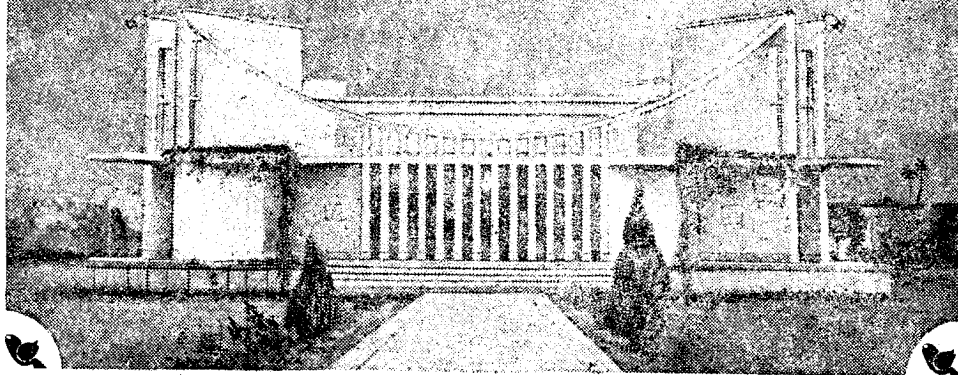


Shri Ram Chandra Mission

सहज-मार्ग SAHAJ-MARG



Registration No. R N 12620/66
Grams: SAHAJMARG

Shri Ram Chandra Mission
SHAHJAHANPUR U.P. (India) 242001

Bi-monthly Spiritual
Phone: 2667



सहज मार्ग

उत्तिष्ठत जाग्रत प्राप्य वरान्निबोधत ।

(उठो ! जागो ! गुरुजनों को प्राप्त कर ज्ञान—लाभ करो)

* प्रार्थना *

हे नाथ ! तूही मनुष्य जीवन का ध्येय है,
हमारी इच्छायें हमारी उन्नति में बाधक हैं,
तू ही हमारा एक मात्र स्वामी और इष्ट है,
बिना तेरी सहायता तेरी प्राप्ति असम्भव है।



O, Master !

**Thou art the real goal of human life,
we are yet but slaves of wishes,
Putting bar to our advancement,
Thou art the only God and Power,
To bring us up to that Stage,**

Vol. XXV

All rights reserved

No. 1

Editorial Board:—

January, 1982

1—Dr. S. P. Srivastava, M.A. Ph.D'

Single Copy Rs. 3-50

2—Prof. Laxmi Shankar

Yearly Subscription Rs. 18-00

3—Shri S.A. Sarnad

CONTENTS

English—

1- Yoga and Modern Education [Dr. S.P. Srivastava. Lakhimpur-Kheri]	1
2- We are Abhyasis—By Sister Kasturiji Chaturvedi	6
3-Cleaning—Clarification	12

हिन्दी—

१- निर्देश पालन—श्री प्रेमकुमार गुप्त बरेली	१
२- सहज मार्ग साधना—प्रणाली से निर्मलीकरण—श्री राजेश्वरी प्रसाद श्रीवास्तव, सीतापुर	३
३- सहज मार्ग की सिद्धियाँ—श्री रामदास सिंह—रिबिलगंज—बिहार	५
४- सत्संग, विवेक और संकल्प—श्री महेश्वरी दयाल सिंह श्री वास्तव, गोरखपुर	८
५- "ध्यान योग"—श्री चन्द्रशेखर शुक्ल, इन्दौर म०प्र०	९
६- "संस्थापक दिवस लखीमपुर में प्रस्तुत अर्धशताब्दीय भाषण— श्री वृजेश कुमार शर्मा, एडीशनल डिस्ट्रिक्ट जज, शाहजहाँपुर	१२



All India Conference

QN

Yoga and its integration in modern education

at I.I.T. Kanpur

(September 10-13, 1981)

Yoga and Modern Education

[Dr. S.P. Srivastava, Head of Philosophy Deptt. Y.D.College Lakhimpur-Kheri]
Delegatę representing Shri Ram Chandra Mission, Shahjahanpur-U.P.



The history of yoga, as a subject of regular education, may date back to prehistoric times of Harappan Culture wherefrom the Aryans picked it up and made it a part of the latter Vedic culture. The Jaina, Bauddha and the later revivalist Hindu traditions seem to make Yoga the very hub of their way of life, as also of their philosophy to the extent that Yoga became the very differentia of the composite Indian culture. The Christian and the so called Neo Platonish mystics and Muslim Sufis also adopted it in their own way. As such, Yoga may aptly be described as the universal system of practice and knowledge concerning the structure and development of human personality. The credit of instituting it as a regular Science, surely belongs to Indian wisdom, through the ages.

The dawn of the twentieth christian century resounded with Swami

Vivekananda's clarion call for the renaissance of the eternal essence of Indian culture, instituted in the Science of Yoga. Swami Ram Tirtha, Mahatma Ram Chandra of Fatehgarah, Sri Aurobindo and Professor Ranade etc. carried the torch through the earlier half of the 20th century; and the last thirty years have witnessed about a score of the teachers of Yoga with significant following inside and/or outside India, trying to contribute in their own ways to the growth of the movement, started at the dawn of the century. They naturally have their good and bad points, and they may undergo phases of waxing and waning popularity; but the fact of their being instrumental to the growth of a movement of much value, must have to be noted. The 18th. century was the century of physical science, the 19th that of biological science. The 20th century has rightly

been called the century of the science of psychology; and by the end of the next two decades, humanity may find itself well poised for entry in a century of the science of spirituality or Yoga.

About the year 1950, the typical attitude of a modern educationist on the question of introducing Yoga as a subject of study and research at University level was contained in his cryptic remark, "Yoga is not economics or politics", even though he not only admired but sincerely practised Yoga. The academic circles in India, even now would consider it respectable to discuss what Buddha or Shankara or Kabir might have said or meant, but continue to treat what they did or experienced as something beyond any serious concern. As the conditions prevail Yogis of calibre must first convince Europe and America to recognize Yoga or T.M. etc. as a subject for B.Sc. and M.Sc. degrees and serious psychological or therapeutic research, before receiving the attention of the academic circles in India. The syllabi of the ancient Indian Universities of Taxila, Nalanda and Vikramshila etc. are not available in any adequate detail. So, in the absence of any definite authoritative models or guide lines to bank upon, the modern educationist of India must naturally be all cautions to embark on any initiative or experiment in education, on his own. After all, the voluminous work of, God

knows how many commissions and committees etc. on educational reform during the last thirtyfour years of freedom and democracy, has succeeded only in making the costly hoax of English medium education for their children, a matter of prestige or vanity even for the lower middle class, in this country.

The Sarcasm on the mess that constitutes modern education in India apart, we need utmost care and precaution to seek clarity and discernment on what and what for we are going to introduce or integrate in the system of our so-called modern education. Some twenty years back when I set upon research for my Ph.D. degree on a 'systematic survey of Indian Psychology', I was advised by a Professor of Psychology to work on physiological picturization of trance state or Samadhi, as that was the recognized trend of research, at the time, in the respectable psychological centres of higher study in the world. I humbly but firmly told my well-meaning adviser that this amounted to measuring or comprehending intelligence through pneumography or differential analysis of blood samples. If 'Samadhi' is to be investigated by a researcher, If yoga is to be a subject of research and study, we must underline 'Samadhi' or 'Yoga' as it is in itself, and not what may be the prevailing fashion of research or study concerning these

at the time somewhere. Let me straight-away place for the consideration of this august assembly what I got as the core and kernal of Yoga from my guide and master Shri Ram Chandraji of Shahjahanpur, who established Shri Ram Chandra Mission in the year 1945 in the sacred memory of his own guide and master Mahatma Ram Chandraji of Fatehgarh (1873-1931), regarded as the Adiguru of Sahaja Marga system of Yogic Sadhana.

Shri Ram Chandraji of Shahjahanpur, popularly and affectionately known as Sri Babuji, while on tour of the whole length and breadth of India some time in the forties of this century, visited the Ashram of a so called Jagat guru Bhagwan Mahamandaleshwar, and enquired what practices were prescribed for the inmates of the ashram, including students of a Samskrit Pathshala. "Kirtan, Bhajan, Sandhya, Arthi, Asan, Pranayam etc." he was told 'Is it enough', asked Shri Babuji "What else" ? queried the Mahamandaleshwar. "Meditation", said Babuji. "Yes, that too is prescribed for the select few, who are adequately advanced", came the information. "But is meditation also sufficient" ? Shri Babuji further asked. "Does any thing still remain" ? was the question. "Yes, Transmission," was the reply. "What's that" exclaimed the bewildered jagat-guru. "It's the technique of spiritual training", explained Shri Babuji "Mere

knowledge or self advancement does not make a teacher. he must know how when and how much of the knowledge is to be imparted to the student. Meditation is what the practicant of Yoga does; transmission is the job of the guide or master. Nobody devoid of it should undertake spiritual training of others, if he does not wish to spoil himself".

When I met Shri Babuji towards the close of the year 1955, I was deeply impressed on the one hand by his clarity and precision on any point concerning Yoga and Brahmavidya; and by his convincing capacity to impart actual feel and experience of spiritual states to sensitive Abhyasis, and curious but sincere seekers, on the other. I have no hesitation to assert, that no modern teacher of Yoga in India or abroad adequately claims to have a comprehension of or command over this latter capacity, which has nothing magical or mystical about it, in the secretive sense. This is different from hypnotism, which weakens instead of nurturing and strengthening the will of its subject. It is not the same thing as automatic radiation of piety etc. from a Saint or master, in which case there is nothing by way of active exercise of will on the part of the saint or guide. Allegorically it consists in 'taming the beast in man' in the words of late Dr. K.C. Varadachari of Shri Venkateshwar, University, Tirupati; or in 'awakening the sleeping

beauty in man' in the words of Shri Babuji himself. It is a sort of an effortless effort of human thought and will, whose effect is unfailing. It is exemplified by Lord Krishna imparting the feel and experience of Sthitaprajna, Nishkama Karma, Trigunatita states etc. to Arjuna in mythological literature; and by Ram Krishna Paramhansa imparting the states and stages of spirituality to Swami Vivekananda and others in recent history of Yoga education. It constitutes the core and kernal of Yogic training, worthy of attention and investigation by the best brains in academic and scientific circles. Any significant achievement in this regard must surely result from humility of a student, rather than the arrogance of a patron.

Shri Ram Chandrajji of Shahjahanpur remarkably transcends scriptures without contradicting them. He modifies traditional eight fold Yoga of Patanjali in several respects to adapt it to modern needs of human individual and society. To begin with, he does not prescribe the first five steps of moral, physical, biological and sense training as preliminary to the latter training of the mind. These, however, are not declared to be irrelevant. Their essential outcome is rather necessary, but it should develop automatically through practice of meditation. Secondly the last three steps or constituents are not treated as three, but parts of a single process starting

with Dharana i.e. fixing a suitable object of meditation, and culminating in a tensionless calm poise of the mind i.e. the starting point of Samadhi or Superconscious state, which also is not the end, but just the flood gate to Yogic experience and journey in the realm of the spirit. Meditation constitutes the core of the mental training or Raja Yoga. This presents hundreds of minute problems requiring the assistance of a competent guide, who should work in the spirit of a servant rather than a Master. To take just a few examples, generally meditation is confused with concentration, which is not to be emphasized for practice, but should result from the practice of meditation, which is waiting rather than hard and anxious mental effort, which benumbs the fertile capacity of mind in the flood. Sahajata rather than Tapasya is the key note to the balance in life that constitutes the core and kernal of Yoga. Tapsaya of even a thousand years cannot bring liberation, which is a state of quittance, on the way to the ultimate end, that lies beyond and beyond, where we do not know what is there or what is to be there. We should not use a crane to pick up a needle.

Similarly, Shri Babuji's research and training with regard to the so-called Chakras of Tantra Shastra is unique and revolutionary in its own way. the Hridaya roughly akin to Anahata Chakra is taken for meditation

and cleaning, as the starting point of journey upto where Shri Babu ji speaks of the extent of the Heart region. Beyond this, Mind region extends from the top of the head to the occipital prominence, with numerous points in it. Then the Central Region at the occipital prominence itself, with its seven concentric rings of splendour surrounding the Centre or the ultimate destination of spiritual journey. The Mind region and Central region is almost unheard of in any literature concerning Yoga ancient or modern. The three lower chakras and the much talked of Kundalini receives scant reference or attention under Sahaja Marga System, like the earlier first five steps or constituents of Patanjali's system. Thus this revolutionary though sober system discovered and instituted by Shri Ram Chandra ji of Shahjahanpur has immense potentialities and problems for research, after the preliminary training in the technique of meditation and transmission etc. at graduation and post-graduation levels.

To conclude my paper, Yoga as a way of life must, as it does, constitute a system of life-long education. At present the moral and social aspects need be imbedded in the very structure of Indian society. Provision for moral education may be needed from the very early period of life. The postural and breathing exercises also require to be

introduced as early as possible. The University stage should be chiefly devoted to meditation and its auxiliary aspects at undergraduate and post-graduate levels. For research, the potentialities of yoga are multi-faceted and of immense dimensions. The physiological counterparts of subtle states of spiritual advancement and the conditions determining them may be investigated through the help of advanced computer technology and space research programmes etc. The core of yoga may still elude the grasp of material research. But the problems and limitations, and the newer vistas and avenues of research opening as consequent to routine research programmes as planned and executed now, may be considered in due course.

I must congratulate the organizers of this conference for their much needed venture. I have to offer them our heartfelt thanks for providing us an opportunity to introduce ourselves and our work and plans etc. on their platform. As a delegate representing Shri Ram Chandra Mission. I assure the organizers of this conference every cooperation and assistance, as and when required for the achievement of their objectives. The blessings of the Master Supreme shall always be with them.



We are Abhyasis

(By Sister Kasturiji Chaturvedi.)

(Translated from the original Hindi article 'Hum abhyasi hain' published in Sahaj Marga Magazine Vol. XVII No. 1 of January 1974 by Shri Atmaram Jajodia, Bombay.)



We are tiny trots. Without mother we have no comfort in day nor rest at night. If we are hungry, we need mother; if we have to bathe, she is essential. To hide from scolding we get under her loving cover. Flowing in her love-current, we are fearless before her having nothing to conceal from her. This is about our need for worldly nourishment and growth. What should such a soul do who has lost contact from his mother (God), who is unable to perceive her because of the material cover he has stretched over himself and feels restless and unhappy without her? What should he do now? Only the practice of His (God's) remembrance. Everybody who has come into this world is shackled with some chains or other. In fact, the strong grip of the chains of our samskaras is the main cause of our coming into this world. The prime source of the formation of these samskaras is the practice of wrong habits by our mind, which is a slave to them. When it gets accustomed

to a difficult and perverse path, the vice-grip of suffering and misery becomes tighter. When our mind gets practised to the correct and natural path, all shackles are released and our advance towards the Ultimate goal continues unchecked and with ease.

Lifelong periods are spent in practice; still, I have observed, the mental make-up does not shape itself correctly. What could be the reason? As far as I have noticed, the reason is, we practise without any aim or goal. Some stray desires make us beg, "Let the children be alright; may my health improve; or, may such and such difficulty disappear." Difficulties are not removed: only, unfulfilled desires reduce the importance of Divine power from our heart. Result is, we are further removed from our goal. We are abhyasis, we are sadhakas. Our aim should be God-realisation only. Of course, whatever acts as impediment in the realisation of our Goal, we must put before

Him. May they be diseases or other difficulties. Then they are certainly mitigated and we get (divine) strength and help in our advance towards the Goal. When our abhyas is aimless, we do not get even the scent of His nearness, and remaining chained to our abhyas or sadhana, we leave this place as we came. So, we must concern ourselves with reality only, and mould our living in such a way that the shadow of the earth does not fall on the Sun.

Real abhyas enables us to measure the distance between ourselves and our goal; and when we feel His nearness, hope makes us happy. Then our progress towards Him becomes faster. When we travel towards Delhi or any other place, we gauge our position by mileage. Similarly, as we feel the samipyā (proximity) of our Master inside the heart, we can estimate the nearness or distance from our goal. All the stages of spiritual progress come within the orbit of this increasing proximity or oneness with Him. Later on when the limitation of this orbit breaks off, we merge with the Infinite.

The experience of samipyā (proximity) is so natural, that every abhyasi amongst us comes to know of it. Its fomentation goes on expelling all the illusory artificiality of our inner and outer being, and we are horripilated with the tickling pleasure of meeting. This proximity alone gives us the news of

our nearness to Realisation and progressive meeting with Him. The experience of this samipyā is so pleasant that it enters our heart and takes us to a condition of more and more depth. This depth is the proof of our acquisition of His nearness. As we proceed along, this depth becomes extremely narrow. Previously, we could see it everywhere and feel His presence; but now the depth becomes so narrow, that we feel there is room for two only. But the naturalness and cleanness of the path increases. Nowhere are we confronted with the thistles and thorns of irrelevant thoughts as obstacles. Actually the condition is (as the poet says) that 'we have to walk a precarious path, but who cares for the heavy load on our head?' Indeed, He takes the entire load off our hearts and makes us very light. Every one of us experiences this lightness. Now, one more special development is noticed in ourselves. Withdrawing from the outward environs, we start expanding in the vastness of the inner soul. But being subtle, it sometimes escapes our notice. Gradually this inner expansion grows and makes us one with the expansion in everything outside. Further on, this takes the form of a sort of omnipresence which represents as though a link which is a characteristic of the final meeting with our beloved (God). Later Master wrote to me that commensurate with the level of our layā-avastha (mergence), 'baga'

(maturity) of the same measure is conferred on us from His treasury. This means, mastery over the things and powers bestowed is also given. What a wonder ! We went as a beggar and stood before Him hesitatingly with the bowl of our heart. And look what He did ! Not only did He relieve us from begging, but showered so much on us that we could distribute to others also. Simultaneously a wonderful self-confidence too grows within us, because at whichever level we are 'joined', our laya (mergence) takes place. His power to the same extent is automatically inherited. Gaining the samipyata (proximity) of the beloved, our heart keeps on exclaiming, "He is mine only, only mine; and, I am His only, His alone, only His !" An incomparable firmness and self-confidence starts taking root inside us. A unique innocent longing develops within. Repeatedly pleasure enlivens our being and hair stands on end. Why ? Because we feel the sanctifying nearness of the presence of our dearest. This increases our craving for the ultimate union all the more. We become the living examples of Master's saying that, 'craving finds out its own path.' What a wonderful living it is then ! (as the poet says), 'those desirous of thee. turn away from every desire.' Then one is forced to exclaim, 'Dearest mine, bitterly have I cried in thy remembrance !' From the other side it is heard, "When thou criest, I

laugh; When thou laughed. I cried." Why is it so ? Because when I cried (in His remembrance) He was happy that the moment the child cries for the mother (destination), the Goal itself would come running. When engrossed in the illusion of fleeting worldly pleasures, I would feel happy and laugh he cried thinking, I had forgotten the real natural path and was lost in entanglements. Thus far we have talked about His (Goal's) samipyata (proximity)

Now, when we advance still further, every now and then while walking or doing some work, we forget as to where we are. Regaining consciousness it is felt as if we have returned from somewhere. About this, Master wrote that it was His 'forgetful state'. Gradually, the place we used to feel we could reach sometime, becomes in a subtle form. our dwelling. We clearly experience that even though we reside in this world, actually we have started living in some other place. This means as if, we have entered the second stage of His proximity (samipyata); in fact, we have achieved the salokyata (residence in the same region) of our beloved, But the destination is still far away. It is true His salokya is ours now, but the craving gets all the more intensified as to 'What is our dearest like ? When could we get a glimpse of Him ? and when shall the final meeting come off ? Ease bids farewell, Night does not befall, the day

never dawns, Difference of day and night is obliterated, Everything seems to be disappearing. Even the faces of people here do not remain in view. The world appears like a shadow. This comes as a further proof of our advance towards Reality. Our movement becomes very easy and pure. Whichever way we pass, a current of sanctity overflows and we actually feel it. As the distinction of individual face or form disappears, the very seed of hatred for all and sundry gets burnt, as though one more cover of maya (illusion) has been torn off. We rise still above and all appear to us dear as kith and kin. Similarity is experienced between the animate and inanimate. The chapter of Universal love is opened. But, now swimming to depth in this condition is necessary. What happens is that once we have attained salokya, news starts coming from every source and direction, because now we live very near to the dearest, in His own region. All around there is fragrance of nirvana. Interference of the externals stops, as the gaze is now pursuing Him only. This intoxication grows to such an extent that even our residence in His own region is forgotten. Our entire being as if, becomes eyes only. The heart which used to cry "doors and walls, all are mirrors; wherever I see I find thee only", now exclaims "whichever side I gazed, I found thy elegance strewn". Suddenly a wonder descends and all this was

forgotten like a dream and an unprecedented steadiness takes possession of every movement and thought rather the entire mental makeup. Eyes remained wide open. Death overtook, not the body, but my 'self'. I was reminded of the words of Kabir, 'mind is stilled, still lies consciousness: the entire being stilled. After such a one God roams, exclaiming 'Kabir, O, Kabir.' And why shouldn't this happen ? After death took place, it was felt as if somebody inside my heart was calling me out. He has now set out in search of a resident of His own world (His own abhyasi). Whosoever He comes across, He asks, "where is he, O where is he ?" The news of this reaches us also (in the shape of experience). A feeling grows that the beloved is searching for me. Why ? because, our entire sadhana and abhyas was directed towards His achievement only. Our practice was to abide in Him only.. And lo ! one day He discovers us ! Then (what happens) ? partly sleepy, partly lost, a little wonderstruck, as if unconscious, losing the self, we set out with Him only. Whereto ? We know not. We are not conscious of our walking even. Peculiar becomes the movement of us-abhyasis. Now an unprecedented divine state comes into our experience. Gazing into the beauty of our 'dearest' constantly, we get lost in Him only (merge into Him). Suddenly His form becomes our form, The mirror cannot

see its own face. Similarly, the attainment of Sarupya (oneness of form) makes it impossible for us to see ourselves. So much so that we cannot feel our own touch even. Now that sarupyata has been attained, Mastery (baqa) over it also is conferred from His treasury immediately. We got Him, but what a joke that we lost ourselves! Gradually this condition too gets absorbed in us so naturally that all of a sudden we forget the form also. When there is no form, what to talk of same-form-ness (sarupyata) ? Our Master is leading us towards liberation, so how could there be a bondage of form, even if it be His own form ? How could He tolerate any weight on our thoughts, even though it be of spiritual conditions ? In fact, nursing the ambition of certain conditions within us we die once again. In course of our march towards complete oneness with our dearest, we die several times before we live.

Now we find a new chapter open before us. We feel our conscious heart and mind slowly melting away. This marks the beginning of sayujyata (joining or union). I have given just a brief reference to servæ as a scale for us abhyasis to measure their own progress, It is a glimpse of the major conditions only, with reference to which they could gauge their own inner state. Otherwise, in each of the higher states we come across innumerable

subtle conditions, which go on changing from morning to evening. A description of each of them would fill pages together and still remains incomplete. Master's bounty is immeasurable. He gives, gives and goes on giving. The difference (in understanding it) is created by our sight. When we fail to withdraw our gaze from outward attractions, these subtle conditions escape the ken of our experience. Our Master on His part goes on pouring them in our hearts through His sacred pranahuti, without any distinction whatsoever.

Now, the auspicious occasion of sayujyata has arrived. Holding our arm He is Himself leading us forward. While entering into this state, our role towards the accompanying guide as well as the expanse of divine conditions, becomes that of a mere spectator. Before we enjoy these great divine states, our internal soul-power to enjoy them itself merges into Him. Now we have nothing to give or take; so the inner desire too becomes lifeless. Craving, after showing us the path, merges with Him only. We find that our limitation (of our self is destroyed and something pervaded into the expanse all over. Now I wrote to Master that whichever place I think of, I feel I am present there. There is no thought whatsoever and the condition remains changeless like that of the pacific ocean.

Puja, having come back to the place it started from, has come to an end. Sitting in this condition once I told Master that although sitting opposite, I could not see Him; although He spoke there was no sound. But I felt a sweet melody came from afar and melted away. What was all this phenomena? Upon this a melodious voice fell on the ears which meant that "forms of all types are related with matter only. I wish to take you all where everything is concerned with Reality only." I dare say this could be possible only if we are lucky to get such a Master whose current has merged with the Ultimate Reality. Remaining merged in that current (the Master) with all our vrittis (habits) upturned by His sanctifying pranahuti, we flow on with it, and one day undoubtedly reach the place of our origin (Ultimate Reality). The beautiful words of Kabir also sing the same tune:

Current, that is my Master, is the purest one

I lost my body in the same.

says Kabir, listen O Sadhu ! One becomes alike then alone.

(Satguru dhara nirmal dhara,

सतगुरू धारा निरमल धारा

Vamein Kaya Khoi re

वा में काया खोई रे

Kahat Kabir Suno bhai sadho,

कहत कबीर सुनो भाई साधो

tabahin vaisa hoi re.)

तबहीं वैसा होई रे ॥

This is unchanging truth; this is where the expanse of Reality is found. Now, who knows how far swimming in it would take place? He alone knows, who knows .

In my childhood I undertook various types of sadhana and experimented with a number of yogic practices. Ultimately I realised the truth that one which is free from the bond of all kriyas (physical practices) i.e. dhyana (meditation), is the sadhana conducive to liberation. One which is completely free from all desires is the true sadhana; that current alone will one day lead us to the place of our origin, merge and swimming in which release us from all shackles, which makes our heart feel light and free (because of the removal of samskaras), where the breath of peace is free from the physicality of breathing, and where the slough of the whole material grossness is thrown off before our very eyes. That denotes the real Master. This is not only Realising Him (God). but something more also. As Master has stated, the maturity or mastery (baqa) over this condition also is bestowed upon us from the same court (of God). There, the self-confidence which we gained in the condition of samipyata (proximity), which grew and developed in the achievement of salokya and sarupya, now breaks all limitations and merges with the Infinite. Everything which started with limitation, now

goes and merges into the unlimited. Although we now find ourselves one with the 'unfailing will', we remain almost forgetful.

When He awakens consciousness for His work, then we feel His infinite power in us. We are awakened with firmness untiring and unparalled, singing joyfully. And when the work is accomplished, we again become forgetful as in sleep. Thus, this small thing that remains in us denotes the difference between soul and God. The same thing denotes the difference between the servant and Master. But what a unique existence it is! It is, so to say

no existence at all. The wonder is that our external consciousness which is needed to accomplish material activities never sleeps and becomes alert. How? It is not known. Who knows how far it extends? He alone knows it, who knows it. First, attain 'Him'; then know whatever He makes us know. Proceed further with what He gives and dive deep. Then? Leave every thing like a wayfarer and go away. Now (what happens)? Go on witnessing as a third person the gift 'He' has given. That too is forgotten all of a sudden. This alone is the scale for us abhyasis to weigh ourselves.



Cleaning (Clarification)

Two abhyasis have written letters of complaint about the Hindi article captioned 'सफ़ाई' (cleaning) by Shri Prem Kumar Gupta; Bareilly. published in volume XXIV No. 4 (July 1981) on page 12 (Hindi Section), The relevant extracts from the two letters are given below:—

(1) "Shri Babuji has not said thus. Babuji has stated at a number of places that cleaning should be done according to the method already given, But we

commit mistake in understanding it. Please see on page 12. the method stated therein may have been told to some particular individual".

(2) "The method is not found. till now, in any pamphlet, book or article written by Master. Once I had asked Master Himself and he had said with an apparent amount of displeasure: "Have you not gone through the pamphlet. giving the method of cleaning etc? Do accordingly. People do not understand that even a slight deviation is likely to cause harm".

“In the article concerned, there is no mention of the main and original method. If now this method is the correct one, there should be clear-cut instructions to all the brethren. Otherwise, new abhyasis are likely to be confused that the method given herein is something different from the one published in the pamphlet. In case the method is wrong, a clarification to that effect must be given in the next issue of the magazine, and if that too is a method like the original one, then also a clarification be issued”.

There are two main points of deviation included in the above mentioned article on cleaning, over and above the process of cleaning given in the general pamphlet, referred to in the letters of complaint. These two so called points of deviation are following;

- i. Imagining Master's presence in front of the practising abhyasi.
- ii. Supposing that the divine currents, flowing from the front, enter our body (system) and pass out completing the process of cleaning.

Of these two, first one is part of the method of constant remembrance and the second one is part of the method of cleaning, given by Master to a particular abhyasi and later on stated to be beneficial to all. This method of cleaning in its original form as described by

Master is thus: “Think that you are submerged in the ocean of grace (Bliss) and its waves coming from the front are passing through your body washing away all grossness, impurities, darkness etc, and you are becoming clean”. Later on, Master prescribed it as a general practice for every body. One of his letters is quoted below :

“I am writing below a meditation which has proved efficacious to you. If you do it, it will help you a good deal in your spiritual progress. This is my tried meditation and recently I made it compulsory for all my associates.”

MEDITATION

“Think that you are drowned in the shoreless ocean of bliss, and the waves of the ocean are passing from the front through your entire body (which should be supposed as transparent) towards back side, carrying along with them darkness, grossness, dirt and all the ills of the system which are impediment in spiritual progress.”

So, from the view-point of the Editor, there is nothing in the article of Shri Prem Kumar Gupta, which is contrary to Master's instructions. The writer has described his own experiences in this article and on that basis he has appealed to all brothers and sisters to attach due importance

to cleaning. This is the main feature of the article. The writer has referred to the process of cleaning, adopted by him, in the following words: "Perhaps many of the abhyasis do not know how to do cleaning". The implication is clear that those who know it, or those who have got clarification from Master in this connection, are being benefitted by the practice, given to them, need not be guided by anything given in the article. The abhyasi brothers and sisters seeking clarification now, seem perhaps worried (and possibly angry) because they want to save all other, particularly new, abhyasis from confusion, and to provide the right knowledge to them; this intention is quite good, and the Editorial Board is grateful to these two abhyasis for presenting an opportunity to clarify the duty and responsibility of the journal in this regard.

The main purpose of the mouth-piece of an organisation is to publicize and propagate its ideology and special features. 'Sahaj Marg' Journal being the mouth-piece of Shri Ram Chandra Mission, also fulfils the same purpose. It is not the function of the magazine to give direct guidance regarding the method of sadhana. The omnipotent Master and the preceptors appointed by Him are there for this purpose. Indulging in some abhyas [practice] on reading an article published in the magazine, or on reading a book written

be some author or even by Master Himself, is just like starting the practice of Yoga on going through the 'Yoga Sutras' of Patanjali or 'Hatayoga' Pradeepika', or like starting the practice of medicine after glancing through 'Charaka Samhita'. An abhyasi, whether new or old, should seek a solution of difficulty or doubt concerning methodology of Sahaj Marg from his or her preceptor and the preceptor, on his or her turn should do so from a more competent and enlightened preceptor. The source of final solution of course, is undoubtedly the omniscient guide Shri Babuji. When some direction from the management of Shri Ram Chandra Mission is published in the journal it should be complied with, but the general articles, published in the magazine should not be made the media of directions pertaining to sadhana. In case of Sahaj Marg magazine also, like any other journal, the responsibility for the views expressed in an article remains that of the author. The editors do effect certain corrections but; even then, mistakes are always possible. To make this an occasion for being upset or excited is to harm one's own inner balance, which is likely to hamper spiritual progress.

In spite of the above clarification regarding the function of the journal, it is not proper to deny the need of a healthy and dispassionate criticism of the material published in it. For example, in the present case, it can be asked as

to how far it is proper for an abhyasi to evolve a new method for his own practice by combining parts of two or three approved methods of meditation when Shri Babuji has categorically forbidden to add or delete anything to the given methods. In reply to this it can also be said: "How did you come to know that Shri Babuji has not allowed that abhyasi to adopt that method? or Why should you, after all presume that whatever has been told to you is right for all others, and everybody must follow it. Moreover you should not deny the right of putting one's own experience in the form of an article before others, to a particular individual who might have been allowed to practice some particular method," But the confusion is likely to go on increasing by such questions, replies and rejoinders, without obtaining a satisfactory solution.

In fact, every practice, method, instruction, etc. has a purpose, the fulfilment of which alone makes it right and meaningful. If this purposefulness is lost, then, a faithful following of that practice or method etc. merely becomes blind slavery to a dogma, and even dangerous. It is, therefore, that there remains the need for actual guidance of a real Master every moment, and at each and every step. This does not mean that four thousand or a million disciples start putting questions to the Master at the physical level, and demand answer.

There is a condition known as a rapport in human relations, wherein material limitations come to an end; and the assurance of a flawless guidance and a noiseless (voiceless) approval is established. The supermost example of this, present in our midst, is our Master Shri Babuji, who modifies the systems, founded by Patanjali and Buddha in such a manner, that, had they been living to-day, they themselves would have done the same. The modification which defeats the basic purpose or objective is improper, may be even dangerous; and that which fulfils the main purpose is acceptable and even commendable. Let us take the case of cleaning itself. It is incorrect and even harmful to say that cleaning is effected automatically through transmission. The practice of the individual cleaning process in a group by abhyasis is wrong and harmful. Likewise, if someone sits in meditation for hours together, thinking that cleaning process is going on, and grossness and darkness etc. are being thrown out of the system; and if he becomes absorbed in the pleasure of this meditation,, and does not entertain the final thought that cleaning is fully accomplished, then the very purpose of cleaning process is defeated and the result would be adverse, although none else than the abhyasi doing so, will be adversely affected. A sensitive preceptor or the Omnipotent Master may, of course, feel

anguish that the student is not grasping the instruction properly. Again, suppose, some one comes to Master and says that in the prayer prescribed in Sahaj Marg it is stated that our desires are a bar to our advancement whereas in Arya Samaj and other organisations it is believed that pious desires are helpful. If the Master has time, He would explain the appropriateness of the Sahaj Marg Prayer. But if He is engaged in some other urgent work, He may say that practice should be done as per the prescribed method or else one is free to join Brahma Samaj or whatever may please him. Now, this abhyasi, in a fit of faith might begin to think or say "When Master has advised to practise meditation on heart for one hour before sunrise in the pooja room sitting on a rosewood stool and facing east, how can any one talk of practising meditation facing west, sitting on a cot at 9 a.m. in the verandah for 10 minutes with a blank mind? If now, this method is correct or if this also is accepted as a method on par with the main one, then it should be communicated to one and all" This sincere abhyasi has to be denoted as immature, which designation does not mean any reprimand, but just states a fact, although the word 'immature' is used in common parlance with a tinge of censure. If the purpose of bathing is fulfilled, then it matters little whether one takes bath in a river twice, or on a

well drawing ten buckets of water, or under a shower in the bathroom for five minutes. As regards, when and in what form a certain method or instruction was given to a particular individual or group and later on when it was prescribed as a general practice – all this, no doubt, is important from the view point of historical research; but for the purpose of practical sadhana, it is not of much avail. For instance, in case of the method of cleaning given in the pamphlet, its original form is quoted below from a letter of Shri Babuji to an abhyasi: "Sitting in the posture, as prescribed, you think that all the darkness is going out from the back side in the form of smoke and the inner congestion is being removed. In addition to this, preferably, you can also think that the darkness is going out **and the divine current or spiritual wave is entering from the front.** If you are not able to conceive the underlined thought, you may drop it. I have written so, because you may not probably be able to do all three process at a time due to the weakness of brain".

Now, perhaps, it may be asked, why were all these letters of Master, the extracts from which are taken in this 'clarification', not published? The question is pertinent. Master's literature published so far, is only about 20% of what He has written. Even this 20%

is published gradually (bit by bit); and it may be just possible that the entire literature created by Master may never be able to be published at all. But, what guarantee is there that every person who has acquainted himself of the remaining 80 % literature would rise above argumentation of the kind, which became the starting point of this clarification ? The entire literature created by Master, cannot be even ten millionth part of the essence of His teaching and personality! while for its realisation, even ten millionth of a second is more than required. and many ten millions of long lives are very inadequate. This is not exaggerating poetry but fact. His real teaching comes to be imparted when He is quite silent and even asleep; and his disciple too, is merged in dreamless sleep by His side (not physically), Is it ever possible to publish this in the journal or in the form of a book ? It is, indeed, that 'Truth' (Becoming) or "Existence" (Being) beyond beginning and end. which is far subtler than these words. Having come into touch with It, Yajnavalkya, Buddha, Kabir, Swami Vivekananda and God knows, how many other known and unknown personalities have engineered (founded) that eternal immortal culture (of India), which does not owe its existence to the published books, consigned to fire by Bakhtiar Khilji at Nalanda and Vikramsila universities. That, however, is a matter of

history. We have, in our midst, the example of Shri Babuji, who without being concerned with any books. and remaining almost untouched by the vast literature produced by His Omnipotent Master even, has attained to the state of that flickerless knowledge, wherefrom sprouts the knowledge, that sets all doubts at rest. that 'natural' state lies dormant in us all' covered and encircled in. who knows, how many whirls of attachment and egoism. To bring this dormant state into weightless naked awakened condition, Master has discovered and founded the system of Sahaj Marg Sadhana. May His causeless eternal current of Grace enable its full bloom in all those who are in touch with Him. Amen !

The clarification has become prolonged. Problems multiply, and many questions and answers may yet arise or be posed, The matter would have ended even with one sentence, viz., that the abhyasi should do as directed orally or through the printed leaflet. and that he should not be guided by the books or articles. This is applicable even more to the Preceptors because they are vested with the responsibility of guiding other abhyasis. The purpose of this lengthy clarification is not to snub doubts or questions but to encourage them. Of course, questions and doubts will prove really beneficial if they are raised with the intention to

learn and to understand, and not with anger, in a tone to reform and to teach. The intention to reform and to teach is also not bad or improper in itself. But, even when it is necessary, maintaining balanced attitude will be helpful in one's own spiritual progress. Natural doubts raised with proper attitude in an un-agitated way, will help enhance the

standard of the magazine also. As such, articles containing explanations or clarifications questions and counter questions are most welcome, in preference to articles and poems, expressing mere sentiments or crude direct praise,

Editorial Board.



1. A searching mind grasps the objects of the world. A quiet mind reaches the source of Reality.
2. Temple worship and thirtha yatra give one just change of environment. Yagna gives four fruits – dharma, artha, kama and moksha. Sat Gnru alone can give Realisation.
3. If you want to make others Godly, you must be Godly,
4. The quality of soul is peace and the quality of body is reverse of that.
5. Abhyasi:–
Q. Every action create Samskar. Meditation is also one action; so it too must create a Samskar ?

Babuji:–

- A. But it creates a pious Samskar, the bhoga of which is the very thing one aspires for.
6. We are born as human beings but most of us die as animals.
7. God has hidden himself inside your heart and exposed you. Hide yourselves and expose God. This is the real Sadhana.
8. Divine power is working always. Moulding of the individual alone is needed

Babuji !

*** निर्देश पालन ***

(श्री प्रेमकुमार गुप्त बरेली)



सहज मार्ग साधना ईश्वर प्राप्ति के लिए है। सहज मार्ग में पूज्य बाबूजी ने दस नियम पालन करने के लिए बताया है। पूज्य बाबूजी सदैव जोर देकर कहते हैं कि हम अपने रहन सहन एवं व्यवहार में प्रकृति (Nature) की तरह सादगी व समानता ले आये, कि दूसरे व्यक्ति हमको देखने मात्र से ही कहने लगे, 'देखो यह श्री रामचन्द्र निशान का अभ्यासी है।'

प्रायः अभ्यासी भाई वहिन पूछने पर यह शिकायत करते देखे गये हैं कि पूजा के समय नींद आने लगती है, पैर सो जाते हैं। दस मिनट भी मन पूजा में नहीं लगता, कुछ मालुन नहीं पड़ता, कुछ दिखाई नहीं देता आदि आदि। कुछ भाई वहिनों ने तो केवल प्रारम्भिक तीन पूजा प्रशिक्षक महोदय से ली फिर वह अपने को सहज मार्ग के अभ्यासी कहने लगे लेकिन वर्षों तक सत्संग में सम्मिलित नहीं होते जब कि ज्य बाबू जी ने सत्संग में सम्मिलित होने के लिए बहुत जोर दिया है। वसन्त उत्सव में सम्मिलित होने का अभिप्राय भी सत्संग से है। इन

भाई वहिनों से अभ्यास के बारे में पूछें, यदि कभी मिल जायें तब बतायेंगे कि सप्ताह में कभी एक दो दिन दस मिनट ध्यान कर लेते हैं। कुछ पता नहीं लगता, आगे बढ़ रहे हैं या नहीं।' इन सबका कारण स्वयं में है कि हम साधना के प्रति उदासीन हैं, और यही हमारी कमजोरी व शक का कारण है। हम सभी के लिए पूज्य बाबू जी सहज मार्ग के माध्यम से सन्देश दे रहे हैं, "उठो, सोने वालों! सहेर हो गई है।"

आज का आधुनिक कुंठाओं विचाराओं से भरा जीवन इतनी तीव्र गति से चल रहा है। इतनी दुर्घटनाएँ

हो रही है कि आने वाले पल में क्या होगा, पता नहीं। फिर भी हम अपने लक्ष्य के प्रति उदासीन हैं। लक्ष्य के प्रति लगन आवश्यक है। पूज्य बाबू जी से जब कभी नया अभ्यासी सहज मार्ग में पदार्पण कर पूछ बैठता है कितना समय लगेगा लक्ष्य तक पहुंचने में, तो वे हमेशा यही कहते हैं, "छः महीने तो आप मेहनत से अभ्यास कीजिए यदि कुछ मिले तो आगे करना बरना छोड़ देना।" कुछ अभ्यासियों का तो जीवन ही सहज मार्ग ने बदल दिया एक वहिनजी के शब्द अभी तक मुझे याद हैं। उदयपुर से शाहजहांपुर आयी थीं, बताते लगी ३० वर्षों की मूर्ति-पूजा में कुछ नहीं मिला, जो मुझे केवल अभी एक महीने में मिल गया सहज मार्ग की साधना में।" मेरे हृदय से यही निकला, "धन्य हैं वहिन आप, और अपने सद्गुरु पूज्य बाबू जी की प्राणाहुति तो रातोंरात बीज में से पौधा उगा देती है। हमारा काम केवल निर्देश पालन है।"

यदि हम केवल जमीन में बीज डालकर हम फल खाने की इच्छा करने लगे, और समय समय पर आवश्यकतानुसार सिंचाई, सफाई गुड़ाई, निरायी न करे, तब क्या हमें फल खाने को मिलेंगे ठीक इसी प्रकार ईश्वर प्राप्ति के लिए नियम अनुसार साधना रूपी सिंचाई एवं सफाई करना आवश्यक है। जब भी अभ्यासी पूज्य बाबूजी से उन्नति के बारे में उपाय पूछता है उनका, एक ही कहना है "भाई, अभ्यास मेहनत से भली भाँति करो।" आदेश पालन का मतलब यह है कि जो कुछ बताया जावे। उसे सात्रधानी से ठीक उसी प्रकार किया जावे जैसे फौज में सिपाही को जो

भी उसका कमाण्डर आदेश देता है उसको जवान तुरन्त उसी प्रकार करता है 'अपनी ओर से' "हां" या 'न' ऐसा, वैसा का प्रश्न नहीं करता। ठीक उसी प्रकार सहज मार्ग में बताये गये दस नियम एवं समय समय पर दूसरे निर्देश जो बाबू जी हमको देते हैं अभ्यास में लायें तो देखेंगे कि हमने जिस फल का लक्ष्य रक्खा था उसका स्वाद आने लगा है। एक बार किसी अभ्यासी से किसी ऐसे व्यक्ति ने पूछा जिसने सद्गुरु मार्ग में अभी प्रवेश नहीं किया था "भाई आप पूजा क्यों करते हैं अभ्यासी का सहज उत्तर था "पूज्य बाबूजी ने बताया है इसलिए करता हूं, इसी को आदेश पालन कहना चाहिए।

हम सभी भाई बहिन दस नियमों को आदेश मानकर चलें और नियम न० १ से आरम्भ करें नियम नम्बर २ व नियम नम्बर ३ तो नियम नम्बर १ में ही निहित है इस प्रकार यदि हम नियम न० १ को साध लेते हैं तो तीन नियम सध जाते हैं कुछ नियम ऐसे हैं जो नियमित अभ्यास व साधना के परिणाम स्वरूप उपहार में हम पा जाते जैसे सच्चोले, शुद्ध वपवित्र कमाई करें, रहन-सहन साधारण बना लें आदि। असल बात यह है जब हम नियम न० १ के अन्तर्गत अभ्यास नियमित रूप से करते रहते हैं, तब पूज्य बाबू जी महाराज की प्राणाहुति हमारे अन्तर में प्रवेश कर हमारे गन्दे, भूटे आवरण, दोष आदि हटा देती है, और हमारा मन विकारों को बाहर फेंकने के लिए आदेश देना आरम्भ कर देता है। इस प्रकार हमारे अन्दर केवल वास्तविकता ही शेष रह जाती है, और हम सत्य पद की ओर नियमित साधना के सहारे अग्रसर होते जाते हैं।

यदि हम सदगुरु के आदेश का पालन नहीं करते हैं, तब तो हमने उन्हें अभी तक अपना गुरु नहीं माना है जिस दिन हृदय से उन्हें अपना लेगे, अर्थात् उनकी बताई बातों (निर्देशों) का पालन करने लगे, उसी दिन से गुरु की शक्ति हमारे अन्दर प्रवेश करने लगेगी और हमारे कण कण मे आध्यात्मिक दशाओं के रूप में वास्तविकता बोलती दिखायी देगी।

यह वह अद्भुत चीज है जिसका आनन्द पाने के लिए देवता भी व्याकुल रहते हैं, और मनुष्य जीवन पाने की कामना करते हैं। हमें ईश्वर ने मनुष्य का जन्म केवल इसीलिए दिया है कि हम गृहस्थ जीवन व्यतीत करते हुए समर्थ सदगुरु की छत्र-छाया में अपने (मनुष्य जीवन के) लक्ष्य को पा सकें। हम सभी भाई बहिन जो सहज मार्ग के अनुयायी हैं बहुत भाग्यशाली हैं, कि हमको वास्तविक पथ प्रदर्शक पूज्य बाबू जी मिल गये हैं वरना कितने हजारों जन्मों तक इस आवागमन के बन्धन से मुक्त नहीं होते। यह दावे के साथ कहा जा सकता है कि सहज मार्ग के अलावा ईश्वर प्राप्ति का सहज व सरल सा रास्ता और कोई नहीं है। अब हमारा यह कर्तव्य है कि हम पूज्य बाबू जी द्वारा दिये गये निर्देशों को आलस त्यागकर पालन करें। इससे दो फायदे होंगे। एक तो हमारी आध्यात्मिक उन्नति शीघ्र होगी दूसरे पूज्य बाबू जी के बोझ को कम करने में हम मदद करेंगे जिसके लिए बाबू जी रात दिन मेहनत करते रहते हैं।

हम सभी जानते हैं कि पूज्य बाबू जी पर जो भी है, वह सब हमेशा हमें देने के लिए बेचैन रहते हैं, जब कि हम उनकी ओर निगाह ही नहीं करते जब हमारी निगाह उनकी ओर चातक की तरह लग जावेगी, तब सदगुरु भी अपनी निगाह (मुहवत) हमारी ओर कर देगे, और फिर ऐसी अमृत वर्षा होगी कि वाणी भी कहने में असमर्थ होगी। केवल हृदय से यह निकलेगा "बाबू जी आप ही सब कुछ हैं मेरे मालिक!"

कभी कभी हम अपने को कमजोर समझ लेते हैं। इसके बारे में पूज्य बाबू जी सदैव कहते हैं कि एक क्षण के लिये भी कभी यह सोचना बेवकूफी है कि हम साम्यता पूर्णता की उच्चतम अवस्था जो प्राचीन काल के महर्षियों ने प्राप्त की थी, उसको पाने में दुर्बल हैं, या हममें कोई कमी है। हमें तो पूर्ण विश्वास और श्रद्धा के साथ आत्म साक्षात्कार के मार्ग पर एक वीर सिपाही की भांति बढ़ते रहना चाहिए। तो

हम देखेंगे कि सफलता हमारे कदम स्वयं चूमने लगेगी रूकावटों व तकलीफों की बिना परवाह किये हमें अपने मार्ग पर दृढ़ संकल्प के साथ बढ़ते रहना है। ऐसा करने से हम देखेंगे कि जिसको पाने के लिए हम वेचैन थे वह स्वयं हमारे अन्दर प्रवेश कर गया है, और एक दिन ऐसा आयेगा इसी जीवन में, कि यदि हम अपने को छुएँगे तो ऐसा लगेगा कि हम मालिक को छू रहे हैं। जिधर निगाह करे उधर वह ही दिखाई दे रहा है। यह लय अवस्था

(वास्तविकता को पाने) की एक अवस्था है जो पूज्य बाबू जी के निर्देशों का पालन कर प्राप्त कर सकते हैं, और इसे हम सबको अपना परम कर्तव्य मानना चाहिए।

मालिक से प्रार्थना है कि हमारे अन्दर ऐसी तड़प पैदा कर दे कि हम सब उनके निर्देश अनुसार लक्ष्य प्राप्ति की ओर तीव्र गति से बढ़ते जायें।



सहज मार्ग-साधना-प्रणाली से निर्मलीकरण



(श्री राजेश्वरी प्रसाद श्रीवास्तव, सीतापुर)



परम पूज्य “बाबूजी” महाराज का दिव्यावतरण हुआ है हमारे कल्याण के लिये वे सहज मार्ग साधना प्रणाली के अन्विष्टाता हैं। हम लघु-मानव हैं और अपने ही पूर्व कर्मों के दास हैं, यदि हम अपने जीवन का बिना किसी पूर्वाग्रह के विश्लेषण करें तो हमें ज्ञात होगा कि हमारा जीवन “मन” के संस्कारों का प्रतिफल है जो स्थूलता से परिपूर्ण है। हमने अपने संस्कारों को गूढ़तर ही बनाया है और अपने ही ताने बाने में फंसकर अपने मार्ग से भटक गये हैं, तथा अन्धकार में फंसकर रह गये हैं। इससे हमें सद्गुरु ही उबार सकता है। यह हमारा परम सौभाग्य है कि हमारे मध्य वह परम पूज्य “बाबूजी महाराज के रूप में विद्यमान हैं।

प्राप्ति का स्वाभाविक पथ। यह महान शिक्षा तीन बिन्दुओं में केन्द्रित है: प्रातः ध्यान, सायं निर्मलीकरण (परिमार्जन) और रात्रि प्रार्थना। वास्तव में यह तीनों बाने ध्यान की ही प्रक्रिया में आती हैं।

जब हम इस साधना में पदार्पण करते हैं तो हमारा पहला कर्तव्य हो जाता है अपने को सुपात्र बनाना। अपने इस भौतिक जीवन में हम निर्मलीकरण (क्लीनिंग) के द्वारा ही यह सुपात्रता अर्जित कर सकते हैं। प्राचीन काल में तो इसके किये पूरा जीवन ही लगा देना पड़ता था और अनेक क्रियायें करना पड़ती थीं। पुरातन काल से ही ही यह कहा जाता रहा है—Cleanliness is next to Godliness (देवत्व के बाद स्वच्छता का ही स्थान है) परन्तु क्या हम इसका सही अर्थ समझे हैं? अभी तक क्या हमने इसका अर्थ शारीरिक स्वच्छता से ही जोड़ा है। तमाम क्रियायें जो अपनायी जाती रही हैं उनका सम्बन्ध बाहरी सफाई से ही रहा

आध्यात्मिक शिक्षा के सहारे स्थूलता से सूक्ष्मता की ओर अग्रसर करके अनादि स्थिति की प्राप्ति और उसी में सतत अवस्थित रहना मिशन का मूल ध्येय है। यही शिक्षा सहज-मार्ग है ईश्वर

है। इन क्रियाओं से हमारे उन संस्कारों का जो हमारे जन्म-मरण का चक्र चलाते रहते हैं, परि-मार्जन नहीं हो पाता आन्तरिक स्थूलता कालिमा बनी ही रह जाती है। बाहर की सफाई से आत्मा की आन्तरिक सफाई नहीं हो सकती। आन्तरिक कालिमा (मलिनता) हमारी आध्यात्मिक प्रगति में बाधक है। इस आन्तरिक परिमार्जन और निर्मलीकरण की ओर अभी तक ध्यान ही नहीं गया है। हठयोग और अन्य योगों में शरीर को ही प्रधानता दी गयी है न कि आन्तरिक शुचिता और सम्पूर्णता को हमारे सद्गुरु ने सहज मार्ग में निर्मलीकरण की अपूर्व प्रणाली स्थापित की है।

निर्मलीकरण परिमार्जन की वह प्रक्रिया है जिसके द्वारा हम आन्तरिक शुचिता अर्जित करते हैं और अपने को सुपात्र बनाते हैं। इस प्रक्रिया में हम अपने संस्कारों का परिमार्जन करते हैं। आन्तरिक कालिमा और स्थूलता पूर्व कर्मों का संचय है। प्रत्येक बार जब हम किसी वस्तु को सोचते हैं और उससे लगाव पैदा कर लेते हैं तो उसका प्रभाव “मन” पर पड़ता है और वह क्रियाशील हो जाता है। इस स्तर पर उसका असर और गहरा हो जाता है। इसी प्रकार का हमारा स्वभाव बन जाता है और हम उससे अनजान ही बने रहते हैं और जंजाल में फँसते जाते हैं। सद्गुरु ने आध्यात्मिक उन्नति हेतु जो प्रणाली दी है वह ध्यान की प्रणाली है। ध्यान सही ढंग से हो सके और हम प्रगति कर सकें इसी लिए निर्मलीकरण (cleaning) का रास्ता मालिक ने दिखाया है। वस्तुतः यह हमारे लिये आध्यात्मिक कसरत है। अपने को सुपात्र बनाने के निमित्त ताकि मालिक की प्राणाहुति (Transmission) हमें निर्बाध मिल सके।

निर्मलीकरण की प्रक्रिया में हमें यही बताया जाता है कि सन्ध्या समय हम आधा घण्टे यह

भाव लेकर बैठे कि सभी विकार मल-विक्षेप-आवरण आन्तरिक कालिमा आदि धुआं या भाप की शकल में पीठ की ओर से निकल जा रही है। इन बातों पर हमें ध्यान नहीं करना है क्योंकि हमें तो इनसे छुटकारा पाना है। केवल इन्हें निकाल कर अलग कर देना है।

इस प्रणाली में हम “मल” अर्थात् स्थूलता “विक्षेप” अर्थात् अस्थिरता (fickleness) और “आवरण” अर्थात् संस्कारों की परत दूर करते हैं। यह क्रिया हमारे कारण-शरीर से प्रारम्भ होती है क्योंकि यही हमारे जन्म का कारण है। इस प्रकार हम अपने को निर्मल बनाने में सफल होते हैं। हम बन्धन से तभी छुटकारा पा सकते हैं जब हम पूर्व संस्कारों से रहित हो जायें। और आगे के संस्कार बनना बन्द हो जायें।

जब हम इस प्रकार शुद्ध बनने का प्रयास करते रहेंगे तो मालिक हमारा रूपान्तर (Transformation) सरलता से कर देंगे अन्यथा होता यह है कि मालिक जो हमें देता है उसे हम मलिनतर बना लेते हैं, और मालिक के लिये एक कठिनाई पैदा कर देते हैं। हमें अपने आध्यात्मिक जीवन में यही सहयोग सद्गुरु को देना है। जब हम अपने में वक्रता (curvature) उत्पन्न कर लेंगे तो मालिक की कृपा भी हम नहीं पा सकेंगे। यदि हम सही ढंग से परिमार्जन की प्रक्रिया अपनायें तो मालिक का फ़ैज हमारा रूपान्तरण सज्ज ही करता रहेगा और हम प्रगति करते रहेंगे। मालिक का यह फ़ैज उच्चतम स्तर से आना है और इसका सम्पर्क किसी भौतिकता से नहीं है। न इससे किसी उपकरण की आवश्यकता है। यह हम भली भाँति जानते और अनुभव करते हैं।

इस प्रकार ध्यान की प्रणाली में निर्मलीकरण (cleaning) का एक अपूर्व मङ्गल है। इसे अपना

कर ही हम अपना लक्ष्य प्राप्त कर सकेंगे। अतः हमारा यह परम कर्तव्य है कि हम निर्मलीकरण की प्रणाली सही ढंग से अपनायें। मालिक से

यही प्रार्थना है कि हमें सुपात्र बनने की प्रेरणा मिलती रहे और हमारा कल्याण हो।



❀ सहज मार्ग की सिद्धियाँ ❀

(श्री रामदास सिंह — रिबिलगँज — बिहार)



सामान्यतः सिद्धियाँ ईश्वरीय मार्ग के चिन्ह हैं जो पथ का औचित्य एवं प्रगति का मुल्यांकन करती हैं। यदि कोई यात्री कलकत्ता से दिल्ली के लिए प्रस्थान करता है तो बीच के स्टेशन जैसे पटना, वाराणसी एवं लखनऊ यह प्रदर्शित करते हैं कि यात्री सही मार्ग से यात्रा कर रहा है तथा क्रमशः अपने लक्ष्य दिल्ली की ओर अग्रसर हो रहा है। जिस तरह बीच के स्टेशन यात्री में विश्वास की भावना भरते हैं, उसी तरह सिद्धियाँ अभ्यासी की प्रगति एवं लक्ष्य में विश्वास उत्पन्न करती हैं।

आत्म-विश्वास के अतिरिक्त सिद्धियाँ अभ्यासी में कार्य सम्पादन की विशेष क्षमता प्रदान करती हैं। अपने आत्मबल से योगी संसार के दुखी, पतित एवं माया-मोहग्रस्त व्यक्तियों की आवश्यक शुद्धि करके उन्हें अध्यात्म-मार्ग का पथिक बनाने में अपूर्व सफलता प्राप्त करता है।

हठयोग में आठ प्रकार की सिद्धियों का वर्णन है। अणिमा, महिमा, गरिमा, लघिमा आदि। क्या ये सिद्धियाँ वास्तविक हैं? क्या ये ईश्वरीय मार्ग पर प्रगति का प्रतीक-चिन्ह है? क्या ये साधारण जनता को अध्यात्म-मार्ग ग्रहण करने की प्रेरणा प्रदान करती हैं?

नगरों एवं ग्रामीण क्षेत्रों में ऐसे बहुत से योगी घूमते मिलते हैं जो मिट्टी को मिटाई में बदल देते हैं, नदी की धारा पर टङ्गलते हैं तथा कुछ समय के लिए जीवित ही कब्र में स्थित हो जाते हैं। इन्हें वास्तविक सिद्धि नहीं माना जा सकता है। सिद्धि कभी प्रकृति-विरोधी नहीं हो सकती है। दूसरी बात यह है कि सिद्धियों का सार्वजनिक प्रदर्शन नहीं किया जाना चाहिए। नृत्य का रसास्वादन हमें प्रिय तो लगता है लेकिन कोई भी भला आदमी अपनी माँ को सड़क पर नचाकर प्रदर्शन करवाना पसन्द नहीं करेगा। उसी तरह योगी सिद्धियों का सार्वजनिक प्रदर्शन मात्र मनोविनोद, अर्थोपार्जन एवं सम्मान के लिए नहीं कर सकता है यदि कोई व्यक्ति ऐसा करता है तो वह दूसरों की नहीं बल्कि अपनी ही हानि करता है। सिद्धियाँ ग्रन्थियों से सम्बन्धित होती हैं। जिस ग्रन्थ की शक्ति का प्रदर्शन होगा उसी पर योगी की प्रगति अवरुद्ध हो जाती है और वह आगे बढ़ने में असमर्थ हो जाता है।

अतः जो योगी प्रारम्भ में ईश्वरत्व को अपना उद्देश्य मानकर साधना आरम्भ करता है, सिद्धियों के चक्कर में फँसकर “न घर का न घाट का” बनकर मात्र आध्यात्मिक व्यापारी, विदूषक, या जादूगर बनकर रह जाता है। इस प्रसंग में

उल्लेखनीय है कि एक सिद्ध योगी ने नदी की धारा पर टहलकर अपने से श्रेष्ठ सद्गुरु को अपनी सिद्धि का प्रदर्शन करने की चुनौती दिया। श्रेष्ठ सद्गुरु ने उत्तर दिया, "जिस काम को आप अपने सारे जीवन की साधना के फलस्वरूप करने में समर्थ हो सके हैं उसे मैं चार आने में कर लेता हूँ।"

अतः हठयोग की सिद्धियाँ आध्यात्मिक प्रगति सार्वजनिक कल्याण एवं प्राकृतिक संतुलन की दृष्टि से लाभप्रद नहीं बल्कि हानिप्रद हैं।

अब प्रश्न उठता है कि सहज मार्ग साधना जो राज-योग का संशोधित एवं परिवर्द्धित एवं सामयिक स्वरूप हैं—में सिद्धियाँ हैं या नहीं। सहज मार्ग साधना में हठयोग की तरह सिद्धियाँ नहीं हैं जो कुण्डलिनी एवं हृदय क्षेत्र में स्थित, पृथ्वी, जल वायु, अग्नि एवं आकाश तत्वों से सम्बन्धित होती हैं, लेविन (हृदय, Hearts चित Midnd) एवं केन्द्रीय क्षेत्र (Central) की ऐसी सिद्धियाँ जो अभ्यासी के लिए लाभप्रद और सार्वजनिक कल्याण के लिए आवश्यक एवं प्राकृतिक संतुलन के लिए सहायक होती है—अवश्य ही मिलती हैं उदाहरणार्थः

१- जिस दिन अभ्यासी साधना आरम्भ करता है उसी दिन समर्थ सद्गुरु अपनी प्राणाहुति शक्ति द्वारा शिष्य की आत्मा को जाग्रत करके ईश्वरोन्मुख बना देते हैं। गुरु शिष्य की आध्यात्मिक उन्नति ही नहीं बल्कि साँसारिक दायित्व को भी स्वयं ग्रहण कर लेते हैं। इस तरह शिष्य का पूर्ण जीवन गुरु का उत्तरदायित्व बन जाता है। इसका यह मतलब नहीं होता कि शिष्य के सभी कार्य गुरु या कोई अदृश्य शक्ति करेगी। बल्कि इसका अर्थ है कि गुरु शिष्य में इतनी शक्ति भर देते हैं कि भाग्यवश आने वाले सुख-दुख को वह हँसते-हँसते भेल लेता है और उनका प्रभाव प्रायः नष्ट हो जाता है। नये संस्कार का निर्माण करने की शक्ति उनमें नहीं रह जाती है।

२- मनुष्य में तीन प्रकार के संस्कार होते हैं (१) संचित (२) प्रारब्ध (३) क्रियमाण। जब तक आत्मा इन तीनों प्रकार के संस्कारों से मुक्त नहीं हो जाती तब तक ईश्वरलीन होना संभव नहीं होता। क्रियमाण संस्कार वे हैं जिन्हें हम दिन प्रतिदिन इच्छा एवं अनिच्छा की प्रति-क्रिया द्वारा निर्मित करते हैं। सहज मार्ग साधना में हम प्रति दिन सन्ध्या समय आत्म शुद्धि (Cleaning) करते हैं। इससे क्रियमाण संस्कारों से हम मुक्ति पा जाते हैं। प्रारब्ध हमारी आयु का द्योतक है। इसे भोगने के लिए ही हमारा जीवन है। इसमें किसी प्रकारका हस्तक्षेप नहीं किया जाता है। इसे भोग द्वारा ही समाप्त किया जाता है। संचित संस्कारों का भण्डार गुह्य स्वयं अपने अधीन ग्रहण कर लेते हैं। इनमें से अवाँछनीय संस्कारों को वे स्वयं भोगते, या सूक्ष्म रूप में शिष्य को भोग लेने देते हैं। अच्छे संस्कारों को प्रारब्ध में जोड़ देते हैं। इसके फलस्वरूप हमारे सभी प्रकार के संस्कार इसी जीवन में समाप्त हो जाते हैं। यही कारण है कि सहज मार्ग उनके की चोट घोषणा करता है कि इसी जीवन में या इसके एक अंश मात्र में ही ईश्वरलीन होना पूर्णतः संभव है। संचित से अच्छे संस्कारों का प्रारब्ध में परिवर्तन अभ्यासी की आयु में वृद्धि कर देता है क्योंकि इन्हें भोग द्वारा ही समाप्त करना पड़ता है।

(३) साधना प्रथम दिन से ही हल्केपन (Lightness) की अनुभूति होने लगती है। ज्यों ज्यों आत्मा, आवरणों से मुक्त होती है, हल्कापन बढ़ता जाता है। जब आत्मा सभी ग्रन्थियों को पार कर जाती है, तब वह पूर्णतः मुक्त अवस्था में पहुँच जाती है। ध्यान अवस्था में ऐसा विदित होता है मानो अभ्यासी आकाश में विचरण कर रहा हो। यह हल्कापन साधना की सफलता का अचूक प्रमाण है क्योंकि "अणोरनीयान" भगवान में लीन होने के लिए उनके समान हल्का एवं सूक्ष्म बनना अति-आवश्यक। हम देखते हैं कि जल मिट्टी की अपेक्षा हल्का है। अतः जल मिट्टी में

प्रवेश कर जाता है। वायु जल से भी सूक्ष्म है। वह (वायु) जल एवं मिट्टी में भी प्रवेश कर जाती है। अग्नि वायु से भी सूक्ष्म है। वह (अग्नि) मिट्टी, जल, वायु तीनों में प्रवेश कर जाती है। आकाश, अग्नि से भी सूक्ष्म है। अतः आकाश-मिट्टी, जल, वायु एवं अग्नि सभी में प्रवेश कर जाता है।

अतः “अणोरनीयान” ही “महत्तोमहीयान बन सकता है। उपनिषद्कार की इसी परिभाषा सहज-मार्ग अपने अभ्यासी के लिए अनुभवगम्य बना देता है।

(४) सहज-मार्ग के अभ्यासी का साँसारिक दायित्व गुरु स्वयं वहन कर लेते हैं। इतना ही नहीं बल्कि गुरु प्रारम्भ में ही इस बात की गारन्टी दे देते हैं कि अभ्यासी को कभी भोजन एवं कपड़े जैसी अनिवार्य आवश्यकताओं की पूर्ति आसानी से स्वाभाविक रूप में तथा संवैधानिक एवं समाजोपयोगी माध्यम से ही हो जाती है। उसे जीविका के लिए छल, व.पट, समाज विरोधी एवं गैर कानूनी पेशा ग्रहण करने की आवश्यकता नहीं पड़ती है।

सहज मार्ग अपने अभ्यासी की शारीरिक, मानसिक एवं आध्यात्मिक योग्यता में वृद्धि अवश्य ही करता है। लेकिन विपरीत राजयोग की स्थितियाँ ताकि चपरासी व्यवस्थापक बन जाये या भिखारी करोंड़पति बन जाये-नहीं आती है। यदि व्यक्ति योग्यता एवं क्रमिक पदोन्नति की पद्धति से यही स्वाभाविक रीति से हो, तो कोई बात नहीं।

(५) जब अभ्यासी हृदय क्षेत्र में स्थित माया की ग्रन्थियों को पार कर जाता है तब “मनुष्य मात्र बन्धु है।” की भावना का प्रत्यक्ष अनुभव प्राप्त कर लेता है। हिंसा, विद्वेष जातीयता रंगभेद, लिंगभेद आदि की भावनायें अपना

अस्तित्व ही भूल जाती हैं। एकता जीवन का प्राकृतिक मार्ग है और विभेद विनाश का। संसार के सभी राजनेता शान्ति की खोज में व्यस्त है। संयुक्त राष्ट्र संघ का यह मुख्य उद्देश्य ही है। लेकिन दिनोदिन युद्ध एवं अशान्ति ही बढ़ती जाती है। इसका एक मात्र कारण है कि उन लोगों ने ही अपने हृदय में उस विन्दु को नहीं देखा जहाँ एकता एवं शान्ति का निवास-स्थान है। जो कुछ स्वयं हमारे पास नहीं वह हम दूसरे को दे कैसे सकते हैं? सहज मार्ग के अभ्यासी इसे स्वयं अनुभव करते हैं एवं गीता के शब्दों में “यस्मिन्स्थितो न दुःखे न गुरुमाणि विचाल्यते” साकार बन जाता है।

(६) जब चित्त क्षेत्र के ग्यारह वृत्त, अभ्यासी पार कर लेता है तब सूक्ष्मतम अहंकार साथ छोड़ देता है। इसके साथ ही मोह नकारात्मक विचार आदि समूल नष्ट हो जाते हैं। इस स्थिति को जीवित मृत (living dead) कहते हैं। प्राचीन काल में तथा अन्य सभी पद्धतियों में यह अवस्था अन्तिम अवस्था मानी जाती है। लेकिन सहज मार्ग इससे भी आगे चलता है। यहाँ प्रकृति की सीमा समाप्त हो जाती है। अतः योगी प्रकृति के साथ पूर्ण एकता स्थापित कर लेता है। सभी प्राकृतिक घटनायें योजनायें एवं शक्तियाँ योगी को स्पष्ट दृष्टिगोचर होने लगती हैं। प्रकृति एक खुली पुस्तक की तरह योगी को साफ-साफ दिखाई पड़ती है।

(७) सहज मार्ग में वैराग्य एक लक्ष्य नहीं होता इसे प्राप्त करने के लिए प्रयत्न करने की आवश्यकता नहीं पड़ती है। यह स्वयं आ जाता है। यह एक मानसिक स्थिति है जिससे अभ्यासी संसार को मात्र प्रकृति का खेल समझता है। क्यों कि स्वयं वह भी एक पात्र होता है। अतः जीवित रहते हुए भी सभी साँसारिक कार्य करते हुए भी जल में कमल के समान सर्वदा निर्लिप्त

ही रहता है। सभी कार्य यह मानकर करता है कि गुरु इसके माध्यम से ही सभी कार्य सम्पादित कर रहे हैं। इसका परिणाम यह होता है कि अभ्यासी की कार्य-क्षमता में आश्चर्य जनक परिवर्तन आ जाता है और जिस काम को वह ग्रहण करता है उसे पूर्णरूपेण सफाता पूर्वक सम्पादित करता है।

(८) सहज मार्ग साधना में हम लोग हृदय पर ध्यान करते हैं। हृदय समस्त शरीर का केन्द्र है। व्यों कि रक्त संचालन की क्रिया यही से नियन्त्रित होती है। इसके फल स्वरूप सारे शरीर की रक्त-शुद्धि हो जाती है। बहन सी बीमारियाँ जो हृदय, मस्तिष्क, रक्त आदि से सम्बन्धित हैं। स्वतः समाप्त हो जाती हैं। ईश्वरीय प्रकाश की उपस्थित मात्र से जादू-टोना भूत-प्रेत आदि की बाधायें अभ्यासी के पास आ ही नहीं सकती हैं।

(१) जब अभ्यासी केन्द्रीय क्षेत्र में पहुँच जाता है तब उसमें सांसारिक कामना का विलकुल अभाव हो जाता है। इच्छा-शक्ति प्रबल रूप

धारण कर लेती है। वह अमोघ बन जाती है। अभ्यासी इस क्षेत्र में स्थित होकर जो भी कामना करता है। उसकी पूर्ति करना प्रकृति का दायित्व हो जाता है।

(१०) लेकिन इतनी विशाल अति-मानवीय शक्ति का अधिकारी होने पर भी राजयोगी इन शक्तियों का प्रयोग मात्र मनोरंजन, शक्ति, धन और सांसारिक लालचों के लिए नहीं कर सकता है। सिद्धियों का प्रयोग मात्र ईश्वरीय कार्य सम्पादन के लिए ही किया जाता है। पूंवावूजी के शब्दों में राजयोगी चमत्कार करता नहीं है बल्कि कभी-कभी ऐसा हो जाता है।

अतः मिल्टन (Milton) ने जैसा कहा था "Peace has victory war has none" उसी प्रकार यह भी कहा जा सकता है कि

sahaj Marg has miracles, others have none.

सत्संग, विवेक और संकल्प

[श्री महेश्वरी दयाल सिंह श्री वास्तव, गोरखपुर]

सत्संग से पूर्वपिक्षित है विवेक, किन्तु सत्संग से ही विवेक जाग्रत भी होता है। वैसे विवेक मालिक की ओर से मुक्त-हस्त-वितरि अनुदान है जो मानव मात्र को सुलभ है। कोई इस से बंचित नहीं है। हां, अनेकों का विवेक सुप्तावस्था में रहता है, और अनेक पुण्यकर्मियों का जाग्रत अथवा चैतन्य दशा में। इसे जाग्रत करने का साधन है सद्गुरु कृपा। जब मानव को परम नियन्ता द्वारा

प्रदत्त सर्वोत्तम संवलमूल्यवान यन्त्र "विवेक" कुण्ठित, तुण्ठित उपयोग रहित हो जाता है, तब सद्गुरु आते और अपने जीवन के अमूल्य क्षणों को इस उदेश्य की पूर्ति में लगा देते हैं। पशु तथा मानव में अन्तर है मात्र 'विवेक' का। अतः विवेक का महत्व, विवेक का लाभ, विवेक जाग्रत करने की विधि तथा विवेक का सदुपयोग हमें निरन्तर ध्यान, खना चाहिये। जीवन में पग

पग पर विवेक की उपयोगिता है। कहां देखें, क्या देखें, क्या न देखें, कहां नासिका बन्द करें, कहां गहरी सांस लें, कहां, कब, कैसे, कितना खायें, कहां किस प्रकार क्या स्पर्श करें। संक्षेप में प्रत्येक इन्द्रियों का और उन सब के अधिपति मन का समुचित प्रयोग विवेक का विषय है।

विवेक वैचारिक प्रक्रिया है। जीवन के समस्त क्षेत्रों में, सांसारिक हो या आध्यात्मिक, व्यक्तिगत हो या सामाजिक, समस्त घटनाओं एवं परिस्थितियाँ के प्रति हमारा वैचारिक दृष्टि-कोण अत्यन्त परिमार्जित और सु-संगत होना चाहिये। सहज मार्ग साधना का लक्ष्य है सद्गुरु के कृपा-कटाक्ष की छांव में प्राप्त वैचारिक विवेक प्रक्रिया के माध्यम से पशु से मनुष्य बनना, फिर देवत्व प्राप्त करना और अन्ततः सत्यत्व में प्रवेश कर जाना। सामान्यतः इन ऊँची चोटियों पर चढ़ना अत्यन्त कठिन है पर यदि सद्गुरु की कृपा से सच्चे विवेक के रस्से का फंदा हम डाल दें तो गर्त-पतन का लेश मात्र भय नहीं है। श्री बाबूजी महाराज का बार बार उद्घोष है कि संशय कभी न करो, तथा न-कारात्मक दृष्टि कोण कभी न अपनाओ। संशय-ग्रस्त मनुष्य रज्जु में सर्प देखकर मूर्च्छित हो जाता है और यदा कदा ऐसी मूर्छा में हृदय गति रुक जाने के भी समा-

चार मिलते रहते हैं। यह संसार भी रज्जु में मिथ्या सर्प बनकर निरन्तर डसने को प्रस्तुत है। गुरु कृपा प्राप्त विवेक से हम इस की वास्त-विकता को बराबर निरखते रहें। निर्भय रहें, संशय-हीन रहें और सत्य के मार्ग पर निरन्तर गति शील रहें। बस विजय सुनिश्चित है। इसी जीवन में प्राप्य है।

अतः सफलता का रहस्य है संशय विहीन साधना मय, आशा वादी, समर्पित जीवन। सद्गुरु उनकी साधना पद्धति तथा उनके उद्देश्य में नितान्त संशय रहित पूर्ण विश्वास। इसी पूर्ण विश्वास से उपजता है अनुराग। साधना को अनुराग तथा आदर बुद्धि से जीवन में उतारें। मालिक का संरक्षण निरन्तर प्राप्त है। अतः किसी भी क्षेत्र में निराश एवं दुखी होने का कोई कारण नहीं है। आलस्य छोड़कर दृढ़ संकल्प द्वारा समस्त दिशाओं से विचारों को समेट कर तथा प्रभोन्मुख कर हृदय में सत्यान्वेषण करें और जीवन के लक्ष्य को सदा अपने मानस पटल पर बनाये रखें। सद्गुरु की कृपा के सहारे एवं अपने में पूर्ण आत्म विश्वास के आधार पर हम एक संशय रहित, साधना मय, आशावादी समर्पित जीवन जीने का दृढ़ संकल्प धारण करें।



“ध्यान योग”

(श्री चन्द्रशेखर शुक्ल, इन्दौर म०प्र०)

महर्षि पतंजलि ने “योगश्चित्तवृत्तिनिरोधः” अर्थात् चित्त की वृत्तियों के निरोध को योग कहा है। जिस दशा में मन के सहित पाँच ज्ञानेन्द्रियाँ स्थिर हो जाती है, उसी दशा का नाम योग है।

योग वह मनोविज्ञान है, जिसके द्वारा हम अन्तःकरण का ज्ञान प्राप्त कर सकते हैं। “ध्यान योग”—योग का प्रारम्भ है और प्रतिदिन ध्यान करना योग का अभ्यास है।

मन की पाँच भूमियाँ बताई गई हैं—मूढ़ । २-
क्षिप्त ३-विक्षिप्त ४-एकाग्र और ५-निरुद्ध । एकाग्र से
निरुद्ध भूमि में आरोहण योग द्वारा ही लाया जा
सकता है। जब मन निरुद्ध अवस्था में पहुँच
जाता है तब आनन्द की प्राप्ति होती है जो कि
शारीरिक सुख से लाखों करोड़ों गुना अधिक है।
जैसे दूध से दही, दही से मक्खन और मक्खन से
घी बनता है। उससे क्रमशः स्वाद बढ़ते ही जाते
हैं। इसी प्रकार मन की अवस्था में परिवर्तन होने
से मनुष्यों को उत्तरोत्तर उदात्त अनुभव होते
हैं।

ध्यान योग के अभ्यास से जो आंतरिक
शक्ति उत्पन्न होती है। वही मन को स्थिरता प्रदान
करती है। जिस प्रकार दूध में जामन लगाकर
दही बनाया जाता है उसी प्रकार ध्यान रूपी जामन
लगाकर मन रूपी दूध को स्थिर करके दही की
तरह जमा देता है। दही को मथ कर जिस प्रकार
मक्खन निकाला जाता है उसी प्रकार जमे हुए
स्थिर मन से ज्ञान रूपी मक्खन प्राप्त किया जा
सकता है।

आंतरिक शक्ति ही आत्म शक्ति कहलाती
है, इसके उपयोग से कैसा ही कठिन कार्य सम्पन्न
किया जा सकता है। जिस मन के कारण समस्त
दुनिया के लोग परेशान रहते हैं, दिन को न चैन
से बैठ पाते हैं, रात को न चैन से सो पाते हैं, ध्यान
योग के द्वारा उसी मन पर अधिकार करके उससे
काम कराया जा सकता है। जब हम ध्यान करते
हैं तब मन धीरे धीरे सिमटने लगता है और
शून्य में लीन हो जाता है, उसकी चंचलता क्रमशः
कम होती जाती है और वह शक्तिशाली होता
जाता है। जो लोग ठीक से सोच नहीं पाते हैं,
उनके निर्णय गलत हो सकते हैं। अतः ध्यान के
द्वारा उनकी मानसिक निर्बलता दूर हो जाती
है।

ध्यान एक प्रभाव शाली साधन है। यह

मनुष्य के जीवन की सफलता को तोलने का मापदंड
हैं। पूज्य बाबूजी ने सहज मार्ग में योग की उत्कृष्ट
साधना बतलाई हैं। उनके निर्देशन में हम आगे
बढ़ते ही जाते हैं और क्रमशः मन की उदात्त
अवस्थाओं को प्राप्त करते जाते हैं।

ध्यान योग से उत्पन्न शक्ति आंतरिक द्वंद को
समाप्त कर देती है। जिस प्रकार जिह्वा के द्वारा
स्वाद, आंख के द्वारा रूप, नासिका द्वारा गंध, एवं
त्वचा द्वारा विषयों का ज्ञान प्राप्त किया जाता है
उसी प्रकार ध्यान द्वारा आत्मा का ज्ञान प्राप्त
किया जा सकता है। ध्यान की अवस्था में शरीर
सूक्ष्म तरंगों का केन्द्र बन जाता है। ध्यान योग
से अद्भुत अध्यात्मिक शक्ति बढ़ने लगती है और
बढ़ते बढ़ते असीम हो जाती है। उसकी तरंगे
शरीर से ध्यान के समय प्रसारित होने लगती हैं।
ये तरंगे इतनी सूक्ष्म होती हैं कि देश काल की
सीमा को भी पार कर सकती हैं। पूज्य बाबूजी
द्वारा यह शक्ति “प्राणाहुति” के नाम से समस्त
विश्व के अभ्यासियों को दी जा रही है।

ध्यान योग का प्रत्येक अभ्यासी इस आत्म
शक्ति को बढ़ा कर अपने निर्बल मन को सबल बना
सकता है। इसलिये खाना खाओ या न खाओ,
सोओ या न सोओ मगर ध्यान अवश्य करो। जिस
प्रकार कपड़ा पहनना आवश्यक है, शौच, स्नान-
आवश्यक है, उसी प्रकार ध्यान भी आवश्यक है,
पूज्य बाबूजी ने इसे अपने दैनंदिन कार्य में
सम्मिलित करने के लिए कहा है। प्रारंभ में सफ-
लता मिले या न मिले, इसकी परवाह मत करो।
तुम्हारे कर्म, धर्म, पाप और कष्ट सब दूर हो
जावेंगे।

ध्यान योग का प्रभाव केवल हमारे आध्या-
त्मिक जीवन पर ही नहीं पड़ता वरन् हमारे
भौतिक जीवन पर भी पड़ता है, यह हमारे चरित्र,
हमारी बीमारियों और आसपास के वातावरण

को भी प्रभावित करता है। ध्यान योग के द्वारा हमारी वृत्तियां उलट जाती हैं। हम अन्दर की ओर चल पड़ते हैं, हमारा मार्ग उलटा हो जाने से हम में स्वयं वैराग्य भाव उत्पन्न होने लगता है। इस वैराग्य भाव के लिये दुनियां छोड़ने की आवश्यकता नहीं होती। जिस अभ्यासी को यह वैराग्य भाव आ गया वह संसार में रहते हुए भी चिन्ता मुक्त, रोग मुक्त, शोकमुक्त, और गर्व मुक्त होकर जीवन व्यतीत कर सकता है। इस वैराग्य भाव के आने पर संसार की आसक्ति समाप्त होने लगती है।

ध्यान योग में लक्ष्य के प्रति दृढ़ संकल्प होने से अभ्यासी को सुख शांति एवं सफलता अपने आप प्राप्त हो जाती है, व्यों कि वह प्रति दिन एकाग्रता से ध्यान करता है। हम जैसे जैसे लक्ष्य की ओर बढ़ने लगते हैं, हम अपने पास होते जाते हैं, और हमें अपनी वास्तविकता का ज्ञान होने लगता है। चेतना जागती है और ध्यान का अनुभव गहरा होने लगता है। जब मनुष्य शरीर और मन के आयाम को छोड़कर चेतना की गहराई में उतर जाता है तब न उसे शोक रहता है, न मोह, न रोग, और न व्यथा ही रहती है। ध्यान योग में अनेक प्रकार के अनुभव आते हैं। पहले तो ये मन के अनुसार होते हैं, फिर चेतना के स्तर के अनुसार होते हैं। अतः इनकी ओर ध्यान न देना चाहिये। लोग इन्हें अनुभूतियां कहते हैं। इसमें बहुत से अभ्यासी भ्रम में पड़ जाते हैं। इन अनुभूतियों को छोड़कर हमें अपने लक्ष्य की ओर उसी तरह बढ़ना है जिस तरह धनुष से निकला हुआ तीर लक्ष्य की ओर जाता है। उसमें विक्षेप या भटकने की संभावना नहीं होनी चाहिये। यदि हमें इन्दौर से शाहजहाँपुर जाना है तो रास्ते में अनेकों स्टेशन आवेंगे। ध्यान में जो सुन्दर वातावरण, बाग बगीचे, समुद्र, जंगल आदि आते हैं, वे इन स्टेशनों की तरह हैं, यदि हम वहीं रह गये तो शाहजहाँपुर कैसे पहुंचेंगे।

लक्ष्य की ओर जाने वाली यात्रा में अनुभव रूपी स्टेशन बदलते रहते हैं।

ध्यानयोग में जो अनुभूतियां होती हैं, उसका प्रभाव व्यक्ति के शरीर पर, मस्तिष्क पर एवं स्नायुमंडल पर पड़ता है। बचपन में बच्चों को खिलौनों से बड़ा प्रेम होता है, किन्तु जब वह बड़ा हो जाता है तब उन खिलौनों को कभी याद नहीं करता है, न उनसे खेलना ही चाहता है। इसका कारण है उसके मस्तिष्क की परिवर्तित अवस्था। इस संसार में दुख, कष्ट, आनन्द आदि की अनुभूति हमारा मन करता है। यदि हम उन खिलौनों की तरह इन सबसे मन को हटाकर दूसरी ओर कर दें तो ये सब हमें अर्थहीन लगेंगे। जब तक हमारा इन सबसे लगाव है तभी तक इनका महत्व है लगाव दूर होते ही सब तथ्यहीन लगेंगे। इन सबसे मन को हटाने के लिये ध्यान योग ही सर्वश्रेष्ठ साधन है।

संसार इच्छाओं की वृद्धि करता है। इच्छाओं की वृद्धि से दुःख, चिन्ता आदि उत्पन्न होते हैं। इच्छाएं कलेश को उत्पन्न करती हैं। इच्छाएं अनन्त हैं, इनसे चित्त निषिद्ध कर्मों की ओर प्रवृत्त होता है इच्छाएं उदारता को संकीर्णता में, सुख को दुःख में बदल देती हैं। इच्छाओं से मन का संतुलन, मन की शांति हो जाती है। भोग द्वारा इच्छाओं की पुष्टि होती है, वे अधिक प्रबल हो जाती हैं। जीवन भर जो इच्छा सबसे अधिक प्रबल होती है, वही अंत काल में मृत्यु के समय उभर आती है। उसी को स्मरण करते हुए मनुष्य शरीर त्यागता है और उसी इच्छा के अनुसार जन्म लेता है। हमारी प्रार्थना में कहा गया है कि हमारी इच्छाएं हमारी उन्नति में बाधक होती हैं इसीलिये केवल एक इच्छा को लक्ष्य बनाया गया है "परमात्मा से मिलन" वही प्रबल होकर अन्त समय परमात्मा से मिला देगी। सतत स्मरण की बात भी इसीलिए कही जाती है। यदि हमारा चित्त सदैव

परमात्मा के चित्तन में लगा रहेगा तो इच्छाएं उत्पन्न ही नहीं होंगी, और अभ्यासी दुःख एवं चिंता से अपने आप दूर हो जायेगा ।

इच्छाओं के त्यागने से चित्त प्रसन्न एवं स्वच्छ हो जाता है । उसकी वृत्तियां जब अन्तर्मुखी बन जाती हैं और अक्षय सुख-स्रोत से तृप्त होने के लिए दौड़ पड़ती हैं, तब परमात्मा के अनन्त

प्रेम में डूब जाना ही उसकी नियति है । जब हृदय में परमात्मा की प्राप्ति की लगन तीव्र हो जाती है तब सांसारिक कर्म स्वतः ही छूट जाते हैं, उन्हें छोड़ना नहीं पड़ता, अभ्यासी की लुप्त चेतना जाग्रत हो जाती है जो उसमें तन्मयता, तल्लीनता, सरसता और विनम्रता उत्पन्न कर देती है ।



“संस्थापक दिवस लखीमपुर में प्रस्तुत अध्येत्तीय भाषण”

(श्री वृजेश कुमार शर्मा, एडीशनल डिस्ट्रिक्ट जज, शाहजहाँपुर)

हम सभी जिस दुनियाँ में रहते हैं उसे मृत्यु लोक कहते हैं । जन्म, मृत्यु, जरा व्याधि, दुख सुख इनसे सभी तो ग्रसित हैं । इनसे छुटकारे का प्रयत्न मानव आदि काल से करता आया है । सृष्टि का मूल कारण, आधार या केन्द्र कोई है ज़रूर यह मानने की स्थिति में हर एक कभी न कभी आता है । उस तक पहुँचे बिना, उसको पाए बिना हमारा छुटकारा नहीं, यह भी विवेकशील मानव मानता है । किन्तु जब सवाल इस बात का उठता है कि वह आधार क्या है, कैसा है, तो हम पाते हैं कि हर एक का सोचने का ढंग अलग अलग है, हर एक की कल्पना अलग अलग है । कोई उसे साकार कहता है, कोई निराकार, कोई सगुण कहता है, कोई निर्गुण । अपनी अपनी पहुँच यानी approach के अनुसार लोगों ने उसको समझाने की कोशिश की । सबसे बड़ी जो कठिनाई थी वह यह कि वह कैसे दृष्टिगोचर नहीं होता जैसे कि मनुष्य, पशु, पक्षी व संसार की स्थूल वस्तुएं । उसका ख्याल बाँधे तो कैसे ? लोगों ने कहा कि ईश्वर दिल में रहता है हमारे । कहते हैं आत्मा भी वहीं रहती है । मगर हालत यह कि “कहने

को तो हम तुम एक ही बस्ती में बसते हैं, मगर सच तो यह है कि सूरत को तरसते हैं ।” इतना नज़दीक है वह मगर फिर भी बीदार नहीं होता । उसे पाने में सबसे बड़ी दिक्कत, सबसे बड़ी अड़चन यह है कि हम इसके बारे में अपना preconcieved notion लेकर चलते हैं । पहले ही ख्याल बनाकर चलते हैं कि वह ऐसा ‘है’ । ऐसा ‘है’ । किसी से मिलती नहीं तेरी सूरत, हम जहाँ में तेरी तस्वीर लिए फिरते हैं’ । मान लीजिए हय किन्हीं सज्जन रामलाल से मिलने चले और पहले से ही ख्याल बना लिया कि रामलाल जी लम्बे-चौड़े मोटे, -ताजे हैं और जब आमना सामना हुआ तो रामलाल जी की शकल सूरत कुछ और ही दिखाई दी, सोचा कुछ, निकले कुछ और । अब हम परेशान व रामलाल जी परेशान । अब या तो रामलाल जी अपने को बदलें या फिर हम ही कुछ ख्याल बदलें । दिक्कत कुछ ऐसी ही है हमारी भी । सुनते तो यह थे कि God has made man in his own image यानी ईश्वर ने मनुष्य को अपने ही प्रतिरूप बनाया है ।” मगर यहाँ बात उल्टी हो गई । Man has made God in his

image हमने ईश्वर को अपना प्रतिरूप बनाना शुरू कर दिया। चाहिए यह था कि वह ईश्वर को जैसा कि वह स्वयं है वास्तव में उसे वैसे ही हालत में पाने को चलते। तब वह अपनी अस-लियत को खुद ही उजागर कर देता, reveal कर देता, प्रकट कर देता। एक वार पूज्य बाबूजी ने कहा कि देखो खुदा के मतलब 'खुद आ' ध्यानी one who reveals himself जो अपने को स्वयं प्रकट करे। इसलिए वे कहते हैं "जो है सो है" यानी ईश्वर जैसा कुछ भी है हम उसे वैसे ही पाने का प्रयत्न करें।

ईश्वर को अपने जैसा जो हमने समझ लिया उसका परिणाम देखिए। एक को समझाया कि भाई हमारी साधना पद्धति सरल और effective भी। समझ में भी आई मगर उन्हें डर है कि कहीं उनके पिछले diety या देवता रुष्ट न हो जायें। यानी जो हमारी कमजोरी है वह हम ईश्वर में भी आरोपित करते हैं। लोग सब तरह के काम करते हैं और अपनी बुरे तरीकों से कमाई दौलत का अंश ईश्वर को भेंट कर देते हैं मन्दिर बनवाते हैं दान देते हैं, वगैरह वगैरह। यानि कि ईश्वर को भी हमने रिश्वत दे डाली। तो हम में जो दुर्गुण हों हम सोचते हैं कि ईश्वर में भी तो वे होने ही चाहिए! तो यह हमारी हालत है। ऐसी हालत में ईश्वर प्राप्ति कैसे हो?

खैर हम अगर ईश्वर को प्राप्त करने की इच्छा रखते हैं और जैसा वह है वैसे ही पाना चाहते हैं तो भी सवाल है कि उसे कहाँ ढूँढें और कैसे ढूँढें। वस्तु कहीं ढूँढें कहीं किस विध आवे हाथ, कहै कबीर तब पाइया जब भेदी लीजै साथ। भेदी लिया साथ कर दीन्ही वस्तु लखाय, कोटि जन्म का पन्थ था पल में पहुँचा जाय ॥ नहीं तो सुँई तो घर में रखी है और lamp post के नीचे ढूँढ रहे हैं। या तो competent master यानी समर्थ गुरु की जरूरत

है। उसे guide कहो, helper कहो, कुछ भी कहो मगर उसकी जरूरत है। ऐसा guide मार्ग-दर्शक चाहिए जिसने सभी मंजिले पार की हों और जो आपको पार ले जाने की क्षमता रखता हो, एक तरफ उसकी ब्रह्म में लय अवस्था हो, और दूसरी ओर वह आपकी तरफ भी भुका हो, आपको प्राप्त भी हो यानी available हो। ऐसे गुरु से अगर हम अपने को link कर लें, जोड़ लें तो अन्ततः हमारा लय ईश्वर में ही हो जाता है। एक level है ultimate का, Divine का और उसे attain करने के लिए, प्राप्त करने के लिए हम गुरु का सहारा लेते हैं। अगर गुरु की ब्रह्म में लय अवस्था है तो वह अपनी आन्तरिक शक्तियों का प्रयोग करके हमें भी उठाकर उस divine level तक ले जा सकता है। हमारे सौभाग्य से धरती पर श्री रामचन्द्र जी अध्यक्ष श्री रामचन्द्र मिशन के रूप में ऐसी आध्यात्मिक हस्ती मौजूद हैं जिन्होंने कि पुरातन यौगिक प्राणाहुति की प्रक्रिया का पुनरुद्धार किया और जिज्ञासु साधकों को मंजिल तक पहुँचाने की जिम्मेदारी स्वयं पर लेकर एक ऐसा सरल और सुलभ तरीका ईश्वर प्राप्ति का मानवता को दिया जिसे हम राजयोग का essence, सार या निचोड़ कह सकते हैं। हमें वचन से बताया गया था कि ईश्वर प्राप्ति बड़ी कठिनाई से होती है। श्री रामचन्द्र जिन्हें हम मुहब्बत से वाबू जी कहते हैं ने कहा कि ईश्वर प्राप्ति बड़ी सरल है। लोग कहते थे कि हजारों जन्मों तक प्रयत्न करते हैं तब कहीं मुक्ति की प्राप्ति होती है। बाबूजी ने कहा कि मुक्ति तो एक ही जन्म में बल्कि एक जीवन के एक अंश में भी होना संभव है। कठिन ईश्वर बनाकर रास्ते भी कठिन बताए गए थे—ढेर सारा कर्मकाण्ड रचित हुआ और स्थिति यहाँ तक पहुँची कि मनुष्य घबराकर दूर भागने लगा—इतना समय कहाँ से लावे, और इतना परिश्रम कैसे करे? कहा गया था कि घरबार छोड़ो, जंगल में जाओ, तपस्या करो, तब कहीं कुछ उपलब्धि सम्भव

होगी। बाबू जी ने बताया कि ईश्वर प्राप्ति के लिए घरबार छोड़ना आवश्यक नहीं न ही जंगलों में रहना जरूरी है। उन्होंने कहा कि Instead of going to the jungle better bring the jungle in to your heart जंगल जाने के बजाय अपने दिल में वह स्थिति पैदा करो। समझाया कि ईश्वर जिसे सर्वव्यापक कहा गया है उसे ढूँढने जंगल में क्यों जाना जरूरी है, पूछा कि क्या ईश्वर को लोगों ने बस्ती से बाहर कर दिया है, क्या बस्ती में उसका प्रवेश नहीं? घर ग्रहस्थ छोड़ने को ही वैराग्य समझा जाने लगा था। बाबू जी ने बताया कि वैराग्य का वास्तविक अर्थ है सांसारिक वस्तुओं से आनासक्ति न कि उनका त्याग। वैराग्य तो मन की एक स्थिति है। यदि हम जीवन में हर काम राग के बिना कर्तव्य समझ कर करें यह समझ कर करें कि हम ईश्वर प्रदत्त कार्यों का सम्पादन कर रहे हैं तो हमारी सभी वस्तुएं मालिक द्वारा दी गई पवित्र थाती के समान लगेंगी। उनका तो कहना है कि गृहस्थ में रहते हुए, अपने कर्तव्य निभाते हुए ईश्वर प्राप्ति सबसे सरल है।

पुरातन काल में गुरु किस हद तक साधक को आगे बढ़ाते थे व साधक को खुद कितना कुछ करता पड़ता था मैं नहीं जानता मगर इतना तो दावे से कह सकता हूँ कि पूज्य बाबू जी ने जो ध्यान योग की साधना पद्धति संसार को दी है उसमें अभ्यासी का काम पाँच प्रतिशत से अधिक नहीं है, शेष काम तो उनका यानी बाबू जी का ही है। यूँ समझिये कि आपके सामने पकवान रख दिए जाएँ सब तैयार करके और आपसे कहा जाए कि श्री मान जी खाइये। तो खाने में जो कुछ कष्ट हो सकता है बस इतना ही तो करना है आपको इस पद्धति में। देखिए हमारे यहाँ चार लाइनों की एक छोटी सी प्रार्थना (Prayer) है। उसे बोलिए वह भी सिर्फ एक बार और जैसे बटन दवाते ही विजली का बल्व जलने लगता है, कोई देर नहीं लगती, वैसे ही Divine grace

आपके दिल में उतरने लगती है। दिव्य कृपा, दिव्य तरंग आने लगती हैं आपको तो सिर्फ दिल का दरवाजा खुला छोड़ना है। बाकी तो वही grace आपके अन्तर को धोती है और फिर वड़ आपके अन्तर में समा भी जाती है, उसे भर देती है। इस दिव्यता की दावत Feast of Divinity में आपको बस grace को पीते जाना है। ख्याल कीजिए कि दिव्य प्रकाश आपके दिल में है। आपका काम सिर्फ cooperate करने का है, सहयोग मात्र आप दें बाकी काम पूज्य बाबूजी करते हैं। दिल का आंगन अपना हमने बाबूजी के लिए खोल देना है। एक बात है, जो कुछ कूड़ा करकट था इसमें पिछला वह तो था मगर हम आइन्दा तो इसे गन्दा न करें। हम अपने घर किसी को मान पूर्वक बुलाते हैं तो घर में गन्दगी हो तो उसे साफ करते हैं और गन्दा नहीं करते। यद् गन्दा न करना भी cooperation यानी सहयोग है।

कहते हैं water seeks its level यानी पानी ऊँचे level से नीचे level की ओर बहता है और तब तक बहता है जब तक कि दोनों का level एक न हो जावे। यही हम Divinity या grace के बारे में कह सकते हैं Master का जो Divinity का level है उस से Divine grace flow करती है हमारे अन्दर और flow करती ही रहती है और करती रहेगी तब तक जब तक कि आपको मंजिल तक न पहुँचा दे। वस सम्पर्क जुड़ने की बात है, एक बार link establish हो जाय, तार connect हो जावे। मैं तो कहता हूँ Adjust yourself to the wavelength of Master अपने दिल की तरंग लम्बाई से समायोजित कीजिए और फिर देखिए क्या होता है उनका (मालिक का) रिश्ता असल से है और आप उनसे जुड़ गए तो आपका भी रिश्ता असल से ही हो गया। इसलिए आप मालिक को अपने दिल में जगह दीजिए और खुद मालिक को दिल में समाने की कोशिश कीजिए। ऐसी हालत पैदा

कीजिए कि तहे दिल से मालिक के समक्ष कह सकें "I am in you and you are in me" यानी मैं तू में हूँ और तू मुझ में हूँ यह भक्ति योग है। दिल का सौदा कीजिए। उनकी याद को अपने दिल में बसाइये। राम राम की तोता रटन्त याद नहीं कहलाती। याद दिल से होती है और दिल में होती है, इसमें वाणी मौन रहती है। सारे बाह्य काम करते हुए भी दिल की गहराइयों में याद होती रहती है और किसी को कानोकान खबर नहीं होती। बाबू जी ने मसला उलट फेर बताया है, principle of invertends जिसे कहा गया। आप ने अपनी याद उन तक पहुँचाई आपसे शुरुआत हुई थी। तार जुड़ गया। याद उन तक पहुँची। अब वो आपकी याद करने लजे। begining end हो गई व end begining हो गया। कवीर ने शायद इसी को कहा था। "पाछे पाछे हरि फिरै कहत, कवीर कवीर" "मेरा राम मुझको भजे तव पाऊँ विश्राम"। 'वह' जिसको याद करते हैं उसका प्याला grace से, फ़ैज से, Divinity से भर देते हैं, इतना कि छलकने लगे, इतना कि जो उसके पास बैठे वह भो तर हो जाय। मैं तो कहता हूँ कि वे ईश्वर को ही उसके दिल में उतार डालते हैं।

इसलिए मैं कहा करता हूँ कि मिशन की prayer तो मालिक का telephone number है, वस एक बार dial कीजिए और देखिए link जुड़ गया। Divine से link जुड़ गया। Divine

current हम तक पहुँचने लगी। मन में उठ रहे इधर उधर के ख्याल जाने कहां खो गए। हमें अपना पता नहीं रहा।

लोग कहते हैं kuas thyself यानी स्वयं को जानो मगर बाबू जी ने कहा forget, thyself यानी स्वयं को भूलो। जब तक 'अह' की ओर निगाह है उनसे बहुत दूरी है। और 'अह' भूला तो फिर 'तू' ही रह जाता है। इसे surrender या आत्म समर्पण कहते हैं। निगाह अपने से हटानी है और Divinity की तरफ ले जानी है।

कहा है "सोई जानहि जिन देई जनाई" उसकी प्राप्ति उसे ही होती है जिस पर उसकी कृपा दृष्टि हो जाय। इसलिए हमारी prayer surrender सिखाती है। मैं तो समझा कि हमारी prayer का सार यह है कि तू ही मंजिल है और रास्ता भी तू ही है। इसलिए हम उसी की मदद मांगते हैं उसी को पाने के लिए।

मैं मालिक के निम्न शब्दों के साथ आप सब का आवाहन करता हूँ कि दिव्यता के समुद्र में मालिक के जलपोत का सहारा लेकर चलिए और मंजिले मकसूद तक शीघ्र पहुँचिए। "असीरो करो अब रिहाई की वानें" यानी बद्धजीवो छुटकारे का प्रयत्न करो।

