

ब्रह्म ज्ञान योग संस्थान बिसवाँ सीतापुर



तन, मन, सुरत के वास्ते, भक्ति , ज्ञान और योग!
तीन ताप से भी बचे, कम हो मानस रोग!!

तन को जानना भक्ति है, मन को जानना ज्ञान!
सुरत को जानना योग है, त्रिबिध होय कल्याण!!

तन से भक्ति होत है, मन से हो संकल्प!
जीव के लिए आत्मा, और नहीं है विकल्प!!

परिवर्तन हो जीव में, जीव का हो कल्याण!
इसीलिए है जानना, चौथा पद निर्वाण!!

जीव को आना केन्द्र पर, सन्मुख होना आत्म!
परमधर्म यह जीव का, इसे कहें अध्यात्म!!

प्रथम चरण आहार है, तन , मन , सुरत का जान!
व्यवहार दूसरा चरण है, तन , मन , सुरत का मान!!

समता तीसरा चरण है, यह तीनों सम होय!
चौथा चरण है शून्यता, शून्य यह तीनों होय!!

इन तीनों से निकलना, पाँचवा चरण है जान!
छठे चरण में जीव को, सन्मुख होना मान!!

दोनों मिलकर एक हो, तब मानों एकात्म!
मोक्ष, मुक्ति और दृष्टि भी, जीव से बन गया आत्म!!

भोजन तन का आहार है, मन का आहार विचार!
भोजन सात्विक, शुद्ध हो, अच्छे उच्च विचार!!

बोली मीठी हो सदा, रहे स्वभाव भी नम्र!
सार गर्भित वाणी रहे, रहना सदा विनम्र!!

मन में संशय हो नहीं, मन पर नहीं दबाव!
निर्मल, स्वच्छ मन रहे, कोई नहीं प्रभाव!!

हृद तजे सो औलिया, बेहृद तजे सो पीर!
हृद ,बेहृद दोऊ तजे, ताको कहत फ़कीर!!

तन, मन, सुरत से निकलना, इसका जानों भेद!
इन तीनों से निकलकर, जानों आत्म अभेद!!

इन तीनों से निकलकर, पद खोजो तुम सत्य!
चौथा पद ही सत्य है, बाकी मिथ्या और असत्य!!

घर को नहीं है छोड़ना, न छोड़ो परिवार!
सदा गृहस्थी में रहो, पूर्ण करो संसार!!

भागों मत संसार से, करो सभी तुम कर्म!
लिप्त किसी में हो नहीं, माया का यह मर्म!!

पानी में जैसे कमल, यह रहनी हो जीव!
सभी भोग यह भोग ले, लिप्त न होवे जीव!!

सबकी शिक्षा उच्च हो, संगत उच्च भी होय!
भाव, विचार भी उच्च हो, कार्य उच्च सब होय!!

धर्म की शिक्षा साथ हो, कम हो मानस रोग!
परमधर्म यदि जान लो, नष्ट हो मानस रोग!!

परमधर्म है जीव का, तन, मन, सुरत का धर्म!
यही भेद है जानना, बहुत बड़ा है मर्म!!

तन के धर्म को सरियत कहते, मन का धर्म तरीकत!
आत्म के धर्म को मार्फत कहते, सुरत का धर्म हकीकत!!

मातृदेवो भव, पितृदेवो भव, गुरुदेवो भव, यह तन का धर्म!
आत्मदेवो भव को जानना, जीव का है परमधर्म!!

परमधर्म है जीव का, तन , मन , सुरत का धर्म!
कल्याण है होना जीव का, मुख्य परम है धर्म!!

परमधर्म धारण करो, धर्म सभी तू छोड़!
जीव हो सन्मुख आत्म के, खुद से खुद को जोड़!!

तन , मन , सुरत है पींजड़ा, इनमें जीव है कैद!
इन तीनों से निकलना, सार यही है भेद!!

तन पिंजड़े से निकल तू, मन पिंजड़ा भी जेल!
पिंजड़ा सुरत में क्यों फँसा, यह माया का खेल!!

तीनों पिंजड़ों से निकल, सन्मुख होवे जीव!
आत्म परमात्म यही, जीव से होवे पीव!!

तन को करना सहज है, मन को करना शून्य!
स्थिर होना सुरत को, तीन लोक से भिन्न!!

बाहर यदि दृष्टि लगी, पूजा इन्द्रियों से होय!
तन पिंजड़े में कैद हो, जीव मुक्त न होय!!

ध्यान प्रकाश का यदि करे, जीव हो मन में कैद!
यही है मन का पिंजड़ा , यही जीव की कैद!!

सुरत शब्द के योग को, सुरत पींजड़ा जान!
कैद जीव हो सुरत में, जीव का नहि कल्याण!!

तीनों पिंजड़ा छोड़कर, इनसे मुक्त हो जीव!
सन्मुख होवे केन्द्र के, जीव अवस्था पीव!!

अदभुत यात्रा जीव की, चला है मिलने आत्म!
आना ,जाना कुछ नहीं, सहज दृष्टि से काम!!

तन ,मन ,सुरत से होना अनन्य, यही है त्रिगुणी माया से बैराग!
तीनों पिंजड़ा से निकल, तीनों दृष्टि को तू त्याग!!

तन ,मन ,सुरत समेटकर, जीव हो सन्मुख आत्म!
तीन लोक बस में हुए, सन्मुख खुद परमात्म!!

चलना जीव को है नहीं, सहज दृष्टि हो जीव!
तीनों दृष्टि बंद हों, खुले दृष्टि तब जीव!!

जीव और आत्म मिल गये, रहा न कोई भेद!
मोक्ष, मुक्ति और दृष्टि भी, पाया जीव अभेद!!

>> और भी जाने:--

[1] तीन प्रकार के धर्म तन, मन, सुरत के अलग-अलग धर्म बताये गये है!

[2] तीन प्रकार के धर्मों को जीव के लिए तीन पिंजड़ा बताया गया है! जीव इनमें फंस जाता है!

[3] जीव का केवल परमधर्म है!

[4] आत्मा और परमात्मा एक है! आत्मा को जानना या जीव को आत्मा के सन्मुख होना है!

[5] जीव के कल्याण के लिए केवल परमधर्म ही है दूसरा कोई विकल्प नहीं है!

[6] जैसे पानी में कमल रहता है लेकिन पानी में लिप्त नहीं होता है! ऐसे ही जीव को माया में रहना है लेकिन जीव लिप्त न हो!

[7] जीव को आत्मा के सन्मुख होने से सभी परिवर्तन स्वतः ही हो जाते हैं जैसे:-

[I] जीव वायु तत्व के रूप में प्राण बन कर गुदा केन्द्र पर स्थित है! वायु तत्व में प्रेत इत्यादि रहते है! अतः इससे जीव मुक्त होकर अतत्व [जैसी आत्मा है वैसा ही] हो जाता है! आत्मा से एक हो जाता है!

[II] जीव को तीन पदों या तीन प्रकार के धर्मों से मुक्ति मिल जाती है!

[III] जीव की दोनों आँखे [सत और विवेक की आँखे] जो अभी बंद है खुल जाती हैं!

[IV] जैसे ही तीनों पदों की आँखे बन्द होगी! जीव की आँखे स्वतः ही खुल जायेगी! जीव सन्मुख हो!

[V] मानस रोग जड़ से समाप्त हो जाते हैं!

- * काम बदल जाता है नाम में!
- * क्रोध बदल जाता है दया में!
- * लोभ बदल जाता है दान में!
- * मोह बदल जाता है प्रेम में!
- * अहंकार बदल जाता है समर्पण में!
- * मद बदल जाता है नम्रता में!
- * मत्सर बदल जाता है परोपकार में!

[VI] तीन तापों का असर नहीं होता है!
दैहिक, दैविक, भौतिक तापा, रामराज्य काहू न व्यापा!

[VII] जीव जो पहले मन द्वारा संचालित था, वह आत्मा द्वारा संचालित हो जाता है!

[VIII] जीव और आत्मा दोनों मिलकर एक ही हो जाते हैं! एकात्म अवस्था प्राप्त हो जाती है!

[IX] जीव पूर्ण हो जाता है, परमपद की प्राप्ति हो जाती है!

[X] जीव की यात्रा परिधि से केन्द्र की ओर हो जाती है, जीव सन्मुख हो जाता है!

[XI] नीचे से सब अपने में समेटता हुआ जीव ऊपर की ओर चलता है! फिर सब एक ही हो जाता है, सब उसी में समाहित हो जाता है!

[XII] छोड़ना कुछ भी नहीं है, सब को अपना कर लेना है!

[XIII] प्रकृति, ब्रम्हांड, तीन लोकों को जीव जीत कर अपने वस में कर लेता है!

- [8] मन कौवा से हंस हो जाता है!
- [9] मन और सुरत दोनों में पूर्ण परिवर्तन हो जाता है!
- [10] विचार मुक्त अवस्था प्राप्त हो जाती है!
- [11] सुरत स्थिर हो जाती है, अचल हो जाती है!
- [12] शेष सब स्वतः ही होने लगता है!

सुरेशादयाल
ब्रम्हज्ञान योग संस्थान
मोचकला बिसवाँ सीतापुर
उ० प्र०
सम्पर्क सूत्र- 9984257903