भावना

धर्म पथ

अनन्त मैत्री ★ अनन्त करुणा ★ अनन्त मुदिता ★ अनन्त उपेक्षा

समग्र विकास शृंखला सं. 44

भावना

धर्मपथ

अंक-44

गुरू चरणों में सादर समर्पित

सम्पादक

डॉ. शिव कुमार पाण्डेय

सह सम्पादक

प्रीति तिवारी

इस अंक में

1	विपश्यना - एक प्रभावशाली ध्यान विधि	3
2	ॐ और इसका व्यावहारिक महत्व	11
3	परमतत्व की अवधारणा - I	28
4	परमतत्व की अवधारणा - II	34
5	क्रिया-कलाप/अध्ययन शिविर	41

संपर्क

शिव कुमार पाण्डेय, मो० 9839817036, e-mail : sheo_2010@rediffmail.com

कु० प्रीती तिवारी, मो० 9839173428, e-mail : preeti.nov6@gmail.com

उमाशंकर पाण्डेय, मो० 9451993170, e-mail : usplko@gmail.com

उ०प्र० एवं उत्तराखण्ड फेडरेशन के लिए 'धर्मपथ' द्वारा प्रकाशित . दिसम्बर 2021

• मुख पृष्ठ - पवन परी (Elemental) •

थियॉसोफिकल सोसाइटी का
संदेश-कथन

सनातन ज्ञान, आध्यात्मिक स्व-रूपान्तरण और
सभी जीवन के एकत्व की अनुभूति तथा
सतत् गहराती हुई समझ को विकसित करते हुए
मानवता की सेवा करना।

जीवन का अर्थ है 'समय'
नववर्ष 2022
जो जीवन से प्यार करते हैं वे आलस्य में समय न गवायें।

सहयोग राशि अथवा सदस्यता शुल्क

1. चेक या बैंक ड्राफ्ट द्वारा **'धर्मपथ'** के नाम से भेज सकते हैं।
2. यूनियन बैंक आफ इण्डिया, दि माल, कानपुर में स्थित **'धर्मपथ'** बचत बैंक खाता सं० 520101223064900 में बैंक की किसी भी भारतीय शाखा में जमा कर सकते हैं।
3. किसी अन्य बैंक के माध्यम से भी RTGS IFSC Code-UBIN0906883 का उपयोग करके **'धर्मपथ'** के खाते में जमा कर सकते हैं।

विपश्यना – एक प्रभावशाली ध्यान विधि

गुरु की खोज की चर्चा में उचित विचार, उचित शब्द और उचित कर्म का प्रसंग आया और यह भी कहा गया था कि खोज के मार्ग पर मन की प्रधान भूमिका है। मन को जाने बिना कुछ भी संभव नहीं। कितने भी जनम ले लें, कितने भी उपाय कर लें। मन सर्वोपरि है इसलिए कि मन ही बंधन का कारण है और मन ही मोक्ष यानि मुक्ति का कारण भी है। इसलिए पतंजलि के योग सूत्र में लिखा है 'योगश्चित्तवृत्ति निरोधः'। चित्त की वृत्तियों का निरोध ही योग है। योग का अर्थ है परमात्मा से संयोग। आत्म साक्षात्कार आत्मा से संयोग। यह बिल्कुल स्पष्ट है चित्त की वृत्तियों के निरोध के बिना योग संभव नहीं।

मैडम ब्लावत्सकी ने 'वायस ऑफ दि सायलेंस' (नीरव नाद) में कहा Mind is the great slayer of the truth, slay the slayer. मन सत्य का परम हंता है, हंता का हनन करो। ब्रह्म विद्या के शब्दों में अर्थात कोई व्यक्तिगत मन नहीं है, सिर्फ सार्वभौम मन का अस्तित्व है। जब तक चित्त की वृत्तिया हैं, मन व्यक्ति गत है; मन जब तक सत्य का हंता है-मन व्यक्तिगत है। बस इतनी सी बात समझनी है। मन जैसे ही चित्त वृत्तियों से मुक्त होता है सार्वभौमिक हो जाता है, सत्य को जानने लगता है, मुक्ति तक पहुँचा देता है।

मन के क्रिया कलाप को समझने, उसकी दासता से मुक्त होकर एक शासक का पद प्राप्त करने के सारे उपाय 'ध्यान' के क्षेत्र में आते हैं। मनुष्यों की प्रकृति या स्वभाव भिन्न-भिन्न है अतः उपाय भी भिन्न-भिन्न हैं।

ध्यान की 112 विधियाँ विज्ञान-भैरव में वर्णित हैं। कहा जाता है कि इन विधियों के दायरे में सम्पूर्ण विश्व के मानव आ जाते हैं। हम कुछ विधियों का अध्ययन करें और जांच करें जो हमारे लिए हितकर हो उन्हें

अपनाकर आगे बढ़ जायें। हम क्या हैं, कैसे हैं, किस स्वभाव के हैं कुछ फर्क नहीं पड़ता। जहाँ हम हैं पग वहीं से बढ़ाना है। एक आगे बढ़ा पग जन्मों की दूरी तय कर लेगा। यहाँ हम भगवान बुद्ध द्वारा दी गई एक सरल किन्तु अत्यन्त प्रभावशाली ध्यान-विधि विपश्यना की चर्चा करेंगे।

विपश्यना की पद्धति को थेरावाद बौद्ध सम्प्रदाय में विशेष मान्यता दी जाती है। पाली भाषा में इसे 'विपस्सना' कहा जाता है। इसका अर्थ है 'खोलना; मुक्त होना, बंधन काटना' आदि आदि। अतः इस पद्धति से अपने तनाव, नकारात्मकता, दुख आदि की मानसिक ग्रंथियों को ढीला कर सकते हैं - खोल सकते हैं और इन विकारों से मुक्त हो सकते हैं। इसमें धार्मिक या साम्प्रदायिक जैसा कुछ नहीं है। शुद्ध वैज्ञानिक पद्धति है। इस विद्या को सीखकर कोई भी ईसाई, मुस्लिम, यहूदी, हिन्दू, जैन, सिख, पारसी लाभ ले सकता हैं। इसमें किसी मंत्र, दृष्य या अदृष्य वस्तुओं पर ध्यान, या शाब्दिक या सांकेतिक निर्देशन का प्रयोग शामिल नहीं है। परन्तु प्रारम्भ से पहले पंचशीलों के पालन का निर्देश अवश्य दिया जाता है। पतंजलि योग के यम, नियम के समान पंचशील हमारे सामान्य जीवन को भी सुखमय और शांत बनाने का मार्ग प्रशस्त करते हैं। अतः इनका सदैव पालन किया जाना हमारे सबके लिए हितकर है।

भगवान बुद्ध को जब बोधि प्राप्त हुई उनके मुख से उद्‌गार निकले -

"अनेक जाति संसारं संधाविस्सं अनिब्बिसं।
गहकारकं गवे सन्तो दुक्खा जाति पुनप्पुनं।।
गहकारक ! दिट्‌ठोसि पुन गेहे न काहसि।।
सब्बा ते फासुका भग्गा गहकूटं विसंवितं।
विसंखार गतं चित्तं तण्हानं खय मज्झगा।।

अर्थात् संसार में अनेक जन्म लेकर दुख भोगता चला आया। मैं इस गृह निर्माणकर्ता को ढूँढ़ता रहा और प्रत्येक जन्म में पुनः पुनः दुक्ख भोगता रहा। ओह ! अब यह गृहकारक दिखाई पड़ गया, अब यह पुनः घर नहीं बना पायेगा। गृह निर्माण की सारी सामग्री नष्ट कर दी गई है। चित्त संस्कार रहित हो गया है, तृष्णा के प्रति लालसा समाप्त हो गई है। संस्कार चले गये तो तृष्णा समाप्त हो गई। क्या सम्बन्ध है दोनों में ? इसके लिए हमें इस नियम को समझना होगा।

पटिच्चसमुप्पाद (The Law of Dependent Origination) : यह भगवान बुद्ध की शिक्षा का मूल आधार है। उसका महत्व बताते हुए उन्होंने कहा - यो पटिच्च समुप्पादम पस्सति
सो धम्मम् पस्सति, यो धम्मम् पस्सति
सो पटिच्च समुप्पादम पस्सति।

जो एक से दूसरे की उत्पत्ति को जानता है वह धर्म को जानता है, जो धर्म को जानता है वह इस नियम को जानता है।

इस सिद्धान्त के अनुसार बारह संधियाँ भव-चक्र बनाते हैं। जो एक दूसरे की उत्पत्ति का कारण हैं।

अनुलोम : अविज्जा पच्चया संखार; संखार पच्चया विञ्ञान।
विञ्ञान पच्चया नाम-रुपम; नाम-रुप पच्चया षडायतन।
षडायतन पच्चया फस्सो; फस्स पच्चया वेदना।
वेदना पच्चया तण्हा; तण्हा पच्चया उपादानं।
उपादानं पच्चया भव; भव पच्चया जाति।
जाति पच्चया जरा, मरणं; सोक, परिदेव (विलाप) दुक्ख
दोमनस्स उपायस्स संभवन्ति, एवमेतस्स केवलस्स
दुक्ख खंधस्स समुदयो होति।

अविद्या से संस्कार, संस्कार से विज्ञान। विज्ञान से नाम-रूप, नाम-रूप से इन्द्रियाँ। इन्द्रियों से स्पर्श, स्पर्श से संवेदना। संवेदना से तृष्णा, तृष्णा से उपादान। उपादान से भव, भव से जन्म। जन्म से वृद्धावस्था, मृत्यु, शोक, विलाप, दुःखों के पहाड़ की उत्पत्ति होती है।

अर्थ : संस्कार : प्रतिक्रिया, अनुबंधन (Reaction, Conditioning)
नाम-रुप : मन और शरीर (Mind-Body)
फस्स : आकर्षण-विकर्षण (Craving - Aversion)
उपादान : आधार, लिप्सा (clinging)

पटिलोम : (Reverse Order)

अविज्जा त्वएव असेस विराग निरोधा, संखार निरोधो
संखार निरोधा, विञ्ञान निरोधो
विञ्ञान निरोधा, नाम-रुप निरोधो
नाम-रुप निरोधा, षडायतन निरोधो
षडायतन निरोधा, फस्स निरोधो
फस्स निरोधा, वेदना निरोधो
वेदना निरोधा, तण्हा निरोधो
तण्हा निरोधा, उपादानं निरोधो
उपादान निरोधा, भव निरोधो
भव निरोधा, जाति निरोधो
जाति निरोधा जरा, मरणं; सोक, परिदेव दुक्ख
दोमनस्स उपायस्स निरुज्झंति, एवमेतस्स केवलस्स
दुक्ख खंधस्स निरोधो होति।

अविद्या के पूर्ण उन्मूलन एवं समापन से प्रतिक्रिया रुक जाती है और जन्म चक्र के बंधन से छुटकारा मिल जाता है। अज्ञान की पूर्ण समाप्ति ही प्रतिक्रिया से पूर्ण मुक्ति है।

यही इस शृंखला में एक की उत्पत्ति दूसरे से है। हमें इस भवचक्र से मुक्त होना है, तो हमे चार आर्य सत्यों को समझना होगा। समझना होगा कि दुख के भव-चक्र की शृंखला को कहाँ किस बिन्दु पर तोड़ा जा सकता है। इस शृंखला में देखें तो पायेंगे कि इन्द्रियों से विषयों का स्पर्श तृष्णा पैदा करता है, वह चाहे राग की हो या द्वेष की। संवेदनाओं से पैदा होने वाली तृष्णा को हम निर्मूल कर सकते है। यही वह बिन्दु है जहाँ से जन्म के भवचक्र को तोड़ा जा सकता है।

<u>विपश्यना ध्यान</u> : भगवान बुद्ध ने कहा मूढ़ मन इस दिशा में प्रयास नहीं कर सकता। उसे पुनः-पुनः भव चक्र में आना होगा। ध्यान के लिए एक तीक्ष्ण, सजग मन की जरूरत है। इसके लिए मन को एकाग्र करने की विधि 'आना पान' बताई और विपश्यना के चार आवश्यक अंग।

1. <u>कायानुपश्यना</u> : इसका अर्थ है काया (शरीर) की विपश्यना। (शरीर को देखते तो प्रायः प्रतिदिन हैं परन्तु विशेष प्रकार से देखना। देखना कि हम जिस काया से प्रेम करते हैं, अपनी हो या दूसरे की, उसमें क्या-क्या है? भगवान बुद्ध कहते हैं जैसे पंसारी की दुकान में चावल, गेहूँ, दाल, मसाला, आटा इत्यादि से बोरे भरे होते हैं वैसे ही हमारी काया है एक बोरे, थैले के समान; इसमें मास, मज्जा, रक्त, हड्डियां, पीब भरा हुआ है। मल-मूत्र की थैलियाँ हैं। क्या हम इसी से प्रेम करते हैं। घृणा का भाव मत लाइये। प्रेम करना अच्छा ही नहीं बहुत अच्छा है। मैं तो यहाँ तक कहूँगा कि यदि किसी ने प्रेम नहीं किया तो संसार का सब ज्ञान व्यर्थ है। तो प्रेम करना

अच्छा है, प्रेम हमें भगवान तक पहुँचा देगा। प्रेम हमारी रक्षा करेगा, प्रत्येक दुख से, बला से, बीमारी से - सब से रक्षा करता है। तो प्रेम करिये आसक्त मत होइये। शरीर का मोह मत करिये। हमारा प्रेम तो आत्मा से आत्मा का है। वाहन तो नाशवान है, वाहन से प्रेम करेंगे तो अंत में दुख ही आयेगा। एक बात और जितनी बातें काया के सम्बन्ध में पहले बतायीं वह भी सत्य है और काया से प्रेम भी सत्य है। केश बड़े सुन्दर हैं, नाखून बड़े सुन्दर हैं, त्वचा बड़ी सुन्दर है, हम प्रायः प्रेम में ऐसा व्यक्त करते हैं। सुन्दर है जब तक संश्लिष्ट है, शरीर से विलग होकर घृणावत हो जाती है। ये सब बातें समझना, हृदय में उतारना - फिर अनासक्त भाव से शुद्ध प्रेम का जीवन जीना - यही विपश्यना है। यह पहला चरण है। यहीं मन और हृदय का अन्तर समझ में आता है। जो ज्ञान प्राप्त किया उसे हृदय में उतारना, आत्मसात करना। सुन्दर रूप दिखेगा तो सौन्दर्य बोध होगा। किसी प्रकार की कामना, वासना नहीं जगेगी। जब कोई स्वादयुक्त भोजन आयेगा तो लालसा नहीं जगेगी। सुन्दर वाणी के प्रति आकर्षण नहीं पैदा होगा। जो वीभत्स है, वैरयुक्त है उसके प्रति वैमनस्य-विकर्षण नहीं पैदा होगा।

2. <u>वेदनानुपश्यना</u> : वेदना अर्थात संवेदना। काया पर उठती जैसी भी संवेदना हो, सुखद, दुखद, अदुखद, असुखद, मोह, वासना, भय, घृणा, क्रोध, जुगुप्सा, लोभ, लालच जो कुछ भी हो उसे प्रज्ञापूर्वक यथाभूत जानना है। एक महत्वपूर्ण बात है काया और मन का गहरा सम्बन्ध है। जैसे ही कोई विचार तरंग मन में उठती है काया पर कोई न कोई संवेदना प्रकट होती है। उदाहरण के लिए भय में रोंगटे खड़े हो जाते हैं, सांसे तेज तेज चलने लगती हैं, धड़कने बढ़ जाती हैं, प्रेम के क्षण शरीर रोमांचित हो

उठता है, त्वचा पर सिहरन होती है आदि-आदि। क्रोध में मुट्ठियाँ भिंचती हैं, चेहरा लाल पड़ जाता है यानि रक्त संचार तेज हो जाता है। इन संवेदनाओं को हमें सिर्फ देखना है। इसमें शामिल नहीं होना है। प्रतिक्रिया नहीं करनी है।

3. <u>चित्तानुपश्यना</u> : नीरव नाद के प्रथम खण्ड के तीसरे सूत्र में मैडम ब्लावत्सकी ने कहा 'साधक को चाहिए कि पहले सम्पूर्ण इन्द्रिय ग्राह्य पदार्थों से विरक्त हो और खोज करे कि इन्द्रियों का राजा कौन है? अर्थात् संकल्प कौन उठाता है और मायाजाल कौन रचता है ? और चौथे सूत्र में कहा कि 'मन ही सत्य का परम हन्ता है; शिवसूत्र कहता है 'चित्तं मंत्राः, आत्मा चित्तं, आत्मा नर्तक' पात्र अशुद्ध हो तो उसमें भरा जल कितना भी शुद्ध हो हम ग्रहण नहीं करते। चित्त विकारों से भरा हो तो परम पवित्र सर्वव्यापी आत्मा भी विवश हो जाती है और स्वयं को व्यक्त नहीं कर पाती। इसलिए चित्त की वृत्तियों को, इसके स्वभाव को समझना, यह तीसरे चरण की विपश्यना है।

चेतन मन की निरंन्तर सक्रियता के कारण हम मन की तह तक नहीं पहुँच पाते और इसके स्वभाव को नहीं समझ सकते। झील का पानी शांत हो तो तलहटी में पड़ी वस्तुयें स्पष्ट दिखायी पड़ती हैं। मन शांत हो तो उठती तरंगों को देखा जा सकता है। सड़क के किनारे खड़े होकर भीड़ भरे यातायात का निर्पेक्ष भाव से निरीक्षण कर सकते हैं। भीड़ में शामिल होकर निरीक्षण कठिन है। तो सर्वप्रथम मन को एकाग्र करने का अभ्यास जरूरी है। भगवान बुद्ध ने -आनापान की सर्वोत्तम विधि बताई। आती जाती सांस पर मन को एकाग्र करने का अभ्यास। मन भटक जाये तो उसे बिना खीझे, बिना व्यग्र हुये, प्यार से, मैत्री भाव से पुनः सांस पर ले आना।

निरीक्षण करें मन भटक कर किस दिशा में बार-बार जाता है। उसका झुकाव किधर है। यह हमारी आदतों को दर्शाता है। प्रत्येक आदत के पीछे एक पृष्ठभूमि छिपी है। उसे ढूँढ़ना होगा। यह पृष्ठभूमि भूतकाल के किसी घटना में स्थित है। यही विचारों की जनक है। इसे ही समझना है। भगवान बुद्ध ने कहा चित्तानुपश्यना करते समय चित्त की जैसी भी स्थिति हो - रागयुक्त, राग विहीन, द्वेषयुक्त, द्वेष विहीन, मोह युक्त, मोह विहीन इत्यादि उसे प्रज्ञा पूर्वक यथाभूत जानना होता है। यथाभूत का अर्थ है जैसा है वैसा ही, केवल उसको देखना, उसको जानना। उसमें फंसकर प्रतिक्रिया नहीं करना।

4. <u>धम्मानुपश्यना</u> : भगवान बुद्ध ने कहा कि प्रकृति के प्रत्येक घटक का अपना-अपना धर्म है। जैसा अग्नि का धर्म है जलाना, ऊष्मा देना, जल का धर्म है शीतलता प्रदान करना आदि-आदि। वैसे ही चित्त पर उठने वाली सभी वृत्तियों का अपना-अपना धर्म है। कामुकता, द्रोह, तन-मन का आलस, उद्वेग-द्वेग और संदेह आदि को प्रज्ञापूर्वक यथाभूत जानना होता है और भीतर बाहर सर्वत्र इनके उदय-व्यय की अनुभूति के साथ समस्त शरीर में विचरण करना होता है, जिससे जागरुकता स्थिर हो और इस बात का ज्ञान, दर्शन प्राप्त हो कि मन की वृत्ति से जो संवेदना प्रकट होती है वह देर सबेर नष्ट भी हो जाती है। इसलिए संसार में कुछ भी स्थाई नहीं है। ये धर्म है। न इन्द्रियां स्थायी हैं न उनके विषय और न ही उनके योग के परिणाम स्थाई हैं। जिस क्षण यह प्रज्ञा जगेगी उसी क्षण बोधि प्राप्त हो जायेगी, और हम अपने लक्ष्य तक पहुँच जायेंगे, निर्मल हो जायेंगे।

प्रस्तुति : शिव कुमार पाण्डेय (सम्पादक), नेशनल लेक्चरर, सेक्रेटरी उ०प्र० एवं उत्तराखण्ड फेडरेशन

ॐ और इसका व्यावहारिक महत्व

– उमाशंकर पाण्डेय

प्रोफेसर थिओडोर गोल्डस्टुकर द्वारा दी गयी ॐ की परिभाषा इस प्रकार है :-

"ॐ एक संस्कृत शब्द है जिसने हिन्दू धर्म के विकास में, रहस्यमय धारणाओं-कि यह हिन्दू सभ्यता के पूर्व काल से भी संबंधित है-के कारण, अधिक महत्त्व प्राप्त किया। इसका मूल भाव है-दृढ़ या गंभीर पुष्टिकरण या स्वीकृति। इस प्रकार जब श्वेत यजुर्वेद में यज्ञकर्ता देवताओं का आवाहन यज्ञ में भाग लेने के लिए करता है, तब सावित्री देवी उसके आवाहन को स्वीकार करने के लिए कहती हैं, "'ॐ' (अर्थात ऐसा हो); आगे बढ़िये।"

या, जब बृहदारण्यक उपनिषद् में देवताओं, मनुष्यों और दानवों के पिता, प्रजापति उनसे पूछते हैं कि उन लोगों ने उनके उपदेश को समझ लिया है, तो वह उनके उत्तर से संतुष्टि इन शब्दों में व्यक्त करते हैं, "ॐ, तुम लोगों ने पूर्णतया समझ लिया है," और उसी उपनिषद् में प्रवाहन, श्वेतकेतु के प्रश्न कि क्या उनके पिता ने उनको उपदेश दिया है, का उत्तर 'ॐ' शब्द अर्थात, 'सत्य' (मैं हूं), बोलते हुए देते हैं।

ऋग्वेद के एक भाग को ऐतरेय ब्राह्मण कहा जाता है, जहां, एक धार्मिक अनुष्ठान का वर्णन करते हुए ऋग्वेद के मंत्र तथा गाथा कहे जाने वाले गीत, होत्री पुजारी द्वारा सुनाए जाते हैं, और उसका प्रत्युत्तर अध्वर्यु पुजारी द्वारा यह कहते हुए दिया जाता है, "होत्री द्वारा सुनाए हुए ऋग्वेद के मन्त्रों का अध्वर्यु द्वारा प्रत्युत्तर 'ॐ' है, और उसी तरह गाथा का

उसका प्रत्युत्तर 'तथा' (अर्थात इस प्रकार) है, क्योंकि 'ॐ' (स्वीकृति का शब्द) देवताओं द्वारा प्रयुक्त होता है, जबकि 'तथा' (स्वीकृति का शब्द) मनुष्यों द्वारा प्रयोग किया जाता है (रूढ़िवादी हिन्दू के लिए ऋग्वेद के मंत्र दैवीय और गाथा मानवीय लेखन के हैं)।

इसमें, शब्द का मूल भाव, नगण्य संदेह है कि 'ॐ' सामान्य संस्कृत शब्द 'एवम' ('इस प्रकार') का केवल एक पुराना और संकुचित या सूक्ष्म रूप है, जो 'अ' के उच्चारण में कुछ व्युत्पन्न (derivation) से 'ए' में परिवर्तित हुआ, एक समय में 'अवम' के रूप में रहा होगा, जब 'अ' के बाद वाले स्वर के उच्चारण को छोड़ देने से, 'वुम', 'अउम' बन गया होगा, और इसलिए भाषा के साधारण ध्वन्यात्मक (phonetic) नियम के अनुसार, 'ॐ' हो गया। संस्कृत में इस तरह के कई उपमान हैं। मगर यह शब्द की व्युत्पत्ति (etymology) संस्कृत साहित्य के प्रारंभिक अवधि में ही खो गयी प्रतीत होती है, क्योंकि प्राचीन व्याकरण में एक दूसरा मिलता है जिसके द्वारा हम प्राचीन और मध्यकालीन भारत के कई धार्मिक तथा धर्मशास्त्रीय रचनाओं में रहस्यवाद का कारण मालूम होता है। इस बाद वाले व्युत्पत्ति के अनुसार 'ॐ' मौलिक 'अव' से एक प्रत्यय 'मां' द्वारा, आएगा, जब 'ॐ', 'अवमं' या 'ओमन' का एक संक्षिप्त रूप होगा, और जैसे 'अव' में 'रक्षा करना, बचाना, सुरक्षित करना' का अर्थ निकलता है, 'ॐ' एक ऐसा शब्द होगा जिसका अर्थ 'रक्षा करना' या 'मोक्ष' है, यज्ञ-कार्य से सम्बंधित वैदिक लेखन में इसके होने से इसके रहस्यमय गुण और पवित्रता का अनुमान होता है।

इसलिए ॐ शुभ शब्द बन गया, जिसके साथ आध्यात्मिक गुरु को वेद के प्रत्येक पाठ का पठन प्रारम्भ करना और शिष्य को अंत करना था।

मौजूदा प्रति-सख्य, या ऋग्वेद का व्याकरण कहता है, "यह शब्दांश (ॐ) वेद-पाठ के शीर्ष पर हो क्योंकि गुरु और शिष्य के लिए यह समान रूप से ब्रह्म, स्वर्ग का द्वार है।" और मनु आदेश देते हैं: "एक ब्राह्मण को वेद के एक पाठ के आरम्भ और अंत में ॐ शब्दांश का उच्चारण अवश्य करना चाहिए; क्योंकि यदि ॐ आरम्भ में नहीं आता, उसकी सीख चली जाएगी; और यदि यह अंत में नहीं आता, कुछ भी नहीं बना रहेगा।"
उस समय जब एक दूसरी श्रेणी के लेखन (पुराण) हिन्दू प्रथा के प्रेरित संहिता में जोड़े गए, उसी समान कारण से ॐ इनका आरम्भिक शब्द है। यह स्पष्ट है कि रहस्यमय शक्ति जो, जैसा ऊपर मनु के नियम-पुस्तक से उद्धरण दिखाता है, इस शब्द का गुण बताया गया था, वह पूर्व चितंन का विषय रहा होगा। इसका एक कारण मनु द्वारा स्वयं दिया गया है। वह कहते हैं, "ब्रह्म, तीन वेदों से निकाले हुए अक्षर अ, उ, म (जो जुड़कर ॐ बनते हैं), भूः (पृथ्वी), भुवः (आकाश) और स्वः (स्वर्ग) के रहस्य्मय शब्दों के साथ;" तथा एक दूसरे मन्त्र में : "ये तीन महान अडिग शब्द, जिनके पहले ॐ है, और (ऋग्वेद का पवित्र मंत्र) गायत्री-जिसमें तीन लाइने हैं, को ब्रह्म (वेद) का मुख (प्रवेश) कहा गया," या जैसा टीकाकार बताते हैं, "अंतिम मुक्ति प्राप्त करने का साधन; और शब्दांश ॐ परम ब्रह्म है। ॐ के मानसिक पाठ के साथ तीन विनियमित श्वास, तीन रहस्यमय शब्द भूः, भुवः, स्वः और गायत्री, उच्चतम भक्ति है।"
"वेद में वर्णित सभी अनुष्ठान, जैसे होम और अन्य यज्ञ, समाप्त हो जाते हैं, किन्तु शब्दांश ॐ को अविनाशी मानना चाहिए; क्योंकि यह ब्रह्म (परमात्मा) स्वयं (का एक प्रतीक), सृष्टि रचना का स्वामी है।" ऐसा विचार मनु और कई उपनिषदों का है। उदाहरण के लिए कठोपनिषद में मृत्यु के देव यमराज, नचिकेता के एक प्रश्न का उत्तर देते हुए कहते हैं:

"शब्द जो सभी वेदों में उल्लेखित है, जिसको सभी तपस्याओं के साधन घोषित करते हैं, जिसकी इच्छा करते हुए धार्मिक साधक अपना धर्म पालन करते हैं, इस शब्द को मैं तुम्हे संक्षेप में बताऊंगा-यह ॐ है। इस शब्दांश का अर्थ है (अवर) ब्रह्म और परम (ब्रह्म)। जो कोई इस शब्दांश को जानता है, वह जो भी इच्छा करता है, प्राप्त करता है।" और प्रसना-उपनिषद में संत पिप्पलाद, सत्यकाम को कहते हैं: "परम और अवर ब्रह्म दोनों ॐ शब्द हैं; इसलिए बुद्धिमान व्यक्ति इसके आधार से इन दोनों में से एक या दूसरे को समझता है। यदि वह इसके एक अक्षर अ पर ध्यान करता है, वह शीघ्र पृथ्वी पर जन्म लेता है; ऋग्वेद के मंत्रों द्वारा मनुष्यों के संसार में ले जाया जाता है; और, यदि वह आत्मसंयम, धर्म-पालन और श्रद्धा पर निष्ठावान है, तो वह महान होता है। किन्तु यदि वह अपने मन में इसके दो अक्षरों (अ तथा उ) पर ध्यान करता है, वह ऋग्वेद के मंत्रों द्वारा बीच के क्षेत्र में उठाया जाता है; चन्द्रमा के संसार में आता है और, वहां शक्ति का भोग कर, फिर मनुष्यों के संसार में वापस आता है। मगर यदि वह इसके तीनों अक्षरों (अ, उ तथा म) द्वारा परमात्मा पर ध्यान करता है, वह सूर्य में प्रकाश में उत्पन्न होता है; जैसे सांप अपने केंचुल से मुक्त होता है, उसी प्रकार वह पाप से मुक्त होता है।" माण्डूक्य उपनिषद के अनुसार जीवात्मा की प्रकृति का सारांश तीन अक्षरों अ, उ तथा म में, उनके पृथक और संयुक्त रूप में दिया है-अ, वैश्वनारा है या ब्रह्म का वह रूप जो जीवात्मा को जाग्रत अवस्था में दर्शाता है; उ, तैजस, या ब्रह्म का वह रूप जो इस को स्वप्न अवस्था में दर्शाता है; और म, प्रज्ञा, या ब्रह्म का वह रूप जो जीवात्मा को सुषुप्ति अवस्था (या वह अवस्था जिसमें यह अस्थायी रुप से परमात्मा से जुड़ा होता है) में दर्शाता है;

जबकि अ, उ, म संयुक्त रुप से (या ॐ), ब्रह्म का चौथा या उच्चतम अवस्था दर्शाता है, "जो अकथनीय है, जिसमें सभी व्यक्त समाप्त हो गए हैं, जो आनन्दमय और अद्वैत है। इसलिए ॐ जीवात्मा है, और वह जो जानता है, इस जीवात्मा के द्वारा परमात्मा में प्रवेश करता है।" इस प्रकार के अनुच्छेदों को अधिक गूढ़ प्रयुक्त वर्णनों की कुंजिका की तरह विचारा जा सकता है; उदाहरण के लिए, योग दर्शन के लेखक द्वारा जहां, तीन छोटे वाक्यों में, वह कहते हैं, "उनका (परमात्मा का) नाम प्रणव (अर्थात ॐ) है; इसका जप (या गुनगुनाना) और इसके अर्थ पर मनन; उससे परमात्मा का ज्ञान आता है और अवरोधों (जैसे व्याधि या बीमारी, शिथिलता या थकान, संशय, प्रमाद, आलस्य आदि, जो योगी के मन को अवरुद्ध करते हैं) का अभाव हो जाता है" (पतंजलि का योगसूत्र-खंड।, सूत्र, २७-३०)। किंतु, साथ ही वे आगे के कार्य को इंगित करते हैं जिसको उपनिषदों के सिद्धांत के रहस्यवाद को बढ़ाने में अन्धविश्वास ने ले लिया। क्योंकि, जैसे ही ॐ शब्द के प्रत्येक अक्षर में पृथक विचार की कल्पना की गई, यह स्पष्ट है कि वि शेष प्रयोजनों की पूर्ति के लिए उन पर दूसरी सांप्रदायिक व्याख्याएं डाल दी गयीं। इस प्रकार महान धर्मशास्त्री और उपनिषदों के टीकाकार, शंकर एक शब्द-व्युत्पत्ति से छोटा करके जिसके द्वारा वह अ को आप्ती (व्याप्त) के संक्षिप्तीकरण में परिवर्तित करते हैं, से संतुष्ट हो जाते हैं, चूंकि वाणी वैश्वनारा द्वारा व्याप्त है; उ को उत्कर्थ (श्रेष्ठता) के संक्षिप्तीकरण में, क्योंकि तैजस, वैश्वनारा से श्रेष्ठ है; और म को मिति (विनाश) के संक्षिप्तीकरण में, वैश्वनारा ओर तैजस, जगत के विनाश और पुनरुत्थान पर, प्रज्ञा में शोषित हो जाते हैं-पुराण अ से विष्णु का एक नाम बनाते हैं; उ से उनकी पत्नी 'श्री' और म से उनके संयुक्त पुजारी का एक नाम; या वे, अ, उ, म में त्रय-ब्रह्मा,

विष्णु, और शिव को देखते हैं; प्रथम अ द्वारा दर्शाते हुए, द्वितीय उ द्वारा और तृतीय म द्वारा-निस्संदेह प्रत्येक संप्रदाय तीनो अक्षरों के संयोजन या ॐ को अपने परम देव के साथ पहचान करते हुए। इसी प्रकार भगवद गीता में भी, जो विष्णु के अवतार कृष्ण की पूजा को समर्पित है, यद्यपि यह वास्तव में योग के सिद्धांत पर आधारित दार्शनिक प्रवृत्तियों की कवि ता है, कृष्ण एक श्लोक में स्वयं के लिए कहते हैं कि वह ॐ हैं; जबकि एक दूसरे श्लोक में वह ॐ को परमात्मा बताते हैं (X, 25 and VII, 8)। ॐ शब्द का एक सामान्य नाम प्रणव-जैसा गीता के अध्याय VII के श्लोक 8 में लिखा है-जो धातु नु, 'प्रशंसा' से आता है, उसके पहले लगा प्रत्यय प्र, प्रमुखता या ओजपूर्ण कथन दर्शाता है, और, इसलिए, अक्षरशः अर्थ होता है 'प्रशंसा, प्रभावी प्रशंसा'।

यद्यपि ॐ, इसके मूल भाव में एक गंभीर या प्रभावी स्वीकृति जैसा शब्द है, वास्तव में कहा जाए तो वैदिक साहित्य तक प्रतिबद्ध है, यह ध्यान देने योग्य है कि यह आज-कल भारतवासियों द्वारा प्रायः 'हां' के अभिप्राय में प्रयोग किया जाता है, बिना किसी गूढ़ गुणों के संकेत से, जैसा की धार्मिक कृतियों में बताया गया है। मोनियर विलियम्स गूढ़ शब्दांश ॐ का निम्नलिखित वर्णन करते हैं : "जब शब्दांश ॐ के दुहराए जाने से, जो आरम्भ में 'वह' या 'हां' का भाव का था, वे लोग कुछ अंश तक मानसिक शांति प्राप्त कर लिए, प्रश्न उठा कि ॐ का क्या अर्थ है, और इसके कई उत्तर दिये गये जैसे-जैसे मन को उच्चतर से उच्चतर विषय की ओर अग्रसित हुआ। इस तरह एक अनुच्छेद में हमें पहले बताया गया कि ॐ वेदों का प्रारंभ है या जैसे हम सामवेद के एक उपनिषद मे पाते हैं सामवेद का प्रारंभ है; इसलि ए जो ॐ पर ध्यान करता है उसको पूरे सामवेद पर ध्यान करता हुआ माना जा सकता है।

ॐ सामवेद का सार है जो, लगभग पूर्ण रूप से ऋग्वेद से लिया गया है, स्वयं में ऋग्वेद का सार कहा जा सकता है। ऋग्वेद सभी वाणी को दर्शाता है सामवेद सभी श्वांस या जीवन, ताकि ॐ सभी बड़े और सभी जीवन का प्रतीक के रूप में सोचा जा सकता है। इस प्रकार ॐ केवल हमारे मानसिक और भौतिक शक्तियों का ही नाम नहीं होता है, किंतु विशेष रुप प्राण या आत्मा के जीवन तत्त्व का भी। यह दूसरे अध्याय में एक नीति कथा द्वारा समझाया गया है, जबकि तृतीय अध्याय में हमारे अंदर की आत्मा को सूर्य में आत्मा के समान कहा गया है।

इसलिए वह जो वह ॐ पर ध्यान करता है, मनुष्य में आत्मा-जो प्रकृति या सूर्य में आत्मा के समान है-पर ध्यान करता है, और इस प्रकार छांदोग्य उपनिषद के प्रारंभ में जो शिक्षा बताई गई उसका अर्थ है कि कोई भी वेद, अपने यज्ञ और अनुष्ठानों के साथ, साधक की मुक्ति प्राप्त नहीं करा सकते। अर्थात वेदों के नियम के अनुसार किये जाने वाले पवित्र कार्यों का अंत में कोई उपयोग नहीं है, किंतु ॐ पर ध्यान या ओम के अर्थ का ज्ञान ही सही मुक्ति या सही अमरत्व प्राप्त करा सकता है।

इसलिए शिष्य को पग से पग द्वारा उपनिषदों के उच्चतम उद्देश्य-अर्थात मनुष्य में आत्मा को उच्चतम आत्मा के साथ समान होने का बोध-की ओर ले जाया जाता है।

पाठ जो विश्व के उस उच्चतम धारणा को ले जाते हैं, आत्म निष्ठ और वस्तुनिष्ठ दोनों, निस्संदेह अधिक अंधविश्वास और निरर्थक विचारों के साथ मिल गए हैं। फिर भी मुख्य उद्देश्य कभी भी दृष्टि से ओझल नहीं हुआ। इस प्रकार जब हम आठवें अध्याय पर आते हैं तो चर्चा यद्यपि ॐ से प्रारंभ होती है, संसार के स्रोत के प्रश्न से अंत होती है, और अंतिम उत्तर-होता है कि ॐ का अर्थ आकाश है, और आकाश सभी

चीजों का स्रोत है।"

डॉक्टर लेक विद्युत को आकाश या हिदंओुं के पांचवे महाभूत की तरह मानते हैं।

इसके बाद ब्लावट्स्की, ॐ पर अपना विचार देती हैं।

श्वास में एक अंदर लेने की श्वांस को पूरक कहा गया है, एक मध्यावधि कुंभक, और एक बाहर निकालना जिसको रेचक कहा गया है। जब श्वांस दाएं नाक से लिया जाता है इसको पिगंला कहते हैं जब दोनों नाक से लिया जाता है इसका नाम सुषुम्ना है और जब यह बाएं नाक से लिया जाता है इसको इड़ा कहा जाता है।

दाहिनी श्वांस अपनी गर्म करने की प्रकृति के कारण सौर्य श्वांस कहलाती है; जबकि बायीं श्वांस अपनी ठंडी प्रकृति के कारण चंद्र श्वांस कहलाती है। सुषुम्ना श्वांस शंभू-नाड़ी कहलाती है। बीच के की अवधि में मानवीय मन को परमात्मा पर ध्यान में व्यस्त होना चाहिए।

श्वांस का स्रोत सूक्ष्म रुप से होता है, और मन का श्वांस से। इंद्रियों के अंग, मन के नियंत्रण में होते हैं। योगी अपने मन को श्वांस के निलंबन द्वारा नियंत्रित करते हैं। सभी वाणी का स्रोत श्वांस है। गहरी श्वांस लेकर सोऽहं शब्द का उच्चारण किया जाता है और उसके बाद नथुनों द्वारा द्वारा श्वांस बाहर निकाली जाती है। इस शब्द का अर्थ है 'मैं ईश्वर में हूं।' अंदर ली जाने वाली श्वांस शक्ति या बल है। बाहर निकलने वाली श्वांस शिव या मृत्यु है। अंतराल, दीर्घायु का प्रोत्साहक है। जब श्वांस को बाहर निकालने के बाद श्वांस अंदर नहीं खींची जाती है, तब मृत्यु होती है। बलपूर्वक श्वांस का बाहर निकलना सर्वदा विघटन होने या मृत्यु का लक्षण होता है। यह दोनों शब्द सोऽहं या हंसो जैवीय अर्थव्यवस्था के बर्बादी का कारण होते हैं, क्योंकि वे अंदर खींची गई हवा के आक्सीजन का फेफड़ों

में प्रवेश होने देते हैं जहां रक्त में फुफ्फुसीय (pulmonary) परिवर्तन होता है।

लावोईसीएर के अनुसार एक वयस्क फ्रांसीसी पुरुष प्रति दिन वायुमंडल से १५६६१ ग्रेन (या १०१५ ग्राम) ऑक्सीजन अंदर श्वांस द्वारा खींचता है, ०.७०५ ग्राम प्रति मिनट की दर से। ॐ शब्द, हवा को मुंह द्वारा अंदर लेते हुए और उसे नथुनों द्वारा बाहर निकालते हुए बोला जाता है।

जब एक मनुष्य मुंह से श्वांस खींचता है और नथुनों से बाहर निकालता है, तब अंदर खींची गई हवा का ऑक्सीजन फेफड़ों में नहीं जाता, जहां रक्त में फुफ्फुसीय (pulmonary) परिवर्तन होते हैं। इससे एक शब्दांश वाला ॐ श्वांस के निलंबन का स्थानापन्न (Substitute) की तरह काम करता है।

शरीर का मल (waste) श्वांस द्वारा लिए गए ऑक्सीजन की मात्रा के अनुपात में होता है। जल्दी-जल्दी श्वांस लेने वाले मनुष्य का मल, धीरे-धीरे श्वांस लेने वाले मनुष्य के मल की तुलना में अधिक होता है। जहां मन की शांति श्वांस को धीमी करती है और शरीर के मल को अवरुद्ध करती है, शांत श्वांस से मन भी शांत होता है। योगी लोग श्वांस को निलंबन या रोककर निर्वाण प्राप्त करते हैं। वेदान्तीय लोग मन को रोककर (मन को खाली कर के) मोक्ष प्राप्त करते हैं। इस प्रकार ॐ जीवात्मा को शरीर से पृथक करने की प्रक्रिया है। यह शरीर के विघटन या मृत्यु के पहले हांफने का परिणाम है। पुरातन हिन्दू ॐ शब्दांश की खोज द्वारा मरते हुए मनुष्य की हांफती श्वांस का उपयोग किए।

शब्दांश ॐ असामयिक क्षय या मृत्यु से मनुष्य की रक्षा करता है, उसको सांसारिक प्रलोभन से अलग करता है, तथा उसे पुनर्जन्म से बचाता है। यह मानवीय जीवात्मा और परमात्मा को जोड़ता है। ॐ का गुण श्वसन

(respiration) या श्वांस की लंबाई को छोटा करने का है।
"शरोदय" (श्वसन पर एक उत्कृष्ट आलेख) में शिव यह कहते हुए दिखाए गए हैं कि बाह्य-श्वांस (expiration) की सामान्य लम्बाई ६ इंच (२२.८६ cms) है। भोजन करते और बोलते समय बाह्य-श्वांस की लम्बाई १३.५ इंच (३४.२६ cms) होती है। साधारण टहलने में बाह्य-श्वांस १८ इंच (४५.७२ cms) लम्बी हो जाती है। दौड़, बाह्य-श्वांस को २५.५ इंच (६४.७७ cms) लम्बी कर देता है। यौन-सम्भोग में श्वसन ४८.७५ इंच (१२३.८२ cms) लम्बा हो जाता है।
नींद में श्वसन ७५ इंच (१६०.५ cms) लम्बा हो जाता है। चूंकि नींद शरीर का अधिक क्षय करती है और रोग, असामयिक क्षरण तथा मृत्यु होने का कारण होती है, योगी इससे बचने का प्रयत्न करता है। वह निम्नलिखित पथ्य का अनुसरण करता है :--चावल, ६ ounces troy (१८६.६ ग्राम); दूध, ३७३ ग्राम। वह प्रति दिन, १०.१२ ग्राम कार्बन; ४.१३ ग्राम नाइट्रोजन का उपभोग करता है।
इस पथ्य में वह सर्वदा जागरूक (watchful) रहता है, और अपना समय ॐ के चितंन में व्यतीत करता है। उसके पथ्य में नाइट्रोजन की छोटी मात्रा से वह क्रोध से मुक्त रहता है। उसके बाद योगी अपनी कामुक इच्छा या यौन-भूख को वश में करता है। वह दिन-प्रतिदिन अपने भोजन को कम करता है जब तक यह न्यूनतम मात्रा, जिस पर जीवन का अस्तित्व रह सकता है, नहीं हो जाता।

वह अपना जीवन प्रार्थना और ध्यान में बिताता है। वह कार्य से मुक्ति का प्रयास करता है। वह अपने छोटे कक्ष में रहता है; उसका आसन चीते या हिरण की खाल का होता है; वह सोना, चांदी, और सभी मूल्यवान पत्थरों को कूड़ा की तरह समझता है। वह मांस, मछली और

मदिरा से बचता है। वह कभी नमक नहीं छूता है, और पूर्णतया फल तथा कंद मूल पर रहता है। ब्लावट्स्की लिखती हैं कि उन्होंने एक महिला भिक्षुणी को देखा था, जो एक सेर (०.६३३ किलो) आलू और इमली के गूदे की छोटी मात्रा पर रहती थी। इस स्त्री ने अपने को एक कंकाल में कम कर दिया था। वह एक शुद्ध और पवित्र जीवन जीती थी, तथा अपना समय ॐ के मानसिक पाठ में बिताती थी। एक सेर आलू में २३३.२७ ग्राम ठोस अवशेष (residue) होता है।

एक सेर आलू के ठोस अवशेष में निम्नलिखित मुख्य घटक (ingredients) होते हैं :

कार्बन, १०२.८७ ग्राम; हाइड्रोजन, १३.५३ ग्राम;, नाइट्रोजन, २.८० ग्राम; ऑक्सीजन, १०२.४० ग्राम; नमक, ११.६५ ग्राम = २३३.२७ ग्राम

वह आगे लिखती हैं कि उन्होंने एक ब्राह्मण (ब्रह्मचारी) को देखा था जो प्रतिदिन एक सेर दूध ग्रहण करता था, और कोई अन्य भोजन नहीं लेता था।

बोउसिंगॉल्ट (एक फ्रांसीसी कृषि रसायन शास्त्री) द्वारा एक सेर गाय के दूध का विश्लेषण : जल, ८१२.५७ ग्राम; कार्बन, ६५.१५ ग्राम; हाइड्रोजन, १०.६७ ग्राम; नाइट्रोजन, ४.८६ ग्राम; ऑक्सीजन, ३४.०५ ग्राम; नमक, ५.८३ ग्राम = ९३३.१३ ग्राम।

एक सेर गाय के दूध को जंतु अर्थव्यवस्था में जलने के लिए २१२.४७ ग्राम ऑक्सीजन की आवश्यकता होती है। ब्रह्मचारी, प्रति मिनट की दर से ०. १४७ ग्राम ऑक्सीजन श्वांस के साथ अंदर खींचता था। यह ब्रह्मचारी ॐ पर चिंतन में अपना जीवन बिताता था, और एक संयमी जीवन जीता था। फ्रांसीसी वयस्क, जो अच्छी तरह विकसित कामुकता का सुंदर नमूना है, अपने अस्तित्व के प्रति मिनट में ०.७० ग्राम ऑक्सीजन श्वांस के साथ अंदर खींचता था।

वास्तव में ॐ के उच्चारण के लिए, एक कार्य-मुक्त, निग्रही (abstemious), और सादा जीवन आवश्यक है, जो दृढ़ सदाचार के प्रति प्रेम तथा अनित्य कामुकता के प्रति अनिच्छा को बढ़ाता है। शिव कहते हैं, 'वह, जो काम-वासना, क्रोध, लोलुपता और अज्ञान से मुक्त है, मोक्ष या निर्वाण प्राप्त करने के योग्य होता है।" एक सेर गाय के दूध का ठोस अवशेष १२०.५६ ग्राम होता है।

वर्ष १७८४ में एडिनबर्ग में एक छात्र ने अपने को लंबे समय तक एक पिंट (५६२.२६१ मिलीलीटर) दूध और आधा पाउंड (०.४५४ किलोग्राम) सफेद डबल रोटी पर सीमित किया। इस छात्र के पथ्य में ९६.३९ ग्राम कार्बन और ५.२० ग्राम नाइट्रोजन था। इस भोजन के घटकों को पूरा पचने के लिए २७८.९७ ग्राम ऑक्सीजन आवश्यक था। वह श्वसन द्वारा प्रति मिनट ०.१८९ ग्राम ऑक्सीजन अंदर खींचता था। इस दृष्टान्त में अत्यधिक मानसिक क्रिया ने वायुमंडल से श्वसन द्वारा अंदर खींची गई ऑक्सीजन की मात्रा को कम कर दिया। पूर्व काल के ईसाई सन्यासी अपने कामुक इच्छा को समाप्त करने और नींद पर विजय प्राप्त करने के लिए, प्रतिदिन ३४०.२ ग्राम (१२ औंस) रोटी और पानी पर रहते थे। वे प्रतिदिन २६३.२९ ऑक्सीजन का उपभोग करते थे। वे श्वसन द्वारा प्रतिदिन की दर से ०.१८३ ग्राम ऑक्सीजन अंदर लेते थे।

एक बड़े शरीर-क्रिया वैज्ञानिक (physiologist), म.अंडरल, के अनुसार, एक १० वर्ष आयु का फ्रांसीसी लड़का, यौन-भूख विकसित होने के पहले, २४ घंटों में १२०.०६ ग्राम कार्बन श्वसन द्वारा बाहर निकालता है। जो अपनी वासना का निग्रह करना चाहता है, उसे अपने दैनिक पथ्य में १२०.०६ ग्राम कार्बन लेना चाहिए।

डॉ. एडवर्ड स्मिथ के अनुसार, ४२१.२ ग्राम घरेलू रोटी में १२०.०१ ग्राम कार्बन होता है। किन्तु पूर्वकालीन ईसाई सन्यासी जो प्रतिदिन ३४०.२ ग्राम रोटी पर रहते थे, वे ९६.९६ ग्राम कार्बन का उपभोग करते थे। कार्बन की यह मात्रा फ्रांसीसी लड़के द्वारा उपभोग की गई मात्रा से २३.१ ग्राम कम थी। फ्रांसीसी लड़का अपने पथ्य में १२०.०६ ग्राम कार्बन उपभोग किया, किन्तु हिन्दू सन्यासिनी जो संयमी जीवन जीती थी, अपने दैनिक आलू के राशन में १०२.८९ ग्राम कार्बन का उपभोग करती थी। इस तरह यह स्पष्ट है कि फ्रांसीसी लड़के ने, हिन्दू सन्यासिनी द्वारा उपभोग की गई मात्रा से, १७.२ ग्राम अधि क कार्बन उपभोग किया। वृन्दावन में एक सन्यासी रहते थे जिनकी मृत्यु १०९ वर्ष की आयु में हुई और जो ४० वर्षों तक २३३.२८ ग्राम (४ छटांक) पेड़ा और उतना ही दूध के दैनिक पथ्य पर निर्वाह किये थे। उनके पथ्य में १२८.३ ग्राम कार्बन और ५.८८ ग्राम नाइट्रोजन था। संयमी जीवन श्वांस की लंबाई कम करता है, शरीर का क्षय घटाता है, दीर्घायु लाता है, और हृदय की शुद्धता पैदा करता है। संयमी जीवन, चक्कर, सिर दर्द, मिर्गी, दमा, वातरोग, नासूर, रोड़ा, गण्डमाला, दाद, तथा कई अन्य रोगों को ठीक करता है। इटली के एक सज्जन, कॉर्नरो, जिन्होंने डॉक्टरों से सभी आशा छोड़ दिया था, केवल ३७३.२४ ग्राम (१२ औसं) रोटी और ४६६.५५ ग्राम (१५ औंस) पानी पर रहकर स्वास्थ्य लाभ कर लिए, तथा एक लम्बी आयु तक जीवित रहे। वह ३१.१ ग्राम (एक औंस) से भी कम मांसपेशी बनाने वाले पथ्य का उपभोग करते थे। एडवर्ड स्मिथ के अनुसार ३५० ग्राम रोटी में ३१.१ ग्राम (एक औंस) मांसपेशी बनाने वाले तत्त्व होते हैं। जो शुचिता, ईमानदारी, विनम्रता, और दयालुता का जीवन जीना चाहते हैं, उन्हें प्रति दिन ३१.१ ग्राम (एक औंस) मांसपेशी बनाने वाले तत्त्व वाला पथ्य लेना

चाहिए। चूंकि ३१.१ ग्राम (एक औंस) नाइट्रोजन-युक्त पदार्थ में ४.५३६ ग्राम नाइट्रोजन होता है, एक व्यक्ति को ऐसा भोजन लेना चाहिए जिससे ४.५३६ ग्राम नाइट्रोजन निकलता है। हत्या, चोरी, डकैती, लांछन लगाना, क्रोध, विलासिता, प्रतिशोध, झूठ बोलना, वेश्यागमन, और ईर्ष्या ऐसे पाप हैं, जो नाइट्रोजन का अधिक प्रतिशत रखने वाले पौष्टिक पदार्थों का उपभोग करने से होते हैं।

जो व्यक्ति प्रत्येक लौकिक (earthly) विचार, इच्छा, और वासना से मुक्त रहना चाहता है, उसे मछली, मांस, स्त्री, तथा मदिरा से बचना चाहिए, और अधिकतम सादे भोजन पर जीना चाहिए। निम्नलिखित तालिका में विभिन्न पौष्टिक पदार्थों की वह मात्रा दिखाई गई है, जो ४.५३६ ग्राम नाइट्रोजन देते हैं :

गेहूं-निर्वात (vacuum) में सुखाया हुआ २०६.१८ ग्राम
जई (oat) २०६.१८ ,,
जौ २२४.५६ ,,
मक्का (भारतीय) २२६.८० ,,
राई (सुखाई हुई) २६६.८२ ,,
चावल (सूखा हुआ) ३२६.३३ ,,
दूध (सूखा हुआ) ११३.४० ,,
मटर (सूखी हुई) १०८.०० ,,
फली (सफेद) १०५.४७ ,,
गोभी (सूखी) १२२.६० ,,
गाजर (सूखा) १८६.०० ,,
शलजम (सूखा) २०६.१८ ,,
रोटी ३५०.०० ,,

अंजीर ४६४.७६ ,,
गाय का दूध (ताज़ा) ८७.२३ ,,

संयम (मिताहार) से श्वांस का निलंबन होता है। श्वांस के निलंबन से मन की शांति उत्पन्न होती है, जो अतीन्द्रिय (supersensuous) ज्ञान पैदा करता है। अतीन्द्रिय ज्ञान से परमानंद, जो प्राचीन हिन्दू ऋषियों की 'समाधि' है, आता है। टहलना या दौड़ना, श्वसन को लम्बा करते हैं, इसलिए इनके के बजाय, ॐ के साधक को "योग-दर्शन" में वर्णित दो शांत आसनों-पद्मासन और सिद्धासन-का अभ्यास करना चाहिए। शिव के अनुसार बाह्य-श्वांस की सामान्य लम्बाई ९ इंच (२२.८६ cms) है। वह कहते हैं कि एक व्यक्ति, ॐ के अश्राव्य (inaudible) उच्चारण अथवा श्वांस के निलंबन (प्राणायाम) द्वारा, अपनी बाह्य-श्वांस की लम्बाई को ८.२५ इंच (२०.६५ cms) छोटा करके, अपनी वासना तथा इच्छा का दमन कर सकता है; यह कि वह अपनी बाह्य-श्वांस की लम्बाई को ७.५० इंच (१९.०५ cms) छोटा करके, परमानंद (ecstacy) का लाभ ले सकता है।

एक व्यक्ति, अपनी बाह्य-श्वांस की लम्बाई को ६.७५ इंच (१७.१४ cms) छोटा करने से, कविता लिखने की शक्ति प्राप्त करता है। जब एक व्यक्ति अपनी बाह्य-श्वांस की लम्बाई को ६.०० इंच (१५.२४ cms) छोटा कर सके, तब उसे भविष्य की घटनाओं का वर्णन करने की शक्ति प्राप्त होती है। जब एक व्यक्ति, अपनी बाह्य-श्वांस की लम्बाई को ५.२५ इंच (१३.३३ बउे) छोटा कर देता है, तब वह दिव्य-दृष्टि से धन्य हो जाता है; वह दूर के संसारों में क्या हो रहा है, उसको देख लेता है।

जब ॐ के अश्राव्य (inaudible) उच्चारण से बाह्य-श्वांस की लम्बाई ४.५० इंच (११.४३ cms) छोटी हो जाती है, तो यह साधक को वायु-क्षेत्र (aerial regions or astral plane) में विचरण करने की सामर्थ्य देता है। जब बाह्य-श्वांस की लम्बाई ३.७५ इंच (९.५२ cms) हो जाती है, तब ॐ का साधक पलक-झपकने (निमिष मात्र) में सम्पूर्ण संसार में विचरण कर लेता है।

जब ॐ के अश्राव्य (inaudible) गुनगुनाने द्वारा एक व्यक्ति अपनी बाह्य-श्वांस की लम्बाई ३ इंच (७.६२ cms) छोटी करता है, तब वह अष्ट-सिद्धियां या पूर्णता (या उच्च-मानवीय शक्तियां) प्राप्त कर लेता है। जब बाह्य-श्वांस की लम्बाई २.२५ इंच (५.७१ cms) छोटी हो जाती है, तब ॐ का साधक नव-निधि (संसार के नौ बहुमूल्य रत्न) प्राप्त करता है। ऐसा व्यक्ति संसार के धन को अपनी और आकर्षित करता है। यदि यह माना जाय कि उसको इनकी कोई परवाह है।

जब बाह्य-श्वांस की लम्बाई १.५० इंच (३.८१ cms) छोटी हो जाती है, तब वह देव-लोक, जहां उच्च-आत्मा का निवास है, को देखता है। जब ॐ के अश्राव्य (inaudible) उच्चारण से बाह्य-श्वांस की लम्बाई ०.७५ इंच (१.९० cms) छोटी हो जाती है, तब साधक देव-तुल्य हो जाता है और अपनी छाया नहीं डालता है।

"ॐ अमित्य! अमापनीय को शब्दों से मत मापो; न ही विचारों की रस्सी को अथाह में डालो!

जो पूछता है, गलती करता है; जो उत्तर देता है, गलती करता है। कुछ मत कहो !"

"ॐ मणि पद्मे हुम् - ॐ रत्न कमल में"

उपर्युक्त सूत्र के गुनगुनाने द्वारा महान बुद्ध ने स्वयं को स्वार्थपरता, झूठी श्रद्धा, शंका, घृणा, काम-वासना, आत्म-प्रशंसा, त्रुटि, घमंड से मुक्त कर लिया और निर्वाण प्राप्त किया।

"और कैसे मनुष्य का अपने भूतकाल के कार्यों के अलावे कोई भाग्य नहीं हैं; कोई नर्क नहीं, उसको छोड़कर जिसको वह बनाता है;
कोई स्वर्ग इतना ऊंचा नहीं है उनके लिए जिनकी वासनाएं दब कर सो गयी हैं।"

शिव के अनुसार एक मनुष्य निर्वाण प्राप्त करता है, जब उसका श्वसन अन्तरीय हो जाता है और उसके नथुनों से बाहर नहीं आता है।

जब श्वसन अन्तरीय हो जाता है - अर्थात, जब यह नथुनों के अंदर ही रहता है, तब योगी मूर्छा, भूख, प्यास, थकान, रोग, तथा मृत्यु से मुक्त हो जाता है। वह एक दैवीय प्राणी हो जाता है, जब उसे अग्नि से स्पर्श कराया जाता है वह अनुभव नहीं करता है, कोई हवा उसे सुखा नहीं सकती, कोई जल उसे सड़ा नहीं सकता, कोई जहरीला सांप उसपर प्राणघातक घाव नहीं कर सकता। उसका शरीर सुगंध निकालता है; और हवा, भोजन तथा पेय के बिना रह सकता है। जब श्वसन अन्तरीय हो जाता है, तब योगी कार्य, विचार, और वाणी में कोई पाप करने में अक्षम होता है; और इस प्रकार से 'स्वर्ग का साम्राज्य' जो पापमुक्त जीवात्माओ के लि ए खुला है, उसका उत्तराधि कारी होता है।

(Reference: The article"OM", And Its Practical Significance in the book "Five Years of Theosophy" of H-P- Blavatsky)

परमतत्व की अवधारणा - I

(The Concept of the Absolute)

शून्य या परिपूर्ण (Void or Plenum) :

1. धर्म और दर्शन में परमतत्व आकर्षक किन्तु अति जटिल गूढ़ विषय है। जगत के लिए यह सदैव असाध्य है।

2. इसे परमतत्व, परब्रह्म या 'परमसत्य' से भी जाना जाता है। यह हमारे जीवन और विश्व का आधार है।

3. ऋग्वेद में (X मण्डल - 129, 1-7) कहा गया है, वहाँ अंधकार था, एक महासागर बिना प्रकाश के, सब कुछ गहन आवरण से आच्छादित, कोई गति नहीं.....'

4. इसे 'शून्य', 'अंधकार-सदैव', अज्ञात कहा जाता है। परन्तु यह दार्शनिक और धार्मिक विचारों से परे नहीं है कि इस पर विचार करना असम्भव है।

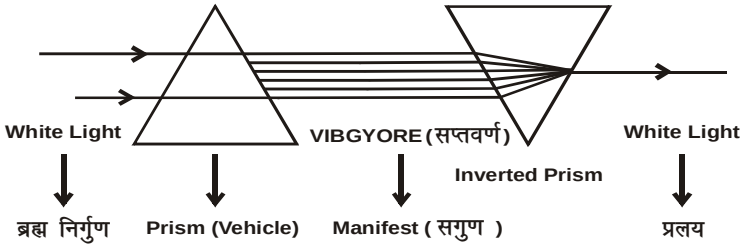
5. इसकी खोज हम सबका परम लक्ष्य है, यद्यपि यह अज्ञात और अचिंतनीय है।

6. बुद्धि और प्रज्ञा के समेकित प्रयासों द्वारा इसे कुछ हद तक समझा जा सकता है वैसे यह बुद्धि और आत्मा से परे है।

7. सभी की उत्पत्ति का कारणहीन कारण है (It is causeless cause of everything).

8. विज्ञान अध्यात्म का सर्वोत्कृष्ट सहयोगी है। एक प्रयोग द्वारा इसे समझने का प्रयास किया जा सकता है।

उदा.:- जब कोई शुभ्र किरण किसी प्रिज्म से होकर सफेद पर्दे पर पड़ती है तो वह अनेक रंगों में (सप्तवर्ण VIBGYORE) में विभक्त हो जाती है। यदि इन सात रंगों के स्पेक्ट्रम के सामने एक प्रिज्म उलट कर रख दें तो सात रंग की किरणें पुनः शुभ्र किरणों में परिवर्तित हो जाती हैं।



9. सात रंगों के अतिरिक्त इन्फ्रा रेड और अल्ट्रा वायलेट (Infra-Red and Ultra-violet) रंग भी हैं जो अदृश्य हैं और सबकी तरंग दैर्ध्य (wave length) भिन्न है।

10. रंग शुभ्र प्रकाश में हैं परन्तु वहाँ वे भेदहीन साम्यावस्था में हैं और अदृश्य हैं।

11. सफेद प्रकाश प्रिज्म से निकलकर नष्ट नहीं होता।

12. परब्रह्म (Absolute) भी श्वेत प्रकाश की भांति गुणातीत है यद्यपि यह जगत के सभी गुणों और सिद्धान्तों का मूल स्रोत है।

13. इसीलिए यह निर्गुण ब्रह्म है, जो अव्यक्त (Unmanifest) है।

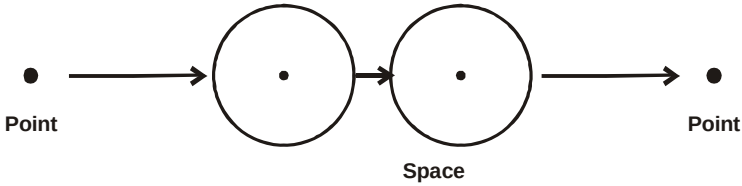
14. सगुण ब्रह्म व्यक्त (manifest) है।

15. जो रंग हमारी आंखों को दिखाई नहीं पड़ते, जो स्वर हमारे कानों को सुनाई नहीं पड़ते वहाँ अंधेरा है, शांति है। सम्भव है इसीलिए 'ब्रह्म' को अंधकार भी कहा गया है।

16. एक अंध-बधिर व्यक्ति के लिए संसार अंधकारमय तथा शांत है।

17. इसे शून्य (void) कहा जाता है। शून्य का गणितीय चिन्ह शून्य है और इसका विपरीत ध्रुव अनन्त (infinity) है। शून्य और अनन्त विपरीत ध्रुवीय (polar opposites) है।

18. ज्यामिति (रेखागणित) में 'शून्य एवं अनन्त' की समानता बिन्दु तथा आकाश (point & space) से की जाती है।



19. यदि हम अनन्तकाल तक (ad infinite) किसी बिन्दु को फैलाते जायें तो यह अनन्त, असीम आकाश (space) में विलुप्त हो जायेगा और बड़े रहस्यमय तरीके से यह पुनः अपने सूक्ष्म रूप (बिन्दु) में प्रकट हो जाता है।

20. ऐसा इसलिए होता है कि शून्य और अनन्त (Zero & Infinity) दो विपरीत ध्रुव धर्मी हैं जो अस्तित्व में एक साथ रहते हैं जो परम सत्य के ध्रुवीय परिधान (Polar Vesture) हैं और बृह्माण्डीय तरंगिता या शाश्वत कम्पन (Cosmic Rhythm) दोनों के बीच में सदा विद्यमान रहता है।

21. शून्य तथा अनंत (Zero & Infinity) की विशेषतायें बिन्दु तथा आकाश (Point & Space) के समान हैं।

शून्य की विशेषता (Property of Zero)

1. इसकी एक प्रमुख विशेषता यह है कि इसमें कितनी भी (असीमित) मात्रा समा सकती है बशर्ते विपरीत चिन्हांकित उतनी ही मात्रा वहाँ विद्यमान हो।

2. इसे गणितीय भाषा में समझ सकते हैं। किसी श्याम पट (Black Borad) पर सौ अंकों की कोई संख्या लिखी जाय और फिर विपरीत चिन्ह वाली उतनी ही संख्या लिखी जाय तो दोनों मिलकर शून्य में विलीन हो जायेंगी।

eg. $+123946 - 123946 = 0$

3. संख्या कितनी ही बड़ी हो (Infinite) बराबर और विपरीत होते ही शून्य में समा जाती है।

4. संक्षेप में कहा जा सकता है कि 'शून्य' किसी भी मात्रा, किसी भी परिमाण में वस्तुओं को धारण कर सकता है बशर्ते कि समान परिमाण या मात्रा द्वारा वह संतुलित कर लिया गया हो।

5. शून्य की यह अतिविशिष्ट विशेषता 'पूर्ण' (absolute) की अवधारणा को सत्य सिद्ध करती है किस प्रकार परम सत्य में विराट विश्व की असीम सम्भावनायें और क्षमतायें छिपी हुई हैं।

6. इतने विशाल भंडारण के बाद भी यह 'शून्य' है सब कुछ है फिर भी कुछ नहीं।

परम सत्य का स्वभाव (Nature of the Absolute)

विज्ञान के क्षेत्र से प्राप्त की गई साम्यतायें इस बात को दर्शाती हैं कि (Balanced integration) संतुलित समाकलन तथा (Balanced summation) संतुलित संकलन के सिद्धान्त निर्गुण (attributeless) तथा शून्य (void contentless) स्वभाव की ओर महत्वपूर्ण संकेत करते हैं जिसमें सभी गुणों की क्षमता विद्यमान होते हुए भी वह निर्गुण है, सब कुछ भीतर होते हुए भी कुछ भी नहीं है।

द्वन्द्व-युगल (Pairs of opposites)

1. विपरीत सिद्धान्त प्रच्छन्न रूप में परमसत्य में अंतर्निहित है जो विश्व के प्रकट होने पर प्रकट होते हैं इन्हें 'युगल' कहते हैं 'Pairs of opposites' जिनके कारण ही Absolute 'शून्य' है। और जो यहाँ संतुलित है। प्रकट विश्व में यह दिखाई पड़ते हैं संभव है हम अपनी सीमित क्षमता के कारण उन्हें न ढूँढ़ पाते हों।

2. ये प्रत्येक स्थान पर मौजूद हैं इच्छाशक्ति (Volition) और ज्ञान (cognition) के सक्रिय और निष्क्रिय कार्य, अंतर्वलय (involution) और विकास (evolution), (प्रवृत्ति और निवृत्ति) पदार्थ तथा चेतना, तत्व-वस्तु (subject & object), उत्थान - पतन (Ascent & descent), शीत-उष्ण, सुख-दुख, स्त्री-पुरुष, नर-मादा आदि।

सगुण-निर्गुण (Personal & Impersonal God)

1. यदि ईश्वर सगुण है तो उसका विपरीत पक्ष निर्गुण है। सगुण का यह अर्थ नहीं कि कोई ईश्वर ऊपर आसमान में बैठा शासन करता है।

2. यदि परब्रह्म समूचे विश्व को अपने आलिंगन में निरपेक्ष रूप से आबद्ध रखता है तो वह प्रत्येक आत्मा को अपने प्रेम पाश में क्यों नहीं रख सकता, जैसे एक माँ अपने बच्चे को रखती है।

3. अ-व्यक्तित्व को व्यक्तित्व द्वारा संतुलित किया जाना चाहिए।
(Impersonality must be balanced by personality).

4. सगुण ब्रह्म से प्रेम करने का यह सिद्धान्त ईश्वर के साथ एक रिश्ता है जैसे एक प्रेमी-प्रेमिका, व्यक्तिगत आत्मा-वैश्विक आत्मा (Individual - soul and the universal soul) भक्ति मार्ग इस पर आधारित है।

सृष्टि एवं प्रलय (Why this Universe)

1. विपरीत ध्रुवीय सिद्धान्त प्रत्येक स्थान पर विद्यमान है। यदि 'अव्यक्त' है तो कहीं न कहीं 'व्यक्त' भी होगा। युगल एक दूसरे के बिना नहीं रह सकते।

2. इन विपरीत पक्षों के बिना कोई परम सत्य नहीं है।

सृष्टि और प्रलय का आवागमन।

सामंजस्य का सिद्धान्त (Law of Compensation)

1. शून्य (Absolute) एक पूर्ण साम्यावस्था है। इसमें अभी संभावित सिद्धान्त, शक्तियां आदि पूर्ण संतुलन एवं साम्य की अवस्था में है।

2. विज्ञान कहता है कि यदि ऐसी संतुलित अवस्था को भंग किया जाता है तो प्रकृति ऐसा परिवर्तन लाती है ताकि इस विघ्न को अप्रभावी किया जा सके और साम्यावस्था पुनः स्थापित हो सके।

3. चूँकि यह सिद्धान्त परम में अंतर्निहित है इसलिए यह प्रकृति में सर्वत्र दिखाई पड़ता है। यह सिद्धान्त विज्ञान के क्षेत्र में दिखता है जिसे ली चैटिलियर का सिद्धान्त (Le Chatelier's Principle) कहते हैं।

4. यह सिद्धान्त सम्पूर्ण विश्व में व्याप्त है। संसार के किसी भी क्षेत्र में आया विघ्न पूरे विश्व को प्रभावित करता है जो यह सिद्ध करता है कि समूचा विश्व ऐक्यता के आधार पर स्थित है।

Le Chatelier's Principle states that if a natiion at equillibrium is subjected to change in parameters like temperature, pressure, volume or concentration of reactants and products, then the nation equillibrium shifts in a direction in it the change is counter acted upon. (Conns tracts the applied change)

कर्म का सिद्धान्त (Law of Karma)

1. क्षतिपूर्ति का सिद्धान्त (Law of compensation) का यह सिद्धान्त मनुष्य पर भी प्रभावी है। प्रकृति किसी व्यक्ति द्वारा (विचारों, भावनाओं या क्रिया द्वारा) किये गये असंतुलन को संतुलित करने का उपक्रम करती है। यह त्वरित भी हो सकता है या देर से, या किसी अन्य जन्म में। इसलिए दण्ड या पुरस्कार मनुष्य के अपने क्रिया-कलाप में ही अंतर्निहित है। वस्तुतः यह विश्व को पुनः संतुलित करने का प्रकृति का एक उपाय है।

सीक्रेट डाक्ट्रिन कहती है - (पेज -644)

वस्तुतः हमारे जीवन की कोई ऐसी घटना या कोई ऐसा दुर्भाग्यपूर्ण दिन नहीं है जिसके कारण को पूर्व जन्म में अपने द्वारा किये गये किसी कर्म में न ढूँढ़ा जा सके। यदि कोई संतुलन (सामंजस्य) के नियम या जीवन के नियम को तोड़ता है तो उसे अस्त-व्यस्तता की स्थिति में गिरने के लिए तैयार रहना चाहिए जो हमने स्वयं उत्पन्न किया है।

सीक्रेट डाक्ट्रिन 1 - (पेज - 643)

... सही ज्ञान या दृढ़ अवधारणा के साथ कि हमारे पड़ोसी हमें चोट पहुँचाने का कार्य न करेंगे इसकी अपेक्षा यदि हम उन्हें चोट पहुँचाने की बात न सोचें तो दुनिया की दो तिहाई बुराइयाँ हवा में गायब हो जायेंगी। यदि कोई मनुष्य अपने भाई को पीड़ा न पहुँचाये तो कर्म की देवी निमेसिस के पास कार्य करने का न तो कोई कारण है और न कोई शस्त्र का माध्यम...

परमतत्व की अवधारणा - II

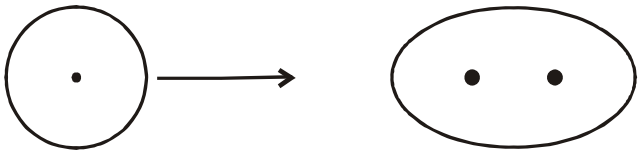
(Concept of Absolute - II)

ब्रह्माण्डीय स्पंदन (Cosmic Rhythm) :

1. Perfect Neutralization of opposites विरोधिताओं का 'सात्मीकरण' और अनेकानेक सिद्धान्तों और तत्वों की समरसता (Harmonious integration of principles & states) जैसे दो सिद्धान्तों पर विचार करें।

2. अव्यक्त में शाश्वत रूप से कोई मानक बिन्दु होना चाहिए जहाँ से विश्व का प्रकटीकरण होता है। जिसके बिना सृष्टि सम्भव नहीं है। यह बिन्दु निर्गुण का वाहन (vehicle) है।

3. बिन्दु का विस्तार किया जाये तो दीर्घ वृत्तज में दो बिन्दु स्वतः उत्पन्न हो जाते हैं।



वृत्त दीर्घ वृत्तज (Elipsoid)

4. यह विभाजन स्वप्रेरित है और ब्रह्माण्डीय स्पंदन इसका कारण है। जो सर्वत्र देखी जा सकती है नन्हें अणु परमाणु से लेकर विराट विश्व तक। विश्व प्रकट होता है, वृद्धि करता है, शीर्ष तक पहुँचने पर प्रलय होता है।

गति का सिद्धान्त (Law of Motion)

1. गति शाश्वत है। प्रलय हो या मनवन्तर (Period of rest and activity) यह सदा विद्यमान है। काल, आकाश जैसे दो गुणों के अतिरिक्त गति अव्यक्त का यह तीसरा गुण है। काल, आकाश और गति (Time, Space & Motion) सृष्टि की उत्पत्ति इसी नियम से आबद्ध है। गति को 'महाउच्छवास' (Great Breath) कहा जाता है जो विश्व की उत्पत्ति का कारण है जो अपने

साथ काल (Time) और & आकाश (Space) को भी प्रकट करती है।

2. गति के सिद्धान्त पर ही बारम्बारता का सिद्धान्त (Law of Periodicity), सतत् नवीनीकरण का सिद्धान्त (Law of constant renewal), सतत् परिवर्तन का सिद्धान्त (constant change) आधारित है।

3. प्रत्येक जीव इसी अन्तर्निहित सिद्धान्त के फलस्वरूप विकास की दिशा में प्रतिपल आगे की ओर बढ़ता रहता है।

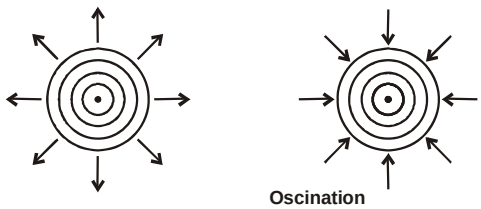
4. सभी वस्तुएं आकाश से गति के सिद्धान्त के अनुपालन में बाहर आती हैं जो इसमें अन्तर्निहित हैं और एक निश्चित अवधि के बाद उसी में समा जाती हैं।

<u>सांसारिक ज्ञान का सिद्धान्त</u> :

5. यह सिद्धान्त अंतःप्रेरित करता है ताकि हम पहले स्वयं का ज्ञान प्राप्त करें फिर स्वयं को त्याग कर अनात्म के साथ एक हो जायें और विश्व का ज्ञान प्राप्त करें - अस्तित्व से अन-अस्तित्व की ओर गमन।

6. प्रत्येक के लिए यह ज्ञान आवश्यक (Obligatory) है, इसलिए एक जन्म से दूसरे जन्म की यात्रा भी।

7. यह चेतना के ब्रह्माण्डीय स्पंदन (Cosmic Rhythm) के मानक बिन्दु तथा असीम आकाश के बीच सदा तेज गति से चलती रहती है। इतनी तेज कि हमें दोनों स्थिर प्रतीत होते हैं।



ब्रह्माण्डीय स्पंदन - शिव (नटराज) का नृत्य

Cosmic Rhythm - The Dance of Shiva

उदाहरण के लिए हमारे शरीर की कोशिकायें प्रतिपल बदलती रहती हैं, पदार्थ में अणु परमाणु स्पंदित होते रहते हैं परन्तु वे हमें स्थिर प्रतीत होते हैं।

8. ब्रह्म प्रथमतः शिव एवं शक्ति अर्थात चेतना और शक्ति दो भागों में विभक्त होता है।

9. गणितीय भाषा में यदि परब्रह्म (Absolute) शून्य (0) है तो बिन्दु (1) और शिव-शक्ति (2)

0	1.	2.
परब्रह्म	महाबिन्दु	शिव-शक्ति

परब्रह्म (Absolute) :

(0)

1. पूर्ण शून्य, निर्विशेष (Void)
2. अव्यक्त परम सत्य (Undifferential ultimate Reality)।
3. इसमें कोई बिन्दु नहीं हो सकता अन्यथा इसमें साम्यता नहीं होगी।
4. सिद्धान्तों एवं शक्तियों की परम समरस अवस्था (Super integrated state)।

महाबिन्दु (Ideal Point) :

(1)

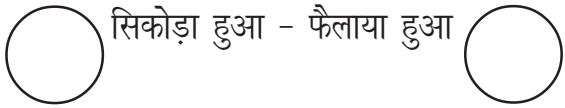
1. यह निर्गुण ब्रह्म का वाहन (वस्त्र) है।
2. महाकाश (Container of ultimate space or real)
3. महाबिन्दु (Point) और महाकाश (Space) दो ध्रुव हैं।

शिव - शक्ति (Concentration and power) :

(2)
शिव शक्ति

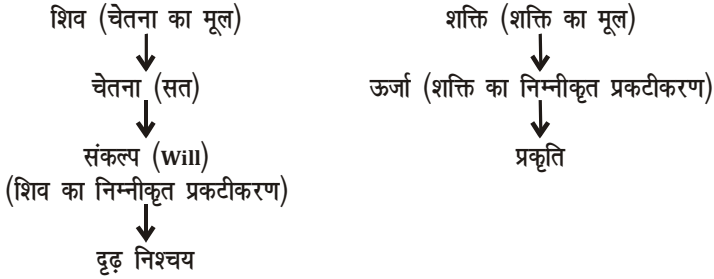
1. अव्यक्त द्वैत की उत्पत्ति-शिव-शक्ति के दो केन्द्र।
2. विपरीत ध्रुवीयता (Polar opposites)
3. सभी सौर्य ईश्वरों (Solar Logoi) तथा मोनाडों का केन्द्र।
4. वे मोनाड के माता-पिता हैं।

11. केवल वृत्त ही बिन्दु में सिमट सकता है दूसरे रूप में नहीं



द्वैत - शिव एवं शक्ति तत्व (Cosmic Concentration and power)

1. परब्रह्म का प्रारम्भिक पृथक्कीकरण।
2. शिव शक्ति प्रत्येक जीव तथा विश्व में समाये हुये है।
3. यह ध्रुवीय विपरीतता (Polar opposites)
4. इनकी उत्पत्ति परब्रह्म (Absolute) के प्राथमिक विभाजन के कारण है।
5. यह अव्यक्त संसार है। शिव-शक्ति के अव्यक्त ध्रुवीय संबंध विद्यमान है।
6. ध्रुवीय सम्बन्ध (Polar Relationship) :
   i) एक से प्रकट होकर एक में विलीन हो जाता है।
   ii) वे समान और विपरीत हैं, परन्तु एक दूसरे पर निर्भर हैं।
   iii) वे अधिक से अधिक आकर्षित और विकर्षित हो सकते हैं।
7. यह ध्रुवीय विपरीतता समूचे विश्व के आधार में है, अव्यक्त में भी और व्यक्त में भी।
8. शिव-शक्ति को माता-पिता सिद्धान्त (Father-Mother Principle) भी कहा जाता है।
9. इच्छा और बल इनके ही निचले स्तर पर रूपान्तरित स्वरूप है।



10. प्रबल इच्छा वाला व्यक्ति अपने कार्य पूरा कर लेता है, वहाँ शक्ति भी विद्यमान होती है जो प्रत्येक बाधा को ध्वस्त कर देती है। व्यक्ति अपनी असफलता को भी अपना साधन बना लेता है।

11. कमजोर इच्छा वाले व्यक्ति के पास शक्ति भी नहीं होती।

12. शिव तत्व ही 'सत्' है इसका प्रकटीकरण (Expression) संकल्प है यह किसी-किसी में इतना शक्तिशाली होता है कि संसार में आश्चर्यजनक परिवर्तन ले आता है।

13. शिव ब्रह्माण्डीय संकल्प का मूर्तरूप है। यह विश्व को उसके लक्ष्य तक पहुँचा देता है।

14. मोनाड का जनक है, यह अपने पिता के समान धनी है।

शक्ति (Power) :

1. यह प्रकृति नहीं है।

2. यह सभी शक्तियों का मूल है और चेतना के साथ सदा विद्यमान है।

3. यह अव्यक्त है, इसलिए केवल गुप्त शक्ति है।

4. व्यक्त जगत में ही क्रिया शील होती है।

5. प्रकृति निर्विकार है।

6. प्रकृति की समूची शक्तियां देवी-देवताओं के समूह द्वारा निर्गत और निर्देशित होती हैं।

ध्रुवीय सम्बन्ध (Polar Relationship)

1. शिव-शक्ति - चेतना और शक्ति का अक्षुण्ण भण्डार - जो विश्व के अगणित सौर्य मण्डलों को नियंत्रित एवं संचालित करता है।

2. अंश जो व्यक्त जगत में आये हैं वे सदा अपनी पूर्णता की खोज में रहते हैं। वे अपने उस स्रोत को पाने का प्रयास करते हैं जहाँ से वे आये है।

3. विकास के दौर में वे अपना अस्थाई युग्म बनाते हैं और क्षणिक सुख प्राप्त करते हैं। उदाहरण - पशु और मानव, स्त्री-पुरुष, नर-मादा, पिता-पुत्र, माँ-पुत्री, भाई-बहन या कोई भी सम्बन्ध के रूप में अपना युग्म बनाते हैं और अस्थाई संतोष पाते हैं।

4. ध्रुवीय सम्बन्ध के लिए नर और मादा होना आवश्यक नहीं है। नर या मादा भौतिक शरीर के चिन्ह हैं ध्रुव धर्मिता (Polarity) ऊँचे स्तर पर मोनाड में समाई हुई है।

5. विपरीत ध्रुवीय सम्बन्ध किसी भी प्रकार के हो सकते हैं।

6. सभी जीव आकर्षण और विकर्षण के आधार पर कार्य करते हैं, यही ध्रुवीय सम्बन्ध है।

7. जब इन अस्थाई सम्बन्धों से जीव धीरे-धीरे अपने भीतर प्रेम विकसित कर लेता है तो अस्थाई सम्बन्धों की आवश्यकता समाप्त हो जाती है और संसारी संतुष्टि की खोज बंद कर देता है।

8. परम सत्य तक पहुँच कर उससे मिलना हमारा महाप्रारब्ध है।

9. जितनी पूर्ण से एकता उतना ही आनन्द और शान्ति।

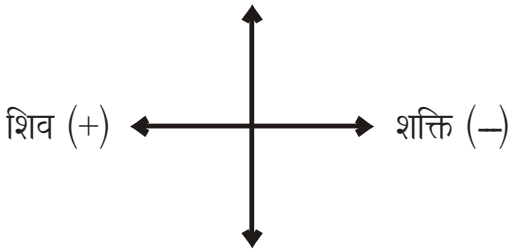
10. तब हम यह जान पाते हैं कि ध्रुवीय संसारी सम्बन्ध अधिकार की भावना, कामना और उत्तेजना पर आधारित थे और जिनका सम्बन्ध शरीर और मन से था, आत्मा से नहीं।

11. जो आत्मायें जन्मों से साथ रहती हैं प्रत्येक जन्म में साथ रहना पसन्द करती हैं और परिवार बनाती हैं।

12. शिव-शक्ति महाबिन्दु से प्रथम विभाजन का परिणाम है। एक का दो होना (+) और (-) जो इस अव्यक्त जगत का आधार है जो विश्व में ध्रुवीय सम्बन्धों का कारण बनता है।

13. द्वितीय विभक्ति से सत् - चित (Subjective & objective) सम्बन्धों का आधार बनता है।

Subjective महेश्वर (चित्त Concentration)



Objective सत (Inner most nature)

14. शक्ति जो शिव-शक्ति में बसती है वह केवल जगत की उत्पत्ति पर त्रयी ईश्वर (Triple Logos) द्वारा उपयोग में लाई जाती है।

15. सत (Ideation) और चित (Concentration) का रिश्ता ही आनंद है।

16. प्रलय के उपरान्त जगत शिव के आलिंगन में चला जाता है।

प्रस्तुति - आई के तैमिनी की पुस्तक 'मैन गॉड एण्ड यूनिवर्स' से साभार

क्रिया-कलाप

(सभी बैठकें ऑनलाइन)

अक्टूबर - 2021

यूपी और उत्तराखण्ड :

- **एनी बेसैंट का जन्म दिन-**

इण्डियन सेक्शन द्वारा 1 अक्टूबर 2021 को आयोजित ऑन लाइन वक्तव्य पर अनेक सदस्यों ने भाग लिया। बहन लिन्डा ओलीवेरा ने अपने वक्तव्य में 'ऐनी बेसैंट और योद्धा का मार्ग' पर वक्तव्य प्रस्तुत किया। इसके अतिरिक्त अंतर्राष्ट्रीय मुख्यालय अडयार द्वारा आयोजित मीटिंग में बन्धु पेड्रो ओलीवेरा ने 'एनी बेसेंट इन इन्डिया' विषय पर वक्तव्य दिया। अनेक लाजों जैसे आगरा, गोरखपुर, वाराणसी ने ऐनी बेसेंट का जन्म दिन मनाया और उस दिन उनके जीवन और कार्यों पर कुछ न कुछ विशेष कार्यक्रम रखा। काशी तत्व सभा लॉज वाराणसी आयोजन में बन्धु ज्ञानीश चतुर्वेदी जो निर्वाण लाज आगरा के एक बहुत वरिष्ठ सदस्य हैं ने 'एनी बेसैन्ट का जीवन और उनके कार्य' पर अपना वक्तव्य प्रस्तुत किया। उनके वक्तव्य ने एनी बेसैंट के जीवन की अनेक पहलुओं की गतिविधियों पर प्रकाश डाला। वे एक शिक्षाविद्, सामाजिक कार्यकर्ता, राजनैतिक और नैतिक रिफार्मर, उत्कृष्ट वक्ता, लेखक और आध्यात्मिक नायिका थीं।

- **फेडरेशन का वार्षिक सम्मेलन :-**

इस फेडरेशन का 102वां सम्मेलन, 2-3 अक्टूबर 2021 को आयोजित किया गया। फेडरेशन काउन्सिल की बैठक एक दिन पहले 1 अक्टूबर को हो गयी थी, जिसमें फेडरेशन गतिविधियों की वार्षिक रिपोर्ट, वर्ष 2020-21 के लिये फेडरेशन और धर्मपथ के स्टेटमेंट आफ इनकम एन्ड एक्सपेंडीचर,

सामान्य सभा में प्रस्तुत करने के लिये अनुमोदित किया गया। वार्षिक सभा का प्रारम्भ बन्धु यू. एस. पाण्डेय, फेडरेशन अध्यक्ष ने यूनीवर्सल प्रेयर से किया तथा बन्धु सी. ए. शिन्दे मुख्य अतिथि और सारे प्रतिभागियों का स्वागत किया और अपनी शुभकामनायें प्रस्तुत कीं। उन्होंने इस अवसर पर बहन दीपा पाधी, अंतर्राष्ट्रीय उपाध्यक्ष, बहन मार्जा आर्तम्मा, अंतर्राष्ट्रीय सचिव, बन्धु प्रदीप गोहिल, अध्यक्ष भारतीय सेक्शन, और बन्धु वी नारायनन कोषाध्यक्ष भारतीय सेक्शन से प्राप्त शुभकामनाओं को पढ़ा। बन्धु एस के पांडे, फेडरेशन सचिव ने अन्य फेडरेशनों से प्राप्त सन्देशों को पढ़ा। इसके पश्चात अतिथियों और लॉज प्रतिनिधियों ने शुभकामनायें पढ़ीं। इसके पश्चात बन्धु शिन्दे ने सम्मेलन का उद्घाटन किया और अपना उद्घाटन भाषण प्रस्तुत किया। फेडरेशन सचिव ने उनके प्रकाशदायी भाषण के लिये उनको धन्यवाद दिया। इसके बाद बन्धु एसके पाण्डे ने पिछली सामान्य सभा जो 3 अक्टूबर 2020 को हुयी थी के कार्यवृत्त प्रस्तुत किये, जिसे अनुमोदित किया गया। इसके पश्चात उन्होंने वर्ष 2020-21 की गतिविधि रिपोर्ट प्रस्तुत की जिसे कुछ विवेचनों के बाद अनुमोदित कर दिया गया। बहन प्रीति तिवारी ने फेडरेशन और धर्मपथ के वर्ष 2020-21 के आय-व्यय का लेखा जोखा प्रस्तुत किया जिन्हें मान्य किया गया।

''संसार में रहो किन्तु संसार के नहीं'' विषय पर 3 अक्टूबर को एक सेमीनार आयोजित किया गया था। बहन बीना सिंह, बन्धु सुहृद सुदर्शन शाह, बन्धु प्रवीण मेहरोत्रा, और बहन विभा सक्सेना ने अपने अपने दृष्टिकोण प्रस्तुत किये। बन्धु यूएस पाण्डे फेडरेशन अध्यक्ष ने वक्ताओं को बधाई दी। इसके बाद समापन सत्र हुआ जिसमें कुछ सदस्यों ने थियोसॉफी के प्रचार प्रसार के लिये कुछ सुझाव दिये। बन्धु एस के पाण्डे के द्वारा धन्यवाद प्रस्ताव के साथ सत्र समाप्त हो गया।

अक्टूबर में धर्म लॉज लखनऊ की चार बैठके हुयीं। बैठकों में ''थियासाफी क्या है'', ''हृदय का सिद्धांत'', ''प्रत्येक परिस्थिति को आभार के साथ देखो'' और ''शिष्यत्व के लिये आर्हतायें'' विषयों पर क्रमशः बन्धु यू एस पाण्डे, बन्धु प्रमिल द्विवेदी, बन्धु अशोक कुमार गुप्ता और बन्धु बी के पाण्डे ने चर्चायें कीं।

निर्वाण लॉज आगरा में भौतिक बैठकें हुयीं। 1 अक्टूबर को एनी बेसैन्ट का जन्म दिन मनाया गया। जिसमें बन्धु एस के शर्मा, बन्धु जी के चतुर्वेदी, बन्धु एचबी पाण्डे, बन्धु एस एस कपूर और बन्धु आर पी शर्मा ने उनके जीवन और कार्यों के बारे में अपने अपने विचार व्यक्त किये। दि० 7, 14 और 21 अक्टूबर को ''आराधना'', साधना, और ''मैं और मेरा'' विषयों पर क्रमशः बन्धु श्याम कुमार शर्मा, बहन प्रतिभा शर्मा, और बन्धु हरीश शर्मा द्वारा वक्तव्य प्रस्तुत किये गये। एक सेमीनार दि० 28 अक्टूबर को आयोजित किया गया जिसका मूल विचार बिन्दु था ''ओ हिडेन लाइट शाइनिंग इन एवरी क्रियेचर'' जिसमें बन्धु बी के शर्मा, डा० सी आर रावत, और बन्धु जी के चतुर्वेदी ने प्रस्तुतियां कीं।

- प्रज्ञा लॉज लखनऊ नें 3, 17, और 24 अक्टूबर को ऑन लाइन बेठकें कीं। इनमें ''संगीत का दर्शन'', ''तीन हाल जो संघर्ष का अंत करते हैं'', और ''कारण शरीर'' विषयों पर क्रमशः बहन जयश्री कन्नन, बन्धु सीए शिंदे, और बन्धु मथुरनाथ ने वक्तव्य दिये। 31 अक्टूबर को बहन मार्जा आर्तम्मा के साथ इंटरव्यू भी आयोजित किया गया।
- लॉज ने 3 अतिरिक्त बैठकें हिन्दी में केवल लॉज के सदस्यों के लिये आयोजित कीं। दि० 7 और 21 अक्टूबर को हुयी इन बैठकों में 'दुर्गासप्तशती में रूपक' और 'सुखी जीवन के सूत्र - त्रितीय वल्ली, राग,

द्वेष और उनसे निवृत्ति' विषयों पर क्रमशः बन्धु शिखर अग्निहोत्री और बहन सुषमा तिवारी ने भाषण प्रस्तुत किये। 28 अक्टूबर को एक 'गाइडेड अवेयरनेस मेडिटेशन' बन्धु शिखर अग्निहोत्री द्वारा संचालित किया गया।

- सर्व हितकारी लॉज गोरखपुर द्वारा अक्टूबर 2021 में 4 आन लाइन बैठकें आयोजित की गयीं जिनमें 'एनी बेसैंट का जीवन और कार्य', 'ब्रह्म विज्ञान', 'मानव जीवन का उद्देश्य' और 'जीवन और मृत्यु के रहस्य' विषयों पर क्रमशः बन्धु अजय राय, बन्धु राम अचल, बन्धु आचार्य सन्तोष और बन्धु एसबीआर मिश्रा ने प्रस्तुतियां दीं।
- प्रयास लॉज गाजियाबाद द्वारा 3 अक्टूबर को बहन सुव्रलिना मोहन्ती ने 'मास्टर्स एण्ड द पाथ' पुस्तक के अध्याय 11, पर अध्ययन प्रस्तुत किया। दि० 10, 17, 24 और 31 अक्टूबर को भगवद्गीता के अध याय 1-3, 4-6, 7-9 और 10-12 के सार युवा सदस्यों में से क्रमशः अमरेश और प्रांशी, कृतिका और स्मृति सागर, भौमिक बैवब और प्रांशी तथा कृतिका, अमरेश और सुहानी ने प्रस्तुत किये।
- रविवार को 9:30 बजे बहन सुव्रलीना मोहन्ती ने बच्चों और युवाओं के लिये एक ऑन लाइन अध्ययन सत्र संचालित किया जिसमें अक्टूबर में 'मंत्र योग' और 'ध्यान' विषयों पर चर्चा हुयी।
- नोयडा लॉज में 10 और 17 अक्टूबर को बहन ललिता खत्री नें 'नीरव नाद' वि ाय पर अध्ययन संचालित किया।
- चोहान लॉज कानपुर में बन्धु एसएस गौतम ने 10, 17, 24, और 31 अक्टूबर को 'अंधविश्वास' और 'स्वप्न' विषयों पर चर्चा की।

आनन्द लॉज इलाहाबाद दि० 3,10,17 और 24 अक्टूबर को 'महात्मा गांधी और थियोसॉफी', 'प्रार्थना की शक्ति', 'थियोसॉफिकल सोसाइटी की

सदस्यता' और 'भारतीय संस्कृति और आध्यात्म में महिलाओं का योगदान' विषयों पर पहले से रिकार्ड की हुयी भाषणों के रूप में ऑन लाइन प्रेषण क्रमशः बहन सुषमा श्रीवास्तव, बहन रंजना श्रीवास्तव, बन्धु के के जायसवाल, और डा० गीता सिंह ने किया।

दिल्ली फेडरेशन में योगदान

- इंद्रप्रस्थ लॉज के आमंत्रण पर 3 अक्टूबर 2021 को बहन विभा सक्सेना ने 'जोडियाक्स के मिस्टिक महत्व' विषय पर अपना भाषण ऑन लाइन प्रस्तुत किया। इस कार्यक्रम का संचालन बहन सुब्रलिना मोहन्ती ने किया।
- इंद्रप्रस्थ लॉज के आमंत्रण पर 10 अक्टूबर 2021 को बहन सुब्रलिना मोहन्ती ने 'गायत्री' विषय पर अपना
- ऑन लाइन वक्तव्य प्रस्तुत किया।
- शंकर लॉज के आमंत्रण पर बन्धु एस.के. पाण्डे ने 'राम का वैराग्य एवम् योग वशिष्ठ की शिक्षायें' विषय पर 23 और 30 अक्टूबर को ऑन लाइन व्यक्तव्य प्रस्तुत किये।
- दिल्ली फेडरेशन के तीन लाजों - शंकर लाज, दिल्ली फेडरेशन, ने ज्याति लॉज, मुम्बई फेडरेशन और रेवा और रोहित लॉज, गुजरात फेडरेशन के संयुक्त प्रयास से आयोजित ऑन लाइन वक्तव्य श्रंखला का आयोजन हुआ।
- बहन विभा सक्सेना ने 12 अक्टूबर 2021 को 'काशी का एसोटेरिक महत्व' विषय पर ऑन लाइन वक्तव्य दिया।
- भारतीय सेक्शन द्वारा आयोजित अध्ययन सत्रों में प्रतिभागिताः-

• फेडरेशन के लगभग 10 सदस्यों ने 'व्यक्तित्व और आंतरिक जीवन' पर भारतीय सेक्शन के तत्वावधान में बन्धु टिम बायड द्वारा संचालित दि० 8, 9 और 10 अक्टूबर 2021 की अध्ययन माला में प्रतिभागिता की।

• फेडरेशन के तीन सदस्यों ने स्कूल ऑफ विज्डम अडयार द्वारा अक्टूबर में 'माइण्डफुलनेस इन डेली लाइफ' विषय पर आयोजित वेनेरेबल. ओलैण्डी आनन्द द्वारा संचालित अध्ययन माला में भाग लिया।

• **भारतीय सेक्शन के कार्यक्रमों में योगदानः-**

(1) बहन सुब्रलिना मोहन्ती ने 9 अक्टूबर 2021 को बन्धु टिम बायड के वक्तव्य का संचालन किया।

(2) बहन विभा सक्सेना ने 23 और 30 अक्टूबर को एनी बेसैंट की पुस्तक 'मैन ऐण्ड हिज बाडीज' पर अध्ययन माला का संचालन किया।

• **अंतर्राष्ट्रीय कार्यक्रमों में योगदानः-**

बहन विभा सक्सेना नें फिलीपीन्स के एक लॉज के साथ दि० 23 अक्टूबर को आयोजित संयुक्त बैठक में 'मैन नो योरसेल्फ' विषय पर वक्तव्य प्रस्तुत किया।

• **अन्य फोरमों में योगदानः-**

(1) बहन सुब्रलीना मोहन्ती ने 'वेजीटेरियनिज्म और अकल्टिज्म' विषय पर 3 अक्टूबर को एक लघु वक्तव्य का मॉडरेशन किया। 24 अक्टूबर को उन्होने एन्सिऐंट विज्डम पुस्तक से 'भौतिक लोक' विषय पर भी अध्ययन का संचालन किया।

(2) प्रयास लॉज गाजियाबाद की एक युवा सदस्य कृतिका गोयल ने 3 और 10 अक्टूबर को 'वेजीटेरियनिज्म और अकल्टिज्म' विषय पर लघु वार्ताओं

का माडरेशन किया। उन्होने 17 और 24 अक्टूबर को एंसिएंट विज्डम के भूमिका और भौतिक लोक विषयों पर माडरेशन किये।

(3) 3 और 10 अक्टूबर को प्रयास लॉज गाजियाबाद के युवा सदस्यों - मंशा मिश्रा, वंश गोयल, श्रुति गोयल, प्रणीश मोहन्ता और भौमिक भट्ट ने 'वेजीटेरियनिज्म और अकल्टिज्म' विषय पर लघुवार्तायें प्रस्तुत कीं।

राष्ट्रीय व्याख्याता

- बरबटी लॉज कटक के आमंत्रण पर बन्धु यू.एस. पाण्डे ने 11 अक्टूबर को 'ह्यूमन हैपीनेस' विषय पर एक आन लाइन प्रस्तुति की।
- बरबटी लॉज कटक के आमंत्रण पर बन्धु शिखर अग्निहोत्री ने 18 अक्टूबर को 'दुर्गा सप्तशती में रूपक' विषय पर एक आन लाइन वक्तव्य प्रस्तुत किया।
- शंकर लॉज के आमंत्रण पर बन्धु यू.एस. पाण्डे ने 16 अक्टूबर को 'ओम का व्यावहारिक महत्व' विषय पर एक आन लाइन प्रस्तुति की।
- शंकर लॉज के आमंत्रण पर बन्धु शिखर अग्निहोत्री ने 5 और 17 अक्टूबर को क्रमशः 'दुर्गा सप्तशती में रूपक' और 'सात पोर्टल्स' विषयों पर आन लाइन प्रस्तुतियां की।

गुजरात फेडरेशन में वक्तव्य

- रोहित लॉज अहमदाबाद के आमंत्रण पर बन्धु शिखर अग्निहोत्री ने 16 अक्टूबर 2021 को ' दुर्गा सप्तशती में रूपक' विषय पर एक आन लाइन प्रस्तुति की।

सीक्रेट डॉक्ट्रीन पर अंतर्राष्ट्रीय सेमीनार

अडामंट लाज मास्को के द्वारा 30 अक्टूबर को 'सीक्रेट डाक्ट्रीन श्लोक 8, स्टेंजा 1 - कास्मोजिनेसिस' विषय पर आयोजित ऑन लाइन सेमीनार में बन्धु यूएस पाण्डे ने एक पेनलिस्ट की भूमिका निभाई।

रूस, यूक्रेन, ग्रेट ब्रिटेन, ग्रीस, दक्षिण कोरिया, आस्ट्रेलिया, पुर्तगाल, ब्राजील, यूएसए, भारत आदि देशों के अनेक सदस्यों ने इस सेमीनार में भाग लिया।

नवम्बर २०२१

1. धर्मालॉज, लखनऊ : 3, 10, 24 की तिथियों में 'शिष्य का जीवन', 'दशावतार' और 'थियॉसोफी का प्रतीक' विषयों पर सर्वश्री बन्धु बी.के. पाण्डेय, यू.एस. पाण्डेय और अशोक कुमार गुप्ता ने उद्‌बोधन दिया।

2. निर्वाण लॉज, आगरा : 11, 18, 25 को 'जागरुकता', 'बुरी आत्मायें और मानसिक स्वास्थ्य' और साँख्यदर्शन विषयों पर डा. सी. आर. रावत, आर.पी.शर्मा और डा. विनोद शर्मा द्वारा उद्‌बोधन।

3. प्रज्ञा लॉज, लखनऊ : 7, 14, 21, 27 और 28 नवम्बर विषय अड्‌यार के हेडक्वार्टर हॉल में प्रतीकों का महत्व, मार्ग प्रकाशिनी एवं खुशहाल जीवन के लिए संकेत, 'केन्द्र से जीना, 'सम्पूर्ण स्वास्थ्य एवं प्राकृतिक चिकित्सा', और मानसिक शरीर' वक्ता - सर्वश्री विनय कुमार पात्री, सि. सबीनेवान ओस्टा (बेल्जियन सेक्शन), सि. सोनल मुर्ली, सि. वसुमती अग्निहोत्री, सि. मानसी भगत और राजीव गुप्ता। 11 और 25 नवम्बर को अतिरिक्त बैठकें हिन्दी में की गईं। विषय सुखी जीवन के सूत्र और 'सृजनकारी मौन' वक्ता - सि. वसुमती अग्निहोत्री और सुषमात्रा तिवारी। 18 नवम्बर को बन्धु शिखर अग्निहात्री द्वारा निर्देशित ध्यान का संचालन।

4. सर्वहितकारी लॉज, गोरखपुर : बैठकें 7 एवं 21 नवम्बर विषय : यात्रा और ध्यान के दौरान जैविक बदलाव' वक्ता - डा. अजय राय।

5. नोएडा लॉज : बैठकें 7 एवं 21 नवम्बर विषय : सि. ललिता खत्री द्वारा नीरव नाद पुस्तक का अध्ययन।

6. चोहान लॉज, कानपुर : बैठकें 14, 21 एवं 28 नवम्बर बन्धु श्याम सिंह गौतम द्वारा एनीबेसेन्ट की पुस्तक 'कर्मा' का अध्ययन।

7. प्रयास लॉज, गाजियाबाद : बैठकें 7 एवं 14 नवम्बर, भगवदगीता के 13, 14, 15, 16, 17 एवं 18 सर्गों की संक्षिप्त प्रस्तुति सर्वश्री सागर मोहन्ता, सि० श्रुति गोयल, श्री वैभव पटनायक, सि० सुहानी, श्रीवन्श, सि० उर्वशी द्वारा की गई। 27 एवं 28 नवम्बर को सि० सुब्रलीना मोहन्ती द्वारा थियॉसोफिकल सोसाइटी के उद्देश्य एवं थियॉसोफी की शिक्षायें और उसका प्रयोग विषयों पर उद्बोधन।

• सुब्रलीना मोहन्ती द्वारा बच्चों एवं युवाओं के लिए प्रत्येक रविवार 09:30 बजे 'प्रयोगात्मक प्रवृत्ति एवं पूछताछ' तथा 'अनुशासन' विषयों पर अध्ययन।

8. काशी तत्व सभा, वाराणसी : 26 नवम्बर 'अध्यात्म और हमारा जीवन' विषय पर श्री विनोद शर्मा द्वारा उद्बोधन।

9. आनन्द लॉज, इलाहाबाद : व्हाट्सएप के माध्यम से मीटिंगों का संचालन किया गया। 7, 14 और 17 'वेदों का महत्व', 'ध्यान माला, चैप्टर-3, सेवा और थियॉसोफिकल सोसाइटी की स्थापना की योजना' विषय पर प्रस्तोता श्री सुदीप मिश्रा और सि० सुषमा श्रीवास्तव। 21 और 28 नवम्बर को 'ध्यान माला-आत्म त्याग' पर सि० रंजना श्री वास्तव द्वारा चर्चा की गई। 15 नवम्बर को श्रीमती राधा बर्नियर का जन्म दिवस मनाया गया।

10. उ०प्र० एवं उत्तराखण्ड फेडरेशन के कार्यक्रम : 17 नवम्बर को

'सोसाइटी का स्थापना दिवस' कार्यक्रम का आयोजन किया गया। बन्धु उमाशंकर पाण्डेय द्वारा यूनिवर्सल प्रेयर पढ़ी गई। बन्धु एस. के. पाण्डेय ने सोसाइटी का संक्षिप्त इतिहास प्रस्तुत किया और श्री यू.एस. पाण्डेय द्वारा स्थापना के पहले की तैयारियों पर प्रकाश डाला और कर्नल आल्टकाट द्वारा 17.11.1875 दिये गये उद्घाटन भाषण की प्रस्तुति की।

11. विद्यार्थियों/युवाओं/शिक्षकों के लिए कार्यक्रम : बसन्त कन्या महाविद्यालय, वाराणसी के अण्डर ग्रेजुएट और पोस्ट ग्रेजुएट छात्र/छात्राओं के लिए 'थियॉसोफी के माध्यम से आत्म-अनुभूति' का कोर्स आरम्भ किया गया। 125 छात्र/छात्राओं ने अपने नाम पंजीकृत कराये। संचालन के लिए सि० उमा भट्टाचार्य, बन्धु वी. नारायनन, बन्धु शिखर अग्निहोत्री को नामित किया गया। 20, 27 नवम्बर के सत्र के बन्धु शिखर अग्निहोत्री ने संचालित किया और 'थियॉसोफी और भारतीय दर्शन के मूलभूत बिन्दु' एवं 'कर्म के नियम और मनुष्य अपने भाग्य का निर्माता' विषय पर प्रकाश डाला।

12. **<u>दूसरे फेडरेशनों में योगदान :</u>**

दिल्ली फेडरेशन, श्रीमती वसुमति अग्निहोत्री ने शंकर लॉज, दिल्ली के कार्यक्रम में 20 नवम्बर को 'अष्टावक्र गीता चैप्टर-2' पर चर्चा की।

13. **<u>भारतीय शाखा में योगदान :</u>**

• सि० विभा सक्सेना द्वारा 6 एवं 12 नवम्बर को 'मानव और उसका शरीर - खण्ड-III' तथा महात्मा के पत्र सं. 1 पर।

• बन्धु शिखर अग्निहोत्री द्वारा 7, 19 और 26 को 'थियॉसोफिकल कार्य के सिद्धान्त' एवं 'महात्मा के पत्र सं. 2 पर।

14. तीन दिवसीय अध्ययन कार्यक्रम : भारतीय शाखा द्वारा आयोजित

23, 24 और 25 नवम्बर को शिरले निकल्सन की पुस्तक 'एन्शियन्ट विजडम - माडर्न इनसाइट' पर बन्धु उमाशंकर पाण्डेय द्वारा अध्ययन कार्यक्रम संचालित किया गया। कार्यक्रम में पुस्तक के कुछ खण्डों पर चर्चा हुई। सहभागियों के प्रश्नों के उत्तर दिये गये। बन्धु प्रदीप महापात्रा ने सत्र की समाप्ति पर धन्यवाद ज्ञापित किया।

15. **अन्य देशों / अन्तर्राष्ट्रीय कार्यक्रमों में योगदान :**

• बन्धु शिखर अग्निहोत्री द्वारा 4.11.2021 को बोगोटा लॉज, कोलम्बिया में 'दीवाली त्योहार का प्रतीकार्थ' पर उद्‌बोधन। स्पैनिश भाषा में अनुवाद किया गया।

• सीक्रेट डॉक्ट्रिन पर अन्तर्राष्ट्रीय सेमीनार : बन्धु यू०एस० पाण्डेय ने एक पैनलिस्ट के रूप में हिस्सा लिया। 20.11.2021 को एडामेंट लॉज, मास्को द्वारा श्लोक-9 स्टैंजा-1 कास्मोजेनेसिस विषय पर परिचर्चा हुई। अनेक देशों के लोगों ने भाग लिया।

16. पांचवी अन्तर्राष्ट्रीय काग्रेस : 28 नवम्बर 2021 में एडामेंट लॉज मास्को द्वारा कार्यक्रम का आयोजन किया गया। बन्धु उमाशंकर पाण्डेय द्वारा सत्य क्या है' विषय पर उद्‌बोधन दिया गया। उन्होंने श्लोक-4 स्टैंजा-1' (सीक्रेट डॉक्ट्रिन) पर परिचर्चा हुई।

17. बन्धु उमाशंकर पाण्डेय का लेख 'परब्रह्म' रूसी पत्रिका एल्बेट्रास -2 में छापा गया।

दि थियॉसोफिकल सोसायटी

(स्थापना वर्ष 1875)

अंतर्राष्ट्रीय प्रधान कार्यालय – अड्यार, चेन्नई, इंडिया - 600 020

अंतर्राष्ट्रीय प्रेसीडेंट – बन्धु टिम बॉयड

प्रेसीडेन्ट, भारतीय शाखा – बन्धु प्रदीप गोहिल

भारतीय शाखा कार्यालय – कामच्छा, वाराणसी (उ0प्र0)

प्रेसीडेन्ट, उ.प्र. एवं उत्तराखंड फेडरेशन – बन्धु उमाशंकर पाण्डेय

सचिव, उ.प्र. एवं उत्तराखंड फेडरेशन – बन्धु शिव कुमार पाण्डेय

उद्देश्य

1) जाति, धर्म, लिंग, वर्ण तथा रंग भेद से रहित मानवता के विश्व बन्धुत्व के सक्रिय केन्द्रों की स्थापना करना।

2) सापेक्ष धर्म, दर्शन एवं विज्ञान के अध्ययन को प्रोत्साहन देना।

3) प्रकृति के अज्ञात नियमों तथा मानव में अंतर्निहित गुह्य शक्तियों का अनुसंधान करना।

सनातन टी ओ एस ग्रुप, नोएडा द्वारा लॉकडाउन के अन्तर्गत अनवरत सेवाकार्य