प्रातःकालीन ध्यान-साधना — वं० माताजी द्वारा निर्देश

वं० माता जी - गायत्री मंत्र हमारे साथ-साथ।

ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात्।

ध्यान एक ऐसी विधा है कि जिसके माध्यम से अपनी चेतना को परमात्म चेतना के साथ जोड़ने एकाकार करने का प्रयास किया जाता है। भाव भूमिका बनने पर परमात्म चेतना साधक के स्थूल, सूक्ष्म और कारण शरीरों पर शुद्धता और तेजस्विता जैसे अनेक अनुदान प्रदान करती है। आप सब युग ऋषि से जागृत युग तीर्थ में बैठे हैं। भावना करें कि चारों ओर तीर्थ चेतना, गुरुसत्ता और परमात्म सत्ता का प्राण भरा स्नेह लहरा रहा है। आपका शरीर, मन, बुद्धि, चित्त सब उसमें डूबे हैं। पू० गुरुदेव जो कुछ निर्देश दें, उसके अनुसार अपनी मनोभूमि बनाते चलें।

पहले जब वे गायत्री मंत्र बोलें, आप भी उनके साथ-साथ मन ही मन गायत्री मंत्र दोहराते चलें। भावना करें कि उनके द्वारा भेजे गये सूक्ष्म क ंपनों के साथ-साथ हमारे शरीर का कण-कण झंकृत हो रहा है। शरीर, मन, अन्तःकरण सभी अभिमन्त्रित हो रहे हैं। फिर ध्यान निर्देशों के अनुसार अपने भावों को बनाते चलें।

आप पू० गुरुदेव के निर्देशों का अनुसरण करें। कोई दृश्य दिखे या न दिखे, इन्द्रियों को कोई अनुभूति हो या न हो। सूक्ष्म चेतना पू० गुरुदेव के कहे अनुसार अपना कार्य कर रही है। आपके अन्दर दिव्यताओं के जागरण और स्थापना का क्रम चल रहा है। दिव्य चेतना के प्रभावों को श्रद्धा पूर्वक अपने अन्दर धारण करते रहें।

अन्त में पू० गुरुदेव द्वारा की गई असतो मा सद्गमय आदि प्रार्थना तथा ओंकार ध्वनि को भी मन ही मन दोहरायें। भावना करें जो शक्ति प्राप्त हुई है वह शरीर, मन आदि में स्थापित हो रही है। वह हमें अन्धकार से प्रकाश की ओर, असत् से सत् की ओर, मृत्यु से अमृत की ओर ले जायेगी।

ध्यान समाप्ति के बाद कुछ देर तक शान्त मौन रहें। मानसिक जप करें, जिससे ध्यान का अधिक लाभ प्राप्त होगा। अब शान्ति भरे मन से - श्रद्धा भरे अन्तःकरण से ध्यान करें।

ज्योति अवतरण साधना – वं० माताजी द्वारा निर्देश

शांत चित्त, स्थिर शरीर, कमर सीधी करके बैठें। स्वयं को तीर्थ के दिव्य प्राण प्रवाह में डूबा हुआ अनुभव करें। दीपक की ज्योति को खुली आँखों से देखें और आँखें बंद करके अपने अंदर उस प्रकाश को फैलता अनुभव करें। भावना करें कि जिस प्रकार दीपक, ज्योति के स्पर्श से स्वयं ज्योतित हो जाता है, उसी प्रकार हम भी दिव्य चेतना के प्रभाव से ज्योतित हो रहे हैं। हमारे साथ धीमे स्वर में गायत्री मंत्र दोहराते चलें। हमारी भावना से अपनी भावना को एकाकार होते देखें। जिस प्रकार हमने अपने व्यक्तित्व का कण-कण अपने प्रभु को समर्पित कर दिया, वैसा ही दिव्य भाव अपने रोम-रोम में संचारित होता अनुभव करें। मंत्र समाप्ति पर मौन जप प्रारम्भ कर दें तथा प्राप्त अनुदानों को पचाने का, आत्मसात करने का प्रयास करें। यह क्रम शंख-ध्वनि होने तक चलायें। बाद में परमात्मा की चेतना को नमस्कार करके समापन करें।

नादयोग – वं० माताजी द्वारा निर्देश

ऋषियों ने अनुभव किया है कि इस ब्रह्माण्ड में एक दिव्य नाद बराबर गुंजित हो रहा है। उस नाद में सभी स्वर एवं सभी भाव समाये हुए हैं। नाद में, संगीत में, प्राणियों के अन्दर भाव संवेदना जगाने की क्षमता है। जीवन की संवेदनाएँ सूख जाने पर जीवन नीरस हो जाता है। संवेदनाएँ जाग जायें तो मनुष्य और मनुष्य के बीच, मनुष्य और भगवान के बीच दिव्य आदान-प्रदान शुरू हो जाता है। अभी जो संगीत बजेगा उसे अपने अन्दर तंरगित होने दें। भावना करें कि संगीत की लहरों के साथ दिव्य संवेदनाएँ संचारित हो रही हैं। वे भगवान विष्णु की बाँसुरी, शिव का डमरू का स्वर है। इनके साथ शरीर का कण-कण, मन, अन्तःकरण सब थिरक रहे हैं, पुलकित हो रहे हैं, अन्दर के विकार शांत हो रहे हैं। आनन्द भरी पुलकन उभर रही है। नाद समाप्त होने पर कुछ देर शांत मौन रहें, साधना के प्रभावों को स्थिर होने दें।

ऋषि युग्म की झलक-झाँकी भाग-1

मैं स्वयं सूर्य रूप हूँ - पृष्ठ १९०

यह प्रसंग सन् 1982 का है। दिल्ली के एक प्रोफेसर को कैंसर हुआ। वे गुरुजी से जुड़े तो थे पर बुद्धिवादी होने के नाते गुरुजी की परीक्षा लेना चाहते थे। अतः पूज्यवर से मिलने के लिये वे शान्तिकुञ्ज तो आये किंतु नीचे ही प्रतीक्षालय में बैठे रहे जबकि उस समय उनसे मिलने हेतु कोई भी कभी भी जा सकता था।

थोड़ी देर में गुरुदेव ने स्वयं ही उन्हें बुलवा लिया व शिकायत भरे लहजे में कहा, ''बेटा! तुझे कैंसर है और तूने बताया तक नहीं।''

वे गुरुजी के चरणों में गिर पड़े और सुबकते हुए बोले, ''गुरुजी, चाहता था कुछ दिन ठीक से जी लूँ।'' गुरुजी ने कहा, '' अरे बेटा! कुछ नहीं है, तू बिलकुल ठीक है। जा! तुझे कुछ नहीं होगा। बेटा! मैं स्वयं सूर्य स्वरूप हूँ, ब्राह्मण हूँ जो निरंतर सभी को देना ही जानता है।''

श्रद्धेय डॉ. प्रणव भाई साहब बताते हैं कि मैं उस समय ऊपर ही था। डॉक्टर बुद्धि, मैंने भी उनका पता नोट किया कि देखें आखिर होता क्या है? सन् 1982 से 1991 तक वे बिलकुल स्वस्थ रहे। कैंसर का कहीं अता-पता भी नहीं था।

सूर्य की ओर देखकर समाधान किया - पृष्ठ १९१

राजनांदगाँव के श्री बुधराम साकुरे जी के ससुर तीर्थ यात्रा के लिए निकले थे। उनके घर एक समाचार मिला कि जिस नाव में बैठकर वे नदी पार कर रहे थे, वह नाव डूब गयी है। उनका कुछ अता-पता नहीं है। वे जीवित भी हैं कि नहीं, कुछ ज्ञात नहीं है। अब घर वाले बहुत परेशान थे कि उनका पता कैसे लगाया जाय? संयोग से उन दिनों पूज्यवर राजनांदगाँव व दुर्ग (छ.ग.) गये हुए थे। साकुरे जी ने घर वालों से कहा- ''आप सब परेशान न हों, हम अपने गुरुजी से उनके बारे में पूछेंगे। वे सब समाधान कर देंगे।''

उन्होंने दुर्ग आकर गुरुजी का पता किया कि वे कहाँ हैं। किसी ने बताया कि वे स्टेशन पहुँच चुके हैं। वे रेलवे स्टेशन आकर पूज्यवर से मिले। आते ही चरण स्पर्श कर गुरुजी से कहने लगे- ''गुरुजी! घर में एक समस्या है। हमारे ससुर जी तीर्थ यात्रा को गये थे। ऐसा सुनते हैं कि उनकी नाव डूब गयी। घर वाले बहुत परेशान हैं।'' पूज्यवर ने एक क्षण के लिए सूर्य की ओर निहारा। फिर बोले, ''बेटा! बिल्कुल चिन्ता न करो। वे कल सुबह तक यहाँ आ जायेंगे।'' उन्हें स्वयं को तो पूर्ण विश्वास था कि पूज्यवर का कोई कथन असत्य नहीं हो सकता पर अपने ससुराल पक्ष को कैसे समझाएँ जो अभी परिवार से जुड़े नहीं थे। उन्होंने कहा, ''आप लोग सुबह तक धैर्य रखो।''

सुबह होते ही स्टेशन से ससुर जी का फोन आ गया कि मैं यहाँ पहुँच गया हूँ। मैं रिक्शा से घर आ रहा हूँ। घर पहुँच कर उन्होंने बताया कि नाव तो डूबी थी, पर बचाने वाले परमात्मा ने बचा लिया। जैसा कि कहा गया है, 'जाको राखे साइयाँ, मार सके न कोय।' साकुरे जी का विश्वास है कि पूज्य गुरुदेव ने ही हमारे ससुर जी को बचा लिया।

साकुरे जी बताते हैं कि वे स्वयं नशे में डूबे रहते थे। उनकी शराब किसी भी भाँति उनसे छूट नहीं रही थी। पूज्य गुरुजी ने ही उनका जीवन बदला। गुरुजी ने उन्हें जीवन की कीमत समझायी, और जीवन को यूँ ही आग लगाते रहने से बचा लिया। जीवन में कुछ विशिष्ट कार्य करवाकर जीवन को सफल एवं सार्थक बना दिया। शान्तिकुंज से पूज्यवर ने उन्हें देश में विभिन्न कार्यक्रम सम्पन्न करवाने के लिए टोलियों में भी भेजा।

हम सूर्य में व अखण्ड दीप में रहेंगे - पृष्ठ ९७

1987 नवम्बर की बात है। मैं (डा. ओ.पी. शर्मा) टोली से लौटा था। जब गुरुदेव से मिलने गया, तो गुरुदेव ने कहा, ''बेटा, मैं शुकदेव हूँ।'' मैं चुप रहा और उनके वाक्य पर विचार करता रहा। रात में भी वही विचार चलता रहा। प्रातःकाल उपासना के समय प्रेरणा मिली कि गायत्री का सूर्योपस्थान पढ़ो। मैंने उसे पढ़ा। उसमें लिखा है, ''ऋषि शुकदेव जी कहते हैं, हमारी सारी साधनाएँ पूरी हूई। अब हम सूर्य में व्याप्त होकर कार्य करेंगे।'' अगले दिन मैंने गुरुदेव को संस्कृत का एक श्लोक सुनाया। 'तस्मात् योग समास्थाय....' जब मैंने यह श्लोक सुनाया तो गुरुजी ने कहा, ''बेटा कहाँ पढ़ा है?'' मैंने गुरुदेव को बता दिया कि 'गायत्री का सूर्योपस्थान' पुस्तक में पढ़ा है। तब गुरुजी कहने लगे, ''बेटा, जैसे शुकदेव जी ने

पैदा होने पर माँ का स्तनपान भी नहीं किया और तपस्या करने लगे वैसे ही बेटा हम भी तपस्या में लग गये हैं और उसी रूप में कार्य कर रहे हैं।''

एक दिन पूज्यवर ने कहा, ''शरीर छोड़ने के बाद क्षण भर के लिये हम निराकार हो जायेंगे, फिर उसी अखण्ड दीप की ज्वलंत लौ में समाहित हो जायेंगे, वही मेरी प्रतिमा होगी।''

इसी बात को वर्ष 1988, जनवरी की अखण्ड ज्योति में पृष्ठ-28 पर उन्होंने लिखा भी, ''बदन बदलने के समय में अब बहुत देर नहीं है।...परिजन हम लोगों का संयुक्त जीवन अखण्ड दीपक का प्रतीक मानकर उसे आत्म सत्ता की साकार प्रतिमा मानते रहें।... शरीर परिवर्तन की वेला आते ही यों तो हमें साकार से निराकार होना पड़ेगा, पर क्षण भर में उस स्थिति से अपने को उबार लेंगे और दृश्यमान प्रतीक के रूप में अखण्ड दीपक की ज्वलंत ज्योति में समा जायेंगे।'' ''शरीरों के निष्प्राण होने के बाद, जो चर्म चक्षुओं से हमें देखना चाहेंगे, वे इसी अखण्ड ज्योति की जलती लौ में हमें देख सकेंगे। भविष्य में दोनों की सत्ता एक में विलीन हो जायेगी और उसे तेल-बाती की पृथक सत्ताओं के एक ही लौ में समाविष्ट होने की तरह अद्वैत रूप में गंगा-यमुना के संगम रूप में देखा जा सकेगा।''

आगे वे लिखते हैं, ''अभी हम लोगों के शरीर शान्तिकुञ्ज में रहते हैं। पीछे वे इस परिकर के कण-कण में समाये हुए रहेंगे। इसकी अनुभूति निवासियों और आगंतुकों को समान रूप से होती रहेगी।''

मेरा चौथा स्थान उगता हुआ सूर्य होगा - पृष्ठ ११७

एक दिन हम (डा. ए.के. दत्ता) लोग उनके पास बैठे थे, तो वे बोले, ''मैं शरीर छोड़ने पर कुछ ऐसा करूँगा जैसे कोई कुर्ता उतारता है, पर फिर मैं तीन स्थानों पर रहूँगा एक माताजी के पास, दूसरा सजल-श्रद्धा प्रखर-प्रज्ञा तीसरा अखंड दीपक।'' हमारे साथ अमेरिका के एक परिजन भी बैठे थे। उन्होंने कहा, ''गुरुजी, ये तीनों स्थान तो शान्तिकुञ्ज में हैं और हम लोग तो बहुत दूर हैं।'' इस पर गुरुजी बोले, ''बेटा! मेरा चौथा स्थान उगता हुआ सूर्य होगा।''

माताजी का सूर्यार्घ्य - पृष्ठ १३७

सन् 1981-82 की बात है एक दिन मैंने (श्रीमती अपर्णा दत्ता) माताजी को सूर्य भगवान् को अर्घ्य देते हुए देखा। मैंने देखा सूर्य की गहरी प्रकाश किरणों का एक समूह उनके चरणों में आ रहा है। फिर यह प्रकाश किरणें बिखर कर शान्तिकुञ्ज के परिसर द्वारा सोखी जा रही हैं। मैंने गुरुजी से पूछा, ''गुरुजी, आज मैंने माताजी का विलक्षण स्वरूप देखा। यह क्या है?'' तो गुरुजी ने कहा, ''माताजी के इसी दिव्य प्रकाश और शक्ति से शान्तिकुञ्ज और युग निर्माण योजना संचालित है।''

दृश्य प्रतीकों-स्वरूपों के बारे में उन्होंने स्पष्ट कहा है कि -

- मुझे अखण्ड ज्योति (दीपक) के रूप में देखना। - मुझे प्रखर प्रज्ञा-सजल श्रद्धा के रूप में देखना।
- मैं तीन स्थानों पर रहूँगा एक माताजी के पास, दूसरा सजल-श्रद्धा प्रखर-प्रज्ञा, तीसरा अखंड दीपक।
- मुझे लाल मशाल के रूप में देखना।
- बेटा! मैं स्वयं सूर्य स्वरूप हूँ, ब्राह्मण हूँ जो निरंतर सभी को देना ही जानता है।
- बेटा! मेरा चौथा स्थान उगता हुआ सूर्य होगा।
- मेरा स्वरूप मेरे साहित्य में छिपा है।
- मेरे विचारों में-मेरे साहित्य में, मेरी इच्छाओं को ढूँढो। उन शिक्षाओं का अनुसरण करो जो मेरे गुरु ने मुझे दी थीं और जिसे मैंने तुम्हें दिया है।
- आप लोगों से यह मत कहना कि हमारे गुरुजी बड़े सिद्ध पुरुष हैं, बड़े महात्मा हैं और वरदान देते हैं, वरन् यह कहना कि युगऋषि ऐसे व्यक्ति का सम्बोधन है, जिसके पेट से क्रान्ति की आग निकलती है, आँखों से शोले निकलते हैं। आप ऐसे गुरुजी का परिचय देना, सिद्ध पुरुष का नहीं।
- ''तेरा अगर श्रद्धा-विश्वास है, तो तेरे शिव-पार्वती हम ही हैं।'' - वं माताजी
- मेरा परिचय क्या पूछ रहे, रचयिता, रक्षक, पोषक हूँ । - वं माताजी