।। श्रीमन्नारायणरामानुजयतिभ्यो नमः ।।

श्रीमत्परमहंस परिव्राजकाचार्य पूज्यपाद

श्रीश्रीश्री त्रिदण्डी चिन्न श्रीमन्नारायण रामानुज जीयर स्वामीजी महाराज के मङ्गळाशासन पूर्वक

'गीताज्योति' (कार्यक्रम) के सन्दर्भ में

विवकासतरङ्गिणी द्वारा समर्पित *(प्रथम पट्टिका)*

सद्गुणा को बढाने वाली शान्ति पट्टिका

सज्जनो !

विद्या और ज्ञान ने ही मनुष्य को अन्य प्राणियों से विशिष्ट बनाया है । तेलुगु भाषा में एक कहावत है - *'विद्य लेनि वाडु विंत पशुवु'* अर्थात् विद्याविहीन व्यक्ति विचित्र पशु है। *'ज्ञानेन हीनः पशुभिस्समानः'* यह संस्कृत सूक्ति तो सुप्रसिद्ध ही है । यानी ज्ञानहीन व्यक्ति पशुतुल्य है । वे उक्तियां विद्या व ज्ञान को बढाने की प्रेरणा देती हैं ।।

चार अक्षर जानने पर विद्यावान् एवं ज्ञानी बन जाते हैं ऐसा कुछ लोग स्वयं को मानते हैं । अक्षरों को जानते ही अन्न प्रदान करने में आधारभूत प्रकृति का अवमान करने लगते हैं कुछ लोग । और कुछ लोग प्रकृति को बिगाड कर आत्मविनाश की ओर दौड लगाते हैं। क्या यही है मानव का महत्त्व? और सब प्राणी नियमबद्ध होकर जीते हैं। प्रकृति को वे नहीं बिगाडते हैं । आवश्यकता के लिये इन्द्रियसुख हैं न कि विलास के लिये । वे शरीर को नहीं छिपाते हैं। कष्टपूर्वक काम करते हैं। यदृच्छा से प्राप्त वस्तुओं से तृप्त रहते हैं। आशाओं से अतीत होकर अपने जीवन को यापन करते हैं। लेकिन मनुष्य इस ढंग की प्रवृत्ति से पूर्णरूपेण विरुद्ध होकर रहता है ।।

मनुष्य शारीरिक श्रम को सहन नहीं कर सकता है । सुख का सेवक बन जाता है । इन्द्रियों के बलिपशु बन जाता है । ज्यादा चतुर होकर नियमों के लिये जलाञ्जलि देदेता है । प्रकृति एवं शरीर को विलास के लिये बलि बना देता है । जितना खाने पर भी छिपाने पर भी उसे सन्तोष नहीं मिलता है । अत्याशा का ही अपर पर्याय मनुष्य है । अपने सुख के लिये दूसरों की हिंसा करता है। किसी के अवरोध के रूप में आगे आ जाने पर उन्हें दबा लेता है । विज्ञान और विकास इसी के लिये अनुवर्तन होते हैं क्या ? इस आधिपत्य का युद्ध ही क्या परमार्थ है ? शारीरिकबलहीनता ही क्या मानव के महत्त्व की कसौटी है ? मनोदौर्बल्य को बढाना ही क्या विद्या और विज्ञान का गम्य है? आशाओं की ज्वाला में, कामनाओं की दावाग्नि में, लक्ष्यशून्य जीवनारण्य में क्या अमूल्य मानवजन्म का विनाश ही होना है??

यह उचित नहीं ..... यह उचित नहीं ..... यह उचित नहीं .....

मानवजन्म को महत्त्वपूर्ण बनाने के लिये एक पट्टिका (लिस्ट) को परमकारुणिक भगवान् श्रीकृष्ण ने भगवद्गीता के १३ वें अध्याय में ५ श्लोकों के माध्यम से अनुगृहीत किया है । वेदों में अतिरहस्य के रूप में विद्यमान साधनसम्पत्ति को हम लोगों के लिये उन्हों ने व्यक्त किया है। यह अमूल्य चीज है । यह सब के लिये सुलभ भी है । आचरण में लाने को भी सुलभ है । अनन्त फल देने वाली है । आचरण करने पर यह पट्टिका जीवनारण्य के दावाग्नि से बाहर कर देती है । यह विषय सत्य है । यह अद्भुत भी है । ज्ञानसौध (महल) में पहुंचा कर आनन्दानुभव को देती है यह पट्टिका । उत्तम आनन्दानुभव को प्राप्त करना ही ज्ञान का प्रयोजन है । इस आनन्दानुभव को प्राप्त करने के लिये सब को अधिकार है । किसी को अवरोध नहीं है । प्राप्त करने के लिये संकल्प ही पर्याप्त है । भगवान् श्रीकृष्ण ही स्वयं साथ में रहते हैं । आवश्यक समस्त शक्ति को वही प्रदान करते हैं । कष्टों का निवारण कर देते हैं।।

हम लोग अपनी विद्या को विकसित करें । अपने ज्ञान को परिमळित करें । बलहीनता को दूर करें । दौर्बल्यों को दूर भगावें । प्रेममय प्रपञ्च का स्वागत करें । मानवतावादी सब लोग आवें । चलें सब लोग मिल कर कदम बढायेंगे । सुखसाम्राज्य में प्रवेश करें । दिव्यानन्द को प्राप्त करें । और सब को भी आनन्द प्रदान करें ।।

* आप लोगों को इतना ही करना है कि - इस पट्टिका को श्रद्धापूर्वक पढें । क्या आप इस में बताये गये अनुसार प्रतिदिन भावना करते हैं? क्या अपनी ज्ञानसम्पदा के आगमन द्वारों को खुला रखे हैं? परिशीलन करें। २५ प्रश्नों को आप लोगों की सुविधा के लिये इस में समाविष्ट कर रहे हैं। इस में से थोडा कुछ प्राप्त (सिद्ध) करने पर भी उतना उतना लाभ (प्रयोजन) मिल ही जाता है । निराशा मत करें । लज्जा न करें । और लोग कुछ कहेंगे ऐसा संकोच भी मत करें । यह अपने कल्याण के लिये ही है ।।

अब क्या करना है बतावें ?.....

पट्टिका को आद्योपान्त पढ लें । उस में दिये गये प्रश्नों के अनुकूलरूप से यदि आप लोग आचरण कर रहे हैं तो उस दिनाङ्क में उस प्रश्न के सामने 'ओम्' इस प्रकार चिह्न को डालें । यदि ऐसा (आचरण) न हो तो (X) ऐसा चिह्न डालें । इसे रात में प्रतिदिन सोने से पहले किसी के देखे बिना करें । यह केवल उज्जीवन के लिये ही है । इसी लिये कपटता को छोड दें । किसी से राय लेने की जरूरत भी नहीं है । सब 'ओम्' कारों को जोड लें । आप के 'ओम्' १४ से बढने पर आप अच्छे रास्ते की ओर चल रहे हैं यह जान लें । यदि लिष्ट में १७ को पार कर रहे हैं तो 'अच्छे मार्ग में' चल रहे हैं यह जान लें । यदि २० पार कर गयें तो आप पडोसियों के लिये आदर्श (पथप्रदर्शक) बन ही गये हैं यह समझ लें।।

आप के दैनन्दिन जीवन में यह भी एक प्रधान भाग है इसे मत भूलें । प्रातः काल उठ कर एक बार इसे (पट्टिका को) पढ कर सुरक्षित रख लें । उस दिन भर पूरा वैसा ही करने का प्रयत्न करें । रात में, दिन भर आप स्वयम् क्या करने में समर्थ हुये याद रक्खें । इस पत्र को भर कर किसी को न दें । कोई भी उत्साहपूर्वक आप से पूछें तो खालीपत्र को कापी बना कर दे दें । अथवा आप के समीप में विद्यमान ***विकासतरङ्गिणीकार्यालय*** से प्राप्त कर लें । या तो ***'विकासतरङ्गिणी'*** , **C/o.** जेट, सीतानगरम्, गुण्टूर जिला - ५२२ ५०१, इस ठिगाने में खालीपत्र के लिये लिखें । पुनः डाक से वे पत्र उन लोगों को मिल जायेंगे । प्रत्येक महीने के लिये अलग अलग पट्टिका को आप उपयोग कर सकते हैं । ४ महीने तक निरन्तर रूप से इस पद्धति को अवलम्बन कर आप लोग देख लें । आप में पैदा होने वाली अद्भुत स्थिति को देख कर आप ही आश्चर्यचकित होंगे । प्रेममय प्रशान्तजीवन आप का अपना बन जाता है । यदि कुछ अवरोध न हो तो हम आप के सन्तोष को बढाते हुये सहभागी बनने के लिये सिद्ध हैं । आप के आशयों को भी विकासतरङ्गिणी सादर आमन्त्रित करती है । *शुरु करें फिर?.....!*

'गीताज्योति' (कार्यक्रम) के सन्दर्भ में विकासतरङ्गिणी द्वारा समर्पित

सद्गुणों को बढाने वाली शान्तिपट्टिका

गुणसोपान	विवरण
अमानित्वम् १.i	विद्या
ii	धन,
iii	वंश
iv	पद के महत्त्व को देख कर अहंकार से कहीं बडे लोगों का, पूज्य जनों का अनादर तो नहीं कर रहे हैं?
अदम्भित्वम् २.	लोक कीर्ति की प्राप्ति की आकांक्षा से मन में न होने पर भी ऊपर ऊपर (बाहर) अच्छेपन को दिखाने का नाट्य तो नहीं कर रहे हैं न ?
अहिंसा ३.i	मन से
ii	वचन से
iii	शरीर से (मनोवाक्कायों से) दूसरों की हिंसा (पीडा) तो नहीं कर रहे हैं न?
क्षान्तिः ४.	क्या अपकार करने वाले व्यक्ति के विषय में पुनः हिंसा (प्रतीकार) करने की इच्छा मन में उत्पन्न हुये बिना नियन्त्रण तो कर पा रहा हूं?
आर्जवम् ५.	मन में संकल्प किया हुआ विषय को वाणी से बोल कर, और बोला हुआ उस विषय को क्रिया के रूप में दिखा तो रहा हूं न?
आचार्योपासनम् ६.	क्या विद्या - बुद्धि प्रदान करने वाले सामान्य गुरु जनों के विषय में कृतज्ञता को दिखा रहा हूं?
७.	क्या ज्ञानजन्म देने वाले आचार्य के विषय में परिपूर्ण विश्वास के साथ उन्हें दैव के रूप में भावना कर रहा हूं?
शौचम् ८.	क्या रागद्वेषादि दोषों से लिप्त हुये बिना मन को शुद्ध रख रहा हूं?
९.	असत्य बोलना, चुगली (पोल) लगाना जैसे दोषों को किये बिना रह पा रहा हूं?
१०.	खाने में वर्जित *(अभक्ष्य)* राजस, तामस आहारों का सेवन अकृत्यकरण जैसे शारीरिक दोषों को छोडने में समर्थ तो हूं?
११.	धन को आवश्यकता से ज्यादा खर्च तो नहीं कर रहा हूं? परधन को प्राप्त करने के लिये आसक्त तो नहीं हूं?
स्थैर्यम् १२.	आचार्यों के द्वारा उपदिष्ट कर्तव्य को आचरण करने में, विघ्नों के उपस्थित होने पर भी क्या अविचल रूप में हूं?
आत्मविनिग्रहः १३.	विवेक को नाश करने वाले प्रापञ्चिक विषयों से मन को खींच कर माधव की सेवा के लिये स्वाधीन तो बना रहा हूं?
इन्द्रियार्थेषु वैराग्यम् १४.	तत्तत् इन्द्रियों को (आभास) सुखानुभव को देने वाले (शब्दादि) विषय तात्कालिक हैं, अतः उन विषयों में रुचि और आशा को कम कर रहा हूं?
अनहङ्कारः १५.	जो मेरे नहीं हैं उन वस्तुओं में इस शरीर के सहित 'मेरा मेरा' इस भावना को छोडने में समर्थ हो रहा हूं?
जन्म मृत्यु जरा व्याधि १६.	जन्म लेना, मरना और इन के बीच में रहने वाले रोग, बुढापा ये सब शरीर में रहने वाले दोष हैं ।
दुःख दोषानुदर्शनम्	जब तक शरीर रहेगा तब तक ये सब अनिवार्य हैं । इसी लिये जिस अनुभव को देने पर भी शरीर में अति ममता को तो होने नहीं दे रहा हूं?
असक्तिः १७.	आत्मा और परमात्मा के सम्बन्धज्ञान को भुलाने वाले बाह्य विषयों में आशा को छोडने में तो समर्थ हो रहा हूं?
पुत्रदारगृहादिष्वनभिष्वङ्गः १८.	शरीरयात्रा में एक भाग के रूप में विद्यमान पत्नी - पुत्र एवं धन दौलत जैसे व्यवहार में ज्यादा आसक्ति बढाये बिना तो रह रहा हूं न?
इष्टानिष्टोपपत्तिषु १९.i	अच्छे बुरे उपस्थित होने पर
नित्यं च समचित्तत्वम् ii	इष्टवस्तु के दूर होने पर
iii	अनिष्ट प्राप्त होने पर
iv	इष्टवस्तु के मिलने पर
v	अनिष्टवस्तु के दूर होने पर जिन वस्तुओं को मैं इष्ट मान रहा हूं ऐसी वस्तुओं के दूर होने पर और जिन्हें मैं अनिष्ट मान रहा हूं वे उपस्थित होने पर विचलित हुये बिना रहने में क्या समर्थ हूं?
मयिचानन्ययोगेन २०.i	भगवान् से मैं व्यापार जैसा स्वार्थव्यवहार तो नहीं कर रहा हूं?
भक्तिरव्यभिचारिणी ii	मुझे जो आवश्यक है उसे भगवान् स्वयं जानते हैं इस विषय को भूल तो नहीं रहा हूं?
iii	क्या अल्पदेवता एवम् अल्पफलों को व शक्तिशून्य उपायों को छोड कर सब के रक्षक श्रीकृष्ण के विषय में निश्चल एवं निर्मल भक्ति कर रहा हूं?
विविक्तदेशसेवित्वम् २१.i	क्या मानसिक एकाग्रता को भङ्ग किये बिना मेरे परिसर के दृश्यों को एवं वातावरण को निर्माण करने में प्रयत्न तो कर रहा हूं?
ii	भगवान् की सन्निधि में कुछ क्षण के लिये भी रह पा रहा हूं?
२२.	क्या मन को विचलित करने वाले मनुष्यों को, दृश्यों को दूर में रख रहा हूं?
अरतिर्जनसंसदि २३.	क्या राजस, तामस जनों के सहवास से विमुख होकर रह रहा हूं? (अथवा) भगवद्भावना से निवृत्त कराने वाले व्यक्तियों से दूर में रहता हूं?
अध्यात्मज्ञाननित्यत्वम् २४.	क्या समस्त प्राणियों में एकी रूप में रहने वाली आत्मा के विषय में जानने की इच्छा को, ध्यान करने की निष्ठा को बढाने में समर्थ तो हूं?
तत्त्वज्ञानार्थचिन्तनम् २५.	क्या प्रकृति, जीव, परमात्मा इन तीन तत्त्वों के विषय में प्रामाणिक, एवं वास्तविक ज्ञान को बढाने में प्रयत्न तो कर रहा हूं?

हरेक महीने में प्रगतिपथ को परिशीलन करने की पट्टिका

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

कृष्णं वन्दे जगद्गुरुम्

जय श्रीमन्नारायण!

प्रत्येक अणु में परमात्मा व्याप्त होकर रहते है । यह विश्व पूरा भगवान का प्रकाशमान पवित्र देह है । जितने भी प्राणी हैं वे सब उन विश्वदेह (परमात्मा) के विविध अङ्ग हैं । इस प्रपञ्च को चार वर्ण के रूप में विभाजन किया विश्वशरीरी (परमात्मा) ने । वे हैं १. देवता, २. मानव, ३. तिर्यक् जन्तु, ४. वृक्ष पर्वतादि स्थावरपदार्थ । आप भी इन चार में से ही अन्तर्भूत हैं । आपलोगों में विश्वान्तर्यामी व्याप्त होकर विराजमान हैं । आप का शरीर आप के लिये जितना अभिमत है भगवान को भी विश्वरूप में विराजमान शरीर उतना ही प्रिय है । आप के देह के अङ्ग एक के लिये एक जिस प्रकार रहता है उसी प्रकार विश्वशरीर में आप भी अन्य प्राणियों की सेवा के लिये जीवन यापन करें इसी से विश्वशरीरी प्रसन्न रहते हैं।।

माधवसेवा के रूप में सर्वप्राणिसेवा जीवन का लक्ष्य होना चाहिये । जिस प्रकार आप अपने से द्वेष नहीं करते हैं उसी प्रकार अपने परिसर में रहने वाले किसी का भी द्वेष मत करें । उन लोगों में कुछ दोष हो तो देख कर दया करिये । आप का शरीर जिस प्रकार सत्य है उसी प्रकार विश्व में प्रति अणु सत्य है । सत्यस्वरूप प्रकृतिसौन्दर्य को आदर करने पर ही तदन्तर्यामी परमात्मा के सौन्दर्य का दर्शन होता है। प्रकृति में विद्यमान सहज सौन्दर्य का आस्वादन करने पर दिव्य प्रेम पल्लवित होता है । वह दिव्य प्रेम आप में दिव्यानन्द को भर देता है । भरपूर होकर वह प्रवहित हो जाता है । जितना बांटते रहेंगे उतना ही बढता जाता है । उसे जानना ही विज्ञान है । वेदों का यह सार हैं श्रीभगवद्रामानुजस्वामी जी ने इसे बाहर निकाल कर सब को प्रदान किया। हमारे श्री जीयरस्वामी जी हम लोगों को उपलब्ध करा रहे हैं । ***'माधवसेवा के रूप में सर्वप्राणिसेवा'*** कर ने की भावना से श्रीश्रीश्री त्रिदण्डी चिन्न जीयरस्वामी जी के मङ्गळाशासनों से व्यवस्थित हुई यह ***विकासतरङ्गिणी।।***

इस के लक्ष्यसाधन के लिये ६ आशय हैं -

१. आध्यात्मिक नींव को आधार बना कर धार्मिक जीवन को समाज में विस्तृत करना ।
२. व्यक्तित्व विकास के लिये अनुरूप पद्धतियों को निर्माण कर के लागू करना ।
३. समाज में विविधवर्गों के बीच सदवगाहन को बढाना ।
४. दीन और आर्तों को विविध सेवा उपलब्ध कराना ।
५. वन्यमृगों का संरक्षण करना ।
६. पर्यावरण का परिरक्षण करना ।

'स्वीय आराधन - सर्व आदरण' *हमारा विधान होना चाहिये ।।*

इस पट्टिका में विवरण किये गये गुणों को भगवान् श्रीकृष्ण ने गीता के १३ वें अध्याय में ७ वें श्लोक से लेकर ११ वें श्लोक तक बताया है । वे श्लोक अभ्यास के लिये यहां दिये जा रहे हैं ।

अमानित्व मदम्भित्व महिंसा क्षांति रार्जवम् ।
आचार्योपासनं शौचं स्थैर्य मात्मविनिग्रहः ।। ***१३-७***

इन्दियार्थेषु वैराग्यम् अनहंकार एव च ।
जन्म मृत्यु जरा व्याधि दुःखदोषानुदर्शनम् ।। ***१३-८***

असक्ति रनभिष्वंगः पुत्रदारगृहादिषु ।
नित्यं च समचित्तत्वम् इष्टानिष्टोपपत्तिषु ।। ***१३-९***

मयि चानन्ययोगेन भक्तिरव्यभिचारिणी ।
विविक्तदेशसेवित्वम् अरति र्जनसंसदि ।। ***१३-१०***

अध्यात्मज्ञाननित्यत्वं तत्त्वज्ञानार्थ चिन्तनम्।
एतत् ज्ञानमिति प्रोक्तमज्ञानं यदतोऽन्यथा ।। ***१३-११***

और विस्तृत जानकारी के लिय

विकासतरङ्गिणी

C/o. JET, *सीतानगरम् - ५२२ ५०१.*
गुण्टूर जिला
& : *०८६४५ - ७२९२९, ७२३५३.*
Fax : *०८६६ ४२७४७४*

जय श्रीमन्नारायण!