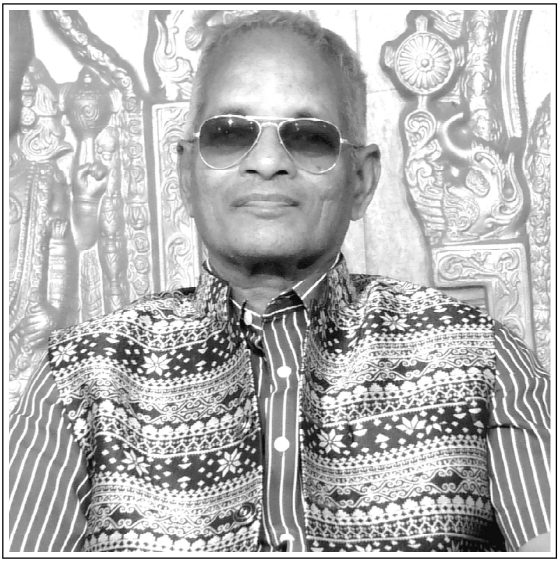
क्या हम इस लोक के वासी हैं या परलोक के वासी हैं?

तटवर्ती वीर राघवराव

क्या हम इस लोक के वासी हैं
या परलोक के वासी हैं?

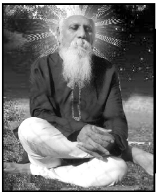


लेखक : श्री तटवर्ती वीर राघवराव

हिन्दी अनुवादः श्रीमति तम्मन श्रीलता

For Books Please Contact :
TATAVARTHI VEERA RAGHAVARAO
Tatavarivari Street, BHIMAVARAM-534201.
W.G.Dist., A.P. Ph: 94403 09812

Rs.50/-



ध्यान की विधि श्वास पर ध्यान है

एक आरामदायक आसन पर आराम से बैठना चाहिए... दोनों हाथ एक साथ... दोनों आंखें बंद... प्रकृति की प्राकृतिक सांस लेने और छोड़ने को देखते हुए! बीच-बीच में कई विचार आते हैं।

समय-समय पर उन्हें 'काटने' से... श्वास पर बार-बार... ध्यान... धीरे-धीरे... निर्विचार की स्थिति निर्मित हो जाती है... विचार अवरूद्ध हो जाते हैं... मन उदासीन हो जाता है। यह खाली होगा। मन शांत हो जाता है। यह ध्यान की अवस्था है।

इस निर्विचार अवस्था में व्यक्ति को अनेक शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक अनुभवों का अवलोकन करना चाहिए। उस अवस्था में ब्र्म्मांडीय प्राण शक्ति शरीर में अत्यधिक प्रवेश करती है और तंत्रिका तंत्र को शुद्ध करती है। उस ऊर्जा से सभी रोग कम हो जाएंगे। स्नायु तंत्र की शुद्धि कर्म को दूर करती है।

हर दिन किसी भी उम्र का... कम से कम उतने मिनट 'जरूर' दिन में दो बार.. ध्यान करना चाहिए।

क्या हम इस लोक के वासी हैं या परलोक के वासी हैं?

हमें खासकर इस मामले पर विचार करना चाहिए। क्योंकि सृष्टि में दो तरह के लोक हैं। 1. इह लोक, 2. पर लोक। इस दृश्य जगत को इहलोक कहते हैं। अनदेखी दुनिया को परलोक कहा जाता है। कहा जाता है कि देवी-देवताओं का वास पर लोक में होता है।

हम किस लोक के वासी हैं? कौन से लोक के वासी है? इह लोक के वासी है या पर लोक के निवासी है ? इस मामले पर विचार करने की जरूरत है। कारण यह है कि यदि हम इस संसार के वासी हैं तो हमारे सोचने और जीने का ढंग एक प्रकार से सही है। लेकिन अगर हम वास्तव में पर लोक के वासी है तो, हमारे सोचने और जीने का तरीका अलग होना चाहिए । इसलिए इस मामले पर ठीक से विचार करके निर्धारण करना चाहिए। जिसकिसी को भी देखा जाय तो उनका व्यवहार लगता है की वे सब इस लोक के वासी है ।

इसका मतलब है कि सब लोग ऐसा बर्ताव कर रहे हैं जैसे कि वे पृथ्वी के निवासी हैं और हमेशा के लिए यहां रहेंगे । इस पृध्वी पर जो कुछ भी है उसे ही महत्व दे रहे हैं। इसका अर्थ है कि वे न केवल सांसारिक धन, सुख, पद और प्रतिष्ठा प्राप्त करने को बहुत महत्व दे रहे हैं, बल्कि उन्हें प्राप्त करने के लिए जीवन भर प्रयास और संघर्ष भी कर रहे हैं। उन सब को पाने के लिए अधर्म का कार्य भी कर रहे हैं । वे पाप भी कर रहे हैं। कारण यह है कि उन्हें लगता है कि वे पृथ्वी पर हमेशा ठीके रहेंग। इतना ही नहीं, वे इस भ्रम में रहते हैं कि यहां जो कुछ भी उनका है, वह उनका ही है और यह सब शाश्वत है।

इस के अलावा जो लोग यहां हैं, उनमें से कुछ लोगों को अपने रिश्तेदार, कुछ लोगों को दुश्मन और कुछ लोगों को दोस्त मानते हैं। यहाँ कुछ मिलता है तो जश्न मनाते हैं और अगर कुछ खोते हैं तो चिंता करते हैं । दूसरों को देख कर ईर्ष्या करते हैं। वे चिंतित हैं कि उनके पास वो सब नहीं है। अगर वे

किसी विषय में सफल हो जाते हैं, तो उन्हें लगता है कि उनकी जीत हो गई है। हार हुआ तो शर्मिंदा होते हैं। और सोचते हैं कि सब कुछ अलग है, वे सोचते हैं कि उन्हें और उनके लोगों का अच्छाई होना चाहिए, वे सोचते हैं कि उनको सबसे बेहतर जीवन जीना चाहिए। उसके लिए, दूसरों को धोखा दे रहे हैं, नीच भाव से देख रहे है , अपमानित कर रहे हैं और कठिनाई में डाल रहे हैं। दूसरों के हालत से उनको कोई परवाह नहीं है। उन सब को लगता है कि वे सभी 'पृथ्वीवासी' हैं।

तो हम किस दुनिया के रहने वाले हैं? हम किस दुनिया के हैं? महत्वपूर्ण संदेह यह हैं कि, क्या हम पृथ्वीवासी हैं या नहीं ? इस बात पर विचार करना चाहिए । क्योंकि अगर हम पृथ्वी के निवासी नहीं हैं और स्वर्ग के निवासी हैं, तो हमें जो कुछ करना होगा वह अलग होगा। सोचने का तरीका भी अलग होगा।

हम किस लोक के वासी हैं इस बात को जान ने के लिए पहले यह जानना चाहिए कि हम कौन हैं। क्योंकि अब तक बहुत से लोग सोचते हैं कि वे मनुष्य है और यह शरीर ही उनका अस्तित्व है। इसलिए इस शरीर को एक पसन्दीदार नाम दिया जाता हैं जैसे सुब्बा राव... अप्पा राव... पापा राव... और सोचते है कि खुद को समझना।

अगर कोई उस नाम की सराहना और स्तुति करेगा, तो वह उल्लासित हो जाते है। वे बहुत संतुष्ट हो जाते है । यदि कोई उस नाम का अपमान या निन्दा या दुर्व्यवहार करता है तो अपमानित, उदास और क्रोधित हो जाता है। वे इसका किसी ना किसी रूप में उत्तर देते है । वे या तो फिर से डांट देते हैं या बदला लेने का कोशिश करते हैं। कारण यह है कि उन्होंने उसको डांटा और उसकी निंदा की।

यह सब इसलिए है क्योंकि वह सोचता है कि उसका शरीर ही उसका

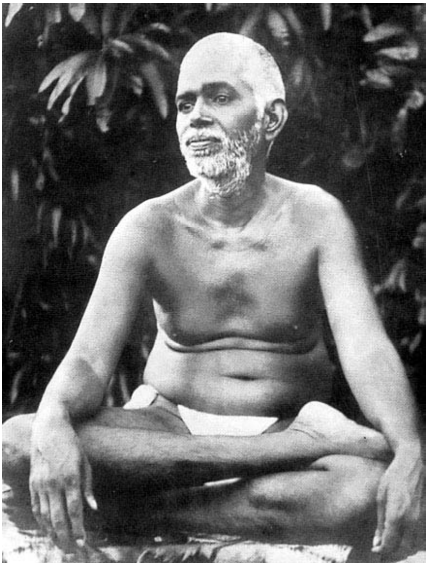
अस्तित्व है। इतना ही नहीं, वे उस शरीर के लिए बहुत चिंता करते हैं और संघर्ष करते हैं। इस सबका कारण यह है कि वे उस शरीर को सुखी रखना, उसे सुंदर बनाए रखना, उसे स्वस्थ और आकर्षक बनाए रखना और सुनिश्चित करना चाहते हैं। इस बात की चिंता करते हैं कि जब तक वह जीवित है शरीर में कोई कमी न हो। इन सबके लिए धन की आवश्यकता होने के कारण धन कमाने को अधिक प्राथमिकता देते हैं ।

इसीलिए दिन का ज्यादातर समय पैसा कमाने में ही बीताता है। पैसा कमाना उनके जीवन का लक्ष्य माना जाता है। कारण यह है कि यदि आपके पास पैसा है तो आप अपने शरीर को सुखी बना सकते हैं और बड़ी-बड़ी इमारतों में रख सकते हैं। A/c कमरों में और मोटे गद्दों पर सो सकते हैं। बडे बडे कारों में घुमा सकते हैं। अच्छा और स्वादिष्ट भोजन खिला सकते हैं। फिल्में और टीवी दिखा सकते हैं। सेंट और लोबान जैसी सुगंधों का आनंद ले सकते है। आप अद्‌भुत संगीत सुन सकते हैं। ये सभी शरीर से संबंधित हैं और शरीर को सुखी बनाते हैं। क्योंकि इन सभी को प्राप्त करने के लिए पैसे की जरूरत है... इसी लिए वे उस पैसे कमाने को ज्यादा महत्व दे रहे हैं। इन्हें धन का अत्यधिक मोह होता है। कारण यह है कि वह अपने को शरीर मानता है।

इसलिए हम पैसे कमाने के लिए ऐसे काम कर रहे हैं जो नहीं करना चाहिए। तरह-तरह के धोके दे रहे हैं । अधार्मिकता से काम कर रहे हैं, वे गैरकानूनी और अन्यायपूर्ण ढंग से काम कर रहे हैं । वे अपनी ताकत और बुद्धि दिखा रहे हैं । अपना पूरा समय 'यह देख रहे हैं कि हमने कितना कमाया है, लेकिन यह नहीं कि हमने इसे कैसे कमाया है।' और इतने प्रकार की गलतियाँ और पाप करने का मुख्य कारण यह है कि वे अपने को शरीर समझते हैं। क्योंकि वे शरीर के भाव में हैं।

अगर संसार में मैं शरीर हूं का भावना नहीं हो तो दुनिया में इतनी

गैरकानूनी काम, अत्याचार, डकैती और धोखे नहीं होंगे । इतनी अराजकता नहीं होगी। दुनिया इस स्थिति में नहीं होगी। मानवो का व्यवहार अलग तरीके से होगा। इसलिए सबसे पहले इस का पुष्टि करना चाहिए कि मैं कौन हूँ?



इसीलिए रमण महर्षि ने सबसे कहा कि, 'जानो कि तुम कौन हो!' जो भी कोई समस्या लेकर उनके पास गया... कोई कठिनाई लेकर गया... किसी सलाह के लिए गया... सबसे पहले यह सलाह देते थे कि 'जानते हो तुम कौन हो!' बहुत से लोगों को यह समझ में नहीं आता था कि वे ऐसा क्यों कह रहें हैं । क्यों हर बार ऐसे कहते हैं? लेकिन वे मूर्ख नहीं हैं। ऐसे एक ही बात बार बार पूछना उनकी नमालूमी भी नहीं है । उनके इस बर्ताव का कारण यह हैं कि वे बड़े ज्ञानी है और सब कुछ जानते हैं। उन्हें पता था कि सब कुछ उसी में है। वे यह भी जानते हैं कि मनुष्य की हर एक समस्या का समाधान इसी में निहित है, कि मनुष्य को पहले उसे जानना चाहिए, और यदि वह उसे नहीं जान सकता, तो मनुष्य को कुछभी समझ में नहीं आएग। इसलिए वे सबसे कहा करते थे कि , 'पहले जानो कि तुम कौन हो!'

इसके आधार पर हम समझ सकते हैं कि उनकी सलाह में कितना अर्थ छिपा है, उसमें कितना रहस्य छिपा है। इसलिए हमें सबसे पहले यह जानना होगा कि हम कौन हैं। यह बहुत महत्वपूर्ण है।

तो हम कैसे जानते हैं कि हम कौन हैं? थोड़ा विचार करने से यह

पताचलेगा। इसमें कोई शक नहीं है कि हम सभी इंसान हैं। लेकिन इंसान सिर्फ एक दृश्य शरीर नहीं है बल्कि शरीर के साथ एक अदृश्य 'मन' भी है। एक अदृश्य 'आत्मा' भी है। इसका अर्थ है 'शरीर, मन और आत्मा' - इन तीनों का मिलाप ही मनुष्य है। लेकिन शरीर अकेला ही इंसान नहीं है।

आपको यह पता करना चाहिए कि इन तीनों में से मैं कौन हूँ? । क्या मैं शरीर हूँ? क्या मैं मन हूँ? क्या मैं आत्मा हूँ? या मैं तीनों मिलकर हूं? इसकी पुष्टि पहले की जानी चाहिए। तभी हम कुछ समझ पाएंगे। यह जानने के लिए उससे पहले एक बात और तय कर लेनी चाहिए।

क्या मैं वास्तव में मरने के बाद मौजूद हूँ? या नहीं हूँ? क्या मेरे पास मृत्यु के बाद भी जीवन है? या क्या और भी जन्म हैं? या नहीं हैं? यह पहले तय कर लेना चाहिए। यह जानने के लिए, सबसे महान भगवान श्री कृष्ण के द्वारा कही गई भगवद गीता को देखना चाहिए।

श्लो।। जातस्याहि ध्स्र्वो मृत्योधभव जन्म मृत्युत्स च
तस्मात परिहार्यराधेय त्वं शोचितु मरहसि। (भ.गी.2-27)

ता।। चाहे कुछ भी हो जो पैदा हुआ है मृत्यु उसके लिए अपरिहार्य है। एक मृत व्यक्ति को फिर से जन्म लेना ही होगा। और कोई उपाय नहीं है, इस विषय में शोक करना तुम्हारे लिये उचित नहीं।

इससे पता चलता है कि मृत्यु के बाद भी सभी का अस्तित्व है। तो मृत्यु किसका होता है? शरीर ही मरता है, तन के साथ केवल मन ही मरता है । क्योंकि मन शरीर के साथ आता है और शरीर के साथ जाता है। अर्थात मृत्यु के समय तीन दो हो जाते हैं। मतलब मौत के बाद दो चीजें होती हैं। 'एक जलता है', 'दूसरा ऊपर जाता है।' अगर समीक्षा करे तो यह पता चलता है कि 'शरीर' का दहन होता है और 'आत्मा' ऊपर जाता है।

यहां हमें फिर अपने आप से प्रश्न पूछना होगा। क्या जलने वाला हम

है या ऊपर जाने वाला हम है? यानी हम इतना जरूर कह सकते हैं कि ऊपर जाने वाले ही हम हैं। यदि जलने वाला शरीर हम है, तो ऐसा लगता है कि हमारा अस्तित्व नहीं है । लेकिन भगवान श्री कृष्ण के संदेश के अनुसार हमारे पास और भी जन्म है । इससे यह समझा जा सकता है कि हम आगे भी रहेंगे; इसका अर्थ है जो रहता है वो ऊपर जाता है, वह 'आत्मा' है। मतलब ... 'आत्मा' ही हम हैं। यह स्पष्ट है कि हम सभी आत्मा हैं, शरीर नहीं।

अगर हम 'आत्मा' है तो 'आत्मा' की स्थिर स्थान क्या है ? अर्थात 'परम'। इससे यह स्पष्ट समझ में आता है कि '**हम सब इस संसार के नहीं, परलोक के हैं।**'

अब हमारे सामने एक और सवाल उठता है। जब हम सब स्वर्ग के हैं तो हम इस दुनिया में क्यों हैं? हम हमारा शाश्वत निवास परम से इस धरती पर क्यों आए हैं? और इस शरीर का धारण क्यों किया? हम इस शरीर के साथ क्या करने आए हैं? मृतकों के लिए कर्मकांड करने का क्या मतलब है? यह बातें हमें पता होनी चाहिए। अगर हम इन सवालों का जवाब दे सकें तो हमें पता चल जाएगा कि धरती पर क्या करना है। यह भी जान सकते हैं कि कैसे जीना चाहिए। ऐसे जानकारी के साथ जीना ही सही जीवन है, यह एक अच्छी तरह से व्यतीत जीवन होगा। लेकिन अगर उस से भिन्न कितना ही महान जीवन जीया जाये, वह व्यर्थ है। एक तरह से विचार करें तो वे जन्म को व्यर्थ कर चुके हैं। इस लिए यह सब सोचना चाहिए।

हम परम से क्यों आए हैं? हम इस संसार में क्या करने आए हैं? आइए थोड़ा पता करें। इससे पहले हमें परम के बारे में कुछ जान लेना चाहिए। जैसे इस संसार में अरबों-खरबों घर होते हैं... वैसे ही परलोक में भी अरबों-खरबों अलग-अलग लोक हैं। इसका अर्थ है कि पृथ्वी पर झोंपड़ी, छप्पर, कुटिया, छज्जे, भवन, बंगले, महल जैसे विभिन्न घर हैं यानी सुविधाओं से रहित घर

और सुविधाओं वाले आलीशान घर है … वैसे ही परम में श्रेष्ठ ऊर्ध्व लोक और विपरीत अधोलोक हैं। जिनके पास सुविधाएं हैं उन्हें उच्च लोक कहा जाता है। कम सुविधाओं वाले अधोलोक कहलाते हैं।

योगियों ने उन अरबों लोकौं को 7 ऊर्ध्व लोकों और 7 अधोलोकों में विभाजित किया। उन्हें चतुर्दश भुवन या 14 भुवन भांड कहा जाता है। ये सब हमें पुराणों में भी बताए गए हैं। निम्नलिखित लोक उर्धवा लोक कहलाते हैं । वे हैं 1. भूलोक (पृथ्वी), 2. भुवर्लोक 3. सुवरलोक, 4. जनालोक, 5. महालोक, 6.तपोलोक, 7.सत्यलोक उर्थवलोक हैं। साथ ही 1.अतल, 2.वितल, 3.सुतल, 4.रसातल, 5.महातल, 6.तलातल, 7.पाताल लोकों को योगियों ने अधोलोक के नाम से विभाजित किया है।

इसका अर्थ है कि यदि कोई पृथ्वी पर अपने शरीर के साथ जो धोखाधड़ी, अपराध, गलतियाँ करता है … दूसरों को या जानवरों को सताता है, मांस खाता है और जीवों का हिंसा करता है, इतना ही नहीं, पाप करता है, अपवित्र और अधर्म से रहता है … वह मृत्यु के बाद अधोलोक में जाते हैं। इसके अलावा जो शुद्ध और सदाचारी जीवन जीते हैं…बिना किसी को धोखा दिए, अहिंसा का पालन करते हुए…करुणा रखते हुए, केवल मनुष्यों से ही नहीं बल्कि सभी जीवों से प्रेम करते हैं, और पवित्र कर्म और अच्छे कर्म करते हैं, सभी के साथ भलाई करते है, वह मृत्यु के बाद ऊर्ध्व लोक अर्थात उच्च लोकों में जाते हैं ।

पृथ्वी पर जो कुछ करते हैं, उसके आधार पर वे परलोक में एक निश्चित लोक में जाएंगे, अर्थात अगर वे पृथ्वी पर पवित्र कार्य, ध्यान और योग कि साधना करते हैं, तो मरने के बाद वे अपने शरीर को छोड़ कर ऊर्ध्व लोक में पहुँचेंगे। ऐसे लोगों को उच्च लोक के निवासियों का सांगत्य मिलता है । उनसे सृष्टि का उच्च ज्ञान प्राप्त करने का अवसर मिलता है।

साथ ही, यदि वे पाप करते हैं, तो वे निचले लोकों में जाएंगे। वे इस तरह की साहचर्य पाते हैं। केवल वहीं पर उन्हें अपनी गलतियों और पापों के बारे में पता चलेगा जो उन्होंने धरती पर किए थे। किसी भी स्थिति में पुण्य कर्म करने वाले पुण्यात्मा, महान कार्य करने वाले महात्मा, साधक, ऋषि और योगी जिन्होंने विशेष उपकरण, तपस्या और ध्यान उपकरण किए हैं, वे ऊर्ध्व लोक में होंगे। साथ ही पाप, हिंसा और कपट करने वाले अधोलोक में होंगे।

यदि हम पुराणों को देखेंगे तो हमें यह ज्ञात होगा। ऐसा कहा जाता है कि जो देवता सभी के लिए सहायक होते हैं वे स्वर्ग लोक जो ऊर्ध्व लोक का भाग है उस में निवास करते हैं। यह भी कहा जाता है कि सभी को नुकसान पहुंचाने वाले और प्रताड़ित करने वाले राक्षस पाताल लोक में रहते हैं। इसके अलावा, यह कहा जाता है कि देवताओं का पसंदीदा भोजन स्वसाहार या ध्यान है। और कहा जाता है कि राक्षस मांस और खून पसंद करते हैं।

जो कुछ भी हो, जो भी परम में किसी भी लोक में हो, और भी उच्चा लोक में जाने कि कांक्षा करते हैं। जब पर लोक में होता है, तो 'यथास्थिति से ऊँचे स्थिति' तक पहुँचने के बारे में सोचता है। मतलब 'यथास्थिति से ऊँचे स्थिति' पाने की चाहत करते हैं।

आज कल के लोगों का विश्वास है कि जब तक वह जीवित है, वह कैसे भी जी सकते है, कुछ भी कर सकता है, और कोई भी कर्म बिना पर्वाह से कर सकते है, बिना संकोश पाप भी कर सकते है। और मानते है की वह मृत्यु के बाद की कर्मकांड करने पर उच्च लोकों तक पहुँच सकते है ।

इसलिए जीते जी वे अपने द्वारा किए जाने वाले कर्मो के बारे में नहीं सोचते हैं । वे सिर्फ मरने पर किए जाने वाले कर्मकांडों पर बहुत श्रद्धा दिखाते हैं।

लेकिन उसके जीवित रहते हुए उसके द्वारा किए गए कर्मो के फल उसके

साथ आते हैं और उसके बाद के जीवन पर लागू होते हैं लेकिन मृत्यु के बाद उसके नाम पर जो किया जाता हैं वह उस पर लागू नहीं होता है और उसके साथ नहीं आता है। इसलिए कहा जाता हैं 'जैसी करनी वैसी भरनी।'

यदि आप यहाँ थोड़ा विचार करें तो जब कर्मकाण्ड के नाम पर किसी औरों के द्वारा किया गया छोटासा दान उन्हें कई उच्च लोकों में ले जा सकता है, तो यदि आप जीवित रहते हुए भी ऐसे दान और पुण्य कर्म करेंगे, तो आप बहुत अधिक महान स्थिति पा सकते है। तो जीते जी क्यों नहीं करते? अपने कर्मों के बारे में क्यों नहीं सोचते?

इसलिए कर्मकांडों का सार जानना चाहिए। जिन लोगों को मृत्यु के बाद उच्च लोकों में जाने का इच्छा है, उन्हें इन सभी बातों पर विचार करना चाहिए।

तो पता करो! परम में उच्च लोकों तक पहुँचने के लिए किसी को भी पृथ्वी पर आकर मानव शरीर धारण करना पड़ता है। मानव तन से पुण्य कर्म करना चाहिए। ध्यान का अभ्यास करना चाहिए। ध्यान की ऐसी शक्ति से ही कोई भी उच्च लोक में पहुँच सकता है। इसलिए ऋषि-मुनि ध्यान करते थे और ध्यान को महत्व देते थे।

आखिरकार देवताओं को भी और भी उच्च लोकों तक पहुँचने के लिए पृथ्वी पर आना होगा, और मानव शरीर धारण करना होगा और ध्यान का अभ्यास करना होगा। क्योंकि मानव शरीर के अतिरिक्त किसी अन्य शरीर में ध्यान साधना करने की शक्ति नहीं है। इसलिए मनुष्य जन्म को इतना महान कहा गया है। इतना ही नहीं, यह भी कहा जाता है कि मनुष्य जन्म मिलना दुर्लभ है।

तो जो परम में हैं, चाहे किसी भी लोक में हों, वे सोचते हैं कि सबसे नित्य, स्थायी और सबसे उत्तम सत्य लोक में पहुँचना चाहते है। कारण यह है कि जब तक कोई सत्यलोक में नहीं पहुंचता, चाहे वह किसी भी लोक में क्यों

न हो, उसे बार-बार भूलोक में आना पड़ता है। संसार में कष्ट और दुख को झेलना होंगा। इन कठिनाइयों और कष्टों से हमेशा के लिए बाहर निकलने के लिए, व्यक्ति को सबसे उच्च लोक, याने सत्य लोक में पहुँचना चाहिए। और कोई रास्ता नहीं है। कारण यह है कि हम जिन देवताओं की पूजा करते हैं वे सभी भी सत्यलोक के निवासी हैं। इसलिए धरती के सभी वासी देवताओं को पहुंचना चाहते हैं। वे भगवन के राज्य में प्रवेश करना चाहते हैं।

भगवान श्रीकृष्ण ने भी गीता में यही कहा है।

आ ब्र्म्म भुवनलोकः पुनरावर्ती नोर्जुन!
मामूपेतयेतु कौन्तेय पुनर्जनम नविद्यत।। (भ. गी.8-16)

ताः हे अर्जुन! उस ब्र्म्मलोक तक के लोकों में भी जाओ तो फिर जन्म लेना पड़ता है। लेकिन अगर मुझ तक पहुँच जाते हो (अर्थात उस सत्य लोक जहाँ मैं हूँ) तो कोई वापसी नहीं है, अर्थात कोई जन्म नहीं है।

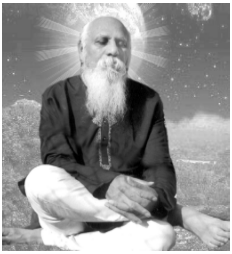
भगवान कृष्ण के इस संदेश को समझे बिना धरती पर मनुष्य पवित्र कर्म कर रहे हैं। ऐसा माना जाता है कि अच्छे कर्म करने से मोक्ष की प्राप्ति होती है। लेकिन अच्छे कर्म करोगे तो पुण्य लोक में पहुंचोगे। जब पुण्य समाप्त हो जाता है, तो वे पृथ्वी पर लौट आते हैं। लेकिन आप सत्य की दुनिया तक नहीं पहुंच सकते। ईश्वर तक नहीं पहुँचा जा सकता है। मोक्ष नहीं मिल सकता है । भगवद गीता के निम्नलिखित श्लोक को देखें।

श्लो।। ते तम भुक्त्वा स्वर्ग लोकम विशालम क्षिने पुण्ये मर्त्यलोकम विशांति।
एवम त्रयी धर्म मनु प्रपन्न गता गतम कामकमा लभंते।। (भ.गी.9-21)

ता : वे (ऐसे स्वर्ग आकांक्षी) विशाल स्वर्ग लोक में पुण्य खत्म होने के बाद उनको फिर से मानव लोक में जन्म लेते हैं। इस प्रकार वेदोक्त कर्म (यज्ञ, यागदि पुण्य कर्म) करने वाले भोग चाहने वाले आने और जाने (जनन

और मृत्यु चक्र) को प्राप्त कर रहे हैं।

इसके अनुसार हमें यह जानने की आवश्यकता है कि कोई कितना भी पुण्य कर्म करे, कितने भी महान यग्न, यागादि पुण्य कर्म करे, वे पवित्र लोकों तक तो पहुँच सकते हैं, उससे आगे के लोकों तक नहीं पहुँच सकते हैं।



इसीलिए पत्री जी कहते हैं, '**सत्कर्म करोगे तो पुण्य लोक में पहुंचेंगे। तपस्या करोगे तो तपो लोक में पहुंचेंगे। ध्यान करोगे तो सत्य लोक में पहुंचेंगे**'

इसलिए किसी भी मनुष्य को सृष्टि में सबसे उन्नत सत्य लोक पहुँचने का प्रयास करना चाहिए। नहीं तो वे वापस धरती पर आ जाएंगे। मानव जन्म लेंगे। इसीको '**पुनरपि जननं - पुनरपि मरणम**' कहते हैं।

वे बार-बार धरती पर आ सकते हैं, लेकिन जो धरती पर आते हैं उन्हें कई तकलीफ उठाने पड़ते हैं। बहुत कष्टों को झेलना पड़ता है, बहुत नरक को सहना पड़ता है। यदि आप इसके बारे में सोचते हैं, तो मानव जीवन इतना आसान नहीं है जितना आप सोचते हैं। क्योंकि सांसारिक जीवन में अनेक सुख हैं, सुखों के साथ-साथ रोग, कष्ट और दुःख भी हैं। इसीलिए ऋषियों और योगियों ने हमेशा के लिए सांसारिक जीवन से बाहर निकलने की कोशिश की। ध्यान का अभ्यास पर जोर दिया। मोक्ष को पाया । उन्हें दुनिया में सबसे महान के रूप में कीर्ति किया गया है।

योगियों ने ध्यान के बारे में कहा - ध्यान ही किया।

जब हम पर लोकों में रहते हैं, उच्च लोक तक पहुँचने के लिए सोचते हैं। उसके लिए हम ध्यान का अभ्यास करने के लिए धरती पर आते हैं। हम परलोक से धरती पर आकर कोई भी शरीर लेते हैं। लेकिन (जन्म के बाद) शरीर लेकर हम सब कुछ भूल जाते हैं। हमें लगता है कि हम पृथ्वीवासी हैं। सांसारिक सुख भोग के लिए ये संसार में महान बनने का प्रयास करते हैं।

ऐसे जिस किसी को भी देख़ते हैं तो, धन , पद और अच्छी नौकरी को पा कर, इह लोक अर्थात पृथ्वी पर महान बनने की कोशिश करते हैं - मतलब श्रेष्ट बनाने का प्रयत्न करते हैं - लेकिन परम में महान बनने की कोशिश नहीं करते। वे इह लोक में कमाने का प्रयास करते हैं - लेकिन परम में जिसकी आवश्यकता हैं उसे पाने का प्रयास नहीं करते। वे सोचते हैं कि इस संसार के सुख ही महान हैं - पर वे नहीं जानते कि परलोक के सुख उससे भी श्रेष्ट हैं। अस्थायी विषयों पर जोर दिया जाता है - लेकिन जो शाश्वत है उसे भूल जाते हैं। वे इस लोक के धन को महत्त्व देते हैं -लेकिन पर लोक के ज्ञान को महत्व नहीं देते हैं। 'हमेशा वे सोचते हैं कि वे इस दुनिया के निवासी हैं - लेकिन वे भूल जाते हैं कि वे पर लोक के निवासी हैं'। वे इस लोक के बारे में सोचते हैं - लेकिन वे परम के बारे में नहीं सोचते हैं।

इस प्रकार भाषा, जाति, क्षेत्र, धर्म, देश के प्रति प्रेम दिखाकर वास्तविक आत्म-प्रेम को भूल जाते हैं। मेरा पैसा, मेरा घर, मेरा खेत, मेरा कारखाना, मेरा धन कह कर परेशान होते है लेकिन एक बार भी मेरी 'आत्मा' कह कर नहीं सोचते हैं।

इतना ही नहीं, मेरी पत्नी, मेरे पति, मेरे बच्चे, मेरे रिश्तेदार और मेरे मित्र कहते हैं लेकिन 'आत्मा' को भूल जाते हैं। वे सबके बारे में बहुत कुछ करते हैं, वे बहुत परेशानी उठाते हैं, लेकिन वे अपने लिए कुछ नहीं करते। उन्हें नहीं पता कि इस तरह जीने से उन्हें कितना नुकसान हो रहा है। इसीलिए कहा

जाता है कि 'स्वयं से बढ़कर कोई गुण नहीं है।' इसलिए गौतम बुध्द ने कहा, अन्यों का उध्दार नहीं, आत्मा का उध्दार करो।

रामकृष्ण मिशन के अनुयायि ऐसा कहते हैं। 'आत्मनोमोक्षयच, जगत हितायचा' - अर्थात - पहले आत्मा का उध्दार और फिर संसार का उध्दार। ऐसा देखाजाये तो सब की कहावत है की आत्मा का उध्दार करो। मतलब अपने आप को उध्दार करना चाहिये।

लेकिन वे दुनिया में आत्मा के बारे में सोचे बिना शरीर को महत्व देते हुए अपना पूरा जीवन व्यतीत कर रहे हैं। जीवन में बहुत कुछ कमाते हैं। जुटाते हैं। अंत में कभी न कभी सब कुछ छोड़ देते हैं और इह लोक छोड़ देते हैं। मतलब शरीर छोड़ देते है। मतलब मर जाते हैं। वे फिर से पर लोक जाएंगे। तब पता चलेगा कि मैं स्वर्ग का वासी हूँ, लेकिन धरती का वासी नहीं, मैं धरती का वासी नहीं हूँ, यह समझा जायेगा कि पृथ्वी एक अस्थायी स्थान है। लेकिन तब तक सब कुछ खत्म हो जाता है। तब करने के लिए कुछ नहीं होगा। फिर इस बात का बुरा मानने का कोई मतलब नहीं है कि एक अच्छा मौका बर्बाद हो गया हैं। दिया गया अवसर चूक जाता है। फिर वे एक और मौके का इंतजार करते हैं। वे फिर से एक नए शरीर के लिए प्रयास करते हैं।

इस प्रकार मानव जन्म का निष्क्रमण होता है। इतना ही नहीं, इस लोक में कितना भी कमाओ, जो भी पाओगे, वह सब व्यर्थ है। यह परम के लिए, मतलब आत्मा के लिए उपयोगी नहीं है ... कुछ भी हमारे साथ नहीं आता है। इसलिए कहा जाता है कि '**जब हम मरते हैं, तो हमारे द्वारा कमाया गया धन पेटी में रह जाता है। पत्नी घर के आँगन तक आती है। रिश्तेदार और दोस्त सिर्फ कब्रिस्तान तक आते हैं। लेकिन हमारी साधना का परिणाम हमारे साथ आता है।**'

इसलिए इहलोक में जीवित होने के समय ही इस बात का निर्धारण

करना चाहिए की क्या हम इहलोक के वासी है या परलोक के? यदि आप इसके बारे में सोचते हैं, तो आपको निश्चित रूप से पता चल जाएगा कि सभी परलोक के निवासी हैं। इसका कारण यह है कि सभी मानव आत्मा ही है। और अगर हम स्वर्ग के वासी हैं तो इहलोक में क्या करना चाहिए? इस बात का विचार करना चाहिए की क्या करने से परलोक में फायदा पाएंगे? विशेष रूप से ध्यान का अभ्यास करना चाहिए। 'ध्यान' एक ही है जो आत्मा को लाभ पहुंचाती है, वही एक है जो हमारे लिए फायदेमंद है और वही हमें उच्च लोक को तक पहुंच प्रदान करती है। ध्यान का अभ्यास ही नहीं, ध्यान की शिक्षा भी परम के लिए लाभदायक है। ध्यान के कार्यक्रमों में भाग लेना, उनको सहयोग देना, आत्मा से संभंधित किताबों का पठन करना और ऐसे व्यक्तियों से सांगत्य करना। ये सभी स्वर्ग में उन्नति के लिए लाभकारी हैं। इसलिए ध्यान की महिमा को जानो। प्रतिदिन ध्यान करो । इस बात पर विशेष रूप से प्रतिदिन विचार करो । हम अपने आप को करना कि

'मैंने आज अपनी आत्मा के लिए क्या किया है?'

क्योंकि आपने पूरे दिन में आत्मा के अलावा जो कुछ भी किया, जो कुछ

भी कमाया, जो कुछ भी हासिल किया, कितना भी मेहनत किया सब कुछ बेकार है।

ऋषि याज्ञवल्क्य 'ईशावास्योपनिषत' में कहते हैं,

'जो कोई भी आत्मा का हत्या करता है मतलब आत्मा के अपने स्वरूप की प्राप्ति की उपेक्षा करता है! उन्हें मृत्यु के बाद अज्ञान से घेरे राक्षसीय जन्म मिलेंगे'।

इसलिए बुद्धिमान वो हैं ... **'जो आत्मा के लिए, मतलब अपने लिए शरीर का उपयोग करते हैं, लेकिन वो नहीं जो शरीर के लिए आत्मा का बलि देते हैं'।** इसीलिए सभी योगियों ने आत्मा के लिए शरीर की सहायता से ध्यान का ज्यादा अभ्यास किया। इसलिए उन्होंने कहा है कि 'परोपकाराधम इदं शरीरम'। मतलब (पर + उपकारम = परोपकाराम) इसका अर्थ है कि यह शरीर परलोक कि उपकार के लिए है।

इसलिए जानिए '**आत्मा ने शरीर को अपने लिए लाया लेकिन शरीर ने आत्मा को नहीं लाया**'। इसको जानते ही हर एक अपने शरीर से ध्यान साधना ही करेंगे। यह जानकर सभी शरीर से ध्यान साधना करते हैं।

इसके अलावा, यह जानना चाहिए कि ध्यान न केवल पर लोक के लिए बल्कि इस भूलोक के लिए भी फायदेमंद है। जैसे परलोक नहीं दिखाई देता वैसे ध्यान का फल भी आँखों को दिखाई नहीं देता । एक छोटा सा उदाहरण लेते हैं। मान लीजिए किसी देश के राष्ट्रपति का मतलब है कि वह उस देश में सबसे बड़े है। नहीं तो अमीर समझेंगे। सोच लो कि एक देश का अध्यक्ष, जो उस देश में सबसे महान हैं, एक अमीर हैं जो इस धरती पर बहुत कुछ कमाया है। उसने अनेक भूमि, भवन, महल आदि कमाया। लेकिन इस भूलोक में होते हुए भी उन्होंने परम के बारे में नहीं सोचा, उन्होंने कुछ नहीं किया। अंत में उन्होंने ध्यान भी नहीं किया। ऐसे लोग जब मरते हैं तो किसी

सामन्य लोक में चले जाते हैं।

मान लीजिए कि एक रिक्शा चलाने वाले, एक ऑटो चालक, या एक साधारण कर्मचारी अगर हर एक दिन में एक घंटे के लिए ध्यान करता है, उनके मृत्यु के बाद, वह अमीरों और दुनिया में महान माने जाने वाले लोगों से कई लाख लोकों के ऊपर होंगे। इसका अर्थ है कि जो इस लोक में महान है वह परम में कम प्रयुक्त होता है क्योंकि वह ध्यान नहीं करता। जो इहलोक में सामान्य था, वह ध्यान के अभ्यास के कारण परम में महान बन गया। इसका अर्थ है **'जो अस्थायी में महान है वह स्थायी में बहुत निचला हो जाता है'।** लेकिन 'वह जो इहलोक में निचला है वह स्थायी में महान हो जाता है'। इसीलिए श्री कृष्ण भगवान अर्जुन को ध्यान योगि बनने को कहते हैं। निम्नलिखित श्लोकों के माध्यम से यह कहा जाता है कि एक ध्यान करने वाला योगी अगर लक्ष्य को प्राप्त नहीं करता है ... जो बीच में ही मर जाता है ... अर्थात जो शरीर को त्यजित करता हैं वह भी बहुत लाभ उठाता है।

स्लोः प्रप्य पुण्यकृतं लोक नुषित्वा स्वाति समा ।
सुचिनाम श्री मताम गेहे योग ब्रेश्टो भिजायते ।। (भ. गी. 6-41)

ताः ऐसा योगभ्रष्ट (मृत्यु के बाद) पवित्र आत्माओं के लोक को प्राप्त करता है, वहां कई साल बिताने के बाद, वह एक सदाचारी और धनी व्यक्ति के घर में जन्म लेता है।

स्लोः अथव योगिनामेव कुले भवति धीमताम ।
एतद्दी दुर्लभतरम लोके जन्म यदिद्रिसम ।। (भ. गी. 6-42)

ताः या वह बुद्धिमान योगियों के परिवार में पैदा होता है। ऐसा जन्म संसार में अत्यंत दुर्लभ है।

यहां हमें थोड़ा सोचना होगा। जो लोग ध्यान करते हैं वे ज्यादा पैसा नहीं कमाते हैं। इसके अलावा, आमतौर पर वे लोग ध्यान करते हैं जिसके पास धन

कम है। तो बाकी के बारे में क्या? ध्यान करने वालों को देख कर बहुत से लोग सोचते हैं और कहते हैं कि वे कुछ भी नहीं करते... कुछ भी नहीं कमाते ... कुछ भी आनंद नहीं लेते ... हमेशा वैसे ध्यान करते रहते हैं बेवकूफ लगते हैं!

लेकिन वे कितने महान हैं जो इस प्रकार ध्यान करते हैं! वे परम में कितने महान लोकों में पहुँचते हैं ! और उन्हें कितना ऊंचा जन्म मिलेगा! भगवान ने उपरोक्त श्लोकों के माध्यम से सूचित किया है। उनके अनुसार अगले जन्म में बिना क़ोशिश के ही धनवानों के घर में जन्म लेगा और महान ज्ञानी योगियों के घर में जन्म लेगा और ऐसा जन्म मिलना बहुत दुर्लभ है। इसीलिए उन्हें सबसे महान 'योगी' कहा जाता है। आखिरकार, यही कारण है कि एक 'योगी' को यज्ञ और यागादि अनुष्ठान करने वालों से महान कहा जाता है। इसीलिए भगवान श्रीकृष्ण ने अर्जुन को योगी बनने को कहा। आइए निम्नलिखित श्लोक को देखेंगे।

स्लो: तपस्विभ्यो धीको योगी ज्ञानीब्यो पि मातोदिकाः

कर्मिभ्यश्चधिको योगी तस्मा द्योगी भवार्जुन ॥ (भ. गी. 6-46)

ताः हे अर्जुना! तपस्या करने वालों से, शास्त्रों का ज्ञानी से, अग्निहोत्र जैसे कर्म करने वालों से योगी श्रेष्ठ है। इसलिए तुम योगी बनो।

इसके अनुसार 'ध्यान' करने वाला 'योगी' कितना महान है! कितना सौभाग्यशाली है! समझ सकते हैं। वर्तमान में ध्यान साधक साधारण दिखाई देते हैं, संसार की दृष्टि में साधारण हो सकते हैं। लेकिन भगवान ने जो कहा उससे समझा जा सकता है कि वे सबसे महान हैं। प्रस्तुत दुनिया में कुछ अमीर लोग हो सकते हैं। लेकिन मृत्यु के बाद उस धन को परलोक या पुनर्जन्म में नहीं ले जा सकते हैं। इतना ही नहीं वे यह भी नहीं जानते कि उनका पुनर्जन्म कैसा

होगा। लेकिन जिन्होंने ध्यान किया है वे स्वर्ग में पवित्र लोकों को प्राप्त करते हैं, भगवान ने कहा था कि अगले जन्म में वे अमीर के रूप में या महान योगियों के रूप में पैदा होंगे, इसके अलावा, जो इस तरह से पैदा हुए हैं वे बाद की ध्यान साधना को पूरा करेंगे और मोक्ष प्राप्त करेंगे और जीवन के लक्ष्य को प्राप्त करेंगे। निम्नलिखित श्लोक को देखें।

श्लोः प्रयत्न ध्यातमनस्तु योगी संशुद्ध किल्भिसः ।

अनेकजन्म समसिद्ध स्ततो याति पराम गतिम ।। (भ. गी. 6-45)

ता : कोशिश करो और निष्पाप योगी बनो, कई जन्मों के अभ्यास से योग की सिध्दि प्राप्त करके उसके बाद उत्तमोत्तम मोक्ष प्राप्त कर रहा है ।

इसलिए याद रखें कि हमें यह अस्थायी सांसारिक जीवन क्यों चाहिए? तो हम ने इस शरीर का धारण क्यों किया? मतलब हम (आत्मा) स्थायी परलोक में जीवन के लिए है। इस विषय को सब को याद रखना चाहिए। इसलिए यह मत सोचो कि यहां क्या है या नहीं। मतलब चिंता मत करो। दूसरों के पास जो है उससे ईर्ष्या न करें। उन्हें कमाने के लिए गलतियाँ और पाप मत करो। यह सब करके जीवन को अनावश्यक रूप से कठिन मत बनाओ। ये सोचो कि हम ध्यान कर पा रहें हैं या नहीं ? जान लें कि जो ध्यान कर सकते हैं वे ही महान है। 'पैसा नहीं - ध्यान सबसे महान है', 'धन हमारे साथ नहीं आयेगा - सिर्फ ध्यान ही आएगा'। इसलिए, 'पैसे के पीछे नहीं, ध्यान के पीछे पड़ो।' जान लें कि हम सब परलोक के वासी हैं।

इतना ही नहीं, हम को यह जानना चाहिए कि हम सब आत्माएं है, हम सब परलोक के वासी हैं, इसीलिए परलोक के लाभों के लिया और परलोक में उन्नति प्राप्त करने के लिए इस जीवन को अपना लिया है। शरीर की आवश्यकताओं का ध्यान रखते हुए, उपलब्ध खाली समय का उपयोग ध्यान के अभ्यास के लिए, आत्मा के लाभ मतलब आत्मा की उन्नति के लिए किया जाना चाहिए।

विशेष रूप से ध्यान की साधना करना चाहिए, आत्म ज्ञान से संबंधित पुस्तकों को पढ़ना चाहिए और आत्मा ज्ञानियों से जुड़ना चाहिए। वैसे शिविरों में भाग लेना चाहिए। ये सब आत्मा के लिए लाभदायक हैं।

ऐसा जीवन ही एक उचित और सभ्य जीवन है। ऐसा जिया हुआ जीवन ही वास्तविक 'आध्यात्मिक जीवन' बनता है। यदि आप उस तरह नहीं जीते हैं, तो वह जीवन बर्बाद हो जाएगा। इसलिए जीवन का उपयोग बहुत ही बचत के साथ करना चाहिए। आप परलोक में जो करना चाहते थे उसे प्राप्त करना चाहिए। जीवन का उपयोग बचत से क्यों करना चाहिए, यह जानने के लिए निम्नलिखित उदाहरण देखें।

जीवन का मितव्ययी करें

दो युवक पड़ोस के गांव में अपने एक रिश्तेदार के घर गए हुए थे। लेकिन उनके जाने से पहले, उस गाँव में भारी बारिश हुई और सड़कें कीचड़ से भरी थीं, इसलिए उनके पैर कीचड़ से भर गए। रिश्तेदार ने पैर धोने के लिए लोटा से पानी दिया। सबसे पहले व्यक्ति अपने पैरों पर लोटा से थोड़ा पानी डालता है, अपने पैरों को रगड़ता है और थोड़ा और पानी डालकर उन्हें धोता है। उसने अपने हाथ थोड़े और पानी से धोए, थोड़ा पानी मुँह में डाला और कुल्ली की। उसने बचे हुए पानी से अपना मुँह धोया, इस तरीके से उसने घर के मालिक द्वारा दिए गए पानी के लोटे से थोड़ा-थोड़ा करके सब कुछ साफ किया।

लेकिन दूसरे व्यक्ति लोटे से पानी देते ही लोटा भर पानी उसके पैरों पर डाला, लेकिन गंदगी नहीं गई। फिर घर के मालिक ने एक और लोटा भर पानी दिया और उसे भी पैरों पर उंडेल दिया। फिर भी कीचड़ पूरा नहीं गया। ऐसे बाल्टी का पूरा पानी खत्म हो गया पर उसके पैरों की मिट्टी पूरी तरह साफ़ नहीं हुवा। और उसने अभी तक न हाथ, न मुंह और आखिरकार चेहरा भी साफ

नहीं किया। मालिक मन ही मन में छिड़ने लगा कि इतना पानी देने पर भी और पानी मांग रहा है ।

हमारे जीवन भी उन दो व्यक्तियों की तरह है। कुछ लोग अपने जीवन का सदुपयोग करके फायदा उठा रहे हैं। वे दिन के कुछ समय का उपयोग भुक्ति के लिए, कुछ समय कमायी के लिए, कुछ समय घरभार के लिए, कुछ समय संसार के लिए और कुछ समय जीवन के लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए, योगियों की पुस्तकों को पढ़ने के लिए , सज्जन सांगत्य करने के लिए और ध्यान का अभ्यास के लिए इस्तेमाल करते हैं । मोक्ष पा रहे हैं। घरभार में निर्वाण प्राप्त कर रहे है।

लेकिन ज्यादातर लोग दूसरे इंसान की तरह अपनी जिंदगी बर्बाद कर रहे हैं। वे अपनी शरीर पर शौक से कमाई, घरभार कहते हुवे अपनी जाति, धर्म, क्षेत्र, देश आदि जो दिखता है उसे स्थिर समज कर, अपने को भूलोक वासी मान कर पदों के लिए, नाम और प्रसिद्दता के लिए ,वे महान बनाने के लिए, महानता के लिए जीते हैं, और इस जीवन के लक्ष्य को भूल कर अपने जन्म को बर्बाद कर रहे हैं। ध्यान का अभ्यास नहीं करते हैं। वे कर्म बढ़ाकर अपने जीवन को दुःखमय बना रहे हैं। जीवन को बर्बाद कर रहे है। अंत में वे दुखों से अपना जीवन का अंत कर रहे हैं। वे ऐसे कितना भी जन्मा लेने पर भी उनकी स्थिति वैसी ही है। 'पुनरपि जननम - पुनरपि मरणम'।

यदि आप इसके बारे में सोचते हैं, तो वास्तविकता में मानव जन्म मिलना दुर्लभ है। ऐसे मनुष्य का आधा जन्म सोने के लिए व्यतीत होता है, यदि उसमें में कुछ बचपन के लिए, कुछ वृद्धावस्था के लिए, कुछ भुक्ति अर्थात कमाई के लिए, थोड़ा जीवन घरभार सँभालने के लिए चले जाएतो बाकी जीवन थोड़ा ही होता है। टीवी के सामने बैठ कर, बेकार की किताबें,अखभार पढ़ते हुवे, फालतू बकबक करने और दूसरों के झगड़ों में दखल देते हुवे, व्यसनों में लिप्त

होकर अपना जीवन, समय और ऊर्जा पूरी तरह बर्बाद कर रहे हैं।

लेकिन यदि व्यर्थ समय का उपयोग 'आत्मा' के लिए किया जाता है अर्थात अपने जीवन के लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए ध्यान अभ्यास, आत्म-चिंतन अर्थात स्वाध्याय के लिए, सज्जन सांगत्य के लिए हम इस्तेमाल करेंगे तो वह पहले व्यक्ति की तरह होगा जिसने जीवन का अधिकतम लाभ उठाया है। नहीं तो कितने ही जन्मों के कर्म और कष्ट दूर नहीं होंगे, जैसे चरणों में कितने ही लोटे पानी को उँड़ेलने पर भी उसका कीचड़ नहीं हठा। ऐसे लोगों के लिए 'मृत्यु बिना जन्म के जीवन का भाग्य नहीं है' बल्कि मृत्यु से अंत होने वाला जीवन ही मिलता है।'

इसलिए जैसे हम धन के मामले में मितव्ययी हैं, वैसे ही हमें जीवन के साथ भी मितव्ययी होना चाहिए। अर्थात उत्तरदायित्वों को पूरा करते हुए शेष समय जीवन के लक्ष्य अर्थात आत्मा के उत्थान अर्थात परलोक के उत्थान की दिशा में कार्य करते हुए, योगियों के बताए मार्ग पर चलकर , योगियों के कहे अनुसार चलना चाहिए। और एक बार फिर जानिए ।

'हम परलोक वासी हैं लेकिन हम इस लोक के वासी नहीं हैं'

'हमें जो करना है वह ध्यान है - हमें जो प्राप्त करना है वह ज्ञान है'।

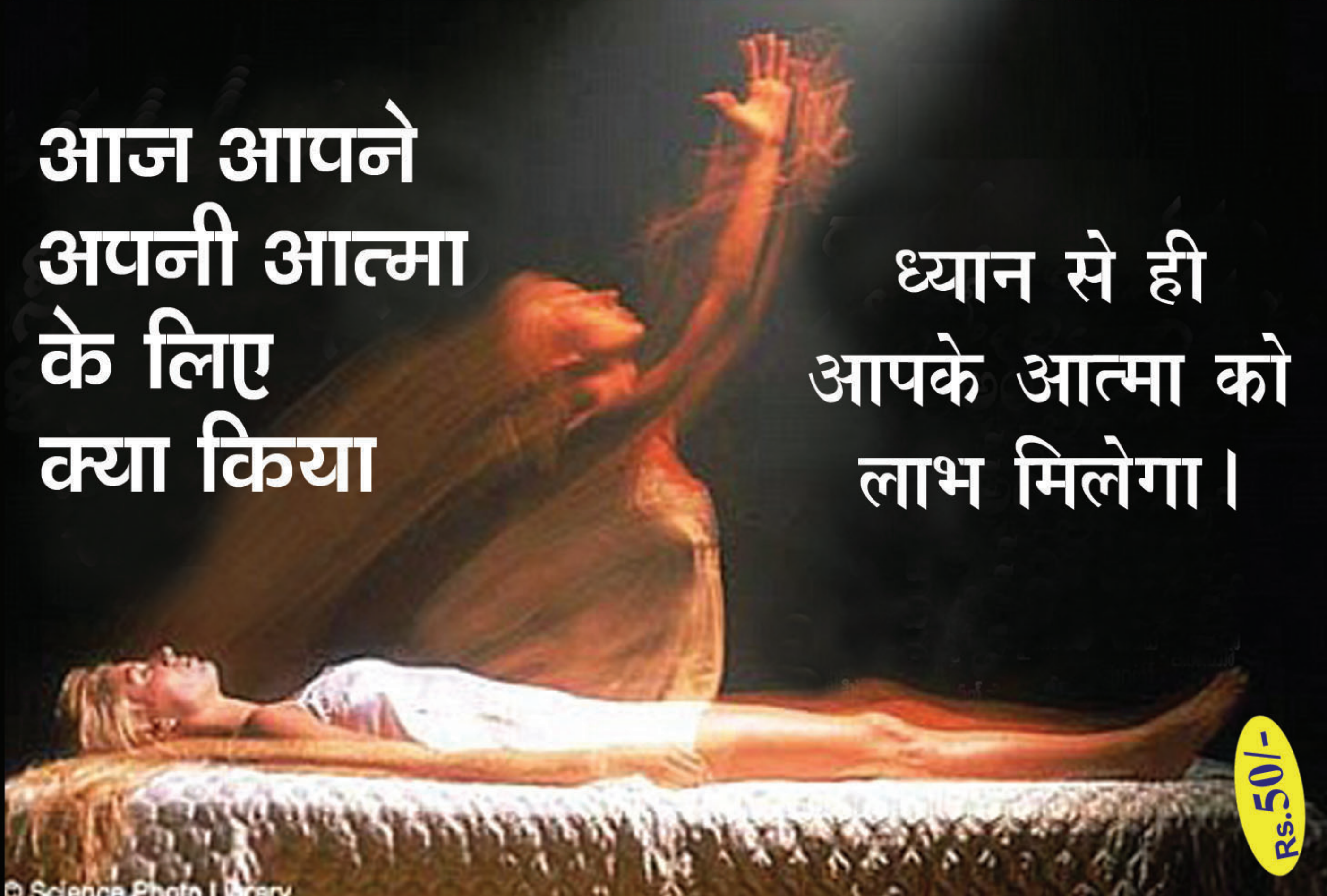
श्री तटवर्ती वीरा राघवराव का हिन्दी किताब

1) आत्म शास्त्र ।............... Rs.200/-
2) ध्यान विद्या ।................ Rs.160/-
3) भगवद् गीता का सार ।.... Rs.160/-
4) एक और जन्म ।............ Rs.160/-
5) सत्य मार्ग ।.................. Rs.160/-
6) ‘गाइडिंग’ ध्यान क्यों नहीं ? Rs.120/-
7) भगवान कौन हैं। Rs.120/-
8) कर्म सिद्धांत ।............... Rs.120/-
9) ब्रह्म ज्ञान।..................... Rs.100/-
10) यह जीवन क्यों हैं ?.......... Rs.100/-
11) क्या हम इस लोक के वासी हैं
या परलोक के वासी हैं? Rs.50/-

For Books Please Contact :

TATAVARTHI VEERA RAGHAVARAO

BHIMAVARAM. Ph: 94403 09812


आज आपने
अपनी आत्मा
के लिए
क्या किया
ध्यान से ही
आपके आत्मा को
लाभ मिलेगा।
Rs.50/-
© Science Photo Library