पेरिस
११ दिसम्बर, २००५

संदेश संख्या – ८१

सजगता

१. सजगता यथार्थता की गतिशीलता है । यह कल्पना या निष्कर्ष की चालाकी नहीं है ।

२. सजगता वास्तविक वस्तु के प्रति होती है न कि वस्तु के बारे में विचार और सिद्धान्त के प्रति ।

३. सजगता तथ्य से संबंधित होती है न कि तथ्य को आवृत्त करने (छुपाने) वाली कल्पना और भ्रांति से संबंधित ।

४. सजगता, 'जो है' के प्रति होती है, न कि 'ऐसा होना चाहिए' के प्रति।

५. सजगता मुक्ति और शून्यता की ओर ले जाती है, न कि अनुभव और उसके विखण्डन की ओर ।

६. अपनी मनोविकृति के प्रति सजग रहें ।

७. अपने (मन के) अन्तर्द्वन्द्व, भ्रांति और दूर्दशा के प्रति सजग रहें, अवधारणाओं, निष्कर्षों और चालबाजियों के चक्कर में नहीं फँसें ।

८. अपनी सजगता के प्रति जागरूक रहें न कि अपनी महत्वाकांक्षा में सोये हुये।

९. सजगता प्रज्ञा है जबकि मताग्रह केवल बौद्धिक ।

१०. अपने अपराध एवं अपराधबोधग्रस्तता के प्रति सजग रहें, अपने लालच और ईश्वर के प्रति सजग रहें, अपने महिमामण्डन और तुष्टीकरण के प्रति सजग रहें ।

११. अपने विश्वास–पद्धतियों, प्रतीकों, छवियों, प्रयोजनों, बन्दिशों, पूर्वाग्रहों, अंधविश्वासों और आडम्बरों के बोझ को ढोते मत रहें, केवल उनके प्रति सजग रहें ।

१२. शक्ति, संग्रह, स्थिति और प्रभुता के लिए अपने प्रयत्नों के प्रति सजग रहें; भ्राँतियों एवं प्रार्थनाओं के द्वारा स्वयं को सम्मोहित न करें।

१३. यह पता लगायें कि क्या चेतना, दो भागों – 'मैं' और 'मेरी चेतना' में बँटे बिना स्वयं के प्रति सजग रह सकती है?

१४. इस तथ्य के प्रति सजग रहें कि आपके पास एक अद्वितीय शरीर है किन्तु आप एक व्यक्तिनिष्ठ नहीं हैं। आप सम्पूर्ण मानवता हैं। इस तरह, यहाँ विविधता तो है किन्तु विभाजन नहीं ।

१५. आत्म–सम्मोहक प्रविधि, जिसे ध्यान के रूप में आध्यात्मिक मंडी में बेचा जाता है, के प्रति सजग रहें और स्वतःस्फूर्त ध्यान की पवित्र गतिशीलता के प्रति उपलब्ध रहें।

१६. सजगता एकमात्र नैतिकता है, जो कि धन–शक्ति की अनैतिकता के प्रति, औद्योगीकरण द्वारा उत्पन्न भोगवादी संस्कृति के लिए आग्रह के प्रति तथा विचारधाराओं की जड़ता के प्रति जागृत करती है। ऐसी सजगता से एक अपूर्व–अनन्तता के भाव का उदय होता है जिसे कोई भी राष्ट्रपति, प्रधानमंत्री, पोप या परमहंस नहीं जानता।

१७. सजगता चित्तवृत्ति में निम्नलिखित चमत्कार लाती है :–

- द्रष्टा और दृश्य के मध्य द्वैतता समाप्त हो जाती है ।
- केवल यथार्थ दिखता है, कल्पना समाप्त हो जाती है ।
- अवधारणाओं एवं निष्कर्षों की सहायता के बिना समझना होता है ।
- द्वैतता की अज्ञानता समाप्त हो जाती है।
- चेतना के क्षेत्र में विखण्डनों से मुक्ति की झलक मिलने लगती है।
- ज्ञाता और ज्ञात के जाल में फँसे बिना ज्ञान हो जाता है (वेदान्त प्रक्रिया) ।
- अवधारणामूलक परस्पर विपरीतों की अज्ञानता दूर हो जाती है ।
- पर्याप्त अनुक्रिया होने हेतु प्रतिक्रिया या पुनरावृत्ति का त्याग हो जाता है ।

- चेतना में विभेदकारी प्रक्रिया के बिना ही देखना घटित होता है ।
- समर्पण घटित होता है, दासत्व नहीं ।
- विचारक (अतीत) और विचार (भविष्य) के द्वैत के परे प्रज्ञा घटित होती है।
- प्रयत्न–शैथिल्य घटित होता है ।
- मन्तव्य अहंकार रहित होता है ।
- शब्दों की सहायता के बिना समझदारी घटित होती है।
- ध्याता बिना ध्यान होता है।
- अहंकार शून्य हो जाता है और खालीपन बोलता है।

भागो नहीं, जागो ! (लाहिड़ी महाशय की वाणी)
सजगता परमगुरु है ।
सजगता की जय ।

उपसंहार – १
सजगता पर गुरुनानक का मन्त्र
एक–ऊँ–कार सतनाम कर्ता पुरुख निर्भयो निरवैर
अकाल मूरत अजूनी सैभंग गुरु प्रसाद ।

एक–ऊँ–कार	:	'यह' वही दिव्यता है जो विविधता के बावजूद विभाजन रहित है ।
सतनाम	:	'यह' सत्य है – सर्वव्यापक और अस्तित्वमय है ।
कर्त्ता पुरूख	:	'यह' ऊर्जा और चैतन्य है (गीता का प्रकृति और पुरुष और पतंजलि की चिति–शक्ति)
निर्भयो	:	शरीरी चेतना के भय या संशय से 'इसका' कोई संबंध नहीं ।
निरवैर	:	'यह' अवधारणामूलक विपरीतों के सभी अन्तर्द्वन्द्वों और शत्रुता के परे है ।
अकाल मूरत	:	'यह' समय और दूरी की सीमाओं के परे है ।
अजूनी	:	'यह' आदिरहित है (अतएव अन्तरहित भी) ।
सैभंग	:	'यह' स्वयं स्वाभाविक रूप से प्रकाशित है ।
गुरू प्रसाद	:	'यह' गुरु–प्रक्रिया का परम प्रसाद (कृपा) है ।

उपसंहार – २
'गुरु' शब्द का अर्थ

गु	:	गुप्त अर्थात् आवृत्त, ढँका हुआ, अंधकार
रु	:	रूद्र अर्थात् अग्नि, प्रकाश

अतः गुरू का अर्थ है अंधकार (अज्ञान) को दूर करने की प्रक्रिया ।

सजगता ही परमगुरू है । जय गुरू ।