Shree Shivkrupanand Swami
'Samarpan Bhavan', Eru-Abrama Road, Near Gandhi Smriti Station (W),
Eru, Dist.-Navsari, Gujarat - 396450. India. Phone : 02637 - 324755 / 093288 10888
Website : www.samarpanmeditation.org

ॐ

|| Whole World is a Family ||

14-2-2019
गुरुवार

प्रकृतीमय होना ही "ध्यान" है।

सभी पुण्यआत्माओ को मेरा नमस्कार - - - - - - - -

मानव समाज का विकास और प्रगती लाखो सालो मे धिरे२ हुयी है. इस प्रगती का समुचा ब्योरा भी आज हमारे पास नही है, पहले सारी पृथ्वी ही एक जगह पर थी बाद मे समय के साथ पृथ्वी के अलग-अलग खंड बन गये और विभीन्न "देश" बन गये।

पहले मनुष्य जानवरो जैसा समुह बनाकर घुमता था जैसा प्राय: हम जंगली जानवरो के झुंड देखते है, ठीक वैसा ही कुछ था बाद मे गुफाओ मे रहना सीखा खेतीकरना, सीखा जानवर पालना, मछली पकडना, सीखा बाद मे मानव अपनी "बस्तीया" बनाकर रहने लग गया। मानव सदैव शक्ती का उपासक रहा है, प्रत्येक मनुष्य शक्तीशाली बनना चाहता है, पर मनुष्य का शरीर है, और शरीर की अपनी कुछ सिमा होती है, फीर मनुष्यने जाना की सबसे अधीक शक्ती प्रकृती मे ही होती है।

Shree Shivkrupanand Swami
'Samarpan Bhavan', Eru-Abrama Road, Near Gandhi Smriti Station (W),
Eru, Dist.-Navsari,Gujarat - 396450. India. Phone : 02637 - 324755 / 093288 10888
Website : www.samarpanmeditation.org

|| जय बाबा स्वामी ||
|| Whole World is a Family ||

तो फीर उसने प्रकृती के ही पंच महाभुतो की उपासना-
प्रांरभ की और हम देखते है. यह प्रकृती की उपासना
विश्व की सबसे "प्राचीन" उपासना की पद्धती है,
मनुष्य सर्व प्रथम इसी पद्धती से उपासना करता था, इसीलीये
पृथ्वी के अलग२ खंड होने पर भी आज भी यह उपासना
पद्धती सारे संसार मे पायी जाती है, अमरीका मे आज भी
रेड इंडीयन, इसी पद्धती से उपासना करते है, युके मे आज भी
"वेल्स" मे ड्रवीड इसी पद्धती से उपासना करते है, भारत मे
हिमालय की तलहटी मे आज भी कई मानव वस्तीयो मे-
मैने इसी उपासना पद्धती को उनके बीच रह कर देखा है
जो अपने आप को आर्यन कहते है, और हम ही भारत के
मुल निवासी है, कहते है, न्युझीलेन्ड मे भी "मावरी" जाती के
लोग आज भी इसी पद्धती का अवलंब करते है, मै उनको
भी मील चुका हुँ, और उनकी पद्धती को भी जानने का अवसर
मिला है। आज इसी समान उपासना पद्धती के कारण ही भले
ही मनुष्य पृथ्वी के अलग२ टुकडे होने पर दुर दुर चला-
गया हो पर उपासना की प्राचीन पद्धती समान है, और
यह पद्धती हमे प्रकृती के साथ जोडती है, वे अपनी बीमारीया
भी प्रकृती के साथ जुड कर ठीक आज भी कर लेते है।
बस प्रकृती के साथ जुडने के लीये आप खाली यानी "रिक्त"
होना आवश्यक होता है, प्रकृती और हमारे बीच मे सबसे-
बडी बाधा है. "विचार" प्रकृती कभी विचार नही करती और
हम विचार करते है। मनुष्य के विचार उसको प्रकृती से
अलग करते है. हम प्रकृती मे जिवन व्यतीत भी करते है.
पर प्रकृतीमय नही होते है।

हम प्रकृती मे रहकर भी प्रकृती हमारे मे कभी नही रहती है। हम प्रत्येक क्षण "मै" के अहंकार के साथ ही जीते है। हम सदैव अपने अलग अस्तित्व को ही बनाकर रखते है। अपने अस्तित्व को मीटाकर "प्रकृती मय" होना ही ध्यान है।

पर यह आसान नही है।

प्राचीन समय मे कुछ मनुष्य अपनी वस्तीया छोडकर वहाँ के जंगलो मे गये और प्रकृतीमय हो गये तो वे वापस कभी वस्तीयो मे वापस ही नही आये समय के साथ २ मनुष्य की भी उत्क्रांन्ती हुयी और उस उत्क्रांन्ती को देखकर ही प्रकृती ने जो प्रकृतीमय मुनी या महान आत्मा हुये थे उन्हे समाज मे भेजा और फीर उनके अनुभव उनके उपदेश बाद मे एक नयी उपासना की पद्धती बन गयी इस प्रकार से इस संसार मे कई उपासना की पद्धतीयो का जन्म हुआ प्रत्येक उपासना पद्धती का उद्देश तो केवल मनुष्य के भितर की मनुष्यता जागृत करना ही था पर उपासना पद्धतीया उपदेश पर आधारीत थी याने अच्छी बाते करो और बुरी बाते छोडो प्राःय यही उपदेश सभी उपासना पद्धतीयो मे शरीर स्तर दिये जाने लग गये और लोग भी इन्हे शरीर स्तर पर ही लेने लग गये और जो लोग संवेदनशील थे पवीत्र थे वह ले पाये बाकी नही ले पाये और जैसे २ बुद्धी का विकास होता गया मनुष्य प्रकृती से दुर होता गया और बुद्धी का विकास याने योग की भाषा मे कहे सुर्यनाडी की प्रगती

Shree Shivkrupanand Swami
'Samarpan Bhavan', Eru-Abrama Road, Near Gandhi Smriti Station (W),
Eru, Dist.-Navsari,Gujarat - 396450. India. Phone : 02637 - 324755 / 093288 10888
Website : www.samarpanmeditation.org

|| जय बाबा स्वामी ||
|| Whole World is a Family ||

सुर्यनाडी की प्रगती जैसे२ होते गयी मनुष्य की लेफ्टनाडी याने चंद्रनाडी कमजोर होते गयी और मनुष्य की संवेदना ही मरती गयी है।
यही कारण है, आज केवल बुद्धिमान लोगो के ही "माँ "बाप" वृद्धाश्रम मे रहते है. कीसी खेडुत के माँ बाप भले ही झोपडी मे रहे घर मे ही रहते है यह मेरा अनुभव आप स्वंयम वृद्धाश्रम जाकर देखे। संवेदनशील मनुष्य को ही उपदेश समझ मे आते है यह सबकुछ एकदम नही हुआ है. पिछले ८०० सालों से यह प्रक्रिया चल रही थी जो समाज मे ही है, तो उन्हे यह धिरे२ होनेवाला बदलाव समझ मे नही आता है, पर जो हिमालय मे बैठे हुये मुनी है. वे भी मानव समाज का कल्याण चाहते है। वे निरन्तर ८०० सालो से इस बात को देख रहे थे. उन्होने देखा की उपदेश से अब कुछ नही प्रभाव पड रहा है, और न कोई ऐसी उपासना की पद्धती ऐसी है, जिसको मानने वाले सभी लोग अच्छे हो तो वे जान गये की अब आने वाले युग मे केवल उपदेश असरकारक नही रहेगा पर क्या किया जाये वह "मार्ग" उनके पास भी नही था.

उनका अपना अनुभव यह था की वे समाज को छोडकर हिमालय मे आये और प्रकृतीमय हो गये तो कुछ वर्षों के बाद प्रकृती ही उनके भीतर से बहने लग गयी।

अपनी गुणग्राहकता की वृद्धी के लिये उन्होने प्रकृती को "परमात्मा" मान लीया। वास्तव मे परमात्मा मानना हमारे ही संवेदनशीलता की चरम सीमा होती है, पर जो संवेदनशील होते है, वे ही मानते है, दुसरी उनकी समस्या थी जो आत्मज्ञान उन्होने प्रकृती के सानीध्य मे प्राप्त किया उससे भी उन्हे "मुक्त" होना था इसका मार्ग वे पिछले ८०० सालो से खोज रहे थे सालो के संशोन्धन के बाद वे इस नतीजे पर पहुचे की अब जो भी मार्ग हो सकता है, वह अनुभुती से ही हो सकता है। मनुष्य को आत्मा की अनुभुती हो जाये की वह मनुष्य है, तो उसके सारे भेद समाप्त हो जायेगे जाती, धर्म, भाषा, देश, लींग। जो दिवारे बनाकर रखी थी वह गिर जायेगी. मनुष्य का शरीर पंचमहाभुतो से बना है पृथ्वी, आकाश, अग्नी, हवा, पानी, इन्ही पंचमहाभुतो के सहायता से एक मनुष्य के लिये "अनुभुती" का मार्ग निकाला जाये जो मनुष्य के शरीरभाव को कम कर इन पंचमहाभुतो से उसे जोड दे और प्रकृती ही मनुष्य के भितर से ही बहने लगे।

Shree Shivkrupanand Swami

'Samarpan Bhavan', Eru-Abrama Road, Near Gandhi Smriti Station (W),
Eru, Dist.-Navsari,Gujarat - 396450. India. Phone : 02637 - 324755 / 093288 10888
Website : www.samarpanmeditation.org

|| Whole World is a Family ||

अब मनुष्य के "मैं" कर्ता का भाव सबसे बडी समस्या थी। क्योकी जब तक वह कर्ता का भाव नहीं समाप्त होगा तब तक शरीरभाव समाप्त नहीं होगा। और जब तक शरीरभाव समाप्त नहीं होगा अनुभुती हो नहीं सकती है, इसी कर्ता के भाव के कारण ही मनुष्य जिवन भर अपने आप को छोडकर सारी दुनिया को जानने का प्रयास करता है और बाहरी उपदेश से यह "कर्ता" का भाव समाप्त नहीं हो सकता था और आत्म अनुभुती से ही यह संभव हो सकता था लेकिन अब प्रश्न था यह अनुभुती समाज तक कैसे पहुंचे क्योकी वे लोग इतने संवेदनशील हो गये थे की वे समाज तक कभी भी पहुंच नहीं सकते थे और समाज भी कभी उन तक पहुंच नहीं सकता था। इसलीये उन्हे कोई ऐसा माध्यम चाहिये था जो समाज से तो जुडा हो लेकिन फिर भी रिक्त हो और जो रिक्त होगा उसका वैसे ही समाज से जुडाव समाप्त हो जायेगा। और जो रीक्त हो कर हिमालय मे उन तक पहुंचेगा वह भला वापस समाज मे क्यो जायेगा क्योकी अती संवेदनशील हो जाने पर समाज तक जाना असंभव होता है इसलीये फिर गुरुशक्तीयो को एक ऐसे "माध्यम"

|| जय बाबा स्वामी ||
Shree Shivkrupanand Swami
'Samarpan Bhavan', Eru-Abrama Road, Near Gandhi Smriti Station (W),
Eru, Dist.-Navsari,Gujarat - 396450. India. Phone : 02637 - 324755 / 093288 10888
Website : www.samarpanmeditation.org
|| Whole World is a Family ||

का निर्माण करना चाहा जो समाज से जुडा हो
पर भितर से रिक्त हो अब ऐसे "माध्यम"
को जन्म देने के लिये पहले ऐसे "माँ बाप"
को निर्माण किया जो समाज मे होकर भी समाज
मे न हो ऐसा सब करने मे सालो बीत गये
तब कही ऐसे माँ बाप निर्माण हो सके
"माँ बाप" के निर्माण के ४० साल के बाद कही जाकर
एक माध्यम का निर्माण संभव हो सका फीर शरीर
मे "माध्यम" बनने की परीपक्वता का इंतजार कीया गया
फीर हिमालय मे नेपाल मे एक माध्यम से अनुभूती
का "बीज" माध्यम के भितर पहुचाया गया और बाद
मे 10 साल उस बीज को अंकुरीत होने का इंतजार
किया गया बाद मे हिमालय मे रख कर उस
माध्यम को इस प्रकार तैयार कीया गया की वह
शरीर से रहे समाज मे पर चित्त से वह सदा
प्रकृती के साथ ही समरस रहे एक खाली निरवास
"पाईप" जैसा ही उसे बनाया गया उस माध्यम का
निर्माण अपार देने की भावना से ही किया गया
था क्योंकी अपार देने की भावना वाले माध्यम से
ही विश्वस्तर पर अनुभूती का कार्य संभव था।

वह माध्यम एकदम प्रकृतीमय था जिस प्रकार से एक पानी का झरना अपने एक निश्चीत स्थान मे रहकर बहता है, ठीक वैसा ही माध्यम का कार्य भी एक निश्चीत शरीर की सीमा मे रहकर ही होना प्रारंभ हुआ.

जिस प्रकार कोई भी झरना अपने निश्चीत स्थान मे रहकर सदैव अविरल बहते रहता है, और उस झरने के नीचे कोई भी आये उसको वह जाती धर्म, देश, लींग भाषा नही पुछता सभी को समान स्नान कराता है, ठीक ऐसा ही जो भी मनुष्य इस "माध्यम" के पास अनुभुती का स्नान करने को आता था वह अनुभुती का स्नान करा देता था. कोई स्नान करना नही चाहे जिस प्रकार झरना जबरजस्ती स्नान कराता नही है, ठीक वैसा ही यह किसी की इच्छा न हो तो जबरजस्ती किसी को भी अनुभुती कराता नही था. "अनुभुती" एक प्रकृती का ही ज्ञान है, वह ज्ञान आपको आप कौन है, आप क्या है, यह आप अनुभुती रूपी प्रकृती ज्ञान लेकर प्रकृतीमय हो कर जान सकते हो प्रकृतीमय होने पर प्रथम तो आपका "कर्ता" का

Shree Shivkrupanand Swami
'Samarpan Bhavan', Eru-Abrama Road, Near Gandhi Smriti Station (W),
Eru, Dist.-Navsari,Gujarat - 396450. India. Phone : 02637 - 324755 / 093288 10888
Website : www.samarpanmeditation.org

॥ जय बाबा स्वामी ॥
|| Whole World is a Family ||

भाव ही समाप्त हो जाता है, फिर आप किसी भी जाती धर्म देश भाषा लींग रंग के क्यो न हो सारी प्रकृती ही एक ही है, और "वसुधैव कुटुंबकम" की कल्पना प्रकृती से जुडकर ही अनुभव होती है।

प्रकृती के साथ सीधा जुडने का समर्पण ध्यान संस्कार ही एकमात्र प्रकृती ने बनाया हुआ एक मात्र मार्ग है, आप इस संस्कार के माध्यम प्रकृती के साथ सीधे जुड जाते है. और प्रकृती चैतन्य के रुप मे आपके शरीर के भितर से बहने लगती है. फिर जीस प्रकार से प्रकृती कीसी भी मनुष्य से भेदभाव नही करती वही प्रकृती का मूल भाव आपके भितर से भी होने लगता है हम सभी प्रकृती से ही बने है। इस बात का ज्ञान हो जाता है, फीर मनुष्य ने बनाये हुये भेद - जाती, धर्म, रंग, देश भाषा; के समाप्त हो कर आप प्रकृतीमय हो जाते हो और अपने भितर एक असीम आनंद का अनुभव करने लग जाते हो प्रकृती का कोई रुप नही है। वो प्रकृती कभी विचार नही करती है। और मनुष्य का विचार ही सदैव मनुष्य को प्रकृती से अलग करता है, प्रकृती ने ही मनुष्य का निर्माण कीया है.

|| जय बाबा स्वामी ||

Shree Shivkrupanand Swami

'Samarpan Bhavan', Eru-Abrama Road, Near Gandhi Smriti Station (W),
Eru, Dist.-Navsari,Gujarat - 396450. India. Phone : 02637 - 324755 / 093288 10888
Website : www.samarpanmeditation.org

|| Whole World is a Family ||

मनुष्य का प्रकृती से सीधा संबन्ध होता है. पर मनुष्य मे विचार प्रकृती से उसका अस्तीत्व सदैव अलग कर देता है।

मनुष्य को विचार करने की अप्राकृतीक बीमारी होती है। इसी बीमारी के कारण मनुष्य प्रकृती से दूर हो जाता है, मनुष्य की सभी प्राणीयो मे विशेषता है, की वह विचार कर सकता है, पर यही मनुष्य की विशेषता उसे प्रकृती से अलग करती है। हम अनुभव करते है. जब हम किसी ऊंचे पहाड पर जाते है, तो वहाँ पत्थरो की सामुहीक शक्ती होती है. हजारो पत्थर हजारो सालो से वहाँ एकत्र रुप मे रह रहे होते है. पत्थर कभी विचार नही करते इस लीये हम देखते है. की पहाड पर जाकर हमारे भी विचार बंन्द हो जाते है. हम कीसी नदी या समुद्र के किनारे पर जाते है. तो वहाँ भी लाखो पानी के कण होते है, जो निर्विचारीता मे रहते है, आप बहते हुये पानी को देखो या समुद्र की लहरो को देखो तो आपके विचार बंन्द हो जायेगे आप जलते हुये अग्नी को भी लगातार देखते रहो तो भी आपके विचार बंन्द हो जायेगे।

Shree Shivkrupanand Swami
'Samarpan Bhavan', Eru-Abrama Road, Near Gandhi Smriti Station (W),
Eru, Dist.-Navsari,Gujarat - 396450. India. Phone : 02637 - 324755 / 093288 10888
Website : www.samarpanmeditation.org
|| जय बाबा स्वामी ||
|| Whole World is a Family ||

इसीलीये "शायर" लोग भी पहले एक मोमबत्ती (शमा) जलाते हैं. ताकी वे निर्विचार हो सके और अपनी शायरी (कवीता) गा सके प्राःय यही कारण है, की आप कीसी भी प्रकार की उपासना पद्धती (धर्म) को देखो तो अग्नी याने मोमबती, दिया: अगरबत्ती धुप के रुप में जलाकर ही उपासना की जाती है।

इसी लीये विश्व की सबसे प्राचीन पद्धती मे पंच-महाभुतो को ही भगवान माना जाता है, प्रुथ्वी, आकाश अग्नी वायु जल, क्योंकी हम अगर इनपर अपना चित्त रखते है, तो एक तो तुरन्त हमारे विचार बंन्द हो जाते है, और हमे शांन्ती का अनुभव होता है. आप एकांन्त मे बैठकर पुर्ण भाव से आकाश को ही परमात्मा मान कर कुछ देर तक आकाश की ओर देखते रहो तो भी आपके विचार बंन्द हो जायेंगे और आपको असीम शांन्ती का अनुभव होगा। आप ने आकाश को परमात्मा याने आकाश परमात्मा ही है, ऐसा नही है. पर कीसी को भी परमात्मा मानना हमारे मानने की चरम सीमा है, किसी को भी परमात्मा मानना हमारी गुणग्राहकता को सर्वोच्च बना देता है, हम ऐसा मानने से जहाँ एक ओर हम खाली हो जाते है। वही दुसरी ओर सामने

वाले के गुण हम पुर्णतह ग्रहण कर लेते है, अब मै मेरा ही अनुभव बताता हूँ। मैने हिमालय नेपाल मे जब शिवबाबा ने मुझे "आत्मसाक्षात्कार" प्रथम बार कीया तो मैने उन्हे ही "परमात्मा" मान लीया "मै" मेरा पुर्णतह उससे समाप्त हो गया एकदम मै रिक्त हो गया। और उनकी साधना से प्राप्त शक्तीयो को ज्ञान को पुर्णतह ग्रहण कर सका।

सामने एक मेरे ही जैसा शरीर वाला व्यक्ती खडा है, उस व्यक्ती के "शरीर" की तरह ध्यान न देते हुये उसके भितर की "आत्मशक्ती" को देखना और उसे ही भगवान मानना मनुष्य के लीये बडा कठीण है. विशेष रुप से पुरुष के लीये मेरा पुरुष होना भी इस मार्ग की बाधा था क्योकी मानने मे पुरुष का अंहकार सदैव आडे आता है।। इस लीये प्रायः कहते है, की पुरुषो की अपेक्षा "स्त्रीयाँ" ही आध्यात्मिक क्षेत्र मे अधिक प्रगती करती है। क्योकी ग्रहण करने की शक्ती मानने के कारण स्त्रीयो मे अधिक होती है. प्रत्येक मनुष्य मे आत्मा परमात्मा के रुप मे विद्यमान होता ही है. मैने भी शिवबाबा को परमात्मा माना, उनके (भितर के परमात्मा को ही माना न) बस यह है, "शिवबाबा" का शरीर माध्यम हो मनुष्य के भितर के परमात्मा के दर्शन कराने का,

Shree Shivkrupanand Swami
'Samarpan Bhavan', Eru-Abrama Road, Near Gandhi Smriti Station (W),
Eru, Dist.-Navsari,Gujarat - 396450. India. Phone : 02637 - 324755 / 093288 10888
Website : www.samarpanmeditation.org

|| जय बाबा स्वामी ||
|| Whole World is a Family ||

इस लीये बाद मे मुझे तो प्रत्येक मनुष्य के भितर के परमात्मा को देखने की दृष्टी प्राप्त हो गयी अब मुझे आप सभी मे परमात्मा स्पष्ट स्पष्ट दिखता है,

बचपन मे मेरी नानी जब घर के बाहर लगे बगीये मे फुल या तुलसी तोडने को जाती थी तो मै देखता था वह कोई भी झाड से फुल तोडने के पहले उसे झुककर नमस्कार करती थी उस झाड से फुल तोडने की "अनुमती" मांगती थी और बाद मे ही वह फुल तोडती थी छोटे२ झाडो के सामने झुकना उन्हे नमस्कार करना मुझे थोडा विचीत्र लगता था एक दिन जब मैने ऐसा क्यो करते हो, पुछा तो उसने मुझे कहाँ परमात्मा तो प्रत्येक झाड मे होता ही है, जभी तो वह पौधे से बडा होता है, उसे फुल आते है तो वह जिवंत शक्ती जो मनुष्य को परमात्मा याने वह जिवंत शक्ती जो मनुष्य को जिवीत रखती है, इस शक्ती के कारण झाड को भी जिवीत रखती है, इस शक्ती के कारण ही झाड जिवंत रहता है, मै तो झाड के माध्यम से "परमात्मा" के उस जिवंत शक्ती को ही नमस्कार करती हुँ ऐसा करने से मेरे विचार बंन्द हो जाते है, और भितर ही मुझे असीम शांन्ती का अनुभव होता है

Shree Shivkrupanand Swami
'Samarpan Bhavan', Eru-Abrama Road, Near Gandhi Smriti Station (W),
Eru, Dist.-Navsari,Gujarat - 396450. India. Phone : 02637 - 324755 / 093288 10888
Website : www.samarpanmeditation.org

|| Whole World is a Family ||

प्रत्येक "फुल" तो प्रत्येक झाड की नीजी "सम्पती" होती है, तो वह उससे लेते समय उसकी अनुमती लेना भी आवश्यक ही है, और ऐसा नही कीया तो वह झाड से फुल को "छीनना" हो जायेगा और फीर छीनने की ही "आदत" लग जायेगी।

मुझे मेरे जिवन मे "छिनने" की आदत नही लगाना है, अनुमती लेने की आदत लगाना है, और यह सब मैने मेरी नानी से ही सिखा है, और यह प्रकृती से जुडने का ज्ञान आज मै तुझे दे रही हु, मैने नानी को कहा तेरी भी नानी थी क्या। उसने कहा - हाँ जैसा तु छोटा बच्चा है, वैसे मै कभी छोटी सी बच्ची थी मै भी मेरी नानी के साथ बगीचे मे फुल तोडने को जाती थी। प्रकृती का अपना एक चक्र होता है, उसमे प्रत्येक आत्मा पहले एक बच्चे के रुप मे जन्म लेती है, बाद मे जवान होती है। वृद्ध होती है, और फीर मर जाती है। मैने कहाँ मर जाती है। याने क्या तो उसने कहाँ परमात्मा उसे वापस बुला लेता है, यह प्रकृती का एक "चक्र" है, वह सदैव चलता रहा है, और चलता रहेगा। इस चक्र अधीन ही हमारा शरीर निर्माण हुआ है, हम प्रकृती के साथ जीतने जुडे रहेंगे उतने ही हम सुखी व प्रसन्न रहेंगे।

Shree Shivkrupanand Swami

'Samarpan Bhavan', Eru-Abrama Road, Near Gandhi Smriti Station (W),
Eru, Dist.-Navsari,Gujarat - 396450. India. Phone : 02637 - 324755 / 093288 10888
Website : www.samarpanmeditation.org

|| Whole World is a Family ||

प्रकृती से हम जितने दुर जायेंगे उतने "दुखी:" होंगे
परमात्मा और प्रकृती अलग२ नही है इसलीये हमारी
भारतीय संस्कृती मे झाड, की पहाड, की नदी, की समुद्र,
की पत्थर, की भी पुजा की जाती है
आप इनसे जितना परमात्मा मान कर झुको आपको उतना
अच्छा लगेगा। मैंने भी अनुभव कीया है, की हम
प्रकृती के सामने झुकते है, हमारे भितर का "मैं"
का अंहकार कम होता यह अंहकार ही हमे अप्राकृतीक
बनाता है, आप केवल आँख से देखो मत आप
उसमे अपना चित्त डालो आप चित्त की आँख से
झाड को देखो पहाड को देखो बहते हुये पानी को
देखो आप आकाश को भी देखो तो असीम शांती
का अनुभव आपको होगा। आप थोडे समय के लीये
प्रकृतीमय हो जायेंगे वास्तव मे देखा जाय तो समर्पण
ध्यान का संस्कार तो आपके भितर छुपी हुयी प्रकृती की
शक्ती को जागृत करता है, और प्रकृती के साथ
जुडना ही समर्पण ध्यान है अब अन्तर केवल
यह है. की बुद्धीवादी लोग होते है, सुर्यनाडी
वाले होते है, वे ही इसे "प्रकृती की शक्ती" कहते है।

ऐसे कुछवादी लोगों के अलावा बाकी सभी भाव वाले लोग याने चंद्रनाडी वाले लोग इसी "प्राकृतिक शक्ती" को ही "परमात्मा" या विश्वचेतना शक्ती कहते है।
"परमात्मा" को मानने वालो की भी कई उपासना पद्धतीया है, प्रत्येक उपासना पद्धती मे इसको अलग नामो से पुकारा जाता है, लेकीन इतना सत्य है, कोई अज्ञात विश्वचेतना शक्ती है, जिसको मानव आज तक सही सही परिभाषीत नही कर पाया है, मानव उस विश्वचेतना शक्ती या प्राकृतीक शक्ती तक पहुच नही पाया है, इसका मुख्य कारण है, की यह शक्ती सदैव विद्यमान रहती ही है, और सदैव अलग² माध्यमों के माध्यम से प्रगट होते रहती है, मनुष्य उन माध्यमो को ही विश्वचेतना शक्ती समझने लगता है, मनुष्य स्वभाव है, स्थूल को पकडता है, सुक्ष्म पर ध्यान ही नही जाता है, सदैव माध्यम के रुप को ही पकडता है, माध्यम के भितर की शक्ती पर चित ही नही जाता है, और इसका मुख्य कारण मनुष्य अपने आप को

जानता ही नही है, वह भी उस विश्वचेतना से जुडा है, वह अपने आप को एक शरीर ही समझता और शरीर समझने का भी कारण है. वह सदैव अपनी तात्कालीन शरीर की समस्याओ से ग्रस्त रहता है,
इस लीये मनुष्य स्वंयम शरीर स्तर होता है. और उस माध्यम के भी शरीर पर ही चित्त रख पाता है, उस माध्यम के भितर बहने वाले चैतन्य पर कभी उसका ध्यान ही नही जाता है, अगर मनुष्य का चैतन्य पर ध्यान जायेगा तो वह समझ सकता है. की जंगल मे प्रकृती के सानीध्य मे या पहाड की उंचाई पर या नदी के किनारे पर जो आत्मा का आनंद प्राप्त हो रहा था वही प्राकृतीक चैतन्य शक्ती "माध्यम" के सानीध्य मे प्राप्त हो रही है, मनुष्य के जब वह अधीक करीब होता है, तभी प्रकृती ही उसके जिवन मे माध्यम के रुप मे "सदगुरु" को लाती है सदगुरु रुपी माध्यम कीसी के कहने से नही मीलता है, जिनको भी मीला है उन मनुष्यो को उनकी प्राकृतीक स्थिती के कारण मीला है, उनकी अपनी योग्यता के कारण मीला है।

आज कल विश्व मे शहरो का प्रचलन हो रहा है।
और नये २ शहरो का विकास हो रहा और जैसे-
शहर बन रहे है, मनुष्य प्रकृती से दूर होता चला
जा रहा है
शहरो मे मनुष्य की घनी बस्तीयो के कारण ही
वातावरण मे वैचारिक प्रदुषण फैल रहा है, और
सदैव याद रखे प्रत्येक विचार हमको प्रकृती से दूर
करता है, विचार सदैव ही मनुष्य की स्वयम की
निर्मीती है, प्रकृती कभी विचार नही करती है और
न ही प्रकृती के सानिध्य मे हमे कोई विचार आते
है, जब मेरी छोटी बहन ने पुछा था की जब अकेला
सालो हिमालय के पहाडो पर भटकता था तो तु अकेला
था, अगर कोई दुर्घटना हो गयी तो बचाने वाला भी
कोई नही है, यह "डर" कभी तुझे लगा नही क्या?
मैने उत्तर दिया की पागल आदमी को कभी कोई
"डर" लगता है, क्या? नही मेरी भी स्थिती एक पागल
मनुष्य जैसी ही थी वहाँ के वातावरण बिलकुल विचार
ही नही थे तो मुझे भी कोई विचार नही आता था-
और डर लगना भी एक विचार ही है, वह भी नही
आता था।

हिमालय मे संपुर्ण प्राकृतीक वातावरण होता था अभी सामने जो दिख रहा है, बस इतना ही ध्यान रहता था. एक पहाड से दुसरे पहाड पर चढते समय उस पहाड की उंचाई नही देखता कीतना चढना पडेगाँ वह चढना मेरे से हो पायेगा या नही ऐसा भी कोई विचार नही आता था बस चल पडता था सामने केवल उस पहाड का "शिखर" ही रहता था. कई बार तो संकल्प की, प्रकृती परीक्षा भी लेती थी लेकीन बाद मे प्रकृती सहायता भी करती थी. केवल प्रवास के समय कम से कम "वजन" मेरे साथ हो - इस बात का ध्यान सदैव रखता था. प्रकृती के सानीध्य मे रहकर शरीर भी वैसा ही ढल गया था इसके लिये कीसी भी मौसम का शरीर पर बुरा प्रभाव नही पडता था कभी वहाँ बीमार नही हुआ था मुझे लगता है. मनुष्य की 90% बीमारीया मानसीक ही होती है, और बुरे विचार करने से ही आती है। सारे बीमारीयो को मनुष्य नकारात्मक विचार करके ही आंमत्रीत करता है और ऐसी आमंत्रीत बिमारीयो के बीच जो लोग रहते है, वे सबसे

Shree Shivkrupanand Swami
'Samarpan Bhavan', Eru-Abrama Road, Near Gandhi Smriti Station (W),
Eru, Dist.-Navsari,Gujarat - 396450. India. Phone : 02637 - 324755 / 093288 10888
Website : www.samarpanmeditation.org

|| जय बाबा स्वामी ||

|| Whole World is a Family ||

अधीक बिमार होते है, अभी सुना एक डॉ. लोगो के संगठन ने ही निरीक्षण कर डॉ. लोगो के स्वास्थ का अध्ययन किया तो जाना डॉ. अभी सीनीयर सिटीजन नही बन पा रहे है, याने 60 साल तक भी "जी" नही पा रहे है, डॉ. को प्रकृती के सानीध्य मे जाने की अत्यंत आवश्यकता है।
प्रकृती के सानीध्य मे रहते रहते ही प्रकृती ही हमारे शरीर से बहने लगती है. ऐसा अनुभव सालो जंगलो मे एकांत मे प्रकृती के सानीध्य मे रह कर कई ऋषी मुनीयो ने लीया है, आज ध्यानमार्ग सबसे बडी बाधा "विचार" है. यह हमे प्रकृती से ही दुर करता है, और मनुष्यो की वस्ती मे हमे विचार अधीक आते ही है, प्रकृती पर चित्त रख कर हम अपने विचार कम कर सकते है, लेकीन उसके लीये हमे प्रकृती मे जाना पडेगा प्राकृतीक शक्ती के साथ जुडने के दो ही मार्ग है, एक तो सब संसार छोड कर हिमालय मे चले जाव तो यह मार्ग तो आज के युग मे संभव ही नही है. ~~इसका~~ क्योंकी हिमालय के "गुरुक्षेत्र" तक पहुचने की भी योग्यता आवश्यक है।

Shree Shivkrupanand Swami
'Samarpan Bhavan', Eru-Abrama Road, Near Gandhi Smriti Station (W),
Eru, Dist.-Navsari,Gujarat - 396450. India. Phone : 02637 - 324755 / 093288 10888
Website : www.samarpanmeditation.org

|| जय बाबा स्वामी ||

|| Whole World is a Family ||

दुसरा मार्ग है, समाज मे ही रहो लेकीन ध्यान-सामुहिकता मे करो प्रकृती जिनके भितर सामुहिकता मे बहती है, उनके साथ रहो. मुझे दुसरा ही मार्ग आज के युग मे संभव है।

समर्पण ध्यान का संस्कार एक प्राकृतीक संस्कार है, और प्रकृती के देन होने के कारण यह सारे विश्व मे 'निशुल्क' प्रदान किया जाता है, इस संस्कार के माध्यम से ध्यान करना याने "प्रकृती" के साथ जुडना है। अरे बाबा "परमात्मा" को नही मानते तो मत मानो प्रकृती को तो मान ही सकते हो प्रकृती को ही मानो तो भी मुक्त स्थीती का अनुभव इसी जिवन मे ले सकते हो, नियमीत ध्यान साधना कर के स्वंयम ही अनुभव लो, और अपने ही अनुभव को ही "गुरु" बनाओ, आप सभी को वह "कर्म मुक्त" स्थिती इसी जिवन मे प्राप्त हो यही "परमात्मा" से प्रार्थना है, आप सभी को खुब खुब आर्शिवाद

आपका अपना
बाबा स्वामी
14/2/2019