

निर्वाण शक्ति स्नान साधना

Nirvan Shakti Snan Sadhna

दीक्षा, मंत्र, दैनिक ध्यान और मासिक शक्ति-स्नान की अनुभव यात्रा

देवी महामाया की अभिव्यक्ति - अनुभव से तृप्ति, तृप्ति से मौन

रूपरेखा दस्तावेज | Nirvan Dham

1. कार्यक्रम का मूल भाव

निर्वाण शक्ति स्नान साधना उन साधकों के लिए है जिन्होंने ध्यान का स्वाद लिया है और अब भीतर के अनुभवों - ऊर्जा, स्पंदन, मौन, प्रकाश, भक्ति, भाव और शांति - को अधिक व्यवस्थित और सुरक्षित रूप में जीना चाहते हैं।

यह कार्यक्रम निःशुल्क है। साधक प्रतिदिन एक निश्चित समय पर वीडियो कॉल के माध्यम से Nirvan Dham के गुरुजनों के सानिध्य में एक घंटे का ध्यान करेंगे। यात्रा का आरंभ Aadisatv द्वारा दीक्षा, मंत्र और प्रथम शक्ति स्नान से होगा।

मुख्य सूत्र

Nirvan Sutra गुरु की अभिव्यक्ति है - विवेक, साक्षी और सत्य की दिशा। Nirvan Shakti Snan Sadhna देवी महामाया की अभिव्यक्ति है - अनुभव, ऊर्जा, भक्ति और रहस्य का स्नान।

2. यह कार्यक्रम किन साधकों के लिए है

- जिन्होंने पहले ध्यान, जप, प्राणायाम, मौन, विपश्यना, योग, भक्ति या किसी भी साधना का अभ्यास किया है।
- जिन्हें ध्यान में अनुभवों की तलाश है और वे अनुभवों को समझदारी से दिशा देना चाहते हैं।
- जो दैनिक एक घंटे की सामूहिक ऑनलाइन साधना में नियमित बैठ सकें।
- जो मंत्र, देवी-भाव, गुरु-तत्त्व और शक्ति स्नान के प्रति खुले हैं।
- जो अपने अनुभवों को अहंकार नहीं, साधना की सामग्री मानकर देख सकें।

3. प्रवेश प्रक्रिया

1. साधक 9 आरंभिक प्रश्नों के उत्तर देगा।
2. उत्तर देखकर साधक की वर्तमान स्थिति, अनुभव-पृष्ठभूमि और group-readiness समझी जाएगी।
3. उचित साधकों को Nirvan Shakti Snan Sadhna group में जोड़ा जाएगा।
4. Group में प्रवेश के बाद पहले Deeksha Satra की तैयारी कराई जाएगी।
5. Deeksha में मंत्र दिया जाएगा और प्रथम Shakti Snan कराया जाएगा।

प्रवेश की मर्यादा

यह कोई भीड़ वाला casual meditation group नहीं है। यह अनुभव-साधना का मंडल है, इसलिए साधक की तैयारी, स्थिरता, नियमितता और भावनात्मक संतुलन को देखना आवश्यक है।

4. 9 आरंभिक प्रश्न

1. आपने अब तक ध्यान/साधना किस रूप में की है और कितने समय तक की है?

उद्देश्य: साधना-पृष्ठभूमि

2. ध्यान में आपको अब तक किस प्रकार के अनुभव हुए हैं? जैसे ऊर्जा, कंपन, गर्मी, प्रकाश, रंग, आँसू, मौन, भय, शून्यता आदि।

उद्देश्य: अनुभवों की प्रकृति

3. इस यात्रा से आपकी मुख्य अपेक्षा क्या है? आप किस अनुभव, परिवर्तन या दिशा की तलाश में हैं?

उद्देश्य: आंतरिक लक्ष्य

4. क्या आप प्रतिदिन निश्चित समय पर 1 घंटे की वीडियो-कॉल ध्यान साधना में नियमित बैठने के लिए तैयार हैं?

उद्देश्य: नियमितता

5. आपकी वर्तमान मानसिक और भावनात्मक स्थिति कैसी है? पिछले 6 महीनों में कोई गंभीर anxiety, depression, panic, psychosis, therapy या medication रहा है?

उद्देश्य: स्थिरता और सुरक्षा

6. क्या कभी ध्यान/साधना के दौरान कोई ऐसा अनुभव हुआ जिससे आप बहुत डर गए, अस्थिर हुए या आपकी daily life प्रभावित हुई?

उद्देश्य: संवेदनशीलता

7. आपकी वर्तमान जीवन-शैली कैसी है? नींद, आहार, नशा/शराब, डिजिटल-आसक्ति और दिनचर्या के बारे में संक्षेप में लिखें।

उद्देश्य: आधारभूमि

8. आप गुरु, देवी, मंत्र और शक्ति स्नान/शक्तिपात के प्रति कितने खुले हैं? कोई संकोच या प्रश्न हो तो लिखें।

उद्देश्य: श्रद्धा और openness

9. क्या आप group-maryada, गोपनीयता, सम्मान और अनुभवों को अहंकार-रहित ढंग से साझा करने के लिए तैयार हैं?

उद्देश्य: मंडल-योग्यता

5. दीक्षा: यात्रा का प्रथम द्वार

Program की शुरुआत Aadisatv Deeksha से होगी। यही साधक के लिए साधारण ध्यान से शक्ति-साधना में प्रवेश का क्षण होगा। मंत्र सार्वजनिक रूप से प्रकाशित नहीं किया जाएगा; साधक को दीक्षा में दिया जाएगा।

- दीक्षा-संकल्प: साधक अपने भीतर देवी महामाया की कृपा के लिए स्वयं को खोलता है।
- मंत्र-प्रदान: Aadisatv द्वारा साधना-मंत्र दिया जाएगा।
- मंत्र-जप विधि: उच्चारण, मानसिक जप, श्वास के साथ जप और मौन में जप समझाया जाएगा।
- प्रथम शक्ति स्नान: दीक्षा के साथ प्रथम शाक्त-स्पर्श/शक्तिपात सत्र होगा।
- अनुभव-पत्र: साधक को अपना अनुभव journal रखना होगा।

दीक्षा वाक्य

“तुम अनुभवों के पीछे भागने नहीं, देवी की लीला में सचेत स्नान करने आए हो। अनुभव आएँगे, जाएँगे; पर साधना तुम्हें भीतर की गहराई की ओर ले जाएगी।”

6. दैनिक 1 घंटे की साधना

हर दिन एक निश्चित समय पर video call के माध्यम से सामूहिक ध्यान होगा। यह समय Nirvan Dham द्वारा घोषित किया जाएगा। साधक camera on/off की मर्यादा group नियमों के अनुसार रखेंगे, पर शुरुआत और अंत में उपस्थिति आवश्यक रहेगी।

समय	खंड	उद्देश्य
0-5 मिनट	मौन आगमन	फोन, बातचीत और बाहरी व्यस्तता से भीतर लौटना
5-15 मिनट	मंत्र-जप	दीक्षा-मंत्र को श्वास और हृदय के साथ जोड़ना
15-40 मिनट	मुख्य ध्यान	मासिक theme के अनुसार guided/maun ध्यान
40-50 मिनट	शक्ति अवधान	ऊर्जा, स्पंदन, मौन, भाव या शून्यता को देखना
50-60 मिनट	समापन और अनुभव-पत्र	जबरदस्ती sharing नहीं; पहले अनुभव को भीतर स्थिर करना

7. मासिक शक्ति स्नान

हर महीने एक विशेष Shakti Snan होगा। इसे इस program में शक्तिपात का सौम्य, सामूहिक और ध्यान-आधारित रूप माना जाएगा। यहाँ साधक स्वयं को खोलता है; कृपा अपने ढंग से घटती है।

- देवी महामाया का आवाहन और मौन संकल्प
- सामूहिक मंत्र-जप

- Aadisatv/गुरुजनों की मौन उपस्थिति में ऊर्जा-अवधान
- Guided Shakti Snan Meditation
- समापन, grounding और अनुभव-पत्र निर्देश

महत्वपूर्ण स्पष्टता

शक्ति स्नान का अर्थ किसी निश्चित परिणाम की गारंटी नहीं है। अनुभव अलग-अलग साधकों में अलग तरह से घटते हैं: कभी ऊर्जा, कभी मौन, कभी आँसू, कभी शांति, कभी कुछ भी विशेष नहीं। सबको साधना का हिस्सा माना जाएगा।

8. 6 महीने की यात्रा-रचना

माह	मुख्य theme	साधना-दिशा
माह 1	बीज जागरण	मंत्र, दीक्षा, प्रथम शक्ति स्नान, शरीर में ऊर्जा-संवेदना
माह 2	प्राण लहर साधना	श्वास, रीढ़, हथेलियों और देह में स्पंदन की जागरूकता
माह 3	ज्योति और देवी-दर्शन ध्यान	भीतर की रोशनी, रंग, प्रतीक, स्वप्न और देवी-भाव को देखना
माह 4	हृदय रस साधना	भक्ति, आँसू, प्रेम, करुणा, विरह और समर्पण की ऊर्जा
माह 5	महमाया लीला साधना	जीवन की घटनाओं, संबंधों, इच्छाओं और संकेतों को सजगता से देखना
माह 6	अनुभव तृप्ति और मौन	अनुभवों से तृप्ति, अनुभवों की अनित्यता और साक्षी की दहलीज

9. 24 सप्ताह की रूपरेखा

सप्ताह	नाम	मुख्य संकेत
1	महमाया प्रवेश	दीक्षा, मंत्र और प्रथम संकल्प
2	मंत्र में उतरना	मंत्र को बोलना नहीं, सुनना
3	देह स्पंदन	ऊर्जा, गर्मी, हल्कापन, भारीपन को देखना
4	बीज शक्ति स्नान	प्रथम मासिक स्नान और grounding
5	श्वास में शक्ति	श्वास को देवी-लहर की तरह अनुभव करना
6	मेरु अवधान	रीढ़ में चेतना की सूक्ष्म अनुभूति
7	हस्त स्पंदन	हथेलियों में ऊर्जा, warmth, vibration
8	प्राण शक्ति स्नान	प्राण-स्नान और संतुलन
9	अंतर्ज्योति	भीतर की रोशनी/रंग को देखना
10	देवी रूप भाव	रूप से अधिक भाव में उतरना
11	स्वप्न संकेत	सपनों को साधना की सामग्री बनाना
12	ज्योति शक्ति स्नान	दर्शन और भाव का स्नान
13	हृदय कमल	हृदय में softness और warmth
14	करुणा स्नान	दुख को देवी के चरणों में छोड़ना
15	विरह से मिलन	longing को पुकार में बदलना
16	हृदय शक्ति स्नान	भक्ति और समर्पण का स्नान
17	संकेत दर्शन	जीवन की घटनाओं को सजगता से देखना
18	संबंधों में महमाया	कौन खींचता है, कौन जगाता है
19	इच्छा और देवी	इच्छा की जड़ और दिशा देखना
20	लीला शक्ति स्नान	जीवन-लीला का स्नान
21	अनुभवों का रस	अब तक की यात्रा को सम्मान देना
22	अनुभवों की अनित्यता	जो आया, वह जाएगा; देखने वाला कौन?
23	देवी की अंतिम कृपा	अनुभवों से आसक्ति ढीली होना
24	पूर्णाहुति शक्ति स्नान	अनुभव से तृप्ति, तृप्ति से मौन

10. अनुभव-पत्र: साधक की निजी डायरी

हर साधक को daily journal रखना होगा। इससे अनुभवों की प्यास बिखरती नहीं, बल्कि साधना में व्यवस्थित होती है।

- आज ध्यान में शरीर में क्या महसूस हुआ?
- मन शांत था, भारी था, बेचैन था या भावुक था?
- कोई प्रकाश, रंग, ध्वनि, स्वप्न, संकेत, आँसू, शून्यता या मौन अनुभव हुआ?
- अनुभव के बाद daily life में क्या बदलाव दिखा?
- क्या किसी अनुभव ने अहंकार, भय या आकर्षण बढ़ाया?

11. Group Maryada

- साधना निःशुल्क है; नियमितता साधक की जिम्मेदारी है।
- दूसरे साधकों के अनुभवों की तुलना नहीं करनी है।
- किसी अनुभव को सिद्धि, superiority या अंतिम सत्य घोषित नहीं करना है।
- Group में साझा की गई निजी बातें बाहर साझा नहीं की जाएँगी।
- गंभीर मानसिक/भावनात्मक अस्थिरता होने पर group के बजाय व्यक्तिगत मार्गदर्शन या professional सहायता की सलाह दी जा सकती है।
- मंत्र और दीक्षा की आंतरिक बातें सार्वजनिक रूप से साझा नहीं की जाएँगी।

12. सुरक्षा और परिपक्वता

यह साधना आध्यात्मिक/ध्यानात्मक कार्यक्रम है। यह चिकित्सा, psychotherapy या psychiatric treatment का विकल्प नहीं है। यदि किसी साधक को गंभीर मानसिक अस्थिरता, panic, psychosis, self-harm thoughts, substance dependence या ongoing medical crisis है, तो उसे पहले योग्य professional सहायता लेनी चाहिए।

अनुभव आना भी साधना है; अनुभव न आना भी साधना है। ऊर्जा उठना भी मार्ग है; मौन उतरना भी मार्ग है। इस program की परिपक्वता यही है कि साधक अनुभवों से तृप्त होकर अंततः अनुभवों के साक्षी की दिशा में सहजता से बढ़ सके।

13. Website/Invitation के लिए संक्षिप्त वर्णन

संक्षिप्त वर्णन

Nirvan Shakti Snan Sadhna Nirvan Dham का निःशुल्क अनुभव-साधना मंडल है। जिन साधकों ने ध्यान किया है और अब भीतर के अनुभवों, ऊर्जा, मंत्र, देवी-भाव और मौन को गहराई से छूना चाहते हैं, वे 9 आरंभिक प्रश्नों के बाद group में शामिल हो सकते हैं। यात्रा Aadisatv Deeksha, मंत्र और प्रथम Shakti Snan से शुरू होती है। इसके बाद साधक प्रतिदिन एक निश्चित समय पर video call द्वारा Nirvan Dham के गुरुजनों के सानिध्य में 1 घंटे का ध्यान करते हैं और हर महीने विशेष Shakti Snan में सम्मिलित होते हैं।

14. अंतिम सूत्र

Nirvan Sutra साधक को सत्य की ओर ले जाता है। Nirvan Shakti Snan Sadhna साधक को देवी महामाया की अनुभूति में स्नान कराती है। एक में गुरु का प्रकाश है; दूसरे में देवी का रस। दोनों अंततः उसी मौन की ओर संकेत करते हैं जहाँ अनुभव भी शांत हो जाता है और अनुभवकर्ता भी विलीन होने लगता है।

समापन मंत्र-वाक्य

“अनुभव से तृप्ति, तृप्ति से समर्पण, समर्पण से मौन, और मौन से निर्वाण की दिशा।”