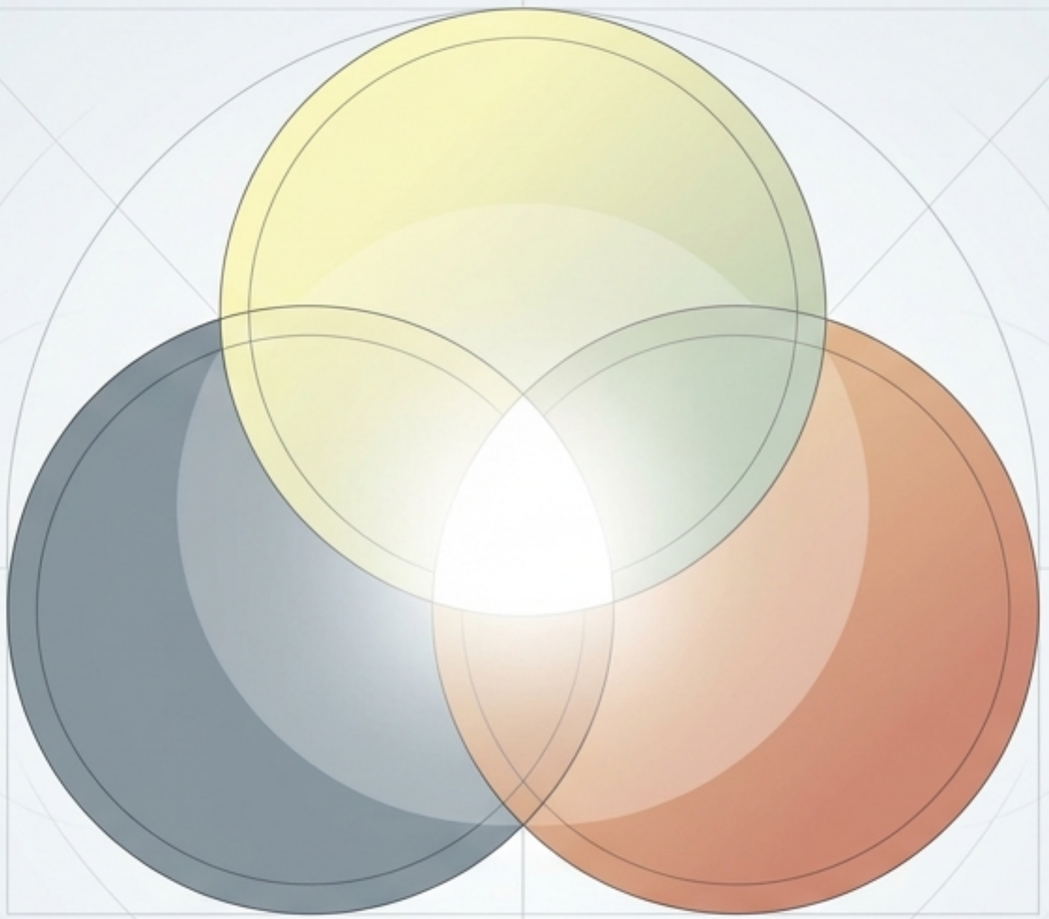


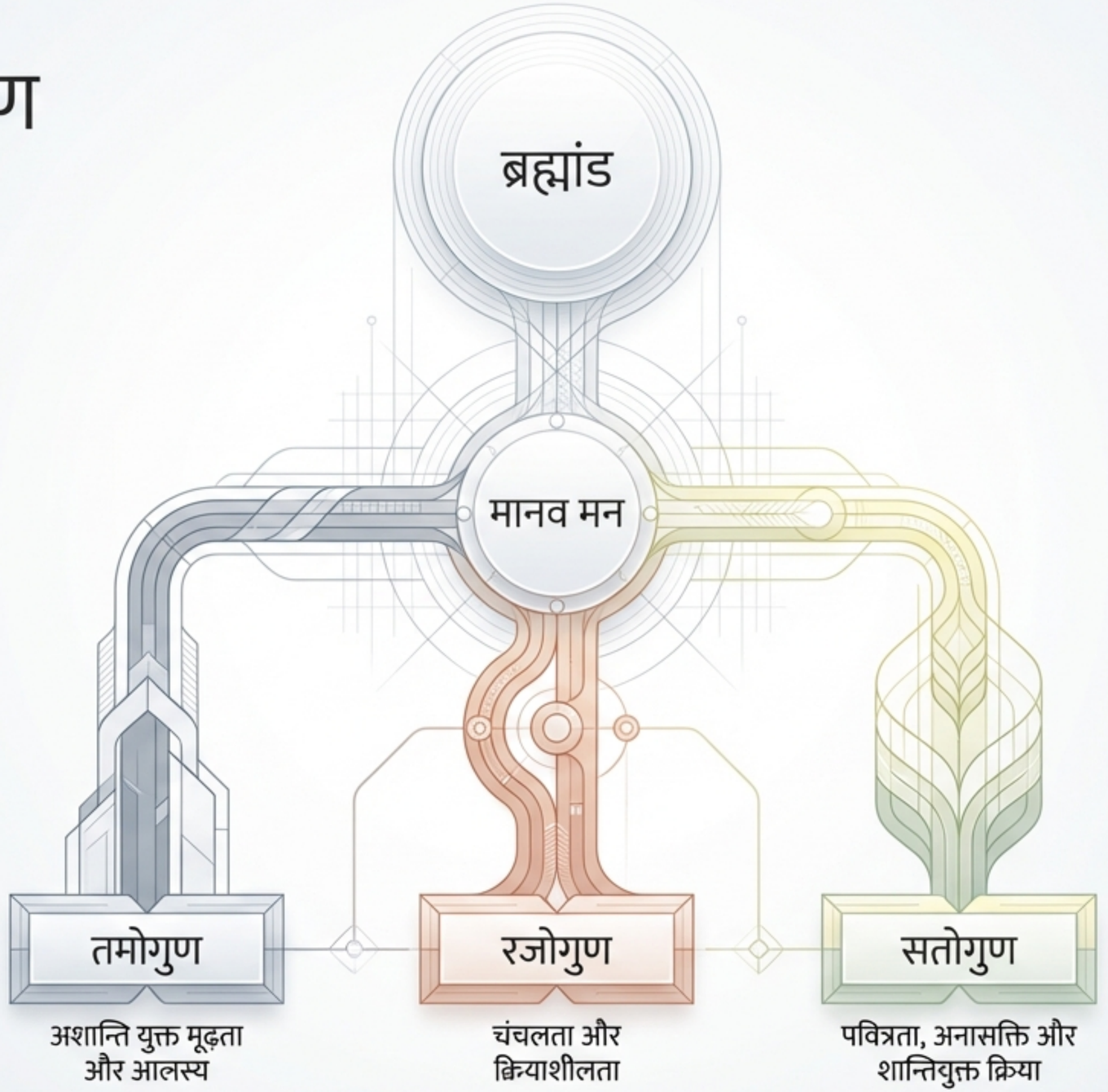
त्रिगुण रहस्य: चेतना और मनोविज्ञान का विज्ञान

मानव स्वभाव को समझने और आत्म-उत्थान की एक वैज्ञानिक और आध्यात्मिक यात्रा।

NotebookLM

सृष्टि का मूल ढांचा: तीन गुण

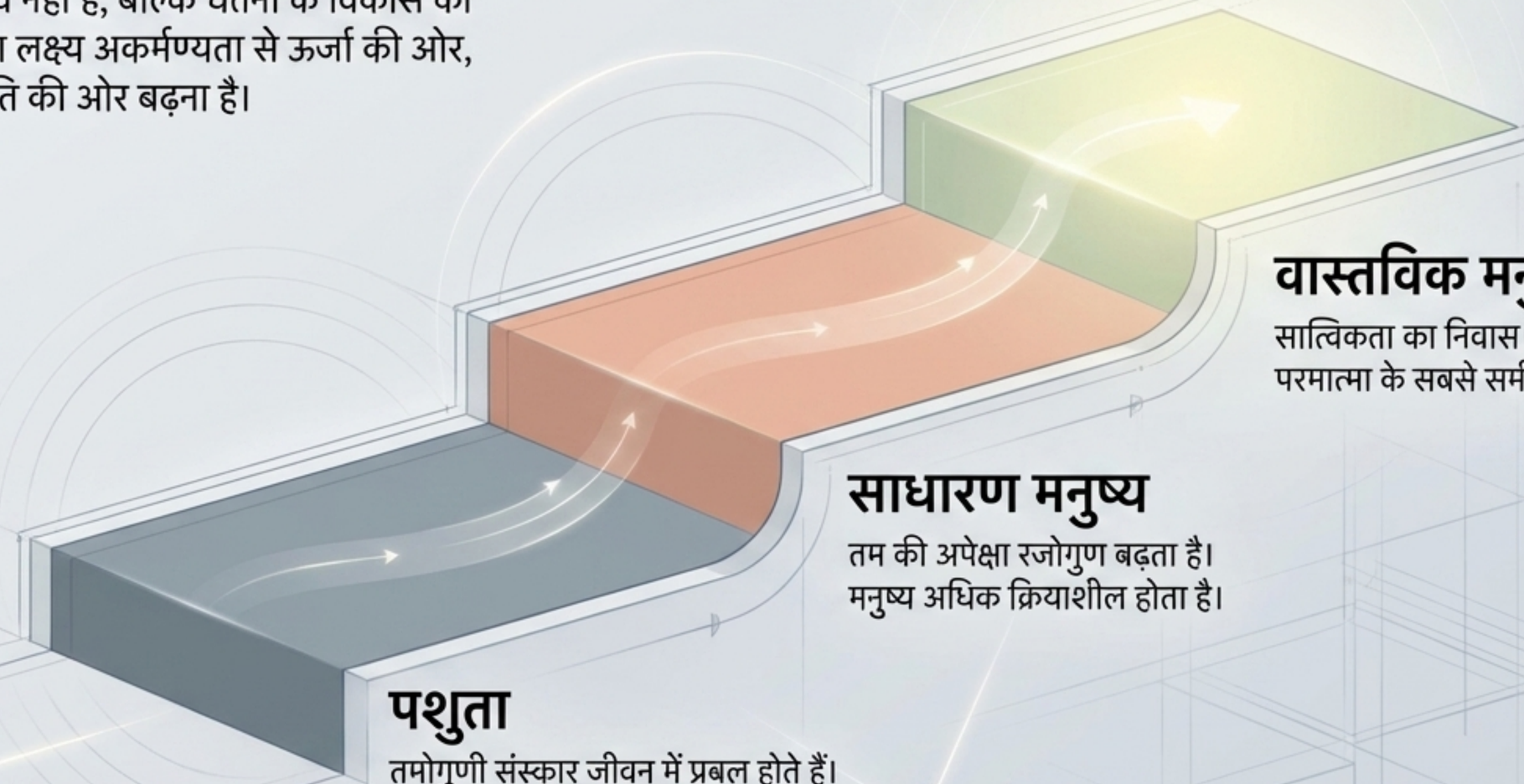
यह सृष्टि त्रिगुणमयी है। संसार के समस्त जड़-चेतन इन तीन गुणों से ओत-प्रोत हैं। ये गुण हमारे मन के तीन अलग-अलग 'ऑपरेटिंग सिस्टम' की तरह कार्य करते हैं।



NotebookLM

चेतना का विकास क्रम

गुण केवल स्वभाव नहीं हैं, बल्कि चेतना के विकास की सीढ़ियाँ हैं। हमारा लक्ष्य अकर्मण्यता से ऊर्जा की ओर, और ऊर्जा से शांति की ओर बढ़ना है।



वास्तविक मनुष्य

सात्विकता का निवास। मनुष्य परमात्मा के सबसे समीप होता है।

साधारण मनुष्य

तम की अपेक्षा रजोगुण बढ़ता है। मनुष्य अधिक क्रियाशील होता है।

पशुता

तमोगुणी संस्कार जीवन में प्रबल होते हैं। इसे 'नर-पशु' की अवस्था कहा गया है।

NotebookLM

तमोगुण: जड़ता और पतन की अवस्था

तमोगुण सबसे निकृष्ट अवस्था है। शरीर में स्थूल बल भले ही हो, पर प्राण-शक्ति, आत्मबल, शौर्य एवं तेज का नितान्त अभाव रहता है।

मानसिक स्थिति

निराश, परमुखापेक्षी, और अकर्मण्य।



व्यवहार

कायर, क्रूर, और अहंकारी।

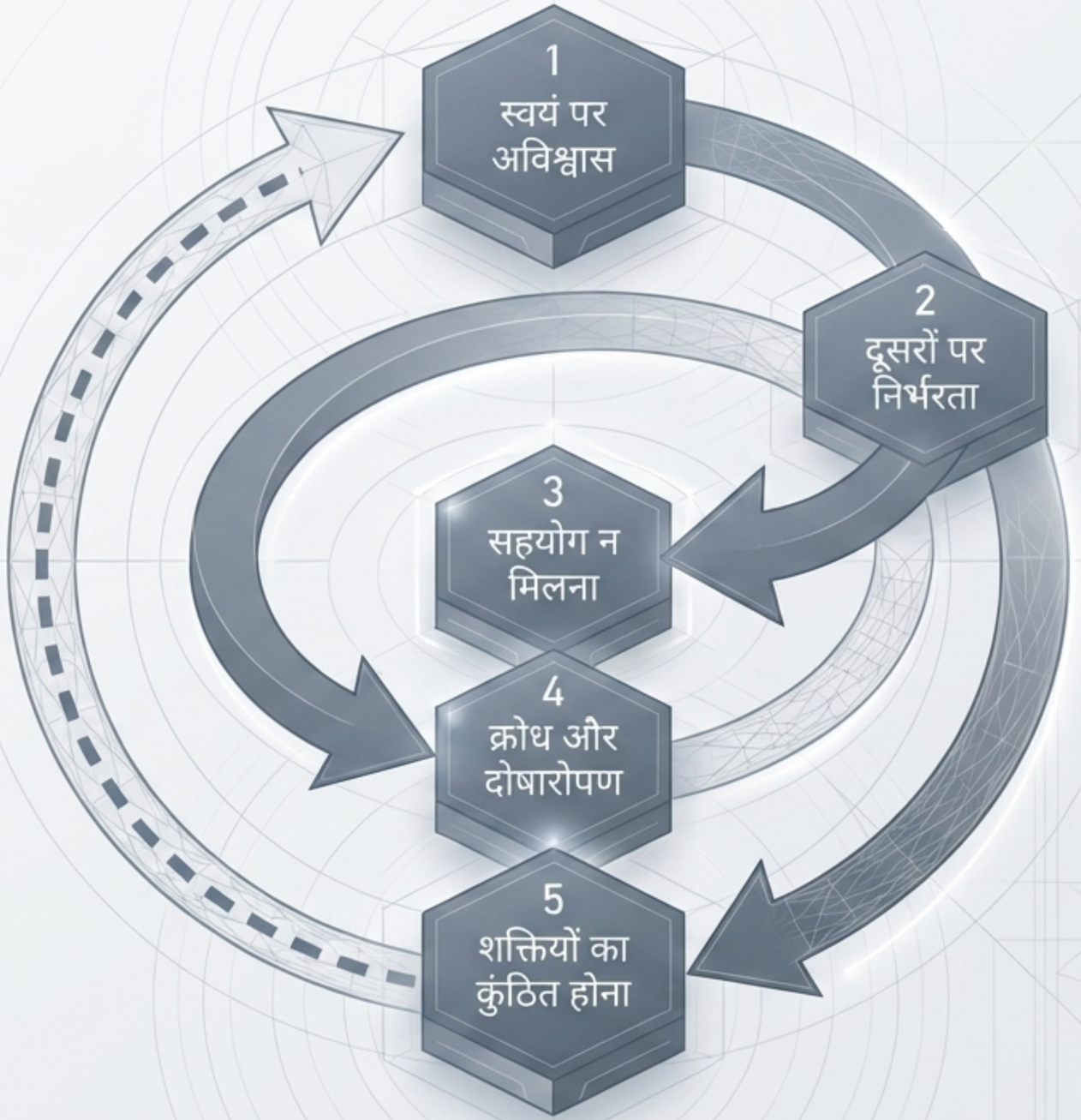
परिणाम

तीव्र गति से पतन के गर्त में गिरना।
लकवा मार जाने वाले रोगी की तरह शक्तियाँ कुण्ठित हो जाती हैं।

NotebookLM

तमोगुण का दुष्चक्र

तमोगुणी व्यक्ति किस प्रकार अपनी ही जड़ता के जाल में फँसता चला जाता है, इसका मनोवैज्ञानिक क्रम:



NotebookLM

रजोगुण: ऊर्जा और चंचलता की अवस्था

पशुता से प्रगति होने पर जीव में रजोगुण बढ़ता है। यह अवस्था अत्यधिक ऊर्जा, महत्वाकांक्षा और बहिर्मुखी स्वभाव की परिचायक है।



सकारात्मक ऊर्जा

उत्साही, फुर्तीले, परिश्रमी, साहसी और आशावादी।

नकारात्मक प्रवृत्तियाँ

चतुराई, खुदगर्जी, दूसरों को उल्लू बनाकर अपना मतलब निकालना।

रुचियाँ

शान-शौकत, बड़प्पन, धन-दौलत, और विषय वासना। इन्द्रियाँ बड़ी प्रबल होती हैं।

NotebookLM

रजोगुण के दो पहलू

रजोगुणी व्यक्ति अत्यधिक कार्यकुशल होते हैं, किन्तु उनका ध्यान अपनी आंतरिक दुर्बलताओं पर नहीं जाता।

प्रभावशाली एवं उद्योगी

परिश्रमी, ऐश्वर्यवान और ऊर्जावान।



सत्य और शिव छूट जाते हैं, केवल 'सुन्दरम्' पर ध्यान रहता है।

भोग और लोभ का कुचक्र

स्वास्थ्य गँवा बैठना, बहुमूल्य योग्यताओं को छिछोरी और बेकार बातों में बर्बाद करना।



NotebookLM

सतोगुण: संतुलन और पवित्रता की अवस्था

उच्च आध्यात्मिक साधना के फलस्वरूप ही सतोगुण का विकास होता है।
आत्मा को तब तक शान्ति नहीं मिलती जब तक सात्विकता प्राप्त न हो।



आंतरिक स्थिति

असाधारण शान्ति, सन्तोष, प्रसन्नता एवं आनन्द।

दृष्टिकोण

तत्त्वज्ञान, धर्म-विवेक, और दूरदर्शिता।

व्यवहार

सरलता, नम्रता, सज्जनता, और दूसरों के साथ करुणा व मैत्री।

NotebookLM

सात्विक मनोभूमि की संरचना

सात्विक व्यक्ति का मन भ्रम और स्वार्थ से मुक्त होकर सत्य का सटीक विश्लेषण करता है।

जीवन की परिस्थितियाँ और भौतिक आकर्षण

धर्म-विवेक

न्याय-अन्याय, सत्-असत् का स्पष्ट भेद। 'कुच-कांचन की तुच्छता' की समझ।

- तप, स्वाध्याय, सत्संग, सेवा, दान और प्रभु शरणागति

NotebookLM

त्रिगुण तुलनात्मक विश्लेषण

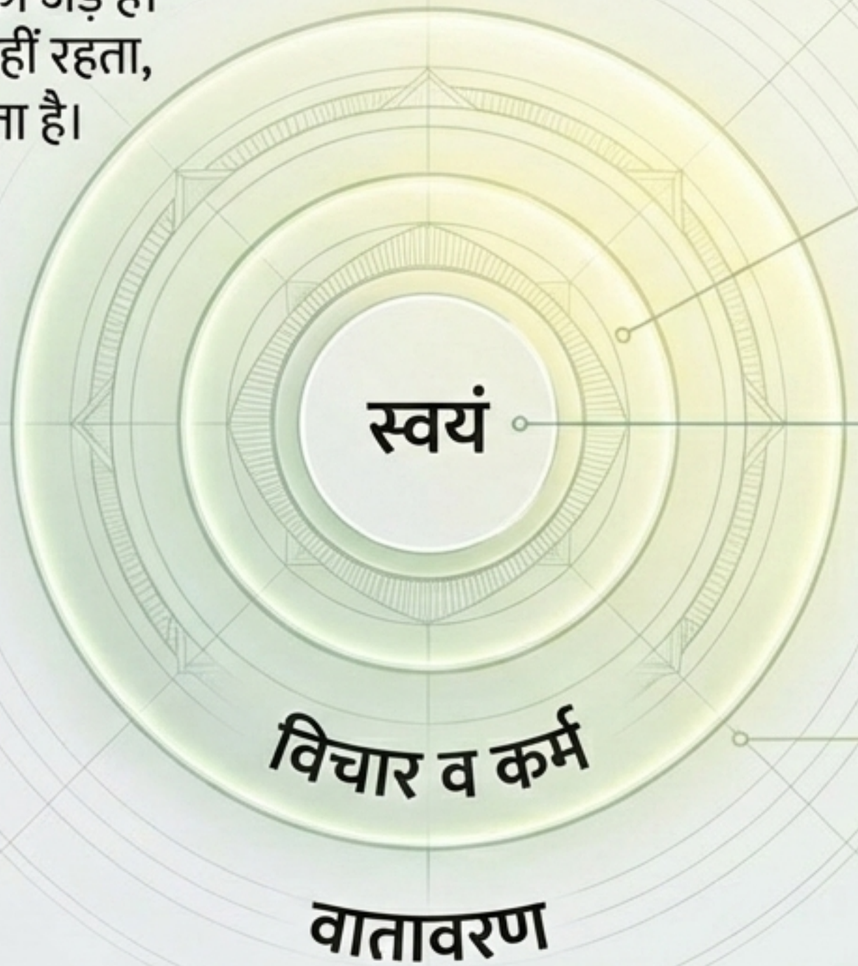
अपनी वर्तमान मानसिक अवस्था का स्व-मूल्यांकन करें:

	तमोगुण	रजोगुण	सतोगुण
ऊर्जा स्तर	जड़ता	चंचलता	शांति
मुख्य फोकस	नीचे की ओर	बाहर की ओर	भीतर और ऊपर की ओर
प्रेरक बल	आलस्य और क्रोध	महत्वाकांक्षा और लोभ	धर्म और कर्तव्य
अंतिम परिणाम	पतन	कुचक्र	कल्याण

NotebookLM

सात्विकता का प्रभाव: द रिपल इफ़ेक्ट

सतोगुणी जीवन सब प्रकार की पवित्रता की जड़ है। इसका प्रभाव केवल व्यक्ति तक सीमित नहीं रहता, बल्कि उसके परिवेश को भी पावन कर देता है।



प्रत्येकप **विचार** और पुण्यमय।

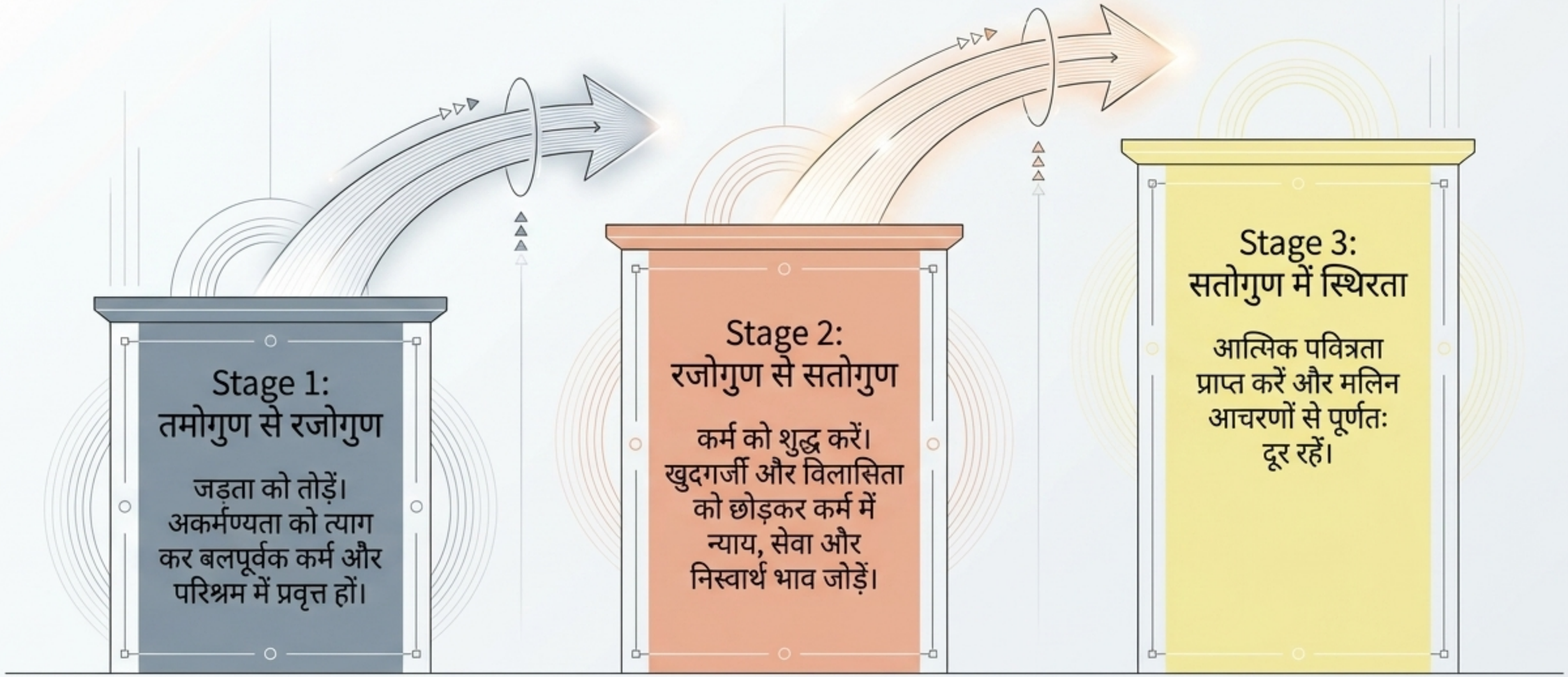
आत्मा में सन्तोष और प्रफुल्लता।

चारों ओर का वातावरण पवित्र रहता है। निकटवर्ती लोगों को भी ज्ञात-अज्ञात रूप से बड़ी शान्ति एवं प्रेरणा प्राप्त होती है।

NotebookLM

पशुता से देवत्व की ओर: संक्रमण प्रक्रिया

प्रत्येक पवित्र-जीवन के प्रेमी को अपनी सात्विकता की अभिवृद्धि के लिए निरन्तर प्रयत्नशील रहना चाहिए।



NotebookLM

दैनिक जीवन में सात्विकता के प्रमाण

सतोगुणी मनुष्य केवल मानसिक पवित्रता ही नहीं रखता, बल्कि उसके दैनिक जीवन के हर पहलू में शुद्धता झलकती है:



आहार-विहार

खान-पान और रहन-सहन में पूर्ण शुद्धता का विचार।



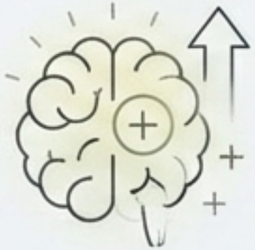
वाणी

मुँह से हमेशा दूसरों को अच्छी लगने वाली, हितकारी बातें निकालना।



कर्म

बिना किसी गंदे काम के, केवल दूसरों और सबकी भलाई के कार्य करना।



विचार

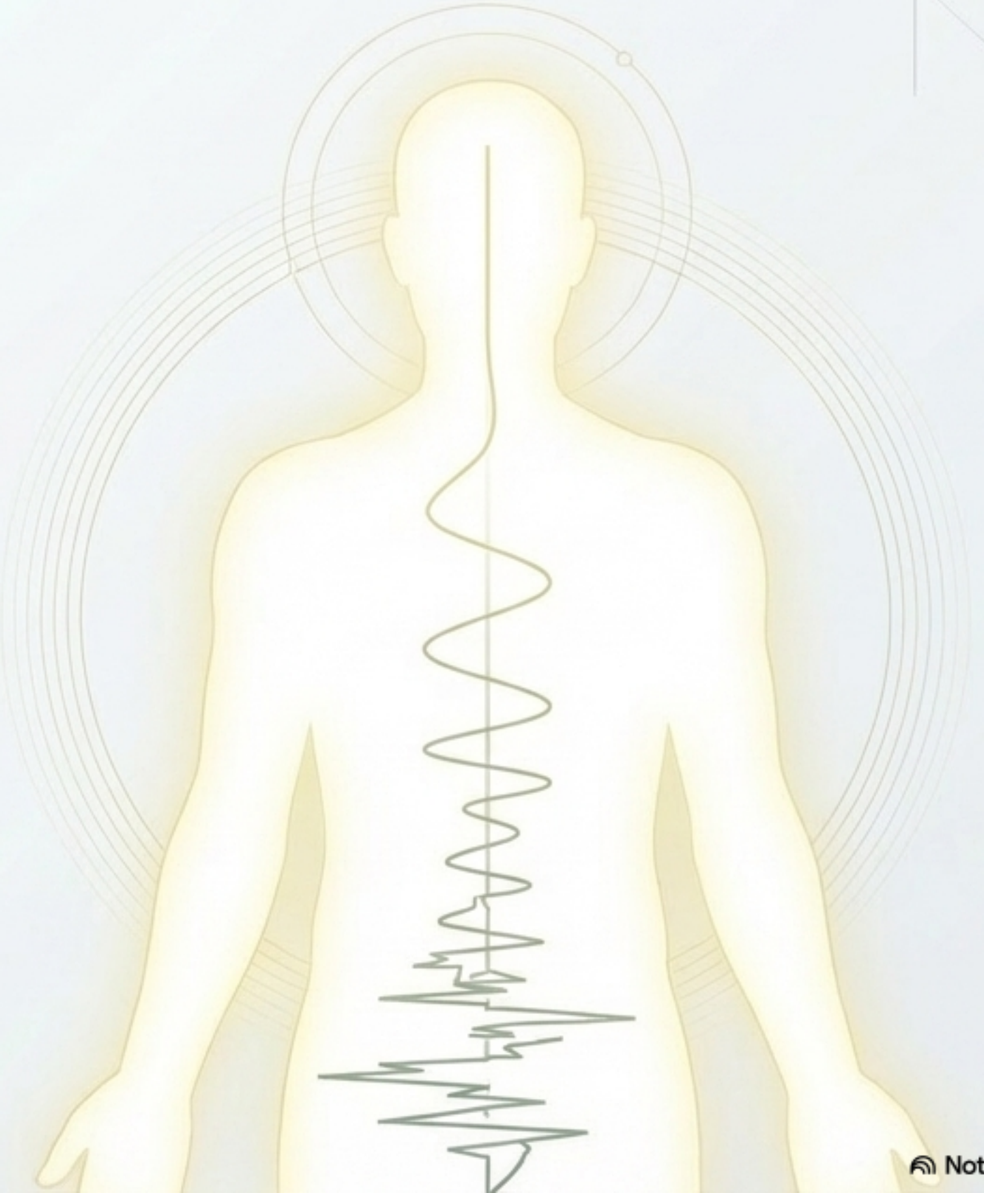
मन, वचन और कर्म में किसी भी अशुचि भावना का प्रवेश न होने देना।

NotebookLM

मानव जीवन का वास्तविक लक्ष्य

मनुष्य का वास्तविक परिधान सतोगुण है।
मनुष्यता का निवास सात्विकता में है।

जो मनुष्य जितना सतोगुणी है, वह परमात्मा के उतना ही समीप है। इस दैवी तत्त्व को प्राप्त करके ही जीव धन्य होता है, क्योंकि जीवन लक्ष्य की प्राप्ति का एकमात्र साधन सतोगुण ही है।



NotebookLM

स्रोत एवं कृतज्ञता

स्रोत पुस्तक: ‘‘पवित्र जीवन’’
लेखक: पूज्य गुरूदेव युगऋषि वेदमूर्ति तपोनिष्ठ पण्डित श्रीराम शर्मा आचार्य
(संस्थापक, गायत्री परिवार)

यह प्रस्तुति मानव मात्र के आध्यात्मिक उत्थान और मार्गदर्शन हेतु इस पावन ग्रंथ के अंशों पर आधारित है।

NotebookLM