जून-2015 अलख अंक-06 वर्ष-2015

अलखादेश
मासिक पत्रिका

अगला सत्संग
द्वितीय रविवार
12-7-2015

अगला सत्संग
अंतिम रविवार
26-7-2015

अलख अमर विवेचन प्रत्यक्षालय,

सिद्ध झंडी (माहिलपुर) जिला होशियारपुर, पंजाब।

विषय सूची

1. सम्पादकीय 2
2. प्रवचन ब्रह्मलीन सदगुरू देव स्वामी अलखानंद जी महाराज(गताङ्क से आगे) 3
3. गुरू की सीख (कहानी) 6
4. मृत्यु जीवन का अन्त नहीं (प्रेरक प्रसंग) 7
5. सच्चा सूरमा 8
6. संत वचन 9
7. स्वस्थ जीवन—अम्ल रोग 10
8. ਤਪ ਵੱਡਾ ਕਿ ਗਿਆਨ (ਕਹਾਣੀ) 11
9. सेवा धर्म 12
10. मृत्यु अटल है -कहानी (गताङ्क से आगे) 13
11. Dhammapada *The fragrance of Gautam Buddha* 14
12. ध्यान शिविर सूचना 16
13. सत्संग सूचनाएं 16
14. श्री गुरू पूजा एवं सूचना 16

अलख अमर विवेचन प्रत्यक्षालय
सिद्ध झण्डी, फगवाड़ा रोड, माहिलपुर (होशियारपुर)
पिन-146105
website:-aavpashram.com
Email- aavpmahilpur@gmail.com

सम्पादकीय

प्रिय आत्मन,

एक बार काशी से पढ़कर लौटे किसी विद्वान ने एक किसान को चुनौती दे दी कि मैं सब शास्त्र पढ़ चुका हूं। यदि चाहो तो मेरे से कुछ भी पूछ कर देख लो।

किसान ने कहा, ''तो बताओ, खख्खा खैय्या कैसे है?'' विद्वान तो देखने लगा मुंह क्योंकि यह बात तो उसने कहीं पढ़ी भी न थी सुनी भी नहीं। आखिर उसनने किसान से सात दिन का समय मांगा और चला गया। घर जाकर उसने सबसे वही प्रश्न पूछा पर जबान न मिला।

विद्वान जिसने जीवन में सीखा ही यही हो कि तर्क वितर्क करते रहो पर हार न मानो, उसके लिए यह घड़ी कठिन थी पर अंतत: वह जा पहुंचा किसान के पास और कहने लगा, **''श्रीमान मैं हारा तुम जीते अब तुम ही बताओ कि खख्खा खैय्या कैसे?**

इस पर किसान ने कहा, *''पहले हल हलैया फिर चोग चौगैय्या फिर बीज बजैय्या फिर सील सलैय्या फिर पक पकैय्या, फिर कट कटैय्या फिर छन छनैय्या फिर पीस पसैय्या फिर होवत है खख्खा खैय्या।* समझत या धरी देहुं कान के नीचे। विद्वान बोला, ''यह है किस ग्रंथ से।'' किसान बोला, ''इ है अनुभव के ग्रंथ से। महांपुरूषों ने सच ही कहा है:—

"Experience speaks louder than words"

❑❑❑❑

जी दावा तही आ किता पुर शवी।
चू आज खुद पुरी जा तही में रवि।।

अर्थ:-यदि मन के पात्र को खाली करके सत्संग में आयेगा। तो भरा जाएगा। लेकिन मन पहले ही गैरत से भरा होता है जीसके कारण तूं वहां पहुंच कर भी खाली लौट आता है।

□ ■ □ ■

अलख

श्री सद्गुरू चरण कमलेभ्योनमः

प्रवचन ब्रह्मलीन सद्गुरु देव स्वामी अलखानन्द जी महाराज

गताङ्क से आगे.....

जो नाम सुमिरण में लगता है तो उसका मन कुंठित हो जाता है, सो जाता है, चारा नहीं चलता पांचों प्राण, पाँचों उप प्राण, मन, बुद्धि, पांचों कर्म इन्द्रियां, पांचों ज्ञान इन्द्रियां सब कुछ चीरते हुए, फाड़ते हुए तो नाम का सुमिरण बनता है इस कारण से सब को लपेटे में ले लिया मन फैल नहीं सकता। जब ऐसी गति होती है तो मन का लुप्त होना ही गया, मन का जगत की ओर से सोना हो गया और सच्चे प्रेम में जागना होता जायेगा। अब मन जैसे ही नाम से भरा वैसे ही सारी की सारी काया आनन्द से भरी। फिर दर्शनों का भी आनन्द आता है। बाहर से भी जो दर्शनों का आनन्द पाया गया जो दर्शनों को पकड़ गया जिसने कभी कर लिए हृदय की आंख खुलवा कर तो वह उस रास्ते में मतवाला बन गया समझो बात को।

भगवान् के नाम की बहुत बड़ी बड़ाई है भगवान् के नाम की बहुत बड़ी महिमा है। भगवान् के नाम के सन्मुख कौन से पाप ठहर सकेंगें। तुलसीदास जी कहते है-

बन्दऊं गुरु पद कंज कृपा सिन्धु नर रूप हरि।
महा मोह तम पुंज जासू वचन रवि करनि कर।।

कहते हैं कि मैं गुरु महाराज के चरण कमलों की बन्दना करता हूँ। जो कृपा के सिन्धु यानि दया के सागर हैं और नर के रूप में हरि है। जो महामोह रूपी अन्धकार को नष्ट करने वाले हैं ऐसे गुरु महाराज जी का वचन सूरज की करनी करता है। जैसे अनेक बिजलियां, जुगनु होते हुए भी रात्रि का अन्धेरा दूर नहीं कर पाते पर अकेला सूरज निकला तो बिजली या जुगनु कुछ भी हो सब फीके पड़ गए? क्योंकि एक सूरज का उजाला हो गया इसी प्रकार मन मन्दिर में एक गुरु वचन का अर्थात् आदि काल में एक था, है और सदैव रहेगा। तो एक गुरु वचन के उजाले के गागे फीके पड़ गई। ऐसा नाम है तो मतलब पाप का अन्धकार दूर होता है। तो पाप नाम से जलते हैं। अज्ञान अन्धकार किससे नाश होता है? नाम से। इसी प्रकार से नाम सुमिरण और काम दोंनों बातें इकट्ठी नहीं होती।

यहां नाम तहां काम नहीं, यहां काम नहीं नाम।
दोऊ कबहु न डटें रवि रजनी इक ठाम।।

रवि कहते हैं सूर्य को और रजनी कहते है रात्रि को, यानि राम है तो सूर्य नहीं, सूर्य है तो **एक बार भगवान् विष्णु के धाम में रात्रि ने जाकर पुकार की कि महाराज सूर्य हमेशा मुझे खदेड़ता रहता है**, भगाता रहता है। मैं बहुत परेशान हो चुकी हूँ मुझे कभी टिकने नहीं देता। भगवान् विष्णु कहने लगे नहीं, ऐसा क्यों करेगा। क्यों किसी को सतायेगा। बुलाओ तो जरा सूर्य की पूछ ताछ की जाए। सूर्य को बुलाया गया कि चलो भगवान् विष्णु के धाम में आपको बुलाया गया है कि तुम्हारी शिकायत है, सूर्य से विष्णु पूछने लगे क्यों रे रात्रि को तू क्यों धकेलते हो? क्यों हटाते हो? उसको रहने क्यों नहीं देते। तुम्हारी शिकायत आई है सूर्य कहने लगा जी मैंने तो कभी रात्रि देखी ही नहीं कि वह कौन है? जरा मुझे दिखा दीजिए कहीं मुझसे भूल हो गई हो। **मैंने तो किसी को तंग नहीं किया पर फिर भी भूल से कोई गल्ती हो गई हो तो मैं जान जाऊं कि वह कौन है?** अब रात्रि को बुलाने लगे कि रात्रि. ...रात्रि.....कि चलो तुम्हारी सुनवाई हो रही है। चलो भला जहां सूर्य वहां रात्रि आए कैसे? सूर्य ने कहा कि मैंने तो पहले ही कहा था कि मैंने कभी रात्रि

देखी ही नहीं। रात्रि का वहां काम ही क्या? जहां सूर्य हो। तभी कहने जा रहे थे, जहां नाम तहां काम नहीं।

राम राम सब कोई कहें नाम न चीन्हे कोये।
नाम चीन्हे सद्गुरु मिलें नाम कहावै सोये।।

सभी कामों में जैसे मन की इच्छाएं, वासनाएं है, जहां नाम है वहां वासना नहीं, जहां वासना है वहां नाम नहीं। एक वक्त में एक ही काम होगा। इसी कारण जिन हृदय से नाम सुमिरण नहीं हो सकता उसका क्या अर्थ है? कि उसमें वासना बहुत ज्यादा बाधक है। कुवासना यानि बुरी वासना बाधक है? कुवासना से ग्रसित का क्या इलाज है गौर से सुन लो, खाली मत जाना। उसका अर्थ है, हे जीव शुद्ध वासना में लग। उत्तम वासना का, पवित्र काम का हृदय पर सत्संग का रंग चढ़ा, शुद्ध पवित्र वासना में लगे। पवित्र वासना क्या? नाम की महिमा सुनना, उसके लिए समय देना। यह पवित्र वासना है, पवित्र वासना का सुभाव बनने पर, अर्थात् दिन रात उसमें जुटने से नाम सुमिरण होगा और नाम सुमिरण होने पर कामना नहीं रहेगी-यह तरीका है। इसी प्रकार से अगर ध्यान नहीं बनता, अगर ज्योति का अधिक देर तक दर्शन नहीं कर सकता क्योंकि नाम के दस हजार गुण हैं। तो उसका भी यहां अर्थ है कि पीछे नाम की कमाई नहीं। नाम की कमाई में जुट। ज्यादा से ज्यादा नाम की कमाई में लग। जितनी नाम की कमाई करेगा, उतना ही रूप का ज्यादा दर्शन करेगा। सुमिरण नाम, रूप बिन देखे। आवत हृदय स्नेह विशेषे। तो नाम की कमाई में लग। पर बिना किए कुछ नहीं होगा।

बिन कीये कुछ होत नहीं, आपहि लेहु विचार।
आलस सकल त्याग कर, विषयों में मत पाग।।

हे प्राणी! यह मनुष्य शरीर की महिमा है। तुझे मनुष्य का शरीर मिला तो तुम सुन सक रहे हो। सगुरा जिसे पूर्ण गुरु मिल गया अर्थात् जिसका दिव्य नेत्र खुल गया वह अब नाम सुमिरण में जुटे। क्योंकि पहले कोई निर्णय ही न लिया कि सच्चे सुमिरण में जुटना है। फिर तो फिर है। अच्छे काम को तो मन कहता है कि फिर कर लेंगे, फिर कर लेंगे। पाप कर्म में तो झटपट लगता है, फिर तो कहता है कि फिर तो मौका मिलेगा ही नहीं या कोई देख लेगा, फिर कोई आ जायेगा, फिर शायद वक्त ना हो, यानि पाप कर्म तो उसी समय करता है। पहले तो वह बात जो लोग फिर-फिर करते हैं। वह भूल में हैं। शायद कब क्या कारण बने, मृत्यु आकर घेर लेवे, कोई रोग आकर घेर लेवे, बुढ़ापा कोई और कारण बन जाए। न मालुम कब क्या हो जाए। तो फिर पर मत छोड़, इस काम को बुढ़ापे के लिए मत रख और इसी प्रकार से दूसरे शब्दों में जो लोग जान गये और जानकर इसको महत्त्व नहीं देते। दुनियां के कामों को ज्यादा से ज्यादा महत्त्व देते हैं तो वह भी बड़ी भारी गलती कर रहे हैं। बिना कीये कुछ नहीं होता। अगर कृपा कहोगे तो यह कृपा ही है जो बात को खोल-खोल कर समझाया जा रहा है। मामूली सी बात की तो कोई बिच्छु झाड़ने वाला मन्त्र नहीं बताता। वह जरा बात को छुपाता है। श्री गुरु महाराज जी की क्या-क्या है, एक ही दया बरसती है, क्या?

एक बार सन्त तुका राम जी एक बार भगवान् का प्रचार करने के लिए सत्संग के लिये, भगवान् का संन्देश देने के लिए निकले। क्या तुम भी निकलते हो? व्यापार के लिए तो निकलते हो पेट भरने के लिए प्रमाणपत्र लेकर तो घूमते हो कि नौकरी चाहिए। धन कमाने के लिए तो निकलते हो। लड़की खोजने के लिए या लड़का खोजने के लिए निकलते हो परन्तु मैं तो तुकाराम की बात कर रहा हूं वह भगवान् का गुणानवाद गाने के लिए भगवान् के सच्चे नाम की महिमा गाने के लिए निकले थे कि हे जीव! भगवान् के नाम सुमिरण में लगो इसमें तो तुम्हारा कल्याण है। तो तब संत तुकाराम जी गुणानवाद के लिये तो निकले हुए थे तो एक नगर में गए तो वहां पर लोग इकट्ठे हुए। जब लोग इकट्ठे हुए तो संत तुकाराम जी ने भगवान् की वन्दना के लिए आंख बन्द की।

भगवान् के ध्यान के लिए ऐसी आंखे बन्द की भगवान् से प्रार्थना करते ही रह गए कि हे भगवान्! अब इन सब को दर्शन दे दो, बस दर्शन दे दो। बस मैं नहीं मानता, आज आप दर्शन दे ही दो। बस प्रभु के भक्त ने एक रट लगा दी। मैं..... हे प्रभु मैं अपने लिए नहीं कहता यह लोग श्रद्धा लेकर आए हैं, आप को समझने के लिए आए हैं। मैं तो मात्र तेरा दास हूँ। हे प्रभु तेरी कृपा से, तेरी आज्ञा से मुँह खोलता हूँ। आप आज इन सब को दर्शन दे दो। आप का क्या घट जायेगा। तो संत तुकाराम जो जिद डाल कर बैठ गए। तो कुछ देर बाद हृदय से आवाज़ आती है कि तुकाराम इन को पूछ कि इन को चाहिए भगवान् के दर्शन? तू तो जिद लिए बैठा है। तो जब आंख खोली, आंख तो पीछे खोली पहले पूछा, क्यों भाई....तुम्हें भगवान् के दर्शन चाहिए? तुम भगवान् के दर्शनों के लिए बैठे हो ना। जब आंख खोलकर देखता है तो एक बैठा है बाकी सब चले गए। (लोग कहते हैं यह तो आंख बन्द कर के बैठ गया है) तो वहां कोई भी नहीं है, एक बैठा है। उसने सोचा अच्छा एक तो है। उस से पूछता है, क्यों भाई तू भगवान् के दर्शनों के लिए बैठा है? कहता, महाराज सब तो चले गए हैं, मैं इसलिए बैठा हूं कि, यह दरी जिस पर आप बैठे हैं यह मेरी है मैं इस कारण से बँधा हुआ हूँ। बड़े आश्चर्य की बात है। तो कहते बड़ी हैरानी हुई..... हे प्रभु वह वहां बैठा क्या प्रार्थना कर रहा है। गाय का चित्त बछड़े में और बछड़े का चित्त झाड़-कांच में। हां अब कहने जा रहे थे कि यह कृपा है। सन्तों को दया आती है। कि सुन्दर मुख है, दो नेत्र हैं तो हाथ भी लगे हैं, जब चाहे टूटी मरोड़े पानी पी लेवे। पर पक्षी विचार नहीं कर सकता। गाय ऐसा नहीं कर सकती। टूटी हैं पर नहीं। तो खोदता खोदता गहरे में खोद गया। उसको कुआं कहने लगे। और उसमें से पानी बाल्टी से निकाल कर पीने लगा और प्यासा नहीं रहा। परन्तु और जितने भी शरीर है यानि चौरासी में यह सहूलीयत नहीं, प्रबन्ध नहीं। मनुष्य का शरीर कर्मयोनि इतना सुन्दर शरीर यानि चौरासी में आ गया तो गुंगा मुख होगा, कह न सकेगा, कोई सुनाई न होगी। जिन जीवों को पकड़-पकड़ कर मार कर खाया जाता है, वह किसे कहैं कि हमें मत मारो गूंगा मुख है, किस मैजिस्ट्रेट के पास जाकर कहें। कोई सुनाई नहीं है। मनुष्य का शरीर है, इसमें जो चाहे कर सकता है। मीराबाई कहती है-

लाख सीस तो दे चुके यम राजा की भेंट।
एक सीस तूने न दिया श्री हरि के हेत।।

हे प्राणी! न मालूम तूने कितने सीस (सिर) तूने यमराज की भेंट दे दिये न मालूम तूं कितने जन्मों से खया जा रहा है, कैसे-कैसे किस-किस कि शिंकजे में आता है। हे जीव! मनुष्य का शरीर मिला है, इसमें बाजी लगा दे। इसमें अपना कल्याण कर जा। इसके लिए पक्के-पक्के प्राणों से निर्णय ले कि अब सुमिरण भजन में जुटूंगा।

अब प्रभु कृपा करहुं इहि भान्ति।
सब तज भजन करहुं दिन राति।।

हे प्रभु! अब इस प्रकार की कृपा करो कि दिन रात तेरा भजन करूं। इसको में शुद्ध वासना करके कहने जा रहा था। अशुद्ध वासना की वजाये शुद्ध वासना भर। शुद्ध वासना से नाम सुमिरण होने लगेगा। जो शुद्ध वासना में विचरते हैं, उन की सब प्रकार की सेवा में जुट। तो सुमिरण भजन होगा। तो सुमिरण भजन में आगे बढ़ेगा। इस कल्याण को खोजेगा चित्त सुमिरण में लगेगा। तो ध्यान तो अपने आप बनेगा और सुमिरण प्रभु को प्यारा है। सब प्रकार से प्यारा है। जो भी भजन करने वाला है वह प्रभु को प्यारा है। बाकी बातें मांग के अन्दर आती हैं। वह कोई खास बात नहीं।

तीर्थ नहाय तो एक फल संत मिले फल चर।
सद्गुरु मिले अनेक फल कहें कबीर विचार।।

हां तब पहली बात कहने जा रहे थे कि और तो सब उठ कर चले गये। क्योंकि हृदय में और ही और बातें है। परमात्मा की बात नहीं है। उठ कर चले गए एक रह गया। तो कहा इसी को दे दो। तो कहा

पूछो तो सही कि इसको दर्शन चाहिए भी तो तब उसको तुकाराम पूछते हैं। तो वह एक बैठा प्राणी कहता है महाराज सब तो चले गए, एक में ही बैठा हूँ, यह दरी जिस पर आप बैठे हैं, यह मेरी है, आप कब ऊठे तो मैं ले जाऊं तो मैं इसी ताक में हूँ।

तो आवश्यकता इस बात की रहती है कि अपने कल्याण की कामना अब कर लो नहीं तो फिर आगे मुख गूंगा, सिर में सींग लग गए, लम्बे-लम्बे कान लग गये तो तब कैसे भगवान् का गुणानवाद गायेगा, तब कैसे पूछोगे, अब तो लज्जा आती है गुरु धारणा करने में अब कैसे पूछें।

तन्त्र-मन्त्र की बात नहीं कि जो कह दो तो सब कुछ देने का नहीं-नाम तो जानने का है, ज्योति तो देखने की है। नाम जानने का ज्योति देखने का, अमृत पीने का परन्तु मिशरी, पताशे और कठोरा, कलश, बर्तन की कोई जरूरत नहीं, वह तो भीतर है-अमृत झरना फूट-फूट बहता और झरना बह रहा है जो तेरे भीतर की चीज है, वह तो निश्चित होकर जाननी, देखनी व समझनी है। तो उसी का नाम ज्ञान है और वह तब होता जो बार-बार प्रार्थना करे, बार-बार हृदय के अन्दर इच्छा करे कि मैं निगुरा हूं। मैं क्यों नहीं देखता। और इस प्रकार से फिर उनको देख जो प्रभु प्रेम में रंगे हैं। उनकी तरफ मत देखना जो भक्ति का ढोंग भी रचाता है उधर कपटी होकर हृदय को शमशान भूमि भी बनाता है तो उनकी तरफ मत देखना। ऐसा पहले से ही होता आया है उनको कुछ मिलता तो नहीं, वह दोनों तरफ से खाली रह जाते हैं। न भोग ही भोगे न योग ही किया। अपने आप से आप धोखा करता है, दूसरे के साथ तो क्या करेगा।

तो तब कहते हैं कि भक्तों की चाल से चलना चाहिये, भक्तों के रंग में रंगना चाहिये और ज्ञान की तरफ दिन प्रतिदिन कदम बढ़ाना चाहिये इसी में ही जीव का परम कल्याण है।

❑ तत् सत् हरि ओम।

गुरु की सीख

प्रेरक प्रसंग.....

स्वामी सभ्यदेव ने अमेरिका में अपने फटे हुए जूते मोची के सामने रखते हुए कहा— ''भाई! जल्दी से इसकी मरम्मत कर दो।''

मोची ने निवेदन किया-''अभी मैं बहुत अधिक व्यस्त हूँ। इसलिए कृपया आप ही धागा सुआ लीजिए और मरम्मत कर लीजिए।''

''मेरे पढ़ने-लिखने का और सन्यास का मजाक मत उड़ाओ'' भृकुटी तानते हुए स्वामी जी बोले। ''मैं जूतों की मरम्मत करूँ।''

''लगता है, आप यहाँ पहली बार आये हैं। इसलिए नाराज हो रहे हैं। *हम मानते हैं कि जो जूते मरम्मत करने से भी परहेज करता है, पढ़-लिख कर बड़ा काम क्या करेगा?''*

मोची ने अपनी बात स्पष्ट कर स्वयं का परिचय दिया-''मैं इस देश के शिकागो विश्वविद्यालय में एम.ए. का विद्यार्थी हूँ और मेरे पिताजी एक धनाढ्य व्यक्ति हैं। **हमारी शिक्षा में सर्वप्रथम यही बात बतायी जाती है कि ''अपने पैरों पर खड़ा होना सीखो और कोई काम छोटा मत समझो।''**

काम करना कभी हेय नहीं होता। जो श्रम नहीं करता, वह दूसरे का शोषण करता है और यहीं से बेईमानी तथा अत्याचार का आरम्भ होता है।

मृत्यु जीवन का अंत नहीं

बोध कथा.....

शायद आपने कभी विचार किया हो कि मृत्यु जीवन का अन्त नहीं, बल्कि एक विश्राम है **मृत्यु शरीर का अन्त करती है, शरीरी का नहीं। जनाब मीर तक़ी 'मीर' ने ठीक ही कहा है- मौत इक जिन्दगी का वक्फा है, यानी आगे चलेंगे दम लेकर।'** इसलिए किसी की मृत्यु होने पर कहा जाता है कि देहावसान हो गया और ऐसा देहावसान अनगिनत बार हो चुका है लेकिन हमको इसकी याद नही है क्योंकि मरने से पहले हम बेहोश हो जाते हैं। जब कोई मरता है तो मरने से पहले बेहोश हो जाता है इसलिए मौत का अनुभव नहीं हो पाता।

यह प्रकृति का नियम है, प्रकृति की अनुकम्पा है कि हम एक सीमा तक ही दुख बर्दाशत कर सकते हैं। सीमा से बाहर दर्द हो, जिसे सहा न जा सके तो हम मूर्च्छित हो जाते हैं। प्रकृति की यह बड़ी कृपा है जो दर्द असह्य हो जाने पर मूर्च्छा आ जाती है वरना कितना तड़पना पड़ता! इसलिए अगर कोई कहे कि उसे असह्य दर्द हो रहा है तो वह गलत बोल रहा है क्योंकि असह्य दुख हो तो वह बेहोश हो जाएगा। होश तभी तक रहती है जब तक दु:ख सहने योग्य हो। कोई गहरा आघात लगता है और आदमी बेहोश हो जाता है।

मृत्यु का नाम ही भयभीत और दु:खी कर देता है इसलिए मृत्यु के समय इस डर से कि मैं मिट रहा हूं, व्यक्ति इस दु:ख को सह नहीं पाता और बेहोश हो जाता है। लेकिन जो जानता है कि मृत्यु अन्त नहीं पड़ाव है, विश्राम है वह बेहोश नहीं होता क्योंकि उसने गुरू कृपा से यह जान लिया है कि मृत्यु शरीर का अन्त है, जीवन का अन्त नहीं है। जो होश पूर्वक मरता है, वही होश पूर्वक जन्म लेता है। होश पूर्वक वही मरता है जो योग साधना करता है, ध्यान करता है और साक्षी भाव को उपलब्ध हो जाता है। ऐसे व्यक्ति के लिए मृत्यु, जीवन का अन्त नहीं बल्कि नये आयाम खोलना है। **होश पूर्वक मरना कोई एक आध क्षण की घटना नहीं अपितु पूरे जीवन की तैयारी है।** यह तैयारी ऐसे व्यक्ति की कभी नहीं हो पाती जिसका जीवन प्रथाओं में जकड़ा हुआ हो। **तत्वदर्शी संत की यह तैयारी तभी संभव हो पाती है क्योंकि वह किसी भी प्रथा में न बंधकर एक सहज यात्रा पर निकल पड़ता है। यह यात्रा किसी प्रथा, ग्रंथ पर आधारित न होकर केवल आत्म आनंद के अनुभव पर आधारित होती है।** जब भी किसी को आत्मानंद की अनुभूति हुई तो उसके लिए जन्म या मृत्यु अनदेखी नहीं रह जाती।

एक धनवान दानी व्यक्ति ने एक विशाल मन्दिर बनवाया और एक चित्रकार से कहा कि इस के द्वार पर मृत्यु का चित्र बना दो ताकि मन्दिर में प्रवेश करने वाला मृत्यु से पहले ही परिचित हो जाए।

जो मृत्यु को समझ नहीं पाया उसका मन्दिर में जाना व्यर्थ है। चित्रकार ने मृत्यु का भयंकर विकराल रूप बनाया और उसके हाथ में एक कुल्हाड़ी बना दी। धनवान व्यक्ति ने चित्र देखा तो पूछा कि यह **कुलहाड़ी मृत्यु के हाथ में क्यों बनाई है?** चित्रकार बोला-यह इस बात का प्रतीक है कि मृत्यु सब बन्धन काट देती है, सब कुछ तोड़ डालती है, नष्ट कर देती है। वह व्यक्ति बोला—और तो सब ठीक है पर तुम **कुल्हाड़ी मिटा कर मृत्यु के हाथ में चाबी बना दो। मृत्यु किसी को मिटाती नहीं बल्कि नया द्वार खोलती है।** कुल्हाड़ी उन्हीं की गर्दन काटती है जो बेहोशी में मृत्यु को प्राप्त होते हैं। जो लोग होश पूर्वक मरते हैं उनके लिए मृत्यु नया द्वार खोलती है।

❑❑❑❑

सच्चा सूरमा

राम झरोखे बैठकर, सब का मुज़रा लेत।
जैसी जाकी भावना, तैसा ही फल देत।।

इन्सान के मन में जिस तरह की धारना या मनौत दृढ़ होती है वह उसी तरह की ताकत हासिल करता है अर्थात जैसी अपने अन्दर भावना बनाता है वैसा ही वह बनता चला जाता है। चित्त, मन, ख्याल जिसमें ज्यादा लगेंगे उसी में सफलता मिलेगी मकसद पूरा होने में देर नहीं लगेगी। क्योंकि सुरति या रूह में वे अन्दाज़ा ताकत है।

मिसाल के तौर पर एक सूरमा संग्राम में युद्ध करने को निकल पड़ता है उसने दुश्मन से लड़ने, मरने-मारने, अपने तन-बदन औऱ जान-माल की पूरी-पूरी कुर्बानी दे डालने के ख्यालात दिल में पुख्ता कर लिए हैं। अगर वह ऐसा नहीं करता तो मकसद में कामयाबी नहीं होती। उसे अपने तन-बदन, जान-माल और अपने-पराए सब तरफ से मुंह-मोड़ कर सिर्फ संग्राम की तरफ अपने दिल को मोड़ना होता है, और विजय पाना उसका मकसद है। दूसरी तरफ लड़ते-लड़ते शहीद हो गया तो भी अपने कर्तव्य को निभा दिया। मानों दोनों सूरतों में उसका मकसद पूरा होता है। इसलिए वह हर एक बात से बेखटके और निर्भय होकर लड़ाई के मैदान में कदम रखता है। जब ख्याल ही ऊंचे हैं तो कामयाबी भी उसके पांव चूमने के लिए आगे खड़ी होती है।

लेकिन उसके मुकाबले में एक कायर पुरूष भी संग्राम में जाता है। मगर उसके ख्यालों में मजबूती नहीं। उसका मन डावांडोल रहता है। संग्राम में आकर भी वह डरता है कि कहीं मारा न जाऊँ। नतीजा यह कि वह जलील मौत मरता है और विजय भी भला ऐसे कायर पुरूषों को कहां नसीब होती है।

एक शख्स के दिल में यह ख्याल जम गया है कि मुझे दुनियां में ऊँचा दर्जा और इज्जत बड़ाई को हासिल करना है वह धीरे-धीरे अपने ख्याल को ऊंचा बनाने की कोशिश करता है। धीरे-धीरे वे ख्याल ताकत पकड़ते जाते हैं।

भक्ति परमार्थ का रास्ता शूरवीरों और बहादुरों का रास्ता है। ये भक्ति के मैदान के सच्चे सूरमे अपनी शूरमताई दिखाते हैं। जो भक्ति मार्ग में कदम रखता है वह सच्चा सूरमा और योद्धा है। काल और माया के साथ लड़ता हुआ वह अपनी आज़ादी का रास्ता बनाता है। जो इन्सान स्वार्थ और आराम परस्ती की जंजीर में जकड़ा हुआ है वह कुर्बानी नहीं दे सकता। इसलिए उसे कायर और बुज़दिल कहा गया है।

तीर तुपक से जो लड़े सो तो सूर न होये।
माया तज हरि भक्ति करे सूर कहावे सोये।।

अर्थात—तीर तलवार और बन्दूक से लड़ने वाला भी बेशक सूरमा है। मगर सच्चा सूरमा वही कहा जाएगा जो माया की गुलामी से आज़ाद होकर भक्ति की प्राप्ति के यत्न में लग जाता है। लेकिन यह सौभाग्य गुरू कृपा से बिरले जीवों को हाथ लगता है। अन्यथा आम दुनियां तो मनमति से माया की जंजीर में बंधी जा रही है। इसलिए महांपुरूषों का वचन है:—

गुरू की मति तूं लेहि इआने।
भगति बिना बहु डूबे सिआने।।

आम दुनियां की सब कार्यवाही मनमति के अनुसार और ऐश-प्रस्ती की खातिर है मगर गुरूमुख की सब कार्यवाही गुरू की मति और गुरू की मौज के मुताबिक होती है। यह आत्मिक आज़ादी और खुशी के वास्ते है।

गुरूमुख तो सदगुरू का विश्वास और आधार है। सदगुरू को अपना स्वामी और खुद को उनका सच्चा सेवक मानकर ऐशप्रस्ती और खुदगर्ज़ी के फन्दे से आज़ाद हो जाता है। उसके मन में अपने स्वामी की प्रसन्नता के सिवाये और कोई इच्छा या खवाहिश बाकी नहीं रहती।

भक्ति हीन प्राणी का कोई दर्जा नहीं। चाहे कोई दुनियावी लिहाज़ से कितना ही ऊँचा दर्जा पा जाये, लेकिन अगर वह भक्ति प्रेम से खाली है तो महांपुरूषों

की नज़र में उसकी कुछ कीमत नहीं।

''ते दिन गए अकार्थी, संगत भई न साध।
प्रेम बिना पशु जीवना, भक्ति बिना भगवंत।।''

इन्सान जैसी करनी करता है वैसा फल पाता है तथा जैसा सोचता है वैसा बन जाता है। अपने आप को जिस तरह के सांचे में ढालना चाहे ढाल सकता है और ढल भी जाता है।

भक्ति मार्ग सूरमाओं का मार्ग है। इस मार्ग में मायावी सामान, संसारिक चीज़ें और काम, क्रोध, लोभ, मोह अहंकार आदि शत्रु हैं। यह जीव को काल चक्र में फंसा देने वाले हैं। संसारी पुरूष की समझ में तो यह बात बड़ी मुश्किल से आती है कि भक्ति क्या वस्तु है? वे इन दुश्मनों के जाल में फंस कर इन से मिले रहते हैं। जिन दुश्मनों को अधीन करना और मारना था अगर इन्सान उन्हीं से मिल जावे या उन्हीं का गुलाम बना रहे तो यह कितना बड़ा धोखा है। यह तो कायरपन और बुज़दिली है। सूरमा तो वह है जो दुश्मन के गलवां और दबाव में न आवे बल्कि दुश्मनों के साथ लड़ता हुआ उनकी कैद से आज़ादी हासिल करे। यह सब सच्चा सेवक(सूरमा) श्री करकमलों की छाया से मिटा सकता है, भ्रम निवारण कर सकता है।

माया का प्रवाह हर समय जारी है और दुश्मन भी हर समय जीव के पीछे पड़े हुए हैं इ*सलिए दुश्मन का मुकाबला करने की खातिर सूरमा को हर समय अपने पास हथियार मौजूद रखना चाहिए।* **वह हथियार क्या ?** वह महांपुरूषों का वचन है। ***सद्गुरू का वाक ही वह हथियार है जो दुश्मन को अधीन करने में मदद दे सकता है। किसी और हथियार से यह दुश्मन ढ़ेर हो सकने वाला नहीं।*** क्योंकि इन्सान की बुद्धि पहले ही माया के अधीन है। अपनी समझ से तो वह इन की गुलामी कबूल कर रहा है। दुश्मनों से बचने के लिए हमेशा सद्गुरू के ध्यान को साथ रखो। श्रीद्गुरू देव का वचन, ध्यान, सत्संग और भजन इनकी हमेशा संभाल रखनी चाहिए। जिसे इन हथियारों की संभाल है उसे काल और माया कोई भय नहीं। वह गुरू कृपा से काल और माया के भय से आज़ाद होता हुआ अपने जीवन का सच्चा लाभ पा लेता है। वही सच्चा सूरमा है।

❑❑❑❑

संत वचन

अनमोल वचन.....

- प्रभु भजन के लिए समय की इंतजार करने वाला भजन करता ही नहीं।
- सत्संग के बजाए अन्य कार्यक्रमों को महत्व देने वाला सत्संगी नहीं हो पाता।
- सेवा में रहकर किसी पदार्थ के लिए गुरू दरबार पर आश्रित, सेवा से इतना कमाता नहीं जितना गंवा देता है।
- मोक्ष के लिए भजन के बिना बाकी धार्मिक कामों का सहारा ऐसे साबित होता है जैसे पत्थर की नाव।

❑❑❑❑

अम्ल रोग

कारण और निवारण

अम्ल रोग या एसिडिटी वर्तमान युग का एक प्रधान रोग है। पाचन संस्थान के रोगों में यह मुख्य स्थान रखता है। बहुसंख्यक रोगी जिन व्याधियों से ग्रस्त रहते हैं उनमें एसिडिटी भी एक है। इसके लिए वे तरह तरह से उपचार करते हैं, परीक्षण करवाते हैं। कुछ दिन उनमें आराम मालूम होता है, पर जल्दी ही उनकी आशा निराशा में बदलने लगती है क्योंकि दवा लेने के उपरान्त भी कोई लाभ नहीं मिलता। अन्ततोगत्वा थक-हारकर वे प्राकृतिक चिकित्सा की शरण में आते हैं।

यदि हम इस रोग के कारणों में जाएँ तो पायेंगे कि बहुत अधिक गरम या ठंडा भोजन करना, एल्कोहल जैसे मादक पदार्थों का सेवन, ज्यादा खाना, गलत समय पर खाना, गलत प्रकृति का भोजन करना, किसी रोग में अत्याधिक अंग्रेजी दवाओं का प्रयोग मानसिक चिन्ता, तनाव तथा ईर्ष्या, द्वेष की भावना ही इसके कारण हैं। अम्ल रोग केवल पेट का रोग नहीं अपितु पूरे शरीर का रोग है। इसे हम यूं भी समझ सकते हैं कि यह शरीर की विकार युक्त अवस्था का एक लक्षण मात्र है।

इस रोग में आमाशय में अम्ल का स्राव अधिक होता है। इसलिए ऐसे रोगियों की भूख भी साधारण से थोड़ी अधिक होती है। परन्तु थोड़ा सा भी अधिक भोजन करने से रोगी अत्याधिक कष्ट पाता है। साधारणतया भोजन करने के एक घंटे बाद तक रोगी ठीक रहता है। इसके बाद पेट भारी होने लगता है। कई बार दर्द भी महसूस होता है। इसके बाद छाती में जलन शुरू हो जाती है। पेट में एकत्र हुआ रस गले में आ जाता है। गले में भी जलन शुरू हो जाती है। ऐसी स्थिती में कई बार उल्टी हो जाती है। उल्टी में अत्यन्त खट्टा सा पदार्थ निकलता है। काफी दिनों तक यही स्थिती रहने पर आमाशय में काफी घाव या छाले हो जाते हैं, जिन्हें गैस्ट्रिक अल्सर कहते हैं।

प्राकृतिक उपचार के सिद्धान्तों के अनुसार जब शरीर में विकार काफी मात्रा में एकत्र होने लगते हैं, तब प्रकृति यह विष शरीर में न ग्रहण कर शरीर से बाहर निकाल देने की चेष्टा करती है। उल्टी द्वारा शरीर को राहत पहुंचाना प्रकृति का ऐसा ही एक प्रयास है। इसलिए अम्ल रोग की चिकित्सा केवल आमाशय की चिकित्सा नहीं बल्कि पूरे शरीर की चिकित्सा है।

प्राय: अम्ल रोग की चिकित्सा के लिए सोडा का व्यवहार किया जाता है। सोडा उस समय अम्ल को नष्ट तो करता है पर प्रतिक्रिया स्वरूप आमाशय को अधिक अम्ल उत्पन्न करने के लिए उत्तेजित करता है। इसलिए ऐसे रोगियों को सोडा न खिलाकर सोडा मिले हुए पानी का एनिमा देना चाहिए। ऐनिमा देने से पहले पेट पर पांच से दस मिनट तक गरम-ठंडा सेक भी देना चाहिए। इसके इलावा रोगी को प्रतिदिन पेट की लपेट दी जानी चाहिए। सूती लपेट को ठंडे पानी में अच्छी तरह निचोड़ कर और ऊनी कपड़े से खूब हल्का लपेट कर प्रयोग में लाना चाहिए।

रोग की तीव्र अवस्था में इस लपेट को हर घंटे पर बदल कर दिन में तीन चार बार प्रयोग में लाना चाहिए। रात को सोते समय इसे बांधकर सारी रात इसका प्रयोग करना भी अच्छा है। यह आँतों की क्रियाशीलता को बढ़ाती है। जिससे खाने के पाचन में सुविधा होती है। भोजन के बाद तकलीफ होने पर भोजन के आधा घंटे बाद आधे घंटे के लिए पेट की लपेट बांधकर उसके ऊपर गरम पानी की थैली रखनी चाहिए। इसके बाद गरम थैली को हटाकर दो घंटे के लिए पेट को प्रयोग में लाना चाहिए। इस उपचार को करने से भोजन के बाद होने वाली उल्टी की रोकथाम भी हो सकती है।

इस रोग में भापस्नान, उष्णपादस्नान तथा गीली चादर लपेट से भी पर्याप्त लाभ मिलता है।

क्रमश:.....

ਤਪ ਵੱਡਾ ਕਿ ਗਿਆਨ

ਤਪ ਕੇ ਵਰਸ਼ ਹਜ਼ਾਰ ਹੋ, ਸਤਸੰਗ ਕੀ ਘੜੀ ਏਕ।
ਤੋ ਵੀ ਨਹੀ ਬਰਾਬਰੀ, ਸ਼ੁਕਦੇਵ ਕਿਆ ਵਿਵੇਕ॥

ਭਗਵਦ ਪ੍ਰੇਮੀ ਸੱਜਣੋ ਸਾਡੇ ਸਦ ਗ੍ਰੰਥਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਵਰ੍ਹਿਆਂ ਦਾ ਤਪ ਇਕ ਪਾਸੇ ਤੇ ਸਤਸੰਗ ਦੀ ਇਕ ਘੜੀ ਦਾ ਫਲ ਇਕ ਪਾਸੇ ਤਾਂ ਵੀ ਬਰਾਬਰੀ ਨਹੀਂ ਇਸ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਾਂਤ ਤੋਂ ਵੀ ਪਤਾ ਚਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤਪ ਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਗਿਆਨ ਕੀ ਹੈ।

ਵਿਸ਼ਵਾਮਿੱਤਰ ਜੀ ਇਕ ਤਪੱਸਵੀ ਗੁਰੂ ਸਨ ਤੇ ਗੁਰੂ ਵਸ਼ਿਸ਼ਟ ਜੀ ਗਿਆਨ ਦਾਤਾ ਗੁਰੂ ਸਨ। ਇਕ ਵਾਰ ਵਿਸ਼ਵਾਮਿੱਤਰ ਜੀ ਨੇ ਗੁਰੂ ਵਸ਼ਿਸ਼ਟ ਜੀ ਨੂੰ ਆਪਨੇ ਘਰ ਭੋਜਨ ਲਈ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ। ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਬਾਦ ਵਿਸ਼ਵਾਮਿੱਤਰ ਜੀ ਨੇ ਗੁਰੂ ਵਸ਼ਿਸ਼ਟ ਜੀ ਨੂੰ ਦੱਖਣਾ ਵਿਚ ਦੱਸ ਹਜ਼ਾਰ ਸਾਲ ਦੀ ਤਪਸਿੱਆ ਦਾ ਫਲ ਦਿੱਤਾ।

ਫਿਰ ਗੁਰੂ ਬਸ਼ਿਸ਼ਟ ਜੀ ਨੇ ਵਿਸ਼ਵਾਮਿੱਤਰ ਜੀ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਲਈ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਤੋ ਬਾਦ ਗੁਰੂ ਵਸ਼ਿਸ਼ਟ ਜੀ ਨੇ ਵਿਸ਼ਵਾਮਿੱਤਰ ਜੀ ਨੂੰ ਦੱਖਣਾ ਵਿਚ ਇਕ ਲਵ ਮਾਤਰ ਦੇ ਸਤਿਸੰਗ ਦਾ ਫਲ ਦਿੱਤਾ। ਇਹ ਦੇਖ ਕੇ ਵਿਸ਼ਵਾਮਿੱਤਰ ਕ੍ਰੋਧਿਤ ਹੋ ਗਏ ਕਿ ਮੈਂ ਇਸਨੂੰ ਦਸ ਹਜ਼ਾਰ ਸਾਲ ਦੀ ਤਪੱਸਿਆ ਦਾ ਫਲ ਦਿੱਤਾ। ਇਨਾਂ ਨੇ ਮੈਂਨੂੰ ਲਵ ਮਾਤਰ ਦੇ ਸਤਸੰਗ ਦਾ ਫਲ ਦਿੱਤਾ। ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਵਸ਼ਿਸ਼ਟ ਜੀ ਕਹਿਣ ਲੱਗੇ ਕਿ ਮੈਂ ਬਹੁਤ ਜਿਆਦਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਗੱਲ ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਮਿੱਤਰ ਜੀ ਦਾ ਕ੍ਰੋਧ ਵੱਧ ਗਿਆ, ਤਾਂ ਫਿਰ ਗੁਰੂ ਵਸ਼ਿਸ਼ਟ ਜੀ ਨੇ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਕਿ **ਇਹ ਨਿਰਨਾਂ ਤਾਂ ਕੋਈ ਤੀਸਰਾ ਵਿਅਕਤੀ ਹੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।** ਵਿਸ਼ਵਾਮਿੱਤਰ ਜੀ ਤੇ ਗੁਰੂ ਵਸ਼ਿਸ਼ਟ ਜੀ ਰਲ਼ਕੇ ਬ੍ਰਹਮਾ ਜੀ ਕੋਲ ਗਏ।

ਬ੍ਰਹਮਾ ਜੀ ਨੇ ਦੇਖਿਆ ਦੋਨੋਂ ਆ ਰਹੇ ਹਨ। ਵਿਸ਼ਵਾਮਿੱਤਰ ਮੰਨਣਗੇ ਤਾਂ ਹੈ ਨਹੀਂ ਉਲਟਾ ਸ਼ਾਪ ਹੀ ਦੇਣਗੇ। ਇਸ ਲਈ ਇਥੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਚਲਣਾ ਠੀਕ ਹੈ ਬ੍ਰਹਮਾ ਜੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰਸਤੇ ਵਿਚ ਮਿਲੇ। ਉਨਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬ੍ਰਹਮਾਂ ਜੀ ਅਸੀ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਨਿਰਣਾ ਕਰਨ ਆਏ ਸੀ। ਬ੍ਰਹਮਾਂ ਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੈਂਨੂੰ ਇਸ ਵਕਤ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਕੰਮ ਹੈ। ਤੁਸੀ ਵਿਸ਼ਨੂੰ ਜੀ ਕੋਲ ਜਾਓ ਉਹ ਤੁਹਾਡਾ ਨਿਰਣਾ ਕਰਨਗੇ।

ਉਧਰ ਅੰਤਰਯਾਮੀ ਭਗਵਾਨ ਵਿਸ਼ਨੂੰ ਦੇਖ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿ ਬ੍ਰਹਮਾਂ ਜੀ ਆਪ ਤਾਂ ਬਚ ਗਏ, ਉਹ ਵੀ ਆਪਨੇ ਸਿੰਘਾਸਨ ਤੋਂ ਉਠੇ ਤੇ ਚਲ ਪਏ । ਰਸਤੇ ਵਿਚ ਵਿਸ਼ਨੂੰ ਜੀ ਦਾ ਵੀ ਮਿਲਨਾਂ ਹੋਇਆ ਤਾਂ ਵਿਸ਼ਵਾਮਿੱਤਰ ਜੀ ਕਹਿਨ ਲੱਗੇ ਕਿ ਅਸੀ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆ ਰਹੇ ਸੀ। ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਤਾਂ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ। ਤਾਂ ਭਗਵਾਨ ਵਿਸ਼ਨੂੰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਵਕਤ ਦੇ ਅਭਾਵ ਦੇ ਕਾਰਣ ਮੈਂ ਨਿਰਣਾਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਤੁਸੀਂ ਭਗਵਾਨ ਸ਼ੰਕਰ ਜੀ ਕੋਲ ਚਲੇ ਜਾਓ। ਓਹ ਦੋਵੇ ਭਗਵਾਨ ਸ਼ੰਕਰ ਜੀ ਵਲ ਚਲ ਪਏ।

ਭੋਲੇ ਸ਼ੰਕਰ ਜੀ ਦਾ ਸਿੰਘਾਸਨ ਵੀ ਡੋਲਿਆ ਤੇ ਸੋਚਨ ਲੱਗੇ ਕਿ ਵਿਸ਼ਵਾਮਿੱਤਰ ਨੂੰ ਜਦ ਸਹੀ ਨਿਰਣੇ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗੇਗਾ ਤਾਂ ਕ੍ਰੋਧਿਤ ਹੋਕੇ ਸ਼ਾਪ ਹੀ ਤਾਂ ਦੇਣਗੇ। ਨਿਰਣਾ ਵੀ ਸੱਚਾ ਕਰਨਾਂ ਹੈ ਪਰ ਓਹ ਮੰਨਣਗੇ ਨਹੀਂ। ਤਾਂ ਉਨਾਂ ਵੀ ਸੋਚਿਆ ਕਿ ਉਨਾਂ ਦੇ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਠਣਾਂ ਹੀ ਠੀਕ ਹੈ। ਭਗਵਾਨ ਸ਼ੰਕਰ ਜੀ ਵੀ ਰਸਤੇ ਚ ਮਿਲੇ। ਓਹਨਾਂ ਫਿਰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅਸੀ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਨਿਰਣਾ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਆਏ ਸੀ। ਭਗਵਾਨ ਸ਼ੰਕਰ ਜੀ ਨੇ ਫਰਮਾਇਆ ਕਿ ਇਸ ਵਕਤ ਮੈਂ ਜਰਾ ਜਲਦੀ ਵਿਚ ਹਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ੇਸ਼ ਨਾਗ ਜੀ ਕੋਲ ਜਾਓ ਉਹ ਤੁਹਾਡਾ ਨਿਰਣਾ ਕਰ ਦੇਣਗੇ।

ਵਿਸ਼ਵਾਮਿੱਤਰ ਜੀ ਕ੍ਰੋਧਿਤ ਹੋ ਕੇ ਬੋਲੇ ਕਿ ਅਗਰ ਸ਼ੇਸ਼ ਨਾਗ ਨੇ ਵੀ ਅਜਿਹਾ ਹੀ ਜਵਾਬ ਦਿੱਤਾ ਤਾਂ ਮੈਂ ਸ਼ਾਪ ਦੇ ਦਵਾਂਗਾ। ਹੁਣ ਦੋਨੋਂ ਤਪੱਸਵੀ ਗੁਰੂ ਅਤੇ ਗਿਆਨੀ ਗੁਰੂ ਸ਼ੇਸ਼ ਨਾਗ ਜੀ ਕੋਲ ਪਹੁਚ ਗਏ ਤੇ ਅਪਣਾ ਸਵਾਲ ਰੱਖਿਆ ਕਿ ਤੱਪ ਵੱਡਾ ਕਿ ਗਿਆਨ (ਸਤਸੰਗ)।

ਸ਼ੇਸ਼ ਨਾਗ ਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਨਿਰਣਾਂ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕਰ ਦੇਵਾਂਗਾ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਪ੍ਰਿਥਵੀ ਦਾ ਭਾਰ ਥੋੜੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਚੱਕ ਲਵੇ। ਵਿਸ਼ਵਾਮਿੱਤਰ ਜੀ ਨੇ ਪ੍ਰਿਥਵੀ ਉਠਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਤਾਂ ਕੀਤੀ ਪਰ ਉੱਠ ਨਾ ਸਕੀ। *ਸ਼ੇਸ਼ ਨਾਗ ਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਆਪਣੀ ਤਪੱਸਿਆ ਦਾ ਸਾਰਾ ਫਲ ਲਾ ਦੇਵੋ, ਪ੍ਰਿਥਵੀ ਫਿਰ ਵੀ ਨ ਉੱਠ ਸਕੀ ਫਿਰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਿਹੜੀ ਦੱਸ ਹਜ਼ਾਰ ਸਾਲ ਦੀ ਤਪੱਸਿਆ ਦਖਣਾਂ ਵਿਚ ਦਿੱਤੀ ਸੀ ਉਹ ਲਗਾ ਦੇਵੋ। ਪ੍ਰਿਥਵੀ ਫਿਰ ਵੀ ਨਾ ਉਠ ਸਕੀ ।*

ਫਿਰ ਸ਼ੇਸ਼ ਨਾਗ ਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹੁਣ ਲਵ ਮਾਤਰ ਦੇ ਸਤਸੰਗ ਦਾ ਫਲ ਲਗਾ ਦਿਓ। ਜਿਵੇ ਹੀ ਲਵ ਮਾਤਰ ਦੇ ਸਤਸੰਗ ਦਾ ਫਲ ਲਗਾਇਆ ਪ੍ਰਿਥਵੀ ਫੁਲ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉੱਠ ਗਈ। ਸ਼ੇਸ਼ ਨਾਗ ਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਲਿਆਓ ਪ੍ਰਿਥਵੀ ਵਾਪਸ ਦੇ ਦਿਓ। ਵਿਸ਼ਵਾਮਿਤਰ ਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪਹਿਲਾਂ ਨਿਰਣਾਂ ਤਾਂ ਕਰੋ। **ਸ਼ੇਸ਼ ਨਾਗ ਜੀ ਕਹਿਣ ਲੱਗੇ ਕਿ ਨਿਰਣਾਂ ਤਾਂ ਹੋ ਗਿਆ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਸਾਰੀ ਤਪੱਸਿਆ ਦਾ ਫਲ ਲਗਾਓਣ ਦੇ ਨਾਲ ਵੀ ਪ੍ਰਿਥਵੀ ਨ ਉਠੀ, ਆਪਦੇ ਸ਼ਿਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਤਪੱਸਿਆ ਦਾ ਫਲ ਲਗਾਓਣ ਨਾਲ ਵੀ ਪ੍ਰਿਥਵੀ ਨਾ ਉਠੀ। ਦੱਸ ਹਜ਼ਾਰ ਵਰਸ਼ ਦੀ ਤਪੱਸਿਆ ਜੋ ਦਾਨ ਵਿੱਚ ਦਿਤੀ ਸੀ ਉਸਦਾ ਫਲ ਲਗਾਓਣ ਨਾਲ ਵੀ ਪ੍ਰਿਥਵੀ ਨ ਉਠੀ। ਇਕ ਲਵ ਮਾਤਰ ਦੇ ਸਤਸੰਗ ਵਿਚ ਕੀ ਤਾਕਤ ਸੀ ਕੀ ਪ੍ਰਿਥਵੀ ਫੁਲ ਦੀ ਤਰਾਂ ਉਠ ਗਈ।** ਸੋ ਸਤਿਸੰਗ(ਗਿਆਨ ਦਾ ਫਲ ਤਪ ਨਾਲੋਂ ਵੱਡਾ ਹੈ। ਸਤਸੰਗ (ਸਤ+ਸੰਗ) ਸਤ ਇਕ ਪਰਮਾਤਮਾ ਹੈ ਉਸਦਾ ਸੰਗ ਕਰਨਾ ਹੀ ਸਤਸੰਗ ਹੈ। ਇਕ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਸੱਚਾ ਨਾਮ ਸਾਰਿਆ ਦੇ ਘਟ-ਘਟ ਵਿਚ ਵਿਆਪਕ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਗਿਆਨ ਪੂਰਨ ਸਦਗੁਰੂ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹਨ।

❖❖❖❖❖❖

सेवा धर्म

गुरू दरबार में सेवा करते भाई मंझ को गुरू महाराज पूछते हैं, ''बताओ मंझ! भोजन कहां खाते हो? मंझ कहते,''गुरू महाराज, जो लंगर बनता है वही खाता हूं।'' **गुरू महाराजः**- जो खाता भी दरबार का है तो सेवा क्या करेगा? **मंझः**- जो आज्ञा गुरू महाराज। कुछ दिन बीते। फिर गुरू महाराज जी ने पूछा—

गुरू महाराजः- ''मंझ क्या खाते हो? क्या करते हो?

मंझः- ''प्रभु! सेवा करता हूं और दरबार के भक्तों की जूठन ही प्रसाद मान कर खाता हूँ।

यूं ही फिर कुछ दिनों बाद श्री महाराज जी ने फरमाया—

गुरूमहाराजः- ''आज कल क्या कमाते खाते हो?''

मंझः- ''गुरूदेव वन से कुछ लकड़ियां काट लाता हूं। उनमें से आधी बेचकर पेट भरण का प्रबंध करता हूँ और आधी सेवा में दे देता हूँ।

गुरू महाराजः- जिसने आधी लकड़ियों को बेचकर पेट भरना वो सेवा क्या करेगा।

हे प्रेमी! यह घटना भक्त भाई मंझ के जीवन की है जिन्होनें अपना सब कुछ सेवा में चढ़ा दिया पर सेवा को समझो कि सेवा कितनी बारीकी की चीज़ है। सेवा का अर्थ कुछ करना या कर दिखाना नहीं बल्कि सेवा का अर्थ है बदलाव। तुम जो थे, तुम वो न रहे। यदि तुम न बदले तो सेवा नहीं। यदि दरबार में भी कामकाज को सेवा कह कर चलो तब भी कोई बड़ी बात नहीं।

सच्ची सेवा है तेरा भीतर से परिवर्तन। कुआदतों को छोड़ कर उस आदत को पकड़ना जो तुझे प्रभु भजन में जोड़ देवे।

सेवा का अर्थ बोझ बनना नहीं बल्कि लोगों का बोझ उठाना। यह नहीं सोचना कि तेरे पहुंचते तक दरी बिछी हो। बल्कि यह प्रयास करना कि दरबार जाकर प्रेमियों के लिए कुछ प्रबंध हो सके। राक्षसों के लक्षण संतों ने यूं बताए हैं:—

''खान पान को चाहवे मेवा।
संतन सों करवावे सेवा।।
चिकनी रोटी ढूंढे भात।
हरि भजन की एक न बात।।

गुरू दरबार पर, गुरू महाराज पर बोझ न बन कर दासनदास बन। ऐसा बन जो तूं सब तरफ से जीवन संभाल सके।

❑❑❑❑

मृत्यु अटल है

गताङ्क से आगे..... कहानी.....

इन दोनों को साथ लेकर यमराज मृत्यु देवता के कार्यालय में गये और मृत्यु देवता से बोले-ये निषादराज हैं। ये महर्षि व्यास के नाना हैं और यह मरना नहीं चाहते। महर्षि व्यास ने इनकी सिफारिश की है और मैं महर्षि व्यास का कहना टाल नहीं सकता, इसलिए खुद चलकर आया हूं। आप इनकी मृत्यु पर स्टे आर्डर जारी कर दें तो आपकी बड़ी कृपा होगी। *मृत्यु देवता बोले-आपकी बात मैं भी नहीं टाल सकता पर कब किसको मरना है, इसका निर्णय तो काल देवता करते हैं।* उनके आदेश पर ही मैं आपके साथ जाकर किसी के प्राण हर लाता हूं इसलिए मैं उनसे सिफारिश कर सकता हूं, सो कर दूंगा।

निषादराज बीच में ही बोल पड़े - 'बड़ी कृपा है आपकी, आप साथ चलकर कह दीजिए न। मृत्यु देवता बोले-आप कहते हैं तो मैं चलता हूं, आईऐ।

इन चारों का शिष्ट मंडल काल देवता के पास पहुंचा। महर्षि व्यास ने उनसे भी यही बात कही तो काल देवता बोले आप जैसे महर्षि की बात भला कौन टाल सकता है। फिर यमराज और मृत्यु देवता भी आपके साथ चलकर आए हैं तो बात माननी ही पड़ेगी पर मैं तो सिर्फ मरने वालों की सूची बनाता हूं, बाकी आदेश पर हस्ताक्षर तो महाकाल प्रभु ही करते हैं। **उनके हस्ताक्षर हुए कि मृत्यु का दिन और समय निश्चित हो जाता है।** मैं उनसे पूछ लूंगा कि निषादराज का नाम उपरी लिस्ट में है या नहीं, यदि हो तो नाम काट दें।

यहां भी निषादराज से चुप नहीं रहा गया और बोले-हम भी आपके साथ चलना चाहते हैं ताकि हमें बेफिक्री हो जाए। काल देवता बोले-चलिए।

अब यह सब महाकाल प्रभु भगवान रूद्र के पास पहुंचे। काल देवता ने, महर्षि व्यास के आने का कारण बताते हुए, महाकाल प्रभु से प्रार्थना की कि निषादराज का नाम मरने वालो की ऊपरी सूची में हो तो कृप्या हटा दें।

काल देवता की बात सुनकर भगवान रूद्र महाकलेश्वर ने आंखे बंद कर कुछ क्षण ध्यान लगाया फिर आंखे खोलकर बोले-महर्षि व्यास, मुझे पता है कि आप यहां क्यों आए हैं। मुझे यह भी पता है कि आपके नाना जी मौत से बहुत डरते हैं और मरना नहीं चाहते। *इन्होंने तपस्या करके यह प्रार्थना डायरैक्ट मुझसे भी की थी। मैं इनकी तपस्या से प्रभावित भी हुआ* और प्रसन्न भी पर यह तो आप भी जानते ही हैं कि जिसने जन्म लिया है, उसे मरना भी पड़ता है। यह विधि का विधान है और अटल है। इसे कोई भी बदल नहीं सकता चाहे वह कितना भी बड़ा धर्मी-कर्मी, सन्यासी, वैद्य ही क्यों न हो। इनकी प्रार्थना स्वीकार कर इनकी फाईल पर मैंने नोट लिख दिया था। सो आप पढ़ ले और इन्हें पढ़वा दें। मैं इनकी फाईल मंगवा देता हूं।

निषादराज ने फाईल लेकर पढ़ा लिखा था-**मृत्यु लोक के निवासी निषादराज वृद्धावस्था में पहुंचकर भी मरना नहीं चाहते। इनकी तपस्या से प्रसन्न होकर भी मैं इन्हें अमृत्तव का वर तो नहीं दे सकता था इसलिए मैं यह नोट लगा रहा हूं कि जब तक निषादराज, महर्षि व्यास, यमराज, स्वयं मृत्यु और काल देवता-सब मिलकर मेरे पास न आएं तब तक निषादराज की मृत्यु नहीं होगी।**

जब निषादराज पढ़ चुके थे तो महाकलेश्वर बोले-यह बड़ी कठिन शर्त थी। **ऐसा संयोग बनना बहुत कठिन था कि आप सब के साथ मेरे पास आ सको** पर होनी को कौन टाल सकता है।

आप स्वयं देख लें। निषादराज खुद आप सबको साथ लेकर यहां आ गये हैं और मेरी यह शर्त पूरी हो चुकी है।

तभी निषादराज कटे वृक्ष की तरह धड़ाम से ज़मीन पर गिर पड़े क्योंकि उनके प्राण-पंखेरू उड़ चुके थे।

❑ **-होनी होकर रही।**

DHAMMAPADA

THE FRAGRENCE OF GAUTAM BUDDHA

From ancient times to the present, the Dhammapada has been regarded as the most succinct expression of the Buddha's teaching found in the Pali canon and the chief spiritual testament of early Buddhism. In the countries following Theravada Buddhism, such as Sri Lanka, Burma and Thailand, the influence of the Dhammapada is ubiquitous. It is an ever-fecund source of themes for sermons and discussions, a guidebook for resolving the countless problems of everyday life, a primer for the instruction of novices in the monasteries. Even the experienced contemplative, withdrawn to forest hermitage or mountainside cave for a life of meditation, can be expected to count a copy of the book among his few material possessions. Yet the admiration the Dhammapada has elicited has not been confined to avowed followers of Buddhism. Wherever it has become known its moral earnestness, realistic understanding of human life, aphoristic wisdom and stirring message of a way to freedom from suffering have won for it the devotion and veneration of those responsive to the good and the truth.

The expounder of the verses that comprise the Dhammapada is the Indian sage called the Buddha, an honorific title meaning "**the Enlightened One" or "the Awakened One."** The story of this venerable personage has often been overlaid with literary embellishment and the admixture of legend, but the historical essentials of his life are simple and clear. He was born in the sixth century B.C., the son of a king ruling over a small state in the Himalayan foothills, in what is now Nepal. His given name was Siddhattha and his family name Gotama (Sanskrit: Siddhartha Gautama) . Raised in luxury, groomed by his father to be the heir to the throne, in his early manhood he went through a deeply disturbing encounter with the sufferings of life, as a result of which he lost all interest in the pleasures and privileges of rulership. One night, in his twenty-ninth year, he fled the royal city and entered the forest to live as an ascetic, resolved to find a way to deliverance from suffering. For six years he experimented with different systems of meditation and subjected himself to severe austerities, **but found that these**

practices did not bring him any closer to his goal.

Finally, in his thirty-fifth year, after initiating by a farmer named Alarka Ram while sitting in **deep meditation beneath a tree at Gaya, he attained Supreme Enlightenment and became, in the proper sense of the title, the Buddha, the Enlightened One.** Thereafter, for forty-five years, he traveled throughout northern India, proclaiming the truths he had discovered and founding an order of monks and nuns to carry on his message. At the age of eighty, after a long and fruitful life, he passed away peacefully in the small town of Kusinara, surrounded by a large number of disciples.

To his followers, the **Buddha is neither a god, a divine incarnation, or a prophet bearing a message of divine revelation, but a human being who by his own striving and intelligence has reached the highest spiritual attainment of which man is capable** — perfect wisdom, full enlightenment, complete purification of mind. His function in relation to humanity is that of a teacher — a world teacher who, out of compassion, points out to others the way to Nirvana final release from suffering.

His teaching, known as the Dhamma, offers a body of *instructions explaining the true nature of existence and showing the path that leads to liberation*. Free from all dogmas and inscrutable claims to authority, the Dhamma is founded solidly upon the bedrock of the Buddha's own clear comprehension of reality.

Now Alkhadesh Masik Patrika is going to give you the essence of Dhammpada. It is an effort to manage a bath in the ocean of Buddha's life .

LET US START THE JOURNEY OF BUDDHA NOT BUDDHISM.

To be continued.....

❑❑❑❑

शेयर

खुदा को खुद में जो ढूंढे उसे तासीर कहते हैं ।
कलम सर को करे धड़ से उसे शमशीर कहते हैं ।।
खुदा सा लाल चाहता है तो सोहबत कर फकिरों की।
नहीं यह मिलता है अमिरों को आशियां में।।

कबीर वाणी

मुर्ख को समझावते ज्ञान गांठ का जाए।
कोयला होए न उज्जला लाखों साबुन लाए।।
कोयला होवे उज्जला जल वल होए श्वेत।
जो गुरू मिलें विरंचि सम मूर्ख हृदय न चेत।।

ध्यान शिविर 19-20-21 जून

हुज़रा ए दिल में बसती है सूरत ए यार।
जब झुकी गर्दन तो दीदार पा लिया।।

सारा जीवन गाते ही न रहें, प्रार्थना ही न करते रहें, शास्त्रों, महांपुरूषों के वचनों की ही न सुनते सुनाते रहें। आओ मिलकर प्रथम तीन दिवसीय ध्यान शिविर जो कि 19-20-21 जून को सिद्ध झंडी आश्रम माहिलपुर में लगाया जा रहा है जो उपदेशी सज्जन भाग लेना चाहें वह 14 जून (सैकिंड संडे) को अपना नाम लिखवा सकता है।

विशेषकर यह सूचना एवं समय उनके लिए है जो बार-बार प्रार्थना करते हैं कि भजन नहीं बनता या ध्यान कैसे टिके ?(कहीं यह प्रार्थना केवल सच्चे होने की तो नहीं) केवल निरसंश्यी सज्जन ही लाभान्वित हो सकते हैं क्योंकि ध्यान कोई क्रिया नहीं अपितु मन से ऊपर उठने का नाम है। यदि मन किंतु परन्तु में ही उलझेगा तो उठेगा नहीं।

श्री गुरू पूजा

वक्त यूं ही नहीं आता कुछ करने गुजरने का।
क्यों न चंद लम्हों में जीकर ही देख लें।
गर हो आंख का खुलना ही जागने का सबूत।
तब तो कभी-कभी मुर्दे भी जागते हैं।।

जीवन और मृत्यु में वास्तविक अंतर भी कुछ होता है जैसा जागने और आंखे खुले रहने में है। मृत्योपरांत भी मुर्दे की आंखे खुली रह सकती हैं परन्तु है वह एक स्थायी नींद। इसी प्रकार जीवन का अर्थ भी केवल प्राणयुक्त होना नहीं अपितु जीवन का अर्थ है प्रेम, नाम व उत्सव से भरपूर होना। हर क्षण एक अनुपम अमिट आनंद में जीना। यदि ऐसे क्षण जीवन में मिल पायें वही है जीने के क्षण नहीं तो:—

जां घट प्रेम न संचरे तां घट जाण मसाण।
मोई खाल लुहार की सांस लेत बिन प्राण।।

प्रेमी सज्जनों ऐसा सुअवसर प्राप्त होने जा रहा है 30-31 जुलाई को श्री गुरू पूजा के सुअवसर पर। दर्शनों एवं प्रवचनों का पूर्ण लाभ प्राप्त करने हेतु पहुंचे A.A.V.P सिद्ध झंडी आश्रम माहिलपुर। कार्यक्रम का विस्तृत वर्णन अगले अंक में छपेगा। तो तैयार रहें महोत्सव का आनंद लेने एवं साक्षी बनने के लिए

उठा बबूला प्रेम का तिनका चढ़ा आकास।
तिनका तिनके से मिला तिनका तिनके पास।।

नोटः- **पावन श्री गुरू पूजा ब्यास पूर्णिमा के सुअवसर पर नर्सरी से दसवीं तक के उन विद्यार्थियों को पुरस्कृत भी किया जाएगा जिनके परिक्षा में 80% से अधिक अंक है। इसके लिए बच्चों का Report card - Mark sheet जुलाई महीने के सैकिंड संडे तक आश्रम में पहुंचा दें।**

1. **श्री गुरू पूजा के अवसर पर यथासंभव बिस्तर व वस्त्र लेकर आएं जी**
2. **अभ्यास 19 जुलाई से 27 जुलाई तक रखे जाएंगे।**
3. **V.A.C के कार्यकर्ता जितना समय हो सके सेवा में निकालें।**

❑❑❑❑