

## SPEECH

Delivered on Lalaji's Centenary at Madras.

by Mrs. Birthe Haugaard of DENMARK.

My beloved Master, revered Babuji, Lord of both the worlds.

Dear Sisters and Brothers,

On behalf of all non-Indian abhyasis I am extremely happy for this opportunity to speak to you all.

It is an occasion of the greatest value to us to join you in celebrating the Birth Centenary of Samarth Guruji Maharaj the source of the sources.

It is almost unbelievable that we are favoured to be here in the subtle sunshine of our Master's Grace.

I have been asked to talk about my spiritual life.

My spiritual life could be compared to a fairy tale. Many fairy tales begin with "once upon a time," and the beginning of my spiritual life could equally be "once upon a time."

It all started in the most common way as it usually does for most human beings. At the very bottom of distress, the touch of the Divine was felt.

"Once in the darkness of the cold winternight,  
In sorrow my heart was bent down  
Bleeding in deepest despair.

After long suffering it happened—  
the heating tears melted off the frozen snow  
Revealing a glow of something I didn't know.  
The suffering stopped—erect I stood from then on I know.  
The existence of Thou who contains all names but can be  
called by no name only in the silence of the silence  
Thy voice is heard."

From then on wondering about life started and the  
search was strong and sincere for *that* which was felt.

Somebody from the East told me about meditation.  
I took it up.

In the West I wondered how few there were who knew  
about meditation. Why were we not taught about meditation?  
Why had we not been shown that way? Why did we not  
offer our thoughts more concern? It was years of reflexion.

My eyes turned towards the East.

In a book I read 'when the pupil is ready the Master  
will come to your door.'

I waited for Him.

The real Master would be able to find me in whatever  
corner of the world I was placed.

I wanted only the real Master,  
He had to come to my door.

Nearly ten years of daily life combined with meditation  
had passed when I made a strong decision. One year more  
I would spend for spiritual search. It should be placed

above everything else. If I didn't gain any thing I would  
leave it all.

I sat down two hours each day and meditated but it  
became mostly praying—praying to the abstract God for  
help to meditate correctly.

Within a month's time a letter came. It told: An Indian  
gentleman Mr. C. A. Rajagopalachari is touring Europe. If you  
want to discuss spiritual matters with him you can contact  
him on the following address in Rome. The letter ended  
'you will never in your life regret if you do so!'

Mr. C. A. Rajagopalachari mailed me a kind reply. He  
would be pleased to meet me in Copenhagen and if I could  
arrange a meeting among yoga people in Copenhagen he would  
be happy to speak to more people.

Because I didn't know any yoga people at all in my  
home land I looked in the telephone book and tried to call  
different persons but nobody was interested in **hearing** about  
Shri Ram Chandra Mission. What to do? I had promised to  
do my best. I cried and prayed. Before going to bed I  
meditated as usual. Then for the first time in my life I  
saw a vision.—A golden Indian lady statue in a praying  
position surrounded by bright light.

The next day the telephone rang. It had been arranged  
so the meeting could be kept in a central place in Copenhagen.

My prayer had been heard. The same evening Mr. C. A.  
Rajagopalachari arrived. I had my first sitting with transmiss-

ion. The following morning the second one. After that I asked Mr. Rajagopalachari "Do you think it is possible I can be accepted as a member in your mission?" The answer was, "My dear child, you have already been taken in." Happiness came into my whole being. My heart will always be full of gratitude to Mr. C. A. Rajagopalachari. He introduced me to another Indian preceptor Dr. Lakshmi Narasimhan who had just arrived in Copenhagen for nine months' research work in veterinary science. He was told to give me transmission twice a week.

Fate decided that Dr. Lakshminarasimhan should stay in my house for eight months. Each day I received transmission. Dr. Lakshminarasimhan had a copy of 'Masters writings' I became spellbound by reading it. Never had I read more beautiful words. It was an act of the Divine. It was true Beauty.

After two months of Dr. Lakshminarasimhan's stay, one day he received a letter from Master in which he was told to ask me if I wanted to become a preceptor. If yes, Master would make me one. Master wrote 'you know from your own experience that I have the ability to infuse the power.'

My first reaction was, no, no, I can never be a preceptor—and I remember Dr. Lakshminarasimhan told me 'you are the greatest fool if you refuse.'—So I accepted.

A letter from Master came to me, First Master told me about the Indians in the very old days—how they lived a simple life but they were happy in their own way—because they always looked to the highest white doing the daily routine

of life. Then Master told me that to make a preceptor was not a question of time but a time of preparation. So after three months he would make me a preceptor.

That year I was studying at the Danish Royal Institute for Education. There I was asked to write a report on the subject 'Changing of attitudes including prejudices.'

I asked if I could write it in my own individual way. It was allowed.

Then I wrote about the need of meditation in the West and about how a grown up person could change his life into a higher spiritual life. Mankind consists of individuals but it is the individual which makes mankind and not the other way round therefore if we wanted to change Society, the individual must change. If many individuals would change into spiritual persons, then in the long run a new race of humanity would develop.

The last half of my report was about the philosophy of 'Sahaj Marg' and how the system of meditation in 'Sahaj Marg' worked.

It was a report written mostly for my own sake addressed to the single individual because the single individual counts in everything.—So you can understand how busy I was, reading all the books of Master and 'New Darsana' by Professor Dr. K. C. Varadachari. Dr. Lakshminarasimhan was my best friend and his help was very great. He told me about his beloved Master—about his beloved professor Dr. Varadachari—he explained a lot and he told me many old Hindu

stories and the deeper spiritual significance behind the stories.

After the work had finished I couldn't help smiling—it certainly had been three months of preparation.

Then one day another letter from Master told me—'now you have become a preceptor, you can receive the power and you can transmit it—please do the work.'

Master was in Shahjahanpur and I was in Denmark—you see the greatness of our Master. The day after the letter had arrived Master gave me the second vision: The oldest mark for India the symbol of the Mission. With closed eyes through the transmission I received it—so big—so bright—so beautiful. The sunrise drawn in the purest gold with long golden beams and the dark mountains were in silhouette fringed with cotton white light. A condition of greyness was inside the sun and the greyness faded out into darkness among the beams.

In March 1970 the first centre in Copenhagen was formally opened by Master's grace in my house. Dr. Lakshminarasimhan was the main doer of the Mission work. Today he is again working among us in Denmark and we are so happy for all his work. His own home is one of the six centres we now have in Denmark. Because of my stupidity, I was terribly scared when I gave the first transmission—I was trembling all over, but relief came when the abhyasi told me never have I experienced anything like this, I feel like flying all over the room." He was happy but the most happy one was I.

In April 1971 I was so lucky as to go to Shahjahanpur to meet my Master in person. Master, about the meeting I will not tell—you know me better than I do myself. Mr. C. A. Rajagopalachari I met for the second time—unfortunately he became seriously ill during his stay there, but Master told me "he will recover, I prayed for it for five minutes and I got the answer."

Last summer, as you all know, came Master to the West and visited Denmark too. In the book 'India in the West' by Mr. P. Rajagopalachari, you can read all about it. I have read the book and I can recommend it—it is a detailed description of the whole journey of Master and in the last part of the book you will find all the speeches made by Mr. P. Rajagopalachari and they are worth more than gold—they are all very sincere—very honest and straightforward as Mr. P. Rajagopalachari is in himself. In the book you will find many questions and the answers of our Babuji—one of the best, I find, was when a Danish radioreporter asked Master.

Who are you ?

and Master answered just simply stating the truth,

"I am that one I ought to be."

—So is our Master—

that one 'I' ought to be.

Before attending this celebration in Madras I was in Shahjahanpur—I wrote down the feeling I had on Basant Panchami day after the morning sitting to honour our Grand Master.

“The symbol—The sunrise  
The break of the dawn  
The golden beams lit the glowing sky  
The singing birds praise the glory of my Lord

O, MASTER

I found the way to Thy holy feet  
The dream of dreams came true in life itself—the Life  
of all lives were in Thee  
how lucky—how happy  
we began to be;”

Let me finish this talk with a prayer to you, my Master :

Babuji, my own beloved Divine self  
what will Thou I shall tell  
when all words of beauty are unable to paint a faint  
shadow of  
the sacred secret of Thy real Being in the infinite  
nothingness.

Words are as dust  
which will hide you far away  
love talks without words  
your love is seen in beauty all around  
compared to that, my love is poor  
I am receiving every thing from you therefore only  
Use my life as you please.



## Om Tat Sat

S. A. Sarnad.

We have just ended celebrating the Birth Centenary of Mahatma Ram Chandraji Maharaj of Fatehgarh (U.P.), the Adi Guru of our Mission, in whose name our Master Shri Ram Ghandraji founded this Mission.

Mahatma Ram Chandraji Maharaj of Fatehgarh was born on Basant Panchami, the 2nd February, 1873. He imbibed pious impressions from his mother and had very strong inclination towards God and godly things from his very boyhood. It is said that one day while he was playing with his young mates, he received a call from within that he had not come for the purpose in which he was engaged then and that his birth was for a higher and nobler work. From then onwards he dedicated himself to Sadhana and realised the goal of life within an amazingly short period of seven months. Unfortunately, his complete biography is not available. Whatever stray incidents our Master has occasionally narrated have been published. The one benefit that accrue from the life history of saints is that we get some inspiration to move forward on the path of realisation. We get acquainted with the way they trod the path. But it is an acknowledged fact that a Sadhaka cannot go far on the path without the guidance of a living Master.

The One great item of work that Mahatma Ram Chandraji of Fatehgarh did was, he revived the method of Yogic Transmission and made possible to gain experiences

of higher planes of the Central or Godly Region. With this, a new chapter was opened in the history of spiritual training.

Before saying anything about transmission, I deem it proper to elucidate certain points. Our country is the homeland of Spirituality. Great importance has been given to spiritual knowledge from time immemorial. Knowledge has been classified into two kinds—*परम* and *अपरम*—the higher and the lower. All knowledge of worldly things including the study of the Vedas is labelled 'lower' (*अपरम*). The higher knowledge is spiritual knowledge, Knowledge of the Atman.—That too, not mere possession of intellectual knowledge, but realizing It, or having an abiding experience of It. Hence, the higher knowledge has been defined as “यथा त्वक्षरमधिगम्यते” and not “यथा त्वक्षरमवगम्यते ।” The Chhandogya Upanishad story of sage Narada and Sanatkumara corroborates this. Narada became adept in all branches of learning. Still, he could not gain abiding peace. So, he approached sage Sanatkumara and requested him to impart spiritual knowledge saying: “भगवो, मंत्रविदेवास्मि नात्मवित् ।” Sir, I know only the Mantras and not the Atman. There are many such stories in the Upanishads. They all strike the same note, viz; “the highest knowledge is the knowledge of the Self or the Brahman. To attain It, is the highest goal of human life. Or else, this life is a sheer waste. This knowledge can be obtained only through a man who has known it. There is no other way.”

Thus, the knowledge of the Self having been equated with the knowledge of the Brahman. Yoga is said to be the means of attaining It. (अयं तु परमो धर्मः यद्व्ययोगेनात्मदर्शनम् ।) But, unfortunately, Yoga is looked upon with much suspicion and fear. The reason is that on the one hand there

is a vicious circle of miracles and mysteries formed around it; and on the other hand even physical exercises are dubbed as Yoga. Not even once has the world 'Yoga, conveyed the sense of 'the process of union with the Divine'. Whether this is our ignorance or the very misfortune of the word, is not known.

There are several kinds of Yoga among which Hathyoga and Rajyoga are widely known. Hathyoga lays stress on breath control whereas Rajyoga emphasizes the control of the mind—which is the king of these senses. Rajyoga, which is said to have been expounded by Hiranya-Garbha and compiled by patanjali is the most popular. There is another type of Yoga called 'Shivayoga' which is said to have been described in the Agamas. But it is not so widely followed as Rajyoga. Patanjali's Yoga Darshana is based on Sankhya philosophy and as such all the great Acharyas have refuted and denounced it. It is for this very reason that Yoga is not accepted and honoured by orthodox people. Yet, it is interesting to note that all the religious heads who preach the so-called Vedic religion assume the title “engaged in the strict observance of Yama—Niyama etc., the eight steps of Yoga” (यमनियमसंनियोगानुष्ठाननिरत). From this, it is quite clear that whatever be the nature of Philosophy, Yoga is a very essential practical aspect. The Yamas and Niyamas described therein are applicable to men of all times and climes.

This long introduction brings home the fact that to attain knowledge of the Self is the highest goal of human life and that Yoga is the most effective means for it. Now, a few words regarding Pranahuti or Yogic Transmission, become necessary. This having been said, I will have narrated the

greatest service rendered to humanity by our revered Grand Master whose Birth centenary we are celebrating.

The whole Universe is pulsated by an established prana. For this very reason the Brahman is called प्राणस्य प्राणः in the Upanishads. If the prana in the Microcosm is brought under control, the prana of the Microcosm can also be controlled. 'यथा पिण्डे तथा ब्रह्माण्डे' is the famous saying. Some centres in the human body are equivalent to the Brahmanda and Para Brahmanda regions. Therefore, the Yogi in the highest state—perhaps it cannot be called a 'state', it is endless movement is one with Nature. All his actions in a way are the actions of Nature. Thus it is no wonder that a Yogi, having controlled the Prana force fuses it with his thought power and utilises it for the spiritual advancement of others. Many saints have done this and many are doing even today.

We need not go far back to trace the example of pranahuti or Yogic Transmission. Sri Ramakrishna Paramahansa's life provides us with instances. He used to exercise transmission, both through touch and through thought—force and thus used to attract many a disciple towards divine life. In the case of Swami Vivekananda, it is said that Sri Ramakrishna transmitted all his own spiritual attainment to him and wept bitterly saying that he had become a Fakir! In this way, saints of calibre have been utilizing their thought-force for the spiritual progress of their disciples. But the credit goes to our Grand Master Lalaji Maharej. who gave it the name, Pranahuti' and began to use it as an instrument of spiritual training for the day to day progress of the Sadhaka. His worthiest disciple and our revered Master Shri Ramchandraji Maharaj of Shahjahanpur has perfected this system and has done some wonderful researches in this field. The

results are remarkably dynamic and practicable. This Yoga of Self Realization helps one to attain the highest stage which is beyond all levels of existence and consciousness. If one becomes aware of the existence of the Highest State and realizes the urgency of attaining it, man's soul can at once arrive at it. This is what Shri Ram Chandraji assures us. The whole process becomes very easy under the guidance of one who has realised the Ultimate Central Reality. Evolution of the individual will then be speeded up; and with the purification and transformation of each and every particle of the body by that Highest Consciousness, Realisation will be made possible while still in this human body.

There are innumerable paths before us today. Many are the Philosophies and many men crave for higher life. Persons who call themselves Gurus and guides are also countless as the leaves of the trees. But no one who has not discovered true spirituality can be of any help in the renaissance of Mankind. It is unfortunate that voices of lower calibre are heard even in the field of spirituality. True spirituality is not vitiated by motives of happiness, pleasure or power. Reality has to be learnt as it is and for its own sake. Therefore, if we are tempted by the goals of happiness, longevity or power which are but pseudo-spirituality, we are destined to be doomed. Those who are seriously engaged in solving the problem of life and experiencing the Ultimate should think deeply over it. They should thoroughly examine the means also, and then adopt them. God is not somewhere far away from us. He is very near to us. we have only to turn to Him to feel His presence and His power of transforming us. We really owe a deep debt of gratitude to Mahatma

Ram Chandraji Maharaj of Fatehgarh for making this unique experience possible for all, and to Shri Ram Chandraji of Shahjahanpur who is spreading this Divine Message of Liberation and Transformation by means of practical demonstration.

---

## Pranahuti or Transmission

By

Dr. A. C. Srivastava, Ph. D. D. Sc.,  
Dibrugarh University, Assam.

'Pranahuti' and its place in Sahaj Marg is a very difficult topic to be dealt with in brief. Generally speaking, 'Prana' is the force which keeps the body and soul together but there is still a 'Refined or Subtle Prana' in man which connects the soul with the Ultimate. The process of invoking this 'Subtle Prana' in a man by a Master or Guru is called 'Pranahuti' since 'ahuti' means 'calling' or 'invoking.' The nearest English equivalent to 'Pranahuti' is 'Transmission.' The process of Transmission can be explained in the following way.

Suppose I have a rubber ball to be given to a man at a distance of, say, 10 metres. There are three processes by which it can be done. One is that I walk up to him and give him the ball. The second is that he comes to me and takes the ball. The third, which is easiest, is that I throw the ball and he catches it. The third process is called transmission. It is obvious that I should have sufficient energy for throwing the ball and the other person should have sufficient skill for catching it. We are receiving tremendous amount of solar energy in the form of heat and light by only this process of energy being transmitted to us from sun. The process of transmission is going on in nature for all time, but J.C. Bose and G. Marconi were the first human beings who showed that controlled electromagnetic energy can be transmitted from a source at one end and received by a



receiver at the other end. As a result, we hear at today Ceylon Radio and Vivid Bharati, just sitting in our rooms.

It has been known for centuries that thoughts in the human mind create waves which are transmitted by one mind and received by another. This is the very means by which Buddha transformed a robber into a saint by transmitting his noble thoughts to the brain of the robber. Mahatma Gandhi used to influence persons around him by this process. Bishop F.B. Fisher has written about him 'Any one who is not prepared to capitulate to Gandhi had better stay away from him'. The method of transmission of spiritual energy was in existence in ancient times, but due to lapse of time and historical factors it was lost to us. It is to the credit of our Grand Master, Lalaji, that it was revived and handed over to our present Master, Babuji. Shri Babuji has perfected this technique and is utilizing it for the benefit of mankind.

Pranahuti or transmission is the most important step in Sahaj Marg. The Guru or Master must be full of spiritual energy and he must be vibrating with it, ready to transmit at all times. He must also have the requisite power to transmit it to others as in the case of the person who throws a rubber ball. Our Babuji is such a Yogi or Master. He transmits vibrations of sublime thought—cum—feeling all the time which when received by the heart and mind of a person, activates the latent spiritual consciousness in him.

Transmission is an invisible link between a person and his master. For practically no spiritual work, an Abhyasi gets the maximum benefit from his Master. The condition of an Abhyasi is just like that of a man who gets accumulated wealth

of his father and becomes rich in a moment; only he should develop the capacity to preserve and make wise use of the wealth so received. What Sahaj Marg expects from an Abhyasi is to develop the skill of receiving the transmitted energy from our Master in a manner similar to the man who has to develop the skill of catching the rubber ball. This can be done by developing in us sincerity of purpose and openness of mind and then submitting ourselves completely to our Master, Shri Babuji.

A few advantages that accrue from transmitted spiritual energy are.

(i) What it does in a month, other vigorous forms of rituals and practices can not do in a life time.

(ii) It is the sole key to liberation of man from his past conditioning. Under its influence an Abhyasi begins to secure mastery over his passions, desires and wishes.

(iii) It gives peace, calmness and mental equilibrium.

(iv) It creates tremendous restlessness to reach the Divine at the earliest.

(v) It transforms the animal force in man into a force of divine consciousness.

Master, Shri Babuji, is transmitting enough and more than enough of spiritual energy and it is up to us to discipline ourselves by meditation to receive it and utilize it for achieving oneness with the Ultimate.



# **Samarth Guru-**

## **Sire of Sahaj Marg**

By G. Vijaya Ranga Chary M. Sc., LL. B. Hyderabad.

Save for the classical example of Rishi Vama Deva, mentioned in the Aitareyopanishad, who had realized the Self in the womb of his mother, no other than the Samarth Guru Mahatma Ram chandraji Maharaj of Fatehgarh (U.P.), our Grand Master, has attained perfection in such a short period as only seven months. The biographical detail of this spiritual genius occupies less lines than the years he spent in rendering yeoman service to spirituality. This is in the fitness of things, as expected of all epoch-creating persons, whose lives are so inter-twined with the story of the momentous movements they originate, that any scant details of their daily life can but be jejune.

The Samarth Guru, affectionately known as Lalaji, was born on the auspicious Basant Panchami Day, February 2, 1873 in a respectable kayasth family and brought up by his pious mother in a devotional atmosphere. With him dawned a new era of yogic training through Transmission, of which he was the Master. He introduced an improved system of Raja Yoga which has come to be known as Sahaj Marg. He is the Adi Guru of our Mission.

This prodigy of Nature secured the pearl of Pranahuti from the pre-epic spiritual treasures way back seventy two

generations prior to Raja Dasarath of the Surya vamsha. This Life-of-life, Pranasya-prana, Divine Impulse, he brought into use on a wide scale to serve the highest of human causes, namely, Self Realization. So inspiring are his researches, that generations of mankind shall hold him in utmost gratitude for evolving a path which assures the achievement of the Summum Bonum of life in one janma, which our scriptures have not been able to promise in a million years. The path shown by him is simple, natural, sure, and Divine. It is eminently suited to the work-a-day duties and responsibilities of a house-holder. This spiritual genius and Divine Light attained Mahasamadhi on the 14th of August 1931 after nearly two score years of spiritual ministry. The Birth Centenary of this great personage has been celebrated at each centre of the Mission bearing his name, throughout the year 1972.

The great gift Samarth Guru has given to this generation is our Divine and Beloved Master, whom he made perfect quite early in his life and who was installed as his Successor and Representative in March 1945 through a proclamation decoded by our Master on the inter-com spirituale and announced at the annual Bhandara at Fatehgarh. Another gift is the recent foreign tour of Master which has taken him to three continents and a dozen hub cities of the world. Indeed, asked at the Santa Cruz Aerodrome before emplaning as to why he had taken so long to decide on the foreign tour, Master replied that the Divine Sanction had just then come. Pujya Lalaji's centenary is heightened by the fact that his message of Pranahuti was taken to the west by Master in person the founder-president of the Mission established in memory of the Grand Master to propogate the

system ushered in by his advent one hundred years ago.

As I look at the great contributions of the Samarth Guru, my mind voyages around in an ocean of wonder. It will not be possible to recount in the short compass of this article, how he welded the perennial with the practical, what resurgence he brought about not only in the philosophy but also in the methodology of the science of self-culture, how he fashioned out a means which could take the laity to the highest goal possible to human endeavour, how simple jada-shakti would be met by maha-shakti, what the induction of Divine Impulse could make for an aspirant's feeling of being constantly poised to God with its attendant thrill, how on various aspects of our so-called advance, his gifts make for a multi-dimensional marvel, the hitherto unknown extent to the Goal and the speed at which this is reached, the marvellous matching of his subtilisms with the giantisms of our Age and the gradualism of tradition and philosophy of a variety of brews. I shall, therefore, deal just with a few that are significant and of general appeal.

First, the Goal. Scriptures define Goal in many and scholarly terms. The Gita has some fifty terms according to my count, from Achintyam to Uttama Sukha in the alphabetical order. Others accept what are at best instrumental values as goals. Sahaj Marg has the goal of complete oneness with God. It does not define God and wishes the aspirant to experience Him as HE IS. Definitions of the Ultimate are so many limitations placed on the destination. This, not being positive, is an un-scientific approach. That magic word 'Mukti' which is an ultimate of the Upanishads is not so in Sahaj Marg, in which the final point of

approach is a state of complete negation, the course consisting of twenty three circles, wherein the state of liberation or Mukti lies between the second and third of the last seven circles; Such is the loftiness of the Goal envisaged by the Samarth Guru. Very few among the saints and the yogis of the world have any conception of this wide vista of the Goal to be entertained from the very beginning so that very rapid progress up to that level may be possible.

Second, is the unique process of Pranahuti or Yogic Transmission. In Master's words "Power of transmission is Yogic attainment of a very high order by which the Yogi can infuse, by his own will force, the Yogic energy or Godly effulgence within anyone and remove anything unwanted in him or detrimental to his spiritual progress. One who has got command over this power can, at a glance, create temporarily or permanently, a condition of mind which is far ahead of the existing condition of the mind of an abhyasi, and which otherwise will require a lifetime to be achieved." It is the power of Pranahuti alone that can curtail the time required to traverse the innumerable spiritual stages and enable the course normally needing thousands of years being covered within the short span of a single life. Sahaj Marg Yoga starts with the transmission of this Divine and Central force into the being or heart of the individual seeker. Of this transmission hardly any other system of Yoga is aware. Pranahuti, therefore, is the uniqueness of the Way shown by the Samarth Guru.

Third, is the surety of conveyance. If there is a Goal, however high and laudable, but not in the reach of an aspirant in his own lifetime, it ceases to interest him. Provided one has an intense craving for God and observes the simple

sadhana of Sahaj Marg, the achievement of the Goal is absolutely certain. This specific performance is a special feature of Sahaj Marg, thanks to the pioneering spiritual researches of the Samarth Guru which yielded the easy solution of the problem of existence which for ever confounded even the greatest sages of the past.

Fourthly, is the happy relation achieved between the 'means' and the 'end'. There is the age-old puzzle, "Tree first or Seed first" still being debated in learned circles. In all great movements the issue has occurred, some laying emphasis on the means and others on the ends. In communism, for instance, the ends justify the means. And in Gandhism, the means are all-important. Swami Vivekananda recommended equal attention to both the means and the ends. If we turn our attention to the simple Mission Prayer of, but four lines, we see unfolding there a spiritual calculus which can both be an equation and an identity in one. This, to my mind, is the summit and excellence of a relationship interse the means and the ends.

Fifthly, is a remarkable abridgement in our system of both the Ashtanga Yoga of Patanjali and the four-fold sadhana of the Vedanta school. Without the least impairment in efficacy or result. Our sadhana starts at near penultimate stage of both, and saves considerable time in sadhana. If one has to go through each of the stages of these disciplines, a whole life may be needed for each step, apart from the question of suitability of the systems to the modern generation drunk with the gains of science and glammers of technology which leaves them no time or mood for time-consuming spiritual disciplines.

Ours being an age of speed, I would like to place the

Samarth Guru's great contributions in that light. There is no gainsaying that we have achieved marvellous speeds in outer-space ventures, touching an top speeds of 20,000 k. m. p. h. But what has been the psychological gain to man in speed progress from the jatka to the jumbo? This is the bane of all outward movement. In purely inward movement, another handicap may arise. The practicant is shut out of social life of which he is an integral part. He also comes by un-natural states like the ecstatic or somatic or traumatic, and confuses these to be the ultimates, which they are not. The unitary movements have the danger of mere intellectualization or emotional fixation of the ideal and not actualisation of it. Only a Divine movement of the Pranahuti kind can secure the spiritual richness of complete fulfilment of the ultimate and the scientific richness of speed, positivity, performance progress and purpose. Kriya Yoga, which has found favour in America and elsewhere and claims it as an instrument through which human evolution can be quickened, believes that a million years of normal, diseaseless life is required for evolution up to the ultimate of Nirvikalpa Samadhi and perfection of human brain sufficiently to express cosmic consciousness. It prescribes a practice of eight and a half hours a day to perform one thousand kriyas to achieve such consciousness in three years.

Apart from the fact that the Samarth Guru has envisaged a state far higher than the Nirvikalpa Samadhi, a philosopher-preceptor of our Mission, Late Dr.K.C.Varadachari has said that there is an inherent quality of misery in all consciousness and that any attempt to know through consciousness and its delegates like reason, senses and the body is to remain within the levels of inner contradiction, however

subtle. The Samarth Guru has done rare researching to enable spiritual working from the centre and not from the fringes. He has pointed out the way to experience the very Being with Being-transcending consciousness, free from all error and from any pitfall.

Taking the widest scope for the Goal and its consummation within the lifetime of the aspirant Satha koti Janmas compressed into one the speed at which a Sahaj Marg abhyasi is taken by the Great Master is fantastic and dizzy even to the outer space astronaut.

Sahaj Marg's depths and subtleties are for the specialists of the way to unravel. I have submitted herein only a few aspects of it as a generalist wondering at its great potentialities, least of which is to return a prodigal like me to the loving care of the Divine parent our Babuji Maharaj is. The labour of Love of Pujya Lalaji, whose birth centenary is being celebrated on a global scale at Madras, shall be witness to the grand renaissance of this century, ennobling and enriching its fore-runner in Europe. The Samarth Guru has made for a regeneration of the very human spirit, unbending and unyielding to the ravages of Time. He has, so to speak, re-shaped the spiritual edifice and restored their rightful place to perennial values lost in a welter of brute facts and forces. He has shown by his own example of moderation, toleration and devotion, how the lack of these virtues has made the world an arena of conflict and confusion making great of a mere Detente while astounding advances claimed on all fronts should have asked for a global Entente Cordiale. This re-education and re-birth for us in resplendent life encompassing both the secular and the sacred in one, makes the Samarth Guru not

only the sire, but also the spirit, sinew and soul of Sahaj Marg, causing generations of mankind to wonder whether such a spiritual stalwart ever walked this earth in flesh and blood.

WITH THE BEST COMPLIMENTS FROM

**Lunani Chemical Industries**

RAJAJI STREET, MADASETTI VARI LANE  
KAKINADA-I. (Andhra Pradesh)

Grams: LUNANI

Phone:-1039

**गुरु**

( श्री जगदीश प्रसाद गुप्त, सीतापुर )

मानव इस भौतिक जगत में आया है । मनुष्य शरीर पाकर धन्य है । यह शरीर प्राप्त करके इसका सदुपयोग आवश्यक है । तुलसीदास जी कहते हैं—

बड़े भाग्य मानुष तन पावा ,

सुर दुर्लभ सदग्रन्थन गावा ।

ऐसे बहुमूल्य शरीर में परमात्मा का निवास है । मनुष्य उस परमत्व को जानने के लिये प्रारम्भ से ही उत्सुक रहा है, और उसके लिए अनेक कल्पनायें की हैं । मनुष्य के अन्दर आध्यात्मिकता की पिपासा है । वह उसमें अवगाहित होना चाहता है । प्रयास करता है परन्तु निष्फल रहता है । कारण क्या है ? इस पर विचार करता है । शास्त्रों का अध्ययन व मनन करता है । कठोर तप करता है । मन व इन्द्रियों का दमन करता है और इस प्रकार प्रथमतः स्व-प्रयास से आगे बढ़ने का यत्न करता है । संसार में मायाभोग में लिप्त होने के कारण उससे निकलना एक समस्या बन जाती है । वह एक पथ-प्रदर्शक की तलाश में यत्र तत्र भटकता है । जीवन में अनेक ऐसे व्यक्ति मिलते हैं जो यह दावा करते हैं कि वे मनुष्य को अंतिम मंजिल तक पहुंचा देंगे और इसके लिये वे नाना प्रकार के जप तप आदि साधन बताते हैं । हम यह भली भांति जानते हैं कि हम किसी भी क्षेत्र में हों, एक योग्य एवं अनुभवी मार्ग-दर्शक की आवश्यकता रहती है । सांसारिक क्षेत्र में भी हम एक उचित मार्ग-दर्शक की खोज करते हैं, परन्तु हमारी आध्यात्मिक पिपासा को तृप्त करने हेतु मानों बुद्धि कुण्ठित हो जाती है । जिन रूढ़ियों से हम गुजर रहे हैं, उनके विषय में कोई परिवर्तन नहीं चाहते । ऐसा क्यों है ? यह एक विचारणीय एवं उच्चलं प्रश्न हमारे सम्मुख स्वभावतः आ जाता है । जिज्ञासु एवं मुमुक्षु पुरुष इस पर गम्भीरता से विचार करता है, शास्त्रों का अनुशीलन करता है और

अपनी आध्यात्मिक पिपासा हेतु तत्परता में वृद्धि पाता है। वह विचार करता है कि इस क्षेत्र में बिना योग्य एवं अनुभवी मार्ग दर्शक के आगे बढ़ाना कठिन है। ईश्वर दया का सागर है। उसकी प्राप्ति के लिये मनुष्य के अन्दर विचार सूक्ष्म रूप से विद्यमान है। उस विचार को साकार रूप विरले पुरुष ही देना चाहते हैं। वह सद्गुरु की खोज करते हैं। आध्यात्मिकता आत्मा से आत्मा में प्रवाहित होती है। यह कार्य स्वयं में एक कठिन एवं दुःसाध्य कार्य है।

आध्यात्मिकता बिना सद्गुरु के सम्भव नहीं है। ब्रह्मविद्योपनिषद् के अनुसार "गुरुदेव हरिः साक्षान्नाम्पइत्यवीच्छ्रुतिः" गुरु साक्षात् हरि है, कोई अन्य नहीं है। गुरुवरण करने का तात्पर्य उस व्यक्ति को आत्मा के साथ अपनी आत्मा को जोड़ देना है, जिस प्रकार किसी बड़े तालाब के साथ छोटे तालाब को एक नाली के द्वारा जोड़ दिया जाय तो बड़े तालाब का पानी छोटे में भी जाने लगता है, और वह तब तक नहीं सूखता जब तक कि बड़ा तालाब भी न सूख जाय। इसी प्रकार योगवशिष्ठ ने कहा है—

"दुर्लभं विभयेत्यागी दुर्लभं तत्त्व दर्शनं।

दुर्लभो सहजावस्था सद्गुरो करुणाबिना।।"

बिना गुरु कृपा के विषयों का त्याग दुर्लभ है, तत्त्व दर्शन दुर्लभ है तथा सहजावस्था का प्राप्त होना भी दुर्लभ है।

अध्यात्म विद्या का प्रवेश द्वारा गुरुदीक्षा है। यों भावना से भी किसी को गुरु माना जा सकता है, पर दीक्षा का विशेष विज्ञान एवं महत्व है। मनुष्य अज्ञानान्धकार में डूबा हुआ है। इससे ऊपर उठकर गुरु की सहायता से सहजावस्था को प्राप्त करना चाहता है। गुरु शब्द के अन्दर 'गु' का अर्थ है अन्धकार, 'रु' का अर्थ है उसे रोकने वाला, अतः अज्ञान रूपी अन्धकार को रोकने के कारण ही 'गुरु' कहा जाता है। गुरु ही परब्रह्म है, गुरु ही परमगति है, गुरु ही उत्तम विद्या है, एवं गुरु ही वस्तुतः सर्वोत्तम धन है।

जीवन का एक लक्ष्य होता है, और उसकी प्राप्ति हेतु कर्तव्य किये जाते हैं। पूज्य बाबू जी महाराज अपनी पुस्तक 'सत्य का उदय' में लिखते हैं कि आध्यात्मिक यात्रा में हमें विभिन्न केन्द्रों से गुजरना पड़ता है जिनको

चक्र या लाक्षणिक भाषा में कमल कहते हैं। वे मनुष्य की पाई हुई पूँजीभूत वास्तविक शीत के केन्द्र हैं और मानव शरीर के विभिन्न स्थानों पर स्थित हैं। दो बिन्दुओं के बीच में सूक्ष्म तन्तुओं का घना जाल है। हम जैसे २ आगे बढ़ते हैं वैसे वैसे इन विभिन्न तहों से जाल से हमको गुजरना पड़ता है। उस स्थान के भोग के लिए वहाँ पर काफी समय तक रुकना पड़ता है। यह असम्भव हो जाता है, कि हम अपने ही प्रयास से उसमें से निकल सकें। प्रारम्भ की कुछ दशाओं में तो यह सम्भव है, लेकिन आगे चल कर यह बिल्कुल असम्भव हो जाता है। इस लिये यह आवश्यक है कि जो पथप्रदर्शक हम चुने वह अत्यन्त उच्च कोटि की प्रतिभा वाला हो, तथा जो अपनी अलौकिक शक्ति के द्वारा तमाम उलझनों को एक ही दृष्टि में दूर कर दे।

गुरु शिष्य चाहे शरीर से सदा पास पास न रहें पर यदि वह सम्बन्ध अध्यात्मिक विज्ञान के अनुरूप है, तो शिष्य को गुरु की समीपता उपलब्ध रहेगी, और वह उसकी समीपता द्वारा प्रगति का फल प्राप्त करता रहेगा। गुरु की क्षमता यह होनी चाहिये कि वह शिष्य के अन्तःकरण तक अपनी प्रेरणा पहुंचा सकने में समर्थ हो। इसी शक्ति के आधार पर सद्गुरु अपने शिष्य का कल्याण कर पाते हैं।

ईश्वर को हमने देखा नहीं, तो गुरु ही हमारे लिये सर्वस्व है। सद्गुरु भी केवल वही है जिसने अपने को ब्रह्म में लय कर लिया हो। शिष्य के मन में केवल ईश्वर को प्राप्त करने की चाह होनी चाहिये। उसकी चाह ही गुरु के अन्दर उसके प्रति आकर्षण पैदा कर देगी। वास्तव में ईश्वर में कोई चाह नहीं होती परन्तु यदि शिष्य के अन्दर चाह की वृद्धि होती जाय तो गुरु जो अनन्त में लय है, वह हमारी ओर खिंचता जायेगा। ईश्वर प्राप्ति लगभग असम्भव है और ब्रह्मनिष्ठगुरु तो वर्तमानकाल में लगभग अप्राप्य ही हैं।

सहज मार्ग साधना पद्धति के अन्तर्गत हमें ऐसा सद्गुरु उपलब्ध है। उपनिषद् कहती हैं:—

दर्शनं ध्यान संस्पर्शन्मत्सी कुकर्मी च पक्षिणी ।

शिश्नून् पालयते नित्यं तथा सज्जन संगति ॥

जिस प्रकार मछली, कछवी तथा चिड़िया अपने बच्चों का क्रमशः दर्शन ध्यान और स्पर्श से पालन करती है, उसी प्रकार सत्पुरुषों की संगति से भी शिष्य का पालन होता है। पूज्य बाबू जी महाराज साक्षात् ब्रह्मस्वरूप हैं। वह अपनी योग शक्ति के द्वारा हमें अन्तिम मंजिल तक पहुँचाने के लिये उत्सुक हैं। वह वास्तविक लक्ष्य को प्राप्त कराने में सर्वथा समर्थ हैं। वह निःस्वार्थ भोत्र से मानवता की सेवा करना, धन, यश आदि के भाव से अलग शुद्ध प्रेम से भरकर लोगों को शिक्षा देना अपना कर्त्तव्य समझते हैं उनमें अन्तिम अवस्था तक पहुँच, एवं यौगिक प्राणाहुति की शक्ति है। हमें ऐसे सद्गुरु को प्राप्त करके उसके निकट जाना ही होगा। उसके आदेश को बिना विचारे संतोषयुक्त भाव से पालन करना पड़ेगा। हमें इच्छामात्र करना है। इच्छा करने पर जो प्रयत्न होता है वह प्रयत्न तो गुरु स्वयं करा लेता है। अभ्यासी तो केवल निमित्तमात्र बनता है। सहज मार्ग साधना पद्धति में गुरु की कृपा का स्वरूप तथा प्रभाव अद्वितीय है। इसके लिये माता का उदाहरण दें तो वह भी उपयुक्त नहीं है। कारण दुनिया में असंख्यजीव हैं और उन सबकी उत्पत्ति माताओं से ही होती है, इन सारी माताओं के हृदयों में अपने पुत्रों पर जो दया या स्नेह है, वह सब मिलकर भी इन दयासागर की दया के एक बूँद के बराबर भी नहीं है। ऐसी हालत में और किस से तुलना की जाय? तो भी माता का उदाहरण इसी लिये दिया जाता है कि लोक में जितने उदाहरण हैं, उनमें सबसे वही विशेष है। माता अपने बच्चों के लिये जो कुछ भी करती है, उसकी प्रत्येक क्रिया में दया भरी रहती है। इस बात का बच्चे को भी कुछ-कुछ अनुभव रहता है। जब बच्चा शरारत करता है तो उसके दोष निवारणार्थ माँ उसे धमकाती मारती है, और उसको अकेला छोड़कर कुछ दूर हट जाती है। ऐसी अवस्था में भी बच्चा माता के ही पास जाना चाहता है। दूसरे लोग उससे पूछते हैं 'तुम्हें किस ने मारा?' वह रोता हुआ कहता है 'माँ ने'। इस पर वे कहते हैं 'तो आइन्दा उसके पास न जाना'। परन्तु वह उनकी बात पर ध्यान न देकर रोता है, और माता के पास ही जाना चाहता है। उसे भय दिखलाया जाता है कि माँ तुम्हें फिर मारेगी' पर इस बात का उस पर कोई असर नहीं होता, वह किसी भी बात की परवाह न करके सरल स्वभाव से अपनी माता के पास ही जाना चाहता है। रोता है, परन्तु चाहता है माता को ही। जब माता उसे हृदय से लगाकर उसके आंसू पोछती है, आश्वासन देती है, तभी वह शान्त होता है। इस प्रकार

माता की दया पर विश्वास करने वाले बच्चे की भाँति जो गुरु के दया-तत्व को जान लेता है, और गुरु की मार पर भी उसी को पुकारता है, गुरु उसे अपने हृदय से लगा लेता है। फिर जो गुरु की कृपा को विशेष रूप से जान लेता है, उसकी बात ही क्या है?

लड़का नीचे के तल्ले पर जब चढ़ना चाहता है तो माता उसे सीढ़ियों के पास जाकर चढ़ने के लिये उत्साहित करती है। कहती है वेटा! चढ़ो, गिरोगे नहीं, मैं साथ हूँ न? लो, मैं हाथ पकड़ती हूँ। यों साहस और आश्वासन देकर उसे एक एक सीढ़ी चढ़ाती है, पूरा ख्याल रखती है, कहीं गिर न जाय। जरा सा भी डिगता है तो तुरन्त हाथ का सहारा देकर थाम लेती है और चढ़ा देती है, बच्चा जब चढ़ने में कठिनाई का अनुभव करता है, तब माँ की ओर ताककर मानों इशारे से माँ की मदद चाहता है। माँ उसी क्षण उसे अबलम्बन देकर चढ़ा देती है, और पुनः उत्साह दिनाती है। बच्चा कहीं फिसल जाता है, तो माँ उसे गोद में उठा लेती है, गिरने नहीं देती। इस प्रकार जो पुरुष बच्चे की भाँति सहज मार्ग साधना पद्धति में गुरु पर निर्भर करता है, गुरु उसकी उन्नति और रक्षा की व्यवस्था स्वयं करता है। साँसारिक माता तो कदाचित् असावधानी और सामर्थ्य के अभाव में या भ्रम से गिरते हुये बच्चे को बचा न सके, परन्तु सहज मार्ग साधना पद्धति में गुरु अपनी अनन्त यौगिक शक्ति से अपने आश्रित को कभी गिरने देता ही नहीं। वरन् उत्तरोत्तर उसे सहायता देते हुये, सीढ़ी चढ़ाते हुये, सबसे ऊपर के तल्ले पर जहाँ पहुँचना ही जीव का अन्तिम लक्ष्य है, पहुँचा देता है। एक बार दृढ़ता से स्थापित किया हुआ सम्बन्ध, तब तक बना रहेगा जब तक कि शिष्य पूर्णता न प्राप्त करले।



## \* गुरु की आवश्यकता \*

( श्री सुरेशचन्द्र अग्निहोत्री, लखीमपुर खीरी )

मानव अपने जीवन में कोई न कोई लक्ष्य निर्धारित करता है । उस लक्ष्य प्राप्ति में उपयोगी साधन जुटाता है । लेकिन लक्ष्य प्राप्त करने में अनेक कठिनाइयाँ आती हैं । इन कठिनाइयों को स्वतः दूर कर पाना सम्भव नहीं होता । अतः यहीं पर उसे ऐसे योग्य पुरुष की आवश्यकता होती है जो उसके मार्ग की समस्त बाधाओं को दूर कर दे । मनुष्य की लक्ष्य प्राप्ति के विकास के साथ साथ गुरु प्राप्ति की तीव्र इच्छा भी उत्पन्न होती जाती है ।

किसी भी प्रकार की उपलब्धि क्यों न हो, उसे प्राप्त करने में बाधाएं आती ही हैं । किन्तु बाधाओं के कारण लक्ष्य से विमुख हो जाना मानव का स्वभाव नहीं है । इसी लिए वह योग्यतम पुरुष को प्राप्त करना चाहता है ।

आध्यात्मिक जीवन में भी इसी प्रकार की बात है । जब साधक आध्यात्मिक क्षेत्र में उतरता है, वहां उसे भौतिक जगत से नितान्त भिन्न जगत प्रतीत होता है । उस नये जगत से तादात्म्य स्थापित करने में साधक अपने को असमर्थ पाता है । इस कारण उसे निराशा होती है; किन्तु यह निराशा मानवीय गरिमा के लिए अभिशाप है । यहाँ पर साधक अपने गुरु की सहायता से उस स्थिति में तो प्रतिष्ठित हो ही जाता है; आगे की उच्च स्थिति को प्राप्त करने का प्रयास भी करता रहता है ।

साधक जैसे जैसे आध्यात्मिक जगत के अन्तराल में प्रविष्ट होता जाता है, वैसे वैसे वहाँ टिकने में उसे असमर्थता प्रतीत होती है । लेकिन पूर्णत्व प्राप्त गुरु की यहीं पर आवश्यकता होती है जो साधक को उन दशाओं में टिकने में अपनी पूरी शक्ति लगा देता है ।

भौतिक धरातल पर मानव अनेक भोगों में लिप्त रहता है और यही नहीं, जब वह आध्यात्मिक जीवन में प्रवेश करता है तब भी उसे संचित

व प्रारब्ध कर्मफलों को भोगना पड़ता है। जब मानव फल भोगता है तब मोह, तृष्णा आदि अनेक विकार उनमें आसक्ति उत्पन्न करने में सहायक होते हैं। आसक्ति के कारण हम उस क्षेत्र से निकलना ही नहीं चाहते अथवा यों कहें कि वहाँ से निकल पाना लगभग असम्भव हो जाता है। इस स्तर पर गुरु की परमावश्यकता होती है जो साधक की समस्त आसक्तियों को दूर करता है तथा उससे ऊँची दशा में प्रतिष्ठित होने में सहायक होता है।

आध्यात्मिक स्तर पर मानव जीवन का उद्देश्य पूर्णत्व प्राप्त करना या आत्मसाक्षात्कार करना होता है। इस उद्देश्य को प्राप्त करने में साधक को अनेक मार्ग तय करने पड़ते हैं। उन मार्गों में भिन्न भिन्न केन्द्र होते हैं। इन केन्द्रों के बीच नाना केन्द्र होते हैं जिनमें साधक के उलझ जाने की सम्भावना बनी ही रहती है। यदि साधक उनमें से अपने प्रयत्न द्वारा निकलना चाहे, तो भले ही पूर्वप्राप्त शक्ति के आधार पर एक या दो केन्द्रों को पार कर जाये लेकिन केन्द्रों और उपकेन्द्रों के भँवर में वह पड़ा ही रहेगा। यहीं पर उसे लक्ष्य प्राप्ति में अवरोध प्रतीत होता है लेकिन यह अवरोध बालू की भीत पर खड़ा होता है। गुरु इस अवरोध को अपने एक ही झटके से नष्ट कर देता है और साधक के लिए आगे बढ़ने के लिए खुला मार्ग प्रशस्त हो जाता है।

आध्यात्मिक क्षेत्र में गुरु का चयन सर्वाधिक महत्वपूर्ण है। यदि गुरु अपने क्षेत्र का पूर्ण अभियन्ता नहीं है तो वह कुशलतापूर्वक व स्थायी इमारत बना सकने में असमर्थ होगा। अतः प्रत्येक साधक को अपने उद्देश्य के अनुकूल पूर्णत्व प्राप्त गुरु की आवश्यकता होती है। यदि साधक द्वारा गुरु का चयन इस प्रकार नहीं है कि वह उसकी आवश्यकताओं को पूरा कर सके तो साधक पूर्णत्व लाभ से वंचित ही रह जायेगा। अपूर्ण गुरु साधक की प्रत्येक बदलती हुई उच्च दशाओं पर नियन्त्रण नहीं कर पायेगा और परिणाम यह होगा कि साधक आधे मार्ग में ही लटककर रह जायेगा।

आध्यात्मिक क्षेत्र में गुरु ईश्वर और मनुष्य के बीच तादात्म्य स्थापित कराने वाली कड़ी है। यह कड़ी जितनी ही मजबूत होगी; ईश्वर और मनुष्य के बीच का तादात्म्य सम्बन्ध भी उतना ही मजबूत होगा।

दूसरे शब्दों में यदि गुरु को आत्म-साक्षात्कार हो गया है, यह निश्चित है कि साधक भी उस पूर्णत्व को प्राप्त करने में सफल होगा। अतः स्पष्ट है कि गुरु की आवश्यकता ईश्वर प्राप्ति में उतनी ही सहायक है जितनी वायु की आवश्यकता जीवन के लिए होती है।

यहाँ पर यह स्पष्ट कर देना अप्रासंगिक न होगा कि जिस प्रकार की पूर्णता की कल्पना गुरु के लिए की जाती है, तो गुरु के लिए भी यह आवश्यक है कि उसको ऐसा साधक मिले जिसकी तीव्र इच्छा मानव जीवन के लक्ष्य तक पहुँचने की हो। अर्थात् वह पूर्णत्व प्राप्ति के लिए किसी प्रकार व्याकुल हो जैसे पानी में डूबता हुआ मनुष्य जीवन पाने के लिए व्याकुल होता है। कहने का तात्पर्य यह है कि हर साधक को उसका गुरु और हर गुरु को उसका साधक मिलना चाहिये।

दुर्भाग्य की बात है कि आज गुरु की उपेक्षा हो रही है। जो गुरु ब्रह्म हैं, वही इतना उपेक्षित। आज कल दम्भी, पाषंडी व्यक्ति भी अपने को गुरु कहलवाना चाहते हैं। ऐसे व्यक्ति राष्ट्र के लिए शर्म का विषय है। गुरु कहलवाना नहीं पड़ता है बल्कि वह स्वयं गुरु के रूप में प्रसिद्ध हो जाता है।

आज के युग में हम सभी का यह सौभाग्य है कि जिस गुरु की कल्पना आध्यात्मिक स्तर पर की जाती है, उस रूप में हमें अधुनिक सहज मार्ग साधना पद्धति के प्रवर्तक पूज्यगुरुवर श्री बाबू रामचन्द्र जी महाराज प्राप्त है। अतः हम सभी उस सर्वोच्च लक्ष्य की प्राप्ति में निस्सन्देह सफल होंगे यदि हम में उसे प्राप्त करने की तीव्रतम इच्छा है।



# सहज मार्ग में “आत्मा का स्वरूप”

सुश्री करतूरी चतुर्वेदी, मोदीनगर

मैं यह लेख सद्गुरु की असीम कृपा से केवल अनुभूतियों का सहारा लेकर ही आपके समक्ष प्रस्तुत कर रही हूँ। यह मेरा विश्वास है कि सुनी हुई या पढ़ी हुई बात भी कदाचित् कभी गलत हो सकती है परन्तु अपनी दृष्टि अपने को कभी धोखा नहीं दे सकती। उसी का सहारा लेकर “वास्तव में आत्मा का स्वरूप क्या है” यह व्यक्त करने का प्रयत्न कर रही हूँ। आशा है विद्वत्जन त्रुटियों की ओर ध्यान न देकर इसके सार को ही ग्रहण करने की कृपा करेंगे।

कहते हैं कि प्रत्येक कार्य का एक कारण अवश्य होता है परन्तु कारण का कारण आज तक नहीं बना। आत्मा के कारण ही इस समस्त विश्व की अनुभूति है किन्तु आत्मा स्वयं किसी का कारण नहीं, इसी लिए स्वयं भी इसका कोई कारण नहीं। कारण के बिना इसका विचार कहाँ और विचार के बिना कार्य कहाँ। कार्य के बिना कर्त्ता की स्थिति असम्भव है। केवल एक कारण शब्द ने समस्त लीला ही समाप्त कर दी। यदि आप पुनः उसका निर्माण करना चाहें तो सर्व प्रथम आपको प्रथम वस्तु को ही लेना होगा अर्थात् जो सबका कारण हो किन्तु स्वयं उसका कोई कारण न हो। अब उसे यदि ईश्वर कह दिया जावे तो वह ऐसी वस्तु हो जाती है जो सर्वव्यापी, सर्वशक्तिमान तथा सर्वअंतर्गामी है। मैंने एक बार ‘श्री बाबू जी’ को एक ऐसी ही दशा की अनुभूति होने पर लिखा था कि “मेरी तो यह दशा है कि समस्त पृथ्वी मानों मेरे अन्दर समाई हुई है, समस्त ब्रह्मांड मानों मेरे अंतर में ही व्याप्त है, समस्त जड़ और चेतन सब मेरे ही उत्पन्न किये हुए हैं।” इसका उत्तर आपने यह दिया था कि यह ईश्वरीय-दशा है तथा जीव और आत्मा के सम्बन्ध में बतलाते हुए आपने यह लिखा कि “जीव को अपना जीवना कब महसूस हुआ? जब उसने अपने बैठने का ठिकाना बना लिया। यह ब्रह्मा था और है। अब उसमें जो जीवना पैदा हुआ वह इस लिए कि उसकी बैठक

ऐसी जगह थी जहाँ कि उसीको उसकी बू आरही थी। इस एहसास ने उसकी रगवत और भी ज्यादा कर दी इस लिए कि जब एक रंग का एहसास हुआ, दूसरा रंग वह खुद बखुद दूढ़ने लगा और उसमें अनेकता पैदा होगई। फिर क्या था, लालच, मोह व इच्छायें उसमें पैदा होने लगीं। गोया सोने का कौवा एक लोहे के पिंजड़े में बन्द होगया और उसे दाने पानी की खोज होने लगी।”

मुझे एक हँसी की बात स्मरण हो आई कि एक बार आपने लिखा कि “अल्लाहमियां के पास जो कुछ भी था वह सब सृष्टि-रचना में दे बैठे, स्वयं दीवालिया बन बैठें।” तो भाई अल्लाहमियां की भांति यदि हम भी दिवालिया बन बैठे तो स्मारी भी हस्ती वैसे ही होजाती है अर्थात् God Realization में हमारी दशा स्वामी की है किन्तु विचार आगे बढ़ने पर ईश्वर दिवालिए की अवस्था में हमारे समक्ष आता है और हमारी दशा ऐसी होजाती है जैसा कि मैंने उन्हे लिखा था कि ‘अब तो सब कुछ इस सेविषा से ही उत्पन्न होता है और इसी में लय होजाता है।’ इसका उत्तर ‘श्री बाबूजी’ ने लिखा कि ‘तुम्हारा कदम वहाँ है जहाँ से यह चीजें शुरू होती हैं और यह हालत ‘हिरण्यगर्भ’ की है।’ किन्तु जब हमारी सुरत अथवा विचार इसको लाँघ जाता है तब हमारे विचार में एक विचित्र आनन्द के क्षेत्र की अवस्था अनुभव होती है वह है “अहं ब्रह्मास्मि।” इसके प्रथम एक बात कह देना परमावश्यक है कि हम सहारा ईश्वर का ही लेता है, चाहे स्वामी के रूप में, चाहे दिवालिये के रूप में चाहे गुरु के रूप में और चाहे ब्रह्म के रूप में। किन्तु अभी यह वास्तविक ब्रह्म गति नहीं है। वह तो तब प्राप्त होती है जब ‘अहं’ का अम मिट जाता है तब जो है वह आत्मा ही आत्मा का आभास है क्योंकि वह कोई ठोस वस्तु नहीं है वह तो ‘जो है सो है।’ इस लिये उसके स्वरूप को जानने के लिये हमें भी वैसे ही बन जाना पड़ता है; इस कारण आत्मा के क्षेत्र में पग रखने के पहले क्षेत्र और क्षेत्रज्ञ दोनों की स्थिति रहती है जिसका प्रारंभ एक अत्यधिक सुन्दर अवस्था से होता है—

“दिल के आइने में है तस्वीर यार की,  
जब जरा गर्दन मुकाई देख ली।”

बस यहीं से आत्मा के क्षेत्र से अभ्यासी के मन का सम्बन्ध जुड़ चुका समझना

चाहिये। इस कारण क्रम नुसार विचारों का रूप भी जैसे जैसे परिवर्तित होता जाता है वैसे ही वैसे हम एक से दूसरी दशा में पैठने की अनुभूति पाते जाते हैं। अनुभूति विचारों द्वारा ही होती है चाहे वह काँटों की हो या फूलों की। किन्तु जब हम अपने विचारों का खेना एक ऐसे स्थान पर गाड़ देते हैं जहाँ पर विचारों की गम्य नहीं तो हमारी अनुभूति भी तद्रूप ही हो जाती है; चाहे उसे आत्मा कहो, चाहे परमात्मा और चाहे ब्रह्म।

परन्तु अभी साक्षात्कार कहाँ? वहाँ तक पहुँचते पहुँचते तो लय-प्रवस्था, लय-दर-लय अवस्था, स्वप्न, जाग्रत, सुषुप्ति, जीवनमुक्त तथा तुरिया आदि अवस्थाएँ ही इस मार्ग में पुष्प बनकर जीवन में सुगंध की तरह बस जाती हैं। सहजावस्था ही हमारी प्रकृति बन जाती है एवं साम्यावस्था ही निर्मल वस्त्र हो जाती है। इसके अपरिमित आनन्द की अनुभूति पर मैंने लिखा था कि “हृदय का हर आवरण उठ चुका है, हर द्वार खुल चुका है, बुद्धि का दर्पण निर्मल हो चुका है, दृष्टि अब दृष्टि नहीं रही।” ऐसे ही आनन्द में पैरते हुये इतनी दूरी ( जिसे समझने के लिये कुल Universe से कई गुना कह लीजिये ) पार करके उस वेगुनाह मंजिल पर कदम रखते हैं जिसे आत्मा कहना चाहिये। किन्तु आत्मा का साक्षात्कार तो साधक नहीं करता वरन् आत्मा ही आत्मा का साक्षात्कार करती है और उसकी दशा के लिये यही कहना पड़ता है कि “जी, जी हीं न रहा; नंगी क्या नहायेगी क्या निचोड़ेगी ” वहाँ पर ‘मैं’ शब्द का प्रयोग हो ही नहीं सकता। कदा भी है ‘जानत तुमहि तुमहि होई जाई।’ इसके प्रथम हमें दशा का तो अन्दाज हो सकता है, हम उसे भाँक सकते हैं किन्तु साक्षात्कार नहीं होगा।

उपर्युक्त बातें तो आत्मा के क्षेत्र में आत्म-साक्षात्कार करने के लिए साधक की केवल तैयारी मात्र ही होती है, वह यह कि बस हम मनुष्य बन जाएँ। ऐसे कि मनुष्यता में एक भी दाग शेष न रह जावे। बनना ही कठिन होता है फिर मिटना क्या कठिन है। जहाँ से मिटना प्रारंभ होता है ‘आत्मा’ की रहनी का वही वास्तविक स्थान है। जहाँ तक मेरा विचार है यह मिटना ही बनने को जीवन एवं शक्ति प्रदान करता है।

काका कालेलकर का कथन सत्य है कि साधना एवं उपासना में प्राण सींचने पड़ते हैं। अनुभव भी यही कहता है कि इसमें प्रति श्वाँस

स्वांस २ का बलिदान होता है किन्तु परिणाम में जोड़, भाग, धड़ना, बढ़ाना सब प्रायः समाप्त हो जाता है; 'शेष' ही शेष रह जाता है। फिर तो स्थिर गति, स्थिर मति एवं स्थिर प्राण ही स्थिर रह जाते हैं। ऐसी दशा हो जाती जैसा कि 'कबीर जी' ने लिखा है कि—

‘मन थिर, चित थिर, सुरत थिर, थिर भया सकल शरीर।

ताके पीछे हरि फिरै, कहैं कबीर कबीर ॥

फिर दर्शन की लालसा कहाँ, मिलन की चाह किसे, एवं विरह की पीर किसे। मस्ती का आलम भी उसकी स्वांस में ही समाया रह जाता है। आनन्द के सागर के सागर उसके अन्तर में समा जाते हैं। किन्तु उसे भूख कहाँ, इनकी वहाँ गम्य कहाँ क्यों कि रिक्त, रिक्त ही रहेगा, उसमें वायु की भी गम्य नहीं क्योंकि जहाँ वायु अथवा प्राण भी है वहाँ रिक्त नहीं हो सकती। कहते हैं 'दण्ड को अपना मुख नहीं दीजता।' इसी प्रकार जब हममें दुई शेष है तब तक जो एक है, अद्वैत है 'उसकी' प्राप्ति क्योंकि हो सकती है। जब तक हमारे विचार या Sub-conscious-mind में साक्षात्कार कार के अनुभव की भी दुई शेष है तब तक वास्तविक-दशा कहाँ।

किसी ने Universal love की दशा को आत्म-साक्षात्कार कह लिया है किन्तु अनुभव कहता है कि Universal love तो उस दशा का केवल एक गुण-मात्र ही है। किसी ने ईश्वरीय-प्रकाश की अनुभूति को और किन्हीं, न आत्मानन्द को ही आत्मसाक्षात्कार की अनुभूति में सम्मिलित कर लिया है। किन्तु वहाँ प्रकाश कहाँ, प्रकाश तो इतनी स्थूल वस्तु है जो अंधेरे से भारी है। वहाँ न तो प्रकाश की अनुभूति है न अंधेरे की क्यों कि तब तो 'आँख बन्द करने पर भी अंधेरा नहीं लगता और खोलने पर प्रकाश नहीं मालुम पड़ता।' यह सब बातें आत्म-साक्षात्कार के वृत्त को केवल स्पर्श मात्र ही कर सकती हैं। इनकी गणना 'उसके' गुणों में भले ही कर ली जावे परन्तु आत्मा, आत्मा ही है। उसके साक्षात्कार की दशा को व्यक्त करने के लिए शब्द नहीं मिलते फिर भी समझने के लिए केवल इतना कहती हूँ कि 'दशा का पलड़ा सदैव उठा का उठा ही रहता है।' इसकी सीमा में प्रवेश करने के प्रथम एक ऐसी stage आती है कि प्रेम, भक्ति, ज्ञान, विज्ञान जिन बातों से प्रथम आत्मोन्नति करने में सहायता मिलती है वहाँ इस सबके अस्तित्व के बोझ से भी हम शून्य हो जाते हैं। शरीर से हमारा कोई प्रयोजन नहीं रहता, चाहे रहे चाहे जब छूट जावे। किन्तु तब जैसा कि 'श्री बाबूजी'

ने मुझे लिखा है कि 'जिस को स्थित रखने की तरकीब यह है कि 'अहं' को थोड़ा सा अन्दर दबा देना चाहिए। इस तरह पर कि न उसकी अभ्यासी को खबर होसके और न आँखों वाला ही जान सके।' अन्त में लिखा कि 'प्रवृत्ती के शरीर में जबकि वह egoism के circles पार करता है तो अहंकार की शक्य Identity की कर दी जाती है।' उस समय हमारे मस्तिष्क में मानों हर समय विचारों का एक ताँता सा बंधा रहते हुए भी हम तो उससे प्रथक ही रहते हैं क्योंकि 'श्री बाबू जी' ने लिखा कि ईश्वर की अपार दया है जो इस दशा में विचारों का ताँता लगाए रहता है नहीं तो शरीर छिन्न, भिन्न होजाए इसलिए कि तब तो Perfect Balanced State स्थित होजाएगी।

मैंने तो आत्मा का यही स्वरूप पाया जिसे कहने को सहज-अवस्था कहा जा सकता है। किंचित मात्र भी लगाव की गम्य नहीं, न शब्दों द्वारा ही जो व्यक्त की जा सकती है। बस केवल रूढ़ ही रूढ़ रह जाता है। न उसमें दिन, न रात, न अंधेरा न उजला, न बीराना न बहार, न एक न दो। सच तो यह है कि खारता का पता चलते २ मनुष्य स्वयं ही लापता हो जाता है। पता, पता देकर न जाने कहाँ चला जाता है। फिर क्या कहूँ कैसे कहूँ क्योंकि जिसकी प्राप्ति तो तब होती है जब कि हृदय का सौदा हो चुकता है। किन्तु 'उसका' (आत्मा का) विक्रय कोई नहीं करता क्यों कि उसका कोई मूल्य नहीं है। वहाँ तो केवल 'उसी' की विशेष अनुभूति प्राप्त होजाती है कि गीता में कृष्ण ने कहा है :—

‘नैनं छिन्दन्ति शस्त्राणि, नैनं दहति पावकः

न चैनं क्लेदयन्त्यापो न शोषयति मारुतः ॥’

मैंने लिखा था कि 'अब तो लगता है न कभी थी, न हूँ और न हूँगी। न कभी खाया है न खाती हूँ; न सोती हूँ न जागती हूँ। नहाते हुए भी सूखी की सूखी ही रहती हूँ। न कुछ जानती हूँ, न नहीं जानती हूँ। आकाश-तत्व जो सबसे हल्का कहा गया है यह दशा उससे भी गई बीती है। वायु का स्पर्श नहीं स्वांस की अनुभूति नहीं। सच तो यह है कि अनुभूति की भी अनुभूति नहीं। कोई अपना नहीं और पराए की तो गम्य ही कहाँ। न कुछ अभाव है, न प्रभाव है, मिलन है नहीं विच्छेद भी कभी हुआ नहीं।' फिर क्या कहूँ, कहाँ जाऊँ इस लिए आत्मा को आत्मा ही कहकर समाप्त करती हूँ आगे जो जाने सो जाने। Sub-conscious-mind भी गलते २ समाप्त

हो जाता है तथा sub-consciousness भी एक सम पर आते आते तद्रूप ही होजाती है। हाथ पसारे ही जाते हैं। कुल शरीर का वरुण कण एक अचल-स्थिरता को प्राप्त होजाता है। सूक्ष्म-शरीर मन की सूक्ष्म दशा में समा कर अस्तित्व खो देता है, और कारण, कारण में समा जाता है। जिन तत्त्वों से मिलकर शरीर बना है वे सारे तत्त्व तत्त्वों में मिल जाते हैं। तब इस स्थिति में मैंने अनुभव किया है शरीर की सार, सम्भाल प्रकृति अपने ऊपर लेलेती है। पहचान वही है जो सब कुछ भूज जाता है। आध्यात्मिकता की केचुल भी उतार कर फेंक जाता है। वास्तविक जीवन भी यही है कि 'जीवन का जीवन जाता रहे। वह जीवन जिसे कि जाते रहना चाहिए वह वही है कि जिसमें 'पना' लगा हो जैसे 'जीवपना'। तब क्या होता है कि मैंने 'श्री बाबूजी' को यह लिखा था कि यह दशा है कि 'अपनी' फोटो देख कर भी स्वयं को पहचान नहीं पाती हूं। काम करते हुए भी तबियत बिल्कुल Inactive सी बनी रहती है।' इस पर अपने लिखा कि 'कस्तूरी जमी दुनियाँ में बनकर आई थी, बिगड़ कर वैसी ही होगई। यही अपने को पहचानना है' तथा यह समाप्ति ही इस लेख की समाप्ति है।



At the Feet of the Masters Divine.

**The Bharat Granites (Pvt) Ltd.**

1815/1, Vinayak Buildings, 1 floor,

Sampige Road, Malleswaram,

**B A N G A L O R E - 3**

Leading Exporters of Indian

Granites.

( ७० )

## मालिक को अपना कैसे बनायें

(श्री के० एस० चौहान सावेर जिला इन्दौर म० प्र०)

मालिक को अपना बनाने के लिये विशेष परिश्रम नहीं करना पड़ता है। अधिकांश लोग मालिक शब्द ईश्वर के लिये प्रयोग में लाते हैं तथा ईश्वर को अपना बनाने के लिये अत्यधिक परिश्रम करते हैं यहाँ तक कि कुछ सन्यासी होकर तीर्थ मन्दिर एवं मसजिद में भी जाते हैं। यदि इसी मान्यता को लिया जाये तो भी यह उचित है कि वह महामानव भी मालिक है जो मालिक के समकक्ष एवं सम्पर्क में है। ऐसे महामानव सद्गुरु ही होते हैं अतः सद्गुरु को अपना बनाने के लिये क्या आवश्यक है? अथवा उनकी कृपा कैसे अर्जित की जाये? इसके लिये इच्छुक साधक को स्वयं को ऐसे वातावरण में ढालना है कि वह कृपा प्राप्त कर सके। यद्यपि अन्य मार्गों में यह कार्य कठिन है परन्तु सहज मार्ग साधना पद्धति के अन्तर्गत यह अति सरल है।

इस मार्ग के वर्तमान मालिक पूज्य बाबू जी हैं, तथा बाबू जी को अपना कैसे बनाया जाये—यह साधक पर निर्भर करता है। परम पूज्य बाबू जी कुछ भी भौतिक वस्तुयें किसी से भी नहीं चाहते। जो स्वयं में प्रत्येक दृष्टि से परिपूर्ण एवं सम्पन्न हैं वे मात्र देने की चाह रखते हैं; उनकी इच्छा है कि उन्हें मात्र सहयोग दिया जावे। सहयोग किस प्रकार से दिया जाये, यह सभी जानते हैं कि बताये गये पद्धति के अनुसार जो कुछ भी करने को कहा है उसे नियमित रूप से किया जाये और साधक में जिज्ञासा लगन व तड़प हो। जिससे वह मालिक (पूज्य बाबू जी) का सतत स्मरण श्रद्धा से करता रहे तथा अपने को पूर्ण रूपेण समर्पण कर दे। यह कुछ पाठकों को कठिन मालूम होता होगा, परन्तु बाबू जी दया के सागर हैं; तनिक से सहयोग के बदले में कितना देते हैं यह अमूल्य है। अतः शनैः २ प्रयास करने पर कठिनाई आसान होजाती है। हर क्षण मालिक को याद करने का तरीका भी सरल है।

जब भी समय मिले मालिक का ध्यान चलते घूमते व कार्य करते

( ७१ )

हुंसे करते रहें। ध्यान का तात्पर्य खयाल से है। यह मान लें कि कोई भी कार्य सम्पन्न हुआ तो वह मालिक की कृपा से हुआ; यह शरीर तो मात्र माध्यम था। खाते पीते सोते हर कार्य के साथ मालिक को जोड़ दें। मालिक को अपने जीवन का अभिन्न अंग मान लें। प्रारम्भ में यह कठिन मालूम होगा; परन्तु कालान्तर में यह अपने आप होने लगेगा। ज्योंही समय व एकान्त मिला कि मालिक का खयाल अपने आप आयेगा। यदि यह भी कठिन मालूम हो तो एकान्त स्थल पर यह कल्पना कीजिये कि मैं (यह शरीर) मालिक के पास बैठा हूँ; विचार धारा के रूप में मालिक से वार्तालाप करें तथा प्रातःकाल एवं सायंकाल की पूजा समय में वृद्धि करते जाइये। प्रयोग के नाते ही इसे शुरू करके देखिये यदि यह भी कठिन मालूम हो तो पूज्य बाबू जी के संस्मरण, घटनायें, जीवनी एवं साधकों को भेजे गये पत्रों को बार २ पढ़ कर मनन कीजिये तथा विश्वास एवं श्रद्धा रखें। जब भी समय मिले अभ्यासी भाइयों से निरन्तर सम्पर्क रख कर चर्चा करते रहें। धन्य हैं मालिक (बाबू जी) जो इतने से सहयोग से पिघल जाते हैं।

प्रमाण स्वरूप साधक अपने भौतिक कार्यों में भी अनुकूल परिवर्तन पावेंगे; तथा स्वयं की बुराइयों का दूर होना भी देखेंगे। आध्यात्मिक दृष्टि से भी प्रमाण मिलते रहेंगे फिर क्यों न इस देवतुल्य मालिक पर श्रद्धा बड़े पूजा के समय भी आन्तरिक रूप से कुछ न कुछ होगा। थद्यपि यह कुछ सभी के लिए समान न हों; फिर भी यह कुछ पूज्य बाबू जी की कृपा है, श्रद्धा एवं विश्वास को बढ़ाता है।

भोजन करते समय भी यह सोचें कि जो भी है यह बाबू जी का दिया हुआ प्रसाद है। हर व्यक्ति में मालिक को ही देखें व देखने का प्रयास करें। एकान्त में बैठकर दीनभाव से क्षमा याचना करते हुये सेवाभाव प्रदर्शित करें। ऐसा करने पर मालिक की कृपा शुरू हो जाती है, चाहे पास हों या दूर; अथवा पूज्य बाबू जी को कभी भी न देखा हो। दूर होते हुये भी वे पास हैं। मालिक को अपना बनाने के लिये हमें कुछ भी नहीं छोड़ना है। कालान्तर में उनकी ही कृपा से अवांछित वस्तुयें व आदतें अपने आप छूट जावेंगी। जितना हम उन्हें याद करते हैं, उससे कहीं अधिक वे हमारा ध्यान रखते हैं। याद करना, श्रद्धा प्रकट करना, समर्पण एवं

भक्ति का भाव दिवावे में न होकर मन से श्रद्धा सहित होना चाहिये। उरी का चिरस्थायी पभाव पड़ता है। फिर मालिक से कुछ भी नहीं छिपा है। सहज मार्ग पद्धति से मालिक को अपना बनाना बहुत सरल है। इसकी आयानी को देखकर आश्चर्य होता है, जो कुछ भी उपर्युक्त उपाय व साधन किये जायें, एवं सोचे जायें मन से विश्वास के साथ हो। किसी शायर ने कहा भी है कि :—

जिन्हें है इश्क सादिक वे कहाँ फरियाद करते हैं।

लशों पर मुहरे खामोशी, दिलों से याद करते हैं ॥



# गीत

[ श्री सुरेशचन्द्र श्रीनगर—उत्तराखण्ड ]

तुम्हारे ख्याल में डूबा, तुम्हारे गीत गाऊँ मैं,  
बताओ देव इससे क्या अधिक जीवन में पाऊँ मैं ?  
नहीं मालूम मुझको और कोई है तुम्हारे सा  
न कोई देसका मुझको सरल विश्वास औ आशा  
तुम्हें तजकर भटकने क्यों जगत में और जाऊँ मैं ?  
तुम्हारे ख्याल में डूबा तुम्हारे गीत गाऊँ मैं !  
मुझे तुम देखते भर हो हमारा दिल उमड़ आता  
बरसता क्या नयन से जो नशा जादू सा छाजाता  
उसी मदहोशी में खोया किसी को क्यों बताऊँ मैं ?  
तुम्हारे ख्याल में डूबा तुम्हारे गीत गाऊँ मैं !  
बुलाया तो नहीं मैंने मगर रोना सुन खुद आए  
स्वयं पतवार लेली नाव भँवरों से बचा लाए  
बढ़ा निज हाथ जब अपना लिया, किसका कहाऊँ मैं ?  
बताओ देव इससे क्या अधिक जीवन में पाऊँ मैं ?  
बताओ क्या करूँ पूजा करूँ क्या आरती वन्दन  
लुटाया विश्व मेले में जो कुछ भी गांठ में था धन  
रही बस दुःख की माला उसे कैसे चढ़ाऊँ मैं ?  
बताओ देव इससे क्या अधिक जीवन में पाऊँ मैं ?



( ७४ )

# सहज मार्ग एवं व्यक्तित्व परिवर्तन

श्री योगेन्द्रनाथ श्रीवास्तव, एम० ए०, एल-एल० बी, प्रोवेशन अधिकारी सीतापुर

आधुनिक युग भौतिकता को चरम सीमा पर पहुँच रहा है, किन्तु दूमरी ओर निरन्तर अवनति और पतन की ओर अग्रसर हो रहा है। आज ईर्ष्या, द्वेष, घृणा, स्वार्थ तथा पक्षपात का चतुर्दिक बोलबाला है, और हर ओर फैले पापाचार और अज्ञानता के कारण विश्व का वातावरण दूषित एवं धुँध हो रहा है। अनीश्वर वादिता की भावना चारों ओर व्याप्त हो रही है। मनुष्य ने भौतिकता को ही अपना चरम लक्ष्य समझ रखा है। इस आणविक युग ने विश्व की सभ्यता और संस्कृति को विनाश के कगार पर खड़ा कर दिया है। प्रकृति के नियमानुसार ऐसी भयंकर स्थिति में मानवता की रक्षा तथा पथ प्रदर्शन करने हेतु समर्थ गुरु महात्मा श्री रामचन्द्र जी महाराज, फतेहगढ़ में २ फरवरी सन १८७३ ई० को बसंत पंचमी के शुभ दिन पर मानव शरीर धारण कर इस पृथ्वी पर अवतीर्ण हुये। उन्होंने शताब्दियों से विस्मृत राजयोग को 'प्राणाहुति' प्रणाली से पुनः आध्यात्मिक क्षेत्र को आलोकित किया। उनके प्रमुख शिष्य एवं उत्तराधिकारी परम सद्गुरु श्री रामचन्द्र जी महाराज, (शाहजहाँपुर) जिन्हें हम श्रद्धा से पूज्य 'बाबूजी' कहते हैं) उनके लक्ष्यों एवं उद्देश्यों की पूर्ति हेतु श्री रामचन्द्र मिशन की स्थापना करके उसे विश्व के कोने कोने में फैला रहे हैं और प्रत्येक अभ्यासी के हृदय में 'प्राणाहुति' द्वारा ईश्वरीय शक्तियाँ तथा प्रेरणाएं भरकर उसकी आन्तरिक शक्तियों को जाग्रत कर रहे हैं जिससे यह जीवन के वास्तविक लक्ष्य ईश्वर प्राप्ति की ओर अग्रसर होकर उसे प्राप्त कर सके।

इस भौतिकता के युग में एक मात्र आध्यात्मिक शिक्षा ही शेष रह गयी है, जो मानवता का विनाश रोक सकती है। आध्यात्मिकता का तात्पर्य है स्थूलता से सूक्ष्मता की दिशा में प्रगति, और सूक्ष्मता के उच्चतम शिखर—अपरिवर्तनशील तथा अनादि स्थिति की प्राप्ति। उसमें सतत् अवस्थिति ही जीवन का वास्तविक एवं परम लक्ष्य है, जो हमारे मिशन का ध्येय है; और जिसे हम सहज मार्ग प्रणाली द्वारा प्राप्त करते हैं।

( ७५ )



सहज मार्ग साधना प्रणाली का व्यक्तित्व परिवर्तन में क्या योगदान है ? सहज मार्ग अथवा ईश्वर प्राप्ति का स्वाभाविक पथ वास्तव में प्राचीन राज-योग पद्धति ही है, जिसको वर्तमान समय एवं परिस्थितियों के अनुसार आवश्यक संशोधन करके और अधिक उपयोगी बना लिया गया है। यह साधना पद्धति अत्यन्त सरल है। ईश्वर सरल है, अतः उसके पाने का साधन भी सरल होना चाहिये। दूसरे शब्दों में ईश्वर सूक्ष्मतरंग है अतः उसको प्राप्ति का साधन भी सूक्ष्मतरंग ही होगा। सहज मार्ग साधना पद्धति में 'ध्यान' Meditation द्वारा ही सम्पूर्ण साधना सम्पन्न की जाती है, जिसमें पूर्णत्व को प्राप्त हुये सद्गुरु 'प्राणाहुति' ( Transmission ) द्वारा अपनी आत्मिक शक्तियों को अभ्यासी के हृदय में भरकर उसकी समस्त बाधाओं और उलझनों को दूर करते हुये, उसकी प्रसुप्त आन्तरिक शक्तियों को जाग्रत कर देता है, जिससे उसके मन की वृत्तियाँ ईश्वर की ओर उन्मुख होती चली जाती हैं। वास्तव में यह 'प्राणाहुति' प्रणाली ही सहज मार्ग साधना पद्धति का मुख्य आधार है, जो एक उच्चतम यौगिक क्रिया है। यह यौगिक क्रिया प्राण की सूक्ष्म शक्तियों पर आधारित है, जो आत्मा से सम्बन्धित है। इसका क्रियान्वयन केवल ऐसे ब्रह्मनिष्ठ सद्गुरु द्वारा ही सम्भव है, जिसने स्वयं पूर्णता की उच्चतम अवस्था प्राप्त कर ली है। स्पष्ट है कि ऐसे पूर्णत्व को प्राप्त हुये किसी सद्गुरु का सहारा व संरक्षण किसी अभ्यासी को मिल जाये, तो निश्चय ही आध्यात्मिकता क्षेत्र में उसकी प्रति दिन प्रगति होने लगेगी, तथा उसके व्यक्तित्व में ईश्वरीय गुणों का समावेश हो जाने के कारण उसमें आश्चर्यजनक निखार आता जायेगा। उसकी आत्मिक शक्ति जाग्रत होजाने के कारण वह अपने अन्दर व बाहर शान्ति व हलकेपन का अनुभव करने लगता है। सद्गुरु यौगिक प्राणाहुति के माध्यम से अभ्यासी के हृदय में ईश्वरीय प्रेरणा उत्पन्न करता है, जिसका उसके मन पर आश्चर्यजनक प्रभाव पड़ता है; और उसकी चेतना शनैः शनैः उच्चतम स्तर प्राप्त कर लेती है। उसके हृदय व मन की वृत्तियाँ भौतिकता एवं साँसारिकता से हटकर ईश्वरोन्मुख होती चली जाती हैं। प्राणाहुति का प्रभाव अभ्यासी के कारण शरीर पर डाला जाता है, जो इस पर ईश्वरीय छाप उत्पन्न करती है, और धीरे धीरे वह उसके सूक्ष्म मन तक विकसित हो जाती है और तत्पश्चात् यह चेतन मन तक पहुँचकर उसे शुद्ध करना प्रारम्भ करती है। ऐसे समय पर अभ्यासी अपनी आन्तरिक प्रवृत्तियों में सूक्ष्म परिवर्तन अनुभव

करने लगता है। उसे नये-नये और आश्चर्यजनक अनुभव आध्यात्मिक क्षेत्र में होने लगते हैं। निरन्तर और नियमित रूप से अभ्यासी द्वारा ध्यान करने से, जिसमें सद्गुरु की प्राणाहुति का विशेष योगदान रहता है, उसका मन चेतन-प्रवस्था को प्राप्त करने लगता है, और धीरे धीरे स्थूल मन उसमें एकाकार होने लगता है, जिसके फलस्वरूप अभ्यासी का निवेक और उसकी आन्तरिक शक्तियाँ जाग्रत होने लगती हैं। साँसारिक और भौतिक वस्तुओं के प्रति उसका आकर्षण कम होने लगता है, जिससे वह वास्तविकता के निकट आने लगता है और उसके मन में वैराग्य की स्थिति उत्पन्न होने लगती है। इस प्रकार साँसारिक वस्तुओं से उसका अनुचित लगाव और अनावश्यक मोह कम होने लगता है। अभ्यासी अपने गृहस्थ जीवन में रहते हुये भी सभी साँसारिक कर्तव्यों और कर्मों को ईश्वरीय कर्तव्य समझते हुये करता रहता है जो भक्ति की उच्चतम अवस्था है। उसे न तो इन कर्तव्यों के प्रति कोई आकर्षण रहता है और न कोई घृणा ही। केवल कर्तव्य निर्वाह हेतु ही वह कर्तव्य करता है। अभ्यासी जब पूर्ण श्रद्धा प्रेम, विश्वास और भक्ति से अपने को सद्गुरु के हवाले कर देता है, तो, उसका समर्पण वास्तविक आत्मसमर्पण का रूप धारण कर लेता है और उसमें इच्छा रहितता की भावना उत्पन्न होने लगती है। इससे उसके नये संस्कारों का बनना कम होने लगता है और आगे चलकर बन्द हो जाता है, जिससे उसे पुर्नजन्म के चक्र से छुटकारा मिल जाता है। परन्तु आध्यात्मिक उन्नति उसके बाद भी शेष रहती है, जिसका उत्तरदायित्व सद्गुरु स्वयं लेते हैं। इस प्रकार सहज मार्ग साधना पद्धति में एक साधारण व्यक्ति भी सद्गुरु की सहायता से आध्यात्मिकता की उच्चतम दशा को इसी जन्म में प्राप्त कर सकता है।

परम पूज्य एवं सद्गुरु श्री 'बाबूजी' महाराज ने सहज मार्ग साधना पद्धति के अन्तर्गत जिन दस नियमों का प्रतिपादन किया है, उनको अभ्यासी द्वारा ग्रहण करने पर स्वतः उसके व्यक्तित्व में आश्चर्यजनक परिवर्तन शनैः शनैः होने लगता है, जिसे वह स्वयं अनुभव करता है, तथा अन्य लोग भी अनुभव करते हैं। इन दस नियमों में कुछ नियम तो सीधे ही अभ्यासी के व्यक्तिगत परिवर्तन से सम्बन्धित हैं, लिनका संक्षेप में वर्णन किया जा रहा है।

सहज मार्ग अभ्यासी को अपना जीवन साधारण बना लेना चाहिये और वह ऐसा साधारण हो कि नेचर (वादि प्रकृति) से मिला जुल जावे। यह एक उच्चतम आध्यात्मिक स्थिति है, जिसे अभ्यास द्वारा तथा दृढ़ इच्छा शक्ति एवं सद्गुरु की सहायता से धीरे धीरे प्राप्त किया जा सकता है। उस स्थिति में सभी कर्मन्द्रियां तथा ज्ञानेन्द्रियां उसमें लय और फन हो जाती हैं, और उनकी दशा अपने पूर्व के लिये हुये प्रभावों को नष्ट करके बिल्कुल ऐसी हो जाती है, जैसी आदि में थी। इस प्रकार उसका अपना ही बुना हुआ जाल टूट जाता है और वह बिखरी हुई दशा जिम पर उसे जाना है ठीक ढंग से प्रकाशित हो जाती है।

सहज मार्ग का सच्चा अभ्यासी प्रत्येक कष्ट को ईश्वर की तरफ से अपनी भलाई के लिये समझता है, और उसका धन्यवाद देता है। जब अभ्यासी पर भक्ति का रंग चढ़ा होता है तो प्रत्येक कष्ट और विपत्ति में भी वह आन्तरिक सुख और शांति का अनुभव करता है, क्योंकि वे उसके उपकार के निमित्त हो जाती हैं। अभ्यासी के हृदय में सभी लोगों के प्रति आतृत्व भावना उत्पन्न होने लगती है, और उसी के अनुरूप वह व्यवहार करने लगता है। अभ्यासी को किसी के द्वारा कोई कष्ट पहुँचने पर वह उसका बदला लेने का कभी इच्छुक नहीं होता है। इसे वह ईश्वर की तरफ से अपने हित में समझता है, और धन्यवाद देता है क्योंकि वह जानता है कि यह उसके अपने ही कर्मों और संस्कारों का फल है, जिसका भोग हो जाना ही उसके लिये श्रेयस्कर है। सहज मार्ग के सच्चे अभ्यासी को नैतिक एवं व्यवहारिक जीवन इतना ऊँचा उठ जाता है कि मालिक उसे जिस स्थिति में रखता है, उसी में वह पूर्णतया प्रसन्न और संतुष्ट रहता है। उसके जीविकोपार्जन में शुद्ध और पवित्र कमाई का विशिष्ट स्थान रहता है, क्योंकि मनुष्य की उत्पत्ति पवित्रता से हुई है; और वह शुद्ध धारों जो उसकी उत्पत्ति का कारण हुई हैं, शुद्ध ही उद्गम से निकली हैं, और इन्हीं कारणों से उसे शुद्धता का विचार उत्पन्न होता रहता है।

सहज मार्ग के सच्चे अभ्यासी का रहन सहन तथा व्यवहार इतना श्रेष्ठ होता है कि जिमको देखने मात्र से ही लोगों को अच्छे विचारों की अनुभूति होने लगती है, तथा लोभ आकर्षित होकर उससे प्रेम करने लगते हैं। जब अभ्यासी के व्यवहार की समानता प्रकृति के व्यवहार से हो जाती है तब उसमें प्रभाव उत्पन्न हो जाता है और लोगों का आकर्षण स्वतः उसकी

ओर होने लगता है। इसी आकर्षण को प्रेम कहते हैं। जब दूसरों का स्वत्व अभ्यासी की दृष्टि में होता है तो दूसरे लोग उस शक्ति से, जो उसमें प्रकृति से समानता स्थापित करने से उत्पन्न हुई है, प्रभावित होकर उससे भी वही व्यवहार करने लगते हैं जिसके वह योग्य है।

सहज मार्ग साधना प्रणाली तथा उसके नियमों का पालन अभ्यासी सद्गुरु की कृपा के सहारे, शनैः शनैः आध्यात्मिक पथ पर बढ़ते हुये करता है, जो उसके अन्दर और बाहर उसके सम्पूर्ण व्यक्तित्व को ईश्वरीय प्रेरणा और गुणों से भरकर दिव्य बनाकर आलोकित करता है। आज के मानव को यह दिव्य अलौकिक देन राजयोग के रूप में केवल सहज मार्ग साधना पद्धति ही प्रदान कर सकती है, जिसे हेतु परम पूज्य एवं सद्गुरु श्री 'बाबू जी' महाराज इस पृथ्वी पर अवतरित हुये हैं।

