## साधक की उन्नति के लक्षणों की पहचान स्व-निरीक्षण से मुमकिन है

सत्संगी भाइयों को यह जानने की अक्सर इच्छा होती है कि सत्संग में आकर हमने कुछ तरक़्क़ी की है या नहीं, और यदि की है तो किस हद तक? लोगों की यह शिकायत होती है कि हमें सत्संग में शामिल हुए बरसों बीत गए लेकिन हम जहां से चले थे, आज भी वहीँ हैं. यह बात सच भी है क्योकि उन्होंने सच्चे मायने में अपने अन्दर परिवर्तन करने की कभी कोशिश नहीं की. अपने बुरे कर्मों पर परदा डालने की आदत पड़ गयी है. अगर कोई गुनाह उनसे हो जाता है और उनकी आत्मा उन्हें गुनाह करने से रोकती है तो वे अपने आप को झूंठ-सच बतला कर ये कोशिश करते हैं कि हम जो कुछ कर रहे हैं वह हालात ( परिस्थितियों ) के अनुसार ठीक हुआ है.

यह उनका  भ्रम है कि गुनाह को भी गुनाह न समझ कर उसे सही समझते हैं. अगर सत्संगी भाई अपने दिलों पर हाथ रख कर देखें तो पता चलेगा कि वो अभी तक तरक़्क़ी की राह पर खड़े होने लायक़ भी नहीं हुए हैं. नियत समय पर  संध्या पूजा कर लेना ही काफी नहीं है, बल्कि इसमें तो दुनियाँ की लेश-मात्र चाह भी गुरु को अर्पण करनी होगी. हममें से कितने ऐसे हैं जिन्होंने दुनियावी इच्छाओं को त्याग दिया है? शायद एक भी नहीं. लेकिन उन्नति सब चाहते हैं. नीचे लिखी कुछ बातें अगर ध्यान में राखी जाएँ तो हमें अपनी सही हालत का पता लग जायेगा :

(१) गुरु में श्रद्धा और विश्वास पहले से कुछ घटा या बढ़ा - अगर घटा है तो उसका सबब सोचने की कोशिश करें. अगर अपने में दोष दीखें तो भगवान से प्रार्थना करें, रोयें और गिडगिडाएँ ताकि वो दोष दूर हो. अगर गुरु में दोष दीखने लगे तो उन्हें अपने मन का ही ऐब समझो. परमात्मा गुण-दोषों से रहित है और गुरु उसका ज़ाहिरी (प्रकट) रूप है इसलिए वह भी गुण- दोषों से रहित है. सत्संग में आकर पूर्ण विश्वास के साथ गुरु धारण करने के बाद दोष निकालने का हक़ अब आपको नहीं है. गुरु के बारे में बहस (वितर्क ) मन से, ध्यान से निकालनी होगी और गुरु की आज्ञा में चलना होगा. बुज़ुर्गान का कहना है कि अगर गुरु को कोई भगवान से अलग समझता है तो वह 'काफिर '  (नास्तिक ) है.

(२) यह देखना चाहिए कि अपने स्वभाव में कुछ फ़र्क़ आया है या नहीं- स्वभाव में पहले जितनी खराबियाँ थीं वो कुछ दूर हुई या नहीं. अच्छे स्वभाव के मायने खुशामद के नहीं बल्कि सरल, शुद्ध बरताव के हैं. स्वभाव बहुत ही मीठा होना चाहिए. अगर कोई कड़बी या सख्त बात कहनी हो तो बहुत तहज़ीब और सरलता से कहनी चाहिए, जिससे दूसरों के दिल  पर चोट न लगे. बाज़ लोगों का विचार है कि चूंकि हम सच्ची और खरी

बात कहते हैं इसलिए हम साफ़-साफ़ और अकड़ कर कह सकते हैं, चाहे किसी को वह बुरी लगे या भली यह अज्ञान है. सच बोलने वालों में कुछ घमंड सा आ जाता है जो कि सच्चे परमार्थी को बिलकुल भी नहीं होना चाहिए. अच्छे स्वभाव की दूसरी पहिचान यह है कि ऐसे आदमी को पडोसी प्यार करने लगते हैं. अगर हमको पडोसी नफ़रत की निगाह से देखते हैं तो सोचकर देखें कि कहीं खोट अपना तो नहीं है और उसको दूर करने की कोशिश करना चाहिए.

(३) वाणी वश में हो रही है कि नहीं- हमारी बोलने की इच्छा भी कम हो रही है या नहीं. ऐसा आदमी जो अध्यात्म विद्या में उन्नति कर रहा हो कभी भी बेलगाम नहीं बोलेगा. मौक़ा और माहौल देखकर, अपने पर क़ाबू करके बोलेगा. फ़िज़ूल बातें करके कभी भी अपने साथ बैठने वालों का वक्त ख़राब नहीं करेगा, जो बात कहेगा तौल कर कहेगा और कहने से पहले यह देख लेगा कि इससे किसी का दिल तो नहीं दुखेगा. अगर तरक़्क़ी हुई है तो पता चल जायेगा.

(४) अभ्यासी तरक़्क़ी के रास्ते पर है तो दूसरे के ऐबों (दुर्गुणों ) पर हमेशा पर्दा डालेगा और अपने ही दोषों पर नज़र रखेगा- अगर दूसरों के कुछ ऐब उसे नज़र भी आते हैं तो उन्हें नज़रअंदाज़ कर देता है या ऐसा बन जाता है जैसे उसे कुछ पता ही नहीं.

(५) उसकी ज़रूरियात (आवश्यकताओं ) में कमी आती चली जाती है- ऐय्याश (ऐश्वर्य ) और आडंबर के सामान को वह फ़िज़ूल समझकर त्यागने लग जाता है, उनसे उसे दिलचस्पी नहीं रहती. अपने पास उन्हीं चीज़ों को रखता है जिन्हे वह निहायत ज़रूरी समझता है. बहुत सादा मिज़ाज़ हो जाता है. दुनियाँ के लोग उसे कंजूस भले ही कहें लेकिन वह ऐसा होता नहीं है.

(६) उसे झूंठ से नफ़रत और सच्चाई से प्रेम होता जाता है - धीरे-धीरे वह सच्चाई मुजस्सिम ( साक्षात ) बन जाता है. उससे झूंठ इस तरह डरकर भागता है जैसे शेर को देखकर लोग घरों में छिप जाते है . उसके रहन-सहन, आचार-विचार और व्यवहार में सच्चाई का ही प्रदर्शन होता है. झूंठे लोग उसके पास जाते हुए दहशत मानते हैं, घबराते हैं.

यह मानना पड़ेगा कि सच्चाई की ज़िंदगी बसर करना आसान खेल नहीं है. इस उसूल पर चलने वालों से दोस्त, पडोसी, सम्बन्धी, द्वेष रखने लगते हैं, लेकिन जो तरक़्क़ी की राह पर जा रहा है वह इसकी परवाह न करते हुए सच्चाई की राह पर बढ़ता चला जाता है. उसमें आत्मबल बढ़ जाता है और वह लतीफ़ (कोमल ) हो

जाता है. सच्चाई पर चलने वाले को बे-इन्तहा (असीम ) मुसीबतों का सामना करना पड़ता है, लेकिन उन्हें बर्दाश्त करते-करते  उसकी आत्मिक शक्ति इतनी मज़बूत हो जाती है कि जिससे उसे फ़ायदा ही फ़ायदा होता है.

(७) ऐसा आदमी कभी फ़िज़ूल खर्च नहीं होता - वह धन जोड़ना पसंद ही नहीं करता. अपने खर्च लायक रख कर बाकी धन अच्छे कर्मों में खर्च कर देता है, जैसे मोहताज़ों को दान देना, ग़रीब लड़के-लड़कियों को पढाई के लिए खर्च देना वगैरा.

(८) उसे नींद कम आने लगती है - अगर पहले वह ८ या १० घंटे सोता था तो तरक़्क़ी करने पर ४ या ६ घंटे से ज़्यादा नहीं सोता. हर समय उसका ध्यान भजन में ही लगा रहता है . काम के निश्चित समय के अलावा समय में उसका ध्यान ज़्यादा समय के लिए अपने गुरु के बताये शग़ल (साधन -अभ्यास ) में, धार्मिक किताबें पढ़ने या ईश्वर चर्चा करने में ही लगता है. जिनका ध्यान इन बातों में नहीं लगता वे तरक़्क़ी से दूर हैं और उनकी दुनियावी चाहें अभी ज़बर (प्रबल ) हैं. उन्हें चाहिए कि अपनी दुनियावी चाहों को कम करते जाएँ.

(९) क्रोध में कमी आ जाती है - पहले अगर थोड़ी सी बात पर क्रोध आ जाता था अब उतनी ज़ल्दी नहीं आता और अगर आता भी है तो ज़ल्दी चला जाता है. कहीं ज़रूरत पड़े भी तो क्रोध दिखावटी और काम चलाने भर के लिए करता है, अपने मन पर उसका प्रभाव नहीं होने देता.

(१०) पराई बहू-बेटियों की तरफ ध्यान भी नहीं जाता - अगर पहले जाता भी था तो  धीरे-धीरे कम हो जाता है और एक हालत ऐसी आ  जाती है कि सामने आने पर पहचानता भी नहीं . स्त्रीयों की मौहब्बत तो दरकिनार, उनकी सोहबत तक से हमेशा बचता है और विषय-भोगों में भी बेरुखी (उपेक्षा ) आ जाती है.

(११) दूसरों को हमेशा अच्छी राय देता है - ऐसा करते वक़्त अपना स्वार्थ उसमें कभी शामिल नहीं करता.

(१२) प्रेम की भावना बढ़ती जाती है - यह प्रेम का मार्ग है. ईश्वर प्रेम है और गुरु प्रेम-स्वरुप हैं. उनमें अपने को लय करके उसका स्वभाव प्रेममय हो जाता है. उसमें कोई गरज़ शामिल नहीं रहती. स्वार्थ से किया हुआ प्रेम झूंठा प्रेम होता है. प्रेम किसी से भी हो हमेशा बेलाग होना चाहिए.

(१३) दुःख, मुसीबतें और तक़लीफें ज़्यादा आने लगती हैं - वह उन्हें ख़ुशी से बर्दाश्त करता है. यह तरक़्क़ी की निशानी है. ये चीज़ें भक्त को ईश्वर की तरफ़ से नियामत में  मिलती हैं. दुनियाँ में खुशहाल नहीं रहने पाता.

दुःख-मुसीबतें तो पल-पल पर भगवान की याद को ताज़ा करती रहती हैं. जिस हाल में परमात्मा रखता है उसी में खुश रहता है  कभी शिकवा-शिकायत नहीं करता और परमात्मा का शुकराना अदा करता रहता है

(१४) अपनी निन्दा उसे बुरी नहीं लगती - वह  निंदक को अपना मित्र और हितैषी समझता है क्योकि उसके  ज़रिये उसे अपने दोष दिखाई पड़ते हैं, जिन्हे वह दूर करने की कोशिश करता है. अगर कोई उसकी झूंठी निन्दा करता है तो भी उसका बुरा नहीं मानता बल्कि उनके सुधार के लिए दुआ मांगता है.

(१५) आलस्य में कमी आती जाती है - कभी बेकार बैठना पसंद नहीं करता. अगर दुनियाँ का कोई काम करने को नहीं भी होता तो भगवत भजन में ही अपने आप को लगाए रखता है.

(१६) एकांत सेवन की इच्छा रखता है - ज़्यादा भीड़-भाड़ से उसकी तबियत घबराती है. इसकी वजह यह है कि ध्यान एकांत में अच्छा जमता है, इसीलिए उसे एकांत सेवन अच्छा लगता है.

(१७) निष्पक्ष विचारों की आदत बढ़ती जाती है - हरेक से समानता का व्यवहार होने लगता है, किसी का पक्ष-विपक्ष नहीं करता. अपना निर्णय देने में अपने संबंधों का भी  लिहाज़ नहीं करता.

(१८) हमेशा नेक, धर्म और मेहनत की कमाई से गुज़ारा करता है - कुछ लोगों की धारणा है कि यदि वेतन कम है और घूंस या रिश्वत गुज़ारा करने के लिए ले ली जाये तो कुछ बुरी बात नहीं है. कोई-कोई इस विचार के होते हैं कि ठेके वग़ैरह में पाँच-फीसदी लेना तो हमारा जायज़ हक़ है. कोई-कोई चोरी -छिपे रिश्वत लेते हैं, उसे ज़ाहिर नहीं करना चाहते. ये सब बातें गलत हैं.

नौकर पेशा लोगों को अपनी तनख्वाह के अलावा कुछ भी लेना, चाहे वह नक़द हो या किसी चीज़ की शक्ल में हो या सेवा की शक्ल में, हर तरह ग़लत है. यहां तक कि ये भी नेक कमाई नहीं कही जा सकती. सत्संग में शामिल होने पर अगर रिश्वत लेना छूट जाय या आदत में कमी आने लगे तो समझना चाहिए कि तरक़्क़ी की तरफ बढ़ रहे हैं लेकिन उसका ग़रूर नहीं होना चाहिए. सत्संग में तरक़्क़ी और पूजा में ध्यान लगने के लिए हक़ और हलाल की कमाई निहायत ज़रुरी है.

(१९) बहुत सी बातें वगैर पढ़े ही समझ में आने लगती हैं - अगर एकाग्र चित्त होकर बैठ सकते हों और शब्द और प्रकाश में ध्यान जमने लगा हो और चढ़ाई कर रहा हो तो बहुत से ग़ैबी इल्म ( परा-ज्ञान ) उसको

ऊपर से मिलते हैं. बहुत सी बातें उसको अपने आप मालूम हो जाती हैं जिसकी पुष्टि होती है - धार्मिक किताबों से.

(२०) गुरु या परमात्मा में विश्वास निहायत पक्का हो जाता है - यहाँ तक कि भोजन, वस्त्र या दूसरी ज़रुरी चीज़ों की उसको चिन्ता ही नहीं रहती. रोज़ ब रोज़ इसकी चिन्ता कम होती जाती है.

(२१) दीन या दुखी, मौहताज़, धर्मात्मा और भले लोगों से हमेशा मित्रता करता है - द्वेष किसी से नहीं करता. ऐसे मनुष्य की दुश्मन भी ईमानदारी और सच्चाई से तारीफ करते हैं.

ये बातें जो ऊपर लिखी हैं, उनसे अपनी हालत का खुद मिलान कर लें. अपनी हालत को जांचने में अपने आप को धोखा देने की कोशिश नहीं करनी चाहिए. अगर दूसरे को धोखा दिया जाये तो उसका काट हो सकता है लेकिन खुद को धोखा देने वाले इन्सान की उन्नति कभी मुमकिन नहीं है.

---

राम सन्देश : सितम्बर- अक्टूबर :२००४