इससे उसके अन्दर आनन्द अवस्था बनती है और जितेन्द्रिय बन समचित्त हो जाना व अपनी वास्तविक मंजिल को पाना सहज हो जाता है। आप भी सजनों अपने जन्म की बाज़ी जीतने हेतु ऐसा ही उद्यम दिखाओ और निष्काम हो जाओ क्योंकि शास्त्र कह रहा हैः-

पहले निष्कामी वल ब्रह्मज्ञानी,
जद फ़कीरपना हटाओगे
त्याग दी कुर्सी ते इस्थर हो के,
जोत नाल मेल तुसां खाओगे।

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सोपान षष्ठम,
कीर्तन न० 20)

इस तथ्य के दृष्टिगत, इन्द्रियों की अपने-अपने

विषयों की ओर प्रवृत्ति को ध्यानपूर्वक समझकर संयमित व मर्यादित जीवन जीने के लिए अपने आपको बाध्य करो। मत भूलो कि संयमित व मर्यादित मन ही इच्छाओं व आवश्यकताओं के मध्य के सूक्ष्म अंतर को समझ अनर्थकारी यानि अवैध क्रियाओं में लिप्त होने से बचा रह पाता है और इस तरह अपनी दुर्बलताओं पर फ़तह पा, आत्मोत्कर्ष तथा किसी अन्य की भलाई व सहायता करने के निमित्त अपने सुखों का त्याग कर, परमानन्द की अनुभूति करने में समर्थ हो पाता है। ऐसा मानव फिर न राग ग्रस्त होता है न द्वेष ग्रस्त, न उसे हर्ष प्रतीत होता है और न विषाद। उसके मन में फिर न किसी के लिए ईर्ष्या होती है और न द्वेष। मन की ऐसी स्थिति मन पर पूर्ण विजय के बाद ही बनती है। जैसा कि कहा भी गया है:-

आहा निष्काम रस्ते चढ़ आय के ते
पहुँच गया जे दसवें द्वार सजनों

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सोपान तृतीया,
कीर्तन न0 65)

वास्तव में यही एक निष्काम मन की स्थिति होती है। अतः गृहस्थाश्रम में रहते हुए, आध्यात्मिक प्रगति द्वारा आत्मज्ञान को आत्मसात् करो और ब्रह्मज्ञान प्राप्त कर, आत्मपद की सार को पाओ। तभी सुदृढ़ता व निर्भयता से द्वंद्व विमुक्त रह अपने धर्म यानि निष्काम रास्ते पर डटे रहने का पराक्रम दिखा पाओगे। इस संदर्भ में घबराओ नहीं क्योंकि सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ इसके प्रति हमें प्रेरित करते हुए कह रहा हैः-

गृहस्थी हो गए निष्कामी,
गृहस्थी हो गए ब्रह्मज्ञानी
सार आत्मपद दी ओन्हां जानी

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सोपान चतुर्थ,
कीर्तन न0 13)

(निष्कर्ष)

अंत में हम तो यही कहेंगे कि अगर इसी जीवन में आत्मज्ञान से उत्पन्न परमतोष व अखंड शान्ति प्राप्त करना चाहते हो तो दृढ़ता से परमतत्त्व की परायणता यानि प्रभु परायण होकर तमाम कर्मों के सुख-दुःख रूपी फलों को, उसके हुक्म यानि आज्ञा पर छोड़ कर निष्काम भाव से सर्व हितकारी कर्म करने में प्रवृत्त हो जाओ। जानो इसी से ही आन्तरिक दोषों व दुष्ट वासनाओं का अन्त होगा तथा हृदय में निर्मल भाव-भावनाएँ पनपेंगी व बुद्धि स्थिर होगी। इसी से ही आत्मस्वरूप में स्थिति होगी तथा कर्त्तापन के अभिमान से मुक्ति मिलेगी। इसी के ही द्वारा वृत्ति-स्मृति व स्वाभाविक पोशाक निर्मल और निश्चल होगी। परिणामतः सत्यता से शाश्वत धर्म पर बने रहना संभव हो जाएगा और जीवन के परम लक्ष्य यानि मोक्ष को पा, अचल शान्ति की प्राप्ति होगी। सो निष्कामता को ही

जीवन जीने का असली तरीका मान व इसी में ही जीवन की सच्ची सफलता और सार्थकता जान इस सुखद पथ पर आत्मविश्वास के साथ कदम बढ़ाओ और परोपकारी नाम कहाओ। ए विध् लोक-परलोक में यश-कीर्ति प्राप्त कर अमीरों के अमीर बन जाओ और विश्राम को पाओ। जैसा कि कहा भी गया है:-

निष्काम रस्ते ते आना रे दर्शन हमारा पाना रे,
निष्काम रस्ता है बड़ा सुखाला,
फकीरपना हटाना रे
हाँ दर्शन हमारा पाना रे।।

(सतवस्तु का कुदरती ग्रन्थ, सोपान पंचम,
कीर्तन न० 5)

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