अलख

अंक 08 वर्ष 2016 अगस्त—2016

विषय सूची

1.	ध्यान ध्यान से संभव सम्पादकीय.....	01
2.	प्रवचन	02
3.	कहीं योगा न करन लग जावै	13
4.	श्री कृष्ण जन्माष्टमी	14
5.	श्वास प्रश्वास की क्रिया	16
6.	श्री गुरूपूजा (एक झलक)	16
6.	सत्संग सूचनाएं	16

अगला सत्संग

द्वितीय रविवार

11-सितंबर-2016

पहली प्रकार के वो लोग कि जो केवल और केवल शारीरिक माध्यम से ही परमात्मा को पाना चाहते हैं या पाने का प्रयास करते हैं दूसरे वो लोग जिन्होंने शरीर को परमात्म प्राप्ति का माध्यम एक जरिया तो समझा उससे ज्यादा नहीं। जिन्होंने इस शरीर को जरिया समझा उन्होंने खोज अपने भीतर करी जिन्होंने शरीरों तक को परमात्मा माना उनकी खोज बाहरमुखी थी।

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

''ध्यान'' ध्यान से संभव है सम्पादकीय.....

एक बार बादशाह अकबर जंगल में घूमने के लिए निकले। रास्ते में चलते-चलते नमाज़ का वक्त हुआ। बादशाह ने दरी बिछाकर नमाज़ पढ़ना शुरू किया। इतने में एक युवती अपने पतिदेव को ढूंढती हुई उधर से निकली। उसका ध्यान दरी पर नहीं होने से वह उस पर पैर रखकर निकल गई।

बादशाह ने देखा तो वे गुस्सा हो उठे। वे बोले क्या तुम्हें यह दिखाई नहीं दिया कि मैं नमाज़ पढ़ रहा हूं ? मैं खुदा की बंदगी में लीन था, यह देखते हुए भी तुम मेरी दरी पर पैर रखकर चली गई। युवती ने यह बात सुनी, तो जवाब में उसने एक दोहा पढ़ा:-

नर राची सूझी नहीं, तुम कस लख्यों सुजान।
पढि कुरान बौरे भयो, नहीं राच्यौ रहमान।।

मैं तो अपने प्रियतम की खोज में मग्न थी इसलिए मेरा ध्यान आपकी ओर नहीं गया मगर आप तो भगवान की भक्ति में लीन थे फिर भला आपने मुझे कैसे देख लिया। लगता है आपका ध्यान नमाज़ की ओर नहीं मेरी ओर था।

यदि इतना ध्यान सच्चे परमात्मा की लरफ लगा देते तो शायद वो भी मिल जाता। यह सुनकर अकबर सन्न रह गये।

श्री गुरू पूजा (प्रथम दिन.....)

प्रवचन स्वामी श्री विशेषानंद जी

बन्दऊं गुरूपद कंज कृपा सिन्धु नर रूप हरि।
महा मोह तम पुंज जासू वचन रवि करनी कर।।
सर्व वेदान्त सिद्धान्त गोचर तम गोचरं।
गोबिन्दं परमानन्दं सदगुरूं तम प्रणतोऽस्मि।।
न कुछ किया न कर सकूं न कुछ करने योग।
जो कुछ किया प्रभु आप किया प्रभु आप ही करने योग।।

सन्त कबीर महत्वपूर्ण वचन फरमाते हैं:—

शब्द कहां से उठत है कहां को जाए समाए।
हाथ पांव बांके नहीं, कैसे पकड़ा जाए।।

यह उनके वचन प्रश्नवाचक भी हैं और बोधवाचक भी हैं। प्रश्नवाचक का अर्थ कि उन्होंने कोई प्रश्न किया किसी विवेकी, विचारवान किसी सूझवान को जगाने का प्रयास करते हुए। वे प्रश्न देते हैं कि शब्द कहां से उठत है हे प्रेमी इस बात पर चर्चा करने से पहले एक बात और ख्याल में ले लेना कि दो प्रकार के लोग इस दुनियां में विरजमान हैं। पहली प्रकार के वो लोग कि जो केवल औऱ केवल शारीरिक माध्यम से ही परमात्मा को पाना चाहते हैं या पाने का प्रयास करते हैं दूसरे वो लोग जिन्होंने शरीर को परमात्म प्राप्ति का माध्यम एक जरिया तो समझा उससे ज्यादा नहीं। जिन्होंने इस शरीर को जरिया समझा उन्होंने खोज अपने भीतर करी जिन्होंने शरीरों तक को परमात्मा माना उनकी खोज बाहरमुखी थी।

जिनकी खोज अन्दर थी उनके वचन भी अन्दर के हैं। उनके प्रयास उनकी सब कोशिशें अन्दर की हैं और जिनका तरीका जिनका जरिया ही बाहरमुखी था उनके प्रयास भी फिर बाहरमुखी रहे। इसलिए सन्त कबीर जब भी कोई वचन बोलते हैं तो पूर्णत: अन्तर मुख होकर बोलते हैं। ताकि समझने वाले को सर्व प्रथम किसी प्रकार का भ्रम न रहे। कोई भ्रम न हो कि यह वचन कहां के हैं स्पष्ट शब्दों में कहते हैं। बुलंद आवाज़ से अन्दर की बात करी बाहर की नहीं।

शब्द कहां से उठत है कहां पे जाए समाए।
हाथ पांव बांके नहीं कैसे पकड़ा जाए।।

शब्द का अर्थ होता है तुम्हारी भाषा में कहूं जो स्वर और व्यंजन के मेल से बने वो शब्द चाहे साधारण हों या किसी खास स्थिति में किसी खास व्यक्ति के लिए उपयुक्त हुए हों। मूल उनका अर्थ रह जाता है अपनी बात समझाने का तरीका क्योंकि दुनियां में जितनी भी भाषाएं मैं आप या हमारे से पहले हुए ज्ञानी जन, अज्ञानी जन, विद्वान, मूर्ख जितनी भी तरह के लोग अपनी बात को समझाते हैं या किसी की समझते हैं वो माध्यम है शब्दों का। शब्द एक ऐसी चीज़ जिसके ऊपर विज्ञान बहुत गहरी तह तक जाकर परमात्मा को समझाने के लिए नज़दीकी से नज़दीकी तरीकों से समझा गए।

विज्ञान ने जब शब्द के बारे में कहा तो सबसे पहले क्या कहा कि जितनी भी हमारी सृष्टियां हैं, ब्रह्मांड हैं यह शब्द से बना है। जब यह बात विज्ञान ने कही थी तो उससे कहीं पहले हमारे महा पुरूषों ने सरल शब्दों में कह दिया था। जब तक यह वैज्ञानिकों को समझ में आया तब तक ऋषियों महाऋषियों ने इस बात से आगे की कई बातें कर डाली थीं। हे प्रेमी! उन महापुरूषों के पास न तो कोई डिग्री थी न कोई Certificate—प्रमाण पत्र थे केवल अनुभव था अनुभव क्या था

शब्दे धरती शब्दे आकाश शब्दे शब्द भ्यो प्रकाश।।

अनुभव के वचन थे कि शब्दै धरती ज्यादा प्रमाण नहीं देने चल पड़े कि ऐसे है वैसे है। कोई पूछे तो कहते भई अनुभव से है बस इससे ज्यादा कुछ नहीं है। बस अनुभव से है क्योंकि लिखित प्रमाणों को झूठा साबित किया जा सकता पर हृदय के, प्राणों के प्रमाण को नहीं क्योंकि प्राणों का प्रमाण क्या होता है। प्राणों का प्रमाण अर्थात जो अपने प्राणों में उतर कर खोजा गया हो और वो प्राणों का प्रमाण इसलिए भी झूठा नहीं क्योंकि वो बाहर की तर्कों से नहीं आया।

जो Science के विद्यार्थी रहे हैं उनको एक प्रश्न जो पूछा जाता है तकरीबन तकरीबन उस प्रश्न का जबाव उन्हें पता नहीं होता वो प्रश्न क्या है ? अध्यापक गण पूछते हैं। बताओ ऐसा कौन सा एक शब्द है जिसके ऊपर पूरा विज्ञान टिका है ? यदि मैं तुम्हें भी पूछ लूं जिन्होंने पढ़ रखा तकरीबन उन्हें भी पता नहीं होगा। कोई कहता जी वो शब्द है Science। कोई कुछ—कोई कुछ।

बहुत कम लोग जानते होंगे कि पूरी की पूरी साईंस, बाहरी विज्ञान एक शब्द पर टिका है वह है Suppose। जब भी कहीं बात चलेगी किसी Logic की बात चलेगी तो सबसे पहला शब्द आता है कि मान लीजिए क्योंकि उनका काम है Supposition से शुरू होना किसी गठित किसी सुनिश्चित विचारों से होकर Supposition पर ही खत्म हो जाना। तो पहले कहते हैं विज्ञान में गणित में बहुत सारे ऐसे प्रश्न हैं जब उनको हल किया जाता तो लिखा जाता है मान लीजिए X बराबर Y बराबर आदि-आदि। Suppose एक ऐसा शब्द है जिस पर पूरी साईंस आधारित पर महापुरूषों के जीवन में Suppose के लिए कोई जगह नहीं। कभी नहीं कहते मान लो कि तुम आनन्दित हो। इसका सवाल ही नहीं क्योंकि मानने को तुम महापुरूषों से पहले ही तैयार हैं। जिसने महापुरूष की सुन ली वो फिर मान नहीं सकता। बाहरी विज्ञान पहले मनाता है फिर कुछ बताता है। गुरू महाराज पहले पकड़ाते हैं क्योंकि जिसने पकड़ लिए उसे फिर मानने की जरूरत क्या है। sup-position मान्यता यह तब चाहिए होती जब पदार्थ न हो। गुरू महाराज कहते हैं पदार्थ पकड़। गुरूवाणी में महापुरूषों का वचन है **''नाम पदार्थ नानक मांगे।''** कोई मान्यता नहीं मांगे कुछ नहीं चाहिए सिर्फ औऱ सिर्फ नाम पदार्थ।

एक है नाम पदार्थ और दूसरी तरफ है खाली मान्यता। तो मैं शब्द की बात कह रहा था। शब्द को इस तरीके से समझ लेना शब्द है एक प्रकार का आभास या एक प्रकार का तरीका जिससे हम अपनी बात किसी को समझाते हैं। विज्ञान यह कहता है कि सृष्टियां बनीं शब्द से हैं लेकिन जब यह प्रश्न आता है कैसे बनीं ? तो वहां तक विज्ञान अभी तक कुछ खोज नहीं पाया प्रमाणित तरीके से खोज नहीं पाया assumption है कि शायद ऐसे हुआ होगा लेकिन महापुरूषों ने जो मूल तथ्य था वो पहले ही कह दिया **शब्दै धरती शब्दै आकाश शब्दै शब्द भ्यो प्रगास।।** कि जो कुछ भी जहां दिखाई दे रहा यह शब्द से है। लेकिन हे प्रेमी! अन्तर किस बात का। अन्तर यह है कि यहां शब्द का वर्णन किया जाता वहां पर भी इसके दो भाग हो जाते।

एक तो वो शब्द जिसे हम वर्णन करते हैं लिखते हैं बोलते हैं पढ़ते हैं सुनते हैं, एक वो जिसे न बोला जाए न सुना जाए न कहा जाए कोई उसका वर्णन नहीं जब बात बाहरी शब्द की आती है वहां

पर लिखित भी है ग्रंथों में लिखे हुए हैं। आपके मेरे पास संकलित हैं और दूसरी तरफ है जिसे कबीर साहिब कहते हैं शून्य शब्द-शून्य शब्द का अर्थ कि यदि तुम कहोगे शब्द कैसा? शून्य। है ही नहीं, पर फिर भी है। हे प्रेमी! जब बात केवल शब्द की थी तब तक तो समझ में आती ज्यों ही इस शब्द के दो भाग होने शुरू होते त्यों ही यह अन्दर से उड़नी शुरू हो जाती क्योंकि वो बात फिर टिक नहीं पाती वो बुद्धि में बैठ नहीं पाती।

आखिरकार यह शून्य शब्द है क्या? शून्य शब्द समझने में कुछ ऐसा है कि जैसे कोई कहे मेरे घर में पुत्र पैदा हुआ। अब जिसने यह कहा कि मेरे घर में पुत्र पैदा हुआ एक तो उसने यह मुंह से शब्द कह डाले इसकी Copy तुम करलो। तुम भी कहो कि मेरे घर में पुत्र पैदा हुआ। Copy तो हो गयी। एक है उस व्यक्ति का आनन्द कि जिसके घर में पुत्र पैदा हुआ वो आनन्द केवल वही जानता। जिसने शब्दों को Copy किया उसके पल्ले भी वो आनन्द नहीं। हे प्रेमी! परमात्मा के संबंध में शब्दों की धारणा भी कुछ ऐसी है। एक तरफ तो ग्रंथों में **महापुरूषों ने कहा, '' पायो या पाया।'' दूसरी तरफ उनको तू भी गाये तो तुझे हे प्रेमी! वो आनन्द नहीं मिलता** जो उस देखने वाले को जानने वाले को मिला क्योंकि उसने अनुभव में उतर कर कुछ कहा सो किसी ने लिख डाला। तूने अनुभव में नहीं उतरा तूने तो लिखे हुए को गाया और हे प्रेमी! गाया कितना भी जाये कुछ दे नहीं सकता इसलिए महापुरूषों ने जब भी कभी समझाना चाहा तो कुछ संकेतात्मक चिन्ह दिये कुछ ऐसे तरीके कुछ ऐसे शब्द दिये जिनसे किसी को समझाया जा सके तो कबीर साहिब प्रश्नवाचक तरीके से कहते हैं

शब्द कहां से उठत है कहां को जाए समाए।
हाथ पांव बांके नहीं कैसे पकड़ा जाए।।

कहते कि शब्द कहां से उठ रहा कहां पर समा रहा जिसके हाथ पैर नहीं उस शब्द को कैसे पकड़ा जाए, क्या प्रयास करें। हे प्रेमी! जिस स्थिति में कबीर बोलते हैं उस स्थिति में, उन दिनों में चारों तरफ एक शोर हुआ करता था कि परमात्म शब्द का जाप करो, परमात्म नाम का जप करो, परमात्मा के शब्दों को गाओ इस चीज का बहुत ही शोर एक प्रचार हुआ करता था। जितना यह प्रचार जितना यह जोर हुआ करता था।

कबीर साहिब समझाना कुछ और चाहते हैं। उस समय की बोली में बोले दुनिया समझती कुछ और थी सो कबीर उन्हीं महापुरूषों की जो उनसे पहले हो रखे ये उन सब की बोली को एकत्रित करके कुछ प्यारी सी बात कह गये, प्रश्न दे गये। कबीर समझाते हैं भाई देख तुम शब्द-शब्द कहते हो आखिर क्या है यह शब्द जिसके हाथ पांव नहीं हाथ पांव अर्थात जिसका कोई सिरा नहीं कोई लड़ नहीं क्योंकि लिखित को तुम पढ़ सकते हो कि यहां से शुरू यहां पर खत्म पर जब परमात्मा शब्द का सवाल आया तो न शुरू है और न अन्त है। इसलिए कहते उसके हाथ पांव नहीं कैसे पकड़ा जाए। हे प्रेमी यह बात सही अर्थों में चलती कहां से है।

इस प्रश्न का या इसके जबाव का वर्णन करने से पहले मैं पीछे जाऊंगा थोड़ा सा यह तकरीबन-तकरीबन बात वैदिक काल की है। वैदिक काल का अर्थ कि जिस समय में वेदों का अविर्भाव माना जाता है। वेदों का आगमन माना जाता है उस समय से ऋषियों महर्षियों के शब्दों में जो सबसे प्रचलित बात थी प्रचलित शब्द था वो था ॐ उसे गौतम बुद्ध ने भी, उसे तिब्बती महापुरूषों ने भी,

जैन पंथ के महावीर जैन ने भी, गुरू नानक साहिब ने भी यहां तक कि मोहम्मद साहिब ने भी उस शब्द को जगह दी पर दी अपने तरीके से पर सब नें दी गुरू नानक साहिब उसके लिए प्रश्न रूप कह गये इक ओंकार। हे प्रेमी! तुम सरलता से कहो कि इक ओंकार यह प्रश्न है जिसे पता नहीं उसके लिए सबसे बड़ा प्रश्न, जिसे पता है उसके लिए सबसे बड़ा जबाव क्योंकि जिसे पता है उसका मन कहीं दूसरी तरफ को जाए तो सबसे पहला वाक्य सामने आता इक ओंकार कहीं मत घूम उसके ऊपर टिक आजा वापिस मन कहीं डोले चित्त कहीं किसी तरफ को जाये कोई दुविधा खड़ी हो जाए महापुरूष कहते इक ओंकार वापिस आ जिसे पता नहीं उसके लिए बड़ा भारी प्रश्न है क्योंकि वो शुरू यहीं से करेगा और भटक जाएगा कहीं और।

यात्रा चलती है इक ओंकार से परन्तु चले कहीं अनन्त में। पता ही नहीं कहां जा रही। हे प्रेमी! यह प्रश्नकर्त्ताओं के लिए प्रश्न हैं उत्तर देने वालों के लिए उत्तर हैं। इसी चीज़ को जो तिब्बती सन्त हुए उन्होंने भी इस शब्द को कहा ॐ। सभी ने अपनी-अपनी भाषा में वर्णन किया लेकिन हे प्रेमी! तथ्य क्या है कि वैदिक काल से जब यह शब्द सुनने में आया लिखने में भी आया परन्तु जब भी किसी ने कहा तो उसने एक बात कही कि यह ध्वनि है केवल और केवल ध्वनि है, इससे ज्यादा नहीं। और यह ज्यादा प्रचलित कब हुआ जब कछ लोग यात्रा करते-करते हिमालय की तरफ निकले वहां उन्होंने एक पहाड़ देखा जिसे आज भी कहा जाता ॐ पर्वत, ॐपर्वत एक ऐसा पहाड़ है तकरीबन 6191 मीटर जिसकी ऊंचाई है उसको आप ऊपर से देखो तो ॐ जैसे उसकी आकृति बनी हुई बर्फ बहुत पड़ती उसके ऊपर हे प्रेमी! अन्ध विश्वासी को चाहिए ही क्या? क्योंकि कहावत है कहते जिसने डरना हो उसे सांप की नहीं उसे तो रस्सी से भी ड़राया जा सकता। कोई जरूरी नहीं कि सांप लाना हो।

जिसने अंधेरे का पूजन करना हो उसके लिए फिर औरों की क्या जरूरत। प्रकृति ने ही बहुत कुछ दे रखा। अब वो जो प्राकृतिक पर्वत माला बनी है पहाड़ बना है उसकी आकृति जैसे ओम लिखा है। वहां से यह प्रचलन हो गया कि यह ओम तो सृष्टि का सार है और हे प्रेमी! धीरे-धीरे जब महापुरूषों ने समझाया धीरे-धीरे महापुरूषों ने जब कुछ बांटना शुरू किया, कुछ दिया तो सबसे पहले प्रश्न दिया। जबाव नहीं दे दिया कि जबाव देने का अर्थ था बात को बेकार करना। **पहले महापुरूषों ने प्रश्न दिया प्रश्न क्या किया कहते कि ॐ यह तो वो कहे जिसकी जीभ है जिस बेचारे की जीभ नहीं वो क्या कहे।** इस प्रश्न के ऊपर वैदिक काल से बहस चलती आ रही। थोड़ी बहुत थमी फिर रूकी फिर थमी बस यही चलती आ रही। आज तक इसका तथ्य नहीं निकला। एक तो यह समस्या थी दूसरी तरफ जैसे मैंने कहा कि जिसने जान लिया उसे मानने की क्या जरूरत जिसने मानना ही है उसको जानने की जरूरत नहीं। कुछ तो वो सज्जन थे जिन्होंने खोजना शुरू कर दिया कि वास्तव में असलियत में ॐ क्या है। कहां से आया? वो तो खोज करते-करते निकल पड़े किसी ज्ञानवान महापुरूष की शरण में परन्तु जिन्होंने खोजना नहीं था उन्होंने रास्ता खड़ा कर लिया मानने का कैसे कि खोजना मुश्किल है अब जो कह लेते हैं ॐ तो फिर ॐ ही ठीक है बस चलने दो।

क्यों झगड़ा करना क्या लेना क्या निकालना ऐसे ही कहते बिना वजह क्यों सिर खपाई करो। जो है सो

ठीक। सत्तवचन—झगड़ा क्यों? अब जो कहते थे सतवचन वो एक तरफ को हो लिये पर जिन्होंने मादा रखा कि खोजना है वो किसी ज्ञानवान की शरण में गये। अब जो किसी ज्ञानवान की शरण हुए उनके अनुभव क्या थे कि उन्होंने कुछ पाया क्या कि जो भी हम जीभ से कहते हैं यह तो यथार्थ में है ही कुछ नहीं। यह तो केवल औऱ केवल किसी ध्वनि को संकेत देने मात्रा है। ध्वनि को संकेत का मतलब है पास से कहीं रेलगाड़ी गुज़र जाए मैं आप में से किसी को पूछूं कि आवाज़ कैसी है एक कहता है कू...छिक...छिक दूसरा कहता नहीं टू...टिक..टिक... तीसरा कहता भू..विक-विक..... हे प्रेमी! सारे सच्चे हैं क्योंकि जो रेल गाड़ी की आवाज़ है वो शब्द नहीं वो केवल और केवल ध्वनि है।

ध्वनि को सुनकर ब्यां करने के लिए हमने शब्दों का सहारा लिया। ऐसे ही जो अपने अन्दर ध्वनि थी जब उसकी गूंज पड़ी उस गूंज को कहने के लिए महापुरूषों ने जिस शब्द का सहारा लिया और वो शब्द था ओम। हे प्रेमी! इस भूल में मत रहना कि ॐ ही ध्वनि है बल्कि उस ध्वनि को उच्चारित करने के लिए समझाने के लिए एक शब्द लिया ओम। कुछ ऐसे समझें किसी बच्चे को उसके अध्यापक ने जोर से थप्पड़ जड़ दिया एक और जब बच्चे को पूछा उसकी मां ने कि कैसे पड़ा तो बच्चा कहता कि अध्यापक ने टिच करके मार दिया। अब हे प्रेमी! अध्यापक ने टिच कर के कहां मार दिया यह तो हुआ अंदाज़ ए बयां पर थप्पड़ में टिच कहां से आ गया। टिच का अर्थ है कि जैसा उस बच्चे को ध्वनि अनुभव हुई। थप्पड़ पड़ना तो एक क्रिया है। हाथ उसके मुंह से टकरा गया पर आवाज़ कैसी हुई उस आवाज को जिसने अनुभव किया वो कहता टिच करके। कभी आप ज्यादातर बच्चों को बात करते सुनो बच्चे कहीं गिर जायें तो कहते मैं धड़ाम से निचे गिर गया। अब हे प्रेमी! धड़ाम कहां से आ गया। चलता था पैर फिसला गिरा, खड़ा हो गया इसमें खोजने जाये तो धड़ाम कहां से आ गया क्या है वो धड़ाम, धड़ाम का अर्थ कि जो कुछ क्रिया हुई उसमें Sound Effect क्या था। उसमें अनुभव क्या था वो था धड़ाम **जब भी हमारे जीवन में कुछ ध्वनि की घटना होती है आवाज़ आती है उसे दूसरे को**

कैसे समझायें तो वहां पर हम शब्दों का निर्माण करते हैं ऐसे ही महापुरूष के प्राणों में जो घटना घटी अब वो क्या कहें कि मैंने क्या सुना तो वहां पर वो कहता कि मैंने ॐ सुना। सिर्फ और सिर्फ ॐ, बस ज्यादा नहीं।

अब हे प्रेमी ॐ सुनने का अर्थ यह नहीं था कि ॐ-ॐ-ॐ सुना वो कहना यह चाह रहा है कि जैसे आपको कोई बच्चा कहे कि पापा मैंने कु चिक-चिक... सुना मम्मी मैंने कु चिक-चिक सुना अब क्या कहेंगे कि कु चिक-चिक क्या है? वो रेल भी हो सकती है, कोई और गाड़ी भी हो सकती है। पर समझाने का अर्थ क्या है कि मैंने कोई ध्वनि सुनी वो यह न कहकर उस ध्वनि को शब्द दे रहा। महापुरूषों ने भी ज्यादातर यह कहा ॐ। क्योंकि महापुरूषों ने तुमसे चोरी कुछ नहीं रखा—छुपाया नहीं। यह नहीं कह दिया कि मैं नहीं बताऊंगा। महांपुरूष कहते जितना मैंने सुना मैं बता रहा हूं पर हे प्रेमी! समस्या फिर वहीं की वहीं है। रेलगाड़ी को कु...चिक-चिक कहें तो भी ठीक, पु....पिक-पिक कहें तो वो भी ठीक।

क्योंकि Sound is Sound. आवाज़ तो आवाज़ है उसे शब्दों से बांधा नहीं जा सकता। बच्चा कहे कि मैं धड़ाम करके गिरा कोई कहता कि मैं पड़ाम करके गिरा क्योंकि हे प्रेमी! Sound तो फिर Sound थी उसे शब्दों से तुम बांध नहीं सकते बिलकुल इसी प्रकार इसी तरह सोचना प्राणों में महापुरूषों ने कुछ ध्वनि सुनी जब कोई भक्त पूछता है कि हे गुरू महाराज ''सुना क्या'' वो तो बताओ? तो कहते भई ज्यादा से ज्यादा ॐ क्योंकि ध्वनि को शब्दों में उच्चारण देने के लिए जरूरत पड़ी। उसी शब्द को महापुरूषों नें 22 प्रकार से कहा-किसी ने नाद ब्रह्म करके कहा, किसी ने ॐ, किसी ने ॐपद्मे मणि करके कहा, मणि अर्थात यह देदीपय्मान है, चमचमाहट है इसमें, किसी ने परब्रह्म परात्पर ब्रह्म करके कहा, किसी ने ला इलाह इल अल्लाह यह भी करके संबोधित किया, किसी ने कहा इक ओंकार ओम तो है पर वो भी आकार में है स्वरूप में है ऐसे नहीं।

हे प्रेमी! जिस-जिस ने संबोधन किया जिस-जिस ने समझाया महिमा गाई, उस-उस ने अपने ही तरीके से नाम को प्रदर्शित किया, उस-उस ने अपने ही तरीके से नाम का वर्णन किया कि महापुरूषों नें जो कोमल से कोमल बहुत ही सरल शब्द दिया था उस ध्वनि को समझने के लिए वो शब्द दिया इक ओंकार क्योंकि हे प्रेमी! न तो कहा हुआ ओम ही सार है, न कहा हुआ ओंकार ही सार है, सार तो है अनुभव। अब अनुभव को हम कैसे समझें सो महापुरुषों ने स्पष्ट करके कुछ शब्द देने शुरू किये यह कुछ ऐसा खेल है।

एक बहुत ही नामचीन वैज्ञानिक हुए Albert Einstein एक ऐसा परीक्षण कर रहे थे जिसे करते-करते 700 बार वो असफल हो गये लगन बहुत थी तो 700 बार प्रयास किया उनका जो एक Assistant रहा उस पूरी खोज में उस व्यक्ति ने 700 बार किये हुए प्रयास के बाद हाथ खड़े कर दिये कहता Sir अब मैं आपके साथ और ज्यादा सहभागी नहीं हो सकता क्योंकि हम एक ही खोज में 700 बार असफल हो गये क्या कहेंगे हमारे भविष्य के लोग कि Einstein और उसका Assistant 700 बार असफल। Einstein बहुत शान्त स्वभाव से बोले कि नहीं लोग यह नहीं कहेंगे कि 700 बार असफल हो गये। लोग कहेंगे कि 701 वी बार उन्होंने यह काम कर दिया।

जब 701 वी बार किये हुए उस अविष्कार

में वो सफल हुए तो खुशी के मारे वो Assistant चिल्ला पड़ा और उसने कहा I got it हमने जो प्राप्त करना था सो प्राप्त कर लिया। Einstein ने तब कहा कि यही बात बिल्कुल यही शब्द तूं अपनी पत्नी को जाकर बोलना फिर वो देखना क्या कहेगी तो होता क्या है कि जब आदमी खुशी के पलों में हो तो वो अपने परिवार को ही सबसे नज़दीकी महसूस करता है। सो उस सज्जन ने भी जब जाकर पत्नी को कहा, कि भई हम इतने लम्बे चलते प्रयोग में सफल हो गये। पत्नी ने अनसुनी सी कर दी, वो दोबारा पूछता है कि तूने मेरी बात सुनी, कहती छोड़ो ऐसे अविष्कार तो तूं रोज ही करता है क्या नया काम हो गया, इसमें नया क्या हो गया।

हे प्रेमी! अब उस पत्नी के लिए कुछ नया नहीं लेकिन जो 700 बार असफल हो रखा उसके लिए 701 वी बार सफल होना आनन्द की स्थिति है। अब शब्द उसके वही हैं कि मैं बहुत खुश हूं मुझे कुछ मिला पत्नी ने सुन लिया बताओ अब पत्नी को क्या मिल गया। इसी प्रकार से महापुरूष कहते हैं कि पायो परमानन्द। हमें परमानन्द मिल गया हम बहुत खुश हैं बताओ उन वचनों को पढ़कर तुम्हें क्या मिलेगा? जैसे अभी माननीय बी०डी०पी०ओ० साहिब ने अपने जीवन का एक उदाहरण दिया कि जब इन्हें परिवार की तरफ से कहा गया कि आप यह छोड़ें और यह करें तो इन्होंने किया। उसके बाद शिक्षा के क्षेत्र में आये, आगे बढ़े जैसी भी जीवन की चाल रही पर मूल बात है कुछ किया तो कुछ पाया। यदि वो आज अपनी पदवी अपनी Post पर हैं बताओं उसका आनन्द तुम क्या लोगे। तुम में से कोई राष्ट्रपति बन जाए उसका आनन्द है अपना। कोई दूसरा उसका आनन्द कैसे ले। बिल्कुल इसी प्रकार जब महापुरूषों ने कुछ पाया जब उन्हें अपने भीतर कुछ मिला उस आन्नद को तुम पढ़कर नहीं ले सकते। हे प्रेमी! वो तो शब्द रह गये मीरा कहती हैं पायो जी मैंने नाम रत्न धन पायो क्योंकि मीरा को कुछ मिला अनुभव हुआ।

हे प्रेमी! उन वचनों को तुम गाओ, मैं गाऊं क्या मिलेगा उसमें क्योंकि गाना— एक कला है। उस कला को मेरा गला सुरीला हो मैं ज्यादा अच्छा गा जाऊंगा। तुम्हारा मेरे से ज्यादा सुरीला हो तो तुम गा जाओगे, पर लाभ हम दोनों का ही नहीं बिलकुल किसी का लाभ नहीं क्योंकि लाभ ले गयी मीरा। इसी प्रकार जब महापुरूषों को कुछ प्राप्त हुआ हे प्रेमी! तब उन्होंने कहा इक ओंकार। न तूने उठकर कह दिया न मैंने कह दिया जिसे कुछ मिला उसने कहा इक ओंकार और एक को ही कहा बहुत पक्की, बहुत दृढता, बहुत मजबूती से कहा क्योंकि उसमें कोई लाग लपेट नहीं इक ओंकार का अर्थ कि प्राणों से दृढ़ करके एक पकड़ा है। प्राणों से दृढ़ करके एक ही ध्वनि सुनाई दी, दो नही। क्योंकि यदि भटक जाते तो कह देते दो ओंकार दस ओंकार पर नहीं केवल एक अब हे प्रेमी! वो एक उन्हें भी सुनी तो कही तुम भी अपने प्राणों में उतर जाओ तुम्हें भी सुनाई देगी पर ध्यान रखना अन्दर उतरोगे तो बाहर जितना मर्जी कुछ करें बाहर सुनाई नहीं देती। गुरूवाणी कार क्या कह गये:—

जाप ताप ज्ञान सब ध्यान
खट शास्त्र सिम्रत वखिआन।
जोग अभ्यास धर्म कर्म किरया,
सकल त्याग वन मध्ये फिरया।।

हे प्रेमी! यह वो लिस्ट है जो आप और मैं या हम जैसे सब सज्जन दुनिया में पहले करते ही आये। चलता ही यही रहा जाप अर्थात जपों में मस्त हो

गये। सुबह उठकर जाप करने, शाम को करना, दोपहर को करना, अर्धरात्री में करना महापुरूषों के कहे हुए सम्पूर्ण वचनों में से कुछ निश्चित विशेष वचनों को उठाकर उनको बार-बार घिसाई करना, उनको बोलना, उसे कहा जाप। दूसरा महापुरूषों ने कहा ताप अर्थात शरीर को तपाना चाहे वो आग के माध्यम से तपाएं, भूख के माध्यम से तपाएं पर तपाना उसे कहा तप।

जाप ताप ज्ञान हे प्रेमी! जाप के अहं से किसी को छुड़ाया जा सकता, ताप के अहं से किसी को छुड़ाया जा सकता पर ज्ञान के अहं से किसी को छुड़ाना बड़ा मुश्किल क्योंकि ज्ञान का अर्थ होता है इक छुपी हुई जंजीर, ज्ञान का अर्थ ऐसे है कि *यदि किसी बुजुर्ग आदमी से आप मिलो तो वो कहेगा मेरी सुन मैं ज्यादा जानता हूं, मुझे पता है। I Know तुम चुप रहो, मैं जानता हूं। बच्चे को तुम सही बात करते-करते भी थप्पड़ लगा दो वो चुप हो जाएगा। बुजुर्ग आदमी गल्त बात भी करेगा तुम्हें तब भी सुननी पड़ेगी क्योंकि वो कहेगा मुझे ज्यादा पता।* हे प्रेमी! पता सबसे बड़ी समस्या! महापुरूषों ने कहाः-

जाप ताप ज्ञान सब ध्यान।

सब प्रकार के ध्यान, ध्यान का अर्थ क्रियाएं कोई इसे Meditation कहेगा, कोई इसे बैठक अभ्यास कहेगा, अपनी भाषा में कुछ भी कहे। गुरू नानक साहिब सरल शब्दों में फरमा गये **खट शास्त्र सिम्रत व्याखान** छः शास्त्र जो वेदों के अंश हैं न्यायिक, वशैषिक, मिमांसा, इत्यादि-इत्यादि यह जो षट दर्शन छः प्रकार की Philosophy जो वेदों से निकाली गयी, महापुरूष कहते वो भी नहीं। अपने आप में उतरने के लिए वो छः शास्त्र भी सहायकारी नहीं। **षट शास्त्र सिम्रत वखिआन** सिम्रत वखिआन अर्थात समृति कहते वेदों को। वेदों ने जो-जो भी परमात्मा के लिए गा दिया वो भी कम है। हे प्रेमी! वो ऐसे कम है।

उदाहरण के लिए साथ में कोई बहुत अच्छा डॉक्टर बैठा हो। उसने डॉक्टरी के ऊपर बहुत अच्छी किताब लिखी हुई हो परन्तु यदि आज किसी के सिर दर्द हो जाए तो वो किताब सिर पर रखने से बात नहीं बनेगी। तब भी दवाई ही चाहिए। दवाई का वर्णन तुम्हें मिल जाए तब भी दवाई कहीं से लानी, पैदा करनी पड़ेगी क्योंकि असर करना उस दवा ने। कुछ ऐसा ही महापुरूषों के वचनों के साथ है। ग्रंथ बहुत हैं अनन्त हैं लेकिन हे प्रेमी! असर करना उसमें दी हुई खास कला ने जिसे महापुरूषों ने कहा ब्रह्मज्ञान वो ज्ञान जो बिना गुरू महाराज की कृपा के संभव नहीं, हो सकता ही नहीं चाहे कोई कुछ जोर लगा ले स्मृतियों ने जितनी व्याख्या करी उसको पढ़कर भी ज्ञान नहीं हो जाता।

वेदों ने बहुत कुछ गाया पर ज्ञान नहीं हो जाता। **योग अभ्यास कर्म धर्म क्रिया** हम कितने भी अंग टेढ़े करें योगा करें Exercise करें Physical Fitness जरूर बनती है पर परमात्म प्राप्ति उससे भी संभव नहीं। धर्म क्रिया जितनी प्रकार की क्रियाएं धार्मिक जितनी प्रकार के कर्म शुभ कर्म जो कुछ भी करें परमात्म प्राप्ति उनसे नहीं। **सकल त्याग वन मध्ये फिरया** कभी विचार आ जाता कि छोड़ो सब कुछ जंगल में चलते हैं। हे प्रेमी! कबीर साहिव कहते हैं :-

मन के मारे वन गये मन बस्ती के मांहि।

वन में किसलिए गये थे कि चलो जाकर परमात्मा का नाम लेंगे। हे प्रेमी! जिसने घर में न लिया उसने वहां क्या लेना। सो यह तो विधान ऐसा है **सकल त्याग वन मध्य फिरया।** पूरे जंगलों में कहीं घूम जाए कहीं भी।

सरीर कटाए हऊमैं करि राति।
व्रत नेम करै बहु भान्ति।

महापुरूष कहते हैं जिसे सिद्धियों का चसका पड़ जाए सिद्धी करने का चसका अर्थात् तपस्वी होने का मैं कुछ हूं। वो जब छोटे स्तर पर न माने तो बड़े काम करता है। रावण छोटे स्तर पर नहीं माना तो रावण ने अपना गला काट कर चढ़ाना शुरू कर दिया क्योंकि हे प्रेमी! अंहकार की भूख कहीं से तो पूरी करनी है, सम्मान की भूख कहीं से तो पूरी करनी है अब कहां से करें—यहां से नहीं तो फिर वहां से पर पूरी तो करनी है।

सरीर कटाए हऊमै करि राति।

अहंकार से भरकर शरीर काटेगा कोई कहेगा ऊंगली का हवन, कोई कहेगा मास का हवन, कोई हवन कोई कैसा हवन ***व्रत नेम करै बहु भान्ति*** तरह-तरह के व्रत शुरू कर दिये नेम शुरू कर दिये वो किये किसलिए कि या तो कोई पूछे, क्योंकि अहंकार बैठा है, सांप भी ऐसा बैठा है जो हरदम डसने को तैयार। पीछे मांग भी परमात्मा की नहीं। इसी कारण से व्यक्ति ऐसे कर्म करता है। या तो परमात्मा चाहिए और मार्ग का पता नहीं या परमात्मा चाहिए ही नहीं चाहिए तो केवल दुनियावी भोग सम्मान कीर्ती यश आदि **नहीं तुल राम नाम विचार।** कहते बाकी बातें सब ठीक हैं पर गुरू महाराज के सच्चे नाम के बगैर, परमात्म नाम के बगैर यह सब कुछ फीका, यह कुल मिलाकर भी उस एक नाम के बराबर नहीं।

हे प्रेमी! विचार करके देख क्या है वो नाम जिसे कबीर शब्द भी कह गये प्राण ध्वनि भी कह गये। कहां तो वो एक सच्चा नाम परमात्मा का परम नाम सर्वोच्च नाम, कहां ये बाकी छोटे-छोटे कीट पतंगे नाम दुनिया में ऐसे खिलरे हैं। कहां वो एक जिसने सब कुछ को संभाल रखा, कहां ये तेरे, मेरे रचे किन्हीं भक्तों, महापुरूषों के रचे। कहां वो जो किसी ने रचा ही नहीं जिसने सब को रच डाला। हे प्रेमी! वो जो एक सच्चा नाम सबके भीतर व्याप्त है सबके-सबके भीतर। गुरूवाणीकार कहते हैं:—

किणका इक जिस जिय बसाये

हे प्रेमी! तूं कितना छोटा कहेगा, किणका मात्र भी, कोई उससे अछूता नहीं। सब के भीतर सूक्ष्म रूप से व्याप्त है। सब के भीतर कोई पीछे नहीं रह गया। वेद कहते हैं **अमृतस्या पुत्राः** कि तुम सारे उसी अमृत की संतान हो। महापुरूष कहते हैं कि वो तुम सब में व्याप्त है। कोई उससे अलग नहीं, कोई भी एक उससे भिन्न नहीं। क्योंकि हे प्रेमी! वो ज्यों ही भिन्न हुआ त्यों ही तूं, तूं न रह गया फिर हो गया मुर्दा। फिर आने लगे रिश्तेदार चलो ओर कहते अब इसे पहुंचाओ शिवजी के द्वार। हो गया काम तमाम। यह तब तक कीमत है जब तक तेरे भीतर वो किणका मात्र है। इसलिए महापुरूषों ने कहा:—

नहिं तुल राम नाम विचार।

उस परमात्म नाम के बराबर यह सब नाम जितने मर्जी आ जाएं, नहीं। वो एक ही इन सब पर भारी है।

नानक गुरूमुख नाम जरिअै इक बार।

हे प्रेमी! बाकी नाम या पाठ अनन्त बार भी कहे हुए कम हैं और सच्चा नाम एक बार हो जाए वह भी बहुत पर कहा कैसे जाये। वहां जीभ का काम नहीं। ''कहा'' भी न कहूं क्योंकि यह भी भ्रम हो जाएगा सही शब्द है अनुभव। यदि कभी जीवन में सुमिरण में उतरा हो तो एक उस क्षण को याद करना बिल्कुल उसी क्षण को जिस क्षण तेरे ख्यालात 100 % सुमिरण में गये।

100 % उस एक क्षण को कभी याद करे तो क्या पायेगा न उसमें पत्नी है, न उसमें बच्चे न मेरा न तेरा न गुरु महाराज न कोई और। सिर्फ और सिर्फ क्या है अनुभूती अनुभव कि कुछ है। यह भी नहीं कि क्या है क्योंकि कोई कहता कि मैं बैठा मुझे यह हुआ वो हुआ हे प्रेमी! जो पूर्णत: अनुभव है उसमें सिर्फ अनुभव ही है। यह वर्णन भी नहीं कि क्या है। गुरू नानक साहिब को किसी बादशाह ने पूछा था, कि जी उस परमात्मा का—उस ईश्वर का क्या आनन्द है? खुदा का क्या आनन्द है? गुरू नानक साहिब कहते कि गूंगे के मुख में गुड़ है। बस ऐसा स्वाद ऐसा उसका अनुभव मीठा बहुत पर कहने का नहीं। हे प्रेमी! कुछ ऐसा ही होता है भीतर आनन्द तो है पर कहें क्या? है तो है बस है।

जिस मां ने बच्चे को जन्म दिया उसे कोई पूछे कि कितना आनन्द। कहती बड़ा आनन्द है। बस ठीक है, बड़ा आनन्द है! बड़ा है। अब क्या होता बड़ा यदि वो कह दे छोटा, आनन्द फिर भी उतना ही है शब्द जरा और है। वो कहदे परमानन्द है तो भी आनन्द उतना ही है। क्योंकि आनन्द एक Feeling है, एक अनुभव है, उसके अन्दर की घटना है, अब उसकी बातें सुनकर उसकी मां भी कहे कि हां-हां बड़ा आनन्द है उसे काहे का आनन्द उसको हो लिया जो होना था। आनन्द उसके साथ जिसके साथ घटना घटी। जिस तन लागे सो तन जाने। जिस के ऊपर बीत रहा पता उसे है आनंद दूसरा क्या जाने जिसके साथ घटना घटी वो जाने। हे प्रेमी! दूसरा इसका अनुभव कर सकता भी नहीं। तो जो महापुरूषों ने इस विषय में और गहन करके समझाया गूढ़ करके समझाया। वहां पर क्या वचन कहे। महापुरूषों का समझाना था। कहते तुम कुछ भी कर लेना दुनिया में वो नाम के बराबर नहीं औऱ नाम तब तक पकड़ में नहीं आता जब तक गुरू महाराज की कृपा नहीं। बिना गुरू महाराज की कृपा के नाम पकड़ में नहीं आता। कैसे? गुरू महाराज ने ज्ञान कराया, हे प्रेमी! इस चीज़ के दो भाग करना। ज्ञान कराने का अर्थ-गुरू महाराज जी ने कुछ विधि समझाई विधि दी उसमें लगाया और आगे की घटना के लिए कहा अभ्यास कर। जब अभ्यास करने के लिए तुझे प्रयास में लगाया तब यदि तूं वहां सोचे कि मैं बिना गुरू महाराज के कर पाऊं।

तो हे प्रेमी! वहां पर क्या होता वहां पर सबसे पहले आयेंगे प्रश्न और संशय। क्यों आयेंगे? क्योंकि हे प्रेमी! गुरू महाराज से जब भी विमुख होगा तो सहज में हो नहीं सकता कुछ कारण होगा। कभी भी जीवन में देख लो कोई कारण होगा तो हो पाओगे विमुख ऐसे नहीं और जब कोई कारण सामने आया गुरू महाराज से विमुख हुए उसका अर्थ यह है कि गुरू महाराज छोटे पड़ गये और कारण बड़ा हो गया और जब तेरा कारण सदगुरू से बड़ा है तो हे प्रेमी! फिर भजन तो उस कारण का होगा क्योंकि भजन तो बड़ों का होगा। उस चीज़ का जो बड़ी है फिर तूं कहे कि गुरू महाराज को छोड़ के भजन कर लें। भजन होगा नहीं जब बैठेगा तो वो स्मृतियां सामने आयेंगी ऐसे वैसे यह बात वो बात आदि यह चक्कर चलेगा। दूर तक चलता रहेगा। एक आध जन्म नहीं अनन्त जन्म पड़े हैं। अनन्त जन्मों के लिए यदि कहे कि प्रमाण तो हे प्रेमी तेरे सदग्रंथ ही प्रमाण हैं औरों की छोड़ रामायण गीता और शास्त्र, वेद ये असीधे और सीधे तौर पर प्रमाण हैं। यह प्रमाण है समझाने के लिए कि कोई घटना घट सकती है, सावधान! तूं वहां पर सावधान न हो तो दोबारा फिर भी घटना घट सकती है। हे प्रेमी इसलिए

ध्यान रखना जो भी महापुरूषों के वचन जोकि उनका समझाने का माध्यम था जो उनकी समझाने की कृपा रही-वो क्या है कि तूं जैसी भी स्थिति में है दोनों चीज़ो को बराबर सम्भाल। एक तो नाम को सम्भाल दूसरा समय को सम्भाल। यह मैं मोटे तौर पर कह रहा हूं बारीकी से समझेगा तो नाम सम्भल गया तो समय, समय को सम्भाल गया तो नाम। एक ही है क्योंकि जब समय सम्भालने का सवाल आता तो नाम की याद आती अन्यथा कभी समय सम्भलता नहीं। सम्भल सकता नहीं, क्योंकि अपना समय तूं परमात्म भजन के बिना कहीं भी लगा वहां से दुख उपजते हैं।

गुरू नानक साहिब के वचन हैं गुरूवाणी में उन्होंने एक शब्द में समझाया है कि दुनिया में जहां-जहां भी कुछ बीजा वहां पर कांटे निकलते आये। उसका अर्थ था कि हम दुनिया में जो भी कर्म करते हैं उसमें से निकलता क्या है। केवल कांटे या कहें मात्र दुख। पत्नी को पत्नी की दृष्टि से देखकर अपनाने की दृष्टि से देखकर कुछ किया तो दुख निकला। जब पत्नी को कर्त्तव्य देखकर चला तो न दुख न सुख पुत्र को पुत्र की दृष्टि से देखकर चला तो मुसीबत कर्त्तव्य देखकर चला तो न दुख न सुख समता है सो हे प्रेमी! जहां तक इस दुनिया का प्रश्न था इनकी धारा तो यही रहेगी तो खैर जो मैं बात कर रहा था शब्द की कि महापुरूषों ने समझाने के लिए तुम्हें कह दिया शब्द

शब्द कहां से उठत है कहां को जाये समाए।
हाथ पांव बांके नहीं कैसे पकड़ा जाए।।

कि उसके हाथ पैर नहीं तो कैसे पकड़ें तो जबाव दिया

शब्द ध्वनि से उठत है, शुन्य में जाए समाए।
हाथ पांव वाके नहीं, सुरत से पकड़ा जाए।।

शब्द ध्वनि से उठत है, एक शब्द जीभ से भी ऊठत है राम, हरि, सत्तनाम, ओंकार, रारंकार, मकार, ओंकार यह है जो इनसे ऊपर-ऊपर के शब्द हैं पर यह शब्द उन्हीं के लिए हैं जिनकी परमात्म कृपा से जीभ चलती है, जिसकी नहीं चलती उसकी उ आं ही है उसको यह शब्द काम नहीं देते। और एक वो शब्द भी है जो ध्वनि से उठता है हे प्रेमी! अन्तर करना दोनों का एक शब्द जो शब्दों से ही उठता हैं। जो शब्द शब्दों से ही बने हैं। एक शब्द जो ध्वनि से बना है। जो शब्द शब्द से बना है वो कैसा है जैसे राम। यह सुनते ही त्रेतायुग की याद आई कोई धर्नुधारी थे, दशरथ के पुत्र थे यह उनकी चर्चा—उनका वर्णन है। एक वो शब्द जो ध्वनि से ऊठता है जो ध्वनि से पैदा हुआ वो परम पूर्ण है वो नीचे का नहीं सर्वोच्च है।

जब गुरू महाराज ने नाम पकड़ाया तो पहले यह कहा कि प्राणों में अनुभव कर—मत कहीं जीभ पर लेने की कोशिश करना प्राणों में ले। हे प्रेमी क्या था ज्ञान करवाते वक्त क्या समझाया था उसको याद कर प्राणों मे ले प्राणों में अनुभव कर। क्यों कर? क्योंकि ज्यों ही शब्द जीभ के ऊपर आया त्यों ही वो शब्द कथन हो गया। गुरूवाणी में महापुरूष कहते हैं:—

आवो सन्त प्यारेओ अकथ की करो कहानी।

अब अकथ का मतलब Indefinable जिसकी कोई परिभाषा नहीं जो सब परिभाषाओं से परे है शब्दों से परे है, शब्दातीत है महापुरूष कहते हैं कि हे सन्तजन सन्त प्यारे आओ। सन्तों को इसलिए संबोधित किया कि सन्त होगा तो अकथ की कथा होगी। सन्त न होगा कुछ और ही है तो फिर कथा भी कथ की ही होगी अकथ का तो काम ही नहीं जब यह कहा कि आवो सन्त प्यारेओ तो

संबोधित है निमंत्रण है सन्तों को सन्तों का अर्थ न भगवें, नीले, पीले, सफेद कपड़ों वाला न कोई मूंड मूंड़ाने वाला, जटा बढ़ाने बाला।

सन्त का अर्थ है परमात्मा का प्यारा जिसके रोम-रोम में परमात्मा की ध्वनि गूंज रही। वो किन्हीं वस्त्रों में है, किसी पहरावे में है कोई अन्तर नहीं उसको संबोधित किया जा रहा। अकथ की कहो कहानी। किसकी कहानी कहो ? अकथ की कहानी। हे प्रेमी! बहुत बड़ी बात अकथ की कहानी मांगी नहीं तो दुनिया में आज के समय में संबोधित हो तो चर्चा करो Politics की, किसकी कहानी खेलों की देवता की, मरे की, पैदा हुए की महापुरूष कहते अकथ की। हे प्रेमी! ध्यान रखना वेदों की नहीं ग्रंथों की नहीं, अवतारों की भी नहीं, महापुरूषों की भी नहीं केवल अकथ की। अकथ की कहो कहानी क्योंकि और और जितनी कहानीयां हैं वो तो दुनिया कहती है। राम जी की कथा तूने क्या बतानी वो टी०वी वाले बहुत दिखा गये। पता नहीं कितनी रामायणें बना दी।

शिवजी की कथा औरों की कथा गुरूनानक साहिब की कथा इन सब की कथा कही जा सकती। अकथ की कथा कहने के लिए सन्त चाहिए क्योंकि हे प्रेमी! उस अकथ की भाषा है मौन Silence अब जब परमात्मा की भाषा मौन की है उसे समझाने वाले की भाषा भी मौन होनी चाहिए। शब्दों के माध्यम से परमात्मा समझ में नहीं आता कितना भी चीखा जाए। गुरू महाराज बहुत बोल गये किन्तु समझ में नहीं आया पर ज्यों ही उन्होंने कुछ इशारा किया और तुम भीतर लौटे त्यों ही समझ में आ गया। क्योंकि जो बात ही इशारों से समझ आ सकती है वो शब्दों से कैसे समझ आए। जो है ही इशारों तक की उसे शब्दों से कोई क्या खींचे। तो महापुरूषों ने कहा आओ सन्त प्यारेओ अकथ की कहो कहानी कि उस अकथ की कथा उस अनन्त की कथा कहो और आगे ही एक फिर प्रश्न खड़ा कर दिया **कहो कहानी अकथ केरी कित द्वारे पाइये।** कि चर्चा तो कर दो वो तो ठीक पर यह भी बता दो कि मिले कहां ? ऐसा कौन सा द्वार कौन सा दरवाज़ा है कौन सा दर है जहां वो मिल जाए कौन सी ऐसी हस्ती शक्ति है जो उसी की ही बात करे क्योंकि नहीं तो होता क्या है चर्चा ईश्वर से शुरू हुई चल पड़ी कहीं और महापुरूष कहते कित द्वारे पाईय। एक ऐसी राय दे दो कहां मिले-यहां सिर्फ ये ही हो सो हे प्रेमी इस शब्द की पूर्ण भाषा के लिए कल की चर्चा में मैं फिर इस बात को आगे जारी करूंगा....

कहीं योगा न करने लग जाये

लघु कथा....

एक हरियाणवी:— रै भाई सुना है कि रामदेव डांगरा खात्तर पतंजलि चारा लै के आवेगा।

दूसरा हरियाणवी:— खरा है भाई खुवा देंगे पर डर लागै कदे दूध के टैम पै योगा न करण लाग ज्यावै।।

श्री कृष्ण जन्माष्टमी

समय निरन्तर पहिए की भांति गतिमान है जिसमें आगे से आगे कुछ न कुछ ऐसा होता चला जाता है जो सदा के लिए स्मरणीय बन जाता है। परन्तु दुख की बात यही है कि मात्र स्मरण ही रह जाता है, स्मरण करने का लक्ष्य नहीं। जब अनंत अद्वैत परमात्मा भी कभी अवतरित होता है तो भी कुछ ऐसा ही होता है कि उनके स्मरण हमारे पास रह जाते हैं पर उनके स्मरण के लक्ष्य नहीं।

इतिहास भरा पड़ा है बुद्ध, नानक, महावीर, कबीर इत्यादी-इत्यादी की मिसाल जिनके साथ समाज ने वही व्यवहार किया जो सांप मारने वाले सांप की बजाए लकीर पीट कर किया करते हैं औऱ अपने मन को तसल्ली देते हैं कि शायद लकीर पीटने से सांप मर ही गया होगा। ऐसे ही ज्ञानहीन तथाकथित भक्त भी सोचते हैं कि उनका दिन दिवस इत्यादि मन लेने से शायद वो भी राजी हो गये होंगे पर ऐसा है नहीं।

हाजिर पर हुज्जत गायब की तलाश।

जरूरत होती है समय पर पहचानने की। बाद में पूजा-प्रार्थना कल्याण नहीं करतीं। अर्जुन ने समय पर पहचाना तो ही युद्ध के मैदान में भी कुछ प्राप्त कर सका। संश्य निवारण करके कुछ लाभ उठा सका।

पर ऐसे-ऐसे प्रौढ़ भक्त तब भी थे जो स्वयं को श्री कृष्ण से भी बड़ा मानते थे या ऐसे भी थे जो उन्हें केवल ग्वाला ही समझते रहे। कबीर को जुलाहा और रविदास को जूते बनाने वाला समझने वाले भी दुर्योधन के रिश्तेदार रहे होंगे।

गुरू बिन ज्ञान न उपजे, गुरू बिन मिटे न दोष।
गुरू बिन लखे न सत्त को गुरू बिन मिले न मोक्ष।।

बिना सदगुरू के यह समझ आ भी नहीं सकती कि आखिरकार अवतार है कौन? कहां से आये कैसे हुए। बिना सदगुरू के अवतार केवल मानव रूप ही नज़र आएंगे। इसीलिए श्री कृष्ण कहते हैं।

अवजानन्ति मा मूढा मानुषीं तनुमाश्रितम्।
परं भावमजानन्तो मम भूतमहेश्वरं।। गीता 9/11

मेरे मानव रूप अवतार लेने को मूर्ख लोग नहीं जानते वो नहीं पहचानते कि मैं इस संसार औऱ प्राणियों का ईश्वर हूं।

यह पहचान होती है सदगुरू की शरणागत होने से। ज्ञान रूपी कृपा प्राप्त करके पता चलता है कि प्रभु किस रूप में अवतरित हुए हैं। आगे चलकर ज्ञानवान ही उस आदि अनादि का और उसके अवतारों का पूर्ण लाभ ले सकता है। बाकी संसार केवल उनकी प्रतिमा संभालने तक सीमित रह जाता है। उनके कहे वचनों को पूजने लग जाता है। ग्रंथों की पूजा तक रह जाता है जैसे:-

एक सेठ था उसका बहुत बड़ा कारोबार था। उसके लड़की की शादी थी उसने अलग-अलग शहरों में अपने दो प्रबन्धकों को चिट्ठी भेजी और उनमें से एक से कपड़े और एक से गहने मंगवाए। जब कपड़े वाले प्रबन्धक को चिट्ठी मिली तो उसने चिट्ठी पढ़ी और कपड़े भेज दिए। अब जो दूसरा गहने वाला प्रबन्धक था, उसके पास जब चिट्ठी पहुंची तो वह बहुत खुश हुआ और जोर जोर से चिल्लाने लगा कि मेरे सेठ की चिट्ठी आई है। उसने उस चिट्ठी को पढ़ा ही नहीं। बल्कि उसने उस चिट्ठी को सजाकर एक जगह पर रख दिया। जब दूसरी बार सेठ की चिट्ठी आई कि तुमसे गहने मंगवाए

थे तुमने भेजे नहीं। तो उसने उस दूसरी चिट्ठी के आगे धूप-बाती जगाकर उस चिट्ठी की पूजा करना शुरू कर दिया। अब तीसरी बार जब सेठ की चिट्ठी आई तो उसने उस चिट्ठी को फिर से नहीं पढ़ा कि सेठ ने क्या लिखा है। उसने एक मन्दिर बनाकर उस चिट्ठी को मन्दिर में रख दिया औऱ उस मन्दिर में दो पुजारी बैठाकर वहां पर उस चिट्ठी की आरती गाई। जब सेठ ने देखा अब भी गहने नहीं आए तो वह खुद उस प्रबन्धक के पास गया। प्रबन्धक सेठ को देखकर बहुत खुश हुआ। प्रबन्धक ने सेठ से कहा कि जेठ जी आपने जो तीन चिट्ठियां मुझे भेजी मैं उन्हें देखकर बहुत प्रसन्न हुआ और मैंने उनकी पूजा भी शुरू कर दी। सेठ ने कहा कि तुमने उन्हें पढ़कर नहीं देखा कि उनमें क्या लिखा है। जब प्रबन्धक ने तीनों चिट्ठीयां पढ़ी तो वह पढ़कर पानी-पानी हो गया।

ग्रंथ भी परमात्मा की चिट्ठी है, उसे पूजने की बजाय अगर हम उसे खोलकर देखें, पढ़े और विचार करें तो हम अपने मानव जीवन को सार्थक कर सकते हैं क्योंकि पढ़ने से यह प्रश्न आ सकते हैं कि हम इस संसार में किसके लिए आये हैं ? हमारा लक्ष्य क्या ? हमें लक्ष्य कौन पकड़ाए ?

मानुष जन्म की मौज है मिले न बारंबार।
ज्यों तरूवर से पत्ता झड़े बहुर न लागे डार।।

श्वास प्रश्वास की क्रिया से स्मरण शक्ति बढ़ाइए

उन्नीस सौ सत्तानवे में टेल्स (Tells) और उनके साथियों द्वारा श्वास-प्रश्वास की व्यवस्थित क्रिया के 10 वर्ष से 17 वर्ष आयु वर्ग के एक सौ आठ (108) छात्रों को चार वर्गों में बांटकर किये गये परीक्षणों से सिद्ध हुआ है कि इनसे स्मरण शक्ति, धारण शक्ति और चिन्तन शक्ति में अद्‌भुत वृद्धि होती है। उन्होंने श्वास प्रश्वास की क्रिया को चार वर्गों में बांटा।

1. केवल दाहिने नासिका छिद्र।
2. केवल बाएं नासिका छिद्र (इड़ा नाड़ी) से श्वास प्रश्वास की क्रिया करना।
3. क्रमिक छिद्र से श्वास निकालना एवं बायें नासिका छिद्र से श्वास लेकर दाहिने से निकालना।

अर्थात जिससे श्वास लें दूसरे छिद्र से निकालें एवं जिससे निकाले उससे ही लेकर दूसरे से निकालें (Alternate nostril breathing)

4. श्वास-प्रश्वास के लिए नासिका छिद्र का कोई नियमन नहीं।

किन्तु इन चारों ही श्वास प्रश्वास क्रम में मन से श्वास-प्रश्वास का भली प्रकार निरीक्षण (अर्थात श्वास-प्रश्वास पर अवधान) करना आवश्यक था। चार वर्गों में विभाजित करके छात्रों पर यह प्रयोग केवल दस दिन किया गया। इस प्रयोग के प्रथम और अन्तिम दिन छात्रों की बुद्धि परीक्षा की गया और परिणाम में उनकी स्मरण शक्ति और विचार शक्ति दोनों में वृद्धि समान रूप से पायी गयी। हाँ दाहिने और बायें नासिका छिद्र से श्वास क्रिया करने वाले छात्रों के दो समूहों में थोड़ा अन्तर रहा किन्तु यह अन्तर नगण्य सा था।

इसी प्रकार एब्राम्स (Abrams) ने 1972 में ध्यान साधना का प्रयोग (केवल 14 व्यक्तियों पर) किया। उसका परिणाम भी कण्ठस्थ करने और पूर्व के विवरण को स्मरण करने में अतिशय उत्साह जनक प्राप्त हुआ।

गुरू पूजा एक झलक:— श्री कृपा से परमात्म भजन में, सेवा में, भक्ति रस में जो आनंद लेना जीवन का लक्ष्य है वैसे ही संसारिक शिक्षा लेना समरस जीवन जीना एक सहज कर्तव्य भी। इसी बात को ध्यान में रखते हुए पिछले वर्ष की भांति इस वर्ष भी उन बच्चों को A.A.V.P. आश्रम की तरफ से पुरस्कृत किया गया जिन्होंने अपनी शिक्षा के क्षेत्र में किसी ऊंचाई को छूआ था। इस कार्यक्रम के लिए माहिलपुर के माननीय B.D.P.O साहिब आंमत्रित किये गये थे जिन्होंने सब बच्चों को पुरस्कृत किया। इसके साथ-साथ छोटे-छोटे बच्चों की दोहा अंताक्षरी प्रतियोगिता भी करवाई गयी। जिसमें उन बच्चों में सबसे अच्छा प्रदर्शन किया जो नियमित रूप से आरती व सत्संग के पक्के हैं। अत: स्कूली व अध्यात्मिक—दोनों प्रकार की शिक्षा में मेहनत करें। संभवत: अगले वर्ष आप भी पुरस्कार प्राप्ति के योग्य बन पाएं।

सत्संग सूचनाएं

28 अगस्त दिन रविवार : प्रवचन :- स्वामी श्री विशेषानंद जी। स्थान : गांव मनसूहा कलां, जिला-रोपड़ **समय :** प्रात: 11 से 01 तक। **प्रार्थी : अवतार सिंह —**
सम्पर्क- 8437802031 — 8284078968