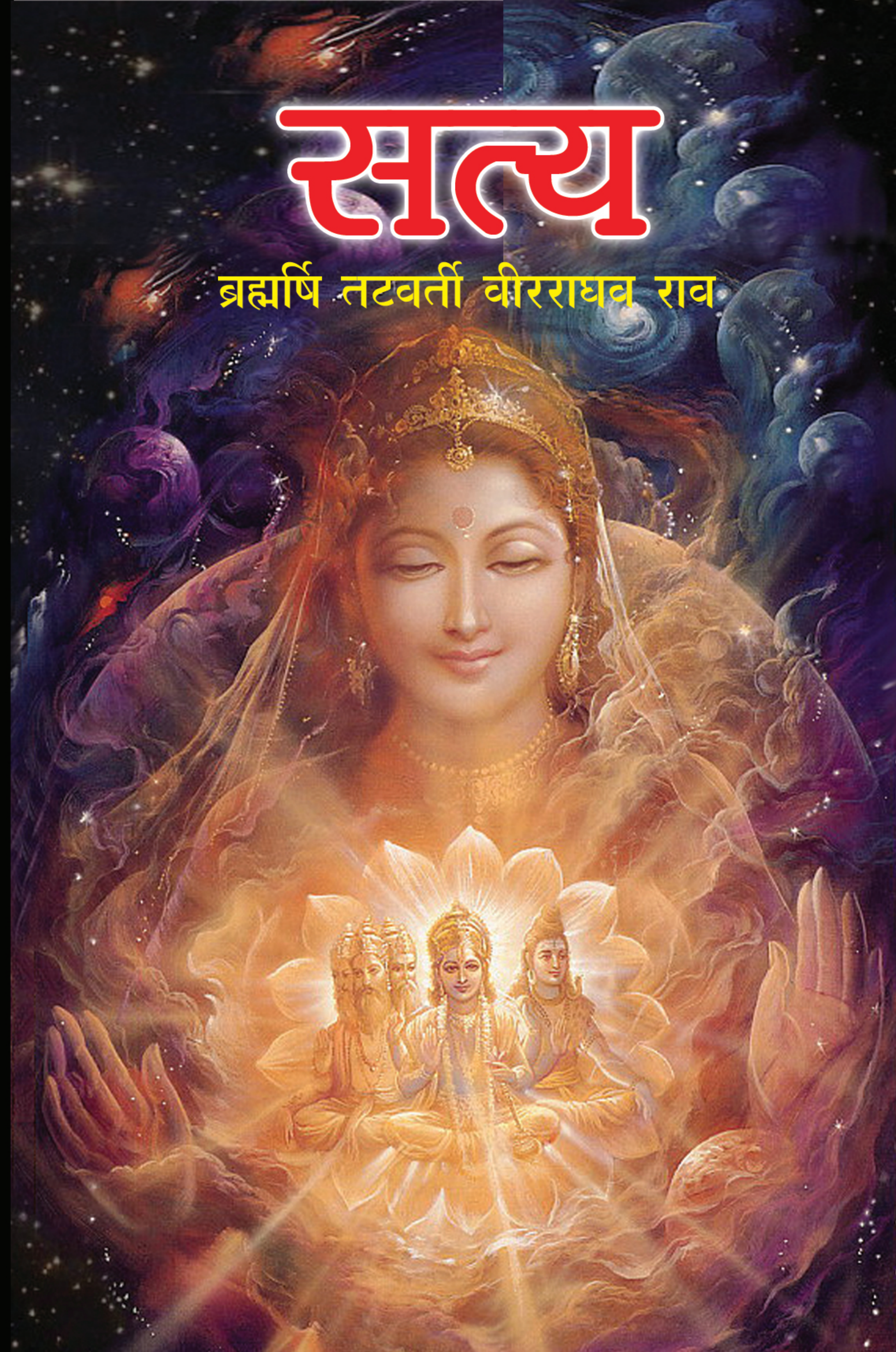
सत्य

ब्रह्मर्षि तटवर्ती वीरराघव राव



सत्य

लेखक : श्री तटवर्ती वीर राघवराव

हिन्दी अनुवादः श्रीमति तम्मन श्रीलता

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

Rs.50/-

सूची

1. सत्य 3

2. सत्य अर्थात दैव के लक्षण 9

3. सत्य का आश्रय लेंगे तो 14

4. सत्य की महानता 15

5. सत्य की महानता के बारे में और भी जानेंगे 20

6. शंकराचार्य जी का आत्मबोध 21

7. उपनिषदों में सत्य के बारे में दिए गए वाक्य 23

8. ज्ञान नेत्र 25

9. सत्य को प्राप्त करने पर 27

10. आत्मा विचारना (सत्य विचारना) 28

11. आत्मानात्म विवेक 29

12. क्या कहते हैं सदानंद योगी? 30

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

सत्य

इस सृष्टि में सत्य और असत्य दोनों हैं। इन के बारे में अच्छी तरह जानना चाहिए ।

सत्य का मतलब क्या है।

सत्य मतलब? नित्य है।

और नित्य मतलब? शाश्वत है।

शाश्वत मतलब? हमेशा रहने वाला।

हमेशा रहने वाला मतलब? अपरिवर्तित।

अपरिवर्तित मतलब? भले ही समय बदल जाए, युग बदल जाए, लेकिन जो बदलता नहीं।

एक तरह से कहेंगे तो सत्य हमेशा नित्य होना चाहिए, शाश्वत होना चाहिए, हमेशा होना चाहिए, इतना ही नहीं बदलाव नहीं होना चाहिए, और कहना पड़ेगा तो कॉल बदलने पर भी, युग बदलने पर भी बदलना नहीं चाहिए। ऐसे लक्षण जिसमें होते हैं वही सत्य है। ये लक्षण जिसमें नहीं है वही असत्य है। और वो लक्षण जिसमें है वह एक ही एक है वही भगवान है। उन्हीं को आत्मा कहते हैं इसलिए भगवान ही सत्य है अर्थात यह जानिए की आत्मा ही सत्य है। सृष्टि में आत्मा के सिवाय सभी असत्य है।

वेदों में कहा गया है कि 'सत्यमेव जयते'। स्पष्टता से कहा गया है कि सत्य की ही जीत होगी।

इसलिए मानव को किसी में भी विजय प्राप्त करने के लिए अर्थात जीतने के लिए सत्य में ही जीना जरूरी है।

मानव को बहुत जीतना है। दुःखों को जीतना है, अशांति को जीतना है, कठिनाइयों को जीतना है, पीड़ा को जीतना है, समस्याओं को जीतना है। मगर इन सब को वे ही हासिल कर सकते हैं जो सत्य का आश्रय लेते हैं, सत्य बोलते हैं, सत्य में जीते हैं।

इसलिए असत्य का आश्रय लेने पर, असत्य में जीने पर, असत्य बोलने पर ... उन सब को हार मिलेगा! अर्थात आपको जानना चाहिए कि उनको कठिनाइयां, नष्टों, दुःखों, बीमारियां, अशांति, पीड़ा, सभी होंगे।

असत्य का मतलब क्या है? यह जानने के लिए पहले सत्य क्या है यह जानना चाहिए। सत्य अर्थात साक्षात भगवान है ऐसा हम कह चुके हैं। उन्हीं को आत्मा कहते हैं ऐसा हम कह चुके हैं। अर्थात आत्मा ही सत्य है... भगवान ही सत्य है... उन्हीं को हिंदू मत में परब्र्ह्मा, मुसलमान अल्लाह, क्रिस्चियन पिता कहते हैं।

आदि शंकराचार्य जी ने 'ब्र्ह्म सत्य - जगत मिथ्या'... ऐसा कहा है। उनके कहने के अनुसार भगवान एक ही शाश्वत है। जगत में होने वाले बाकी सब अशाश्वत हैं, हमें जानना हैं कि वे सब नहीं रहने वाले अर्थात अदृश्य हो जायेंगे। इसलिए भगवान के अतिरिक्त सभी असत्य है... अर्थात आत्मा के अलावा सभी असत्य है... अर्थात जो कुछ आत्मा नहीं है, वे सब असत्य ही है ऐसा शंकराचार्य जी ने कहा था।

इसलिए जान लीजिए कि आत्मा के अलावा जिस किसी का भी आश्रय लेंगे, तो समझो कि उन्होंने असत्य का आश्रय लिया! हम यह भी कह सकते हैं कि जो आकार इन आंखों को दिखाई देंगे सब असत्य ही हैं। इसका विवरण देना हो तो। सत्य की सृष्टि नही की गई, जिसका कोई अंत नहीं अर्थात सत्य का जन्म भी नहीं, मृत्यु भी नहीं।

संसार में जहां देखो वहां दुःख, अशांति, कष्ट और कठिनाई है। सारे संसार को गौर से देखेंगे तो हमें समझ में आता है कि हर एक को किसी भी तरह का दुःख है। दुःख अर्थात '**किसी भी समस्या के कारण कष्ट होने पर उसे दुःख कहते हैं**'।

गौर से देखेंगे तो मानवों को कई तरह की परेशानियां हैं।

1. स्वास्थ्य समस्याएं: ये कई सैकड़ों में नहीं हजारों के हजारों में है।
2. आर्थिक समस्याएं: ये भी सैकड़ों तरह के हैं।
3. परिवार की समस्याएं: अर्थात परिवार के सदस्यों में, जो समस्याएं रिश्तेदारों

के बीच में हैं।

4. जो समस्याएं पति और पत्नी के बीच हैं।

5. पड़ोसियों से होने वाले समस्याएं।

6. बुढ़ापे की समस्याएंः अर्थात जो समस्याएं बुढ़ापे में रहते हैं।

7. मृत्यु के बाद की जीवन समस्याएं

ऐसी समस्याओं से पीड़ित होने का कारण यह है कि सभी मानव असत्य में जी रहे हैं! अर्थात सभी असत्य का आश्रय ले रहे हैं, असत्य पर मोह बढ़ा रहे हैं, असत्य को महान सोचते हैं, असत्य के पीछे पड़ रहे हैं। जितने समय तक असत्य के पीछे पड़ते हो जान लीजिए कि हर किसी का जीवन ऐसा ही होता है। कितने भी भगवानों का आश्रय लेने पर, कितने भी तीर्थ यात्रायें करने पर, कितने गुरुओं से, स्वामीजीयों से, बाबाओं का आश्रय लेने पर भी दुःख से बाहर नहीं निकल सकते हैं।

सारा संसार असत्य का आश्रय ले रहा है। इसका मतलब है असत्य मूर्तियों, फोटों और प्रतिमाओं की पूजा करना। यहां असत्य का अर्थ है जो एक बार अस्तित्व में था और बाद मे नही रहने वाला जो परिवर्तनशील और अनित्य है।

एक तरह से कह सकते हैं जो मूर्तियों की आराधना कर रहे हैं वे सब असत्य का ही आराधना कर रहे हैं। तभी तो बचपन से ही पूजा करने पर भी, फोटो रखकर प्रार्थना करने पर भी... दुःखों में यानी परेशानियों से ही रह रहे हैं। क्योंकि वे नहीं जानते कि आत्मा ही सत्य है।

पूजा करने से पुण्य मिलेगा ऐसा बहुत से लोग सोचते हैं। परन्तु यदि हम ईश्वर के स्थान पर अर्थात आत्मा के स्थान पर असत्य की पूजा करेंगे तो पुण्य कैसे आयेगा? कितना कहने पर भी समझते नहीं।

पिरामिड ध्यानियों के 18 आदर्श सूत्रों में, पत्री जी कहते हैं, ‘कोई असत्य मूर्तिपूजा न करें, सत्य आत्मा की पूजा करें।’ इसका कारण यह है कि सत्य ही ईश्वर है। इसीलिए पत्री जी ने कहा है कि आत्मा अर्थात ईश्वर को पकड़ना है अर्थात ध्यान ही करना चाहिए।

भगवत गीता के 10 वें अध्याय के 20 वें श्लोक में भगवान श्रीकृष्ण ने स्पष्ट रूप से कहा है कि भगवान अर्थात आत्मा है।

श्लोकः अहमात्मा गुडाकेश सर्वभूताशयस्थितः ।
अहमादिश्च मध्यं च भूतानामन्त एव च ।। (भ.गी.10-20)

ताः हे अर्जुन! मैं वह आत्मा हूं जो सभी प्राणियों में निवास करता है। और प्राणियों का आदि, मध्य, अंत भी मैं ही हूँ।

स्वयं भगवान कृष्ण द्वारा कहे गए इस श्लोक से हम स्पष्ट रूप से जान सकते हैं कि आत्मा ही दैव है अर्थात भगवान है, अर्थात वे ही सभी जीवित प्राणियों के शरीरों में मौजूद है।

इसलिए सत्य की आराधना अर्थात आत्मा की आराधना करना चाहिए। मगर जो आत्मा शरीर में है उसका आश्रय लेने के लिए शरीर के अंदर जाना चाहिए। मगर शरीर के अंदर जाना है तो एक ही मार्ग है... वही पत्री जी से बतायी गई 'स्वास पर ध्यान'।

लेकिन भगवत गीता में भगवान कृष्ण ने स्पष्टता से कहा है कि मैं आत्मा हूँ? इसलिए असत्य को छोड़ कर जो सत्य को पकड़ता है वही महान है। इतना ही नहीं पूजा करते हुए ध्यान करने वाला भी महान नहीं है। कारण यह है कि वह अभी भी असत्य को छोडा नहीं, सत्य पर विश्वास नहीं है।

भगवत गीता में सत्य पकड़ने को कहा गया है। इसलिए जिन्होंने **आत्मा को पकड़ा है उन्होंने साक्षात भगवान को ही पकडा है। वे भगवान को पा लेते हैं, शाश्वत रूप से दुःखों से बाहर आ जाते हैं। इसी विषय को नीचे दिए गए श्लोकों में बताया है।**

श्लोकः ये त्वक्षरमनिर्देश्यमव्यक्तं पर्युपासते ।
सर्वत्रगमचिन्त्यञ्च कूटस्थमचलन्ध्रुवम ।। (भ.गी.12-3)

श्लोकः संनियम्येन्द्रियग्रामं सर्वत्र समबुद्धयः
ते प्राप्नुवन्ति मामेव सर्वभूतहिते रताः ।। (भ.गी.12-4)

ताः जो सभी इंद्रियों को काबू में लाता है, सभी के साथ समभाव में रहता है,

समस्त प्राणियों के हितैषी में रुचि रखता है, ऐसा निर्देश करने लायक नहीं, इंद्रियों के लिए अगोचर है, अकल्पनीय है, निर्विकार है, अचल है, नित्य है, जो सर्वव्यापी अक्षर परब्र्ह्म मतलब आत्मा का ध्यान कर रहे हैं! वे मुझे पा रहे हैं।

यदि आप इंद्रियों पर नियंत्रण करना चाहते हैं जैसा कि भगवान श्री कृष्ण ने कहा था! सबसे पहले अपनी आंखें बंद करें। हाथों को बंधे रखना चाहिए। पैरों को मोड़कर बैठना चाहिए। फिर विचार आते हैं। उन्हें कट करके 'सांस' पर ध्यान रखना चाहिए। कुछ देर के बाद सारे विचार रुक जाते हैं। मन भी काम नहीं करता। तब वे इंद्रियों पर काबू पा लेते हैं जैसे श्री कृष्ण ने कहा है।

उन्होंने और कहा है कि सबके प्रति सम भाव होना चाहिये। सभी का मतलब है कि मानव सहित सभी जीव-जंतु एक ही है।अलग अलग नहीं। ऐसा भाव होना चाहिए।

श्री कृष्ण जी ने और कहा है कि सभी प्राणियों की भलाई करने में रुचि होनी चाहिए। इसका अर्थ है कि सभी प्रकार के जानवरों, पक्षियों और जल चरों की हिंसा करना नहीं चाहिए, हत्या करना नहीं चाहिए रक्षा करने को कहा था।

ऐसे ही जो जीवन बिता रहे हैं, जो मानव के इंद्रियों को दिखाई नहीं देता है, मानव के लिए अकल्पनीय है, निराकार है, अचल है, शाश्वत है यानी हमेशा मौजूद रहता है, सर्वव्यापी है यानी सारे सृष्टि में व्याप्त है, लेकिन अक्षर परब्र्ह्म यानी अविनाशी, अदृश्य, सर्वोच्च भगवान अर्थात आत्मा का जो ध्यान करेंगे वे मुझे ही पायेंगे। ऐसा भगवान श्री कृष्ण ने कहा था।

हमें यहाँ यह जानने की आवश्यकता है कि ईश्वर को अर्थात सत्य को प्राप्त करना कोई आसान, सरल विषय नहीं है। लेकिन ध्यान करने से यह संभव है। ऐसे लोग सभी दुःखों से हमेशा के लिए मुक्त हो सकते हैं। इसीलिए पत्री जी ने कहा है कि सत्याराधना करना चाहिए।

ऐसे ही सत्य साईं बाबा ने पंचशीलों की शिक्षा दी। वे हैं सत्य, धर्म, अहिंसा, प्रेम और शांति। यानी उन्होंने सबसे पहले सत्य के बारे में कहा है।

उस सत्य को हिंदू धर्म में परमात्मा, परब्र्ह्म, भगवान, सृष्टिकर्ता,

विश्वात्मा, परमेश्वर, ललिता देवी, आदिशक्ति जैसे विभिन्न नामों से पुकारा जाता है। मुसलमान अल्लाह कहते हैं। ईसाई पिता कहते हैं।

पत्री जी ने भी ऐसे सत्य का आश्रय लेने और सत्य की आराधना करने को कहा। उन्होंने कहा है कि 18 आदर्श सूत्रों में से 14 वां सूत्र है "मूर्ति पूजा नहीं करना, सत्याराधना ही करना चाहिए"। और ऐसे सत्य को कौन समझ सकते हैं? जो सत्य का आश्रय लेते हैं वे समझ सकते हैं, परन्तु जो सत्य का आश्रय नहीं लेते, वे नहीं समझते।

वेदों में कहा गया है 'सत्यमेव जयते'। इसका मतलब है कि सत्य की जीत होती है इसका मतलब है कि यदि आप सत्य की शरण लेते हैं और सत्य में रहते हैं, तो आप जीवन में सभी विषयों में जीत हासिल करेंगे। और जो जीवन में सफल होता है अर्थात दुःखोँ से शाश्वत मुक्त हो जाता है! मानो वे जीत गए हैं। इसे ही बुजुर्गों ने 'मोक्ष' कहा है। यह मोक्ष सत्य का आश्रय लेने से आता है।

सृष्टि में पेडों की जाति, कीड़ों की जाति, सांपों की जाति, पक्षियों की जाति, जानवरों की जाति, मानव जाति, सूर्य, चंद्रमा, नवग्रहों ऐसे कई हैं। और क्या इनमें से किसी में आत्मा या सत्य के लक्षण हैं? यह निश्चित रूप से कहा जा सकता है किसी में भी नहीं है। इसका अर्थ यह है कि इस सृष्टि में जिसकी सृष्टि किया गया है वह सत्य नहीं है। क्योंकि जो कुछ भी सृष्टि किया गया है वे सब अदृश्य हो जाते है और नाश हो जाते हैं। अतः जो सृष्टि नहीं किया गया वही सत्य है, जो नाश नहीं होगा वही सत्य है, वही ईश्वर है, वही परब्र्म्ह है, उन्हीं को आत्मा कहते हैं।

पत्रीजी ने एक बार कहा था कि हर एक को नारायण बनना चाहिए। ऐसे लोगों को ही देवी लक्ष्मी की कृपा मिलेगा, यानी उन्हें भोग मिलेगा, यानी वे सुख से जीवन बिताएंगे। और उन्होंने कहा कि अगर नारायण बनना चाहते हो तो आत्मा यानि सत्य का आश्रय लेना चाहिए यानि ध्यान करना होगा।

सत्य अर्थात दैव के लक्षण

1. सर्वव्यापी - वह जो समस्त सृष्टि में व्याप्त है।

2.जिसका विशेष स्थान नहीं है - जो एक स्थान में नहीं रहता है।

3.सर्वान्तर्यामि - जो सभी प्राणियों में अंतर्यामी जैसे है।

4.निराकार - जिसका कोई आकार नहीं है।

5.अव्यक्त - जो अभिव्यक्त नहीं होगा, जो दिखाई नहीं देता।

6.नामरहित - जिसका कोई नाम नहीं है।

7. रूप रहित - जिसका कोई रूप नहीं है।

8. अशरीर - जो अशरीर है, जो बिना हाथ-एड़ी वाला है, जिसके पास कोई वस्त्र या आभूषण न हो।

9. श्रवणहीन - जिसके कान नहीं है, जिसके आंख नहीं है, जिसका कोई गोत्र नहीं है।

10. स्वयं सिद्ध- जिसका बचपन, युवावस्था, बुढ़ापा से संबंध नहीं है।

11. जिसका दर्शन कर नहीं सकते - भौतिक आंखों से देख नहीं सकते ।

12. इंद्रियातीत - जो इंद्रियों से अतीत है। मानव के इंद्रियों से नहीं जाना जा सकता। अर्थात ज्ञानेंद्रियों से, कर्मेंद्रियों से अंततः मन से भी नहीं जान सकते।

13. अप्रमेय - जो उपमानों से नहीं बता सकते।

14. निर्गुण - जिसका कोई गुण न हो।

15. वर्णहीन - जिसका कोई जाति गोत्र न हो। लिंग, वचन, विभक्ति रहित है।

16. निर्मल- जो निर्मल है, जो मलिन नहीं है।

17. अव्यय - जिसका क्षय न हो, जिसका नाश न हो।

18. अविनाशी - जिसका नाश न हो।

19. जिसका जन्म मृत्यु न हो - जिसका आरंभ, अंत न हो। जिसका किसी ने सृष्टि नहीं किया, कोई अंत नहीं कर सकता।

20. अनंत - जिसका आदि, अंत न हो।

21. अपर्मित - जिसका कोई परिमाण नहीं।

22. षड्र्मरहित - अर्थात 1.जन्म और मृत्यु शरीर के धर्म हैं। 2. भूख और प्यास प्राण धर्म है। 3. शोक और मोह मनो धर्म है। ये सभी नहीं होने वाला।

23. जो राग द्वेष रहित है - जो अनुराग द्वेष रहित है। जिसका न कोई शत्रु न कोई मित्र हो। अर्थात पूजा करने वालों को एक तरह से देखना, पूजा नहीं करने वालों को अलग तरह से नहीं देखेंगे।

24. जगन्नाटक सूत्रधारी - इस जगत नामक नाटक का सूत्रधारी। वे ही निर्माता, निर्देशक हैं ।

25. निश्चल - निश्चलता से चमकने वाला।

26. साक्षी - जो सभी का साक्षी है। किसी के भी विषय में दखल नहीं देता।

27. परिपूर्ण - जो परिपूर्णता से भरा हुआ है।

28. कालातीत - जो काल का अतीत है।

29. अखंड - जो खंडों में नहीं है, अर्थात जो अखंड है, जो एक ही है।

30. अक्षर - जो नाशवान नहीं है।

31. स्वयं प्रकाश - किसी की सहायता से उज्जवल नहीं होता, वह स्वयं ही प्रकाशवान है।

32. जिसका कोई इच्छा नहीं - जिसकी कोई इच्छाएं नहीं है।

33. क्रिया हीन - जो कर्मों को नहीं करता।

34. निष्क्रिय - जो कर्मों को नहीं करता।

35. उपाधिहीन - जिसके पास कोई उपचार नहीं होते।

36. अकल्पित - आकार का निर्माण नहीं कर सकते, सृष्टि भी नहीं कर सकते।

37. स्वयंभू - किसी से भी सृष्टि नहीं की जा सकती, वह स्वयं स्थित है, जिसका कोई भी प्राण प्रतिष्ठ नहीं कर सकता।

38. आदि मध्यांतर रहित - अर्थात प्रारंभ, मध्य और अंत नहीं होने वाला, अर्थात जो हमेशा रहता है ।

39. जो अणु अणु व्याप्त है - कोई भी स्थान उनके बिना नहीं है। इसलिए

उनका आवाहन, विसर्जनायें नहीं कर सकते ।

40. जिसका सकल चराचर रूप है - इस सृष्टि में चर अर्थात हिलने वाले - जैसे कीड़े, पक्षी, जानवर, मनुष्य, वैसे ही अचर अर्थात नहीं हिलने वाले जैसे वृक्ष, खनिज रूप वाले। अर्थात सब मे, हर जगह व्याप्त रहने वाला।

41. अभोक्ता - जो भोग में रहता है पर भोग नहीं करता। वह देखता है लेकिन देखने जैसे नहीं दिखता ।

42. पक्षपात रहित - किसी का पक्ष न लेने वाला। अर्थात किसी के प्रति पक्षपात नहीं होता। मतलब एक को कम जैसे दूसरे को ज्यादा जैसे नहीं देखना।

43. जो अद्वैत है - जो द्वैत नहीं है, दो जैसे नहीं होने वाला, जो एक ही है।

44. वह जो नित्य है - जो नित्य वाला है।

45. वह जो शाश्वत है - जो शाश्वत है अर्थात जो हमेशा के लिए है।

46. वह जो सत्य है - वह जो नहीं बदलता, युग बदलने पर भी जो नहीं बदलता।

47. वह जो चैतन्य स्वरूप है - जो समस्त जीव राशी को चैतन्य प्रदान करने वाला, अर्थात हिलना, काम करने की शक्ति देने वाला।

48. वह जो आनंद स्वरूप है - हमेशा आनंद में रहने वाला। अर्थात आनंद ही उनका स्वरूप है।

49. वह जो सच्चिदानंद स्वस्रूप है - अर्थात (सत् - चित् - आनंद)

सत् अर्थात सत्य स्वरूप

चित् अर्थात चैतन्य स्वरूप

आनंद अर्थात आनंद स्वरूप

50. वह जो नाश रहित है - वह जो नाश नहीं होने वाला, अविनाशी।

51. वह जो मायातीत है - जो माया के अधीन नहीं है।

52. चिद्रूप - उनका महान रूप है।

53. वह जो सनातन है - जिसका आदि, आरंभ नहीं है, अनादि रूप वाला।

54. वह जो अनंत शक्ति स्वरूप वाला है - उसके पास अवर्णनीय शक्ति है।

इसीलिए आत्महीन शरीर अर्थात शव से कोई काम नहीं करवाया जा सकता, लेकिन आत्मा शरीर से काम करवा सकता है। इतना ही नहीं सृष्टि में 84 लाख जीव राशि भी आत्मा से ही हिलते हैं। इसलिए कहा जाता है कि आत्मा अनंत शक्तिवान है।

55. तुरियातीत अवस्था - जो तुरियम से भी अतीत हैं।

1. जागृत : शरीर, इंद्रियां काम करते हैं।
2. स्वप्नः सिर्फ मन काम करता है।
3. सुषुप्ति : मन काम नहीं करता।
4. तुरियम : मन नहीं रहता अर्थात शून्य हो जाता है।
5. तुरियातीत : कुछ भी नहीं रहेगा, महाशून्य।

56. परात्पर : जो परम से अधिक परम है।

57. विश्वरूप : संपूर्ण ब्र्ह्मांड उनका ही रूप है।

58. विश्वात्मा : आत्मा संपूर्ण ब्र्ह्मांड में व्याप्त है।

59. मूलात्मा : आत्मा जो सभी आत्माओं का मूल है।

60. परमात्मा : सबसे अधिक महान है।

61. परब्र्ह्मा : सभी का पिता है ।

62. सृष्टि कर्ता : सकल चराचर सृष्टि का सृष्टि करने वाला।

एक तरह से कहना हो तो सत्य अर्थात भगवान के बारे में कोई वर्णन नहीं कर सकता, कह नहीं सकता, जान नहीं सकते, वे सभी से अतीत हैं। भगवान उतने ही महान हैं।

इसलिए जो कोई सत्य का आश्रय लेता है! वे शक्तिशाली बन जाते हैं। अगर शक्तिशाली बनेंगे तो क्या होगा? अर्थात वे एक रमण महर्षि, स्वामी विवेकानंद, वीरा ब्र्ह्मेंद्र स्वामी, शिर्डी साईं बाबा, पत्रीजी के जैसे बन जाते हैं। युग युगों से ऐसे कई लोग बने हैं। उन सब ने बहुत शक्ति पाया है। शक्तिशाली बन गए।

अब हम जानेंगे कि ऐसी शक्ति पाने वालों का व्यवहार कैसा होता है।

1. किसी भी परिस्थिति में झूठ नहीं बोलते हैं।

2. सृष्टि के विरूद्ध काम नहीं करते हैं।

3. किसी का भी आलोचना नहीं करते, ईर्ष्या भी नहीं दिखाते हैं ।

4. जो नहीं है उसका दिखावट नहीं करते हैं, आशा भी नहीं करते हैं।

5. वर्तमान में जीते हैं।

6. साक्षी के समान व्यवहार करते हैं।

7. त्रिकरण शुद्धि से जीवन बिताते हैं।

8. किसी की भी हिंसा नहीं करते हैं । चींटियों, मच्छरों, तिलचट्टों आदि को नहीं मारते।

9. किसी से भी नफरत नहीं करेंगे, सबसे प्यार करेंगे।

10. कोई इच्छा नहीं होती, सभी को सब कुछ बांटते रहते हैं।

11. किसी के पैरों पर नहीं गिरते।

12. रागद्वेश नहीं होता।

13. द्वंदों में अर्थात मान अपमान में, निंदा स्तुति में, हार जीत में, सुख दुःख में, शोक मोह में, जनन मरण में समस्तिति से रह सकते हैं ।

14. धार्मिकता से जीते हैं।

15. ज्ञान को पाना ही नहीं, सभी को ज्ञानवान बनाने का प्रयत्न करते हैं।

16. सत्य में जीते हैं।

17. आत्मकर्म, आत्म की सेवाएं करते हैं।

18. पूर्ण आत्म बन जाते हैं, सत्यलोक पहुंचते हैं।

सत्य का आश्रय लेंगे तो

आइए हम जानेंगे कि सत्य का आश्रय लेने वाले अर्थात 'श्वास पर ध्यान' रखकर ध्यान करने वालों का व्यवहार कैसे बदलता है।

1. सत्य का आश्रय लेने वाले सभी प्राणियों पर दया, करुणा दिखाते हैं, उनकी रक्षा करते हैं।
2. सत्य का आश्रय लेने वाले सभी का भला करते हैं।
3. सत्य का आश्रय लेने वाले किसी से दुश्मनी नहीं करते, कारुण्य का प्रदर्शन करते हैं।
4. सत्य का आश्रय लेने वाले सभी से मित्रता रखते हैं।
5. सत्य का आश्रय लेने वाले अरिशढवर्गो को अर्थात कामम अर्थात इच्छाएं, क्रोध अर्थात गुस्सा, लोभ अर्थात कंजूस, मोह अर्थात ज्यादा मोह , मद अर्थात गर्व, मात्सर्य अर्थात असूया को काबू में रखता है।
6. सत्य का आश्रय लेने वाले सब को आदर्शप्राय बन जाते हैं।
7. सत्य का आश्रय लेने वालों की बुद्धि का विकास होता है।
8. सत्य का आश्रय लेने वालों का ज्ञान उदय होता है।
9. सत्य का आश्रय लेने वाले यह जानते हैं कि सब एक है। वे सब को, सभी से प्यार करते हैं।
10. सत्य से रहना ही राजयोग है। सब योगों में राजयोग ही महान है।

इसलिए सत्य का आश्रय लेने वालों में इतने तरह के बदलाव और लाभ मिलते हैं। लेकिन असत्य में रहना, असत्य का आचरण करना, आराधना करने से इस तरह के बदलाव नहीं आते।

सत्य की महानता

वेदों में 'सत्यम वद - धर्मं चर' कहा गया है। अर्थात सत्य को बोलना और धर्म का आचरण करना चाहिए।

क्योंकि मानव दो तरह के कर्म करता है।

1.बोलने से 2.हाथों से।

मानव से किए गए कर्म मानवों को नष्ट नहीं पहुंचाना हो तो सत्य ही बोलना चाहिए, सब कुछ सत्य ही बोलना चाहिए। लेकिन असत्य का आश्रय लेने वाले सत्य नहीं बोल सकते।

वैसे ही हाथों से किए गए कर्म धर्म पूर्वक होना चाहिए। अर्थात धर्म युक्त काम ही करना चाहिए।

इतना ही नहीं 'सत्यमेव जयते' भी कहा गया है।

अर्थात सत्य की ही जीत होगी। अर्थात हमें यह जानना चाहिए कि हर विषय में सत्य की ही जीत होती है। इसलिए हमें जानना चाहिए कि जो सत्य ही नहीं उसके कारणअर्थात असत्य से हम हार गए हैं।

इसलिए सत्य को जानना चाहिए, सत्य का आश्रय लेना चाहिए, सत्य ही बोलना चाहिए, सत्य में ही जीना चाहिए।

वेदों में इसे 'तत्वमसि' कहा गया है।

तत् अर्थात वह अर्थात सत्य अर्थात भगवान। मसि अर्थात वही हो। अर्थात 'वह तुम ही हो'। इसका अर्थ है कि सत्य ही तुम हो।

जब तक किसी को सत्य की जानकारी नहीं होती तब तक कुछ भी जान नहीं सकते। सब संदेह ही होते हैं! सब संशय ही होते हैं! वैसे ही सत्य को जब तक नहीं जान सकते तब तक कुछ भी समझ में नहीं आता, सब भ्रमित गड़बड़ लगता है। वैसे ही जब तक सत्य को नहीं जानते तब तक कुछ भी मालूम नहीं होता, सब अगम्य गोचर होता है।

इतना ही नहीं जो सत्य का आश्रय लेते हैं उन्हीं को शांति,आनंद मिलेगा।

जो सत्य का आश्रय नहीं लेते उन्हें अशांति, दुःख मिलेगा।

इसके अलावा पत्री जी ने कहा है कि सत्य में जीना ही आध्यात्मिकता कहा जाता है। असत्य में जीना ही अनाध्यात्मिकता कहा जाता है।

उसी प्रकार सत्य का आश्रय लेंगे तो संतुष्ट होंगे नहीं तो असंतुष्ट होंगे।

मानव को यह जानना चाहिए कि सत्य का आश्रय लेने से अतिरिक्त और कोई मार्ग नहीं है। सत्य का आश्रय लेने वाला ध्यान मार्ग ही 'श्वास पर ध्यान' है।

देखिए हम उस दुनिया को लेंगे जिसे हम आंखों से देखते हैं। उसमें क्या शाश्वत रहेगा? क्या परिवर्तन के बिना रहेगा? हमेशा क्या रहेगा? अर्थात कुछ नहीं रहेगा।

गौर से देखे तो वृक्ष जाति, कीट जाति, मत्स्य जाति, पक्षी जाति, पशु जाति, मानव जाति सभी पैदा होते हैं, बढ़ते हैं, अर्थात बदलते रहते हैं, आखिर में अंत हो जाते हैं। चाहे किसी को लेने पर भी यही होगा। इसीलिए हर प्राणी के शरीर में छे तरह के विकार होते हैं।

वे यह है:

1.पैदा होता है। 2.रहेगा। 3.बढ़ेगा। 4.परिवर्तन होगा। 5.क्षीण होगा। 6.नाश होगा।

अर्थात कुछ भी शाश्वत नहीं है, जान सकते हैं कि हमेशा कुछ भी नहीं रहेगा। इसका मतलब है कि कुछ भी सत्य नहीं है।

समय बदलते ही सब कुछ बदल जाता है। संसार में बदलाव स्वाभाविक है। बदलाव के बिना कुछ भी नहीं रहता। हम सदियों से देख रहे हैं। यह हम जान सकते हैं कि सारे राज्य चले गए, सभी राजा चले गए, कई लोग चले गए। कई उद् भव हुए और अदृश्य हो गए, अर्थात कुछ भी शाश्वत नहीं है। सत्य नही है।

अंततः, सृष्टि समाप्त होने पर हमारी आँखों से दिखाई देने वाले सूर्य, चंद्रमा, तारे, ग्रह और ग्रह मंडलों का नाश हो जाता है। इसके अलावा, यहां

तक कि हम जिनको महान समझते हैं उन देवताओं का भी आयु होती है। इसका मतलब है कि आयु के अंत होते ही वे अदृश्य हो जाते हैं। अर्थात यह ज्ञात होता है कि शाश्वत नहीं है। अर्थात यह जानना है कि 'एक ईश्वर अर्थात परमात्मा अर्थात परब्र्म अर्थात आत्मा के अलावा सब कुछ अदृश्य हो जाता है'। भगवद गीता में भगवान कृष्ण ने यही विषय को बताया है।

श्लोकः सहस्रयुगपर्यन्तमहर्यद्ब्र्मणो विदुः।

रात्रिं युगसहस्रान्तां तेऽहोरात्रविदो जनाः ।। (भ.गी.8-17)

ताः जो ब्र्मा का एक दिन है, उसको एक हज़ार युग तक की अवधि वाला और रात्रि को भी एक हज़ार युग तक की अवधि वाला जो लोग इस तत्त्व को जानते हैं, वे योगीजन काल के तत्त्व को जानने वाले हैं ।

श्री विद्या प्रकाशनंदगिरी स्वामी जी ने भगवद्गीता में बताए गए इस श्लोक के द्वारा ब्र्मा के आयु का विवरण नीचे दिया है।

1)	कलियुग	-	4,32,000
2)	द्वापरयुग (कलियुग के दो गुणा)	-	8,64,000
3)	त्रेता युग (कलियुग के तीन गुणा)	-	12,96,000
4)	सत्य युग (कलियुग के चार गुणा)	-	17,28,000
	कुल	-	43,20,000

इस पूरे कुल 43,20,000 सालों को एक महायुग कहते हैं।

ऐसे हजार महायुगों को ब्र्मदेव का एक दिन मानते हैं। और एक हजार महायुगों को ब्र्मदेव का एक रात मानते हैं।

अर्थात 43,20,000 × 1000 = 432,00,00,000 सालों को ब्र्म के दिन मानते हैं।

43,20,000×1000=432,00,00,000 सालों को ब्र्म के रात मानते हैं।

पूरा कुल 864,00,00,000 सालों को ब्र्मदेव का एक दिन मानते हैं।

ऐसे 360 दिनों को ब्र्मदेव का एक साल मानते हैं। ऐसे 100 साल ब्र्मदेव

का आयु है।

इससे यह ज्ञात होता है कि ब्र्म्मा की भी आयु होती है।हमें यह जानना चाहिए कि ब्र्म्म भी शाश्वत नहीं है।

लेकिन यह जानना चाहिए कि जिस परब्र्म्म को किसी ने सृष्टि नहीं किया वही शाश्वत, अविनाशी और जिस का अंत नहीं है।

इससे यह जाना जा सकता है कि कुछ भी शाश्वत नहीं है, केवल आत्मा ही शाश्वत है। इसलिए यह जानना चाहिए कि 'आत्मा ही सत्य' है। इसलिए पत्रीजी कहते हैं कि सत्य आत्मा का ही आश्रय लेना चाहिए। और वो सत्य अर्थात आत्मा का आश्रय लेने का मार्ग क्या है? वही 'सांसों पर ध्यान रखना ही ध्यान' है।जो इस ध्यान को करके सत्य का आश्रय लेते हैं! उनका जीवन धन्य, उनसे अधिक भाग्यशाली और कोई नहीं होगा।

इसलिए अब हम भगवद्गीता में युगांत के बारे में, सृष्टि के अंत के बारे में कहे विषयों को जानेंगे।

श्लोः परस्तस्मात्तु भावोऽन्योऽव्यक्तोऽव्यक्तात्सनातनः ।
यः स सर्वेषु भूतेषु नश्यत्सु न विनश्यति ।। (भ.गी. 8-20)

ताःजो अव्यक्त है! सर्वश्रेष्ठ है! इंद्रियों को व्यक्त नहीं होगा! जो प्राचीन है! वह परमात्मा समस्त प्राणियों के नाश होने पर भी, नाश नहीं होगा।

इधर श्री कृष्ण ने कहा है कि समस्त प्राणियों का नाश होना। मतलब सृष्टि के अंत के बारे में बताया है, इतना ही नहीं सारे सृष्टि का अंत होना अर्थात नाश होने पर भी भगवान अर्थात आत्मा का नाश नहीं होगा।

और उन्होंनेः

श्लोः अव्यक्ताद्व्यक्तयः सर्वाः प्रभवन्त्यहरागमे ।
रात्र्यागमे प्रलीयन्ते तत्रैवाव्यक्तसंज्ञके ।। (भ.गी.8-18)

ताः ब्र्म्मा देव का दिन प्रारंभ होते समय, भगवान से अर्थात अव्यक्त से समस्त चर, अचर वस्तु पैदा हो रहे हैं। फिर से रात प्रारंभ होते समय वही अव्यक्त में लीन हो रहे हैं।

इसके अनुसार, भगवान का दिन शुरू हुवा तो मतलब, भगवान से सभी

चर, अचर चीजों की सृष्टि किया जा रहा है। साथ ही, भगवान का रात शुरू हुवा तो मतलब, सृष्टि किए गए सभी चीजें भगवान में लीन हो रहे हैं, यानी अंत हो रहे हैं। इसीलिए 'भगवान आंख को बंद करें तो सृष्टि का अंत। आंख खोले तो सृष्टि का आरंभ' कहा जाता है।

उसी को नीचे दिए गए श्लोक में बताया गया है।

श्लोः भूतग्रामः स एवायं भूत्वा भूत्वा प्रलीयते ।
रात्र्यागमेच्चवशः पार्थ प्रभवत्यहरागमे ।। (भ.गी.8-19)

ताः हे अर्जुन, प्राणियों के ये सभी समूह कर्म के आधार पर पैदा होते हैं और ब्र्मा की रात की शुरुआत में नष्ट हो जाते हैं। फिर, ब्र्मदेव के दिन की शुरुआत में सभी प्राणी जन्म ले रहे हैं।

श्लोः सर्वभूतानि कौन्तेय प्रकृतिं यान्ति मामिकाम ।
कल्पक्षये पुनस्तानि कल्पादौ विसृजाम्यहम।। (भ.गी.9-7)

ताः अर्जुन! प्रलय के समय सभी अरबों प्राणी मेरी प्रकृति यानि माया में शामिल हो जायेंगे और वश में रहते हैं। मैं सृष्टि के समय उन्हे फिर से सृष्टि कर रहा हूँ।

इसके अनुसार यह ज्ञात होना चाहिए कि सभी ग्रह और सभी लोक समाप्त हो जायेंगे। हम यह जानते हैं कि आत्मा एक ही है जो शाश्वत है अर्थात एक ही भगवान है। इतना ही नहीं यह जानना चाहिए कि आत्मा ही सत्य है।

सत्य की महानता के बारे में और भी जानेंगे

1.सृष्टि के प्रारंभ में सत्य है। सृष्टि के अंत में सत्य ही रहेगा।

2.इस सारे सृष्टि का मूल सत्य ही है।

3.सत्य ही सबका आधार है।

4.सभी कुछ सत्य के कारण ही अस्तित्व में हैं।

5.सत्य अर्थात हमेशा रहेगा यानी प्रारंभ में, मध्य में, अंत में भी रहेगा।

6.जागृति यानी जागरूक, स्वप्न यानी सपना, सुषुप्ति यांनी गहरी नींद। सत्य इन तीन अवस्थाओं का साक्षी है।

7.अहं यानी मैं ऐसे ज्ञान के लिए सत्य ही आधार है।

8.सत्य ही चिन्मय है यानी आनंद।

9.सत्य ही ज्ञान है यानी ज्ञान का स्वरूप।

10.सत्य ही दुनिया, दुनिया ही सत्य है।

11.सत्य के कारण ही सभी इंद्रियां काम करते हैं।

12.पुरुष, प्रकृति का मिलन स्वरूप भी सत्य ही है।

13.सत्य द्रष्टा है, अर्थात जिसे देखा है, दृश्य नहीं है अर्थात जो नहीं दिखाई देता है।

14.सत्य मन, बुद्धि वगैरा चैतन्य देता है।

15.सत्य रोशनी का स्वरूप है। दुनिया को प्रकाश देता है।

16.सत्य ही सच्चिदानंद स्वरुप है। यानी सत्-चित्-आनंद। सत् यानी जो सत्य है। चित् यानी चैतन्य देने वाला। आनंद यानी आनंद देने वाला।

17.सत्य अखंड है यानी जो टुकड़े नहीं । अव्यय यानी जो दो नहीं है। यही सत्य का रहस्य है।

18.जो सत्य है उसे ही जान सकते हैं, नहीं कह सकते कि ऐसा होता है, सब जगह होने वाला, आदि और अंत नहीं है, महाकांति मय शक्ति है, वही परमात्मा है।

शंकराचार्य जी का आत्मबोध

सत्य के बारे में यानी ब्र्म्म के बारे में शंकराचार्य जी के आत्मबोध द्वारा और थोड़े विषयों को जानेंगे।

- जिसके कांति से सूर्य इत्यादि प्रकाशित हो रहे हैं! जिनको सूर्य इत्यादि प्रकाशित नहीं कर सकते! समस्त जगत सारा जिससे प्रकाशवान होता है! जानिए कि वही ब्र्म्म है।

- जो स्थूल नहीं है - सूक्ष्म नहीं है, लंबा नहीं है - लघु नहीं है, जन्महीन है, परिवर्तनहीन है, निराकार है, गुणहीन है, रंगहीन है, जिसका नाम नहीं है वही ब्र्म्म है, वही सत्य जानना चाहिए।

- यह जान लीजिए कि ब्र्म्म भी सर्वव्यापी है जैसे दूध में मक्खन सर्वव्यापी है।

- ब्र्म्मा के सूत्रों में (1-2) वेदव्यास जी ने विवरण दिया कि, 'जिसके द्वारा इस जगत की सृष्टि , स्थिति और लय होती है वे ही परब्र्म्म हैं'।

- यह जान लीजिए कि जो भीतर और बाहर सभी में भरे हैं, सभी दिशाओं में व्याप्त सच्चिदानंद स्वरूप है, अद्वैत, आदि और अंत से रहित अनंत है, त्रिकालों में विद्यमान है, जो एकत्व में है वे ही ब्र्म्म हैं।

- जिसे देखने पर और कुछ देखने की आवश्यकता नहीं है! जिसे पाने पर फिर से जन्म लेने की जरूरत नहीं! जिसको जानने पर कुछ और जानने की आवश्यकता नहीं है! यह जान लीजिए कि वही ब्र्म्म है।

- जिसे प्राप्त करने पर और कुछ प्राप्त करने की आवश्यकता नहीं है! जिस सुख का अनुभव करने के बाद और सुख प्राप्त करने की जरूरत नहीं! जिस ज्ञान को प्राप्त करने के बाद कुछ और ज्ञान प्राप्त करने की आवश्यकता नहीं है! यह जान लीजिए कि वही ब्र्म्ह है।

- इतना ही नहीं जान लीजिए कि जो नित्य है, शुद्ध है, मुक्त है, एक ही है, अखंड है, आनंद है, अद्वय है, सत्य है, ज्ञान है, अनंत है, वही ब्र्म्ह है।

- जैसे आकाश सर्व व्यापक है! उसी प्रकार परब्र्म्ह सर्वव्यापी है, बाहर तथा भीतर से भरे हैं। जान लें कि वह अविनाशी है, सदैव बिना किसी बदलाव के रहने वाला, सभी में सम दृष्टि है, परिशुद्ध है, किसी से भी बंधुत्व न होने वाला, किसी अशुद्धता के बिना स्वच्छ है, अचल भी नहीं, दुःख, मोह, ईर्ष्या, भय आदि जिसे किसी भी तरह के बुरे लक्षण नहीं है।

- जैसे सूर्य को प्रकाश से, पानी को ठंडापन, अग्नि को गर्मी जैंसे स्वभाव है! जान लीजिए कि उसी तरह परब्रम्ह का स्वभाव सच्चिदानंद है, शाश्वत है, निर्मल स्वभाव के हैं।

- जान लें कि जो सभी का आधार है, सृष्टि का जो मूल कारण परब्र्म्ह है उन्ही में संसार पानी के बुलबुले की तरह पैदा होते हैं...बढ़ते हैं...नाश होते हैं।

इस तरह श्री आदि शंकराचार्य जी ने सत्य के बारे में यानी परब्र्म्ह की महानता के बारे में विवरण दिया है।

उपनिषदों में सत्य के बारे में दिए गए वाक्य

1. 'सत्यम ज्ञान अनंतम ब्र्म्म'

ताः सत्य, अनंत ज्ञान ही ब्र्म्म है।

2. 'यो वेद विहितम गुहायाम'

ताःहर व्यक्ति के दिल की गुफा में छिपा हुआ आत्मा ही सत्य है।

3. 'अणो रणीयान महितो महियान
आत्मा गुहायान रिहीतोस्य जन्तो'

ताःसत्य अणु से भी अणु है, महान से भी महान है।

4. 'सदेन सोम्ये दमग्र आसीत'

ताः आदि में सत् पदार्थ ही है।

5. 'एकमेव अद्वितीयं ब्र्म्म'

ताः ब्र्म्म एक ही है। दूसरा नहीं है।

6. 'सर्वम खल्विदं ब्र्म्म'

ताः सब कुछ ब्र्म्म है।

7. 'ब्र्म्म विद्ये ब्र्म्मेव भवति'

ताः जो ब्र्म्म को जान रहा है ब्र्म्म ही हो जाता है।

8. 'अरूप मस्पर्श मशब्द मव्ययं'

ताःजिसका रूप नहीं है, स्पर्श नहीं है , आवाज़ नहीं है।

9. 'आहादिमत् परंब्र्म्म नसत्तन्ना प्रदुच्यते'

ताःवहां है,नहीं है, यह कहना संभव नहीं है।

10. 'सो हम ब्र्म्म'

ताःमैं वह ब्र्म्म हूं।

11. 'तमेवाह'

ताः तुम ही मैं हूं यानी मैं ही ब्र्म्म हूं।

12. 'अहम ब्र्म्मास्मि'

ताः मैं ही ब्र्म्म हूं।

भगवत गीता में

13.श्लोः **न जायते म्रियते वा कदाचित**
नाये भूत्वा भविता वा न भूयः।
अजो नित्य शाश्वतो यं पुराणो
न हन्य ते हन्य माने शरीरे।। **(भ.गी.2-20)**

ताः यह आत्मा यानी ब्र्म्म यानी सत्य कभी भी जन्म नहीं लेता है, कभी मरता नहीं। जन्म लेकर फिर नया जैसे नहीं रहता। कारण यह है कि इसका जन्म नहीं है, नित्य है, सनातन है, प्राचीन है। शरीर को मार डालने पर भी, आत्मा को नहीं मारा जा सकता।

ऐसे सत्य यानि आत्मा को, ज्ञाननेत्र यानि जिन्होंने आत्मा ज्ञान प्राप्त किया है वे ही जान सकते हैं।

ध्यान की विधि - सांस पर ध्यान

जिस किसी को जो कोई आरामदायक आसान हो उसमें आराम से बैठकर... दोनों हाथों को जोड़कर... दोनों आंखों को बंद करके... प्राकृतिक रूप से होने वाला सांस लेना और छोड़ने की प्रक्रिया का अवलोकन करना चाहिए!

बीच-बीच में अनेकानेक सोच मन में आते हैं उन्हें वहीं के वहीं कटौती करके... फिर से बार-बार सांस पर ही ध्यान ले जाते रहना चाहिए... धीरे-धीरे निर्विचार की स्थिति मिलती है.... चित्त वृत्तों का निरोध होगा... मन निर्विषय, शून्य हो जाएगा। मन को शांति मिलेगा। यही ध्यान की अवस्था है।

इस निर्विचार अवस्था में होने वाले अनेकानेक शारीरिक, नाड़ी मंडल, आत्मा अनुभवों का अवलोकन करना चाहिए। इस स्थिति में ब्र्म्मांडीय प्राण शक्ति अत्यधिक मात्रा से शरीर में प्रवेश करके नाड़ी मंडल को शुद्ध करता है। उस ऊर्जा के कारण बीमारियां कम हो जाते हैं। नाड़ी मंडल शुद्ध होने के कारण कर्मों का नाश होते हैं।

हर दिन अपने उम्र के हिसाब से... जितना उम्र हो कम से कम उतने मिनट... जरूर... दिन में दो बार... ध्यान करना चाहिए।

ज्ञान नेत्र

जिन को ज्ञान नेत्र प्राप्त हुई है, उन्होंने मन, बुद्धि, चित, अहंकार जो चार तरीकों से काम करने वाले मन को आत्मा में लीन करते हैं।

एक तरह से कहना पड़े तो उन्होंने मन को शून्य कर दिया। यानी 'सांस पर ध्यान' रखकर ध्यान करने वाले ही ज्ञान नेत्र को प्राप्त कर सकते हैं।उन्हीं को आत्मज्ञानी कहते हैं।

इसलिए आत्मज्ञान पाने पर ही मानव जीवन संपूर्ण होता है। इतना ही नहीं 100 साल जीवित रहने पर संपूर्ण मानव नहीं बन सकता है।

पत्री जी ने और कहा है कि कितने जन्म उठाने पर भी सभी असत्य में ही जी रहे हैं उस तरह कितने जन्म लोगे। उन्होंने कहा है कि कोई भी सत्य में जीने पर ही मोक्ष मिलता है।

इतना ही नहीं सत्य को जानना, पत्री जी ने कहा है कि सत्य में जीना ही उन्नत जन्म है।

इसलिए सत्य यानी आत्मा का आश्रय लेंगे। 'सांस पर ध्यान' मार्ग को पत्री जी ने हम सबको दिया।

पत्री जी ने और कहा है कि श्री कृष्ण ने 4 साल की उम्र में ध्यान सीखा है, श्री राम ने 10 साल के उम्र में ध्यान सीखा है, अंजनैया स्वामी ने 2 साल के उम्र में ध्यान सीखा है।

इसलिए हम भी सत्य का आश्रय लेंगे यानी 'सांस पर ध्यान' रखकर ध्यान करेंगे, सत्य को जानेंगे, सत्य में जिएंगे।

सत्य में जीने का क्या मतलब है? मैं आत्मा हूं। आत्मा की तरह जीना चाहिए।

इतना ही नहीं सत्य के बारे में और जानेंगे।

1. सत्य मतलब क्या है? जो नित्य है, जो शाश्वत है, जिसका नाश नहीं होता, हमेशा रहने वाला, बदलता नहीं, काल बदलने पर भी, युग बदलने पर भी, जो बदलता नहीं वही सत्य है।

अर्थात जन्म नहीं लेता, बढ़ता नहीं, बदलता नहीं, क्षय नहीं होता यानी नाश नहीं होता, घटता नहीं।

वही 'आत्मा' यानी 'भगवान'।

2. सत्य ग्रंधों में नहीं मिलता। सत्य को जानने के लिए शव दृष्टि छोड़ना चाहिए, शिव दृष्टि को आदत में लाना चाहिए। अर्थात 'देह दृष्टि छोड़ना चाहिए', 'आत्म की दृष्टि आदत में लाना चाहिए।'

3. सत्य की यात्रा तलवा से प्रारंभ होकर सर के ऊपरी भाग पर समाप्त होता है।

4. सत्य की महानता। **"THERE IS NO RELIGION HIGHER THAN TRUTH"**. 'सत्य के अतिरिक्त कोई महान धर्म नहीं है'।

5. सत्य का अनुभव आने पर!

सभी, सब एक ही है यानी 'सब मैं ही हूं - मैं ही सब हूं' इस तरह जीवन व्यतीत करना ही सत्य का अनुभव में लाना।

6.सफलता और असफलता को समान रूप से लेना ही सत्य में जीवन व्यतीत करना ! क्योंकि 'सत्य को भी हथौड़े के मार पड़ते हैं।'

इसका अर्थ यह है कि जो सत्य की शरण लेते हैं, जो सत्य के मार्ग पर चलते हैं, और जो सत्य में रहते हैं उन्हें कठिनाइयां अपरिहार्य हैं।

सत्य को प्राप्त करने पर

जब तक उसे सत्य की प्राप्ति नहीं हो जाती, वह नास्तिक है भले ही वह आस्तिक प्रतीत हो।

सत्य को पाकर जो नास्तिक प्रतीत होता है, वह आस्तिक ही है।

सज्जन सांगत्य में! सत्य प्रेमियों के सांगत्य में सूखी रोटी के टुकड़े को खाना भी पड़े तो, सूखी रोटी भी खीर के समान है। जान लीजिए कि यह मधुर पदार्थों से लाख गुणा अधिक है।

सत्य यानी भगवान यानी आत्मा का आश्रय लिए बिना, असत्य का आश्रय लेना यानी तस्वीरों को, मूर्तियों को, पेड़ों को, पक्षियों को, जानवरों को, मानवों को, संगीत को इनमें से किसी का भी आश्रय लेने से भगवान की शक्तियां या उनके लक्षण नहीं आते।

जैसे अग्नि का आश्रय लिए बिना अग्नि के तस्वीर का आश्रय से गर्मी नहीं आएगी, ठंड नहीं जाएगा।

इसीलिए ज्ञानियों के साथ रहने पर भी ज्ञान थोड़ा भी नहीं चिपकता। अगर उन ज्ञानीयों से कहे गए सत्य का आश्रय लेंगे तो, आप भी ज्ञानी बनेंगे।

सत्य में जीने वाले सुखों को, असत्य में जीने वाले दुःखों को प्राप्त करते हैं।

कुछ लोग हमेशा पूजायें, व्रत, जप करते रहते हैं। अच्छे कर्म तो करते हैं परन्तु सत्य को जानते नहीं। ऐसे लोग अज्ञानी है। माँ बनना कोई महानता नहीं है। लेकिन सत्य माँ की तरह जीना ही महानता है।

आत्मा विचारना (सत्य विचारना)

नेति... नेति...अर्थात ये नहीं... ये नहीं...करते जाना चाहिए। तब जानना चाहिए कि जिसे हटाया नहीं जा सकता वही आत्मा है।

अर्थात आत्मा क्या है! अनात्मा क्या है! यह जानना चाहिए। जैसे घास को जड़ों से अलग किया जाता है, वैसे ही आत्मा को पंचकोशों से अलग किया जाना चाहिए। इस प्रकार आपको स्व-प्रकाश चैतन्य में एकत्व होना होगा। और बाकी सब तुम्हारी वैभव ही होगी।

नित्य वस्तु सत्य है, वही आत्मा है। आत्मा के लिए अन्य सभी माया रूप है। वही अनात्मा है।इस तरह पहचानना ही ‘आत्मनात्मा का विवेक ज्ञान‘ कहा जाता है। यहां दो विषयों पर हमें अच्छी तरह जांच करने की जरूरत है। पहला ये जगत जिसे हम देखते हैं। दूसरा उस को एहसास करने वाले हम।

दृश्यमान जगत का किसी भी प्रकार का अस्तित्व नहीं है। यह देखने वाले के मन से अलग नहीं है। पारमार्थिक सत्य आत्मा ही सत्य है। ऐसे पारमार्थिक स्तर पर संकल्पों की गति न होने के कारण वहां द्वैत संसार को जानने की कोई संभावना नहीं है। सत्य आत्मा दूसरे पर निर्भर नहीं होता ।

आत्मा दूसरे के बिना की स्थिति है, इसलिए वहां द्वैत की कल्पना नहीं की जा सकती। ऐसे अद्वैत ज्ञान को जानने से आत्मा का अनुभव होता है।

‘अन्य विद्याओं का परिज्ञान अशाश्वत है। परंतु ब्र्ह्म के परिज्ञान से ब्र्ह्म को प्राप्त कर रहे हैं।’

आत्मानात्म विवेक

आत्मानात्म विवेक से जान सकते हैं कि आत्मा ही सत्य है, इससे विरूद्ध सब कुछ माया कहा जाता है। वैसे माया रूप ही पंचकोशायें हैं, पंचकोशों से बाहर आने वाला मुक्त पुरूष बनता है।

अनात्मा के मायावी रूप में मायावी लक्षण होने के कारण, भिन्न दृष्टिकोण होते हैं। आत्मा शुरूवात से होने के कारण इसमें भिन्नता की कोई जगह नहीं है। जो व्यक्ति इस सत्य को जांच करके समझ लेता है वह पंचकोशों से मुक्त हो जाता है।

जो दृश्य चीज है, वो दृष्ट से अलग है इसलिए देह दिखता है, जो दृष्टा है वह आत्म होना असंभव है। इसलिए जो शरीर अन्नमयकोश है वो आत्मा नहीं हो सकता।

आत्मा अनंत है इसलिए वो अपरिमित है। देह चलन का कारण होने वाला प्राण, शरीर तक सीमित होने वाला प्राण, अपरिमित आत्मा हो नहीं सकता। इसलिए आत्मा प्राणमयकोश हो नहीं सकता।

जड़ वस्तु चेतन से भिन्न है इसलिए जड़ रूप मन चेतना आत्मा नहीं हो सकता। इसलिए मनोमयकोश आत्मा नहीं हो सकता।

निश्चयात्मक बुद्धि को ही विज्ञानमयकोश कह सकते हैं। लेकिन निश्चित अनिश्चित दोनों को प्रकाश देने वाला आत्मा इन दोनों में कोई एक होना संभव नहीं है। इसलिए आत्मा विज्ञानमयकोश भी नहीं हो सकता।

सुशुप्ति ही आनंदमय कोश है। वह एक अज्ञान आवरण है। अज्ञान है इसको आत्मा ही पहचानता है। यहां पहचानने वाला अज्ञानता से अलग है। इसलिए आत्मा आनंदमयकोश हो नहीं सकता। जो इन पंचकोशों का आधार है, जो पंचकोशों से अलग होकर बाहर रहने वाला 'वही आत्मा है।'

वो आत्म ही सत्तु है। लेकिन इस आत्मा को पहचानने वाला 'चित्तु' ही तुम हो। 'चित्तु' होने वाले तुम कौन हो? सत्तु से चित्तु अलग है क्या?

'सत्त याहि चित्त - चित्त या ह्यहं '

'सत्तु ही चित्तु है, तुम ही वह चित्तु हो' इसे रमण महर्षि उपदेश सार ग्रंथ में बताया है। इसलिए आत्मनात्म का विवेकज्ञान होना, तुम्हें जानना चाहिए कि अनात्म को पंचकोशों से अलग करके देखा जाये तो जो बचा है वही स्वप्रकाश चैतन्य आत्म है वही तुम हो।

क्या कहते हैं सदानंद योगी?

वे कहते हैं कि 'चाह कर प्राप्त नहीं करना चाहिए, बिना चाहत से जो आता है उसे ना नहीं करना चाहिए, अगर आता है तो आने का जश्न नहीं मनाना चाहिए, खो गया पर खोने के लिए दुःखित मत रहो' ।

अर्थात हमको जानना चाहिए कि जो नहीं है उसे चाहना नहीं चाहिए, जो है उसे ना नहीं करना चाहिए, जो आ रहा है उसे देखकर जश्न नहीं मानना चाहिए, जो खो गया उसे देखकर दुःखित नहीं होना चाहिए।

इसका और क्या मतलब है? असत्य को मत माँगो अर्थात शरीर को महत्व नहीं देना चाहिए। मौजूद सत्य को ना नहीं करना चाहिए अर्थात मौजूद आत्मा को महत्व देना चाहिए। क्योंकि तुम्हारा शरीर जो असत्य है, जरूर खो जाएगा। लेकिन जो सत्य आत्मा है वो हमेशा के लिए रहेगा।

इसलिए यह मत सोचो कि क्या आता है और क्या जाता है। बुजुर्ग कहते हैं कि जो है उसके लिए सोचो।

पुनर्जन्म सिद्धांत को जानिए... आत्मा तुम हो शरीर को छोड़ देते हो अर्थात मरते हो, फिर नए शरीर का धारण करते हो अर्थात जन्म लेंगे। इसलिए जहां रोना नहीं चाहिए उसके लिए रोना मूर्खता है। तुम मर गए तो फिर से जन्म लोगे ना ? तुम को कष्ट क्यों है? आत्मा हमेशा होता है। उस सत्य को भूलकर तुम कष्ट उठा रहे हो।

नास्तिकत्व में रहने वाले मरण को सहमत करते हैं लेकिन पुनर्जन्म को सहमत नहीं करते। 1930 में एक छोटी लड़की ने अपने पति के बारे में और उनके बच्चों के बारे में कहा था कि वहां रहते हैं। उसने कहा कि वे किस शहर में है। उस लड़की ने जो कुछ कहा वहां जांच करने पर उस शहर में, उसी जगह में एक वृद्ध और उनके बच्चे थे।इनका नाम शांति देवी है। पत्रीजी ने कहा कि ऐसे अनगिनत शोध हैं।

अभिमन्यु की मृत्यु के बाद दुःखी अर्जुन ने कृष्ण से कहा है कि तुम्हारे जानकारी से ही ये सब कुछ हुआ, मेरा बेटा तुम्हारे वजह से ही मर गया।

इधर अर्जुन ने भी असत्य व्यवहार ही किया। मौजूद सत्य को बगल में रखना ही दुःख का कारण है, सत्य को छोड़कर जीना ही सांसारिकता है, सत्य में प्रवेश करके जीना ही आध्यात्मिकता है। कितने जन्म लेने पर भी कुछ लोग असत्य में ही जी रहे हैं। असत्य से दूर होने के लिए हर एक को 'श्वास पर ध्यान' रखकर ध्यान करना चाहिए।

मनुष्य की मृत्यु होती है लेकिन आत्मा की मृत्यु नहीं होती। हर कोई इसे

भूलता जा रहा है। यह अनाध्यात्मिकता है...

यक्ष प्रश्नों में एक प्रश्न ये है कि... 'दुनिया में सबसे आश्चर्यजनक विषय क्या है?' यक्ष पूछता है। तब धर्मराज कहते हैं, 'हर आदमी सोचता है कि भले ही उसके आस-पास के सभी लोग मरने पर भी, वह नहीं मरेगा। यह एक आश्चर्य की बात है।'

हर किसी को मरना ही है। इस मौलिक सत्य को जिस दिन समझते हैं, उस दिन से आध्यात्मिक साहस और खुशी मिलती है। हर कोई सोचता है कि जो समस्यायें दुनिया में नही है वे सब मुझे प्राप्त हुए। वह महान मूर्खता है, महान असत्य है।

जो लोग सत्य में जीते हैं वे आराम से रहते हैं चाहे उन्हें कितनी भी कठिनाइयों का सामना करना पड़े। जो लोग असत्य में जीने वाले हमेशा दुःखी रहते हैं। आध्यात्मिकता अर्थात सत्य में जीना। सांसारिकता अर्थात सत्य को बगल में रखकर जीना। मृत्यु से ही जन्म संभव है। जिसने जन्म लिया उसे मरना ही होगा, गीता में कहा गया है कि मरने वाला जन्म लेना अपरिहार्य है।

श्लोः जातस्य हि ध्रुवो मृत्युर्ध्रुवं जन्म मृतस्य च ।
तस्मादपरिहार्येऽर्थे न त्वं शोचितु मर्हसि ।। (भ.गीः2-27)

ताः किसी भी प्रकार से देखे तो जिसने जन्म लिया उसकी मृत्यु अपरिहार्य है, जो मर गया उसका जन्म लेना अपरिहार्य है। अनिवार्य रूप से, आपको इस मामले पर शोक नहीं करना चाहिए।

जिसका निवारण उपाय नहीं है, उसके लिए क्यों रो रहे हो? आध्यात्मिकता अर्थात सत्यों को हमेशा याद रखना चाहिए। सब जानते है कि जिसका जन्म हुआ उसकी मृत्यु अपरिहार्य है। लेकिन जिसकी मृत्यु हुई वह फिर से जन्म लेगा यह महान आध्यात्मिक सत्य है। हमें शास्त्रों पर, संतों पर, योगियों पर विश्वास होना चाहिए।

पत्रीजी ने कहा है कि कितने जन्म उठने पर भी सभी असत्य में ही जी रहे हैं। इस तरह कितने जन्म लेंगे। उन्होंने कहा है कि कोई भी सत्य में जीने से ही मोक्ष। इसीलिए उन्होंने कहा, असत्य मूर्तिपूजा मत करो, ध्यान के द्वारा सत्य आत्मा की पूजा करो।"

इतना ही नहीं पत्रीजी ने कहा है कि सत्य को जानना, सत्य में जीने वाला जन्म उन्नत जन्म है।

इसलिए सत्य अर्थात आत्मा का आश्रय लेना। पत्रीजी द्वारा हम सबको दिया गया मार्ग ही 'सांस पर ध्यान' रखकर ध्यान करना।

यह नहीं भूलना चाहिए कि 'सत्य जीवन का विकास अमृत जैसा बन जाता है। असत्य जीवन का विकास जहरीला हो जाता 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 नही ? Rs.120/-
7) भगवान कौन हैं। Rs.120/-
8) कर्म सिद्धांत । Rs.120/-
9) विज्ञान का अर्थ - निहितार्थ Rs.120/-
10) मरने से पहले मरना है। Rs.130/-
11) ब्रह्म ज्ञान।.......................................Rs.100/-
12) यह जीवन क्यों हैं ? Rs.100/-
13) मरने के बाद, साथ में आने वाले विषयों ।.. Rs.80/-
14) भागवत के दृश्यों का अर्थ..................... Rs.80/-
15) दुख निवारण का मार्ग Rs.75/-
16) आर्थिक स्थिति बढ़ाना है तो ? Rs.60/-
17) सत्य Rs.50/-
18) 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

सत्य

1. सृष्टि के आरंभ में जो है वह सत्य ही है। सृष्टि के अंत में जो है वह सत्य ही है।
2. सारे सृष्टि का मूल सत्य ही है।
3. सत्य ही सारे सृष्टि का आधार है।
4. सत्य के कारण ही सब अस्तित्व में है।
5. जागृति यानी जागरूक, स्वप्न यानी सपना, सुषुप्ति यानी गहरी नींद। सत्य इन तीन अवस्थाओं का साक्षी है।
6. अहं अर्थात मैं ऐसे ज्ञान का आधार ही सत्य है।
7. सत्य ही चिन्मयं अर्थात आनंद है।
8. सत्य ही ज्ञान अर्थात ज्ञान स्वरूप है।
9. इन्द्रियों की समस्त कामों का कारण सत्य ही है।
10. पुरुष प्रकृतियों का ऐक्य स्वरूप भी सत्य ही है।
11. सत्य ही दृष्टा अर्थात देखता है।
    इसके अतिरिक्त दृश्य ही नहीं अर्थात दिखता नहीं।
12. सत्य है इसे हम जान सकते हैं, नहीं कह सकते कि किस प्रकार होगा, सर्वव्यापी, आदि, अंत नहीं है, महान कान्तिमय शक्ति, वही परमात्मा है।

Rs.50/-