DELHIN/2007/20081 Date of Publication: 13/04/2023 DL(N)/202/2022-24

अध्यात्म सन्देश

मूल्य 10 रु.

वर्ष–16 अंक–11 अप्रैल 2023 पृष्ठ 12 वजन 20 ग्राम

सत्संग भवन – सी॰एस॰/ओ॰सी॰एफ॰ नं॰ 6, ब्लॉक–जी, सैक्टर–11, रोहिणी, दिल्ली–85
मो॰ : 9810344596, 011–27574151
ई–मेलः atmagyanp@gmail.com
वेबसाईटः www.atmagyanprakashmandal.com

सम्पादक : प्रेमी गजेन्द्र सिंह
बी–99, विजय विहार, फेस–2, दिल्ली–110085

इस अंक में प्रकाशितः–

1. अध्यात्मिक जीवन सामान्य जीवन की अपेक्षा कठिन एवं चुनौती पूर्ण है।
2. मानव को सात्विकी कर्म भी निष्काम भाव से ही करने चाहिए।
3. अचल ब्रह्म ही सच्ची शान्ति का स्रोत है।
4. भजन शब्दों से नहीं बल्कि भावनाओं से किया जाता है।
5. योग साधना का उद्देश्य व्यक्ति का पूर्ण विकास करना है।
6. अलौकिक अध्यात्म साधना शिविर एवं सत्संग का आयोजन।
7. पत्रिका के विषय में प्रेमी पाठकों के विचार।

महात्मा जी द्वारा प्रकाशित ग्रन्थः

1. चेतन योग दर्शन
2. अध्यात्म दर्शन
3. आध्यात्मिक जीवन के संस्मरण
4. फिलौस्फी ऑफ पीस (अंग्रेजी में)
5. अध्यात्म प्रेम उदगार (कुमाँऊनी लोकगीत)
6. अध्यात्म ज्ञान ग्रंथ (भाग–1)
7. चेतन ज्ञान भजन माला पांच संस्करण
8. निष्काम कर्म योग दर्शन
9. रूहानी गुरू ज्ञान ग्रन्थ (भाग–1)

महात्मा जी द्वारा जारी ऑडियो एवं वीडियों कैसेट्सः

1. चेतन वाणी–1 (ऑडियो कैसेट)
2. चेतन वाणी–2 (ऑडियो कैसेट)
3. चेतन वाणी (कुमाऊँनी वीडियों कैसेट)
4. चेतन वाणी (कुमाऊँनी ऑडियों कैसेट)

संपादक की लिखित अनुमति के बिना इस पत्रिका में प्रकाशित किसी भी सामग्री को उद्धृत या उसका अनुवाद करना दण्डनीय अपराध होगा। किसी भी विवाद का न्यायिक क्षेत्र दिल्ली होगा।

सत्संग कार्यक्रमः– चेतन योग आश्रम में गर्मियों में 3.00 बजे से 5.00 बजे तक तथा सर्दियों में 2.00 बजे से 4.00 बजे तक प्रत्येक रविवार को 'अध्यात्म सत्संग' होता है। जिसमें सभी श्रद्धावान सुधी पाठकगण आमंत्रित हैं सत्संग सुनकर "अध्यात्म ज्ञान" प्राप्त करें और अपने जीवन को सफल बनायें।

संस्था का वेबसाईट : www.atmagyanprakashmandal.com है

सम्पादकीय

रुहानी गुरू आनन्द के दाता, शाश्वत् दण्डवत् प्रणाम!!!

अध्यात्मिक जीवन सामान्य जीवन की अपेक्षा कठिन एवं चुनौती पूर्ण है।

मानव जीवन नितान्त एकान्त, रहस्यों एवं विस्मयों से भरा होता है इस जीवन में हर पल नयी–नयी चुनौतियों का सामना करना पड़ता है इस जीवन को अपनाना दुस्साहस पूर्ण कार्य है। कुछ लोग अध्यात्म पथ पर चल तो पड़ते हैं परन्तु उस पथ पर टिक पाना अत्यन्त कठिन होता है। सच्चाई यह है कि अध्यात्म को अपनाने की इच्छा रखने वाले लाखों में से कोई एक ही इस ओर चल पाता है और इस पर चलने वाले लाखों में से कोई बिरला ही इस पर टिक पाता है और उनमें भी अध्यात्म की परमसिद्धि मोक्ष को प्राप्त करने वाला युग–युगान्तर में कोई एक ही होता है। अध्यात्मिक जीवन भौतिक जीवन के एकदम विपरीत है भौतिक जीवन में जब हम अपने कदम प्रकाश अर्थात् सूर्य की ओर बढ़ाते हैं तो हमारी परछाई पीछे छूटती जाती है अर्थात् वह हमें दिखायी नहीं देती है प्रकाश की दिशा में यात्रा करने वालों की परछाई कभी उनके सामने नहीं आती है और प्रकाश में चलने पर उनमें कोई भटकाव या बाधा भी उत्पन्न नहीं होती है परन्तु अध्यात्मिक जीवन में जब कोई अध्यात्म के परम प्रकाश की ओर अपने कदम बढ़ाता है तो सूक्ष्म प्रकृति एवं जन्म–जन्मान्तरों के कर्म संस्कारों की परछाई उसके सामने घनीभूत होकर मंडराने लगती है जब तक साधना व सेवा के द्वारा उस परछाई को नहीं हटाया जाता तब तक अध्यात्म के परम प्रकाश की किरण उसके हृदय पटल पर नहीं उतर पाती है। बाह्य जगत की कोई भी कल्पना, विचार, अनुभव एवम् सिद्धान्त अध्यात्मिक जगत् में काम नहीं आते हैं अध्यात्मिक जगत में तो दृढ़ इच्छा शक्ति, तप आता है इसीलिए अध्यात्मिक जीवन को भौतिक जीवन की अपेक्षा अधिक कठिन एवं चुनौति पूर्ण बताया है अध्यात्मिक पथ पर चलने वाले अधिकांश व्यक्ति अपने कर्म संस्कारों की परछाई से डरकर इस मार्ग से विचलित हो जाते हैं कुछ भ्रमित होकर मार्ग छोड़कर भाग जाते हैं कुछ वहीं पर रूक कर लक्ष्य तक नहीं पहुँच पाते हैं। जिन्हें बिना किसी भटकाव एवं बाधाओं के निरन्तर अध्यात्म के सोपानों पर चढ़ते जाना है और सफलता प्राप्त करने की तीव्र अभिलाषा है उन्हें पूर्ण सजगता एवं दृढ़ संकल्प के साथ आगे बढ़ना चाहिए। अध्यात्म पथ पर चलने वाले साधक के मन में जन्म–जन्मान्तरों से भरे कर्म संस्कार ही उसके अन्दरभय, भटकाव एवं भ्रान्ति उत्पन्न करने वाले होते हैं इन्हे हटाने के लिए समर्थ गुरू का मार्ग दर्शन एवं गुरू कृपा ही आधार है अतः गुरू के प्रति समर्पण ही अध्यात्म जीवन का सार है।

मानव को सात्विकी कर्म भी निष्काम भाव से ही करने चाहिए।

मानव को हर कर्म बड़ी सावधानी से करना चाहिए क्योंकि हर मनुष्य को अपने कर्मों का फल तो अवश्य ही भोगना पड़ता है कर्म रूपी बीज का फल एक दिन अवश्य ही मिलता है किस कर्म का फल कब मिलेगा यह कोई नहीं जानता इसलिए शास्त्रों में कहा गया है कि – 'गहना कर्मणो गति' अर्थात् कर्मों की गति बड़ी गहन है ये कर्म तीन प्रकार के बताये गये हैं (1) तामसी (2) राजसी (3) सात्विकी। सभी कर्म इन तीन गुणों पर आधारित हैं। तामसी कर्म परिणाम को विचारे बिना अज्ञान से प्रारम्भ किये जाते हैं इन कर्मों का फल यथा शीघ्र अर्थात् सबसे जल्दी मिलता है ये कर्म दूसरों का अनिष्ट करने के लिए अर्थात् दुर्भावना से किये जाते हैं। इन कर्मों को करने वालों का अन्त अति दुखदायी होता है। जैसे किसी डाकू द्वारा किसी सज्जन के घर डाका डालना। डाका डालने पर उसे मिली सम्पत्ति से उसके भौतिक सुखों की पूर्ति तो जल्द हो जायेगी लेकिन बाद में उसे सजा मिलने पर उसका अन्त दुखदायी होता है तामसी प्रवृत्ति वाला व्यक्ति हर समय बुरे विचारों से घिरा रहता है उसे जीवन में कभी भी शान्ति नहीं मिलती है इसलिए मानव को तामसी कर्म नहीं करने चाहिए। राजसी कर्म फल की इच्छा से किये जाते हैं खेती करना, व्यापार करना, शादी विवाह करना आदि सभी कर्म फल की इच्छा से किये जाते हैं इन कर्मों का फल मनुष्य को लम्बे समय तक मिलता रहता है परन्तु इन कर्मों को करने पर लाभ–हानि, सुख–दुख, यश–अपयश आदि द्वन्द झेलने पड़ते हैं, परन्तु वह फलासक्ति के कारण इन कर्मों को करना नहीं छोड़ पाता है। ऐसे कर्म करने वालों की सोच यह होती है कि सांसारिक सुख भोगने के अतिरिक्त जीवन का कोई अन्य उद्देश्य नहीं है उनकी यह सोच ही उन्हें हमेशा कर्म बन्धनों में बाँधे रखती है इसलिए वे कभी भी जीवन मुक्त नहीं हो पाते हैं सुख–दुख के चक्र में वे रथ के पहिये भाँति घूमते ही रहते हैं। उनका आवागमन नहीं मिट पाता है। सात्विकी कर्म शुभ कर्म कहलाते हैं यज्ञ करना, दान देना, दूसरों की भलाई करना इन्हीं कर्मों के अन्तर्गत आते हैं यदि इन कर्मों को करने में भी फल की इच्छा होती है तो स्वर्ग आदि के सुख भोग तो मिल जाते हैं परन्तु परमानन्द की प्राप्ति नहीं हो पाती है। सात्विकी कर्म यदि निष्काम भाव से किये जाये तो जीवन का उद्धार हो सकता है मनुष्य जन्म पूर्वजन्मों में किये गये सात्विकी कर्मों का ही फल है सात्विकी कर्मों का फल मिलने में देर अवश्य लगती है लेकिन इनके मिलने के बाद जीवन की इच्छाओं की चाह खत्म हो जाती है और सन्तोष धन की प्राप्त हो जाती है इसीलिए कहा

गया है कि:–

गोधन, गजधन, वाजिधन और रतन धन खान।
जब आवे सन्तोष धन, सब धन धूलि समान।।

सात्विकी कर्मों को निष्काम भाव से करने पर ज्ञान चक्षु खुल जाते हैं ज्ञान से मानव जीवन में चहुँ ओर प्रकाश फैल जाता है। सन्त पुरूष इस ज्ञान प्रकाश को चारों ओर फैलाते हैं। ज्ञान प्रकाश के सामने सूर्य चन्द्रमा तथा अग्नि का प्रकाश भी फीका हो जाता है। ज्ञान का प्रकाश सांसारिक बन्धनों को काटकर मुक्ति का मार्ग प्रशस्त करता है। इसके लिए इन्द्रिय संयम अति आवश्यक है हमारे महापुरूषों ने निष्काम भाव से सात्विकी कर्म करते हुए मनुष्य जीवन में मोक्ष को प्राप्त किया, गौतम बुद्ध, गुरू नानक देव तथा तत्वदर्शी महात्मा श्री परमचेतना नन्द जी इसके उदाहरण हैं भगवान राम ने त्याग एवं मर्यादा पालन तथा श्री कृष्णजी ने निष्काम कर्म का सन्देश दिया। अपने लिए तो पशु भी जीते हैं दूसरे के लिए जीवन जीना मनुष्य का धर्म है सत्य पर हमेशा विश्वास करना चाहिए, परमात्मा के दरबार में सत्य की राह पर चलने वालों के साथ अन्याय नहीं होगा इसलिए सतत सात्विकी कर्मों को निष्काम भाव से करते हुए जीवन को आदर्शमय बनाना चाहिए। फल की चिन्ता छोड़ परमात्मा के शरणागत हो जाना ही मानव के कल्याण का मार्ग है।

भजन

सात्विक कर्म निष्काम करे तो, निस्वार्थ प्रेम जागेगा।
जीवन की इस फुलवारी में, अमृत खुशबु महकेगा।।
जन्म–जन्म भवसागर भटका गुरू ज्ञान नहीं मिल पाया।
ज्ञान मिला अनमोल खजाना, तब हृदय में प्रेम भर आया।।
पग–पग गुरू के दर्शन होवे, सोया जीवन जागेगा।
काम क्रोध मद दुश्मन भागे, रूहानी जगत में खेल हुआ।।
सकामी मन निष्कामी हो गया जीव–ब्रह्म का मेल हुआ।।
साधन सेवा सत्संग से ये, द्वैत का परदा टूटेगा।
अनन्त दिव्य शक्तियाँ जागी, चहुँ दिशि उजियारा है।
अलौकिक धुन में बजे बाँसुरी, बह रही अमृत धारा है।।
अनन्त सूरज चन्दा चमके, रिम–झिम बादल बरसेगा।
चेतन योगी ने निष्काम ज्ञान से, जीवन को निष्पाप किया।
काल यम के भय से निर्भय, अमर लोक पहुँचाय दिया।।
सत्य सेवक गुरू सेवा से, भाव का बादल गरजेगा।

अचल ब्रह्म ही सच्ची शान्ति का स्रोत है

अचल ब्रह्म ही सत्य एवं सनातन है इसलिए अचल ब्रह्म से जुड़ कर ही मानव में सच्ची शान्ति स्थापित होती है। जब सन्त मानव के अशान्त जीवन का तार सत्य एवं अचल ब्रह्म के साथ जोड़ देते हैं तभी समाज के अशान्त मानव में सच्ची शान्ति उत्पन्न होती है। इस कार्य को सच्चे सन्त के अलावा अन्य कोई नहीं कर सकता है क्योंकि माता–पिता बच्चों का पालन–पोषण अच्छी प्रकार से कर सकते हैं उनकी भौतिक शिक्षा का प्रबन्ध कर सकते हैं परन्तु उनके अशान्त जीवन में शान्ति नहीं पहुँचा सकते हैं इसी प्रकार बच्चे भी अपने माता–पिता की शरीर सम्बन्धी सेवा कर सकते हैं परन्तु उनके अशान्त जीवन में शान्ति स्थापित नहीं कर सकते। इसी प्रकार कोई राजा भी अपनी अशान्त प्रजा को शान्ति प्रदान नहीं कर सकता है क्योंकि वह भी शान्ति के स्रोत से अनभिज्ञ होता है। जैसे सूखी नदी में जल ऊपर दिखायी नहीं देता है परन्तु उसके नीचे जल छिपा होता है यदि थोड़ा सा खोदकर देखा जाये तो पानी निकल आता है। इसी प्रकार से इस जीवन में बाहरी साधनों से शान्ति प्राप्त नहीं हो सकती है यदि आन्तरिक साधना की जाय तो जीवन में शान्ति स्थापित हो सकती है। इस आन्तरिक साधना का बोध एवं अभ्यास सच्चे सन्त ही करा सकते है जिससे शान्ति प्राप्त होने पर मानव का जीवन आनन्दमय हो सकता है क्योंकि उसका अन्धकारमय जीवन प्रकाशमय हो जाता है। जैसे कमरे में अन्धेरा होने पर बिजली के बल्ब का बटन खोल दिया जाता है तो कमरे में रखी सभी वस्तुएँ दिखायी देने लगती हैं तथा बिजली से चलने वाले सभी उपकरण प्रयोग में लाए जा सकते हैं वैसे ही अचल ब्रह्म के साथ जब मानव के हृदय का तार जुड़ जाता है तो उसके अन्धेरे जीवन में प्रकाश हो जाता है। मानव के अन्दर जो भ्रान्तियाँ फैली होती हैं उन सबका कारण अज्ञान है इस अज्ञान के परदे को हटाने में मनुष्य स्वयं समर्थ नहीं है। जैसे सूर्य अपने ऊपर छाये बादल को स्वयं नहीं हटा सकता है बल्कि हवा उड़ा देती है वैसे ही आत्मा के ऊपर छाये प्रकृतिरूपी बादल को मानव स्वयं नहीं हटा सकता है परन्तु हवा रूपी सन्त हटा देते हैं। जैसे बादल और हवा समदर्शी है वैसे ही प्रकृति एवं सन्त भी समदर्शी होते हैं अतः समदर्शी–समदर्शी के साथ मित्रवत व्यवहार कर उसे हटाने में समर्थ होते हैं इससे स्पष्ट है कि सन्त मानव के परम मित्र होते है। मानव के संसारी मित्र उसकी संसार सम्बन्धी सहायता तो कर सकते हैं परन्तु अध्यात्म सम्बन्धी सहायता तो सन्त रूपी परम मित्र ही कर सकते हैं कुछ लोगों की मान्यता है कि परमात्मा सत्य तो है परन्तु निराकार है अतः उसके साकार दर्शन नहीं

हो सकते हैं इस विषय को सन्त इस प्रकार समझाते हैं कि जैसे बीज में वृक्ष निराकार रूप में रहता है वह जब उचित वातावरण पाकर अंकुरित होता है और धीरे–धीरे पानी, खाद आदि प्राप्त कर विशाल वृक्ष बन जाता है तब उसमें मधुर फल एवं बीज पुनः बन जाते हैं परन्तु बीज से जब तक वृक्ष नहीं बनता तब तक उसका कोई विशेष लाभ नहीं होता है उसी प्रकार जब मानव की मनोभूमि साधना, तप, ध्यान आदि के द्वारा उर्वरा हो जाती है तब परमात्मा बीज से परम प्रकाश प्रकट हो जाता है जिससे मानव का मोह अन्धकार दूर हो जाता है और वह उसके प्रत्यक्ष दर्शन कर लेता है लोग साकार का अर्थ शरीर सम्बन्धी आकार से लगाते हैं परन्तु हमारे अन्दर फैला परमात्मा का प्रकाश ही उसका साकार रूप है। अतः निराकार साकार के सम्बन्ध में फैली भ्रान्ति को सन्त ही समाप्त करते हैं। जब मानव ज्ञान से समस्त भेदों को अपने अन्दर जान लेता है तब सभी भ्रान्तियाँ समाप्त हो जाती हैं धर्म ग्रन्थों को पढ़ने मात्र से भ्रान्तियाँ दूर नहीं हो सकती हैं चाहे कोई चारों वेद एवं उपनिषदों का अध्ययन कर ले। शास्त्रों को पढ़ने पर भी लोग प्रतीक पूजा एवं उपासना ही कर रहे हैं इससे स्पष्ट है कि उन्हें कोई ज्ञान नहीं हुआ। परमात्मा हमारे अन्दर है अतः उसका ज्ञान भी अन्दर ही होता है जो व्यक्ति आन्तरिक ज्ञान का भेद बताने वाले सन्त की शरण में जाकर इस सत्य ज्ञान का साधन करता है वही परम शान्ति को प्राप्त होता है क्योंकि सत्य ही शान्ति का स्रोत है। स्रोत को जाने बिना शान्ति मिलनी असम्भव है।

भजन

जय अचल ब्रह्म निराकारा, सब जीवों के आधारा।
मुझ दीन को आपकी सेवा मिल गई, मिल गया गुरू का द्वारा।।
तुम मेरे जीवन में आये, शान्ति मिली अपारा।
ज्ञान का सूरज उदय हो गया, मिट गया मोह अंधियारा।।
ध्यान में आपके दर्शन हो गये, निराकार हुए साकारा।
ज्ञान की अग्नि प्रकट हो गई, जल गया कूड़ा सारा।।
काल यम का भय रहा ना, सेवक खुशी तुम्हारा।।
जीवन में ब्रह्म वर्षा हो गयी, बह गया कीचड़ सारा।।
अनहद गरजे मेरे जीवन में, बह रही अमृत धारा।
चेतन वाणी सुनो रे प्राणी गुरू है एक सहारा।।

भजन शब्दों से नहीं बल्कि भावानाओं से किया जाता है।

हर कोई व्यक्ति अपने जीवन में साधन–भजन का अभ्यास इसलिए करना चाहता है ताकि वह परमात्मा से जुड़ सके, वह धर्म के मार्ग पर चल सके और अपने जीवन को सार्थक बना सके। परन्तु अधिकांश साधकों को साधन भजन करने का लाभ इसलिए नहीं मिलता क्योंकि वे कर्म काण्ड पर आधारित साधन में उलझ जाते हैं और शब्दों के द्वारा मन्त्रों के माध्यम से परमात्मा का भजन करते हैं उनके अन्दर भावों की कमी होती है। वास्तव में भजन शब्दों से नहीं बल्कि विशुद्ध भावनाओं से किया जाता है। आज के समय में एक प्रचलन और हो गया है कि अपने को पुजारी कहलाने वाले धार्मिक अपने मुख से भी शब्दों का उच्चारण न करके कैसिट लगाकर लाउडस्पीकर द्वारा जोर से देवताओं की आरती करते हैं और दूसरों को भजन भंग करते हैं। जब तक मानव के अन्दर भक्ति भाव का उदय नहीं होता है तब तक साधन–भजन में मन भी नहीं लगता है। मन इधर–उधर भागता है उसे मनाने का अभ्यास करना पड़ता है जो इसे मनाने का अभ्यास नहीं करते वे साधन–भजन भी नहीं कर पाते हैं। साधन–भजन परमात्मा से जुड़ने का माध्यम है जिसके द्वारा हम अपने मन को एकाग्र करते हैं तथा चित्त की वृत्तियों का निरोध करते हैं। अपनी भावनाओं और विचारों का परिष्कार करते हैं जिससे मन निर्मल हो जाए निर्मल मन वाला व्यक्ति ही परमात्मा को प्रिय होता है रामचरित मानस में कहा गया हैः–

निर्मल मन जन सो मोहि भावा, मोहे छल छिद्र कपट नहीं भावा।

साधक अपने मन को निर्मल कर अपने आपको परमात्मा से जोड़ने का प्रयास करता है। साधक का परमात्मा से जुड़ना इसलिए जरूरी है क्योंकि परमात्मा ही सभी आत्माओं का मूल स्रोत है। हम सभी उस परम सत्ता से बिछुड़कर संसार रूपी कीचड़ में फंस गये हैं अनेक विकार हमारे अन्दर पनप गये हैं। हम उनसे बिछुड़कर उसी प्रकार तड़फ रहे हैं जैसे कोई व्यक्ति संसार में अपने सगे–संबंधियों से बिछुड़कर रोने लगता है उसके अन्दर एक ही कसक होती है कि वह शीघ्र ही अपने सम्बन्धियों से कैसे मिल पाये और ऐसी कसक परिवार वालो को भी होती है कि हमारा बिछुड़ा साथी कैसे शीघ्र हमें मिल जाये। इसी प्रकार साधक में भी इसी तरह की तड़फ होनी चाहिए कि मैं किस प्रकार अपने परमपिमा से मिल सकता हूँ। परमात्मा भी हमारी प्रतीक्षा में बैठे हैं कि मेरे भक्त कब मेरा भाव पूर्ण स्मरण करें और मैं उन्हें अपने हृदय से लगाकर भव सागर से पर लगा दूँ वे कहते हैं किः–

भाव का भूखा हूँ मैं, भाव ही एक सार है,
भाव से मुझको भजे तो भव से बेड़ा पार है।
भाव बिन कोई पुकारे मैं कभी सुनता नहीं,
टेर भक्ति भाव की करती मुझे लाचार है।।

वास्तव में भजन में भावनाओं की प्रधानता होती है जब तक हम भावों से परमात्मा के साथ नहीं जुड़ते तब तक परमात्मा द्वारा की गयी सहायता भी हमें नज़र नहीं आती है। यदि हमें परमात्मा को पाना है तो हमें अध्यात्मिक जीवन को अपनाना होगा और साधन भजन का अभ्यास करना होगा। भजन का लाभ और आनन्द उन्हीं लोगों को मिलेगा जो अपने अन्दर परमात्मा को आत्मसात करेंगे। शब्दों के द्वारा बोलकर गुणानुवाद करना सतही बात है उसका कोई विशेष फल नहीं होता है यदि साधन भजन आन्तरिक गहराई से किया जाये, भावना पूर्ण किया जाये तो वह मधुर रस की भाँति आनन्द देता है। वही कार्य उत्तम ढंग से हो पाता है जो एकाग्रता से भावपूर्ण किया जाय आधे–अधूरे मन से किया गया कोई भी कार्य सफल नहीं होता है साधन–भजन को लम्बे समय तक अभ्यास करके उसे अपने जीवन का अंग बनाना है तो उसके लिए पूरी तन्मयता से कार्य करना होगा। उसे अपनी आन्तरिक भावनाओं में उतारना होगा। उसमें अपने मन को पूरी सावधानी से जोड़ना होगा। यदि हम सभी अपने जीवन का थोड़ा सा समय भी मन लगाकर साधन भजन के लिए दें सकें तो हम संसार में भटक कर भी परमात्मा की ओर स्वयं लौट आयेंगे। भावना पूर्ण किया गया साधन–भजन ही फलीभूत होता है शब्दों के द्वारा बोलकर किया साधन अपूर्ण है वह परमात्मा तक पहुँचता ही नहीं है। ऐसा साधक परमात्मा की कृपा को प्राप्त नहीं कर पाता है।

भजन

कर ले भजन की कमाई क्या है भरोसा इस देह का।
श्वाँस पवन का अन्दर बाहर रहता आना जाना।
बाहर का बाहर रह जाय, इसका कौन ठिकाना।।
ये काया किस काम आई क्या है भरोसा इस देह का।
स्वारथ वाले हैं जग वाले ले शमशान जालये।
हंस विचारा चला अकेला कोई न संग में जाये।।
सच्ची प्रीत न निभाई क्या है भरोसा इस देह का।
मोह माया को बाँध चला है नरक में डूब रहा है।
जिस मालिक ने तुझे बनाया उसको भूल रहा है।।
विरथा उमर गंवाई क्या है भरोसा इस देह का।
लेकर ज्ञान गुरू का सुमरन तू हर श्वाँस किये जा।
मानुष जनम मिला है तुझको सफल किये जा।।
तेरी इसी में भलाई क्या है भरोसा इस देह का।

योग साधना का उद्देश्य व्यक्ति का पूर्ण विकास करना है।

मानव के अन्दर अनेक दिव्य शक्तियाँ छिपी होती हैं उन्हें योग साधना द्वारा इतनी उन्नत दशा तक पहुँचाया जाता है कि मनुष्य में देवत्व का उदय हो जाये। योग साधना महा–शक्तियों को विनाशकारी मार्ग पर जाने से रोकती है और उन्हें नियन्त्रित कर उपयोगी दिशा में लगाती है। आत्मा के ऊपर छाये पाँच आवरण ही पाँच शेर हैं जो बड़ी कठिनाई से वश में आते हैं। जिस प्रकार शेर को वश में करना आसान नहीं होता है वैसे ही पंच कोशों को साधना भी मुश्किल होता है जिस प्रकार से सरकस वाले खुंखार शेरों को जंगल से पकड़कर लाते हैं और उन्हें इस प्रकार साधते हैं कि शेर उनके अनुसार कार्य करने लगते हैं तथा उन्हें नुकसान पहुँचाने के बजाय प्रचुर मात्रा में धन कमाने का माध्यम बन जाते हैं। उसी प्रकार योग साधना द्वारा निरन्तर प्रयत्नशील रहकर पाँच कोश रूपी शेरों को साधक वश में कर लेता है योग साधना प्रारम्भ में कठिनाईयों और निराशाओं से भरी होती है परन्तु धीरे–धीरे सफलता मिलने लगती है इनके सध जाने पर साधक को असंख्य लाभ मिलते हैं। कायर व्यक्ति तो साधना की कल्पना मात्र से ही डर जाते हैं परन्तु वीरों के लिए विपत्तियों से भरा साधना कार्य आनन्ददायक होता है। कोशों के अनियन्त्रित रहने से मानव के अन्तःकरण की स्थिति विषम रहती है इसलिए उसमें परस्पर विरोधी भावनाएँ एवं विचार धाराएँ उभरती रहती हैं योग साधना से उनमें एकता आती है और संकल्प विकल्प समाप्त होकर मन में स्थिरता आ जाती है। योग साधना का सबसे बड़ा लाभ मानसिक स्थिति का परिमार्जन हो जाना है परिमार्जित मनोभूमि एक प्रकार का कल्पवृक्ष है जिसके द्वारा मानव जीवन के लिए उपयोगी एवं आनन्दवर्धक सभी वस्तुएँ प्राप्त हो जाती हैं। आहार, निद्रा, भय, मैथुन आदि तुच्छ क्रियाओं को करते हुए साँसों को पूरी कर लेना कोई बड़ी बात नहीं है यह तो पशु पक्षी भी मनुष्यों से अच्छी तरह जी लेते हैं क्योंकि उनके अन्दर छल, असन्तोष, वियोग, चिन्ता मनुष्यों की अपेक्षा कम होती है। मानव जीवन की जो प्रशंसा शास्त्रों में की गयी है वह उसकी आत्मिक उन्नति एवं विशेषता के कारण है यदि ये विशेषता मानव में विकसित हो जाये तो मानव का जीवन सार्थक है अन्यथा निरर्थक है। आदिकाल से ही मानव के आदर्शमय, एवं परिष्कृत जीवन को ही प्रधानता दी गई है अज्ञान, आसक्ति एवं अभाव से संघर्ष करने वालों को ही सन्त कहा गया है स्वार्थी, लोभी और विषयी मनुष्य को पशुओं से भी बदतर कीट–पतंगों की संज्ञा दी जाती है वास्तव में मानव वही है जो अपना प्रत्येक क्षण महान आदर्शों की पूर्ति में लगाये तथा योग साधना द्वारा अपने अन्दर मानवता का पूर्ण विकास करे।

अलौकिक अध्यात्मक साधना शिविर एवं सत्संग का आयोजन

आत्म ज्ञान प्रकाश मण्डल रोहिणी दिल्ली संस्था द्वारा अलौकिक अध्यात्म साधना शिविरी एवं सत्संग का आयोजन दिनांक 17.03.2023 से 19.03.2023 तक मुक्तात्मा श्री परमचेतनानन्द जी के निष्कामी सेवक महात्मा निर्मलानन्द जी के सान्निध्य में **"चेतन योग मोक्ष धाम"** रोहिणी, सैक्टर–11, दिल्ली–110085 में किया गया जिसमें दिल्ली, उत्तर–प्रदेश एवं हरियाणा के विभिन्न केन्द्रों से प्रेमीजन सम्मिलित हुए। इस शिविर में प्रतिदिन दो पारियों में साधना का अभ्यास कराया गया। शिविर में महात्मा निर्मला नन्द जी ने सत्संग प्रवचन करते हुए कहा कि परमात्मा का भजन हृदया की पुकार है इसे शब्दों में व्यक्त नहीं किया जा सकता है भजन के द्वारा हम अपनी भावनाओं को ही परमात्मा को अर्पित करते हैं भजन से हमारा मन पवित्र होता है पवित्र मन वाला व्यक्ति ही परमात्मा को प्रिय होता है। शब्दों द्वारा जोर–जोर से मन्त्रों का उच्चारण एवं प्रार्थना परमात्मा का भजन नहीं है भावों की गहराई में उतर कर उसका स्मरण करना ही भजन कहलाता है परमात्मा केवल हमारी भावनाओं को ही सुनते एवं देखते हैं इसलिए परमात्मा से हमारा जुड़ाव भावों द्वारा ही होता है। सभी प्रेमियों ने श्रद्धापूर्वक सत्संग का श्रवण किया। प्रेमियों ने भी अपने अनुभव व्यक्त किये। महिला प्रेमियों ने गुरू वंदना एवं गुरू भक्ति के भजन सुनाये। दिनांक 20.03.2023 को प्रातः साधना एवं प्रसाद वितरण के बाद शिविर का समापन हुआ।

पत्रिका के विषय में प्रेमी पाठकों के विचार

1: "अध्यात्म सन्देश" मासिक पत्रिका में साधना से शोधित महात्मा जी के विचार प्रेमियों के जीवन में नूतन साधना एवं सेवा के भाव भर कर उन्हें जीवन की ऊचाईयों पर पहुँचाने वाले होते हैं इन विचारों से प्रेमियों में क्रान्तिकारी परिवर्तन होते हैं।

– दीपक कुमार, जेवर (मेरठ)

2: "अध्यात्म सन्देश" मासिक पत्रिका का प्रत्येक अंक सार गर्भित है यह पत्रिका जीवन को सही दिशा में ले जाने वाली सर्वोत्तम पत्रिका है इसे पढ़कर सामान्य व्यक्ति भी अध्यात्म से जुड़ सकता है।

– प्रमोद कुमार, उखलीना (मेरठ)

3: "अध्यात्म सन्देश" मासिक पत्रिका अध्यात्म के जिज्ञासुओं के ज्ञान चक्षु खोलने में समर्थ हैं। ज्ञान चक्षु खुले बिना अज्ञान अन्धकार से ज्ञान प्रकाश में पहुँचना असम्भव है।

– यशवीर सिंह सिसौना (मुजफ्फर नगर)

4: "अध्यात्म सन्देश" मासिक पत्रिका को पढ़कर परम शान्ति का अनुभव होता है अतः अध्यात्म ज्ञान का बोध करने की सामान्य व्यक्ति में भी जिज्ञासा उत्पन्न हो जाती है।

– रामा देवी, विजय विहार, दिल्ली–85

DL(N)/202/2022-24

आत्म ज्ञान प्रकाश मंडल संस्था द्वारा एक अलौकिक अध्यात्म सत्संग का आयोजन

आत्म ज्ञान प्रकाश मण्डल रोहिणी दिल्ली संस्था द्वारा अलौकिक अध्यात्म साधना शिविर एवं सत्संग का आयोजन दिनांक 17.03.2023 से 19.03.2023 तक मुक्तात्मा श्री परमचेतनानन्द जी के निष्कामी सेवक महात्मा निर्मलानन्द जी के सान्निध्य में **"चेतन योग मोक्ष धाम"** रोहिणी, सैक्टर–11, दिल्ली–110085 में किया गया। सत्संग में अन्य प्रेमियों ने भी ज्ञान एवं भक्ति के विषय में अपने विचार व्यक्त किये भक्ति विषयक भजन भी सुनाये। आरती एवं प्रसाद वितरण के बाद सत्संग का समापन हुआ।

प्रकाशक एवं मुद्रक महात्मा निर्मलानन्द जी (संरक्षक), चेतन योग आश्रम, सी. एस./ओ.सी.एफ. नं. 6, ब्लॉक जी, सैक्टर–11, रोहिणी, दिल्ली–85 से प्रकाशित एवं प्रिंटिंग

सम्पादक : गजेन्द्र सिंह प्रेमी

मुद्रक : गैलेक्सी इन्टरप्राईसीस
ऑफिस नं॰ 3, ग्राउण्ड फ्लोर, प्लाट नं॰ 165, नियर चौपाल घर,
शिवा मार्किट, पीतम पुरा, दिल्ली–110034