स्वरोदय-विज्ञान

स्वरोदय, इन्द्रस्वरोदय एवं - दीपक ज्ञान स्वरोदय सहित

श्री पीताम्बरापीठ - संस्कृत - परिषद, दतिया

स्वरोदय – विज्ञान

❑❑❑

स्वरोदय, इन्द्रस्वरोदय
एवं
दीपक–ज्ञान–स्वरोदय सहित

❑❑❑

श्री पीताम्बरा पीठ–संस्कृत–परिषद्
दतिया (म.प्र.)

प्रकाशक

श्री पीताम्बरा पीठ संस्कृत-परिषद्

श्री वनखण्डेश्वर

दतिया (म.प्र.)

सर्वाधिकार सुरक्षित प्रकाशकाधीन ©

द्वितीय संस्करण 1984

तृतीय संस्करण 1992

चतुर्थ संस्करण 1997

पंचम सस्करण 2003 (5000 प्रतियाँ)

मूल्य पन्द्रह रूपये

प्रकाशकीय

स्वरोदय विज्ञान पुस्तक का यह चतुर्थ संस्करण साधकों में इसकी बढ़ती लोकप्रियता का परिचायक है।

सूक्ष्मात्सूक्ष्मतरं ज्ञानं सुबोधं सत्य प्रत्ययम्
आश्चर्य नास्तिके लोके आधारं त्वास्तिके जने
– शिव स्वरोदय

स्वर ज्ञान साधना सूक्ष्म से सूक्ष्म है और सत्य का विवेक कराती है। यह साधना प्राण साधना के अन्तर्गत आती है। पूज्यपाद श्री स्वामी जी महाराज स्वयं स्वर साधक रहे हैं और उनकी दिनचर्या भी इसी के अनुसार होती थी स्वरोदय पंचाग भी महाराज श्री तैयार कराते थे तथा उसके अनुसार पूरे वर्ष का फलादेश संवत्सर का कर देते थे, उसके ही अनुसार पूरे वर्ष घटनाक्रम रहता था।

शिष्यों एवं साधकों के अनेक चमत्कारिक कार्य भी स्वर ज्ञान के प्रभाव से हो जाते थे। स्वरोदय विज्ञान में महाराज जी की बहुत रूचि रही है जहाँ से भी इससे सम्बन्धित साहित्य मिला इसे संकलित कर लिया। स्वरोदय विज्ञान पुस्तक में स्वामी चरण दास जी का स्वर विज्ञान इन्द्र स्वरोदय एवं दीपक ज्ञान स्वरोदय भी संकलित है।

आशा है स्वर ज्ञान साधकों का इससे कल्याण होगा। पीठ परिषद् इसे प्रकाशित करते हुये परम प्रसन्न हैं।

निवेदक
हरि राम साँवला
कोषाध्यक्ष
श्री पीताम्बरा पीठ दतिया

प्रकाशकीय

(पंचम संस्करण)

प्रकाशकीय (पंचम संस्करण)

''स्वरोदय विज्ञान'' का पंचम संस्करण प्रकाशित करते हुये श्री ''पीताम्बरा–पीठ संस्कृत परिषद् प्रसन्नता का अनुभव कर रही है।

स्वर साधना अत्यन्त प्राचीन है। प्राण साधना के अन्तर्गत इसका विशेष महत्व है। पूज्यपाद स्वामी जी महाराज स्वयं स्वर साधना के अच्छे ज्ञाता रहे हैं। वे ''स्वरोदय'' नाम से पंचाङ्ग तैयार कराते थे जिसमें पूरे वर्ष भर होने वाले घटना–क्रम को संवत्सर की प्रतिपदा को ही लिख देते थे। स्वर सम्बन्धी साहित्य जहाँ कहीं से भी उन्हें प्राप्त हुआ इस ग्रन्थ में संकलित कर दिया है।

आशा है स्वर अध्येताओं का इससे हित होगा।

शारदीय नवरात्र 2060
तदनुसार 27 सितम्बर 2003

ओ३म नारायण शास्त्री
मंत्री
श्री पीताम्बरा पीठ संस्कृत परिषद्
दतिया

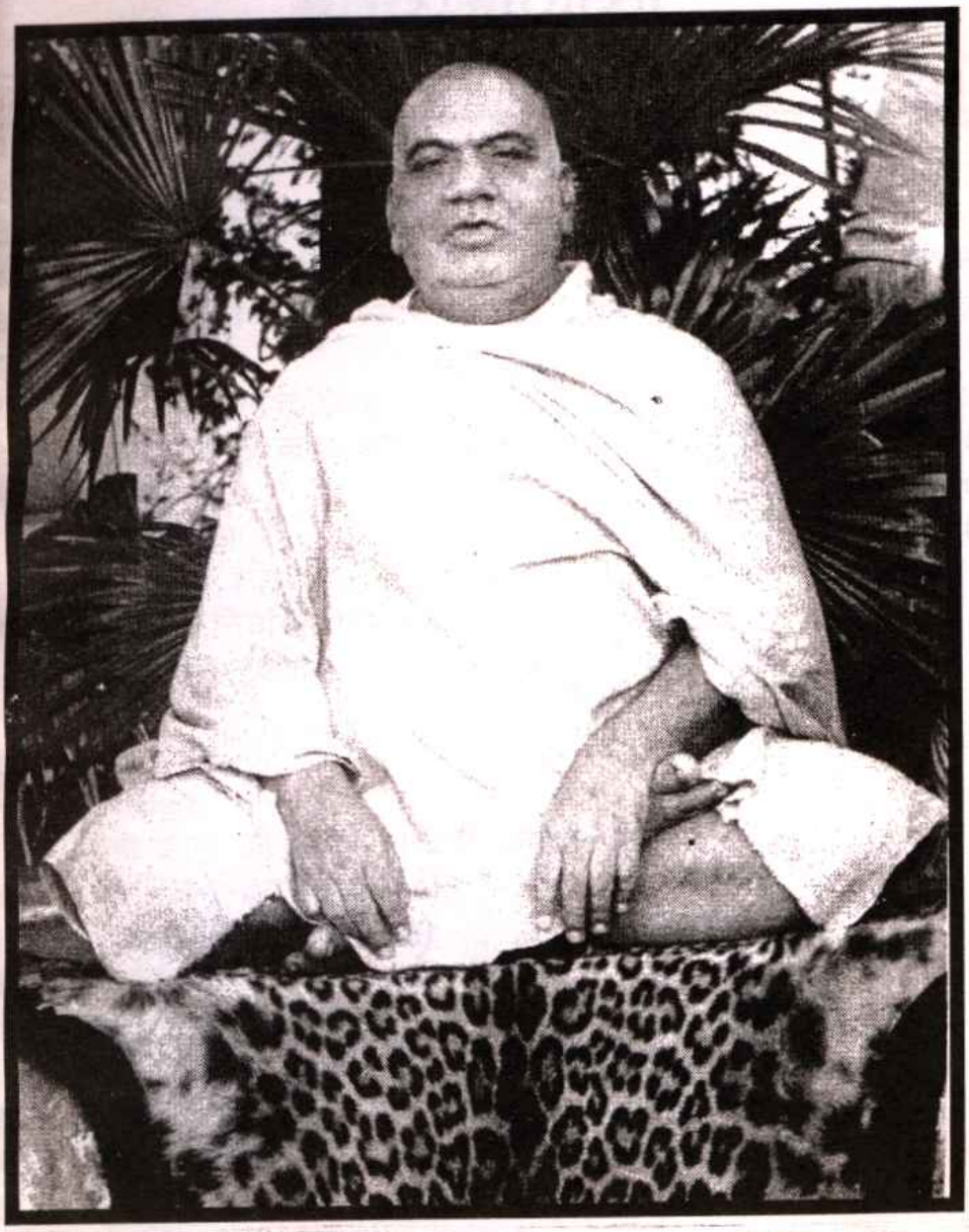
दो शब्द

स्वरोदय का साधन प्राण-साधना के अन्तर्गत विशेष महात्मा रखता है। अनेक महात्मा इसके ज्ञाता हो चुके हैं; उन्होंने पुस्तकों के अन्दर इसे प्रकट किया है; जो शिव-स्वरोदय आदि नामों से विख्यात है इसके अलावा ऐसे कुछ फुटकर अनुभव भी प्राप्त हुए हैं जिनके लेखकों का पता नहीं हैं

प्रस्तुत पुस्तक में भी ऐसा स्वरोदय सम्बन्धी बहुत सा साहित्य संग्रहीत कर दिया गया है।

आशा है साधकों का इससे हित होगा।

अनन्त श्री विभूषित पूज्यपाद राष्ट्रगुरू श्रीस्वामीजी महाराज
श्री पीताम्बरा-पीठ, दतिया (म.प्र.)



पीताम्बरा पीठाधीश्वर अनन्त श्रीविभूषित
श्री स्वामी जी महाराज, दतिया (म.प्र.)

क्र.	
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.	

अनुक्रमणिका

क्र.	विषय	पृ.सं.
1.	स्वरोदय	1
2.	स्वरों का वर्णन	2
3.	पंचतत्वों का वर्णन	4
4.	स्वर ज्ञान की रीति	5
5.	स्वरों के स्वामी, दिन और राशियां	7
6.	नक्षत्र	8
7.	उत्तर पश्चिम तालिका	9
8.	स्वरों में अच्छे काम करने का वर्णन :	10
	– चन्द्र स्वर	10
	– सूर्य स्वर	10
	– सुषुम्णा स्वर	11
9.	स्वरों का नियमित पालन	11
10.	स्वर वर्णन नक्शा	13
11.	नक्शा–1	14
12.	तत्व वर्णन	15
13.	नक्शा–2	16
14.	अन्तःकरण की चार प्रवृत्तियाँ (नक्शा–3)	17
15.	पञ्च ज्ञानेन्द्रिय (नक्शा–4)	17
16.	पञ्च कर्मेन्द्रिय (नक्शा–5)	17
17.	स्वरोदय शास्त्र और आरोग्यता	18
18.	स्वर बदलने की विधि	19
19.	गर्भाधान विधि	19
20.	यात्रा	21
21.	प्रश्नोत्तर विधि	23
22.	भविष्यफल	27
23.	प्रतिदिवस तत्वोदय ज्ञान तालिका	31
24	**स्वरोदय**	32
25.	फौज की लड़ाई की विधि	35
26.	नित्य उठने की विधि	37
27.	स्वर बदले की विधि	38

क्र.	विषय	पृ.सं.
28.	इन्द्र स्वरोदय	39
29.	चन्द्र कर्म	40
30.	सूर्ज कर्म	40
31.	पक्ष विचार	40
32.	संक्रान्त को भेदु	40
33.	अथ युद्ध कीवे की विधि	41
34.	आकाश तत्व के भेद	41
35.	अथ वायु तत्व	42
36.	अथ संवत्सर को प्रश्न	42
37.	अथ स्वासन की मरजादा	44
	अथ दीपक ज्ञान स्वरोदय	**45**
38.	श्री गणपति स्तुति	45
39.	अथ नृत्तकं छंद	45
40.	सोरठा	46
41.	नवल छंद	46
42.	सोरठा	47
43.	नाग स्वरूपिनी छन्द	47
44.	अरिल्ल	47
45.	दोहा	47
46.	ककुभाछन्द : पार्वत्युवाच	47
47.	श्री शिव उवाच	48
48.	अथ सिष्य लक्षनं	48
49.	नाड़ी वर्णन	48
50.	नाड़ी अस्थान	49
51.	नाड़ी देवता	50
52.	नाड़ी स्वर वर्णन	50
53.	तत्व वणंत्र	51
	द्वितीय प्रकाश–स्वरं कार्य वर्णन	52
54.	दोहा	52
55.	हरिगीतिका छन्द	52
56.	अथ चन्द्र स्वर	52
57.	अथ रवि स्वर	53

अनुक्रमणिका

क्र.	विषय	पृ.सं.
1.	स्वरोदय	1
2.	स्वरों का वर्णन	2
3.	पंचतत्वों का वर्णन	4
4.	स्वर ज्ञान की रीति	5
5.	स्वरों के स्वामी, दिन और राशियां	7
6.	नक्षत्र	8
7.	उत्तर पश्चिम तालिका	9
8.	स्वरों में अच्छे काम करने का वर्णन :	10
	– चन्द्र स्वर	10
	– सूर्य स्वर	10
	– सुषुम्णा स्वर	11
9.	स्वरों का नियमित पालन	11
10.	स्वर वर्णन नक्शा	13
11.	नक्शा–1	14
12.	तत्व वर्णन	15
13.	नक्शा–2	16
14.	अन्तःकरण की चार प्रवृत्तियाँ (नक्शा–3)	17
15.	पञ्च ज्ञानेन्द्रिय (नक्शा–4)	17
16.	पञ्च कर्मेन्द्रिय (नक्शा–5)	17
17.	स्वरोदय शास्त्र और आरोग्यता	18
18.	स्वर बदलने की विधि	19
19.	गर्भाधान विधि	19
20.	यात्रा	21
21.	प्रश्नोत्तर विधि	23
22.	भविष्यफल	27
23.	प्रतिदिवस तत्वोदय ज्ञान तालिका	31
24	**स्वरोदय**	32
25.	फौज की लड़ाई की विधि	35
26.	नित्य उठने की विधि	37
27.	स्वर बदले की विधि	38

क्र.	विषय	पृ.सं.
28.	इन्द्र स्वरोदय	39
29.	चन्द्र कर्म	40
30.	सूर्ज कर्म	40
31.	पक्ष विचार	40
32.	संक्रान्त को भेदु	40
33.	अथ युद्ध कीवे की विधि	41
34.	आकाश तत्व के भेद	41
35.	अथ वायु तत्व	42
36.	अथ संवत्सर को प्रश्न	42
37.	अथ स्वासन की मरजादा	44
	अथ दीपक ज्ञान स्वरोदय	**45**
38.	श्री गणपति स्तुति	45
39.	अथ नृत्तकं छंद	45
40.	सोरठा	46
41.	नवल छंद	46
42.	सोरठा	47
43.	नाग स्वरूपिनी छन्द	47
44.	अरिल्ल	47
45.	दोहा	47
46.	ककुभाछन्द : पार्वत्युवाच	47
47.	श्री शिव उवाच	48
48.	अथ सिष्य लक्षनं	48
49.	नाड़ी वर्णन	48
50.	नाड़ी अस्थान	49
51.	नाड़ी देवता	50
52.	नाड़ी स्वर वर्णन	50
53.	तत्व वणंत्र	51
	द्वितीय प्रकाश–स्वर कार्य वर्णन	52
54.	दोहा	52
55.	हरिगीतिका छन्द	52
56.	अथ चन्द्र स्वर	52
57.	अथ रवि स्वर	53

पृ.सं.	क्र.	विषय	पृ.सं.
39	58.	अथ सुषुमना (उभय) स्वर	54
40	59.	अथ नाड़ी स्वर	54
40	60.	अथ लग्न विचार	54
40	61.	अथ तिथि विचार	55
40	62.	अथ शुभ स्वर वर्णन	55
41	63.	अथ विपरीत स्वर वर्णन	55
41	64.	अथ स्वर फल वर्णन	56
42		**तृतीय प्रकाश–प्रश्न विचार**	**58**
42	65.	अथ जुद्ध प्रश्न	58
44	66.	अथ साधारण प्रश्न	59
45	67.	अथ तत्व विचार	59
45	68.	अथ रोगी प्रश्न	60
45	69.	अथ परदेसी प्रश्न	61
46	70.	अथ गर्भ प्रश्न	62
46	71.	अथ मन्दस्वर प्रश्न	63
47	72.	अथ जयाजय प्रश्न	63
47	73.	अथ शत्रुआगम प्रश्न	63
47	74.	अथ वर्षा प्रश्न	64
47	75.	अथ विष प्रश्न	65
47	76.	अथ कार्य प्रश्न	66
48	77.	अथ रोगी प्रश्न	66
48	78.	अथ गोप्य प्रश्न	66
48	79.	अथ स्वरदिशा विचार	67
49		**चतुर्थ प्रकाश–रतित्यादि विधि**	**68**
50	80.	अथ रति विधि	68
50	81.	अथ वशीकरण विधि	68
51	82.	अथ डर कौ उपाय	69
52	83.	अथ रोस कौ उपाइ	70
52	84.	अथ जिम्या स्थंमन विधि	70
52	85.	अथ उच्चाटन उथाटन विधि	71
52	86.	अथ अनुग्रह विधि	71
53	87.	अथ श्राप विधि	72

क्र.	विषय	पृ.सं.
	पचम प्रकाश–काल ज्ञान वर्णन	72
88.	दोहा	72
89.	छंद भुजंग प्रयास	72
90.	अथ काल ज्ञान	73
91.	अथ काल कौ उपाइ	75
	षष्ठम प्रकाश–योग साधना विधि	77
92.	दोहा	77
93.	चौपाई	77
94.	शिव उवाच	78
95.	पार्वत्युवाच	79
96.	श्री शिव उवाच	79
97.	अथ स्वर सिद्धि विधि	80
98.	पार्वत्युवाच	81
99.	अथ हंसानन विधि	81
100.	श्री शिव उवाच	81
101.	पार्वत्युवाच	81
102.	अथ अनाहद विधि	82
103.	श्री शिव उवाच	82
104.	पार्वत्युवाच	82
105.	अथ शब्द कर्म	82
106.	श्री शिव उवाच	82
107.	पार्वत्युवाच	83
108.	श्री शिव उवाच	83
109.	पार्वत्युवाच	83
110.	अथ खेचरी कर्म	83
111.	श्री शिव उवाच	83
112.	पार्वत्युवाच	84
113.	अथ सिद्धासन विधि	84
114.	श्री शिव उवाच	84
115.	कबीरौवाच	85
116.	कुछ उपयोगी सूचनायें	87
117.	चिरयौवन प्राप्ति का उपाय	91

❖❖❖

क्र.	विषय	पृ.सं.
58.	अथ सुषुमना (उभय) स्वर	54
59.	अथ नाडी स्वर	54
60.	अथ लग्न विचार	54
61.	अथ तिथि विचार	55
62.	अथ शुभ स्वर वर्णन	55
63.	अथ विपरीत स्वर वर्णन	55
64.	अथ स्वर फल वर्णन	56
	तृतीय प्रकाश–प्रश्न विचार	**58**
65.	अथ जुद्ध प्रश्न	58
66.	अथ साधारण प्रश्न	59
67.	अथ तत्व विचार	59
68.	अथ रोगी प्रश्न	60
69.	अथ परदेसी प्रश्न	61
70.	अथ गर्भ प्रश्न	62
71.	अथ मन्दस्वर प्रश्न	63
72.	अथ जयाजय प्रश्न	63
73.	अथ शत्रुआगम प्रश्न	63
74.	अथ वर्षा प्रश्न	64
75.	अथ विष प्रश्न	65
76.	अथ कार्य प्रश्न	66
77.	अथ रोगी प्रश्न	66
78.	अथ गोप्य प्रश्न	66
79.	अथ स्वरदिशा विचार	67
	चतुर्थ प्रकाश–रतित्यादि विधि	**68**
80.	अथ रति विधि	68
81.	अथ वशीकरण विधि	68
82.	अथ डर कौ उपाय	69
83.	अथ रोस कौ उपाइ	70
84.	अथ जिम्या स्थंमन विधि	70
85.	अथ उच्चाटन उथाटन विधि	71
86.	अथ अनुग्रह विधि	71
87.	अथ श्राप विधि	72

क्र.	विषय	पृ.सं.
	पंचम प्रकाश–काल ज्ञान वर्णन	72
88.	दोहा	72
89.	छंद भुजंग प्रयास	72
90.	अथ काल ज्ञान	73
91.	अथ काल कौ उपाइ	75
	षष्ठम प्रकाश–योग साधना विधि	77
92.	दोहा	77
93.	चौपाई	77
94.	शिव उवाच	78
95.	पार्वत्युवाच	79
96.	श्री शिव उवाच	79
97.	अथ स्वर सिद्धि विधि	80
98.	पार्वत्युवाच	81
99.	अथ हंसानन विधि	81
100.	श्री शिव उवाच	81
101.	पार्वत्युवाच	81
102.	अथ अनाहद विधि	82
103.	श्री शिव उवाच	82
104.	पार्वत्युवाच	82
105.	अथ शब्द कर्म	82
106.	श्री शिव उवाच	82
107.	पार्वत्युवाच	83
108.	श्री शिव उवाच	83
109.	पार्वत्युवाच	83
110.	अथ खेचरी कर्म	83
111.	श्री शिव उवाच	83
112.	पार्वत्युवाच	84
113.	अथ सिद्धासन विधि	84
114.	श्री शिव उवाच	84
115.	कबीरौवाच	85
116.	कुछ उपयोगी सूचनायें	87
117.	चिरयौवन प्राप्ति का उपाय	91

❖❖❖

स्वरोदय-विज्ञान

...

स्वरोदय

स्वर+उदय–स्वरोदय। स्वर के नियमपूर्वक चलाने की विद्या को स्वरोदय कहते हैं। यह अत्यन्त प्राचीन और प्रतिष्ठत विज्ञान है। संसार की विद्याओं का यह केन्द्र है। जिन प्रश्नों का बड़े–बड़े तत्त्वज्ञ और भिन्न–भिन्न धर्म यथोचित उत्तर नहीं दे सकते उनका यह शीघ्र ही समाधन कर सकता है। हिन्दू शास्त्र के अनुसार संसार पांच तत्वों से बना है, अर्थात् मूल तत्व पांच तत्वों में बँटने के पश्चात् सृष्टि की उत्पत्ति का कारण हुआ है। इनसे ही पांच तत्वों का भली–भांति ज्ञान होने से मनुष्य सृष्टि के रहस्य को समझ सकता है। श्री महादेव जी ने इस विद्या का वर्णन पार्वती से किया। जिस प्रकार हिन्दू शास्त्र के अन्तर्गत अनेक मतमतान्तरों एवं भिन्न–भिन्न विद्याओं के कर्ता महादेव जी माने गये हैं, उसी प्रकार स्वरोदय शास्त्र का प्रथम ज्ञान भी शिव–पार्वती सम्वाद के नाम से शिव–स्वरोदय में वर्णित हैं।

३०० वर्ष पूर्व इसके प्रख्यात ज्ञाता श्री चरणदासजी ने हिन्दी भाषा में इसको कविता का रूप प्रदान किया। कहते हैं कि श्री व्यास पुत्र शुकदेवजी ने स्वयं चरणदासजी को इसका ज्ञान कराया था।

इस समय यह विद्या लुप्त हो रही है। लोगों का विश्वास इससे हट रहा है। परन्तु तब भी जो लोग इससे जरा भी परिचित है। वे इसके रहस्य को खूब जानते हैं। उनकी श्रद्धा को किसी प्रकार का तर्क खण्डित नहीं कर सकता। चरणदास जी का कथन है :–

सब योगन को योग है, सब ज्ञानन को ज्ञान।
सर्व सिद्धि की सिद्धि हैं, तत्व सुरन कौ ध्यान।।

इस विद्या को जानने वाले तीनों काल का हाल बता सकते हैं, जो इस विद्या से खूब परिचित हैं वे अपनी मृत्यु अथवा बीमारी का हाल पहले ही मालूम कर लेते हैं। इसके अनुसार जो कार्य किया जाता है वह कभी विफल नहीं होता :—

धरनि टरै गिरिवर टरै, टरै जगत सुन मीत।
वचन स्वरोदय ना टरै, कह मुरली सुत रणजीत।

स्वरो का वर्णन

स्वर तीन हैं— दाहिना (पिङ्गल स्वर), बायां (इडा स्वर) और सुषुम्णा। इडा, पिङ्गला, सुषुम्णा—तीन नाड़ियों और इन्ही के नाम से तीन प्रकार के स्वर प्रसिद्ध हैं। इडा शरीर के बायीं और फैली हुई है इसे चन्द्र—नाड़ी कहते हैं। पिङ्गला शरीर के दाई ओर है, इसे सूर्य नाड़ी कहते हैं, सुषुम्णा नाड़ी शरीर के बीचों—बीच है। सूर्य—चक्र इसी के आधार पर स्थित है।

श्वास कभी दाहिनी नथने से ज्यादा जोर से निकलता है, कभी बायें से, कभी दोनों नासिकाओं में बराबर निकलता है। यदि स्वर बायीं नासिका से ज्यादा आवे तो उसे इड़ा स्वर या चन्द्र स्वर कहते हैं। यदि श्वास दाहिनी नासिका से अधिक आवे तो उसे पिङ्गला या सूर्य स्वर कहते हैं। यदि श्वास दोनों नासिकाओं से बराबर निकलता है तो उसे सुषुम्णा स्वर कहते हैं।

इड़ा पिङ्गला सुषुम्णा—नाड़ी तीन विचार।
दाहिने बायें स्वर चले—लखें धारना धार।

इस विद्या में चन्द्रमा को अधिष्ठात्री माना गया है। सब प्रकार की

गणना यहीं से की जाती। शुक्ल पक्ष से सब कार्यारम्भ होता है।

शुक्ल पक्ष के आदि ही, तीन तिथि लग चन्द।
फिर सूरज फिर चन्द्र है, फिर सूरज फिर चन्द।
कृष्ण पक्ष के आदि में, तीन तिथि लग भान।
फिर चन्दा फिर भान है, फिर चन्द फिर भान।।

शुक्ल पक्ष अर्थात् चाँदनी रात की पहली तिथि को निरोगी मनुष्य का सूर्योदय के समय चन्द्र स्वर चलता रहेगा। इसी प्रकार लगातार तीन दिन तक ऐसा रहेगा। यह दशा पाँच घड़ी तक रहती है। बाद में स्वर बदल जाता है।

कृष्ण पक्ष में लगातार तीन दिन तक अर्थात् प्रथमा, द्वितीया और तृतीया की सूर्योदय के समय सूर्य स्वर चलेगा। तीन दिन के बाद सवेरे स्वर बदल जाया करता है। नीचे के नक्शे से यह बात भलीभाँति समझ में आ जावेगी :—

प्रातः काल का समय सूर्योदय से लेकर ५ घड़ी तक —

दाहिना (सूर्य)	वाँया (चन्द्र)
कृष्ण पक्ष -	
१, २, ३, ७, ८, ६	४, ५, ६, १०, ११, १२
१३, १४, १५	
शुक्ल पक्ष -	
४, ५, ६, १०, ११, १२	१, २, ३, ७, ८, ६,
	१३, १४, १५

पाँच घड़ी समाप्त होने पर स्वर आप से आप बदल जाता है। यह दशा

केवल स्वस्थ मनुष्यों की होती है। यदि शरीर में कुछ गड़बड़ है तो निःसंदेह स्वर में कुछ फर्क पड़ जावेगा। यदि पक्ष के आरम्भ में लगातार तीन दिन तक स्वर उल्टा चले तो प्रायः १५ रोज तक शरीर में एक न एक नयी व्याधि सताया करती है। यदि कोई मनुष्य केवल स्वर ठीक कर सके तो कम से कम बहुत बीमार न रहेगा और यदि बीमारी रहेगी तो बहुत ज्यादा जोर न करेगी।

पंच-तत्वों का वर्णन

आकाश, वायु, अग्नि, पृथ्वी और जल–ये पाँच तत्व हैं। हर एक नासिका–नथने से एक स्वर पाँच घड़ी तक चलता है, फिर दूसरी नासिका–नथने से चलने लगता है। जब स्वर चलता है, तो उसमें तत्व भी एक–एक घड़ी के हिसाब से चलते हैं, सबसे पहिली घड़ी में वायु तत्व चलता है, फिर क्रमानुसार अग्नि, पृथ्वी और जल तत्व चला करते हैं। वायु तत्व इस प्रकार नहीं चलता। वह हर एक तत्व के साथ थोड़ी–थोड़ी देर चलकर अपनी एक घड़ी पाँच घड़ी में से ले लेता है, इस तरह कुल २४ घण्टों में अर्थात् ६० घड़ी में पाँच तत्व १२ वार बदलते हैं। यह तो हुई दशा अलग अलग तत्वों की, इन पाँचों तत्वों के मेल से हर एक के पाँच भाग हो जाते हैं। उदाहरण के लिए वायु तत्व कीजिये :–

प्रथम – वायु में वायु
द्वितीय – वायु में अग्नि
तीसरे – वायु में पृथ्वी
पाँचवें – वायु में आकाश

यह बात गणित से भली भाँति मालूम हो सकती है परन्तु स्वरोदय के अभ्यासी को गणित करने की कोई आवश्यकता नहीं है: क्योंकि प्रत्येक तत्व

का रंग उसको हर वक्त दीखता रहता है। प्रत्येक तत्व के रंग, स्वाद, रूप चाल आदि का नक्शा नीचे दिया जाता है :–

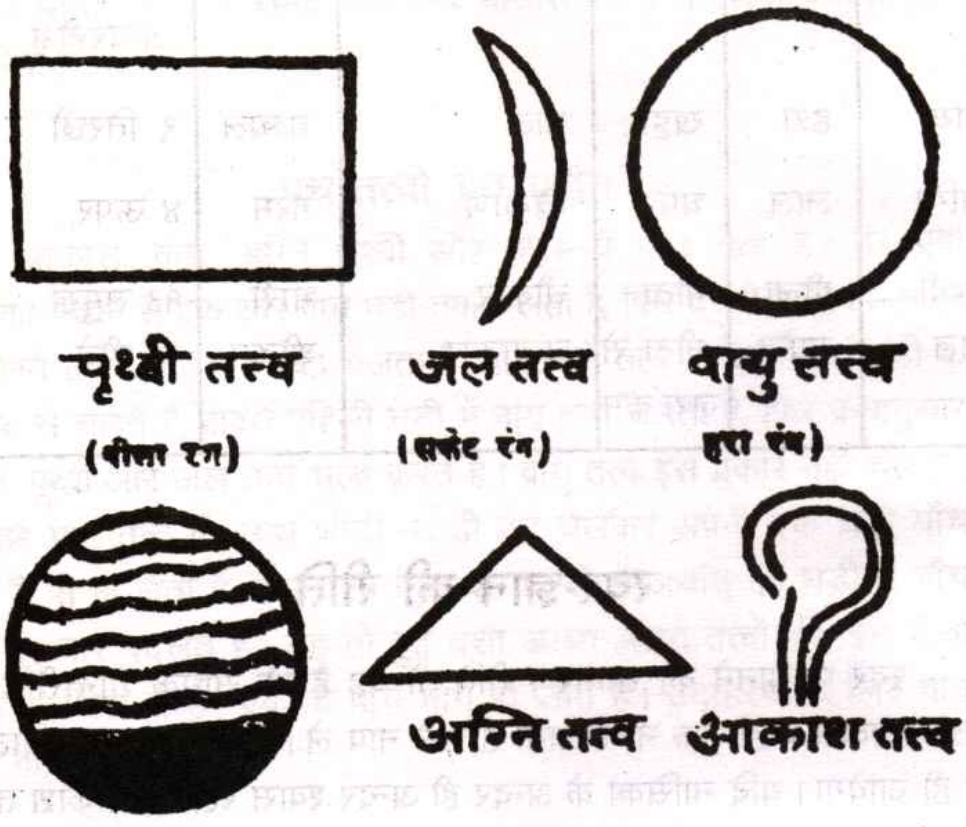
नाम तत्व	रंग	स्वाद	स्वरूप	स्वभाव	चाल
आकाश	काला	कडुवा	कान के सामान	शीतल	१ अंगुल अन्दरहीअं
वायु	हरा	खट्टा	गोल	चञ्चल	९ तिरछी
अग्नि	लाल	चर्परा	त्रिकोण	गरम	४ ऊपर,,,
पृथ्वी	पीला	मीठा	चौकोर	भारी	१३ समुख
जल	सफेद	मीठा से जरा कम	चन्द्राकार	शीतल	१६ नीचे

स्वर-ज्ञान की रीति

स्वर पहचानने की साधारण रीति तो यह है कि साधक शान्तरीति से बैठकर श्वास कहाँ तक नीचे जाता है उसे नाप ले। साधारणतः तत्व मालूम हो ही जावेगा। यदि नासिका के अन्दर ही अन्दर श्वास रहे, तो आकाश तत्व जाने। ४ अंगुल बाहर आवे तो अग्नि तत्व–८ अंगुल बाहर आवे तो वायु तत्व, १२ चंगुल बाहर आवे तो पृथ्वी तत्व, १६ अंगुल बाहर आवे, तो जल तत्व समझना चाहिए।

इसकी एक दूसरी विधि भी हैं। एक आइना या दर्पण को साफ करके उस पर जोर से श्वास मारो ताकि दर्पण श्वास की भाप से धुधंला हो जाये, फिर देखो कि इस धुंधलेपन का क्या स्वरूप होता है।

यदि चार कोने बराबर हैं, तो पृथ्वी तत्व जानो, अर्द्ध चन्द्राकार है तो जलतत्व। यदि आकृति गोल हो तो वायु तत्व चलना जानो। यदि आकृति त्रिकोण है, तो अग्नि तत्व चलता जानो और यदि आकृति कान (कर्ण) की हो, तो आकाश तत्व चलता जानो।



तत्व पहचानने की एक सरल विधि और भी है। पाँच गोली पाँच तत्वों के रंग की बनवालें। सदा उनको अपने जेब में रक्खें। जब कभी आपकी इच्छा यह जानने की हो कि कौन सा तत्व चल रहा है तो आंखें बन्द करके और मन को एकाग्र करके जेब में से एक गोली निकाल लें। बहुधा उसी रंग की गोली निकलेगी, जिस रंग का तत्व उस समय चल रहा होगा। यदि नेत्र बन्द कर लिये जावें तो अंधेरे में जो रंग दिखाई देता है – उसका ध्यान पूर्वक देखने से भी तत्व को पहचान हो सकती है। परीक्षा के लिये अपने किसी मित्र से कहे कि, कोई रंग वह अपने मन में ले ले। अब तुम यह पता लगाओ कि तुम्हारा कौन सा तत्व चल रहा है। जो तत्व चल रहा होगा वही रंग उसने अपने मन में लिया होगा। पहले पहल गलती अवश्य होगी, परन्तु अभ्यास से ठीक रंग का पता लग जावेगा। अभ्यास से यह बतलाना, कि अमुक मनुष्य ने आज क्या खाया है, मामूली बात हो जाती है।

स्वरों के स्वामी, दिन, और राशियां

स्वरों का सम्बन्ध राशि, नक्षत्र और दिन, तीनों से है। प्रश्न पूछने के समय वह बहुत काम आता है। इडा स्वर का स्वामी चन्द्रमा है –यह स्थिर है। पिङ्गला स्वर का स्वामी सूर्य है– यह चर है। सुषुम्णा चर और स्थिर दोनों स्वभाव अपने में रखता है। इडा, शीतल, पिङ्गला गर्म और सुषुम्णा सम–शीतल है। इडा का स्वामी, कई हिन्दू ग्रंथकारों ने ब्रह्मा, पिंगला का शिव ओर सुषुम्णा का विष्णु लिखा है। सोमवार बुधवार, बृहस्पतिवार और शुक्रवार चन्द्र स्वर के दिन है। शनि, रवि, मंगल,–ये सूर्य स्वर के दिन हैं।

मंगल अरु इतवार दिन और शनिश्चर लीन।
शुभकारज को मिलते हैं सूरज के दिन तीन।।
सोमवार शुक्कर भलौ, दिन बृहस्पति को देख।

चन्द्र योग में सफल हैं, चरणदास कह शेष।।

इडा स्वर या चन्द्र स्वर की दिशाएं हैं– दक्षिण और पश्चिम। पिंगला स्वर या सूर्य स्वर की दिशाएं हैं – पूर्व और उत्तर। इडा स्वर की लग्न हैं – वृष, सिंह, वृश्चिक, कुम्भ। पिंगला स्वर की मेष, कर्क, तुला, मकर और सुषुम्णा स्वर की मिथनु, कन्या, धनु और मीन हैं :–

सूर्य स्वर	मेष	कर्क	तुला	मकर
चन्द्र स्वर	वृष	सिंह	वृश्चिक	कुम्भ
सुषुम्णा स्वर	मिथुन	कन्या	धनु	मीन

कर्क मेष, तुला, मकर चारों चरती राश।
सूरज सों चारों मिलत, चर कारज प्रकाश।।

मीन, मिथुन, कन्या, कहीं, चौथी औ धन मीन।
द्विस्वभाव का सुषुम्णा, मुरली सुत रणजीत।

वृश्चिक, सिंह, वृष, कुम्भ, युत बायें स्वर के संग।
चन्द्र योग को मिलत हैं, थिर कारज परसंग।।

नक्षत्र

इडा स्वर के नक्षत्र ये हैं :–

अश्लेषा, मघा, पूर्वाफाल्गुनी, उत्तरा फाल्गुनी, हस्त, चित्रा, स्वाति, विशाखा, अनुराधा, ज्येष्ठा मूल और पूर्वाषाढ़।

पिंगला स्वर के नक्षत्र ये हैं –

अश्विनी, भरणी, कृत्तिका, उत्तरषाढ़ अभिजित, श्रवण, घनिष्ठा, शतमिषा, पूर्वाभाद्रपद रेवती और रोहिणी।

सुषुम्णा स्वर के नक्षत्र ये हैं :–
मृगशिर, आर्द्रा, पुनर्वसु और पुष्य।

उत्तर-पश्चिम-तालिका

नाम स्वर	पिंगला	इडा	सुषुम्णा
प्रसिद्ध नाम	सूर्य	चन्द्र	दोनों
स्वभाव	चर	स्थिर	द्वि स्वभाव
प्रभाव	गर्म	शीतल	द्वि स्वभाव
देवता	शिव	ब्रह्मा	विष्णु
पक्ष	कृष्ण	शुक्ल	
दिन	शनि रवि मंगल	बु, बृ, शु, सोम	
दिशा	पूर्व–उत्तर	दक्षिण, पश्चिम	
तत्व	अग्नि वायु	जल, पृथ्वी, आकाश	
शरीर के अनुसार			
दिशा	नीचे, पीछे, दाहिने	ऊपर, बायें, सामने	
लग्न	मेष कर्क तुला मकर	वृष, सिंह वृश्चिक कुम्भ	मिथुन, कन्या मीन, धनु
नक्षत्र	उत्तराषाढ़ अभिजित् श्रवण,घनिष्ठा शतभिषा पूर्वाभाद्रपद	उ.फा, हस्त चित्रा स्वाती, विशाखा ज्येष्ठा, मूल, पूर्वाषाढ़, अनुराधा	मृगशिरा आर्द्रा पुनर्वसु, पुष्य
संख्या	१,३,५,७,९,११, इत्यादि	२,४,६,८,१०,१२ इत्यादि	

स्वरों में अच्छे काम करने का वर्णन

चन्द्र-स्वर

चन्द्र–स्वर में वे काम करना चाहिए जो स्थायी हों और जिनमें कुछ परिश्रम और प्रबन्ध की आवश्यकता हो। जैसे–मकान बनाना, बाग लगाना, कुआँ खुदवाना, तालाब बनवाना, दूर देशों की यात्रा करना, नये आश्रम में प्रवेश करना, मकान बदलना, विवाह करना, आभूषण पहनना, सामान इकट्ठा करना, दान देना, औषधि खाना, हाकिम से मिलने जाना, व्यापार करना, मित्रों से मिलना, सवारी–हाथी घोड़े मोल लेना, दूसरों की भलाई करना, गाना, नाचना, बाजा बजाना, एक स्थान से दूसरे स्थान पर रहने जाना, पानी पीना, पेशाब करना, धन एकत्र करना, बीज बोना, विद्यारम्भ करना, घर की नींव रखना, गांव खरीदना, दुकान खोलना, किसी की सिफारिश करना, किसी देश पर अधिकार करना, दक्षिण या पश्चिम की यात्रा करना, प्रेम करना, प्रार्थना करना, राज पर बैठना और नौकरी पर पहले दिन जाना इत्यादि।

साथ ही तत्व का ख्याल भी रहे। यदि चन्द्र स्वर में जल या पृथ्वी तत्व चलता हो तो काम उसी क्षण पूरा होगा।

सूर्य-स्वर

सूर्य स्वर में इनसे भी कठिन कार्यारम्भ करने चाहिये। जैसे कठिन विषयों का पढ़ना, जहाज आदि पर बैठना, शिकार खेलना, ऊंचे मकान या सवारी पर चढ़ना, लिखना, लेन–देन करना, कुश्ती लड़ना, सोना, जुआ खेलना, समुद्र यात्रा करना, नहाना, भोजन करना, शौचादि को जाना, युद्ध करना, शस्त्र विद्या सीखना, बीमार का इलाज करना, स्वरोदय का साधन करना, शत्रु पर चढ़ाई करना या उसके घर जाना, किसी स्थान को गिरा देना, पूर्व और उत्तर की यात्रा करना, कर्जा देना या लेना इत्यादि इत्यादि।

सुषुम्णा स्वर

सुषुम्णा–स्वर के चलते समय कोई संसारी कार्य नहीं करना चाहिए। यदि कोई कार्य किया जावे तो वह कभी भी ठीक न होगा। इस समय हरिकीर्तन, योगाभ्यास, सोहं का जप आदि करना चाहिए। इस समय का किया हुआ योग साधन बहुत अधिक प्रभाव रखता है। इसका मुख्य कारण यह है कि सुषुम्णा स्वर के चलते समय शरीर की सब नाड़ियाँ और सब चक्र कुछ विकसित हो जाते हैं। सूर्य चक्र की ग्रन्थि भी अभ्यास से दिखने लगती है।

इसी प्रकार यह भी ध्यान रहे कि तत्व का प्रभाव स्वर से अधिक पड़ता है। पृथ्वी तत्व में वे काम करने चाहिए जो कि परिश्रम और दृढ़ता चाहते हैं। जल तत्व में जल्दी के काम करने चाहिए। अग्नि तत्व में अत्यन्त क्लिष्ट और मेहनत के काम करने चाहिए। वायु तत्व और आकाश तत्व के काम प्रायः निष्फल होते हैं। वायु तत्व में शत्रु को हानि पहुंचा सकते हैं और आकाश तत्व में योग साधन कर सकते हैं।

स्वरों का नियमित पालन

स्वरों के नियमित पालन से शारीरिक और मानसिक दोनों उन्नति हो सकती है। प्रातःकाल उठकर यह देखें कि, आज कौन दिन है? पक्ष कौन सा है? तिथि कौन सी ही? कृष्ण पक्ष में तीन तिथियों तक दाहिना स्वर प्रातः काल पाँच घड़ी तक चलता है, बाद में बायाँ हो जाता हैं। यदि दिन, तिथि और पक्ष समान हो तो दिन अच्छी तरह से बीतेगा। कोई भी दुर्घटना नहीं होगी। तीन दिन तक लगातार नियमपूर्वक स्वर और तत्वों के चलने से पक्ष बहुत अच्छा बीतता है।

इस शास्त्र के आचार्यो ने अपने अनुभव से बतलाया है कि यदि सूर्य के स्थान में चन्द्रमा की चाल हो तो पहले दो घण्टों में चिन्ता और शोकयुक्त घटना होवे; दूसरे दो घण्टों में धन की हानि तीसरे में यात्रा, चौथे में हानि

पांचवे में पदच्युत होना, छठवें में रञ्ज, सातवें में बीमारी से कष्ट, आठवें में पीड़ा या मृत्यु। यदि प्रातःकाल सूर्य स्वर चले तो निराशा से आशा का प्रादुर्भाव होवे। इसके विपरीत निराशा व कष्ट हो। यदि किसी प्रकार का दुःख या सन्ताप हृदय को पीड़ा दे रहा हो तो चन्द्र स्वर चलावे। इससे प्रशंसा हो जावेगी।

दिन को तो चन्दा चले, चले रात को सूर।
यह निश्चय कर जानिए, प्राण गमन है दूर।।

अर्थात्–दिन को चन्द्र स्वर चलावे और रात को सूर्य–स्वर जो ऐसा साधन करता है, उसकी असामयिक मृत्यु नहीं होती। केवल भोजन करते समय बराबर आधे घण्टे तक सूर्य स्वर चलावे और रात्रि को पानी पीते वक्त पन्द्रह मिनट तक चन्द्र स्वर रक्खे।

सूक्ष्म भोजन कीजिये, रहिये या पड़ सोय।
जल थोड़ा सा पीजिये, बहुत बोल मत खोय।

भोजन के उपरान्त पहले आठ श्वास सीधे अर्थात् चित्त लेटकरर लें, पुनः १६ श्वास दाहिने करवट होकर लें, पुनः ३२ श्वास बायें करवट होकर लें। इस तरह करने से बहुत सी बीमारियां भाग जाती हैं।

यदि किसी मनुष्य ने जहर खा लिया है, तो चाहिए कि चन्द्र स्वर और जल तत्व शीघ्र ही चला दे। जहर का कुछ भी असर न हो सकेगा। यदि पृथ्वी और जल तत्व अधिक चलें तो द्रव्य मिले और स्वास्थ्य अच्छा रहें। यदि वायु तत्व चले तो विपत्ति, ज़ेरबारी, अग्नि से मृत्यु और आकाश से हानि होती है।

यदि चन्द्रमा स्वर हो और पृथ्वी या जल तत्व अधिक चले तो स्वास्थ्य अच्छा रहे और द्रव्य की प्राप्ति हो। यदि बहुत से लोग एकत्र बैठे हों और वायु तत्व एकाएकी चलने लगे तो समझ लो कि कोई मनुष्य जाना चाहता है। कह दो, जो जाना चाहता है, वह सहर्ष जा सकता है।

स्वर वर्णन

नाम नाडी व प्रकृति	नाम नाडी जिसमें स्वर बहता है व प्रकृति व पक्ष जिस नाड़ी का है	नाम दिन जो स्वरसे संबंध रखते हों	स्वर चलाने का समय	दिशाएं प्रश्नादिक के लिए
इडा (स्थिर कार्य)	इडा व चन्द्रमा बाएँ स्वर का नाम है। प्रकृति शीतल है शुक्ल पक्ष में १५ दिन इसकी प्रधानता है। सवा घण्टे तक एक एक नाड़ी का प्रमाण है क्रम से इसमें पांचों तत्व बहते हैं।	बुधवार बृहस्पतिवार शुक्रवार सोमवार	दिन को चलाने से आयु बढ़े	बायें ऊपर सामने
पिङ्गला (चर कार्य)	पिंगला व सूर्य दाहिने स्वर का नाम है। कृष्ण पक्ष में १५ दिन इसकी प्रधानता है।	रविवार शनिवार मंगलवार	दिन को चलाने से आयु घंटे रात्रि को चलाना उचित है।	दाहिने नीचे पीछे

सुषुम्णा द्विस्वभाव — योगाभ्यास, हरिकीर्तन, जप, परोपकार

नक्शा - १

<table>
<tr><th>लग्न या राशि</th><th>यात्रा की दिशाएं स्वरानुसार</th><th colspan="3">कालज्ञान</th><th>शुभ कार्यों का वर्णन जो स्वरों में किये जाते हैं</th></tr>
<tr><td>वृष, कर्क
कन्या

वृश्चिक
मकर

मीन</td><td>पश्चिम
दक्षिण</td><td colspan="3">चार, आठ,बारह या बीस दिन चले तो योगी की आयु बढ़ें</td><td>ब्याह करना, दान देना, तीर्थ करना वस्त्र या भूषण बनवाना या पहनना, घर जाना, पुस्तक लेना, योगाभ्यास करना, प्रीति करना, औषधि देना, पानी पीना, दीक्षा मन्त्र लेना–देना, बाग या गुफा बनवाना, अन्न बोना इत्यादि</td></tr>
<tr><td rowspan="3">मेष, सिंह

तुला, कुंभ
मिथुन
धन</td><td rowspan="3">पूर्व

उत्तर</td><td>८ पहर</td><td>१६ पहर</td><td>२ दिन</td><td rowspan="3">शुद्ध करना, भोजन करना, स्नान करना, मैथुन करना, विवाह करना, हाथी, घोड़ा या हथियार लेना, विद्या पढ़ना, मंत्र जपना, ध्यान करना, कर्ज, देना–लेना।</td></tr>
<tr><td>३ वर्ष</td><td>२ वर्ष</td><td>१ वर्ष</td></tr>
<tr><td colspan="2">१६ दिन चले</td><td>१ मास</td></tr>
<tr><td colspan="2">१ मास</td><td>२ दिन</td><td></td></tr>
</table>

के काम करना

तत्व वर्णन

नाम तत्व	रंग	चाल	तत्व का स्वाद	प्रकृति	स्थान
आकाश	काला	दोनों नासिकाओं के भीतर	बुरा फीका	स्थिर	सिर में
अग्नि	लाल	४ अगुल नासिका के बाहर आवे ऊपर होकर	चरपरा	तप्त	पित्त
वायु	हरा	८ अंगुल तिरछा चले	खट्टा	चर	नाभि में
पृथ्वी	पीला	१२ अंगुल नासिका से बाहर	मीठा	कठिन	नाभि के ऊपर
जल	श्वेत	१६ अंगुल	कम मीठा	शीतल	मगज

नक्शा -२

द्वार	कार्य	एक एक तत्व के पञ्च किरण का परिणाम जिससे शरीर में क्रियाएं होती हैं।	टीका
कान	शब्द	काम, क्रोध, लोभ, मोह मत्सर	स्वरोदय शास्त्र के अनुसार सब कृत्व तत्वों के अनुसार होते हैं और आत्मा का निर्लेप होता है।
नेत्र	देखना	भूख, प्यास, नींद, आलस, जम्हाई	
दोनों नासिका	सूंघना	दौड़ना, उछलना, हिलना, बढ़ना आदि	
मुख	भोजन करना	मांस, चर्म, हड्डी–नाड़ी रोम आदि	
लिङ्ग	मैथुन कार्य	खून, मूत्र, कफ, पसीना	

अन्तःकरण की चार प्रवृत्तियाँ (नक्शा-३)

नाम	मन	चित्त	बुद्धि	अहंकार
देवता	चन्द्रमा	विष्णु	ब्रह्मा	रुद्र
कार्य	संकल्प विकल्प	चित्तमान	निश्चय करना	ममता 'मैं तू' का सम्बन्ध

पञ्च ज्ञानेन्द्रिय (नक्शा-४)

श्रवण	त्वचा	नेत्र	रसना	नासिका
दिक्पाल	पवन	सूर्य	वर्ण	अश्विनी कुमार
शब्द	स्पर्श	रूप	रस	गंध
आकाश	पवन	अग्नि	जल	पृथ्वी

पञ्च कर्मेन्द्रिय (नक्शा -५)

वाक्य	हस्त	पाद	लिङ्ग	गुदा
अग्नि	इन्द्र	उपेन्द्र	प्रजापति	यम
बोलना	लेना–देना	चलना	रतिभोग	मल त्याग
आकाश	पवन	अग्नि	जल	पृथ्वी

स्वरोदय शास्त्र और आरोग्यता

इस विद्या का अभ्यासी बहुत ही स्वस्थ रह सकता है। वह दूसरों की बीमारी भी दूर कर सकता है। तत्त्व और स्वर इनके विपरीत चलने से ही बीमारी होती है। और बीमारी होने से ये विपरीत चलने लगते हैं। यदि तत्त्व और स्वर समय पर चलें तो कोई बीमारी नहीं हो सकती। यदि जरा भी भेद मालूम हो, तो जान लो कि बीमारी का प्रवेश हो गया है। उसी समय स्वर को ठीक करने का प्रयत्न करो इससे एकदम तो बीमारी नष्ट न हो जावेगी परन्तु कम अवश्य होगी। साधारण बीमारी तो इसी से दूर हो जावेगी। यदि स्वर और तत्त्व ठीक चल रहे हों, तो उनको कभी भी नहीं बदलना चाहिए। स्वरों में चन्द्र स्वर और तत्त्वों में जल और पृथ्वी स्वास्थ्य के लिये बहुत ही लाभदायक सिद्ध हुए हैं। आकाश तत्त्व मृत्युकारी है। अग्नि और वायु का भी जहाँ प्रवाह अधिक होगा,, वहाँ बीमारी अधिक होगी।

सूर्यस्वर गर्म और चन्द्रस्वर ठण्डा है। इसलिये यदि कोई बीमारी शनि के कारण है, तो इसके लिये सूर्यस्वर लाभदायक हे। इसी प्रकार गर्मी के कारण जो जो बीमारियाँ होती हैं, उनके लिये चन्द्रस्वर लाभदायक है। साथ साथ तत्त्वों का भी ध्यान रक्खा जावे।

स्वर बदलने की विधि

पहली विधि -

जो स्वर चलाना चाहो, उसके विपरीत करवट बदल कर लेट जाओ। थोड़ी देर में स्वर बदल जावेगा। उदाहरणार्थ यदि सूर्य स्वर चल रहा है और चन्द्र चलाना है तो दाहिना करवट लेट जाओ।

दूसरी विधि -

पुरानी रुई की बत्ती बनाकर नासिका में लगा दो। जो स्वर चलाना हो, उसे ही खुला रक्खो।

तीसरी विधि -

लेट कर तीसरी पसली के पास तकिया दवा दो। बहुत शीघ्र स्वर बदल जाता है।

चौथी विधि-

एकाएक दौड़ने से या परिश्रम या कसरत करने से भी स्वर बदल जाता है। बीमार को भी इसी नियम का पाबन्द बनावे। बहुत शीघ्र औषधि का सुपरिणाम मालूम होगा और बीमारी भाग जावेगी।

गर्भाधान विधि

इस विषय में विद्या का अभ्यासी अपने और दूसरों के लिए बहुत कुछ कर सकता है। हजारों मनुष्य चाहते हैं कि वे सन्तान का मुख देख सकें। हजारों पूजा–पाठ बैठाते हैं। कोई–कोई तो इसी धुन में अपनी प्रतिष्ठा भी खो देते हैं और धन भी गंवाते हैं; परन्तु उनको आशातीत सफलता नहीं होती; किन्तु इसका अभ्यासी इस विषय में बहुत कुछ कर सकता है।

स्त्री सम्भोग केवल रात्रि के समय जबकि भोजन अच्छी तरह से पच जावे–होना चाहिए। दोनों हर तरह से प्रसन्नचित्त हों। दूसरे किसी समय में, स्त्री का संसर्ग ही नहीं होना चाहिए। प्रातःकाल के संभोग से शक्ति व्यर्थ ही नष्ट होती है। संभोग के समय पुरुष का स्वर सदा सूर्य चलना चाहिए। चन्द्रस्वर में गर्भ रहना असम्भव है। सूर्यस्वर के साथ तत्त्व का भी ख्याल रहे।

जल पृथ्वी के योग में, गर्भ रहे सो पूत।
वायु तत्व में छोकड़ी, और सूत के सूत।।
पृथ्वी तत्व में गर्भ जो, बालक होवे भूप।
धन्वन्ता सोइ जानिये, सुन्दर होय स्वरूप।।

जल और पृथ्वी तत्व में यदि गर्भ रह जावे, तो लड़का होता है – वह भाग्यवान् तथा सदाचारी होता है। यदि वायु तत्व में स्वर चले तो लड़की होती है। आकाश तत्व में गर्भ रहते ही यदि लड़का पैदा होवे, तो उसकी माता की मृत्यु हो जावे। इस तत्व में एक तो गर्भ ही बहुत कम रह सकता है। अग्नि तत्व में गंर्भ रहता नहीं, यदि रहा तो गर्भपात का और स्त्री के मरने का भय रहता है। सूर्यस्वर में लड़का और चन्द्रस्वर में लड़की पैदा होती है। गर्भ उसी समय रहता है, जबकि स्त्री का चन्द्रस्वर चलता हो और मर्द का दाहिना सूर्य स्वर। यह सबसे अच्छा समय है। तत्व साथ में पृथ्वी या जल होवे। यदि स्त्री बाँझ है या और कोई खराबी है, तो लिखा है कि यदि पुरुष अपना दाहिना स्वर करे और स्त्री का बाँया और दोनों का तत्व जल हो, तो बाँझ को भी गर्भ रह सकता है।

स्वर इच्छानुसार बदल सकता है। तत्व इच्छा और धारणा शक्ति से बदल सकता है। अभ्यासी के लिए, जिसने स्वर को और तत्वों को वशीभूत किया है, यह अति साधारण बात है। वह अपने और दूसरे के ऊपर जो चाहे स्वर और तत्व बदल सकता है। ज्यों ही तत्व का ध्यान किया कि वह बदल जाता है।

इस सम्बन्ध में हिन्दुस्तान के प्राचीन आचार्यो ने और बहुत सी बातें बतलाई हैं, परन्तु उनका सम्बन्ध स्वरोदय से नहीं है। लेकिन कुछ एक ऐसी आवश्यक बातें है जिन से अभ्यासी को बहुत कुछ सरलता होगी। यदि शुक्ल पक्ष में गर्भ रहे तो लड़की नहीं तो लड़का। कृष्ण पक्ष में लड़की होती है। यदि २, ४, ६, ८, १२, १४, १६ इत्यादि दिनों में संभोग किया जावे, तो लड़का और यदि १, ३, ५, ७, ९, ११, १३, १५ दिनों अर्थात् तिथियों में संभोग किया जावे तो लड़की होती है।

यदि पुरुष स्त्री की अपेक्षा बलवान् है तो लड़का होगा – अन्यथा लड़की। चाहिए कि इन सब बातों को मिलाकर काम लिया जावे, तो इच्छानुसार लड़का लड़की उत्पन्न हो सकते हैं।

(पृष्ठ ३१-३२ भी देखें)

यात्रा

दाहिने स्वर में जाइये, पूरब उत्तर राज।
सुख सम्पत्ति आनन्द करें, सभी होइ शुभ काज।।

बायें स्वर में जाइये, दक्षिण पश्चिम देश।
सुख आनन्द मंगल करें, जो जाए परदेश।।

यदि उत्तर और पूर्व की यात्रा करनी है तो दाहिने स्वर में प्रस्थान करें। यदि पश्चिम और दक्षिण की यात्रा करनी है, तो बायें स्वर में चले। इसके विपरीत चलने से हर प्रकार की हानि उठानी पड़ती है। यात्री घर भी वापिस नहीं आने पाता। कभी–कभी अकाल मृत्यु हो जाती है। लेखक को स्वयं अनुभव है, जबकि वह प्रयाग से छिन्दवाडे के लिए रवाना हुआ था, रात्रि का समय था। शाम से ही यह समस्या उपस्थित थी कि रेल का समय रात्रि का है। यात्रा विशेष कार्य के लिये है। एक आत्मीय की बीमारी का

हाल सुन कर जाना है। उस समय उसके आश्चर्य की सीमा न रही जब रात्रि को असमय ही चन्द्रमा स्वर और पृथ्वी तत्व चलने लगे। दक्षिण यात्रा में यह बहुत ही शुभ घड़ी गिनी जाती है। उसने इसका वर्णन उसी समय किया। छिन्दवाड़ा पहुँचने पर सब कुशल पाया। स्वरोदय शास्त्र इस प्रकार से भावी घटनाओं का पता बतलाता है और अनिश्चित भविष्य का एवं प्रकृति के गुप्त भेदों का पर्दा खोल देता है।

जल पृथ्वी तत्व में चले, सुनो कान दे वीर।
सुफल कारज दोनों करे, कै धरती कै नीर।

पृथ्वी और जल तत्व की यात्रा सहायक यात्रा कहलाती है। आकाश, वायु व अग्नि तत्व में जो यात्रा की जाती है, उसमें बड़ी हानि होती है। एक आचार्य का कथन है कि आकाश तत्व में यात्रा करें तो यात्रा में मृत्यु हो या बीमारी हो। वायु तत्व की यात्रा से बीमारी होती है। अग्नि तत्व से किसी प्रकार का आघात होवे। निराशा और कार्य में असफलता इन तत्वों की यात्रा के प्रधान लक्षण हैं। जब यात्रा को चले तो देखें कि श्वास दाहिना है या बायाँ। यदि श्वास दाहिना चल रहा हो तो तीन पग दाहिने पैर पहिले उठा क चले और एक क्षण ठहर वही पैर आगे रक्खे और चला जावे। इच्छित कार्य हो जावेगा। चन्द्रमा में बायें पैर को ४ बार पहले उठाना पड़ता है।

दाहिने स्वर में जाइये, दहिने डग धर तीन।
बायें स्वर में चार डग, बायें कर प्रवीन।।

सुषुम्णा स्वर में कभी भी यात्रा नहीं करनी चाहिए अन्यथा हर प्रकार की हानि होती है।

गाँव परगने खेत पुनि, इधर उधर सुन मीत।
सुषुम्णा चलत न चालिए, वर्जत हे रणजीत।।

प्रश्नोत्तर विधि

इसका अभ्यासी भविष्य का वर्णन बहुत अच्छी तरह से कर सकता है। यदि वह तत्व और स्वरों के साधन को पूरा कर चुका हो, तो प्रश्नों का उत्तर अति उत्तमता से दे सकता है। जब कोई आकर प्रश्न पूछे, तो देखों कि कौन सा स्वर चलता है और इस समय कौनसा तत्व चलता है। प्रश्नोत्तर करने वालों को और स्वरोदय के प्रेमियों को नीचे लिखे उपदेशों पर अवश्य रोज ध्यान रखना चाहिए।

१– आज प्रातःकाल कौन सा स्वर चल रहा था। वह गलत तो नहीं है अर्थात् वह विपरीत तो नहीं है। जिस तिथि में या पक्ष में जो स्वर चलना चाहिए वह ठीक है या नहीं।

२– आज कौन तिथि है? पक्ष कौन सा है?

३– कौन दिन है?

४– नक्षत्र कौन सा है? और कब तक है? जब कोई प्रश्न करें तो इन नीचे लिखी हुई बातों का ध्यान रक्खें –

१– प्रश्न करते समय कौन सा स्वर चल रहा है?

२– कौन सा तत्व चल रहा है?

३– लग्न कौन सी है?

४– प्रश्नकर्त्ता ने किस दिशा से बैठ कर प्रश्न किया है?

५– कौन सा नक्षत्र है?

६– कौनसी तिथि है?

७– स्वर अन्दर को जा रहा है या बाहर को अर्थात् प्रश्न करते समय साँस अन्दर ले रहे हो या निकाल रहे हो।

८– प्रश्न कर्त्ता का कौन सा स्वर चल रहा है?

९– कौन दिन है?

जिस दिन अभ्यासी का स्वर ठीक न हो– अर्थात् तिथि के अनुकूल न

हो, उस दिन या तो प्रातःकाल में उसे शुद्ध कर ले या उस दिन भर प्रश्न का काम न करें।

यदि इडा नाड़ी (चन्द्रनाड़ी) चल रही हो और प्रश्न कर्त्ता ने नीचे से या पीछे से या दाहिने से पूछा हो, तो काम नहीं होगा। यदि स्वर पिंगला है और प्रश्न नीचे, पीछे या दाहिने से किया गया है तो काम हो जायेगा।

नीचे पीछे दाहिने स्वर सूरज को राज।

यदि स्वर पिंगला है और प्रश्नकर्त्ता ने प्रश्न ऊपर से या सामने या बायीं ओर से किया है, तो काम न होगा। यदि स्वर इडा है और प्रश्न ऊपर, सामने या बायें से किया गया है, तो काम हो जावेगा।

यदि आकाश–तत्व में प्रश्न किया गया है, तो प्रश्न दिल्लगी का है। यदि वायु तत्व में प्रश्न किया गया है तो प्रश्न यात्रा विषयक है। यदि अग्नि तत्व में प्रश्न किया गया हो, तो धातु सम्बन्धी प्रश्न होगा। जैसे रूपया पैसा इत्यादि। जल तत्व में प्रश्न जीव के सम्बन्ध में है। पृथ्वी तत्व का प्रश्न 'मूल' विषयक होगा।

वायु तत्व में प्रश्न यात्रा और कष्ट दूर करने के विषय में होगा। उत्तर दो कि फल मध्यम है।

अग्नि तत्व में प्रश्न धन, लाभ, हानि इत्यादि का होगा, उत्तर दो कि सफलता होगी, परन्तु परिश्रम के बाद। पृथ्वी तत्व में पृथ्वी के सम्बन्ध में प्रश्न होगा–खेती बाड़ी देश इत्यादि सम्बन्धी होगा। उत्तर दो कि कार्य उत्तमता से पूरा होगा। परन्तु देरी थोड़ी सी जरूर होगी। जल तत्व में प्रश्न जन्म, मरण, जीव का आना, प्रेम, इत्यादि के सम्बन्ध में होगा। उत्तर दो कि मन–मानी सफलता प्राप्त होगी।

जल पृथ्वी के योग में, जो कोई पूछे बात।
शशि घर में सूरज चले, कहो कारज हो जात।
पावक और आकाश में, वायु कमी जो होय।
जो कोई पूछे आयकर, शुभ कारज नहि होय।।

जल पृथ्वी में दृढ़ता के काम किये जाते हैं। अग्नि और वायु दाहिने स्वर में चरकारज से सम्बन्ध रखते हैं। जिस दिशा से प्रश्नकर्त्ता बैठ कर पूछे यदि वह स्वर चलता हो तो काम हो जावेगा अन्यथा नहीं। यदि इडा स्वर में प्रश्न किया गया है और तिथि इडा के अनुकूल है, तो काम बहुत अच्छी तरह हो जावेगा। अन्यथा कुछ विघ्न होगा। दिन और नक्षत्र यदि स्वर के अनुकूल हों तो काम शीघ्र ही हो जावेगा अन्यथा जितने अंश प्रतिकूल है, उतनी ही देरी से या विघ्नों से काम होगा।

यदि बहते स्वर की तरफ से; अर्थात् चलते श्वास की तरफ से बन्द स्वर पर कोई आकर बैठ जाये तो कह दो काम में विघ्न है।

जब स्वर भीतर को चले, कारज पूछे कोय।
पैज बाँध वासों कहो, मनसा पूरण होय।।
जब स्वर बाहर को चलें, तब पूछे कोई तोय।
वाकों ऐसे भासियो, नहिं कारज विधि कोय।।
दहिने सेती आय कर, बायें पूछे कोय।
जो बायें स्वर बन्द हैं, सफल काज नहिं होय।।
बायें सेती आयकर, दहिने पूछे धाय।
जो दहिनो स्वर बन्द हैं, कारज अफल बताय।।

यदि प्रश्न कर्त्ता और अभ्यासी के स्वर एक ही हों और सब बातें मिलती हो तो काम हो जायेगा। यदि स्वर और तत्व दोनों मिल जावें तो काम अवश्य हो जावें। उत्तर देते समय इन सब बातों का ख्याल रखना चाहिए। खूब सोच समझ कर उत्तर देना चाहिए कभी भी उत्तर झूठ न होगा।

गर्भ सम्बन्धी प्रश्न

प्रश्न – गर्भ है या नहीं?

उत्तर – यदि प्रश्न बन्द स्वर की ओर बैठ कर करें तो है अन्यथा नहीं। काम होगा या नहीं, इस प्रकार के प्रश्नों का निर्णय चलते स्वर से किया जाता

है परन्तु इसके प्रश्न बन्द स्वर से लिये जाते हैं।

प्रश्न – इस गर्भ से लड़का होगा या लड़की?

उत्तर – अभ्यासी का बायां स्वर है तो लड़की और यदि दायां है तो लड़का पैदा होगा। यदि दोनों स्वर चलते हों तो दो लड़के पैदा हों या दो लड़कियाँ।

प्रश्न – लड़का या लड़की दीर्घायु होंगे या अल्पायु?

उत्तर –यदि प्रश्नकर्त्ता और अभ्यासी के स्वर एक सामान हों तो लड़का या लड़की चिरायु हैं अन्यथा अल्पायु। यदि वायु तत्व है तो गर्भपात हो या लड़की हो। सुषुम्ना स्वर में आकाश तत्व चलता हो, तो गर्भपात है। आकाश तत्व में हिजड़ा पैदा होता है। यदि अभ्यासी का दाहिना स्वर हो और प्रश्नकर्त्ता का बायाँ और प्रश्नकर्त्ता यदि बायीं ओर से प्रश्न करता हो तो लड़की और उसकी माता दोनों का देहांत हो जाय। यदि पृथ्वी तत्व चल रहा हो, तो लड़की दीर्घायु हो। जल तत्व से सदाचारी लड़का हो। अग्नि तत्व हो तो गर्भपात हो।

रोग सम्बन्धी प्रश्न (पृष्ठ २३, २४, २५ भी देखें)

प्रश्न–उत्तर।यदि बन्द स्वर की तरफ से प्रश्नकर्ता चलते स्वर की तरफ बैठ कर प्रश्न करें तो रोगी को आराम हो जायेगा। यदि प्रश्नकर्ता और अभ्यासी दोनों एक ही तरफ हो तो रोगी को आराम हो जायेगा। यदि नक्षत्र, लग्न, दिन, तिथि इत्यादि सब उस स्वर के अनुकूल हों तो बहुत जल्द बीमारी दूर होगी, अन्यथा उतनी ही देरी होगी जितनी की इनसब की अनुकूलता में भेद पड़ेगा। यदि प्रश्नकर्त्ता ऊपर से, ठहर कर प्रश्न करें तो आसार बुरे होंगे। यदि बहते स्वर की ओर से आकर बन्द स्वर की तरफ आवे तो बीमार मर जावे। यदि प्रश्न के समय बायें स्वर में जल या पृथ्वी तत्व हो तो शीघ्र ही आराम हो। वायु और आकाश तत्व प्रश्न के समय जारी हों, तो मरीज मर जावे, अन्यथा उसको आराम हो।

यात्रा सम्बन्धी प्रश्न

यदि प्रश्नकर्त्ता और अभ्यासी दोनों का दाहिना स्वर चलता हो, तो

यात्री शीघ्र ही वापिस आ जायेगा। यदि दोनों का बायाँ स्वर चलता हो तो देर से वापिस आवे। यदि दोनों के स्वर भिन्न–भिन्न हों तो बहुत देर में यात्री वापस आवे। यदि चलते स्वर से आकर बन्द स्वर की ओर बैठ कर प्रश्नकर्ता किसी प्रकार का प्रश्न करे, तो कार्य कदापि न हो संभव है बना बनाया काम भी बिगड़ जाय। यदि प्रश्नकर्ता बन्द स्वर की ओर से आकर चलते स्वर की ओर बैठकर प्रश्न करे तो चाहे उस काम में कैसी भी निराशा हो– वह काम बन जायेगा। यदि उसी समय पृथ्वी या जल तत्व चलता हो, तो चाहे कितने भी विघ्न सामने हों, कार्य अवश्य पूरा हो जाय।

सुषुम्णा स्वर में यदि काई प्रश्न किया जायगा तो वह कभी भी पूरा न हो परन्तु यदि सामने से ठहर कर प्रश्न किया जाय तो उसका फल मध्यम है संभव है कि कार्य हो जाय।

साधारण-फल

यह बात स्वरोदय शास्त्रियों में प्रसिद्ध है जब कोई प्रश्न कर्ता प्रश्न करता है और उस समय यदि दाहिना स्वर चले तो काम बन जाता है; परन्तु यह भूल है, कभी–कभी इससे उत्तर ठीक मिल जाता है, जबकि प्रश्न कर्त्ता दाहिनी ओर बैठ कर प्रश्न करता है अन्यथा नहीं।

भविष्य-फल

वर्ष फल

चैत्र मास में जब शुक्ल पक्ष आरम्भ हो उस दिन सवेरे यह देखें कि, कौन सा स्वर चल रहा है और कौन सा तत्व है। यदि संक्रांति का फल मालूम करना है तो सूर्योदय के समय स्वर और तत्वों का निरीक्षण करे। यदि बायाँ तत्त्व चलता हो और उसमें पृथ्वी तत्व भी हो, तो वर्ष अच्छा है, राजा और प्रजा शान्तिपूर्वक रहेंगे; देश की वृद्धि हो, पानी बरसे, कृषि अच्छी रहें और अभ्यासी का भी वर्ष अच्छा जाये।

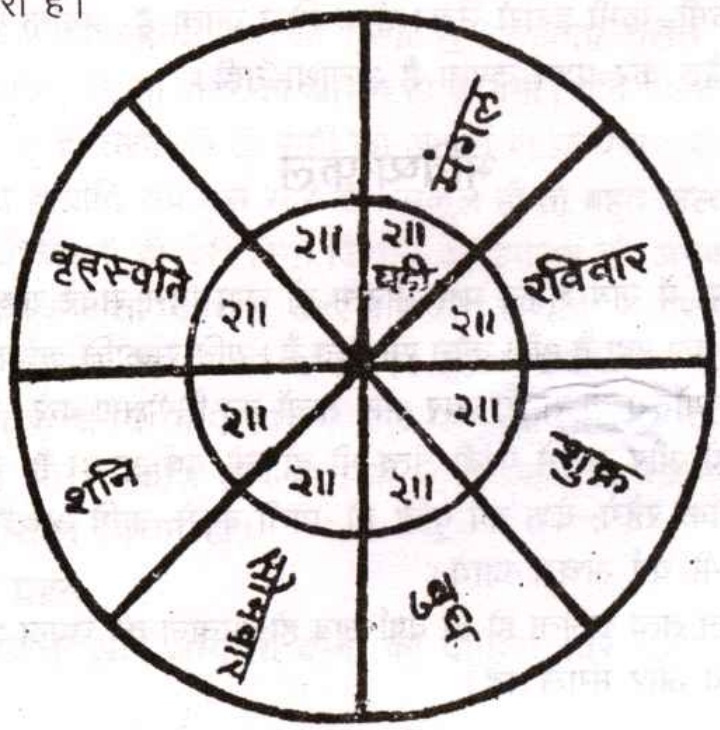
यदि जल तत्व चलता हो तो वर्षा खूब हो, अनाज की उपज अच्छी हो। प्रजा में आनन्द और मंगल रहें।

जल और पृथ्वी तत्व तथा दाहिना स्वर चले, तो भी अच्छा फल होता है।

यदि प्रातःकाल सुषुम्णा स्वर चले; तो राजा का नाश हो या कोई दूसरा राजा राज्यारूढ़ हो। देखने वाला एक वर्ष में मर जायें और अकाल या दुर्भिक्ष पड़े।

आकाश तत्व में दुर्भिक्ष हो, वर्षा न हो, प्रजा दुःखी रहे, राज्य में उत्पात हो और घास भी कम हो। अग्नि तत्व में अकाल पड़े, रोगादिक बढ़े और वर्षा थोड़ी हो। वायु तत्त्व में नगर में उत्पात हो, वर्षा थोड़ी हो और अकाल पड़े।

यह मालूम करने के लिए कि इस समय कौन दिन का दौरा है – यह मालूम करें कि इस समय कितने घड़ी दिन चढ़ा है। सूर्योदय से ढाई घड़ी तक उसी दिन का दौरा और बाद की २।। घड़ी तक उसके छठवें दिन का दौरा रहता है। इस तरह के हिसाब से मालूम कर ले कि, इस समय किस दिन का दौरा है।



उदाहरण के लिए आज रविवार है, पहली ढाई घड़ी रविवार, दूसरी ढाई घड़ी शुक्र, तृतीय बुध इत्यादि।

कालज्ञान

मृत्यु के पूर्व ही मृत्यु का हाल मालूम करना असाधारण बात है। परन्तु स्वरोदय शास्त्र ने इस विषय के अनुभव से कुछ सिद्धान्त निश्चित किये हैं जिनसे मनुष्य बहुत पहले से ही अपनी मृत्यु का हाल मालूम कर सकता है। यदि आठ पहर तक दाहिना स्वर चले और स्वर न बदले, तो जानो कि मृत्यु तीन वर्ष के भीतर हो जावेगी। यदि १६ पहर तक दाहिना स्वर चले और बदले नहीं तो दो वर्ष जीवन के शेष समझो।

यदि तीन दिन और तीन रात बराबर दाहिना स्वर चले तो एक वर्ष जीवन का शेष है।

यदि सोलह दिन और सोलह रात दाहिना स्वर चले, तो एक मास जीवन शेष है। यदि एक मास रात दिन दाहिना स्वर चले तो दो दिन जीवन के बाकी है। यदि पाच घड़ी बराबर सुषुम्णा स्वर चले तो मनुष्य शीघ्र ही मृत्यु को प्राप्त हो। यदि मुंह से श्वास निकलने लगे, तो अधिक से अधिक चार घड़ी वह और जीवित रह सकता है।

यदि बायीं सांस चार दिन या आठ दिन या इससे अधिक चले तो अभी जीवन यात्रा लम्बी है– शीघ्र समाप्त न होगी।

रात को दाहिना स्वर और दिन को बायाँ चले, तो मनुष्य दीर्घायु रहे। यदि रात को बायाँ और दिन को दाहिना स्वर लगातार एक मास तक चले, तो मनुष्य ६ मास में भर जावे। यदि आकाश तत्त्व तीन रात और तीन दिन बराबर चले तो मनुष्य एक वर्ष में मर जावे।

तत्त्वज्ञान

तत्त्वों को वश में लाने से मनुष्य प्रकृति के गुप्त भेदों को भलीभाँति समझ सकता है और अपने जीवन को नियमित जीवन बना सकता है।

तत्त्वों को वश में करने का पहला साधन तो यह है कि मनुष्य अपने सब काम स्वर के अनुसार करें–जिससे स्वर उसके अधीन हो जावें।

दूसरा साधन यह है कि, प्रातःकाल या जिस समय मन संसारिक झंझटों से निश्चित हो, परन्तु प्रातःकाल का समय ही अच्छा होता है, उस समय आकाश में किसी स्थान पर दृष्टि जमावे। कुछ दिनों के पश्चात् उसको रंगबिरंग की आकृतियाँ इधर उधर आकाश में फिरती दिखाई देंगी और अभ्यास के बाद जो तत्व अभ्यासी का चल रहा है उसी का रंग आकाश में दिखाई देगा। नेत्र बन्द कर लेने से भी वही रंग दिखाई देगा।

तृतीय साधन यह है कि, जब इतना अभ्यास हो जावे और तत्वों को आप भलीभाँति पहचान सकें, तब रात्रि को तीन चार बजे सोकर उठें। सब प्रकार से निश्चिन्त होकर आसन मारकर बैठ जाय और मालूम करें कि, इस समय कौन सा तत्व चल रहा है। जब यह मालूम हो जावे कि इस समय कौन सा तत्व चल रहा है तो इस प्रकार के साधन करें।

तत्व-साधन

यदि आकाश तत्व चल रहा है तो उस समय यह ध्यान करें, कि बहुत सा प्रकाश है–जिसका कोई रूप नहीं उस समय (हँ) का जप करें।

यदि अग्नि तत्व चल रहा हो, तो एक त्रिकोण आकृति का ध्यान करें– कि इसका रंग लाल है – जो शरीर में गर्मी रखती है, भोजन जिससे पचता है और यह देखा कि तुम इस स्वरूप को गर्मी को एकाएक बरदाश्त नहीं कर सकते। इस समय (रँ) का जप करो।

यदि जल तत्त्व का वेग है तो अर्द्ध चन्द्रमा का ध्यान करो जो अति प्रज्वलति और अति निर्मल है। यह गर्मी और प्यास को दूर करता है। मानसिक योग के बल से गहरे पानी में गोता लगाओ। इस समय (वँ) का जप करो।

यदि पृथ्वी तत्त्व चलता हो, तो, चतुष्कोण आकृति का ध्यान करो,

जिसका रंग पीला है। इसमें से मीठी वास निकल रही है–जो कि सब प्रकार की बीमारियों को दूर कर सकती है। इस समय (लँ) का जप करो।

यदि वायु तत्त्व चल रहा हो, तो गोल आकृति का ध्यान करो जिसका रंग हरा है–जो तूफान में से पक्षी के समान ऊँचा उठता दिखाई देगा। इस समय (यँ) तत्त्व का जप करो।

इन तत्वों के साधने से मनुष्य को बड़ी भारी शक्ति प्राप्त हो जाती है। इन्हीं के बाद मनुष्य योग और स्वरोदय का सम्बन्ध समझ सकते हैं, इसकी स्वाभाविकता पर विश्वास ला सकते हैं।

स्वरोदय शास्त्रियों ने और शिवजी ने लिखा है कि आकाश तत्त्व जिसके वश में है – वह त्रिकालज्ञ हो जाता है। वायु से अति वली हो जाता है। अग्नि से गर्मी बरदाश्त कर सकता है। जल तत्त्व से पानी का भय नहीं रहता। पानी बरसा सकता है। पृथ्वी तत्व से स्वास्थ्य को बनाये रख सकता है।

कुछ समय अभ्यास करने से तत्व सिद्ध हो जाते हैं और फिर हमेशा के लिए ये अपने वश में हो जाते हैं। इनसे बड़े–बड़े काम निकाले जाते हैं।

प्रति दिवस तत्वोदय ज्ञान-तालिका

सू	च	म	बु	वृ	शु	श
पृथिवी	जल	अग्नि	पृथिवी	वायु	अग्नि	आकाश

विशेष – मंगल के दिन तिथि तथा दिन दोनों से विपरीत स्वर अर्थात् चन्द्र पहिले पहल चले तो अशुभ हो, गर्मी अधिक हो।

।। श्री गणेशायनमः।।

स्वरोदय

अथ स्वरोदय लिख्यते -

सतगुरु ने कृपा करी जाप बतायो जाप।
निसवासर तासे लगै, छोड़ न छिनताई।।

सुर दाता सब बात कौ मालिक और न कोई।
उदै अस्त लखिवै करै, अटल अमर यह होई।।

तब सुर को विचारन लगै। रोज पानी से गैल सीचन लगै। हमेसा अलोप रहे। चारि दिन डेरे स्वर के हैं। बुध, बृहस्पति, शुक्र और सोमवार ये चार दिन चन्द्र स्वर के हैं। इनके उदै में डेरौ सुर चलत है। सब काहू को चारि वरन मैं। और कोहू बचै नहीं है। भली–बुरी सब ही पर बीति जाति है। काहू को खबर नाहि परति है।

ईश्वर मानस से कहत है। मनुष्य की देही सब औतारन से बड़ी है। सो कोई स्वास घटाई जानत है और साधत है। राजा होई कै स्वर की मरजाद बाँधत है। तौ सूरज का सात पुतेज होई। तब कोई कुछ मागै चाहै तो तत्तीछन फल पावै। परजा सुखी सब देस में रोग जन–मन आवै। महा गौन होई और पृथ्वी पर सकल आनन्द रहै। संसार की उपज खिपज जाती जाइ। ऐसे राजा होई और जो साधंगी होई। तो दसौं दिसा के दरसन होई। सब देवतन का दरबार करै। और जे संसार में बीजक बातै हैं। वे सब जानै और बहुत काल जीवै। सब धर्म को जाने। जुगति को जाने, मुक्ति को देखें। ये लछिन योगी जीतै।

और भोगी साधै तो इतने फल पावै। प्रथम पुत्र लाभ होई, सम्पत्ति

लाभ होई। राजा प्रजा सनमान करै और की नहरू जगार करै तो फतै होई और गरीब साधे तो गरीबी मिटि जाइ। तन से मन से धन से आनन्द से रहे। हमेश और सतगुरू मिले तो फल पावै और तीन देवता सुर के रखवारे है। ज करै। फौज लड़े तो जीतै। स्त्री से संगति करै, घोड़े हाथी पर सवारी करै, पोशाक करै, पूजा करै, भोजन करै, पराये घर जाई। इतने चर कारज उलाइते दाहिने सुर में कीजै।

शनीचर, रविवार, मंगल ये दिन दाहिने स्वर के हैं। इन के उदै में डेरा स्वर चलै तो असुभ जानिये। कछू कारज न करै और जब लौ डैरो सुर चले तब लौ काहूँ सो न बोले और दोनों सुर बराबर चलते होई और शनीचर का दिन होई। आकास तत्व होई और पहर भर चलै सनीचर में उदय में तो जीवन मुक्ति होई।

पाँच पहर में देवलोक होई और बचाय चाहै तो प्यास लगे तो पानी न देई। अन्न न दे। भूख लगै तौ दूध देई पीव को और कछू न देई। तो सुर फिर जाई। मरै नहीं काल हुमसि जाई। सुख पावै। और इतवार दिन होई, पृथ्वी तत्व होई चारि पहर एक सौ चलै। दाहिने सुर में तो बड़ो फल होई। मरै तो दोऊ जनम की खबर कहै कौनहू जोन में जनम लेई।

और सोमवार के दिना चन्द्र सूर सोलह पहर चलै रात दिन तो जानिये के बड़ी आनन्द हुई है। और कदाचित मरै तो ब्राह्मण होई तो जल दाग देई तौं नौ नाथ के हुर बारै जाई। तीन आसमान को खबरें कहे। सब देवतन को दरबार करै।

जलतत्तु के गुण–मंगल के उदै में अग्नि तत्तु बहे चारि पैहर। तो देही को कछू कष्ट उपजै। बचाये चाहे तो कछू उपाई करै। दोऊ सुरन में ठैंठा देई, मुख होकें स्वाँस कढ़नन न दै। नाक होई न कढ़न देई, अन्न पानी कछू न देई। तौ कष्ट छूटै सुख पावै।

और बुध के उदय में पृथ्वी तत्त चलै चार पहर तौ जानियो कि मनसा पूरण होई है और बृहस्पति के उदय तो सरदी को नास होई। जन सुख पावै

और सरदी गरमी देही में होई तो जतन करै। दोनों सुरन में ठैंठा दे के मुख होके वायु काढै और चतुर विला छन होई।

जोगी होई सुर साधै होई। अरोगी और बुधि जीते तो इतवार के दिन से अपने वार बनवावै दाहिने सुर में और एक अंगोछा में धरि लेई गिरन न देई जिमी में आर जानी कि आधी रात भई। तब धूनि लेई वारन की और सूहागी मिलावे तो सभा जीत होइ। बुधि पावै और झाड़े को दाहिने सुर में जाई और पेसाब को डेरे सुर में जाई।

इस्त्री गमन दाहिने सुर में करै तो पुत्र लाभ होई और स्त्री प्रसन्न होई। कन्या कबहु न होवै और सुर देख के कौन हुँ काम करै। तौ देवतन कौ विचारे तौ देवतन को दरबार करै तीसरी बरस नौ नाथ कौ दरबार करै ओर कछू मतो पावे और जे काल बस जाने है ते सब मोहै और सब अपने पास आवै। डराइ नहिं हितु करै और सुर को विचार हमेस करता रहै। तो प्रथम सकल सुख देखै। तुरत होई सो जानी जाय और जितने पृथ्वी पर हथियार है ते न लगे। काल को जीतै और कहीं को चलै तो दिसा विचार लेई। दाहिनी सुर होइ तौ दाहिने पैड़े तीन देके आगे चले। पूर्व उत्तर दिन राति फिरवे करे। मन चीजे कारज करे। कुछ सन्देह नहीं है।

और डेरौ सुर होई तो डेरे पेड़ा चार आगे धरै। दक्षिन पछिम को तौ दिन रात फिरवै करै। अपनौ कारज करै तौ मन मोहन फल पावै। और दोऊ सुर चलते हों सुषुमना तौ कछू कारज न करै। आर तत्व को भी विचार कहूं न जाय घर बैठो रहै तो सुषुमना होई असुभ शुभ देखै। आर शनीश्चर के दिना डेरौ सुर चलै तौ जानिये कि देश में उपद्रव होई है और तीन शनीश्चर डेरौ सुर चलै तो जानियै कि जालिम आवै देसा उजारू होई। वजाय चाहे तो देस के कुत्ता खवाबै। देश की चीटीन को चुगावै। नगर की गैलें सिचावै झरावै और दी[illegible]न करावै ता देस में जालम न आवै, मुराकि जावै। राजा की फत्ते होई। और शुक्रवार के उदै में दाहिनौ सुर चलै तीन शुक्रतो तीन महिला मै काल आवै राजा को। और बचाये चाहैं तो उपाय करैं।

काल बचावे की विधि। दो सुक्र लौ विचारतु रहे। जो दो शुक्र दाहिनो सुर होई। दो पहर रहै तो जानिये कै अलप है। और तीन शुक्र दाहिनो सुर तीन पहर चलै तो काल आवै। और तीन महिला में सुर गुरू के दिना और शुक्र के दिना दाहिनौ चलै दिन रात तौ जानिये कि काल आया। तौ उपाउ करै। दोऊ सुरन में ठैंठों लगावै। मुख होइ कै राह स्वासा कढन दे। सुर में ठैंठा मजबूत लगावें और ऊँची जगह में चढ़ैं उतरै। अटाटी के कूचै काल जहां हुमसे तौ भरुडुना खेलै चौरे मैं और न हुमसे तौ अपनी मूत सरीर में एलै सोठि पीपर सुहागौ मिलाइ और मिरच की नास दैइ तै। तुरन्त हुमस जाइ। फिर न आवै प्रानी जीवै और चलत फिरत सुर की खवरि राखै तौ हारै नहीं। सब बातै जीतै। लोक नाथ की खबर सब जानी परै।

मनसा पूरन करै। देवता की सी मरजाद धै। सकल सिद्धि का दाता होई। चतुर विचक्षण होई। और कौन हू रोग सो मान सदवो होई। तो दोऊ सुरन में ठेंठा मजबूत कै दो पहर रहै। ते दिन उदै में दो पहर लगाये रहैं, और अन्न पानी कछु न देई। दिन में भूख प्यास लगै तो दूध पीवे देई। अदरक (आदो) खैवे को दे और कछु न देइ। सात दिना रोगी को करोंटा लिवाबत रहै। सात दिन सुरकाज तन करें। तो रोगी सुख पावै। सब रोगन से छूटै। अलफमे न मरे और काहू को असीस दैवा चाहै में बाई तरफ तत्त्व चलै। चारि पहर तौ जानियै कि रोग में परै। बचाये चाहे तो रोगी की घरी घरी करोंटा लिवाबत रहै। अन्न पानी कछु न देई। जब कुछ मागै तो गाई का दूध देई पीवे को तो अच्छा होई।

शुक्र के उदय में अग्नि तत्त्व चलै चारि पहर तौ जानिये कि पुत्र लाभ होई। राजा सन्मान करै बड़ा आनन्द होई चन्द्र के दिना सुरज, सूरज के दिना चन्द्र। आठ दिना लो अदल बदल रहै तो अशुभ देखै। तौ जिमी छांडि देई अंत जाय रहै तो बचै तब सुर धरू वाधै। जब धर आवें तब मन में सुर फिरें।

फौज की लड़ाई की विधि

लड़ाई पै जब ठड़ा होई तब दिसा को विचार करै। दाहिनो सुर चलता

होइ तौ पूर्व उत्तर की दिसा लीजैं। और सिरदार अपना सुर देखैं। जौ दाहिनौ सुर होई तौ फतै होई और डेरो सुर होई तौ सरदार ठांडो हो जाई। और सब मानसन के सुर देखै जाको दाहिनो सुर होई। वासों हथियार लदवावै। दाहिने सुर के सिपाही बढ़ते जाइ। तौ सौ मानस हजार से लड़ै फतै पावै। और सरदार के हाथ खेत रहे और दाहिनी सुर नृप को होई तो प्राकृमह (पराक्रम) पूरी करै। तो पचास मानस हजार को मारे और फत्तै पवै। और डेरी सुर चलत होई तब लड़ाई करै और दखिन पश्चिम दिसा लीजे। और जब लड़ाई पै ठाडो होई तब सुर को देखै कि ड़ेरौ सुर है खेत पै ठाढो होई और मानसन को सुर देखै। चन्द्र होई तो दखिन पश्चिम मुख करि युद्ध करै तो जीतै फते होई।

और देही में गरमी बढी होई तो आठ दिना नो ड़ेरौ सुर कर देई। दिन राति तो गरमी को नास होई और सुख पावे। और सरदी होई तौ आठ दिना लौ दाहिनो सुर करि देई तौ अमावस के दिना पडिवा लगै दोनों की सधि में बोलै आधी रात कौ। और बाकी नाम पै छिड़के। नाम गैल में लिखै और दूध से सीचैं सकल दुःख तै छूटै।

और चार पहर दिन एतवार को काहू को दरसन न दे दिन रात अलख रहे। और बेरी को कष्ट देई तौ दाहिनो सुर दिन रात राखैं। बैरी का नाम पथरा पै लिखे और लुटिया से घिसै सात बेर तो वैरी वस होई। अनदेखी देखें अनसुनी सुनैं अन कही कहै। और रात को दोनों सुरन में ठैठा लगावें मजबूत कै। चार पहर रहन देइ। उदै में सुरज में खोलै चन्द्र को वार होई तो चद्र राखै। चार पहर और सूरज के दिन सूरज राखै पहर चारि। ऐसी विधि हमेशा करतु रहै। कछुक रोज लो करैं तो जनत कौ तमासो देखै और कछू कहै सो तुरत फल पावै।

अब दाहिने सुर के लछिन सूनो। तीन दिन सूरज के है। शनीचर, रविवार, मंगल सुर दाहिना चलता होई। तब दिशा को विचार करे। पूरब उत्तर को मुख करै तब खात पै उठवे करै। सेज पैते ऊन लगै तौ सूर्य्य के

उदय में विचार करै। दाहिनो सुर चलत होई। तौ दाहिनो पांव जमीन पै धरै और तीन पाँव दाहिने आगे धरै और पृथ्वी को दंडवत करै। फिर सुर को विवेक करै। दाहिना सुर चलता होई तीन पेड़ में अपना कारज करै। चारि पहर रात्रि और चार पहर दिन सब सुख देखै। वैरी आता हुआ रूकै। अलफ से न मरै सब सूख देखै। कुमति को नास करै, सुमति उपजावे और कुछ करै तो उलाइतौ कारज करै सो सब फतह होइ। इतने कारज करै। ब्रह्मा, विष्नु, महेश बुध के उदय में उठि के खाट पै बैठे। सर को देखै। डरो सुर चलत होई तो डेरौ पाँव जमीन पर धरै और चारि पग डेरी डग धरै। सूरति से आगे। फिर बैठे डेरा सुर चलता होई तो ड़ेरो पांव दैके बैठे चले। तो चार पहर दिन और चारि पहर राति। सकल आनन्द में रहें और कुछ विचारै मन में सो पावै जो कुछ करै चाहे सो करै और अनभव कारज करै। उलाइतौ कारज न करे और हरि हमेश यही करता रहै विधी तौ आनन्द देखै। सब सीतल देखै अरु डेरो सुर के दिना दाहिनौ सुर चले तो अशुभ जानिये तो, काहू सो न बौले तब लौ दाहिनो चलै। जब डेरो सुर चलै तब बोले तो असुभ न देखै और कुछ कारज करे तो फतै न होई। गड बैठि कै और मोरचा करे चन्द्र के राज।

नित्य उठने की विथि

चन्द्र के दिन ४–बुध, बृहस्पति, शुक्रवार, सोमवार। इन उदै उठन लागै तब सुर कौ विचार करिजौ। डेरो सुर चलत होई तौ दिसा देखै। पश्चिम दक्षिण को मुख करकै उठै अरू डैरो पाँव धरती में धरै। चार पैंड़ आगै चलै फिर बैठ जाई। फिर सुर को विचार करै। जो डेरे सुर चलत होइ तो अपनौ कारज करै। मनमोहन फल पावै। जो दाहिनौ सुर चलत होइ तौं अशुभ जानौं, कछु कारज न करै। जौं करै तो अफल होई।

अरु तीन दिन सूरज के हैं। शनीचर, इतवार, मंगल। इनके दिन के उदै में उठैं तौं सुर कौं विचार करै। जौ दाहिनौ सुर चलत होई तौं दिशा कौं विचार करै। पूर्व–उत्तर मुख करके उठै। दाहिनौ सुर चलत होइ तौं दाहिनौ

पांव धरती पै धरैं। तीन पैड़ आगै चले फिर बैठे। सुर की विचार करै, जौं दाहिनौ सुर न चलत होई तो अपनी कारज को अनईतौ जानिये। कै कछु अचीती मार परत है।

जब वा जगह छांड कै जात रहैं, जब सुर मरजादा पर आवै, दिन पर दिन उठन लगै, तब मकान पर आवै तौ चीते कारज़ होइ जौं डेरौं सुर चलत होइ तौं कारज न करैं, करै तो फतैन होइ।

स्वर बदले की विधि

चन्द्र के दिन सूर्य अरु सूर्य के दिन चन्द्र, जौ आठ दिना लौं अदल–बदल हो चलै अरु ना फिरै तौं जौ जतन करे–सौठ, सुहागु, गौरखमुन्डी कौ नासु देइ तौ काल छैं महीना को आरबल बडै अरु जो फिर आवै तौ फिर करै। अरु चार रात चार दिन डेरौ सुर चलै तो जानै मृत पहुची। रोग में परे तो रोगिया कौ जतन करै।

घरी–घरी करौंटा लिवावत रहे। अरु रोगिआ की अन्न पानी छुटा देइ। अरु पियावै तौ दूध पियावै। रोगिआ नोको होइ।

अथ तत्व कौ विचार लिख्यते :-

जौन दिन तौन तत्व काहति हैं। सनीचर, मंगल, इतवार, बुधवार–आकाश अग्नि पृथ्वी–पृथ्वी। बृहस्पति, शुक्रवार सोमवार को तत्व पवन, अग्नि, जल जानिवौ। कांच की आरसी लीजै ऊपर दोनों नासिका को पवन छाड़िजै। जौन तत्व बहत होइ ताकौ वर्ण आरसी ऊपर उछरैं। पृथ्वी पीत चौकोर नजर आवै। जल सेतु रूप गोल गोल नजर आवै। वायु हरौं रूप छिखुटा नजर आवै। आकास तत्व गोल गोल करन रूप नजर आवै। रोज उठवे की विधि संपुरन।

वारशः तत्व स्थिति :–	बुध–पृथिवी	शुक्र–अग्नि
रवि – पृथिवी	गुरु–वायु	शनि–आकाश
सोम–जल	मंगल–अग्नि	

इन्द्र-स्वरोदय

अथ चन्द्र-स्वरोदय लिख्यते -

गुप्तजातिगुप्ततरं सारं मप्रकाशिप्रकाशितम्।
इन्द्र स्वरोदय ज्ञानं ज्ञानिना मस्तके स्थितम्।।

अर्थ- गुपित विचार है प्रकास, बताइ वे कौ नहीं। प्रकासि वतु है यह सुरोदया की ज्ञानु है।

दुष्टैव दुर्जने छुद्रतु८शांते गुरुतलपके।
हीन संते दुराचारेसु ज्ञाने न दीयते।।

दुष्ट, छुद्र, दुर्जन, क्रोधी, गुणहीन, आचारहीन ए लछिन होंहि ताहि न दीजै।

शांति सुज्ञे सदाचारे गुरभक्तैकमानसे।
दृड़ चित्ते कृतंगे च देवचैव सुरोदय।।

सात, सुथ्य, आचारी, गुरु भक्त, एकंत चित, दृढ़ विसवासी, करे कौं मानै ताहि सुरोदया दीजै।

सुर- हीन सिर–हीन देही, नाथ हीन गृह, शास्त्र–हीन वक्ता; ऐसे सकल सहसन कौ ज्ञान है। सुर ग्यान बिना नाभ के ठिकानै ताहां तै सकल नाड़ी उपजती है। अहोरात्रि के मध्य स्वासा २१६०० तिन की नाड़ी ७२०००। तिनि विषै दस वोय है, दस अर्य है, दो दो तरीछी है। ऐसी नाड़ी २४ श्रोष्ठ है। तिनि विषै तिन दस श्रोष्ठ है। तिनि विषै तिन की ब्रह्म मारग की खबर है।

इक इडा है वाम नाड़ी चन्द्रमा की। दूसरी पिंगला है सूर्ज नाड़ी दाहिनी। तीसरी सुरसुती सुषमना है। अग्नि की नाड़ी छिन बायीं छिन दाहिनी।

चन्द्र-कर्म

वस्त्र पहिरै, मित्रता कीजै, घोरे की थान नये घर कौ प्रवेश, गढ़ व्यौंपार, बीजु ववै, दूरयात्रा सुभ, मंगल कारज कीजै।

सूर्ज - कर्म

उतावली कामु, मोहिनी असनानु, भोजन, मैथुन, घोरे की असुवारी, नाउ चढै, नदी पहिरै, परवतु रूख चढ़ै। जलुवायै फोरौ। सोवै, भोजन करै। युद्ध कौ जाइ, दाहिनैं सुर जातै गढ़पती होइ। मोरचा मारवे की बायें सुर जीतै।

पक्ष-विचार

सुकल पक्ष है चन्द्र कौ। कृष्ण पक्ष है सूर्ज कौं। जौं सूर्ज बहै कृष्ण पक्ष, दोइज, तीज लौ; तौ सुफलदायक है। अरु चन्द्र बहै तौ अशुभ। चिन्ता द्रव्यहानि।

अरु जो चंद्र पक्ष तीन दिन सुर्ज बहै तो चिन्ता, मित्र हानि होई। रवि, मंगल, गुरु, शनिवासरे सुर्ज नाड़ी पूर्व–उत्तर दिसा फलदायक है, कृष्ण पक्ष में विशेष कैं सोम, शुक्र, बुध वासर दक्षिन–पश्चिम दिशा फलदायक है।

संक्रान्त को भेदु

मेष, मिथुन,सिंह, तुला, धनु, कुंभ ये छै संक्रातैं सूर्ज की हैं। इनमें सूर्ज बहै तो शुभ। इन संक्रयाँत विषै चन्द्र वहै तौ असुभ। हानि चिंता। वृष, कर्क, कन्या, वृश्चिक, मकर, मीन ये छै संक्रान्तै दिषै चन्द्र बहै तौ सुभ है। सूरज बहै तो अशुभ है। अरु कर्क–मकर की संक्रान्तन विषै सूर्ज बहै तो महिना छैह की आरबल जानिजै।

रवि के दिन सूरज न बहे तो आयु को कलेसु होइ। सोमवार के उदै सूर्ज बहै तो चिता बढै। मंगल के उदै चन्द्रमा धन हानि करै। बुद्ध के उदै सूर्ज बहै तो गमन करावै अवस कै। बृहस्पति को चन्द्र उदै विग्रह दिखावै, राज में कैं गढ़ में। शुक्रवार कौ सूर्ज बहै तौ छैह महिना में राजा को कालु होइ। शनिचर को चन्द्र उदै; देश ऊजर करै। एक–एक पल बहै तो इनै अपगुन जानिजै। जो संध्या सूर्ज के दिन चन्द्र, चन्द्र के दिन सूर्ज बहे आठ दिन लौ;

आठ दिन में कालु अपनौ जानिजै कै कछु अनर्थ कौ ढका लगै।

अथ युद्ध कीवे की विधि

दोई अनी जुरी होई तो कोउ पूछै। पूरन सुर होइ तौ प्रथम नाम लेइ सु जीतै। वैरी के दाहिने सुर जईयै शत्रु की फौज की तरह सुन्न सुर राख युद्ध कीजै। जो सूर्ज बहै तो पूरब–उत्तर दिसा लीजै तो पांच असवार सो जीत आवै। अरु चन्द्र होइ तौ दक्षिन–पश्चिम दिसा लीजै तो पांच असवार सो जीतै। अरू ओर दिसा होइ तो भैय देखै।

पृथ्वी तत्व में चारों दिसि गबन कीजै तो सुभ है। अग्नि तत्व में दछिन दिसा लीजें। जल तत्व में पछिम दिसा लीजै। वायु तत्व में उत्तर दिसा लीजैं। दाहिनौं साम्हौं पाछैं चलतु सूरज घर जानिये। बाम बैठी, ऊचौ, नीचौ चार घर चन्द जानिजै।

चन्द्र होई तौ चन्द्र घर पुछै तौं कारज सिद्ध होई। सुरज सुर होइ सुर्ज घर पुछै तौ विलंब कहि फल सिद्ध होइ। सुज सुर में चंद्र घर चंद्र होइ तौ पुत्र होइ।

वायु तत्व में जनमु होई तौ जोगी होइ, कै तीरथ यात्रा दिस तरी होइ। अग्नि तत्व में होइ तो थोरे दिन जीवें। रोगी होइ, आकाश में होत ही मरैं। जल तत्व में जसी भोगी होइ। पृथ्वी तत्व में राजा के साहु होई। जौं कोउ पूछैं कैं या कै कह बालक हुहै तौ सुर्ज सुर बहै तौ पुत्र कहिजै। चन्द्रमा बहै तो कन्या। वहै तौ अंगुर आठ।

आकाश तत्व के भेद

वरन कारौ। स्वादहीन। सब तै निआरौ। जात हीन मूर्तहीन। प्रमानहीन। मुक्ति कौ दाता है। आकाश में सब कारज निरफल है। पनुमेसुर को भजनु करै, जो निकसत स्वासा बीज परै, तौ थोरी आरवल तरवर की होई। स्वासा सरीर में होइ तो बड़ी आरवल होई। और जो पुरिष की सुरज सुर होई तो अस्त्री को पूछे तो अंतर विलवु जानिअै। चन्द्र सुर होई सुज घर पूछे तौ

विलबु कहिजै।

अथ वायु तत्व

मुखतै पूरे अछिरक है। सुरज सुर होई तो कारजु सिद्धि होई। जौ सरीर पांच तत्व कौ है सो तेइ तत्व में जानि अत है।

पृथ्वी तत्व - सुर में पीत वरन हैं। चौकोनी। मीठौ स्वाद है। पूर्व दिसा वैस वरन। माझनासा बहै अंगुर १२।

जल तत्व - सफेद वरन। गोल मूरत। खारौ स्वाद। पछिम दिसा ब्रह्मन वरन। अधोगति सुर वहै, अंगुर १६।

अग्नि तत्व - रक्त वर्ण। त्रिकौन मूरति। चिरपिरौ स्वाद। दछिन दिसा। छत्रीवरन। ऊचौ सुर वहैः अंगुर ४।

वायु तत्व - हरौं वरन। खाटौ स्वाद। लव मूरित। उत्तर दिसा। सुद्र वरन। टेढौ सून्य जानिजै।

दौऊ बहै तौं दो बालक जानिजै। सुरन सुर होई तौ कन्या जानिजैं। अग्नि में गर्भ पतन जानायै। आकास में मृतक जानीजै।

अथ संवत्सर को प्रश्न

चैत्र सुदी परवा के दिनु उदय होइ ता समय पदम आसन बैठे, पछिम मुख करकै। उदय होइ सूरज कौ तब पृथ्वी तत्व बहै तो अन्न बहुत होई। पानी नीकौ होइ। मानिषु निरोग होइ। देश विदेस आनन्द बहुत होई। राजा प्रजा सुखी होई।

बरस दिना कौ आगुमनि सुजै जलु तत्व होई तो जलु बहुत होई। मनुष निरोगी होई। अनस्यारी यान उनाहरी बहुत होइ। उपद्रव होइ तेज बहुत। अग्नि बहुत लगै। जलु थोरौ होई। लराई राजा प्रजा की होय। अन्न कौ रोगु लगैं। जैसी अगिमु बरस कौ जाने अरू युद्ध बलवा अधिक होई। मरही बहुत होई।

अरु वायु तत्व उदौ होइ मुसौं बहुत लगे। बैहर चले। या टाड़ी आवै।

मेघ थोरौ बरसै। वायु की पीड़ा अधिक होई। सीतांग अग्न थोरौ जागा में उपद्रव होई।।

आकास तत्व होई तौ मेघ बहुत वरषै। पानी की अधिकाई सों अन्न महागौ होई। मरही लगै। उपद्रव होई। अन की सैंन होई। जौं सुन्नसुर होई तौं जागा छुटै। राज छूटै। आयु ना रहे।

मेष संक्रांति के दिन तत्व विचारे एही प्रकार के। जो सुभ तत्व बहै तौ कछु शुभ होई के अत्यधिक निषिद्ध फल होई।

प्रश्न घाउ की जो कोउ पुछै कै वाकै घाउ लगौ है ताहां अग्नि तत्व होई तौं काँधे में कहिजै। वायु तत्व होई तौ पैर में कहिये। आकास तत्व होई तौ माथे में कहिये। जल तत्व होई तौ पांउ में कहिये। सुन्नसुर होई तौं अंग में बताइये।

कोऊ अपनौ कारजु पूछै– जो पृथ्वी तत्व होई तौ लाभु होइ झेल सौ। जल तत्व होई तौ तनु लाभ होई। अग्नि तत्व होइ कै वायु तत्व होई तौ हान होई। आकास निरफल है।

जल तत्व होई तो वेग आवे। पृथ्वी तत्व होई तो नीकौ जानिअै। लाभु कहियै।

उहाँ है ठिकानै। वायु तत्व होई तौ राह में बताइये। अग्नि तत्व होई तौ रोगी जानियै। रोगी कौ परसग पूछै तौ पुरन सुर होई तौ जीवै। सुन्न सुर हो पुछै तौ मीचु जानियै। तौ महादेव रक्षा करै तोलौ मरै।

पुछत सुन्न होई, पाछै पुरत होई, तौ जमु आवै। अनेक रोग होई तो लगि जीयै। एक दिना सुरजा वहै कै चन्द्र बहै एक रात बहै तौं तीन बरस में मरै।.दो दिन दो रात एक सुर बहै तौं एक बरस जीवै। विसन पट्ट का अरू धरती युव हो न देखै तो छै महिना जीवै। छाया दरपन में सिर नहीं देखै, तो पंद्रह दिन जीवै। भौंहे न देखे तौ नौ दिन जीवै। मात्र मंडल न देखै तो सात दिन जीवै। तारा न देखै तौ पाँच दिन जीवै। जीभ न देखै तौ एक दिन जीवै।

ये तत्व जानाति योगी ये पठति नित्यस्व।

मुच्यते सर्व पापेभ्यो लभ्यते वांछितं फलं।

जो याही पोनै अभ्यास करे या कौ निति पाठन करै ताके सब पापु छुटैं, मनि वांछित फल पावै।

रविवार को पृथ्वी तत्व होइ उदै में बुद्धवार को प्रथवी तत्व होई। मंगल वा सुक्र को अग्नि तत्व होई सुरज के उदै बृहस्पत कौ वायु तत्व होई। सनीचर कौ आकास तत्व को उदै होई।

प्रथम आकास है पाछे वायु है ता पाछै अग्नि है, चौथो जल तत्व है पाँच पौ प्रथी तत्व है एक–एक घरी की मरजादा क्रम तै है। जाहिन जोत पगै तातै घरी–घरी तत्व लीजैं छापा प्रमान हारी घरी की छाया पाँउ।

६४	४१	२४	१४	१२	११	१०	६
१	२	३	४	५	६	७	८
८	७	६	५	४	३	२	१
८	६	१०	११	१२	१३	१४	१५
आकास	वायु	अग्नि	जल	प्रथी	तत्व	प्रभा १६	न. १७
३०	६०	९०	१२०	१४०			

अथ स्वासन की मरजादा

डोक नाड़ी पांच घरी प्रभात छुपतर संध्या चंद्रमा के उदै में आप छाया देषै निमषन लागै। छाया गरे में छिन मात्र देखैं। मन थीर करकै ता पाछै ऊँची आप परेरै। आसा मिक्षित सुपेत काल पुरूष है तासौं छा प्रान की है ताके मुख में तीन लोक हैं कान न देखै तौ वरष १२ जीवै, २ हातन देखै तौ वरष दस जीवै, १० मुखन देखै तौ वरष १ जीवै।

।। श्री गणेशायनमः।।

अथ दीपक-ज्ञान-स्वरोदय

(ऋषीकेश कृत)

।। श्री गणपति स्तुति।।

दुरद वदन सुख सदन विराजत।
ईस तनय गनईस सीस रजनीस जु छाज़त।
रिद्धि सिद्धि बुधि देत जाहि कछु विलम न लागैं।
जो सुमिरैं चितलाइ भागि ता जन कौ जागै।
रिषीकेस कलिमल दलन विथन विनासन अघहरन।
जै गिरिजा नंदन परम गुर, काम धाम मंगल करन।

अथ नृत्तक छंद

आदि धरौ ध्यान सुखद स्याम कौ।
मोहि भरोसौ जुहै उनिही के नाम कौ।
प्राण सकल प्राणनि कौं जानियै।
देवनि कौ देव सोइ मानियै।
मैं कौ हरण हार है भगवंत सौ।
आदि वही मध्य वही अंतसो।
वारन की तारन की वार उन।
वेस्या अजामेर लियौ तारि उन।
द्रौपती कौ चीर बढ़ायौ उनहीं।

धर्मसुतै जुद्ध जितायौ उनहीं।
राखि लियौ आगिते पैहेलाद कौ।
टारि दियौ दैत्य की मर्जाद कौ।
भगतनि के हेत देह धरी जू।
मतमंद जु उनि सौ न करै नेहजू।
जानत हो स्याम सवै चित्त की।
लाज तुम ही कौ पतित भक्त की
दास रिषीकेस तुम्हारौ जु है।
तुम तौ बहुत काल नियारौ जु है।
वेगि दया सिंध दया कीजिये।
चाहत हौ आइ दरस दीजियै।
देखौ न कोऊ और दुख हरन।
या ते आइ परौ तिहारे सरन।
सरण आये की लाज कीजियै।
ज्ञान ध्यान देव मोहि भक्ति दीजियै।

सोरठा

ज्ञान दीप सुख रास, जीवनराम स्नेह सौ।
जैसे कियौ प्रकास, सुनीयै सो सब कहत हौ।

नवल छन्द

जमुना के तीर मित्र आगरौ बसै।
जेते नगर है आगरो सुन्दर लसै।
जानो निवास दास रिषीकेस को वही।
गुर के प्रसाद कछू ग्यान रीति मैं लही।
जे मित्र है दयाल जे दया सवै करौ।
दर्सन दिखाइ दुख विविध दास के हरौ।

तिनि में महा सुजान जीवनराम जानिये।
परमारथी सुबुधी सुधी सुबखानियै।
तिनि येक द्यौस मोसो कहीयै सुनाइकै।
भाषा में स्वरोदय सो मुझे दे बनाइकै।
जदपि में कहौ मित्र गुनी कौ कियौ।
श्री कृष्ण की कृपा सै जथा मत सौ करि दियौ।
जानौ नहीं मैं तो कछू छन्द रीति को।
टारौ न वचन मैंने देवता की प्रतीति कौ।
यह ज्ञान दीप गूंथ रचो है बनाइकै।
जाँ में सुखद प्रकास, तिमिर दै नसाइके।

सोरठा

षट् प्रकास सुख कंद, कहो मित्र षट् छन्द करि।
कृपा करी ब्रज चंद, दीप प्रकासौ ज्ञान तब।

नाग स्वरूपिनी छन्द

सूनौ जु ज्ञान दीपकै। सुबुधि के समीप कै।
प्रकास होत लोक मैं। रहै न चित्त सोक मैं।

अरिल्ल

अष्ट दस सत अष्ट सु संवत जानियै।
चैत्र शुक्ल तिथि तीज वार ससि मानियै। (१८०८)

दोहा

अब सुनि ककुभा छन्द करि कहियत प्रथम प्रकास।
यह नाड़ी स्वर भेद सब भाषे शिव सुखरास।

ककुभाछन्दः पार्वत्युवाच

येक दिन सिवा कही यह सिव सौ मुनौ महेश्वर ज्ञानी।
दीसतु नाहि और कोउ तुम सौ तिहु पर मध्यि विहानी।
जिनि जानै नर सब कछू जानै, कौन ज्ञान सो कहियै।
सकल कार्ज की सिद्धि सु यामै, बिनु प्रयासहि लहियै।
तिथि नक्षत्र अरू वार महूरत, भद्रादिक अपजोगा।
तिनि की तहाँ न कछु वस्याई, सवै मैटि शुभ होगा।
जो तुम प्रभु प्रसन्न हौ मो पर, हौ दयाल सो कहिये
जाके किये सकल सुख सरसैं, दुःख न कबहू लहियै।

श्री सिव उवाच

तब सिव कही, सुनौ तुम गिरजा गुप्त ज्ञान यह जानौ।
काहूं सौ अवनौ नहि भाषौ, गुप्त अति मानों।
स्वर ही मैं चहु वेदहि जानौ, सास्त्र सकल स्वर माहीं।
तिहू लोक पुनि है, स्वर ही में, यामैं संसय नाहीं।
परमातम जग मैं जो कहिये, ताको स्वर मैं वासा।
दृष्टि अदृष्टि सकल स्वर ही मैं, सब ही स्वर परकासा।
स्वामी बिन जैसे ग्रह जानौ, सिरविनु तनहि बखानौ।
सास्त्र हीन जौ वचन न सोहै, सुर बिन पंडित मानौ।

अथ सिष्य लक्षनं

सात, सुद्ध आखर, कृतज्ञी गुरू कौ भक्त जु होई।
ताकौं स्वर को ज्ञान दीजिये, द्रढ़ मन चित है जोई।
दुर्जन दुष्ट असात छुद्र मति, भक्ति न गुर की जाने।
सुभ आचार सत्य सो हीनौ, देहु न तिनि स्वर ज्ञानै।

नाड़ी वर्णन

सहस चतुर्दस नाड़ी तन में, सुनीयै अचल कुमारी।

बहु विस्तार रूप सब तिन के, जानत जे गुन धारी।
यै चौंबीस मुख्य ऐ तिनि मैं, यह निश्चै जिय जानौं।
दस नीचै दस ऊचै निकसी कमल नाभि ते मानों।
दो–दो पुनि उत्तर अरु दक्षिन, जानौ सदा सुहाई।
तिनि मैं दस प्रधान अति मानौ, पार्वती मन भाई।
तिनि दस के अब नाम बखानौ, सुनौ प्रिया सुखदानी।

इडा (१) पिंगिला (२) सुषमना (३) गंधारी (४) मनमान बहुरि हस्तिचिव्हा (५) और पूषा (६) पुनि जसस्वनी (७) जांनौ। है अलवुषा (८) कूहू (९) संखिनीं। (१०) ये दस नाड़ी बखानौ।

जौं तुम ये नाड़ी दस जानी, पवनहु दस परधाना। तिनि हूं के अब नामहि सुनियै, जेहि विधि कहत सुजाना।

प्रान (१) (अपान) (२) उदान (३) समानह (४) मान (५) नाग (६) पहिचानौ। कूरम (७) क्रकल (८) धनंजय (९) है पुनि, देवदत्त (१०) उरआनौ।

सुनि गिरिजा पावन मति तेरी, ये दस पवन विचारौ।
अब इनिके अरू सब नाडिनि केई, प्रभाव हिय धारौं।
बाँमैं भाग इडा तुम जानौं, नाडी पिंगिल दक्षिन।
मधि सुषमना नैहचै जानौ मानौ गुनी विचक्षन।
बाम चक्षु गंधारी कहियै, हस्ति जिह्म पुनि दांयैं।
पूषा कर्न दाहिने लहीयैं, पुनि जसस्विनी बांयै।
नाभि माहि थिति है अलबुषा, कूहू लिंग में जांनौ।
मूल स्थान संखिनी तिष्ठै, यह निश्चै मन मानौ।

नाड़ी अस्थान

प्रान पवन सौ बसै हृदे मैं, गुदा अपान बखानौ।
पुनि समान सो नाभि देस में, कंठ उदान सो मानौ।
सर्व सरीर मान सो व्योमे, पंच पवन परवाना।

नागादिक जे पांच और है, तिनिकौ सुनौ बखाना।
नाग उदर समैत तुम जानौ, कूरम उनमीलन में
क्षुत कृतज्ञ मैं कुकल बखानौ, सांची जानो मन में।
देवदत्त जु उवासित कहियै, या मैं संसय नाहीं।
बहुरि धनंजय सर्वसु व्यापी यह जानौ मन माहीं।

नाड़ी देवता

जानौ इडा जु नाडी ससि की, भानु पिंगला मानो।
संभु रूप पुनि जाति सुषमना, तीनि प्रधान बखानौ।
इनि मैं प्रान करैं निसिदिन गत, जोगेश्वर सब जानै।
गुप्त भेद यह कहौ सिवा जू, जाहि न कोई जानै।
निकसत स्वास हँकारहि जानौ, संभु रूप सो कहियै।
पुनि प्रवेस मैं जानि सकारहि रूप सक्ति कौ लहियै।

नाडी स्वर वर्णन

सक्ति रूप में जांनि चंद्रमहि, वाम प्रवाह जु वाकौ।
संभरूप मैं जानि दिवाकर, मारग दच्छिन ताकौ।
खैचि पवन कौ दान जु दीजै, कौटि गुनौ फल पावै।
बुद्धिवंत सो यह विधि जानौ, जीव लोक में मानौ।
नित उठि लखै सु इनि को जोंगी, एक चित्त जो होई।
ताकौ तुम सरवज्ञ बखानौ, भापत है गुनि जोई।
अस्थिर जीव तत्व कों जानौं, थिरता विनु नहि आवै।
इष्ट सिद्धि ताही को कहियै, महालाभ जय पावै।
छिन में वांम छिनक में दक्षिन, वायु वहत जौ जानौ।
दोउ सुर सरत सुषमना कहियैं, विषवंती तिहि मानौ।
काल रूप तहं वास अग्नि को; कारज सकल विनासै।
जो जन जावै या नाड़ी में, काज न कछू प्रकासै।

वांमें इडा जु नाड़ी ससि की, सो थिर सित सम कहिये।
पुनि गिरिजा त्रिय संज्ञा ताकी ताहि समझि सुख लहिये।
दक्षिन नाडी पिंगिल रवि की, विषम असित चर जानौ।
संज्ञा ताहि पुरुष की कहियै, सत्य वचन मन मानौ।
जब सुर सरै चंद्र नाड़ी में, सौम्य कार्ज सब करियै।
सूरज नाड़ी बहै जा समैं, रौद्र कर्म अनुसरियै।
तब स्वर चलै सुषमना पूरन, मुक्ति लाभ अति जानौ।
तीनि स्वरूप पान एकै गत, क्रम–क्रम ते सब मानो।
बीस अरू एक सहस्त्र सिवाजू, पुनि षट सत अधिकाई।
निस दिन स्वास चलत प्राननि कै, यौ गुर जुगति बताई।
रहे एक स्वर पांच घरी लौ, जानत है स्वर ज्ञानी।
एक सहस्त्र आठ से स्वासा, तिहि स्वर चले भवानी।

तत्व वणंत्र

पांच तत्व मुनि पांच घरी में, चलै सु निहचै जानौ।
तिनि के रूप भेद गुन भाषौ, भिन्न–भिन्न पहिचानौ।
पहिलौ तत्व प्रथी तब जानौ, पीत वर्ण सो कहिये।
द्वादस आँगुर तेहि परमाना, जाहि मध्य गति लहियै।
दूजौ तथ्व नीर पुनि कहियै, उज्जल वरण बखानौ।
तेहि परमान सु षोडस आंगुर ताहि अधोगति मानौ।
तत्व तीसरौ अग्नि बखानो, चतुरंगुल परमाना।
ऊरध गति अरु रक्त वरण है, जानत जाहि सुजाना।
चौथी वायु तत्व है, जाकी गति तिरछौंहीं कहियै।
अष्टांगुल परमान सु जाकौ, हस्ति वरन जिहि लहियैं
पंचम सो नभ तत्व बखानौ, नील वरण जेहि जानौ।
कछुक स्वेत तास मैं मानौ, अंतर गति पहिचानौ।
सुर अरु नाड़ी भेद जिते ये, कहे सकल तुम पांही।

अब इक इक के काजहि वरनौं, सुनि राखौ मन मांही।
जाकौ काज ता समय कीजै, सिद्धि सकल विधि लहियै।
अपजोगनि की कछु न वस्याई, जो स्वर मारग चलियै।
भाषा रिषीकेस कृते नाड़ी–स्वर भेद वर्णनानाम प्रथमोप्रकासः।।१।।

इति श्री भाषा स्वरोदये ज्ञान दीपकं उमा महेस्वर संवादे।

द्वितीय प्रकास

स्वर-कार्य-वर्णन

दोहा

अब हरिगीता छन्द करि, कहियत दुतिय प्रकास।
एकए स्वर के कार्ज सब, भाषे सिव सुखराम।

हरिगीतिका छन्द

जेकार्ज ससि स्वर मध्यि सूभ,तिनि को सुनौ चितलाइ जू।
कबहूं न निर्फल हौहि जे, निश्चै सदा फलदाइ जू।

अथ चन्द्र-स्वर

जात्रा, विवाह, सुदान भूषन, वसन, ससि सुभ जानियै।
पुनि सांति पौष्टि सुमित्र दर्सन स्वामि कौ सनमानियै।
कहि बंज अरु धन, बहुरि रस कौ सार संग्रह कीजियै।
तहां जानि ग्रह परवेस शुभ, पुनि बीज खेतहि दीजियै।
सुभ मंत्र–साधन जज्ञ विद्या, सुर प्रतिष्ठा जानियै।

जौ पिय करैं तौ त्रिय वस्य होई, जौ त्रिय करै तौ पि यवस्य सोई।
जौ चाहियै हेतु काहू सों कीजैं, भाषौं सुनौ ताहि सो जानि लीजै
लै चन्द्र नाड़ी दिन सात ताई, लै अंजुली नीर भू में सु नाई।
ताकौ धरैं ध्यान जो चित्त भावै, गुर ज्ञान पूरौं सु ऐसै बतावै।
निज स्वास जानौ नीचै कों थीवै, सो नीर गौरी तिहि काल पीवै।
तौ प्रीति वाढ़ै कछु संस नाँही, यों साचु मानौ निज चित्त माँही।
औरौ कहौ जू हित वृद्धि रीती, जासों बढ़ावै अनजान प्रीती।
चमेली डारी सप्तांगु लीजै, ज्ञानी बतावै सो चित दीजै।
लै नाम ताकौ विधि आन छाड़ै, ताके तरैं देहरी ताहि गाडै।
जो चंद जानौं निजु स्वास माहीं, तौं यौं करै जू कछु संसै नाहीं।
सो आप ही सों प्रीतिहि लगाबै, यों गुर बखानै जो चित्त भावै।
यह कोई जानै जो चित्तई लहै जू, काहू को प्यारौ आपै रहे जू।
जो हौं कहौजू काजहि करैं सो, सोक आपने जीयको तो हरै सो।
भानोदये चंद्र नाड़ी जु जानों, सैंमरि चमेली कौ मूल आनों।
ले खैर हू की चौथी तिलनु की, है पांचई सो जानों चंदन की।
लै कै इनै पांच खूटी गढ़ावै, पांचों को गाड़ै जहां भूमि पावै।
चारौ चहू दिसि तिल मध्य कीजै, जी भावतौ जो तेहिनाम लीजै।
चारांगुली ते भुव मध्य राखै, औरु करौ जू गुनि लोइ भाखै।
लै सूत की जसुनि तार नीकी, कातै जु कन्या भावंत जी की।
खूटी जु गाड़ै तिनि मैं लपेटे, मन में जु इच्छा सो ताहि भेटै।
तारै लपेटैं जेहि काल जोई, या भांति भाषै तेहि काल सोई।
ताके हिये में सो होइ प्यारी, जो लोई ज्ञानी सोई उचारों।

इति वसीकरण - विधि

अथ डर कौ उपाय

काहू सौ कोउ मन मैं डरै, जू ताकौं बतावौ सु या विधि करें जू।

लैं वृक्ष ते जू अस्सी सुमन कौं, लै नाम ताकौ थिर राखि मन कौ।
सो लैं नदी में तेहि नाम डारै, तौं होइ किरपाल रोसे निवारे।
नाडी इडा में यह रीति ठानै, तो सिद्धि होई साँची बखानै।
ता पाँइ तल की लै मृतिका कौ, बहे सूर्य नाड़ी जेहि काल जाकौ।
सो सात चुटकी उनमान कीजै, लै और माटी तेहि माँहि दीजे।
ता द्वार पै मंडलै खँचि आवैं, सो बीच ताके तेहि काल घावै।
गई मित्र ताकौजु या विधि करै जु, सुरज्ञान ज्ञानी सु यों उच्चरैजू।
जो बाम कौ तौ पग बाम जानौं, जो पुरिष होई दाहिनों बखानौ।
नाड़ी ससी की कछु लै सुगंधै, याकौ जु दीजै सो प्रीति बंधे।

इति डर की उपाय

अथ रोस कौ उपाउ

जो कोउ रूठौ कबहूं न मानै, ताहेत भेदी भेदहि बखानै।
रात्रैस नाड़ी पुनि वार ताकौ, पीपर की डारी लै आव जाकौं।
सप्ताँगुरी है परमान जाकौ, सो आपनै जू तुम पास राखौ।
बायैं जु जावै जब फेरि आवो; दै पाऊँ वायौं तहाँ बैठि जावौ।
ताके तरै देहिरी ताहि गाड़ै, जो मैं बताऊं मत कोंन छांड़ै।
सो आपु मानो कछु संस नाहीं, ज्ञानी बखानौ धरिचिन्त मांही।

इति रोस की उपाउ

अथ जिभ्या - स्थंमन विधि

जौ मौम के जू लैं सात टूकै लै सूर्य नाड़ी मुख मांही मूकै।
मुख ही में गोलीजो बांधि लीजै, ताकौ सुध्यानैमन माँहि कीजै।
ताकीसु जिभ्या बँधि जाइ जानौं, भाषौ सु ऊनो कबहू न मानौ।
जे हेत की रीति तु सों बखानी, अन हेत हूं की सुनियै भवानी।

इति जिभ्या स्थंभव-विधि

अथ उच्चाटन उथाटन - विधि

सत्रै उचाटै मन में जुचिंता, तो मंत्र सुनियै दै कान मिंता।
समसान माटी जो जाइ लीजै, सो सात चुकटी नीके गिनीजै।
पै सूरनाड़ी तेहिकाल जानौं, जिहि काल माटी कौं जाइ आनौं।
जल जो बहै जू ताकै किनारै, घड़ी येक मैं जूल्यायै पियारै।
स्वासा जो जानौ बाहिर को आवै, सो मृतिका लै तामै बहावै।
जो नाम ध्यानै इति भांति ठानो, सो न बसै जू तेहि नग्र मानौ।
जौ भानु नाड़ी स्वर मैं सु जानौ, पीपर की खूटी तौ येक ठानौं।
सप्तांगुली है परमान जाकौ, जिहि देहरी पै गाडौ सु ताकौ।
सो गांव छांडै बहु दुःख पावै, जोगी जु जानै सो यह बतावैं।
द्वै में जु चाहै हित कौ नसावौ, तौ अर्क के जू मुनि पुष्प लावौ।
लै नाम दोऊ तिनि की जरावै, जो सूर्य नाड़ी तिहि काल पावै।
केती बखानी विधि मारिवे की, ते नांहि मानै जन जो विवेकी।
ताही ते नांही कहिवे मै आई, जो भावते के मन मैं न भाई।
सत्रै जु चाहै निज मित्र कीजै, ताको बखानी चित दै सुनी जै।
नाडी ससी की तिथि वार ताके, बैठो ससी धातु मतीर वाके।
तब मित्र होई जो सत्र कोई, इहि भांति भाषौ ज्ञानी जु सोई।

इति उचाटन-विधि

अथ अनुग्रह -विधि

काहू अनुग्रह कीनौ जु चाहौ, जा भांति भाषौ सो तुम निबाहौ।
गुरु प्रात मानौ सित पक्ष माँहीं, भानोदये जो जेहि काल नाँहीं।
लै चन्द नाड़ी कल्यान चाहै, आसीर्वादै जिहि विधि निबाहै।
सब सुःख बाढै धन बुद्धि होई, गौरी न जानौ यह संस कोई।

इति अनुग्रह -वि

अथ श्राप-विधि

काहू जु चाहै श्रापहि दियै जू, तौ चाहियै मीत ऐसे कियै जू।
जो सूर्य कौं वार सो भौम जानों, भानोदये स्याम पाखै जु मानौं।
उदै विंब रवि कौ सुनीकै दिखाई, है पिंगिला मै तेहि काल बाँई।
जिहि श्राप दीजै सौ सर्व लागै, सब सुःख जानौ तासौं सु भागै।
जो साध जग में श्रापै सुनाई, कीजैं अनुग्रह धरि चित्त माहीं।
जी में बिनै वासों मानि लीजै, कीजै अनुग्रह श्रापै न दीजै।
काहू जु श्रापौं सो नीचे जानौं, साधू सुनौ जू यह बात मानौं।
है रामजी की तुम कौ दुहाई, श्रापौ त काहू यह बुद्धि पाई।
श्रीराम करेंगे सभी न्याउ तेरौ, ताही के हाथै सब कौं नवेरौ।
श्रापहि देह तौ तुम सोचि लोजौ, जामेभलौं है तुम चित्त दीजौ।
इति श्री महा स्वरोदये ज्ञान दीपके उमा महेस्वर संवादे भाषा।
रिषीकेस कृते रतित्यादि विधि वर्णनानाम चतुर्थो प्रकास ।।४।।

पंचम - प्रकाश

काल-ज्ञान-वर्णन

दोहा

छन्द भुजंग प्रयात करि, पंचम कहौ प्रकास।
काल ज्ञान जामें कहौ, सुनौ सकल सुखरास।
आये काल काहा करै, सुनौ सकल तुम सोइ।
आयु बढै जाकै कियै, जोगी स्वर मुनि लोइ।

छंद भुजंग प्रयास

चतुर्भाति जानौ हियै काल ज्ञानौ।

महाकाल जानौ सो जोगी बखानौ।
तहाँ आदि स्वासा सुनौ जानियै जू।
भली भाँति ताकौं हियैं राखियै जू।

अथ काल ज्ञान

सरै सूर्य नाड़ी दिनौ राति जानौं।
न आवै ससी कबहूं जोसु मानौं।
रहीं आयु थोरी जियै वर्ष थौरौ।
सुजोगी बखानैं करैं काल जोरौ।
रही आयु ताकी सु तीनी अब्द जानौ।
महादेव भाषी सु यौं सांचु मानौं।
जो पै द्यौस दो लौं सरै सूर्य नाड़ी।
रही आयु द्वै वर्ष ताकी विचारी।
सरै तीनि लौं तौ जियै वर्ष एकै।
भजै रामनामै सुजानै विवेकै।
दिवस पांच लौ जो सरे सूर्य नाड़ी।
कहौ आयु ताकी सु मासै विचारी।
सरै पिंगिला पक्षनौ जानियै जू।
त्रमासै अबदी तहाँ मानियै जू।
सरै मास लौं आयु षट् मास जानौं।
कहै काल ज्ञानी सु यों साचु मानौ।
निसा कौ ससी के प्रवाहै जु जानौं।
सरै सूर्यनाड़ी जबै द्वौ समानौं।
सबै मास ऐसौ निरंतर बहै जू।
तीसै मास एकै अबदी कहे जू।
सुनौ विष्णु पद भोंह दोऊ कहावै
घटैं आयु जाकी न तौं दृष्टि आवें।

कहो द्यौस नौं है रही आयु बाकी।
भजौ रामनामै यहै मुक्ति ताकी।
कदै वक्र जातौ जु नासाग्र जानौं।
न दीखै अवदी दिना सात मानौं।
नहीं और कीजै तहां तौ उपाई।
भजौं राम नामै महा सुःख पाई।
कहौं मात्र मंडल सुहै तारुका जू।
न दीखै जुनै ना रही आयुषा जू।
दिना पांच लौ जीव ताकौं बखानौं।
महादेव बांनी सबैं सांचू मानौ।
जु आरुन्धती नाम जिभ्या कहावै।
घटै आयु जौ पै नतौ दृष्टि आवै।
कहै द्यौस नौं है रही आयु बाकी।
कहौ और निश्चैं रही नाहिं ताकी।
द्रवै मूत्र विष्टा जहाँ एक कालै।
सरै वायुता संग तौ जानि कालै।
रही द्यौस लौं सुनियै आयु ताकी।
अवस्था सुनों होइ ऐसी जु जाकी।
द्रगनि कौं मूदि अंगुली एक लावै।
सु दावै मलै तौ वलै नेंक पावै।
अरुन सामरौ चक्र जा कौं न दीखै।
दसई द्यौस जीवै भजे जगत ईसै।
उठै प्रात ही सो वन को सिधावै।
उदै होइ जब ऊपर को आवै।
तहाँ होहि ठाड़ौ रविहि पीठी दै जू।
जहां येकसी भूमिलै ना चलै जू।

दोऊ हाथ नीचैं तवै छाडि देई।
कहूं येक चिंता न तौ चित लेई।
करै दृष्टि ऊंची सु भू कौ निहारै।
तहौ छाँह अपनी बड़ी सो विचारै।
सबै विंब पेखै बड़ी आयु जानौं।
द्रगनि होन तौ पांच मासै बखानौं।
बिना कान तौ जानियै तीनि मासै।
कछू औरहू भेद ज्ञानी प्रकासै।
हिये में परै दृष्टि तौ छिद्र जानौ।
तहां तीनि वर्षें सुनौ मित्र मानौ।
बिना नैन पेखै जु द्वौ वर्षें जानौ।
चरण जो न पेखै सु येकै बखानौ।
सबै सुद्ध विंबै लिखै जो सु ज्ञानी।
रही ताहि नव वर्ष लौं मृत्यु मानी।
न देखै जु विंबै षटै मास वाकी।
लखौ द्वौतिही द्यौस है मृत्यु ताकी।
करै या जतन मित्र यौं जुक्ति जानौं।
सिवा मै बखानी सबै साँचु मानौं।

इति काल-ज्ञान

अथ काल कौ उपाइ

जु पै लोइ ज्ञानी लखै कालु आयौ।
उपायै करै जू सु योगी बतायौ।
तजै ग्रेह कौं जू तबै होइ त्यागी।
सबै रोग मैटै सु है बीतरागी।
करै पूरकौ पिंगला मैं तहां लौं।

धरैं कुंभकी सक्ति जाकी तहां लौं।
इडा नांडि का रेचकौ जानि कीजै।
बढ़ै आयु निश्चै बहुत काल जीजै।
जहाँ भृकुटी में मनै थामि राखै।
लगावै तहाँ टकटकी ईस भाषै।
बढै आयु ताकी प्रति द्यौस मानौ।
घटी तीनि संकर बखानीं सु मानौ।
सुजाना जु पद्मासनै जानि बाधैं।
पवन मूल कौ सो तबै ऊर्ध साधै।
तहां नासिका पवन कौ पूर ज्ञानी।
इडा पिंगला कौ तलै जानि आनी।
अर्ध औ उर्ध द्वैं बखानी जहां जू।
सबै बीच में सुषमना सो तहाँ जू।
गुरु ज्ञान लैकै करै जोग रीतैं।
अमर होइ जोगी सोई काल जीतैं।
दसम द्वार माँही सबैं पूणौ धावै।
कमल नाभि ते सक्ति ऊंची उठावै।
दोहू में जवै होइ संजोग नीकौ।
अभी दृष्टि होई जो सुखकार जी कौ।
गिरै अंग पै सौ अमर होई प्रानी।
हियै राखि ता कौं जु संकर बखानी।
सदां जुक्ति ऐसी करै जो सु ज्ञानी।
हरै काल चीन्है प्रथम जो सु ज्ञानी।
हरै काल चीन्है प्रथम जो बखानी।
ससी सूर्य जौनौं, निसा मे प्रवाहै।
सदा भ्यास कौं जो क्रिया को निवाहै।

गगन मंडल में ससी सूर्य जीनौं।
सु लीला सरूपी जियैं साधु तों लौं।
जियै साध साधै जु है सिद्ध जानौं।
करै तो परम पद लहै सांचु मानौं।

इति काल कौ उपाइ

कहें पंच परकास में काम जेते।
बिना साधना सो नहीं सिद्ध तेते।
छटै में कही साधन रीति या ते।
जु चाहौ कि साधै लहौ सिद्धि ता ते।
उमा गुप्त ही सो प्रगट मैं सुनाई।
हियै समझिले बात मन में जु आई।

इति श्री महास्वरोदये ज्ञाना–दीपके उमा महेश्वर संवादे।
भाषारिषीकेस कृते काल ज्ञान वर्णनोनाम पंचमो प्रकास ।।५।।

षष्ठम-प्रकाश

योग-साधना-विधि

दोहा

षष्टम कहौ प्रकास में, लियौ चौपही रीति।
जहा साधना जोग की, किहि विधि, सुनियै मीत।।

चौपाई

द्वौ मारग जग भीतर जानों, मित्र प्रवृत्ति निवृत्ति बखानों।
जे प्रवृत्त माया में बहैं, जे निवृत्त तीरहि लगि रहैं।
रिद्धि सिद्धि नव निद्धि जु चाहै, इनि ही के हित कष्ट निवाहै।
तिनि जन पूरन ज्ञान न पायौ, नट ज्यौ नाचौ जगत रिझायौ।
सो उपाइ ज्ञानी किनि करै, जासे भव सागर कौ तिरै।

आपु ही जाइ ईश्वरहि जाँनैं, तब कछु अलख भेद पहिचानै।
जो कछु बाहिर खोजै चहियै, सो सब खोजि सरीरहि लहियै।
गुरु अज्ञा तै खोजै कोई, परम लाभ जय ताकौं होई।
ता तै सो साफन अब कहियै, जाकौं साधि परम पद लहियै।
कही सिवा सुनियै हरि देवा, देव अदेव न जानै मेवा।
जो तुम सुर की बात बखानी, सो सब मै अपने मन आनी।
करि विस्तार तासु कौ भाखौ, होइ कृपाल गुप्त मति राखो।
ताकी सकल साधना कहियै, जाकौं साधि परम पद लहियै।
कौन भांति स्वर साधन कीजै, कृपा सिंध भो प्रति कहि दीजै।
यह सुनि बोले वचन गिरीसा, सब सुर जिनै नवाबैं सीसा।

शिव उवाच

चित दे सुनि गिरिराज कुमारी, यह स्वर ज्ञान सदा सुखकारी।
समुझाऊँ दोऊ स्वर की वाता, जो अभ्यास मोहि दिनराता।
जेते गुन ब्रह्माण्ड हि भरे, सूर–ससी सो जानौं खरे।
गुन ब्रह्माण्ड मध्य हैं जेते, मानुष तन मैं जानहुं तेते।
नासा स्वर दोउ रंध्र जु जानौं, दच्छिन रवि को घर पहिचानौ।
जानौ बहुरि चंद्र उत्रायन, दोउ स्वर चलै आपनै भाइन।
कबहूं दच्छिन सूर्य बहै है, कवहूं चन्द्रमा वाम गहै है।
इक दिसि उदय होहि दोहु नांही, मिलै न कबहूं आपुस मांही।
तपति अधिक जाके तन होई, दच्छिन स्वर जो रोकै कोई।
रेनि द्वैस रवि कौ आरंभै, सीत जानि ससि कौ सुर थंभै।
रेनि द्वैस स्वर बाम जू सारै, नासै तपति सीत विस्तारै।
तन सों सकल सीत मिटि जाई, होइ तपति ते तहां अधिकाई।
दोऊ स्वरनि सरन नहिं दीजे, चहिये सो स्वर पलटि जु लीजै।

पार्वत्युवाच

गौंरी कही सुनौं सिव देवा, स्वर पलटन कौ कहियै भेवा।
रवि में ससि ससि में रवि आवै, कहा करै जिहि फेरिन चावै।

श्री शिव उवाच

जब सिव संकर बोले बानी, सुनौ प्रिया सुन्दर सुखदानी।
बहनि जु नाड़ी तूल सौ रोकै, औरौं भांति गुनी अबलोकै।
जो स्वर सरै सोइ दिसि जानौ, लावै कूंखि सु कुहुनी माँनौ।
अँगुरी हाथ भिन्न्न सब कीजै, पुनि कछु भार भूमि पर दीजै।
जो स्वर बहै बन्द हो जाईं, बन्द होई सो चलै वहाई।
चलते स्वर सौं सोवै कोई, नाड़ी सून्य ऊर्ध लै जोई।
निश्चै चलै और स्वर ताकौ, ऐसै भेद लहौ तुम याकौ।
निसि पति सरैं जु दिन में बाहें, रजनी कौ दिनपति अवगाहें।
जो कोउ क्रिया सदा यह करैं, सकल रोग सो तन के हरैं।
पीरा सीस अस्थि जौ होई, सत्य पीर नासैं सब सोई।
टौना टामन कछू न लागै, बीछू सर्प सकल विष भागै।
तन में रहै सदा तरूनाई, हर्ष अनंद वंस अधिकाई।
दिन कौ पान करै ससि जोई, रवि कौ राति निवाहै सोई।
बढ़ै आयु निश्चै जिय जानौं, काहू भांति न संसय मानौं।
पै भोजन अस्नान जु जानौ, तिनि में सूर स्वरैं पहिचानौं।
चारि घरी स्वर फेरि जु कीजै, याते अधिक बहन नहि दीजै।
प्रथमारम्भ कियै चित्त चाहै, जो नर स्वर सिद्धी अवगाहै।
ताकी रीति सकल अब कहियै, जाके कियै सदा सुख लहियै।

अथ स्वर-सिद्धि-विधि

वर्ष एक लौं साधै आसन, जहँ यह कहत महा भय–नासन।
जहँ अस्थल उत्तिम अति होई, पुनि उत्पात न जानै कोई
दुर्भति दुष्ट तहाँ नहि आवै, सांत चित्त कोउ एक सिधावैं।
सूक्ष्म भोजन तहाँ सु जानौ, त्याग अनूल ताको पहिचानौ।
मीठौ मठा गाइकौ लेई, चावल संग लेइ पुनि सोई।
और सकल भोजन परिहरै, एक बार यह साधन करै।
आसन तहां पालथी जानौ, नतौ दुजाना बैठक मानौ।
सूर्य चन्द्र कौं बैठक होई, बैठे सुचित जू साधक जोई।
जो अभ्यास करें सुख पावै, नासाअग्र ध्यान सो धावै।
प्रथम पीर उपजै कछु नैना। चालीस दिन बीतै होई चैन ।।
जोगी स्वर ईश्वर स्वर ज्ञानी, गिरिजापति येहि भांति बखानी।
पसु पंछी मानस जे मरै, साधक दृष्टि तहां लौ परै।
चाहै तो अपनौ तनु त्यागै, मृतक सरीर जाइ पुनि जागै।
जौ चाहै तौ फेरिहु आवै, याकौ मंत्र गुरु पहि पावै।
जब यह ध्यान भाल ठहराई, बहुरि तहां तै मस्तिष्क जाई।
आवै जबै सीस के मांहीं, पृथ्वी परै न साधक छांही।
स्वर्ग पताल सवै, वृग आवै, देव अपसरा दर्सन पावै।
ग्रह नक्षत्र सब तिनि के रूपा, नेत्र निकट सो लखै अनूपा।
जब पुनि दृष्टि पृष्टि पर आवै, बात सात सागर की पावै।
साधक क्रिया यहे अभ्यासै, सो सब दुविधा भ्रमै विनासै।
निभै होइ परम–पद पावै, जो साधन सौं चित्त लगावै।
एक वर्ष में साधजु होइ, जौ पै विघन न आवै कोई।
चाहै रहै जगत अनुरागी, चाहै होइ सकल कौ त्यागी।
करनी कठिन करी नहिं जाई, रिषीकेस मुख भाषि सुनाई।
हौं नहि यह करनी करि जानौ, चतुराई करि बात बखानौ।

जैसौं बल अपने तन पावै, सो तैंसों वह भार उठावै।
जेतौ साधन सों मन लावै, ते तौ लाभ दास हूं पावै।
बोले शंकर सुनो भवानी, यह साधन की गति जु बखानी।
जोगी सावधान जो साधै, ब्रह्म लीन होइ लाइ समाधै।
चालीस दिन बितीत जब होई, अलख चिन्ह पुनि देखै सोई।
यामैं कछु संदेह न जानों, जो हम कहौ साचु करि मानौं।

पार्वत्युवाच

गौरी कहै सुनों जगदीसा, हंसासन साधै जु गुनीनों।
ताकौ भेद नहीं हम जानों, मो पर होइ कृपाल बखानौ।

अथ हंसानन-विधि

श्री शिव उवाच

सिर अरु पृष्ट कटिहि सम राखै, पिडुरी पर पिडुरी गुरु भाखै।
बाये पग की ऐडी जोई, दक्षिन जानु राखियै सोई।
दच्छिन जानु सु बाँई जानौ, बहुरौ नाम जपौ मन मानौ।
निर्गम स्वर सो हंस कहावैं, नाम जु हंस प्रवेस जु पावै।
हंस जु आतम करि पहिचानौ, जो सुहंस परमात्मा मानौ।
जो इनि दुहुनि एक करि राखै, नाम निरंजन सो रस चाखै।
लहै निरंजन अनुभव जागै, व्याधि मलिनता जड़िता भागै।
जो इहि भांति साधि चित्त लाबै, परम हंस की पदवी पावें।

इति हंसानन

पार्वत्युवाच

सुनिये शब्द अनाहद कैसें, शिवा कही जब सिव सों ऐसें।

अथ अनाहद-विधि

श्रीशिव उवाच

तब शिव संकर बोले वानी, चित दैकरि तुम सुनौ भवानी।
जो नर सुनें अनाहद चाहै, सौ तो सदा एकन्त निवाहै।
बैठक ताहि दुजानू जानौ, दुहु चूतर तरवा पर आनौ।
दोउ हाथ काननि पर कीजैं, तर्जनी तिनि के पीछै दीजै।
सब्द अनाहद जागै जहां, निसि दिन मंगल ध्यान में तहां।
बैठो बुधि विज्ञान सु पावै, जो अनहद सों ध्यान लगावै।
महिमा ताकी कही न जाई, बहु बिस्तार न किन हूं पाई।
ऐसी विधि संकर कर ज्ञानी, रीति अनाहद सुखद बखानी।

इति अनाहद-विधि

पार्वत्युवाच

बहुरि गौरि बोली सिव पाहीं, जौनी सब्द कर्म जग माहीं।
करिकें कृपा सु मोसों कहियै, ताकै कियै सिधि कहा लहियै।

अथ शब्द-कर्म

श्रीशिव उवाच

बोले सिव गुरुजन यह भाखै साध पालथी आसन राखै।
कटि अरु पीठि समासम करै, दोऊ कर तहांई लै धरै।
कुहनी दोउ नाभि पर कहैं, तरवा पर दोउ अंगूठा रहे।
ब्रह्मरन्ध्र कौं धरैं जुध्याना, साधै विरला संत सुजाना।
अमर होइ सो जोगी जानों, तिहूं काल तिहि आगै मानों।

इति शब्द-कर्म

पार्वत्यवाच

बोली गौरि जोरि कर दोऊ, पूरन क्रिया कहौ सिव सोऊ।

अथ पूरक-कर्म

श्रीशिव उवाच

बोले सिव जो पूरन गहै, हलकौ तनहि बूल सम लहै।
जैसे तूलहि पवन उड़ावै, त्यों साधक जल में चलि आवै।
जो कोउ चाहै पुरक साधैं, आसन तहां पालथी बांधै।
पूरक करै पवन कौ खैचै, उदर हलाइ सु अंतर ऐंचै।
नासा स्वर कों खैंचत रहै, जब लगि पवन सकल तन बहै।
एक वर्ष यह साधन करै, सिद्धि होइ सो जल में तरै।
तन की व्याधि सकल पुनि नासै, बहु आनंद हिय माहिं प्रकासै।

इति पूरक-कर्म

पार्वत्युवाच

तवै सिवा सिव सों प्रति कहियै, कर्म खेचरी किहि विधि लहियै।

अथ खेचरी-कर्म

श्रीशिव उबाच

बोले सिव सो पवनहिं थंभै, कर्म खेचरी जो आरम्भै।
तालु रध्र जीभ सौ मूदैं, वायुन निकसै, तन में कूदै।
सौंधा नौंन जगत विख्याता, काली मिरच मिलावै गाता।
जिभ्यासौं षट मास लगावै, सांझा भोर नहिं सो बिसरावैं।
दोह कर जिभ्या दोहन करै, चिंता कछु न चित्त में धरै।
भीजे बसन दुहै पुनि ताकों, बाहिर मुखते खैचै बाकौं।
कोमल होइ जीभ पुनि बाढ़े, जौं जौं साधक खेंचत गाढ़ैं।

पै जो कोऊ इहि विधि राखै, भूलि न कबहु तमोलहि चाखै।
तर्जन और अंगुष्टा कहियै, तिनि के नखहि बड़ायें रहियै।
रसना तरैं सिरा द्वौ जानौं, अरुन स्याम तुभ तिनि कों मानौं।
तिनि कों काटि नखनि सों लीजै, लांबी कोमल रसना कीजै।
नासा लों जिभ्या जब आवै, साध मनोरथ पूरन पावै।
बहुरौ प्रथम पूरकै ठानै, रसना तालू रध्र समानै।
रसना सबहिं तालु मंहि जाई, वायु सकल तन रहै समाई।
ग्रीव हाड़ ठोड़ी सों बांधै, रोकै पवन वर्ष भरि साधैं।
ऐसी भांति क्रिया जो साधै, एक वर्ष लों धरै समाधै।

इति खेचरी-कर्म

पार्वत्युवाच

गौरी कहै सुनौ सिव ज्ञानी, तुम्हरी महिमा जगत बखानी।
सिद्वासन जो जग में कहियै, ताकी सिद्धि कौन विधि लहियै।
कहा होहि तिहि आसन साधै, सिद्धि कौंन ताकै अवराधै।
हो कृपाल सो मोसों भाखौं, दासी जानि गुप्त मत राखौ।

अथ सिद्धासन-विधि

श्रीशिव उवाच

ऐसे सुनि बोले त्रिपुरारी, चित दै सुनियै अचल कुमारी
आसन सिद्धि, सिद्व जो साधै, बैठक तासु दुजानू बांधे।
दक्षिन पद की पीठि जू जानों, चरण बाम तरवा पर आनों।
आधे तलु एड़ी दिसि जोई, दोउ अंड तर दावै सोई।
मूत्र बीज की नाड़ी रोकै, ऐसी भाँति लहै सुख ओकै।
रसना तालु रंध्र में दीजै, पवन रोकि सो तन में लीजै।
सिद्धासन इहि विधि साधै, मैटे चित सों सकल उपाधै।

भूख प्यास ताकों नहि लागै, तेहि लखि मृत्यु दूरि तें भागै।
सीत ऊष्म डरु ताकों नाहीं, छूटैं धंध सकल जग माहीं।
महादेव देवनि के देवा, कही सिवा प्रति यह स्वर भेवा।

कबीरौवाच

जद्यपि कर्म क्रिया अरु आसन, हैं अनेक सब दुख विनासन। बहुतक कहें करै कोउ ऐकै, गुर प्रसाद कोउ लहै विवेकै तातै मैं सब नाहिं बखानी, भाखै सुगम–सिद्धि मैं जानी क्रिया जोग की अगम अपारा, कह लों ताहि करै सिंसारा गोरिख सब इक इक करि साधी, भाँति भाँति करि हिय आराधी केतिक और साध जै भये, साधन साधि सिद्ध है गये जथा सिद्ध जग में परवाना, सोई जोग अलख पहिचाना माया नदी जगत में छाई, विविध सपन तहाँ देति दिखाई ज्ञान जोग जोगै नर जोई 'ताकों स्वप्न होइ नहि कोई सकल सिधि कछु काम न आवै, सिध सु परमातम कौ धावै सो पर्मात्मा खों जो भाई, मिटी जाइ तिहि आवाजाई जाके लखै परम सुख पावै, तासौ क्यों नहि चित्त लगावै जिहि परमात्मा में जग ऐसै, मन में विविधि कल्पना जैसै छिन प्रकटै छिन दीखै नाहीं, जहां ते उपजै तहां समाहीं जौ परमात्मा खोजै चहियै, तौ पहिले यह जतन निवहियै साधक सूक्षम भोजन पावै, दिन दिन प्राणायाम बढ़ावै तातै सब इन्द्रिनि कों जीतैं, तिनि कों तिनि के गुन तैं रीतै पंचभूत को एक सरीरा, जानत जाहि सवै मतिधीरा लिंग सरीरा दूसरो लहियै, क्षर अक्षर इनि देउवनि कहियै सूक्ष्म सरीर तीसरौ राखौ, जे ज्ञानी ते इहि विधि भाखौ

भू जल तेज वायु नभ जानौ, स्थूल सरीर सु इनि को मानौ
मन अरु बुधि चित्त अहंकारा, इनि तै लिंग सरीर संवारा
सूक्ष्म सरीर तेजमय जानों, क्रम ते इक इक कौ तुम मानों।
जब इन्द्रिनि को बसि करि पावै, मन चित्त बुधि अहंकार नसावै।
लिंग सरीर बसै द्रग ताकी, ससि सम आभा बरनी जाकी।
ताकै सूक्ष्म सरीरहि जानौं, जाकौ रस सम तेज बखानौ।
आपनुपो लखिबौ यह कहियै, याहि लखै परमातम लहियै।
परमातम याकैउ परतै, जाकौ कहियै अलख अनंतै।
जा ते ये प्रकास सब पावें, स्व प्रकास जेहि वेद बतावें।
सब में बसै सबनि ते न्यारा, सोई सब संतनि कों प्यारा।
जातें साधन जतन सो करै, जासें निरगम की गम परैं।
वातिनि जोग सिद्धि नहि होई, जौ लों सुचित न साधै कोई।
अलखैं लखै अलख कौ पावै, काहु भांति न चित भरमावै।
वातिनि जोग सिद्धि नहिं होइ, जोंनों सुचित न साधै कोई।।
जौ लों नहीं लहै जगदीसै, तौ लों साचु झूंटु सौ दीसै।

इति श्री महा स्वरोदये ज्ञान दीपके उमा महेस्वर संवादे।
भाषा रिषीकेस कृते योग साधन नाम षष्टमो प्रकास ।।६।।

सम्पूर्णम् । संवत्। १९३८।। आषाढ़ कृष्ण ५ गुरवासरौं।।

हस्ताक्षर जुगलकिशोर कशिव नूरगंज वारे के

।। शुभम् भवत्।। श्री शुभ।।

कुछ उपयोगी सूचनाऐं

(१) ज्वर हो या किसी प्रकार की वेदना हो, फोड़ा, घाव, चाहें जो हो, किसी भी प्रकार की बीमारी के लक्षण ज्यों ही मालूम हों त्यों ही जिस नासिका से श्वास चलता हो उस नासिका को तुरन्त बन्द कर देना चाहिए। जितनी देर या जितने दिन तक शरीर स्वाभाविक स्थिति को प्राप्त न हो जाय, उतनी देर या उतने दिनों तक उस नाक को बन्द ही रखना चाहिए। इससे शरीर शीघ्र स्वस्थ हो जायेगा, अधिक दिन दुःख नहीं भोगना पड़ेगा।

(२) रास्ता चलने पर या किसी प्रकार का मेहनत का कार्य करने पर, जब शरीर बहुत ही थक जाय अथवा उस कारण से धातू गर्म हो जाय तो कुछ देर दाहिने करवट सो जाना चाहिए; इससे शीघ्र ही थोड़े समय में ही थकावट दूर हो जायेगी और शरीर स्वस्थ हो जाएगा।

(३) प्रतिदिन भोजन के बाद हाथ–मुंह धोकर कंघी से सिर के बाल झाड़ने चाहिए। कंघी इस तरह चलानी चाहिए कि उसके काँटे सिर में स्पर्श करें। इससे सिर पीडा और सम्बन्धी अन्य कोई बीमारी तथा वात व्याधि पैदा होने का भय नहीं रहता। ऐसी कोई पीड़ा यदि होगी तो वह बढ़ेगी नहीं। वरन् क्रमश आराम हो जायेगा। बाल शीघ्र नहीं पकेंगे।

(४) यदि कड़ी धूप में कहीं बाहर जाना हो तो रूमाल, चादर अथवा तौलिया आदि के द्वारा दोनों कानों को ढक लेना चाहिए, इससे धूप में चलने पर धूप जनित कोई दोष शरीर को स्पर्श नहीं करेगा और न शरीर गर्म और दुखी होगा। कानों को इस तरह ढकना चाहिए कि पूरे कान ढक जाय और कान में हवा न लगे।

(५) स्मरण शक्ति कम हो जाने पर मस्तक के ऊपर एक काठ की कील, उसके ऊपर एक काठ का टुकड़ा रख कर धीरे–धीरे उस आघात करना चाहिए।

(६) प्रतिदिन आधे घण्टे पÁासन से बैठकर दांतों की जड़ में जीभ का अग्रभाग दवा कर रखने से सब तरह की व्याधियां नष्ट हो जाती है।

(७) ललाट के ऊपर पूर्ण चन्द्र के समान ज्योति का ध्यान करने से आयु बढ़ती है और कुष्ठादि रोग दूर होते हैं। सर्वदा दृष्टि के आगे पीत वर्ण उज्जवल ज्योति का ध्यान करने से बिना औषधि सब तरह के रोग अच्छे हो जाते हैं। और देह वृद्धावस्था के लक्षणों से रहित हो जाती है। सिर गर्म होने या घूमने पर मस्तक में श्वेत वर्ण या पूर्ण शरच्चन्द्र का ध्यान करने से पांच–सात मिनट में प्रत्यक्ष फल दिखाई देता है।

(८) प्यास से व्याकुल होने पर ऐसा ध्यान करना चाहिए कि जीभ के ऊपर कोई खट्टी चीज रक्खी हुई है। शरीर गर्म होने पर ठण्डी चीज शीतल होने पर गर्म चीज का ध्यान करना चाहिए।

(९) प्रतिदिन दोनों समय स्थिरासन से बैठ कर नाभि की ओर एकटक देखते हुए नाभि में वायु धारण और नाभिकन्द का ध्यान करने से अग्निमान्द्य, असाध्य अजीर्ण और प्रबल अतिसार इत्यादि सब प्रकार के उदरामय अवश्य आरोग्य हो जाते हैं और परिपाक शक्ति तथा जठराग्नि बढ़ जाती है।

(१०) सबेरे नींद टूटने पर जिस नासिका से श्वास चलता हो, उस और का हाथ मुंह पर रख कर शय्या से उठने पर मनोकामना सिद्ध होती है।

(११) रक्त अपामार्ग की जड़ हाथ में बाँध रखने से भूत प्रेतादि जनित सब प्रकार के ज्वर नष्ट होते हैं।

(१२) इमली के पौधे को उखाड़ कर उसकी जड़ गर्भिणी के सामने के सिर

के बालों में इस तरह बाँध देनी चाहिए कि जिससे उस जड़ की गंध उसकी नाक में जा सके। ऐसा करने से गर्भिणी तुरन्त सुख से प्रसव करेगी परन्तु प्रसव होते ही बालों सहित उस जड़ को कैंची से काटकर फेंक देना चाहिए, अन्यथा प्रसूती की नाड़ी तक बाहर निकल आने की सम्भावना रहती है। जिस समय गर्भिनी को प्रसव की वेदना से अत्यन्त कष्ट हो उस समय घबराहट छोड़कर इस उपाय से काम लेना चाहिए। श्वेत पुनर्नवा की जड़ का चूर्ण जननेन्द्रिय के भीतर देने से भी गर्भिणी शीघ्र सुख से प्रसव कर सकती है।

(१३) जो दिन में बायी नासिका से और रात में दाहिनी नासिका से श्वास लेता है, उसके शरीर में कोई पीड़ा नहीं होती, आलस्य दूर होता है और दिनों दिन चेतना बढ़ती है। दस–पन्द्रह बार रुई द्वारा ऐसा अभ्यास करने से पीछे अपने आप ही इसी नियम से श्वास चलने लगता है।

(१४) प्रातःकाल और तीसरे पहर कागजी नीबू का पत्ता सूंघने से पुराना और भीतरी ज्वर छूट जाता है।

(१५) प्रतिदिन एकाग्र होकर श्वेत, कृष्ण और रक्त वर्णादि का ध्यान करने से देह के समस्त विकार नष्ट होते है। इसी कारण ब्रह्मा, विष्णु, महेश्वर हिन्दुओं के नित्य ध्येय है। ब्राह्मण नियमित रूप से त्रिकाल संध्या करने के कारण सर्व रोग विमुक्त होकर, स्वस्थ शरीर होकर, जीवनयापन कर सकते हैं।

दुःख की बात है कि आजकल अधिकांश द्विज संध्या आदि करके अपने समय का अपव्यव करना नही चाहते और जो लोग करते हैं वे ठीक–ठीक करना नहीं जानते। संध्या का उद्देश्य तो दूर रहा, वे सन्ध्या गायत्री का अर्थ तक नहीं जानते। प्राणायाम आदि भी विधिपूर्वक नहीं किये जाते। संन्ध्या के संस्कृत वाक्यों को बस पढ़ जाना भर जानते हैं इस के सिवा

सन्ध्यादि के द्वारा वे क्या कर रहे हैं। खाक, पत्थर, सिर पैर कुछ भी नहीं समझते। हमारा विश्वास है कि भाव हृदयंगम हुए बिना भक्ति नहीं आ सकती। संध्या में प्राणायाम की जो विधि लिखी है उसमें प्राणायाम की क्रिया और ब्रह्मा, विष्णु तथा शिव के ध्यान से क्रमशः लोहित, कृष्ण और श्वेत वर्ण का ध्याान ये दो मुख्य क्रियाएं होती हैं। इनमें से प्रत्येक क्रिया में क्या–क्या गुण है, इसे कोई नहीं जानता। फिर त्रिसन्ध्या की गायत्री के ध्यान में भी उन्ही वर्णो का ध्यान होता है। हम लोग आर्य ऋषियों की सन्ध्या पूजा का महान उद्देश्य अपनी स्थूल बुद्धि के कारण नहीं समझ पाने पर भी अपने सूक्ष्म बुद्धि की मुन्शियाना चाल से उन उन सबको पागल का प्रलाप कह कर अस्वीकारा कर बैठते हैं। निश्चय जानो हिन्दू देवी–देवताओं की नाना मूर्तियाँ, नाना वर्ण जो शास्त्रों में निर्दिष्ट हैं, व्यर्थ नहीं है। सब प्रकार के धर्म साधन और तपस्या का मूल है – स्वस्थ शरीर। शरीर यदि स्वस्थ न रहा और दीर्घ जीवी न हुए तो न धर्म साधन होगा। और न अर्थोपार्जन ही होगा। असीम ज्ञान सम्पन्न आर्य ऋषियों ने शरीर स्वस्थ रखने और परमार्थ साधन करने के सहज उपाय स्वरूप देवी–देवताओं के अनेक वर्णो का निर्देश किया है। सन्ध्या उपासना के समय श्वेत, रक्त और श्यामादि वर्णो का ध्यान किया जाता है जिससे वायु, पित्त और कफ इन तीन धातुओं का साम्य होता है और शरीर स्वस्थ रहता है, इसी कारण प्राचीन समय के ब्राह्मण, क्षत्रिय कितने अनियम से रहने पर भी स्वस्थ रहते थे और दीर्घजीवी होते थे। प्रातः काल नींद टूटने पर शिरः स्थित श्वेत कमल में श्वेत वर्ण गुरु देव और रक्त वर्ण उनकी शक्ति का ध्यान करने की विधि है। इससे शरीर कितना स्वस्थ रहता है; इस बात को विलायती बाबू लोग क्या समझेंगे। जो हो, कोई यदि ब्रह्मा, विष्णु, शिव मूर्ति अथवा गुरु और उनकी शक्ति का ध्यान करके, पौर्त्तालिक, जडोपासक अथवा कुसंस्कारांच्छन्न होकर अन्धतमस में गिरने के लिये राजी न हो तो वह नई सभ्यता के अमल धवल आलोक में रहकर ही कम से कम श्वेत, रक्त और श्याम वर्ण का ध्यान करेगा तो वह भी आशातीत लाभ उठा

सकता है। वर्ण का ध्यान करने से तो वर्ण और काला होगा नहीं बल्कि बिस्कुट, पावरोटी खाने वाला जीर्ण–शीर्ण, विवर्ण शरीर स्वर्ण सदृश हो जायेगा। जो हो, मैं सबसे इस बात की परीक्षा करने की प्रार्थना करता हूँ।

(१६) पुरुष की दक्षिण नासिका से और स्त्री की वाम नासिका से निःश्वास चलते समय दाम्पत्य सम्भोग–सुख भोगना चाहिए। इससे दोनों का शरीर ठीक रहता है और दाम्पत्य प्रेम बढ़ता है।

(१७) सम्भोग के बाद स्त्री–पुरुष दोनों को जी–भर शीतल जल पी लेना चाहिए, इससे शरीर स्वस्थ रहता है।

(१८) प्रति दिन एक तोला घी में आठ–दस गोल मिर्च तल कर उस घी को पी लेने से रक्त शुद्ध और शरीर पुष्ट होता है।

चिर यौवन-प्राप्ति का उपाय

स्वर शास्त्रानुसार थोड़े से प्रयत्न के द्वारा चिर यौवन प्राप्त किया जा सकता है। यथा —

जिस समय जिस अंग से, जिस नाड़ी से श्वास चलता है; उस समय उसी नाडी का रोध करना होगा। जो बारबार श्वास का रोध और मोचन करने में समर्थ है, वह दीर्घ जीवन और चिर यौवन प्राप्त कर सकता है।

अनाहत कमल की कर्णिका के अन्दर अरुण वर्ण सूर्य मण्डल है। सहस्त्रार स्थित अमा कला से जो अमृत झरता है, वह उस सूर्य मण्डल में ग्रस्त हो जाता है। इसी कारण मनुष्य देह में वली–पलित और जरा आदि आती है। योगी विपरीतकरणी मुद्रा तथा ऊपर पैर और सिर नीचे करके कौशल से झरते हुए अमृत की, सूर्य मण्डल में ग्रसित होने से रक्षा करते हैं। इससे उनकी देह वली–पलित और जरा इत्यादि से रहित और दीर्घ काल तक स्थायी होती है। किन्तु —

गुरुपदेशतो ज्ञेयं न च शास्त्रार्थकोटिभिः

अर्थात् यह 'गुरु से ही सीखे जाने योग्य है शास्त्र से नहीं।' विपरीत करणी मुद्रा के अतिरिक्त खेचरी मुद्रा द्वारा भी सहज ही उस अमृत की रक्षा की जा सकती है। खेचरी मुद्रा का नियम इस प्रकार है –

रसनां तालुमध्ये तु शनैः शनैः प्रवेशयेत्।
कपालकुहरे जिह्वा प्रविष्टा विपरीतगा।।
भ्रवोर्मध्ये गता दृष्टिर्मुदा भवति खेचरी।।

(घेरण्ड संहिता)

जीभ को धीरे धीरे तालु के अन्दर प्रवेश कराना चाहिए। उसके बाद जीभ को ऊपर की ओर उलट कर कपाल कुहर में प्रवेश करा कर दोनों भौहों के बीच में दृष्टि स्थिर करने पर खेचरी मुद्रा होती है।

कोई कोई तालुमूल में जीभ का अग्र–भाग स्पर्श करा कर ऊस्तादी करते हैं। पर बस वही तक, वास्तविक कुछ नहीं होता। इस प्रकार जीभ रखकर क्या किया जाता है इस बात को कोई नहीं जानता। खेचरी मुद्रा द्वारा ब्रह्मरन्ध्र से निकलने वाली सोमधारा का पान करने से अभूतपूर्व नशा होता है। सिर घूमता है। नेत्र स्वयं अधमुंदे और स्थिर रहते हैं; भूख प्यास जाती रहती है; तब खेचरी मुद्रा सिद्ध होती है। खेचरी मुद्रा के साधन द्वारा ब्रह्मरंध्र से जो सुधा झरती है वह साधक के सारे शरीर को प्लावित करती है। इससे साधक दृढ़काय, शिथिलता जरा इत्यादि से रहित, कामदेव के समान सुन्दर तथा पराक्रमशाली हो जाता है। वास्तविक खेचरी मुद्रा का साधन करने से साधक छह महीने में सब रोगों से मुक्त हो जाता है।

खेचरी मुद्रा सिद्ध होने पर नाना प्रकार के रसों का स्वाद मिलता है। स्वाद विशेष का फल अलग अलग होता है। दूध का स्वाद मालूम होने पर अमरत्व प्राप्त होता है।

और भी अनेक उपाय हैं जिनसे शिथिलता, जरा आदि से रहित होकर यौवन चिरस्थायी बनाया जा सकता है।

प्रकाशक : श्री पीताम्बरापीठ संस्कृत परिषद्, दतिया (म.प्र.)
मुद्रक : अमर ज्योति प्रेस, सदर बाजार, झांसी फोन : २४७०२२३