sahaj marg

सहज मार्ग

Bi-Monthly : Spiritual **Reg. No. RN 12620/66**

Gram : SAHAJ MARG

Phone { Resi. : 2667
Ashram : 2575

No. 3 **May : 1982**

SHRI RAM CHANDRA MISSION

SHAHJAHANPUR, U.P. 242001

ॐ

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 है ।
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. 3
May 1982
Editorial Board:—
1-Dr. S. P. Srivastava, M.A. Ph.D,
2-Prof. Laxmi Shankar
3-Shri S. A. Sarnad
Single Copy Rs. 3-50
Yearly Subscription Rs. 18-00

— CONTENTS —

English-

1 (a) Obituary – (Editor, Bro. Lakshmi Shankerji) (b) A Clarification I
2 Master's 83rd Birth-Day Celebrations in Malaysia II
3 The Way Up – Shri Ram Chandraji – President III
4 Master's Message — 30th April 1982 - SURAT VI
5 From Animal to Man – Bro. Suresh Chandra, Rampur IX
6 Master in Malaysia – Bro. K. V. Reddy XIII
7 Some thoughts on Master's Message — of Basant, 1982
Bro. S. A. Sarnad - Gulbarga XVIII
8 Silver Jubilee - Sahaj Marg Patrika, Shri Ram Chandra Mission XIX
9 Extract from a Letter Addressed to a Foreign Preceptor from
Shri Prakash Chandra Saxena XXII
10 Lethargy - Sister R. Srimati, Ahmedabad 1
11 Abhyasi's Experience - Bro. K. R. S. Rangarajan 3
12 The Gujarati Translation of the Mission's Books for Sale. 5
13 Proceedings of the Publication Committee 30th Jan. 82 5
14 Presidential Order – Change of name to "Centre-in-Charge" 6

हिन्दी—

१– सद्गुरु का सन्देश—पूज्य बाबू जी महाराज, शाहजहाँपुर अ
२– कर्म का भौतिक एवं अध्यात्मिक स्वरूप—भाई शिवप्रसाद खेतान जी, तिनसुकिया स
३– अभ्यासी का अनुभव-बहन बृजबाला ठाकुर, मेरठ १
४– ध्यान—भाई चन्द्रशेखर सनवाल जी, नैनीताल ६
५– सहज मार्ग ध्यान दीप—भाई मदन लाल जी, उदयपुर ६
६– प्रार्थना—भाई महेश्वरी दयाल सिंह श्री वास्तव जी, गोरखपुर १२
७– मुखर मौन—भाई शिवलिंगप्पा इंगलगी जी सेडम १८
८– अनन्त यात्रा १६

Views and Opinions expressed in articles published in this journal are not necessarily views or opinions of the Mission.

★ OBITUARY ★

The Editorial Board, of the Sahaj Marg Patrika, mourns deeply over the sad and untimely demise of one of the brother-members, Prof. Lakshmi Shanker ji of Allahabad, who was also the Superintendent of the Mission's Publication Department.

Professor Lakshmi Sanker ji was a sincere devotee of the Master and an untiring worker of the Department of Publication. He was ailing for quite a long time, although he had recovered to a certain extent in the meantime.

The Editorial Board offers its condolences to the bereaved family-members of our late brother Prof. Lakshmi Shanker ji with a prayer to Revered Master to bestow peace upon the departed soul.

— **Editorial Board**

A CLARIFICATION

Ref. 2332 Date 2 June 82

In view of the enquiry made by Zonal Secretary No. 4 about clarification of functions and duties of Secretary to the President, it was replied as under :-

'In this connection. it was replied to him that "the Secretary to the President connotes only the idea that he will act according to the wishes of the President so far as understood by me, and there is nothing beyond it.

All organisational matters of the Mission are to be dealt with by the Headquarters, only through its Secretary at the Headquarters,

Sd. P, C, Saxena
for Shri Ram Chandra Mission

To,

All the Zonal Secretaries, except Zone No. 4, for correct understanding and information please.

Master's 83rd Birth-Day Celebrations

Sister Balagopal, Preceptor-in-charge, Malaysia & Singapore reports the following on the Master's 83rd Birth Day Celebrations held in April, 1982, in Malaysia.

—o8o—

A small group of Abhyasis of Shri Ram Chandra Mission in Malaysia, mainly from the Centres in Klang, Seremban and Kuala Lumpur celebrated our Beloved Babuji's 83rd Birthday with great fervour and love.

On 30th April - Master's Birth-day - there was a combined gathering when almost sixty abhyasis from Klang, Kuala Lumpur, Seremban and (one each from Malacca & Kuala Pilah) attended the Satsang at the home of the Centre-in-charge (No. 3, Jalan 3/55, Petaling Jaya). The meditation was from 7.30 - 8 30 p.m. This was followed by an animated talk by Bro. Reddy, our Senior Preceptor.

As planned earlier, the group decided to spend two days at a bungalow by the seaside at Port Dickson - a favourite holiday resort. So, on the morning of the 1st May (Public Holiday) forty-five abhyasis gathered for a one-hour group meditation. Dr, Chandran one of the ardent abhyasis who recently returned from a trip to Shahjahanpur gave a mellowed talk on "Egoism and its effect on Spiritual Progress."

After lunch, there were many who requested for individual sittings, At 4.30 p.m. there was another short meditation.

We extended our celebrations to the fourth day with group satsangs, talks, discussions etc. By 3.30 p.m. on 3-5-82, all returned to their respective homes.

The happy meet, certainly brought the brothers and sisters of Sahaj Marg closer in understanding its principles and philosophy on a personal level,

In conclusion, everyone had the wonderful opportunity to bask in the Master's warmth of grace during the 4 day celebrations.

★ ★ ★

(Reports from other Centres are awaited — Editor)

SAHAJ MARG

THE WAY UP — Shri Ram Chandraji - President

Whatever I have is the safe keeping of my Master which is preserved for all of you. I wish to hand it over to you during my life time and go back light after being relieved of the burden. Truly speaking, whatever I have at present, except the safe keeping, is neither spirituality nor Reality or Bliss, Now, if you ask me as to what is my destination my heart will reply-'Brothers ! I have lost it too.' Now I cannot see anything. So what I can say.

When I see how much I have to teach , I begin to lose my senses and I want to pour it down into you but such persons will be found only in ones and twos and this is my lot, I feel that if I impart to anybody what my Master has made me learn (and the process of learning still continues) that which I am learning now is left out. Now. what can be the method of not leaving it out. It is that people should attain a high state of merger and if they integrate themselves completely how wonderful it would be. If any one tries to learn what I am being taught, the way for him is to compel me to merge with him. The method to do this is what the intellectual class brands as 'sin' (i e. Form-meditation). Really, I want wood, to make from it

anything I like but mostly I get furniture for the purpose.

Mergence is the first problem of spirituality. Having attained this state, an Abhyasi can be called the beginner. The state of merger. conveys the sense of a relation with the Supreme in which self is lost. As close the relation would be made, so higher would be the state of merger. It is that time and state when, if God so wills, the Divine light is bestowed in the same proportion. The pause that follows the permanancy of the state is called the life Divine but it does not end here. Ordinarily, the Divine life follows mergence at each stage but here it is something else. Man must always be in quest of mergence. Divine life comes itself simultaneously. The way to the Divine life cannot be achieved without mergence. Its end is the state of the Master and emergence of the Divine life in this last and final states is the state of Bhooma. Feeling of lightness is the evidence to prove that the real state has begun to manifest itself. Feeling of love is also its proof. It is necessary to control the speech and the thought so that you may become deserving to attain higher states of mergence. Attainment of pleasure, tranquility and peace are the sources of happiness to others but to us dissolution and feeling the pangs of love is the way to liberation.

I do want that all of you may emerge as the Suns in the field of spirituality but it is possible only if the reflection of the earth is not allowed to be cast on the Sun and this is feasible only if you work out your orbit accordingly, When can be the orbit made ? Then, when you straighten out the movement. And when will the movement be straight ? When the destination is always in full sight. And when can the goal remain in sight ? When you become entirely His. When can you be His ? When you lose self completely. When can you lose your self ? When there is no thought in the heart other than that of His, And when is this possible ? Through practice. How does practice become ? By love and interest. How are love and interest born ? By thinking repeatedly. How repeated thinking becomes possible ? Through determination. And when is it possible to make a firm determination ? Only then, when you gird up your loins to secrifice your rest and pleasures and say good-bye to lethargy.

Our Master should always be a living being. He is well aware of all the points and problems of the spirituality and he is the one who has travelled the path. He knows how to make the traveller go on. Besides, his bones are immersed in Ram Nam (Divine consciousness). The matter too is pure and sanctified. He has no

earthly vibrations. The force that runs in him is naturally unalloyed, un-mediated and original. There is no trace of unwanted tongs. The movement of his mind (Manas) becomes light and it begins to work as ordered by him. The mind when it becomes 'central' can do everything and is the real force which if turned towards anything, can perform all the miracles. How can this thing be born ? In short, one should never lose, His remembrance. Even a minute lost with-out His remembrance should be repented upon.

—oo8oo—

The easiest and surest means to achieve the goal is to surrender yourself to the great Master and become a 'Living dead' yourself.

❀ ✱ ✱ ❀

It must develop automatically within you without least strain or pressure upon the mind. If the knowledge of self is retained, even then it is not true surrender. What remains to be done when you have surrendered yourself in the true sense ? Nothing. I believe that in this state an Abhyasi will be in close touch with Reality all the time and the current of divine effulgence will continue its flow to him without any break. In this way you can solve your problem of life in the easiest and most efficacious way in the shortest possible time. There fore, if one can give away his heart, i.e. make a gift of it to the Divine Master, hardly anything more remains to be done. This shall naturally bring him to the state of absorption in Absolute Reality. The adoption of this simple and easy technique makes the very beginning to be the end of it What except a tiny heart can be the fittest offering for the achievement of the dearest object of life ? (Sahaj Marg Philosophy)

— Pujva Babuji

To stiffen one's neck, is a defect. So long as it is not removed, one is not aware of one's own Base. What I mean by 'Base' is that when a person is wholly rid of this defect, there arises a state, which has been attempted to be translated by the use of this word. To live in that state is human culture. When that state grows a bit denser, it enters the region of the attribute of Poverty or Humility. When such a state is achieved, then the subject (of the Lord) becomes a subject in the real sense. To achieve such a state, hundreds of transmissions and prayers are prescribed. Man ought never be away from his own level; and this level is called ABUDIYAT अबूदियत (The subdued). This is the essential object for the subject (of the Lord). It is here, as I have written so often, that the burden of egoism is very much lightened. The fulfilment of purpose comes after this. The better-way may be that whatever you are, you go, with all of it, towards That (Ultimate-Purpose) i. e. there should remain nothing, whose face does not get turned to that side; which means that all the belongings-Physical and Spiritual-that may be there, be surrendered to Him; so that you are left with nothing in yourself, except remembrance.

Now the question arises, how to arrive at that State ? That one thing-'remembrance' - brings everything in its trail. If remembrance is there, take it for granted, the remembered one is close to you. Let closeness, in the trail of increasing heat of remembrance, be enhanced; and then behold what bliss and ecstasy follows, and also how quickly you reach There with its help. When this thing has approached the limit which constitutes the beginning, i. e., if, per chance, it has touched that plain, region or circle, be sure, the call-bell at the door of the Beloved would have been pressed. When He has come to know that someone happens to be His real Seeker and Lover, then it would become a sure condition for His coming close to you, and for breaking the barrier that held you from entering the Home. Start a while, dear, and then you will know what this thing happens to be.

Once this attainment has set in, you would have achieved Godly attributes, Now having reached the attribute, say, you have come into the Sunshine. It has become clear that this light is from the Sun. Prior to it, we were aware of only our own attributes. Now your swimming has started in what lies just beyond God, i, e:, just after it Having come

upto here, we now get tidings of going still ahead. When remembrance has progressed to the extent that the awareness of remembrance Itself is lost, then the form of remembrance gets changed, and this we know on moving beyond It. 'One is unaware to the extent that he is aware.' (JISKO JITHNA HOSH HAI UTNA HI WOH BEHOSH HAI) जिसको जितना होश है उतना ही वह बेहोश है । It will be premature to reveal it. The tidings of this, on arriving at that state, will come, when one automatically starts trying to reach it; by oneself. The simple fact of the matter, anyway, remains that whatever is there, be surrendered to Him. 'If the Lord be had at the cost of your head, you should know the bargain as quite cheap' (Shesh diye yadi Hari mile, tho bhi sasta jan) शीश दिये यदि हरि मिले, तो भी सस्ता जान । The sages of yore have regarded the state of acceptance of and happiness in Lord's will, as surrender. Now I give a prescription : 'Yearning' pure and simple to reach Him and Him alone ! If the real thing is not there to begin with, just imitate it. If someone continually imitates a mad person, he is bound to go mad. Even so, if man continues to reach the Lord (Ultimate), the real is bound to be his lot. at last. Amen.

SURAT
30-4-1982.

Ram Chandra
President
Shri Ram Chandra Mission
Shah

★ **SAHAJ MARG PAT**

(Bi-Monthly - Spiritual

INDIA—**Yearly Subscri**
FOREIGN— „ **(U. S. Dol**
INDIA—**Life Subscripti**
FOREIGN— „ **(U. S. Do**

upto here, we now get tidings of going still ahead. When remembrance has progressed to the extent that the awareness of remembrance Itself is lost, then the form of remembrance gets changed, and this we know on moving beyond It. 'One is unaware to the extent that he is aware.' (JISKO JITHNA HOSH HAI UTNA HI WOH BEHOSH HAI) जिसको जितना होश है उतना ही वह बेहोश है । It will be premature to reveal it. The tidings of this, on arriving at that state, will come, when one automatically starts trying to reach it; by oneself. The simple fact of the matter, anyway, remains that whatever is there, be surrendered to Him. 'If the Lord be had at the cost of your head, you should know the bargain as quite cheap' (Shesh diye yadi Hari mile, tho bhi sasta jan) शीश दिये यदि हरि मिले, तो भी सस्ता जान । The sages of yore have regarded the state of acceptance of and happiness in Lord's will, as surrender. Now I give a prescription : 'Yearning' pure and simple to reach Him and Him alone ! If the real thing is not there to begin with, just imitate it. If someone continually imitates a mad person, he is bound to go mad. Even so, if man continues to reach the Lord (Ultimate), the real is bound to be his lot. at last. Amen.

SURAT
30-4-1982.

Ram Chandra
President
Shri Ram Chandra Mission
Shahjahanpur

★ SAHAJ MARG PATRIKA ★

(Bi-Monthly - Spiritual : in Hindi & English)

INDIA—**Yearly Subscription**	:	**Rs. 18/—**
FOREIGN— „ **(U. S. Dollars)**	:	**$. 10/—**
INDIA—**Life Subscription**	:	**Rs. 400/—**
FOREIGN— „ **(U. S. Dollars)**	:	**$. 100/—**

FROM ANIMAL TO MAN

Bro. Suresh Chandra, Rampur

All burst into laughter. Master had made a million-dollar comment.

Donkeys were bringing brick-loads to the courtyard of Master's house. A small room was under construction. An elderly Abhyasi in chaste court-Urdu submitted, "Scores of donkeys come to your stately doorsteps every day."

"Yes", quipped Master, "but I send them back as men."

Humour is the salt of life. In the company of Master we taste that life which is the life in life – the real life. When the complexities and grossness are removed, a stream of pure love and joy bubbles forth and an Abhyasi is drowned in the depth of pure and simple bliss. An inward cheerfulness marks all his behaviour. Life is no more 'a tale told by an idiot full of sound and fury signifying nothing.' The march on the path of spirituality is not a dull, dry, treading-on-thorns affair. Master makes life worth living because life is the gift of Almighty and we must leave it better than we find it. He fills life with meaning. And his humour is so full of it.

Man has evolved from animals. He has been called a social animal and so on. His basic needs and behaviour are similar to those of animals-food, sleep, fear, procreation – Ahara Nidra, Bhaya, Maithuna etc. As the civilization progressed, man cultured himself to rise above the level of animals and used his faculties to make his life comfortable - free from the ravages and exigencies of environment. He sharpened his brain into scientific inventions and discoveries and made himself so powerful as to destroy the whole world in a few minutes. The fire of tremendous power to kill, fanned by uncontrolled ambitions and desires to possess and enjoy, has devastated mankind several times in the past but the hardly-healed wounds of two

World Wars have led mankind to a serious dilemma – 'to be or not to be'. It does not want to do away with the deadly powers of destruction, neither it wants to control its vaulting ambitions. The consequence is destruction. But men are afraid of destruction as well. They are holding a cup of poison in their hands. Neither they want to throw it away nor dare to drink it. Consuming natural resources at terrific rate they are going away from nature and at the same time go on shuddering at their bleak future. Thev feel distracted and bewildered like the passengers in an omnibus whose brakes have failed. while running down a steep mountain road.

The individual is the suffering actor in this drama of universal misery. His wishes and desires do not allow him a single moment of rest and peace. His failures and frustrations steal all the freshness and colour that he gets from nature All visions and dreams which he inherited from his culture to rise above the level of animals grew dim and dark. An animal is contented within its limited requirements. But man of today is neither contented like an animal nor happy as a man. With all the weariness, fever and fret, he is a bundle of confusions, contradictions and complexities. The bare animal requirements of physical existence – he has learnt to furnish par excellence. But the man in him is contorted and crippled. As a result of it he is like a donkey carrying a great load on his back.

Such beasts of burden we come at the stately doorsteps of the Master. (It must be borne in mind that the Master and the Mission are one.) Just as the owner of the mules starts unloading his animals, in the same way our Master starts removing the heavy weight of Samskaras – impressions from the hearts of the Abhyasis. This process of cleaning as practised in Sahaj Marg is unmatched in the entire world of Yoga-systems. Outwardly the animal remains as such but he feels light – relieved. This is an inner experience. The idea of meditation on divine-light in the heart proves its efficacy in due course of time. Man is ever thinking of his personal comforts and discomforts, success and failures, pleasures and pains. To ask a man to think of the presence of divine-light in the heart is like a simple exercise given to a patient recovering from paralysis. Out of twenty four hours brooding over material worldly matters, we exercise our will power for a short while to think of Divinity, The crippled man in us awakens. The contortions of his face dissolve. The

gloom which hides the natural springs of pure joy and love is dispelled and the light of divinity illumines the man. He rises to a fresh dawn of life.

This is the charisma of Pranahuti – the transmission of Yogic power. Only he can claim to be the Master, the Guru who can infuse the man with this yogic power. And this yogic power is no projection of imagination. It is the same power, the same impulse which is at the base of all creation. The real Guru connects the Abhyasi with its source and guides its working to remove all grossness and complexities from the heart. This support of the super–consciousness helps man to rise above his animal level once again and to view every aspect and behaviour of life in proper perspective. The crippled man now stands erect and firm on his feet – no more a helpless straw in the winds of fickle desires, no more a passion's slave. The divine consciousness transforms him and he develops into a perfectly balanced Man.

Meditation aided by Pranahuti is described by Master as 'Taming the animal in Man'. Mark the word 'taming' – it is not 'destroying' but controlling and controlling for some purpose. People tame horses, dogs, elephants, camels etc, and get some service from them. In the same way man's animal instincts and requirements cannot be and should not be crushed altogether. All that is required is their moderation. Mind and heart- the thinking and feeling parts of man, control the animal life in him. When mind and heart think and feel in a balanced way, the animal life is regulated by itself.

Pranahuti, to quote Master, is "using the Divine Power for the transformation of man". What is needed most in the world today is this transformation of man from the insecure, unhappy, frustrated being into the real man. Reality lies in balance, moderation and simplicity, To be a real man one has to achieve thess qualities. When we proceed on the path of Reality ever attended by this yogic transmission, the characteristics are bound to grow.

Man's is not an isolated existence – a bubble in the flood. The Absolute, the Ultimate or conveniently called–God has created man in His own image, Not only man "the world is a living image of God in which His power is working all through", writes the Master. "The huge workshop of Nature is fitted with all necessary equipment needed

for the work". He continues, "Gods and goddesses are, in fact, the various powers of Nature like the different parts of the machine. They go on with their set routine of work irrespective of everything else, and they have not the capacity to go even an inch beyond. The real functionary at the root is the 'man'. It is he who has to look to the regulation of Nature's machinery and to right functioning of its parts..........Man is Nature's instrument. He possesses immense power and has also the implements required for the utilization of that power." (Voice Real II, Nature's Workshop).

Such is the position of man in the cosmos. He is the representative of the Divine in flesh and blood. When he has to see the proper functioning of Nature, how can he be a source of disturbance and destruction ? The dismal picture of mankind today in relation to Nature is the result of man's forgetting his reality. Hence the contradictions and complexities. To solve his dilemma of 'to be or not to be' – all that is needed is to make him realise his real nature.

This realization of real nature of man is the goal of life. Bestowed with all the powers of the Almightv in miniature he has to rise to the stage of Divinity. He is the instrument of nature and the chief functionary at the root of all. It requires sophistication and subtleness of the highest degree. For it, he has to advance in the spiritual field to counterbalance the enormous growth in the material sphere. Thus he will have a balanced life in harmony with himself and his environment, Sahaj Marg system propounded by Shri Ram Chandra Mission propagates the Realisation of Reality as the goal of life.

Men with a Mission ! What a great change from the race of frustrated, crippled animal-men to be the men with a message for others, The path is inviting, the guide waits for us, 'Firm resolve and dauntless courage,' declares the Master. "are the essential features of a manly character. That is what is required for the final success" "The man with faith, devotion and self-confidence wins."

It is at the doorsteps of such Personality that animal-men come and return as real men, It is a wonderful experience borne out of experiment. Divinity is wonderful, so is Reality. Having come in the contact of the Master and his followers, a new faith in man's bright future is enkindled and one exclaims ;

"O Wonder !
How many goodly creatures are there, here !
How beauteous mankind is ! O brave new world
That hath such people in it."

MASTER IN MALAYASIA

Bro. K. V. Reddy

Master has been extremely kind and benevolent towards Malaysian abhyasis. It is very difficult to say whether the abhyasis deserved such special attention from Master but whoever succeeds in attracting His attention no doubt deserves His benevolence. As Master Himself says "Sahaj Marg is the system which makes the worst into the best". This, perhaps applies to us in Malaysia.

Until 12th July 1976 no one in Malaysia heard of Shri Ram Chandra Mission or Sahaj Marg Sadhana. The initial response was very discouraging. Well, we started the work in Malayasia then. Master's help was felt as the work progressed and as the abhyasis started their practice. When we started the work here, there were only two abhyasis but by the time Master came to Malaysia for the first time in April, 1977 there were over 120 abhyasis. This was all due to Master's help. Master always helps all those who work for the Mission.

Why Master visits any particular place or a country is beyond our comprehension. When actually He plans His visit and what He wants to achieve by such visit He alone knows. When we requested Master, towards the end of 1976, to visit Malaysia we were only delighted when He accepted our invitation. Of course, this also surprised many abhyasis in the Mission because they never expected Master to come so soon. However, He must have planned this visit long before the visit actually materialised.

Many abhyasis feel that it is their love and devotion which actually pulls the Master to their countries or to their centres. Every abhyasi in Shri Ram Chandra Mission would like to feel that she or he alone is responsible for Master's visit. The abhyasis in Malaysia are not an exception. Here also, every abhyasi feels the same way. Whether it is abhyasi's love and devotion or Master's own plans that bring Him to various

places, is very difficult to understand, However, in His compassion and love for His abhyasis He always gives the impression that it is actually the love and devotion of the abhyasis that compel Him to travel.

When Master arrived in Malaysia on 6th April, 1977 many abhyasis expected Master to be different. They expected Him to be like so many so-called gurus who come from India to this part of the world. They expected Him to be fat, tall with imposing personality, wearing expensive clothes and demanding many physical comforts and financial contributions. But when Master actually arrived at the airport everyone waiting for Him at the airport was taken aback by His simplicity and humility. Infact, when He entered the VIP room at the airport, people were still looking towards the plane to see where the expected VIP was but when they learnt that the VIP had already arrived. then the disbelief and wonder was quite obvious. Nevertheless, everyone was taken aback by His unique personality.

Some of those who already started meditation stopped the practice because Master was not in accordance with their expectations of a Guru.

Master stayed here for three weeks and visited besides Kuala Lumpur, Kelang and Penang. Then He also visited Singapore.

During His three weeks stay, the abhyasis did not realise the significance of having Master with them for such a long time. But once Master went back, the longing to be with Master increased so much that the abhyasis started planning visits to Shahjahanpur.

Plans for Master's second visit were already discussed during His first visit, Each time any abhyasi requested Master to come again and each time anyone asked Him when He would come back to Malaysia, He always said that it was up to the abhyasis themselves. However, every abhyasi was hopeful that Master would come back very soon, When Master went back from Malaysia, He went to Madras and then to Madurai where His Birthday was celebrated on a very grand scale, We, in Malaysia did not realise that Master's Birthday would be celebrated on such a scale, We only heard that His 75th Birthday was celebrated in 1974 in Hyderabad and afterwards there was no mention anywhere of similar celebrations. When "Blossoms In The East" was published, we realised that His Birthday was actually celebrated soon after He went back from Malaysia. Then we started the wishful thinking

to celebrate Master's Birthday in Malaysia where Master, Himself would be physically present to grace the occasion. We approached Master with this request and He very kindly agreed to come to Malaysia in 1979. Preliminary preparations were started but to our surprise, we learnt that Master accepted the invitation from the Ahmedabad Centre to be present in Ahmedabad during the celebrations. Then we accepted the fact with very sad hearts that Master may not be coming to Malaysia in 1979. We were hopeful that Master would come for the celebrations in 1980. We were then informed that the Delhi Centre was given permission to Celebrate His Birthday. Once again, there was a general disappointment. We gave up all hope during the Basant in 1980. We approached Master with the same request but as usual He never gave any definite answer. Even in Copenhagen, when we repeated the request, He was once again very non-committal. This was in June, 1980. So when the abhyasis learnt that even up to June, 1980 Master did not give any indication of His visit to Malaysia, their disappointment was so great that it was really very difficult even to inform them that Master may not come even in 1981.

Nevertheless, we decided to go ahead with the preparations anyhow and started with the formation of an Organising Committee. Of course, all the abhyasis in their hearts prayed that Master should come though they were prepared to proceed with the celebrations even though there was no indication that Master would come. Therefore, every abhyasi was surprised and delighted when we received a letter from the General-Secretary towards the end of July, 1980 conveying Master's decision to permit the Malaysian Centre to celebrate His 82nd Birthday in Malaysia and Master Himself would come for the Celebrations.

The Organising Committee started meeting on regular basis and worked out plans, arrangements and programmes for this occasion. We were aware that this is the first time Master's Birthday was being celebrated outside India. Therefore, the abhyasis in Malaysia wanted to do their best in order to make this celebration a memorable event for themselves as well as those who were expected to come to Malaysia for this historical occasion.

The ahhyasis were not satisfied just to have the Master alone to come to Malaysia. They also wanted to invite some of His family members as it is a known fact that all the members of Master's family have

sacrificed enormously since the Mission was established in 1945 and every abhyasi throughout the world enjoyed the services of so many members of His family. It was only natural for the abhyasis in Malaysia to wish to have some of these members with them during this historic event. With a great deal of persuasion Master very reluctantly agreed to give permission to some members of His family to accompany Him to Malaysia for the celebrations.

It is very difficult to put into words the experiences of each and every abhyasi who attended the celebrations in Kelang. It is beyond expression and description. The atmosphere was so charged that everyone present was in a permanent state of love and devotion for Master. This was very obvious by the fact that Master attended all the functions and spent long hours with the abhyasis throughout His stay in Malaysia. The abhyasis were literally glowing in His grace. Master also seemed to have enjoyed the love and devotion of the abhyasis. His health was perfect and what is more. He was at His best. Those who saw Master before 1972 told us that it was like the old times when Master used to stay late in the night and talked to abhyasis at length. His usual wit. wisdom and jokes was a proof of this. There was laughter all around. During the celebrations, Master would leave home at around 8.30 in the morning and travel 25km and go straight to the Hall for the celebrations. He used to stay there until almost 2.00 p.m. and join the abhyasis for lunch. Then go to an abhyasi's house in Kelang to spend the whole afternoon with the abhyasis. After dinner around 9.00 p.m., He would come back to Petaling Jaya. The abhyasis who were not staying in Kelang and also abhyasis from Seremban, etc. would then follow Master to Petaling Jaya and stay until almost mid-night. This was the daily programme of Master until 1st May. His programme from 2nd to 7th May was even more demanding and more strenuous. He never showed any sign of fatigue and on the other hand he seemed to have enjoyed this to His heart's content. He answered questions in the microphone during the celebrations and wonder of wonders He read the entire message to tape. This is perhaps the first occasion where Master taped His entire message. The whole visit was an example of love and devotion of the abhyasis and universal love and benevolence of the Master. From every point of view it was a memorable visit and an historic occasion.

One thing that is quite obvious from this visit is that Master of course

visits many places and many countries Sometimes He visits under compulsion, sometimes His visits are based on the human and cosmic needs but occasionally it is also due to His own love for His abhyasis and the love and devotion of the abhyasis is also a pull which is difficult for Master to ignore. Master enjoys the visit and the stay when no demands are made on Him and nothing is expected from Him, not even the spiritual approaches. It is only on such occasion He really enjoys His stay, His visit and maintains perfect health. His health seems to be a measuring rod of abhyasi's love and devotion for Master, the love which does not expect anything in return not even spiritual advancement, It is love in its purest form. Another factor which perhaps Master considers before visiting any place is the dedication of the abhyasis for the Mission. Unless the abhyasis are totally dedicated to the Mission and Mission-work without expecting anything in return, Master does not seem to enjoy the stay nor the comforts offered during such visits. To Him physical comforts and the physical needs are really secondary. It does not really matter where He sleeps and what He eats, What matters actually is whether the abhyasis are willing to give themselves without any expectations.

Many of these so-called gurus who come out from India demand airconditioned cars like Mercedes, Rolls-Royce and centralised air-conditioned houses, fabulous food and needless to say they demand plenty of money. Whereas, when Master visited Malayasia on both the occasions, He travelled in simple, small and non-air conditioned cars, and stayed in small houses where rhere was no air-conditioning. Nevertheless. He seems to have enjoyed His stay and what is more He ate two meals everyday and never had any reason to take any medicine. All the medicines that were brought with Him were taken back to India. When people offered Him money He said categorically that He did not come here for money, Infact He said He is an open treasure Himself, people should take as much as they can. It is not possible to find such a Master. If we go back to the history of spirituality, one rarely comes across such a special Personality and such a great Master. The abhyasis instead of debating and discussing every little detail, should just enjoy His Presence and get the maximum benefit, Mankind will not have such an opportunity for hundreds of thousands of years to come. It is a very rare opportunity and a rare occasion, therefore, every abhyasi should make the most of this opportunity.

★

Some thoughts on Master's Message of Basant, 1982.

Bro. S. A. Sarnad – Gulbarga

Revered Master's Message delivered during the Basant Utsav on Jan. 1982 is one of the shortest and sweetest messages given to humanity. The message runs thus;–

> "We are all brethren connected intellectually, morally and spiritually to the main goal of human life. This and that have gone now. There remains the purity alone in all His work and environment which weaves the spiritual destiny of the persons with the Ultimate."

There are four important ideas contained in this message :

1. The goal of human life and our connection with it;
2. Vanishing of differences among human beings;
3 Purity in work and environment;
4, Spiritual destiny.

Now, each one these ideas could be expanded to any extent according to one's intelligence, knowledge and experience. The first idea is that of the goal of human life, which is given top priority as it ought to be. Why are we born at all and whither should we move in our life ? Is life a mere chance or is there any purpose which is beyond the ken of the common man ? One should think deeply over this point and arrive at one's own conclusion. If it is not possible for us to do so, we should, in that case rely on the words of others whom we choose to accept as authority, Saints and wise men of all times and countries have been unequivocal in declaring that fhe goal of human life is to attain the Ultimate Reality–the zero point from where all dualities start and into which they end. That is the natural home of all beings. When we realise the transient nature of all that we see and possess and are fed up with those things, the idea of an eternal and unchanging principle occurs to our mind and we turn towards it. This does not happen quite suddenly

and easily. It may take a long time or even many lives for this realisation to come. One may even go on experimenting endlessly. Having been convinced of the urgency of attaining that Goal, we should prepare ourselves adequately for the journey. This can be done by undergoing moral discipline and spiritual training. Since the Ultimate principle is known to possess the characteristics of supreme existence, knowledge and bliss (Sachchidananda), we too have inherited these qualities in a limited measure. Our intellectual, moral and spiritual pursuits are but a reflection of the Ultimate and by these we are inextricably connected with it. The possibility of developing these qualities to the maximum extent so as to become one with their Origin has been shown practically by many an evolved soul in our own times and our Revered Master provides an excellent example in this regard. Because of our connection with Him, we are all connected with each other as brothers, sisters and by various other relationships.

We know that this creation is nothing but the one becoming many. The principle of Unity gave rise to diversity or multiplicity. When there is diversity, differences are bound to be there. 'This' became separated and different from 'that'. But Master has used the words 'this and that' in respect of the world of innumerable differences. During our return journey towards the Ultimate we begin to lose our own identity and so all other characteristics which are responsible for creating differences among human beings melt away. The thoughts 'this is mine, that is yours; I am a Punjabi, you are a Madrasi; I am a Bengali, you are a Gujarati; I am an Indian; you are a foreigner;' etc. bid farewell and we look upon the entire humanity as one. This outlook is essential for realization. Whether we develop such an outlook by practice or it comes automatically as a result of culmination of our practice is immaterial. Master is singularly optimistic in this direction in taking for granted that these differences have already vanished. As disciples (or 'associates' as the Master kindly calls us) of the worthiest Master, it becomes our bounden duty to fulfil His hope by sincerely sinking the petty differences which have become barrier amongst ourselves on the one hand and between Master and ourselves on the other.

Such differences which are a sign of impurity having gone, what remains is purity alone. This purity begins to percolate in all our work which ultimately becomes His work because our entire living is now for

His sake, Purity in thought word and deed naturally purifies the whole atmosphere and thus the environment becomes pure and immensely bearable. Such environment alone is capable of taking us to our destination. We have come from the Ultimate and unto the Ultimate we must return. The Ultimate alone is our destiny or destination. The purity of environment outer as well as inner – plays a very significant role in our ascent towards the Ultimate by creating in us the original condition that prevailed before creation. "But where can we find such environment in these days when we see it completely vitiated ?" is a probable question which could be posed by many. The reply is that each one of us – the abhyasis of Sahaj Marg or any sadhaka of spirituality for that matter has to create such an environment by our own effort We must either bodily oppose or completely neglect the onslaught of the vicious environment and shine in the world as examples of transformation through Master's transmission. Only then will this message of our beloved Master becomes true. Otherwise, we would prove ourselves guilty of betraying our beloved Master whose love for us knows no bounds and who has been cherishing the desire that we would come up to His expectation.

Let us all pray to Master to give us sufficient strength to cast off the differences and create an environment congenial for our spiritual development and attainment of goal and to testify the truth of His message, ✲

In the Service of the Divine Master

For your requirements of Insurance and Investment needs please contact:–

Shri S. Viswanathan

114, Swamy Naicken Street
Chintadripet,
MADRAS – 600 002

Ref. No, 2129 Date 10-5-82

To,

All the Zonal Secretaries in India.

Dear Brother,

To commemorate the successful completion of 25 years of publication of our "Sahaj Marg" Patrika (Journal), it is decided to bring out "The Silver Jubilee Number" – A Special Issue – befitting the occasion, in the ensuing month of November, 1982,

In this conext, all the Abhyasi readers are requested to contribute articles of interest in Hindi and English fairly in advance, so that, they may reach the Press latest by the 1st week of October, 1982.

The articles may primarily be based on the experiences of the Abhyasis, stating how they are kindly blessed into the fold of Shri Babuji Maharaj, their "Anubhav" in their regular Sadhana, and happenings of note in their daily life, justifying the System – Sahaj Marg.

Various practical aspects of Sahaj Marg, that corroborate with one's practice and progress on the Path may kindly be reported for publication, fot the general benefit of all.

In writing down the articles, the scholar members' attention is particularly invited to the practical observation side of Sahaj Marg instead of being theoretically oriented since the later. is amply provided in the Mission's Publications (Literature).

The Members of long standing in the Mission, definitely have a fund of information with them gathered during several years of training imparted to their associates and have much to say about.

If they are pleased to afford a little time and attention with love, they can translate their experiences into worthy sayings in print,

Thus, the Silver Jubilee Issue gains its importance becoming duly commendable as a practical guide or a Vade-mecum in the hands of every Abhyasi sister and brother.

Anticipating the loving co-operation of one and all on this Memorable Occasion.

Yours affectionately

Sd. J. R. K. Raizada

Copy to:-

1. The General Secretary, Madras
2. The Joint Secretary, Shahjahanpur
3. The Secretary, Overseas Centres, Malaysia
4. The Manager, Sahaj Marg Press, Shahjahanpur for information and publishing it in May Issue.

Sd. J. R. K. Raizada
Superintendent
Publication Department

Extract from a Letter Addressed to a Foreign Preceptor from Shri Prakash Chandra Saxena

Ref. No. 2351 Dated 3-6-82

Dear Brother,

The copy of the letter attached with your letter referred above, written by Brother K.V. Reddy is a remarkable attempt to disclose the system of Sahaj Marg as well as the responsibilities and duties of a Preceptor, and I am happy that you have grasped the very idea which will help you further, in further stepping into the Mission's work.

Master's explanation about discipline is very marvellous and it is never expected to be at the expense of love and devotion. It is needless to say that, as much as the Preceptors, as the Abhyasis are devoted towards the Master, greater is the chance of their being disciplined in their services towards the Master and the Mission.

In the nutshell, we should cherish and long to be a perfect Abhyasi before performing the job of a Preceptor.

I am happy that you all try to follow the salient features of Sahaj Marg and wish you that it may make you reach the GOAL.

Please convey my respects to all abhyasis there.

With Blessings from Revered Master and my own Best Wishes,

Your affectionate brother

Sd. Prakash Chandra Saxena

LETHARGY

Sister R. Srimathi, Ahmedabad.

I was of this very strange conviction until very lately that my lethargy was restricted to the material plane only. My eyes were opened the other day to the fact that I am equally lazy in the spiritual field.

Introspecting and analysing, I find laziness an inherent quality. To give an instance, our local preceptor once remarked that one should practise tuning inwards of one's mind during such vague formalities like drawing-room conversations etc. It is best not to get lost in it.

I have tried it often but many times have not been able to maintain Master's thought constantly. It wasn't because the conversation was interesting or that I had to play a major part in it. Well, it was just that I was not alert or rather laziness had got hold of me.

During my school days, I used to study at the llth hour of the exam. and in that feverish mood would think: "Oh ! I wish I had studied earlier".

I find this tendency manifesting itself in the spiritual plane also. At night ruminating over the day's incidents it has very often been- "I could have remembered Master more often". Well, then, why didn't I ? It wasn't that the job was very tough or mentally so engaging that remembrance was impossible. It was just inertia quite in tune with the scientific definition of 'the capacity of a body at rest to remain at rest and that of a body in motion to remain in motion.' So, when we allow our mind to be engaged in our material pursuits and fail to tune it inwards, it is sheer laziness or inertia. To quote from one of Master's Divine sparks :

" I do want that all of you may emerge as the Sun in the field of spirituality but it is possible only if the reflection of the earth is not allowed to be cast on the Sun and

is feasible only if you work out your orbit accordingly. When can the orbit be made ? Only when you straighten out the movement and when the destination is in full sight. And when is the destination always in full sight ? When you become entirely His. When can you be His ? When you lose yourself completely. When can you lose yourself ? When there is no thought in the heart other than of His. And when is this possible ? Through practice. How does practice become ? By love and interest. How are love and interest born ? By thinking repeatedly. How repeated thinking becomes possible ? Through determination. And when is it possible to make a firm determination ? Only then, when you gird up your loins to sacrifice your rest and pleasure and say good-bye to lethargy''.

Thus, we see that Lethargy is cancerous and ought to be nipped in the bud. It can hamper our spiritual progress, in a very big way. if it is allowed to grow.

May Master grant us the perseverence and strength to grow spiritually by avoiding poisonous elements like Lethargy.

—oOo—

I regret to say that most of our fellow associates remain too much occupied with their own self, attaching to it the greatest importance. Innumerable lives have gone by but our return to the 'homeland' could not be effected yet. And even now the craving for that does not seem to have revived in the heart.

* * * *

I wonder why their hearts are not moved even though I remind them of it so often. Perhaps it is due to some of my own shortcomings. [Voice Real]

– Pujya Babuji.

ABHYASI'S EXPERIENCE

Bro. K. R. S. Rangarajan

'Constant Remembrance' in Sahaj Marg sadhana is most important and valuable to an Abhyasi.

Our Master has said many a time that spiritual progress to the end to reach the goal 'One-ness' with God is guaranteed in Sahaj Marg for true seekers whereas, no promise is made regarding material progress.

In this context, I would like to narrate my own experience concerning Constant Remembrance.

After attending our Rev. Master's 81st Birthday celebration at Delhi, I returned to my place with various thoughts about Master and Sahaj Marg. All along, the most pressing question was; why should not our Master at one stroke take the entire humanity along with him to 'The Ultimate'? Subsequently after going through the literature of Sahaj Marg and repeating the pages and after long satsangs with preceptors, I could just know the Fundamentals of Sahaj Marg and the Yogic benefit extended to mankind by our Beloved Master.

Three months elapsed after the visit to Delhi. One fine morning on July 27th 1980, I was returning to my official headquarters (Srisailam Project-A. P.) from Tirupathi in my own sister's car, self-driven. A helper was also accompanying me for assistance. I was almost in the vicinity of Srisailam Project, only about 8 kms left over, having completed 45kms. of thick forest Ghat roads. The 8 km left over, is the starting point for descending the height of about 3,000 ft. to reach the Project Colony. The car had just entered the downward gradient when the brakes suddenly failed. At the mere mention of the break failure, the helper by my side jumped out of the door in a second, leaving me and the car to our fate.

At first, I also felt like jumping out to save my life. But the car had

already picked up speed and chances of jumping out for mechanical death was quite certain. However, it was at this juncture that I forgot everything and just prayed to Master not for my life, but for saving the car from total collapse as the car I was driving was not my own but my sister's who had entrusted the responsibility to me to hand over to a gentleman at Hyderabad for a sale deed.

What a wonder ! What a miracle ! The Master was there; saved not only the car but me also. All in a flash of (twinkle of) an eye. The way the car came to a dead stop is nothing but a miracle of the Master. Even after two days of repairs to the brakes of the car by competent mechanics, none could dare to move that car. But I had no difficulty in taking it out safely after repairs.

This is an eye-opener to all our Abhyasis to show that Constant Remembrance of our Revered Master is the only way to quicker and faster approach of our Goal in Sahaj Marg.

—o8o—

Constant remembrance of God is of course, a special feature in spirituality. The method for cultivating constant remembrance is to think with firm conviction during your leisure hours whether in office or at home, in the street or in the market that God is pervading all over and everywhere and you are thinking of Him. Try to remain in the same thought as long as you can.

❀ ❀ ❀ ❀

If you cultivate this feeling and maintain the outlook that your Master is doing every thing in your place, you shall not only be in constant remembrance all the while, but your actions will cause no impression whatsoever and so you will cease making further Sanskaras. (Sahaj Marg Philosophy)

— Pujya Babuji.

The Gujarati Translation of the Mission's Books for Sale.

★

(1) Parodhe Param Tatva Rs. 10/-
(Reality at Dawn)

(2) Sahaj Marg - na - Das Niyamo -ni-Samjuti Rs. 7/-
(Commentary on Ten Commandments of Sahaj Marg)

(3) Rut Vani Rs. 20/-
(Voice Real - Selection I)

(4) Abhyasy nu Kartavya Rs. 4/-
(Role of Abhyasi in Sahaj Marg)

(Nos. 1, 2, & 4 with Plastic Jacket & No. 3 Calico Bound.)

Copies available at :-

Shri Kantilal V. Patel,
Zonal Secretary, Zone No. 4
'Sahaj' 5, Pragati Society.
Navarangapura. Ahmedabad -
Pin : 380 009

PROCEEDINGS

★

Proceedings of the Publication Committee held on 30-1-1982.

The Publication Commitee, Shri Ram Chandra Mission, Shahjahanpur has nominated the following persons constituting a Panel of Consultants for introducing improvements and desirable changes on various aspects of the Sahaj Marg Patrika with effect from 30.1.82

(1) MS. Barbara Jeanne Levin (America)

(2) MS. Brigitte Smith (W. Germany)

(3) Mrs. Renuga Thurairajah (Malaysia)

(4) Mrs. Bairbre Madden Reddy (Ireland)

J. R. K. Raizada
Supdt. Publication Dept.

✲ PRESIDENTIAL ORDER ✲

Ref. FAPR/57/1810 Date 13-4-82

The word "Preceptor-in-charge" is long sounding and therefore, dropped. It is replaced by 'Centre-in-charge', who is rightly pledged and creeping only to the bud facing towards above, waiting for Him and others.

So, the word "Preceptor-in-charge" wherever occuring will henceforth be replaced by the word "Centre-in-charge".

Ram Chandra
President
Shri Ram Chandra Mission

Shahjahanpur (U.P.)
India

Copy to:-

1. Shri P. Rajagopalachari, Gen. Secy., Madras
2. Shri Kashi Ram Agarwal, Jt. Secretary, Shahjahanpur
3. Shri K. V. Reddy, Secy., Overseas Centres, Malaysia for information to all Overseas Centres.
4. All Zonal Secretaries in India, for circulation to all the Centres in their charge.
5. All Centres-in-charge of Accounting Centres.
6. For Printing in the Magazine for information of all.

CIRCULATED BY ORDER OF THE PRESIDENT

Sd. J.R.K. Raizada
Secretary to the President

श्री बाबूजी का ८३ वाँ जन्मोत्सव

सूरत अप्रैल ३०, १९८२ ई०

☆ सद्गुरु का सन्देश ☆

प्रिय बहनों और भाइयों,

देहधारी को तकलीफ है। फिर भी हम देह के इस कदर पीछे पड़े रहते हैं कि यह चीज आखिर तक नहीं छूटती, बल्कि फिर पैदा होने का जी चाहता है। यह और बात है कि मालदार घर में पैदा होने का जी चाहे या किसी राजा के यहाँ। मगर भाई, जहाँ पर कि नाम आ गया, तकलीफ शुरु हो गयी, चाहे वह कितने ही सूक्ष्म साँचे में ढली क्यों न हो।

किन्तु हमारी महफिल कुछ और है। हम (मनुष्य) वहाँ हैं, जहाँ से हमको खुद हमारी भी कुछ खबर नहीं आती, अर्थात् वह स्थिरता हममें प्राकृतिक रूप से मौजूद है, जहाँ समासम का एक भाव कह सकते हैं। हर चीज की पैदाइश इसके बाद हुई है। दूसरे अर्थ में हम उस समय थे, जब कि ब्रह्मा, विष्णु, और महेश की उत्पत्ति भी न थी। अब वहाँ पर क्या है? बड़ाई! नहीं!! मंजिल, जिस पर पहुंचना है, क्या है ? छोटाई कहें छोटाई कैसी, कि हमको खबर न हो। और भाई यही असल चीज है।

अगर हम अपने आपको बड़ा समझते है तो उस बड़ाई में जिस पर हमें पहुँचना है, हम एक दीवार हायल कर देते हैं, जो सद्द राह बन जाती है। नुकसान क्या? जब बड़े बनते हैं, दूसरों को छोटा समझने लगते हैं। अब वह राह भी बन्द हो जाती है, जिस पर हमको चलना है। हम किधर के ही न रहे। किसी को ख्याल पैदा होता है कि किसी खास तरीके में हम किसी से बड़े हैं। उसकी विभिन्न सूरते हो जाया करती हैं। ख्वाहमख्वाह हम अहंकार को पक्का कर लेते हैं और उसमें कुछ नहीं मिलता। अपने ख्याल में मियाँ मिट्ठू बन लेते हैं, और उसमें बहुत कुछ खो बैठते हैं।

गर्दन तानना एक ऐब है, और यह जब तक दूर नहीं होता, उस समय तक अपने तल्ले की उसको खबर नहीं होती। तल्ले से मेरा मतलब यह है कि जब यह ऐब इन्सान कतई दूर कर लें, तो इसके बाद जो हालत आती है, उसका इस शब्द से तर्जुमा किया गया है। इस

हालत में रहना शराफतें इन्सानी हैं। यह चीज जब गाढ़ी हो जाती है, तो मिस्कीनी सिफत के दायरे में आ जाती है। जब यह हालत बन गई, तो फिर वकाई वह बन्दा बन्दा हो गया। ऐसी हालत बनाने के लिए सैकड़ों तबज्जह और दुआएँ की जातीं हैं। इन्सान को अपने स्तर से कभी बाहर नहीं होना चाहिए, और वह स्तर उबूदियत कहलाता है, और बन्दे के लिए यहर लाजमी शै है। यहीं पर, जैसा कि मैंने बहुधा लिखा है, अहंता से बहुत कुछ सुबुकदोशी हो जाती है। मतलब इसके बाद सिद्ध होता है। अधिक अच्छा तो यह है कि आप जो कुछ भी हैं, मय उसके आप उस तरफ जावें, यानी कोई चीज ऐसी न रहे, जिसका रुख उस तरफ न फिर जावे, यानी मय कुल लवाजेमात जिस्मानी व रुहानी–जो कुछ भी है, इस तरह से उसके सुपुर्द किया जावे कि आप में सिवाय याद के कोई चीज बाकी न रह जावे।

अब सवाल पैदा होता है कि यह हालत कैसे पैदा हो। भाई, वही चीज 'याद' सब कुछ पैदा कर देती है। अगर याद मौजूद है, तो समझ लीजिये कि जिसकी याद है वह आपके निकट हैं। निकटता जरा याद तेज कर के बढ़ने दीजिये फिर देखिये क्या लुत्फ और सुरूर पैदा होता है, बलिक यह चीज वहाँ पहुँचने के लिए किस कदर जल्दी करती है। जब यह चीज इस हद तक पहुँच गयी, जहाँ से शुरूआत है, यानी कहीं इसने उस मैदान, क्षेत्र या पायरे को छू लिया, समझ लीजिये कि यार के दरवाजे की कुण्डी खटखटाने लगे। जब उसकी समझ में आ गया कि वाकई यह मेरा मुतलाशी और मुहब्बत करने वाला है, तो यह लाजमी शर्त हो जायेगी कि वह आपके निकट आ जावे, और उस बन्धन को तोड़ दे, जिसने मकान के अन्दर जाने से आपको रोका है। भाई करके तो देखो, तब मालुम हो जायेगा कि यह चीज क्या है।

अब यह बात हाँसिल होने लगी, तो आप ईश्वरीय गुणों को प्राप्त कर लेंगे। अब सिफत पर पहुँचे। यूं कहो कि धूप में आये। मालुम हो गया कि यह रोशनी सूरज की हैं। इससे पहले हमें सिर्फ अपनी सिफतों की खबर थी। आपकी तैराकी अब उस चीज में होने लगी, जो ईश्वर के बिल्कुल बाद है, यानी ठीक उसके बाद। यहाँ तक तो आ गये, और आगे बढ़ने की खुशखबरी मिलती है। जब याद इस हद तक तरक्की कर जाती है कि उस याद का पता नहीं रहता, तो याद की शक्ल दूसरी हो जाती है, और यह उससे आगे बढ़ने पर पता चलता है: 'जिसको जितना होश है, उतना ही वह बेहोश है।' इसको खोलना कब्ल–अज–वक्त होगा। इसकी खुशखबरी उस हालत पर आने पर उस समय मिलेगी, जब आप वहाँ जाने के लिए खुद–ब–खुद प्रयत्नशील होंगे। बैसे सीधी सादी बात तो यह है कि जो कुछ हो, सब उसको दे डाले: "शीश दिये यदि हरि मिले, तो भी सस्ता जान"। बुजुर्गों ने तस्लीम–व रजा की हालत को आत्म समर्पण समझा है। एक नुस्खा अब मैं बताता हूँ-बस 'तड़प' उस तक पहुँचने की–। अगर शुरू में असल पैदा न हो तो उसकी नकल ही करें। दीवाने कीं कोई शख्स लगातार नकल करता रहे, तो लाजमी तौर पर वह दीवाना हो जायेगा। इसी तरह यदि उस तक पहुँचने की तड़प की नकल ही इन्सान करता रहे, तो आखिर में असल प्राप्त होकर रहेगी। आमीन !

रामचन्द्र

दिनाँक ३०–४–१९८२

अध्यक्ष:
श्री रामचन्द्र मिशन
शाहजहाँपुर (उ० प्र०)

'कर्म' का भौतिक एवं आध्यात्मिक स्वरूप

(भाई शिवप्रसाद खेतान जी, तिनसुकिया, आसाम)

'कर्म' शब्द 'कृ' धातु से निकला है जिसका अर्थ है 'करना'—यह इसका भौतिक स्वरुप है। जब हम 'कृ' का अर्थ 'होना' के अर्थ में लेते हैं तब इसका आध्यात्मिक स्वरूप प्रदर्शित होता है। 'करना में इच्छा का समावेश रहता है तथा शोर-शराबा, अस्थिरता और अशान्ति है जो स्थूल शरीर का गुण है और 'होना' में नीरवता, स्थिरता और शान्ति है जो आत्मा का गुण है। 'होना' सृष्टि क्रम की व्यवस्था के अन्तर्गत है जिसमें इच्छा का समावेश नहीं रहता।

इस स्थूल भौतिक जगत में कोई भी होने वाली घटना पहले सूक्ष्म जगत में घटित होती हैं और फिर बाद में वह स्थूल जगत में प्रकट होती हैं। अगर ऐसी बात है तो इस इस घटना को करने वाले हम कौन होते हैं ? उस घटना में हम अपनी इच्छा का समावेश करके तथा अपने 'अहम्' का योग देकर अपने को उस 'घटित कर्म' का कर्ता मान बैठते हैं। यही एक बन्धन है जो 'आत्मा' को संस्कारों के आवरण में लपेट कर उसे आवागमन के चक्कर में फंसाये रखती है अन्यथा जो कुछ हुआ, हो रहा है, या होगा, वह यूँही अपने क्रम में चलता रहता है।

'कर्म' जीव की अभिव्यक्ति है। कोई जीवन अपने को व्यक्त किए बिना नहीं रह सकता, इसलिए हर शरीरधारी अस्तित्व को कर्म करना पड़ता है। बहुत से ऐसे कर्म हैं जिनमें हम अपनी इच्छा का योग नहीं देते जैसे श्वास-प्रश्वास, पाचन-क्रिया, इत्यादि। बहुत से ऐसे कर्म है जिनमें हम अपनी इच्छा का योग देकर भी उस कर्म को घटने से रोक नहीं सकते जैसे हम बूढ़े हो जाते हैं, दाँत गिर जाते हैं, दाँतो में खराबी पैदा हो जाती है वगैरह-२। दर असल, हमारा अस्तित्व हमारे संस्कारों का मूर्तरूप है। जिसके जैसे संस्कार होते हैं उनको वैसा भोगना ही पड़ता है—अच्छे संस्कारों के कारण सुख और आराम मिलता है जबकि बुरे संस्कारों के कारण दुख और क्लेश भोगना पड़ता है। संस्कार-जनित कर्म में हम अपनी इच्छा का समावेश करके अपने को उस कर्म का कर्ता मान बैठते हैं और सुख अथवा दुख भोगते हैं।

अब स्थिति यह है कि अगर हम किसी वस्तु को प्राप्त करने का प्रयत्न ही न करें तो वह वस्तु अप्राप्य रह जायेगी। इसका उत्तर यह है कि प्रयत्न भी अपने आप यूँही अपने क्रम में होता रहता है। यदि वह वस्तु प्राप्त होने वाली हैं तो उसके प्राप्त्यार्थ प्रयत्न भी अपने आप होने लगते है और यदि वह अप्राप्य है तो सर्व-प्रथम प्रयत्न ही नहीं होगा और यदि हुआ भी तो हम कितना भी प्रयास क्यों न करें वह वस्तु प्राप्त होने वाली नहीं है।

हमारी इच्छा हमारे मन की एक खुज-लाहट मात्र है और जब तक वह इच्छा पूरी

नहीं हो जाती तब तक यह कुरेदन अपना काम करती रहती है। हमारे अपने संस्कारों के प्रभाव के अन्तर्गत जो होना होता है वह होता है और जो नहीं होना होता वह नहीं होता। हमारे माध्यम से जो भी कर्म घटित होते हैं वे हमारे जन्म जन्मान्तरों के संचित संस्कारो का परिणाम है। एक नाटक के दृष्टान्त द्वारा इसे अच्छी तरह समझ सकते हैं। एक नाटक में व्यक्तियों को अलग अलग पार्ट दिया जाता है–कोई राजा होता है तो कोई भिखारी। अगर भिखारी अपना पार्ट अच्छी तरह निभाता है तो उसे मान इज्जत और मेडल मिलते हैं, और दूसरी तरफ अगर वह राजा अपना पार्ट अच्छी तरह नहीं करता तो उसे भर्त्सना और व्यंग मिलता है। इस नाटक में राजा और रंक दोनों की स्थिति एक जैसी है। इसी तरह हमारे संस्कारों ने हम लोगों को इस संसार में अलग अलग पार्ट दिया है। हम जिस परिस्थिति में जैसे भी हम हैं उसे भगवान का आशीर्वाद मानकर अगर उसी हाल में खुश रह सकते हैं, तो हम अपना पार्ट अच्छी तरह निभाते है और हमें भगवान से प्रसाद मिलता है। जहाँ सिर्फ आनन्द ही आनन्द का साम्राज्य रहता है, और दुख तथा क्लेश का नामोनिशान तक नहीं रहता।

समाधि में जाते समय alert रहना चाहिए नहीं तो जो thought उस समय होता है, समाधि के आखिर तक artesr रहता है।

लोग मए comfort के God के पास पहुँचना चाहते हैं वहाँ rejection हो जाता है।

लोग अल्लामियाँ के पास भी जाते हैं तो प्रोग्राम अपना ही रखते हैं। उसकी कोई मर्जी नहीं रखते।

बसन्त पर ३ दिन में इतना मिल जाता है जितना अपने प्रयास से तीन साल में।

आप अगर यह ख्याल करेंगे कि मैं आपसे नाराज हूँ तो वाकई मैं नाराज हूँगा।

मैंने latest formula लोगों के सामने रखा है और कहीं लिख भी दिया है कि meditation में dependency सही मानो में feel करें तो देखें १४ दिन में क्या effect हो जाता है।

Pen–ultimate का meditation Ultimate तक नहीं पहुँचाएगा।

Ultimate तक पहुँचने के लिए Ultimate से ही transmission चाहिए।

(पूज्य बाबू जी महाराज)

अभ्यासी का अनुभव

(बहन वृजबाला ठाकुर जी, मेरठ)

यूँ तो सहज मार्ग में मेरा जन्म हुए करीब एक वर्ष से ज्यादा हो गया है, पर लगता है हमेशा ही मैं इसी में थी। इसी से लगता है कि कुछ विचार लिखूँ। पर जब लिखने बैठती हूँ तो विषय इतना बड़ा लगता है कि, कुछ लिखना सँभव नहीं लगता। या फिर लगता है, कि यह इतना संक्षिप्त है कि कुछ भी लिखने की जरुरत नहीं। मैं अपना यह लेखन प्रयास श्रीबाबू जी महाराज को अर्पित कर कुछ टूटे-फूठे शब्दों में अपने दिल के उद्गार प्रकट करने की चेष्टा कर रही हूँ। अगर कुछ गलत हो तो मेरा क्षमा शील मालिक उसे क्षमा करे।

श्री बाबू जी महाराज और सहज मार्ग का परिचय मुझे पिछले वर्ष श्री वाई. के. गुप्ता जी द्वारा भेजे गए निमन्त्रण-पत्र से प्राप्त हुआ था, जिसे देखकर मेरे हृदय में सहज मार्ग को देखने की इच्छा पैदा हुई। पर उन दिनों मैं बड़ी इच्छा रहते हुए भी वहाँ तक न जा सकी जहाँ बाबूजी महाराज का जन्म दिन मनाया जा रहा था। उन्हीं दिनों मेरे पतिदेव बहुत अधिक बीमार हो गए थे। लगता था, उनका बचना ईश्वर की कृपा से ही सम्भव हो सकेगा। मैं बैठी-बैठी खूब रो रही थी और ईश्वर को याद कर रही थी कि मुझे इस संकट से आकर उबार ले। जीवन की बाल्यावस्था से ही मुझे ईश्वर की ओर बड़ी, आस्था थी। अतः शुरु से ही, पूजा व्रत अनुष्ठान करती रहती थी। उम्र के साथ-२ वह बढ़ते ही चले गए। मैं बहुत वहमी और सनकी होती गई। हर दिन के हिसाब से पूजा व्रत करनी, तीर्थ स्थानों की यात्रा और देवी देवताओं के मन्दिरों के प्राँगणों में चक्कर लगाते-लगाते परेशान हो गई। परन्तु कोई लाभ न हुआ। बस, इतना ही मुझे लगता कि मैंने कुछ किया है पर बढ़ती पूजा के साथ मानसिक अशांति भी बढ़ती ही चली गई।

जब मैं उस उत्सव में पहुंच नहीं सकी, तो मुझे बड़ा दुःख हुआ कि इतना बढ़िया अवसर हाथ से निकल गया। फिर मन से मैंने कहा- "अगर आप ऐसे ही महान है तो क्यों नहीं मुझे ही अपने पास बुलवा लेते।" कह तो दिया, पर सोचा ऐसा काम कभी सम्भव हो सकेगा ? मेरे आश्चर्य का ठिकाना न रहा जब दूसरे ही दिन प्रातः आँख खुलते ही मेरे दरवाजे पर एक व्यक्ति खड़ा मिला जो मुझे देखते ही बोला-"क्या आप ही एक्सपर्ट साहब हैं ?" मैंने कहा हाँ कहिए क्या काम है आपको ?" वह बोला-"मुझे एक केस में आप की जरूरत है ! क्या आप शाहजहाँपुर कचहरी कल चल सकेंगीं।" मैंने कहा-"क्यों नहीं मैं अवश्य चलूँगी।" निर्धारित फीस जमा कर वह चला गया। मैं मन ही मन बड़ी खुश हुई- जिनका बड़ा नाम सुना था-अब देख भी लेंगे उन्हें। मेरी कल्पना बड़े-२ साधु महन्त-खूब कीमतों पोशाकों में किसी राजा महाराजा की तरह सजे-धजे पचीसियों चेलों से घिरे कीमती भगवा वस्त्रों में लिपटे हट्टे-कट्टे नौजवानों की तरह दीखने वाले गुरुओं की तरफ पहुँच गई, जो अपने शिष्यों के बीच अहंकार दीप्त चेहरे लिए हुए, अधिक से अधिक चढ़ावे की आशा रखने वाले सन्यासियों की तरह थे, जिन्होंने घर संसार तो त्याग दिया था परन्तु, सन्यास में भी उन्हें

दुनिया भर का ऐशो–आराम पसन्द था, जो कभी-कभार अपने बढ़िया चढ़ावा चढ़ाने वाले धनी शिष्यों को एक आध चमत्कार दिखाकर निहाल कर देते जो ऊँची फीस से ही ऊँचे दर्शन देते। दर्शन के भी रेट थे। खैर, दूसरे दिन मैं स्थानीय डिप्टी कलक्टर को साथ ले पूज्य बाबू जी महाराज के निवास स्थान पर पहुँच गई। एक साधारण परन्तु बड़े से मकान के सामने जीप रूकी, तो मेरे आश्चर्य का ठिकाना न रहा जब उन्होंने कहा–"आपकी मन्जिल आ गई आप नीचे उतरिए !" सामने ही जाकर डिप्टी साहब ने श्री बाबू जी की चरण धूलि माथे पर लगाई, जो आँगन के बरामदे में बैठे हुए हुक्का पी रहे थे। कुछ कुर्सियों पर अन्य लोग बैठे हुए थे। मैंने उन्हें देखा, तो कुछ भी कहना भूल गई। मेरी कल्पना के विपरीत वह श्वेत–साधारण वस्त्र पहने एक गृह पिता की तरह लगे, जो आडम्बरहीन वातावरण में एक दम फरिश्ता जैसे दिखे। जिन्हें हम अति साधारण और अति सुकोमल स्वभाव वाले खूब प्रेम और विश्वास वाले सज्जन कह सकते हैं। उन्होंने मुझे पास बिठाया–तो देखते ही मैं एक ही साँस में अपने दुःख–व्यथा की कहानी कह गई। मैं बोली "ईश्वर ने मेरे साथ बड़ी बेइन्साफी की है, मैं दिन-रात उसकी पूजा अर्चना करती रहती हूँ, पर वह है कि मुझे केवल दुःख ही दुःख देता जा रहा है। मैं अब उससे छुटकारा पाना चाहती हूँ। उसने मुझसे बड़ी बेइन्साफी की है।" मैंने उनसे इस प्रकार नालिश की मानों वह अभी जाकर भगवान की जवाब तलबी कर देंगे। मैंने देखा, वह मेरी सब बातें धैर्य पूर्वक सुनते रहे। आखिर में वह बोले "सब ठीक हो जायेगा, तुम सहज–मार्ग साधना पद्धति जान जाओ तो।" उसी दिन प्राणाहुति से मेरा नया जन्म हुआ। मैं मेरठ ऐसे पहुँच गई, जैसे दस घण्टे का सफर न होकर एक ही पल का हो। उस दिन से यह महसूस हुआ कि, मैं किसी मेले में खो गई थी, और अब अपने घर पहुँच गई हूँ, जहां कोई मेरा बाल भी बाँका नहीं कर सकता। अगर करेगा भी तो मुँह की खायेगा। मुझमें एक नई चेतना साहस और खुशी की लहर दौड़ गई। जीवन में आशा का सँचार हुआ। मेरा जीवन नया हो गया और ईश्वर प्राप्ति का लक्ष्य साकार हो गया।

श्री बाबू जी महाराज की सादगी और प्रेम ने मुझे एक दम बाँध लिया। लगा मैं ईश्वर के समक्ष पहुँच गई हूँ ! निराकार ईश्वर की आराधना करने की क्षमता मुझमें नहीं थी, मैं किसी साकार से ही प्रेम कर सकती थी, कल्पना परिलोक ईश्वर से नहीं। इसी से मुझे लगा यही ठीक है। कितना अपनापन है उनमें, इसी से सब कुछ उनसे कह देने में ऐसा लगा ! वह जरूर मेरा जन्म सुधारेंगे। ऐसा विश्वास अब तक मुझे कभी किसी पर नहीं हुआ था, जैसा कि श्री बाबू जी महाराज को देखकर हुआ। वह मुझे ईश्वर का प्रतिरूप लगे। धीरे–धीरे मेरी पूजा प्रगति करती गई मुझमें नया परिवर्तन होने लगा। पहले वाली बिगड़ैल बछिया सी मैं जो हर समय हर किसी से टक्कर लेने को तैयार रहती अब क्षमा शील और सुशील हो गई। गुस्सा जो मेरी नाक पर बैठा रहता था, अब जाने कहाँ गायब हो गया, गर्व से जो मेरी गर्दन तनी रहती थी अब झुककर चलती, नम्रता और प्रेम बाँटती मैं, शत्रु का भी मँगल चाहती। पूजा–व्रत नियम सब संस्कार एक के बाद एक अपने आप पीछे छूटते चले गये। एक वर्ष के भीतर सब अवान्छनीय सँस्कार खुद धुलकर साफ हो गए। ईश्वर प्राप्ति का रास्ता मुझे स्पष्ट दीखने लगा। और एक आशा यह भी बँधी कि मंजिल चाहे कितनी भी दूर रहे, सही रास्ते पर चलते–चलते मिल ही जायेगी, चाहे उस रास्ते में कितनी भी कठिनाईयां और बाधाऐं आयें। अब भटकन खत्म हुई क्यों कि अब कोई है, जो हाथ पकड़ कर मंजिल की ओर ले जा रहा है। बड़ा पश्चाताप हुआ मुझे सोचकर कि, क्यों न मैं पहले ही बाबू जी महाराज से मिल गयी होती, तो इतने वर्षों में तो न जाने कहाँ पहुँच गई

होती। पर हर वस्तु समय आने से पहले मिलती ही कहाँ है ?

अब तक अपने आस—पास जितने भी महान और उच्चकोटि के कहे जाने वाले बहु—चर्चित गुरु–सन्यासी–देखे थे, सभी: चाहे कितने भी पहुँचे हुए और चमत्कारी हो सकते थे, अपने आप में ही, परन्तु किसी का भी अपने शिष्य का इस प्रकार जड़ से ही मूल रुप से परिवर्तन करा देना असंभव था। यहाँ पूज्य बाबू जी महाराज के असंख्य शिष्य प्राणाहुति लेते ही स्वयं में वह शक्ति प्राप्त कर लेते हैं जो वर्षों की साधना में भी न प्राप्त हो सकती थी। हर अभ्यासी का काया कल्प स्वयं ही होने लगता है। ऐसी प्राणाहुति का तरीका दुनियाँ में क्या कहीं है ! और इतने युगों में क्या संभव था ? मैं सचमुच बड़ी भाग्यशाली हूँ जो मैंने पाया श्री बाबू जी के चरणों में धाम। श्रापित आहिल्या की भाँति मेरा पत्थर शरीर प्राणाहुति द्वारा सजीव कर दिया, शापमुक्त कर दिया।''

उन्होंने ही कहा था कि ईश्वर इतना सीधा—सादा है कि सहज तरीके से ही उसे पाया जा सकता है। उसकी सादगी ही उसका नकाब बन गई है। कैसी सुन्दर और अनूठी बात है। एक हम हैं कि ईश्वर को बाह्य आडम्बरो और वैभव में ढूँढ़ते फिरते हैं। अब तक हम रेत में ही हाथ पैर मारते रहे और एक पग भी आगे न बढ़ सके। उनका कहना सही है। कि लोग सुई को क्रेन की सहायता से उठाना चाहते हैं। तभी तो ईश्वर उनके अन्दर रहकर भी उनसे दूर हैं।

ईश्वर को हम अपने आप से अलग हटाकर देखने के आदी हो गये हैं। तभी तो हम गलत दिशा में चलते जाते हैं। उससे मिलें तो कैसे ! और भी दूर होते जाते हैं जब कि वह हमारे हृदय में ही विराजमान है, उसे अन्दर झाँककर देखने की कोशिश नहीं करते। यह सहज मार्ग देकर श्री बाबू जीने अध्यात्मवाद में एक नया क्रान्ति कारी मोड़ दिया है। एक नई दिशा प्रदान की है। मैं अब तक सोच भी नहीं सकती थी कि ईश्वर प्राप्त करने का रास्ता इतना सहज और सरल हो सकता था। उन्होंने अपनी पुस्तक Reality at Dawn में कहा है–धर्म का अंत ही आध्यात्मिकता का उदय है, आध्यात्मिकता का अंत वास्तविकता का उदय है तथा वास्त—विकता का अंत ही यथार्थ आनन्द है। किन्तु वह भी जब समाप्त हो जाता है तो हम लक्ष्य पर पहुँचते हैं। कहाँ मिलती है ऐसी विचारक बातें। मुझे साफ-साफ जाहिर हो गया कि पुरानी बातें जो कही गई थीं वह अर्थ हीन थी। कठिनाई की जो तस्वीर हमारे ग्रन्थों ने खींची थी वह दर असल सही न थी। इतना–सहज निष्कंटक मार्ग और गुरु कृपा में विश्वास रखकर ही बढ़े चले, इस सहज मार्ग पर मंजिल जरुर मिलेगी।

छोटे-छोटे चमत्कारों को देखकर हम किसी गुरु की शक्ति से बड़े प्रभावित हो जाते हैं। पर क्षमाशील बाबू जी महाराज, आपमें तो मैंने देखा है कि एक दृष्टिपात से ही आप किसी व्यक्ति के भी जन्म-२ के सँस्कार काट सकते हैं ! जीवन बदल सकते हैं श्रापित जीवन से मुक्त कर सकते है, चाहे जन्मों का हो आप तो पारस हैं जो पत्थरों को हीरा सोना बना देते हैं। जो भी आपके समीप आया वह दानव से देवता बन गया। असंख्य अभ्यासियों की निजी गतिविधियों पर आप कड़ी नजर रखते हैं उनके चरित्रों की रक्षा करते हैं। उन्हें भटकने नहीं देते। गिरने नहीं देते।

आधुनिक योगा जो कुछ शारीरिक क्रियाओं व चमत्कारों का मिश्रण है' जो विदेशों में और अपने देश में, बड़े—२ गुरुओं की छत्रछाया में महामारी की तरह फैल रहा है। यह मँहगा और फैशन परस्त योग अति मँहगा होने के

कारण केवल कुछ लोगों की विलासप्रियता का प्रतीक बन गया है। हमारे फैशनेबल समाज ने योग की उपयोगिता समझी और, अब उसकी दिनचर्या में ब्यूटी पार्लर या क्लब जाने की तरह योग की क्लासेज ज्वाईन करना भी शमिल हो गया है। यही कारण है कि योग के नाम पर आधुनिक महर्षियों, भगवानों, और बाबाओं की दूकानदारी अच्छी खासी चलने लगी है। अपने योग की इस लोकप्रियता और आधुनिकता पर पंतजलि खुश होते या दुःखी, यह अनुमान लगाना कठिन नहीं, लेकिन आज के योगियों ने डालरों के एवज में योग के आसान नुस्खे बनाकर बेचने शुरु कर दिये हैं। पर योगाभ्यास का सही परिचय मुझे यहीं आकर मिला। यहां करोड़पति और भिखारी एक ही सा मान पाता है। योग है, ईश्वर से आत्मा का जोड़ देना वह यहाँ निशुल्क है। सिर्फ लगन और प्रेम ही इसकी फीस है। बाबू जी कहते, मुझे लूटो, जितना लूट सको।" इतनी अवस्था में भी वह एक तरुण से भी अधिक फुर्तीले और मेहनती हैं, जो प्राणाहुति बाँटने के लिए हर समय हर पल तैयार रहते हैं। पाखण्डी और लूटने वाले साधुओं से तो मुझे पहले ही नफरत थी! इसी से तो मैंने प्रण किया था। 'कभी ईश्वर प्राप्त करने के लिए कोई रिश्वत फीस न दूंगी' इसी से तो मेरा प्रण शाहजहांपुर आकर पूरा हुआ, जहाँ मैंने प्रण के मुताबिक मीरा का "मैंने लीना गोबिन्दा अमाले" प्राप्त किया। कभी-कभी मन में यह विचार उठा करते थे कि भगवान भी अमीरों का है जो मोटी रकम चढाने वाले को ही अच्छे दर्शन देता है। यहाँ आकर यह भाव बिल्कुल ही समाप्त हो गया ईश्वर पैसे का नहीं प्रेम और सच्चे दिलों का सौदागर है वह मुझे दिलों के सौदागर शाहजहाँ के पास आकर ही पता चला। ऐसा Universal Love करने वाला! हर अभ्यासी जिसे देखकर यही समझता है, कि "बाबूजी केवल मेरे ही हैं, मुझे ही सबसे ज्यादा चाहते हैं। कहीं ईर्ष्या, द्वेष नहीं, किसे ज्यादा चाह रहे हैं, किसे कम, यह भाव यहाँ पैदा ही नहीं होता। श्री बाबू जी का सुन्दर रुप तो ऐसा है कि जिसे देखकर आँखे नहीं अघाती, जो इतना सुन्दर से भी सुन्दर है कि जिसे देखकर आँखे झपकना भूल जाती हैं। चाहता हैं घंटों, देखते ही जाओ। ऐसा रूप जो उष्णता प्रदान नहीं करता है जिसे देखकर आँखे ठंडी होनी है। ऐसा अतुलनीय रुप है, जिसकी कहीं व्याख्या नहीं की जा सकती। ऐसा ही तो होता होगा ईश्वरीय रुप।

श्री बाबू जी को देखकर भी हम उनको जान नहीं सकते, क्यों कि उन्हें तो केवल वही जान सकता है जो उन जैसा हो। इसी से केवल जितना बाहरी आँखों से दिखाई देता है व्यक्त कर दिया है। उनका वर्णन करना लेखनी के बस में नहीं, क्यों कि उन्हें वही जान सकता जो उन के द्वारा उनको जानने के लिए चुना गया हो।

आज तक मुझे किसी बात का मान न था किसी के बड़प्पन को ओढ़ना चाहे वह पति या पिता का ही क्यों न हो, मुझे मँजुर नहीं था। मैं हमेशा यही चाहती थी, कि मैं स्वयं में मिसाल बनूँ तभी जीवन सार्थक है। परन्तु दुनियाँ के किसी कोने में कहीं भी ऐसा दर्जा मुझे नही मिला। हाँ मैंने छुटपन से ही उसे स्वयं प्राप्त करने की बड़ी कोशिश भी थी पर नाकामयाब रही। मेरे सभी सहपाठी और सहोदर आज सरकारी वरिष्ठ अधिकारी बने हुए हैं। परन्तु मैं नहीं पहुँच सकी। मेरा मन उनसे मिलने पर कहीं हिल जाता, कहता जीते तो सभी हैं परन्तु शान और शौकत से जीना ही तो जीना है। इसके लिए मेरा जी अशान्त रहता मैं भगवान को कोसती रहती। परन्तु अब जब से मैंने बाबू जी को पा लिया है मन झूम-झूम कर कहता है। 'पा लिया तुझे, पाई हर खुशी।' गर्व से सीना तन जाता है। हम भी घाटे में नहीं

जीवन में निराशाएँ, उलझनें, तिरस्कार, कठिनाइयाँ और दुःख ही तो आत्मा को अमृत देकर निखारते हैं। दुःखों और बाधाओं का सही उपयोग यहीं आकर सीखा। ईश्वर को अब दोष नहीं देती, क्योंकि अगर जिन्दगी में इतनी निराशा और गम न मिलते तो यहां कैसे आते। ईश्वर को कहाँ खोजते। सच्चा प्यार पाने के लिये यह दिल हमेशा तड़पता रहा। वह अमृत जिसे एक दिन का जन्मा बच्चा भी महसूस कर सकता है, इस स्वार्थी संसार में दुर्लभ था। अब मिल गया है। जिस प्रेम रस में हम सभी अभ्यासी डुबकियाँ लगा रहें हैं उसे व्यक्त करना शब्दों मे कठिन है। जीवन के प्रति अब नया मोह हो गया है, कि "हे नाथ हमारा यह आखिरी जन्म लक्ष्य प्राप्त करने के बाद ही समाप्त हो पहले नहीं।"

अपने जीवन का सम्पूर्ण बोझ मैंने अपने सिर पर से उतार कर बाबू जी के कन्धों पर डाल दिया है। और स्वयं एक दम हल्की हो गई हूँ। और मेरे जैसे न जाने कितनों का बोझ मेरे श्री बाबू जी सम्भाले हुए हैं, क्यों कि वह समर्थ गुरू हैं। मेरी बस एक यही माँग है कि उन्हें भी ऐसा शिष्य मिल जाये जैसा उनके गुरु श्री लाला जी महाराज को मिला था। सच में बाबू जी महाराज को पाकर अगर मैं यह कहती हूँ कि 'तुमसा नहीं देखा' तो कोई अतिश्योक्ति न होगी।

❀❀
❀❀

१ जब तक स्थूल शरीर के द्वारा ईश्वर का साक्षात्कार नहीं कर लेते तब तक उसे बार—बार बनना और मिटना होता है।

२ जीवन मोक्ष की दशा उस वक्त तक नहीं प्राप्त हो सकती, जब तक गुलामी का तौक हमारे गले में पड़ा हुआ है।

३ हमारे सामने समस्या केवल दुःख दर्दों से ही छुटकारा पाना नहीं वरन् उस बन्धन से छुटकारा पाना है जो सभी दुःख दर्दों का मूल कारण है। बन्धन से छुटकारा पाना ही मोक्ष है।

(पूज्य बाबू जी महाराज)

—❀❀—

ध्यान

भाई चन्द्रशेखर सनवाल जी, नैनीताल

हम बचपन से सुनते आये हैं, ध्यान से पढ़ो, ध्यान से करो। पर ध्यान है क्या? केवल ध्येय ही हमारे विचार में हो, इसे ही ध्यान कहा जा सकता है। श्री बाबूजी ने कहा है, एक ही बात को सोचते रहना ध्यान है। ध्यान से कार्य करने पर वह न्यूनतम समय में बिल्कुल सही ढंग से सम्पादित होगा, यह निश्चित है। किन्तु हमारे विचार एक ध्येय पर न ठहरकर अनेक विषयों में भटकते रहते हैं। यही है मन का बहिर्मुखी होना। अपने मन पर अपना ही नियंत्रण न रहना या घोड़े का हम पर सवार होना। अपने मन को सही स्थिति में लाने के लिए हमें ध्यान का अभ्यास करना पड़ता है।

ध्यान से फालतू चीजें हटती हैं और केवल आवश्यक चीजें बच रहती हैं, जैसे फालतू गुस्सा फालतू प्यार, फालतू कमाई, फालतू बातें, फालतू काम, फालतू विचार, फालतू चिंता, फालतू खाना-पीना, फालतू इच्छाएँ हट जाते हैं और केवल आवश्यक गुस्सा, प्यार, आदि बच रहते हैं। प्रतिबंध यह है कि ध्यान दिव्य से, दिव्यता से सम्बन्धित हो। और जब प्राणाहुति का सहारा मिलता है तो यह प्रक्रिया अति तीव्र व प्रखर हो जाती है।

जिस वस्तु का हम ध्यान करेंगे उसी की तरह हम बनेगें। अतः हमारे ध्यान का विषय वही होना चाहिए जो हमारे जीवन का सर्वोच्च ध्येय है। ईश्वर सर्वोच्च है। अतः ईश्वर से बढ़कर ध्यान का विषय क्या हो सकता है? और जब ईश्वर मिल गया तो सब कुछ मिल गया। इसीलिए ध्यान योग का प्रमुख अंग है। योग अर्थात् जोड। जो क्रिया हमें ईश्वर से जोड़े। ईश्वर से तो हम सदा ही जुड़े हैं। वह तो हममें हीं हैं, किन्तु उसके व हमारे बीच में हमारे मन की अशुद्धता आ गई है। उस अशुद्धता को निकाल फेंकना तथा दिव्य-स्वरूप हो जाना ही योग का ध्येय है। सर्वोत्तम पद्धति "राजयोग" ही सहज-मार्ग में वर्तमान समय के अनुरूप परिमार्जित किया गया है। स्वामी विवेकानन्द ने घोषणा की थी कि आध्यात्मिक जगत का सूर्य बीसवीं सदी में उद्दीप्त होगा। सहज-मार्ग की सरलता ही उसे समझने में कठिनाई बन जाती है। पूज्य बाबूजी के शब्दों में लोगों को सुई से क्रेन उठाने की आदत पड़ गई है। वे चने चबाना पसंद करते हैं, हलुवा खाना नहीं। सीधे ध्यान द्वारा साधना आरम्भ कर प्राणाहुति द्वारा अष्टाँग योग के अन्य अंग स्वतः ही समाविष्ट होने लगते हैं। अपने ध्येय की धारणा लेकर सहज आसन से तो हम बैठते ही हैं, यम-नियम अर्थात् अनीश्वरीय गुणों का हटना तथा ईश्वरीय गुणों का समावेश प्राणायाम अर्थात् श्वास का नियंत्रण एवं प्रत्याहार अर्थात् आवश्यक चीजें बच रहना स्वतः ही होने लगते हैं। समाधि की झलक भी कभी-कभी तो प्रारम्भ से ही, अन्यथा कुछ ही समय बाद मिल

जाती है। जड़ समाधि को बाबूजी महत्व देते नहीं, क्योंकि वे तो हमें सहज समाधि की ओर ले चलते हैं जहाँ कि हम संसार के सभी कार्यों को करते हुए अपने अंतर में समाधिस्थ रहते हैं और अपने ध्येय की ओर तीव्रता से अग्रसर होते हैं।

जब तक हम स्वतः ही निरंतर ध्यानावस्था में न रहने लगें तब तक इसके अभ्यास के लिए उपलंबनों की आवश्यकता पड़ती है कि ध्यान कहाँ व किस पर किया जावे। विभिन्न पंथों में शरीर के विभिन्न चक्रों या बिंदुओं पर ध्यान किया जाता है जैसे नाभि, हृदय, आज्ञाचक्र आदि। बाबूजी महाराज ने हृदय पर ध्यान करना सर्वोत्तम बताया है क्यों कि सीधे हृदय से आरम्भ कर ऊपर की ओर बढ़ते हैं। इससे प्रगति तीव्र हो जाती है। हृदय शरीर का केंद्र विन्दु है, जहाँ से रुधिर पूर्ण शरीर में जाता है अतः रुधिर तथा पूर्ण शरीर शीघ्र शुद्ध होने लगते हैं। सभी संत-महात्माओं ने हृदय में ही ईश्वर का वास कहा है। हम लोग "मैं" कहते हुए सहज ही हृदय पर उंगली लगाते हैं। मनोवृत्तियों का नियंत्रण हृदय से ही होता है और बाबूजी महाराज ने कहा है कि केन्द्र का पूरा नक्शा हृदय में मौजूद है। बाबूजी से पूछने पर कि सदैव, ऊंची स्थिति में भी हृदय पर ही क्यों ध्यान करते हैं, उन्होंने कहा कि पेड़ कितना ही बड़ा हो,. पानी जड़ में ही दिया जाता है।

सहज-मार्ग में हृदय में ईश्वरीय प्रकाश की विद्यमानता पर ध्यान का अभ्यास किया जाता है। चूँकि हमें स्थूल से सूक्ष्मतम की ओर जाना है, अतः जितने सूक्ष्म पर ध्यान करेंगे, प्रगति उतनी तीव्र होगी। प्रकाश पर ध्यान करना श्री बाबूजी ने इसलिए चुना है कि प्रकाश ही एक ऐसी वस्तु है जो वस्तु होते हुए भी सूक्ष्म है। हम भौतिक प्रकाश जैसे सूर्य या दीपक के चमकीले प्रकाश पर ध्यान नहीं करते बल्कि ऐसे दिव्य प्रकाश की विद्यमानता मानते हैं जिसकी अनुभूति हृदय में की जा सकती है, किन्तु जिस का कोई पूर्व निर्धारित रूप स्थिर नहीं किया जाता।

अनेक संतों सूफी महात्माओं ने अपने प्रिय शिष्यों को अपने समर्थ गुरु के स्थूल शरीर की आकृति पर ध्यान करना सर्वोत्तम बताया है। इसे सूफी मत में शगल राब्ता कहा गया है। समर्थ गुरु का शरीर साधारण रूप में स्थूल न होकर भूमा ही भूमा (ULTIMATE) होता ? है, और उस पर ध्यान करने से तुरन्त गुरु की यौगिक शक्ति का संचार अभ्यासी के हृदय में होने लगता है। किन्तु श्री बाबूजी महाराज इसको तभी उचित मानते हैं, जब गुरु वास्तव में ब्रह्मनिष्ठ, सर्वसमर्थ एवं सभी ईश्वरीय शक्तियों से परिपूर्ण हो। अन्यथा इसमें मूर्ति-पूजा का दोष आ आता है, जो हानिकारक है। यह आवश्यक है कि गुरु उच्चतम स्थिति प्राप्त कर चुका हो, जिसके स्थूल शरीर में स्थूलता रंच-मात्र भी न हो तभी तो उस पर ध्यान करने से केवल सूक्ष्मतम की, दिव्यता ही दिव्यता की धार प्रवाहित होती है। बहुत से अभ्यासियों का अनुभव है कि प्रारम्भ में पूज्य बाबूजी की आकृति का ध्यान करने पर उनका स्थूल शरीर मेरे सामने आता ही नही। उनकी फोटो की याद करने पर तो आकृति सामने आ जाती है, पर जैसा उन्हें देखा है वह आकृति आँख-मिचौनी खेलती है। यह इस बात का प्रमाण है कि उनका शरीर स्थूल होकर भी स्थूलता से परे है। "आत्मकथा" के अनुसार समर्थ गुरू की आकृति पर ध्यान करने पर कुछ समय पश्चात् वह गायब हो जाता है और केवल उपस्थिति शेष रह जाती है।

इस प्रकार अभ्यासी स्वतः ही सूक्ष्मतम तक पहुँचता है।

पूज्य बाबू जी महाराज ने लिखा है कि ध्यान आध्यात्मिकता की नींव है। उन्होने यह भी लिखा है कि प्रार्थना में याचना करते हैं पर ध्यान में कुछ अर्थात दिव्यता प्राप्त करते हैं। ध्यान में हम किसी वस्तु की यथा सहज मार्ग में दिव्यता की प्रतीक्षा करते हैं, उसका आवाहन करते हैं जो प्राणाहुति के रूप में अभ्यासी की भक्ति व सामर्थ्य के अनुपात में उतरती चली आती है। सामूहिक ध्यान का बड़ा महत्व है क्योंकि तब दिव्य कृपा धारा बड़ी तीव्रता से प्रवाहित होती है। जिस प्रकार अकेला वृक्ष बादलों को आकर्षित नहीं कर पाता व रेगिस्तान में वर्षा कराने के लिये जंगल लगाए जाते हैं। इसीलिए पूज्य बाबूजी महाराज कहते हैं, कि यदि प्रशिक्षक न हो तो अभ्यासी सामूहिक सत्संग (ध्यान) में बैठ कर देखें तो सही वास्तव में मालिक स्वयं ही सब अवस्थाओं में पूजा कराते हैं।

—००४००—

प्र०—पूजा के बाद कभी-कभी यह समझ में नहीं आता कि हम deep चले गए थे या सो गए थे।

उ०—अगर पूजा के बाद कुछ weariness लगे तो समझो कि सो गए थे। Deep जाने पर lightness महसूस होगी।

प्र०—अभ्यासी Progress हो रही है, यह कैसे जानें?

उ०—ख्यालों की रंगत बदल जाती है। कोई भी बच्चा हमेशा बड़ा होता रहता है पर रोज उसका पता नहीं चलता। जब कुछ साल पहले का ख्याल करते हैं तब जान पड़ता है कि वह कितना बड़ा हो गया।

Question-Cleaning में meditation होने लगे तो?

Answer- आँखें खोल दीजिए।

(पूज्य बाबू जी महाराज)

सहज मार्ग ध्यान दीप

(भाई मदन लाल जी, उदयपुर)

आधुनिक विश्व में मनुष्य कई जटिल समस्याओं से घिरा हुआ है और अपना सारा जीवन उन समस्याओं को सुलझाने में ही बेकार कर देता है । अनेक समस्याओं में उलझने के कारण वह विवेकहीन होता जा रहा है । क्या अच्छा, क्या बुरा का ज्ञान उसके लिए अर्थहीन हो गया है । उसे तो केवल अपनी जटिल समस्याओं को सुलझाने का ही ध्यान रहता है । इन जटिल समस्याओं का कारण भी वह स्वयं है । व्यक्ति ईर्ष्यालु होता है, उसमें नकल करने की आदत होती है किन्तु अक्ल की कमी होती हैं । धैर्य, संतोष, आदि से वह कोसों दूर चला गया है । सिर्फ ऊपर देखता है, नीचे देखने की फुरसत उसको नहीं है, नीचे देखने की फुरसत उसको नहीं है । वह अपने जीवन के ध्येय को भूल चुका है ।

ऐसे समय में 'सहज मार्ग' व्यक्ति विशेष के लिए पतवार बन सामने आया है ताकि वह इस जीवन रूपी नैया को भवसागर पार लगा सके। उसे जीवन सरल नजर आने लगता है, समस्यायें आसान हो जाती हैं। इस मार्ग द्वारा उसे मन में एक ज्योति जलती नजर आती है, जिसकी ओर 'ध्यान' करते करते अपनी जीवन रुपी नैया को भवसागर पार लगा लेता है । सहजमार्ग अभ्यासी को जीवन से पलायन नहीं सिखाता है बल्कि उसके अन्तःकरण को सुव्यवस्थित कर उसे सद् कर्म करने की ओर प्रेरित करता है, तथा उसे स्वभाव अनुकूल सुख शान्ति प्रदान करता है । अभ्यासी अपने हृदय के जख्मों को धोकर दिव्यता का मलहम लगाकर अपने को स्वस्थ महसूस करता है ।

सहज मार्ग साधना कोई तंत्र, मंत्र नहीं है इसमें तो मौन रहकर ध्यान में बैठना होता है । वास्तविकता यह है कि अभ्यासी निर्देशानुसार अभ्यास में बैठता हैं किन्तु असली कार्य तो स्वयं गुरुदेव अपनी प्राणाहुति द्वारा करते हैं। अभ्यासी तो केवल गुरु के कार्य में सहयोग देता है । मौन रहना ध्यान का प्रथम चरण है । मौन निद्रा की भाँति मन को ताजा तथा सशक्त कर देता है । मौन का अर्थ संयम के द्वारा धीरे धीरे इन्द्रियों तथा मन के व्यापार का शमन होना है । मौन की सफलता होने पर ध्यान की सफलता होती है । मौन व्रत धारण करने से राग, द्वेष आदि नष्ट हो जाते हैं । मौन से ध्यान दीप प्रज्वलित होता जाता है । मौन आध्यात्मिक उन्नति में मूलतः सहायक होता है । मौन के कारण अभ्यासी न किसी की स्तुति करता है और न ही निन्दा। उसके लिए यह सब नगण्य हैं । सहज मार्ग साधक उत्तेजना दिलाने पर उत्तेजित नहीं होता है । वह हमेशा शान्त रहता है तथा मन को सन्तुलित बनाये रखता है । वह केवल अपनी आध्यात्मिक उन्नति की ओर ही ध्यान देता है ।

वह सबको समान रुप में देखता है। सब का कल्याण चाहता है। वह निरन्तर अभ्यास द्वारा मन पर अपनी पकड़ मजबूत करता जाता है। कम बोलता है और जब बोलता है तो थोड़े में ही सब कुछ कहकर समाप्त कर देता है। ध्यान में बैठकर अभ्यासी अर्न्तमुखी हो शान्त बन जाता है तथा अपने व्यक्तित्व में निखार उत्पन्न करता हैं। निरन्तर ध्यान से चेतन मन कुछ समय के पश्चात् शान्त होने लगता है। इच्छाओं पर नियन्त्रण होने लगता है। निरन्तर अभ्यास से मन की चंचलता शिथिल तथा न्यूनतम होने लगती है।

सहज मार्ग साधना में उपरोक्त स्थिति आने पर भी अभ्यासी को गर्व छू तक नहीं जाता है। उसे अपनी स्थिति का पता ही नही रहता है। उसे तो केवल अपने लक्ष्य का ही ध्यान ज्यादा रहता है श्री बाबूजी महाराज की कृपा से वह निरन्तर आध्यात्मिक उन्नति की ओर बढ़ता ही रहता है उसे पीछे देखना नही आता है। मन के बेग धीरे धीरे शान्त हो जाते हैं। मन की उछलकूद शिथिल पड़ जाती है। मन सशक्त होता जाता है। वह अपने मूल स्थान पर पहुँचकर अपने व्यक्तित्व का निखार उत्पन्न करता हैं। ध्यान के द्वारा अभ्यासी बाह्य जगत् से बेखबर होकर अन्त-र्मुखी हो जाता है। संसार के भेद को जानने लगता है उसमें निडरता उत्पन्न होने लगती है। मन की विद्रोह स्थिति शान्त होने लगती है। सर्वत्र ब्रह्मानन्द प्रतीत होता है।

सहज मार्ग साधना द्वारा अभ्यासी अपने स्थूल विचारों एवं भावों को पार करता हुआ भीतर सूक्ष्म तत्व तक पहुंचने में सफल हो जाता है, तथा जीवन के मूल तत्व को छूकर सजीव व पुष्ठ हो जाता है। आत्म साक्षात्कार की प्रवृत्ति अभ्यासी में बढ़ती जाती है। उसे अपनी मंजिल सामने खड़ी नजर आती है, और वह उसकी ओर निर्भय, धीरज के साथ आगे बढ़ता जाता है। श्री बाबूजी महाराज का निरन्तर चिन्तन अभ्यासी को अति शीघ्र अपनी मंजिल पर पहुँचाने में सहायक होता है। ध्यान द्वारा अभ्यासी को जो भिन्न भिन्न अनुभव होते है वे अवर्णनीय हैं। मगर वह उन अनुभवों पर अधिक विचार न करके केवल आगे की ओर ही देखता है। ध्यान का उद्देश्य भौतिक स्तर से ऊँचा उठकर प्रभु से नाता जोड़ना ही है। जो दिव्यता के रूप में उसे अनुभव होता है। निरन्तर अभ्यास करने से अभ्यासी दैनिक जीवन चर्या के मोह से विमुक्त हो जाता है। उसे भौतिक जगत की कुटिलता, घृणा, लोभ, स्वार्थ आदि नीरस एवं निरर्थक प्रतीत होने लगते हैं। इस साधना में अभ्यासी भौतिक जगत से पलायन नहीं करता है बल्कि तरोताजा एवं सन्तुलित होकर सही कर्म करना सीख जाता है। उसे अब संसार के प्रलोभन नहीं सताते, इच्छाएँ उसे विचलित नहीं करती, भय उसे नहीं सताता, कष्ट पड़ने पर दुःखी नहीं होता और सुख मिलने पर फूलता भी नहीं है।

आध्यात्मिक प्रगति से हम भौतिक जगत से नाता तो नहीं तोड़ते हैं किन्तु पथ भ्रष्ट होने से अपने को बचाये रखते है। हमें संसार में रहना है मगर संसार को अपने में नहीं बसाना है। सहज मार्ग साधना से अभ्यासी आत्मा के मूल स्त्रोत को पा लेता है, तथा हर एक कार्य के फल को श्री बाबू जी इच्छा पर छोड़ देता है। श्री बाबू जी का प्रसाद मानकर शिरोधार्य करने से संकट भी एक सुखप्रद तपस्या बन जाता है। किसी संस्कार को अभ्यासी नहीं बदल सकता है, किन्तु उसका प्रभाव निरन्तर साधना से कम अवश्य हो जाता है। ध्यान एक तरह की संजीवनी बूटी है जो आहत एवं दुःखी मन को

अमिट स्वस्थता प्रदान कर देता है। अस्त व्यस्त, ध्वस्त एवं भग्न मन शाँत सुखी एवं स्वस्थ हो जाता है। सूक्ष्म जगत की अपेक्षा स्थूल जगत को महत्व देने से मोह उत्पन्न होता है, जो हमारी शाँति तथा मानसिक सन्तुलन को भंग कर देता है। मोह के कारण धन, पद, सत्ता, यश आदि की इच्छायें हमें सताने लगती हैं और यहीं बातें हमारे दुख का कारण होती हैं। ध्यान इन सबकी महाऔषधि है। सहज मार्ग साधना हमें इन पर नियन्त्रण सिखाती है। मन पर अधिकार प्राप्त हो जाता है। हमें मन को शत्रु नहीं समझना चाहिए। मन तो हमारा दोस्त है, एवं हमारा सहायक है। हमें उससे दोस्ती करना आना चाहिए। अपनी इच्छाओं से टकराना मनः स्थिति को बिगाड़ना मात्र है। समयानुसार मन को नियन्त्रित करना चाहिए और यह सब ध्यान-साधना द्वारा ही प्राप्त हो सकता है। हमें हमारी इच्छाओं का शमन करना चाहिए न कि दमन। बुरी आदतों से टकराना नहीं चाहिए किन्तु ईश्वर की ओर ध्यान करने से वे स्वयं की फीकी पड़ जावेंगी।

मोह के वशीभूत होकर व्यक्ति स्वयं ही अपनी समस्यायें उत्पन्न करता है, तथा फिर जीवन भर उन्हें सुलझाने में लगा रहता है। मगर हम सहज मार्ग ध्यान, साधना द्वारा मोह, चिंता, शोक, भय आदि से मुक्त होकर अपने अन्तःकरण को शुद्ध बनाकर सहजरूप में ही जीवन के सही उद्गम को पा लेते हैं। यही इस साधना की विशेषता है। हमारा जीवन सुखमय हो जाता है। जीवन रहस्य हमारे सामने खुल जाता है। हम हमेशा श्री बाबूजी महाराज के ध्यान में ही डूबे रहें तथा मिशन व मास्टर की सेवा करते रहें। सर्वत्र आनन्द ही आनन्द नजर आवेगा तथा "सहज मार्ग ध्यान दीप" को हमेशा अपने में प्रज्वलित पावेंगे।

❀

प्रश्न– पातंजलि योग में क्या अंतर है ?

उत्तर– पातंजलि योग की सभी बातें सहज मार्ग में खुद ही पूरी हो जाती हैं। यम वह है जो आपका गुरू हिदायत करता है, वही करें, क्यों करता है मतलब नहीं। नियम वह है जो आपकी समझ में सही आता है, वह करें। ध्यान बैठकर तो करते हैं आसन अपने आप सिद्ध हो गया। जैसे-२ ध्यान में स्थिर होते जाते हैं, प्राणायाम स्वतः होता है। प्रत्याहार का मतलब है जरूरत की चीज रह जाना, फालतू न रहना जब यह सब चीजें हो जाती हैं तो प्रत्याहार अपने आप हो जावेगा। जहाँ से लोग खत्म करते हैं, हम वहाँ से शुरू करते हैं। जब अभ्यासी धारणा लेकर ध्यान में बैठता है तो तुरन्त समाधि होती है चाहे अनुभव कुछ बाद में हो।

प्रश्न– माँ बाँप की खुशी के लिए सभी तरह के पूजा पाठ करने ही पड़ते हैं।

उत्तर– माँ बाप का सभी कहना मानते हैं या बस यही पूजा के तरीके ? Self-evolution के लिए कोई भी रूकावट हो, छोड़ देनी चाहिए। मेरे पिता मुझसे कितना नाराज रहा करते थे ?

(पूज्य बाबू जी महाराज)

प्रार्थना

(भाई महेश्वरी दयाल सिंह श्री वास्तव जी, गोरखपुर)

इस शब्द की संरचना (प्र–अर्थना) से स्पष्ट है कि इस शब्द का शुद्ध शाब्दिक अर्थ हैं सर्वश्रेष्ठ स्तर की स्वार्थहीनता । अर्थात् सब प्रकार से याचना-हीनता । किस युग से, समय की किस गति से, सभ्यता, के किस काल से इस शब्द के साथ याचना का भाव सम्बद्ध हो गया कहा नहीं जा सकता। इसका जब यह शुद्ध अर्थ हैं तो इस का स्वरूप क्या है ? इसका स्वरुप भी इसके अर्थ से ही स्पष्ट हैं । जहाँ लेश मात्र स्वार्थ न हो, वही स्वरुप हैं परम अहैतुकी परमात्मा का। विशुद्ध प्रार्थना भी परमात्मा–स्वरुप हैं । सर्वोत्तम साधन वही है, जो साध्यस्वरुप हों, साध्य से अभिन्न हों। "गुरुः साक्षात् पर ब्रह्म" पर ब्रह्म की प्राप्ति का वह साधन है । अतएव विज्ञानी साधक को चाहिये कि प्रार्थना को साध्यमय देखे, समझे एवं व्यवहृत करें एवं ऐसे ही प्रार्थना की शरण ले जो स्वार्थ के गन्ध से भी रहित होकर सत्–स्वरुपा हों । प्रार्थना प्रारम्भ करते ही परमातमा के सन्निध्य का, उनसे प्रत्यक्ष साक्षात्कार का स्वयं उनसे प्रत्यक्ष वार्तालाप का बोध जागृत हो जाना चाहिये प्रार्थना मय जीवन श्लाघ्य इसी लिये माना गया है कि वह प्रभुमय हैं ।

देश–बिदेश के अनेको धार्मिक ग्रन्थों, संस्थाओं एवं प्रचलनों में अनेको प्रकार के प्रार्थना देखने सुनने को मिलते हैं परन्तु किसी न किसी रुप में याचना उनमें निहित होती है । कही संतति चाहिये, कही सम्पत्ति चाहिये कही दीर्घ सुन्दर जीवन, कही ज्ञान तो कही भक्ति अथवा वैराग्य । साराँश यह कि हमें कुछ न कुछ चाहियें और हम उस घट-घटवासी सर्वज्ञ परमात्मा से, जो हमारे उस अभाव से जैसे अनभिज्ञ है, उस अभाव की पूर्ति के लिये याचना करते हैं। अथवा यदि वह अनभिज्ञ नही है तो कम से कम उदासीन तो हैं ही क्योंकि हमें संकट में देखकर भो, क्यों कि वह सर्वदृष्ट है, हमारे प्रति प्रेम नही दर्शाता, हमारे प्रति न्याय नही करता। अतः इस याचना मय प्रार्थना से हम ईश्वर की स्तुति न करके उसकी निन्दा करते हैं कि उसका ज्ञान-स–सीम हैं, प्रेम स्वरुप नहीं हैं, न्याय प्रिय नही हैं । यदि हमारे अश्रितो को हमसे याचना करनी ही पड़ती है, तो यह स्वतः सिद्ध है कि हम उनकी आवश्यकताओं से या तो अनभिज्ञ हैं अथवा उनके प्रति उदासीन हैं, हमें उनसे सच्चा प्रेम नही है, हम उनसे न्याय नही कर रहे हैं। स्पष्ट है कि ऐसी निन्दा परक प्रार्थना से प्रार्थना न करना अच्छा है । अब रही यह कहावत, कि बगैर रोये माँ भी बच्चे को दूध नही पिलाती, तो परमात्मा साधारण माँ की अपेक्षा अनन्त गुणों वाली माँ से भी अनन्त गुणा श्रेष्ठ है।

तो क्या प्रार्थना करना ही नही चाहिये ? प्रार्थना अवश्य करना चाहिये, परन्तु याचना नही

करनी चाहिये। प्रार्थना का उद्देश्य समझ कर प्रार्थना करनीं चाहियें। प्रार्थना में प्रभु के गुणों का गान करना चाहिये, चिन्तन करना चाहियें। उद्देश्य है अपना रुपान्तरण। उस परम पिता के गुणों का चिन्तन करते-करते, उसका ध्यान करते-करते वे गुण क्रमशः अपने में उतरने लगेगें और उसका रुपान्तरण हो जायेगा। इस रुपान्तरण का चरमविन्दु है गुणातीत का चिन्तन, एवं फलस्वरुप गुणातीत में विलयन, दूसरे शब्दों में परम लक्ष्य की प्राप्ति अथवा आवागमन के चक्र से मुक्त होकर अपने उद्यम को प्राप्त हो जाना।

सहज मार्ग पद्धति द्वारा प्रणीत चार पंक्तियों की प्रार्थना उपरोक्त वैचारिक दृष्टि से नितान्त याचना रहित तथा प्रभु-बोध-पारक है।

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

यह प्रार्थना अति सूक्ष्म है, और सहज बोध गम्य। हमारी यात्रा स्थूलतम से सूक्ष्मतम की ओर है अतः साधन भी सूक्ष्म होना ही चाहिये।

प्रार्थना प्राणवान होना चाहिये-जैसे ही यह भी सजीव है। बैट्री को सजीव रखने के लिये Negative (ऋणात्मक) तथा Positive (धनात्मक) Pales (बिन्दू) आजूवाजू में रखते हैं, उसी प्रकार प्रथम पंक्ति धनात्मक है, दूसरी ऋणात्मक हैं (शब्द बाचक), तीसरी धनात्मक और चौथी ऋणात्मक (शब्द असम्भव)।

प्रथम पंक्ति मनुष्य जीवन प्राप्त करने के उद्देश्य का बोध कराती हैं। द्वितीय पंक्ति मार्ग के बाधाओं से सावधान करती हैं, तीसरी पंक्ति सर्वोपरि सहारा का उत्साह भरती हैं और चौथी पंक्ति अहं का शमन करती है।

प्रथम पंक्ति का ज्ञान मार्ग की ओर इंगित करती है। सच्चा ज्ञान यही है कि प्रभु ही जीवन का उद्देश्य है। दूसरी पंक्ति वैराग्य परक है। तीसरी पंक्ति भक्ति परक है, और चौथी पंक्ति में शरणागति है। हमारा ज्ञान, वैराग्य अथवा भक्ति कुछ कारगर न होगा यदि हम पूर्ण रुपेण शरणागत न हो जायं।

ये चारों पंक्तियाँ चारों वेदों का सार है, चारो युगों में समान रुप से प्राणवान रहे हैं और और चारो आश्रमों (ब्रह्मचारी, गृहस्थ, वानप्रस्थ एवं सन्यासी) के लिये श्रेय दायिनी है।

एक बैभव और दर्शनीय है, शब्दों की संख्या पर विचार करें। प्रथम एवं तीसरी पंक्ति में नौ शब्द है। ये दोनो धनात्मक पंक्तियाँ है अतः सर्वोच्च अंक की संख्या में शब्द रखे गये हें अर्थात् साधक ने जीवन के उद्देश्य के प्रति तथा प्रभु के स्वामित्व में सर्वोच्च आस्तिक भाव होना चाहिए। लक्ष्य कभी आँखो से तथा मानस पटल से ओझल न हो, एवं प्रभु के स्वामी तथा इष्ट होने में लेश मात्र शंका न हो। द्वितीय एवं चतुर्थ ऋणात्मक पंक्तियों में प्रत्येक में सात सात शब्द रखे गये हैं। सात अविभाज्य अंकों में सर्वोच्च होता है अर्थात् ये दोनों उक्तियाँ कि "हमारी इच्छाये हमारी उन्नति में बाधक है" तथा 'बिना प्रभु के सहायता के प्रभु प्राप्ति असम्भव है' सात की ही भांति अकाट्य है।

अक्षरों और मात्राओं के संख्या में भी सार्थक विचित्रता है। प्रथम द्वितीय एवं तृतीय पंक्तियों में नौ मात्राए हैं और चौथी में ग्यारह अर्थात् ज्ञान भक्ति तथा बैराग्य के साधन में

समरुप व्यवहार हों तो शरणागति में जीव प्रभु के समक्ष प्रस्तुत हो जायेगा । अक्षरो की संख्या क्रमशः १७-१६-१६ तथा २० की है । ज्ञान सूक्ष्म है भक्ति और बैराग्य से । 'ज्ञान को पथ कृपाण की धारा' एवं तीनो का सम्यकपालन करने पर दो अर्थात् द्वैत भाव का शून्य में विलयन हो जायेगा ।

अब कृपया एक एक पंक्ति पर ध्यान दें:-
प्रथम पंक्ति'

हे नाथ ! तू ही मनुष्य जीवन का ध्येय है,

'ह' अक्षर की बनावट अन्तर्मुखी है अतः साधक को अन्तर्मुखी होना चाहिये—

'ह' अक्षर का उच्चारण हृदय से होता है अतः साधक को हृदय क्षेत्र में उतरना चाहिये

'है शब्द प्रेम बाचक सम्बोधन है नारियाँ अधिकतर अपने स्वामी को 'हे' कहकर ही पुकारती हैं अतः प्रार्थना प्रारम्भ करते समय साधक में प्रेम भावना जागृत होना चाहिये ।

'नाथ' अर्थात् जिसका अथ नही हो और जिसका अथ नही होगा उसका इति भी नही होगा । असीम और अनन्त है हमारा प्रभु !

'नाथ' जिसके साथ हम सदैव सन्नद्ध है, कभी विलग होते ही नहीं, नथे हुये हैं-अटूट सम्बन्ध का परिचायक है ।

'नाथ'' नाथ नियंन्त्रण कर्ता है, प्रभु हमारा सतत नियन्त्रक है, साधक में यह भाव बना रहना चाहिये कि हम मालिक के अधीन हैं । स्वतंन्त्र नही है ।

तू-प्रेम वाचक सम्बोधन है ।

ही-अर्थात् मालिक के सिवा अन्य कोई नही ।

मनुष्य जीवन—यह सचेत करता है कि देव योनि में या तिर्यक योनि में हम कुछ नही कर सकते अन्य सब योनियाँ भोग भोगने के लिये हैं-कार्य स्वातंन्त्र्य केवल मनुष्य योनि में हैं अतः इस शरीर से साधन सम्पन्न करके हमें लक्ष्य की प्राप्ति कर लेनी चाहिये ।

मनुष्य जीवन की महत्ता हमें समझना चाहिये और इसके एक-एक क्षण का सदुपयोग करना चाहिये क्योंकि इसकी क्षण भंगुरता सर्व-विदित हैं ।

मनुष्य जीवन अर्थात् मनन करने का साधन मात्र यह शरीर और मन ही है अतः परम लक्ष्य की प्राप्ति पर हमें सतत मनन शील रहना चाहियें ।

ध्येय-अर्थात् सदा ध्यान में बना रहे, ध्यान उसी पर टिका रहे ध्यान मार्ग ही मात्र एक साधन हैं परम तत्व की प्राप्ति का ।

दूसरी पंक्तिः—

हमारी इच्छाएं हमारी उन्नति में बाधक हैं ।

जब परमात्मा किसी जीव पर कृपा करते हैं अर्थात् प्रभु साक्षात्कार का अवसर देना चाहता है तो उसे कर्म-प्रधान मनुष्य जीवन प्रदान कर यह अवसर देता है कि संयमित कर्म करते हुये वह ईश्वर प्राप्ति करलें । और इस कार्य के लिये उस जीव को जितने समय की आवश्यकता प्रभु समझता है उतना समय भी प्रदान करता है अन्यथा मनष्य जीवन निरर्थक हो जावें और वही उतना समय जोवन है अतः उतने समय में मनुष्य को चाहिये कि संसार में रहते हुये, संयमित जीवन व्यतीत करते हुये तथा समुचित कर्म करते हुये ईश्वर चिन्तन में मन से लगा रहे । ईश्वर प्राप्ति निश्चित हो जायेगी ।

यह जीवन एक डोर के सदश हैं । इसे यदि सहज तथा प्रकृति के अनुरूप रखा जाये

तो सरल रेखा की तरह लम्बा होगा, और अधिकतम दूरी तक विस्तृत होगा। यह ध्यान देने योग्य है कि अधिकतम दूरी ही प्रभु साक्षात्कार की दूरी है। इस जीवन रेखा को जितना ही जगह जगह पर वक्र किया जायेगा उतना ही उसका एक छोर उस गन्तव्य से दूर होता जायेगा और विभिन्न इच्छाओं में मन को उलझाना ही जीवन डोर को जगह-२ से वक्र बनाना है। अतएव प्रार्थना की दूसरी पंक्ति में साधक को सचेत किया गया है कि मन को इच्छाओं में उलझावों में फंसावें नही। इच्छाएं जीवन डोर को वक्र बना देगी और गन्तव्य प्राप्त न होने के कारण उन्नति अवरूद्ध हो जायेगी। जीवन यापन में जो कर्तव्य आ जावें उन्हें हम मालिक प्रदत्त समझे और उसका निर्वाह तो करें, परन्तु उन्हें अपनी इच्छाओं का रुप न दें।

'हमारी' का भाव यह भी है कि संसार के अन्य व्यक्तियों के विचार या इच्छाएँ हमारी उन्नति में बाधक नही हो सकते–उदाहरण के लिये अमुक महात्मा ने रुष्ट होकर अमुक व्यक्ति को कह दिया कि तुम्हारा अनिष्ट हो जायेगा। यह तथ्यहीन है हमारी अपनी इच्छाएँ अपने स्वरुप के अनुसार कर्म में परिणीत होती हैं, और उन्हीं कर्मों का फल हम भोगते हैं। अतएव हमें इन भ्रामक विचारों से निर्भय रहना चाहिये और स्वयं अपने विचारो एवं विचार जन्य इच्छाओं के प्रति जागरुक रहना चाहिये।

इच्छाएँ–भी दो प्रकार की हैं—सत्इच्छा तथा असत्इच्छा। हमें दोनो से उपराम होना ही हमारा अन्तिम लक्ष्य होना चाहिये। वैसे साधना के प्रारम्भिक काल में सदिच्छा का अर्जन बाँछनीय है, परन्तु सच्ची बात तो यही है कि हमारा लक्ष्य दोनो प्रकार की इच्छाओं से उपरति होना चाहिये। वास्तविक सदिच्छा तो सत् प्राप्ति की इच्छा है सो वह तो हमारा जन्मसिद्ध अधिकार है। हम मोह वशजान न पावें परन्तु वह तो हमारा स्वभाव है वह इच्छा करनी नही पड़ती।

उन्नति में बाधक है:—इस बाक्याँश के स्थान पर 'अवनति की कारण है, भी कहा जा सकता था परन्तु पूज्य बाबू जी महाराज की जैसी कि विशिष्ट सकारात्मक (Positive) शैली होती है अभ्यासी का ध्यान उन्नति की ओर ही रखा गया है। नकारात्मक (Negalive) दृष्टिकोण (approach) नही रखा गया।

बाधा:—शब्द का भाव है कि वे सुगमता से दूर करने योग्य है। दृढ़मूल की नही है कि साधक के हटाए न हटें।

तीसरी पंक्ति–

'तू ही हमारा एक मात्र स्वामी और इष्ट है':–

प्रश्न है कि स्वामी और इष्ट दोनो कहने का अभिप्राय क्या है?

कोष में इष्ट के शब्दार्थ है चाहा हुआ–पूज्य यदि यहाँ पूज्य का भाव होता तो कदाचित यह वाक्य यूँ होता 'तू ही हमारा पूज्य स्वामी है' अत: इष्ट विशेषण न हो कर संज्ञा है। इच्छित पदार्थ बस्तु, व्यक्ति या कुछ भी स्वामी का भाव समझने के लिये पति का भाव समझना आवश्यक है। भारतीय नारी अपने पति को स्वामी भी कहती हैं। अंग्रेजी में Bride groom तथा Husband शब्द है। भाव समझने के लिये ही इन शब्दों का उल्लेख कर रहा हूँ:–

पति स्वामी पत्नी का संरक्षक होता है। संरक्षण का पूर्ण उत्तरदायित्व उसके ऊपर होता है। घोर कष्टकीर्ण बनबासी जीवन ब्यतीत करने के लिये सो भी एक दो नही १४ बर्षों के लिये चलने में भी जानकी हैं, इसी पूर्ण संरक्षण की

प्रबल भावना के सहारे तनिक भी भय नहीं दिखाती यद्यपि भयभीत करने का पूर्ण प्रयास किया गया। यह भार स्वामी पर होता है कि नितान्त अपने पर अवलम्बित पत्नी के सर्वस्व का चतुर्दिक संरक्षण करें। Bridegroom या Husband शब्दों में इतनी उदप्ति भावना तो नहीं है परन्तु सेवा भाव बहुत हैं जो संरक्षण के समकक्ष ही है। किसे अश्वशाला में अश्वचारी (groom) को या Animal Husbandry के गाशालाओं में Animal Husbandry विशेषज्ञों एवं कर्मचारियों को देखें। बहलाने, धुलाने, खर-हरा करने, पाँव मलने, खिलाने, पिलाने, मच्छड़ पिस्सू आदि से रक्षा करने का तात्पर्य सर्व विधि पूर्ण संरक्षक का पूर्ण निर्वाह वे करते हैं।

ये सभी गुण स्वामी के हैं। ये सब और इन सब से भी कही और आगे बहुत कुछ अवर्णनीय असीम गुण हमारे मालिक में है। हमारे पूर्ण संरक्षण के पूर्ण निर्वाह हेतु हमारा मालिक अहर्निश निरालस्य सचेष्ट है और हम उसके संरक्षण में सुनिश्चित सुरक्षित है–ऐसा भाव 'स्वामी' शब्द से अभ्यासी को ग्रहण करना चाहिये।

दूसरा शब्द है 'इष्ट' इच्छित वस्तु हमारी सम्पदा प्राप्तियाँ धन, जन सर्वस्व। ये सब भी वे ही हैं। उन्ही में सब निहित है। अतएब साँसारिक पदार्थ की कामना का प्रश्न ही समाप्त हो जाता है।

एक भाव और है कि जो कुछ भी हमारी प्रकट अप्रकट इच्छाएँ कामनाए हैं उनकी व्यवस्था करने वाला, भी वही मालिक है, और सर्वोपरि अध्यात्मिक क्षेत्र की उपलब्धियों को जुटाने वाला भी वह मालिक ही है। मालिक में लयावस्था प्राप्त हो यही हमारा वास्तविक इष्ट है।

श्री गीता जी में एक श्लोक है (९।२२): अनन्याश्चिन्ते यन्तो माँ यो-जनाः पर्युवासते, तेषां नित्याभियुक्तानां योग लेमं वहाम्यहम्'' । योग और क्षेम भगवान स्वयं वहन करते हैं, अर्थात् योगी की स्थिति भी वे ही जुटाते हैं और उसके क्षेम अर्थात् रक्षा या संरक्षण का उत्तरदायित्व भी अपने ऊपर लेते हैं। स्वामी और इष्ट का भी यही भाव है। हमारे लिये जो उचित है उसको जुटाना, तथा स्वामी के रुप में उसकी रक्षा करना दोनों का उतरदायित्व उन्हीं का है। और वे उसका निरन्तर बिना किसी प्रकट अप्रकट घोषणा के निर्वाह कर रहे हैं। अतः योग क्षेम की चिन्ता छोड़कर हम योग क्षेत्र बहन करने वाले का चिन्तन करें उनका ध्यान करें, और उनके स्मरण में रत रहें।

चतुर्थ पंक्तिः—
बिना तेरी सहायता तेरी प्राप्ति असम्भव है।

इस पंक्ति में वास्तविकता का बड़ी गूढ़ता से उद्घोष किया गया गया है, कि साधक यह न समझ बैठे कि हम इतने बर्षों से सविधि साधना सम्पन्न कर रहे हैं अतएव ईश्वर प्राप्ति निश्चित है। हम कितना भी तप–जप-ध्यान सफाई एवं स्मरण आदि क्यो न करलें, बिना मालिक की सहायता के मालिक का प्राप्त होना सम्भव नही है। जिसे वे कृपा करके बोध करा दें, वही जान पाता है। अतः साधक को अपनी साधना का लेश मात्र भो सहारा नही लेना चाहिये। कहने का यह भाव नही हैं कि वह साधना न करें। साधना रत रहें, पूर्ण मनोयोग से पूरी विधि से, परन्तु उसका अभिमान तनिक न हो आसरा हो मात्र मालिक की कृपा का, और वे कृपा करेगें अवश्य क्यों कि वे कृपा सागर है। इस पंक्ति में सहायता शब्द भी अत्यन्त विचित्रता से सँजोया गया है, कृपा भी लिखा जा सकता था। 'बिना तेरी कृपा के तेरी प्राप्ति असम्भव है' परन्तु कृपा में अथवा दया में याचना का भाव झलकता है

सहायता में मुख्य कार्य भार साधक अथवा अभ्यासी पर है। मालिक तो परिश्रमी अभ्यासी को उचित समय पर तनिक सहारा दे देंगे और नौका पार हो जायेगी। शिशु सीढ़ी पर चढ़ने का प्रयास करता रहता है। माँ देखतीं रहती हैं, और उचित समय पर जरा सा अवलम्ब दे देती हैं और बच्चा ऊपर चढ़कर मगन हो जाता है। यह हैं सहायता का स्वरुप। कृपा में तो मां गाद में उठाकर ऊपर बिठा दे, परन्तु उसमें साधक का क्या योगदान है। सहज मार्ग साधना पद्धति तो यह प्रतिपादित करती है कि हम अपने कर्त्तव्य का पालन करे। "प्रभु तो स्वयं अपने अंश का निर्वाह करेगे ही। कर्मण्ये वाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन्" प्रभु को सहायक रुप में ही ग्रहण करना बाँछनीय हैं। "God helps those who help themselves"

★ प्रश्न : वहाँ पहुँचते हैं तो होश तो रहता नहीं, फिर याद कैसे रहेगा ?
उत्तर : वहाँ पर बेहोशी में होश रहता है।

★ प्रश्न : क्या transformation or elevation साथ साथ होता है ?
उत्तर: तीनों क्रियाएँ साथ साथ चलती हैं। १- Cleaning 2- Divinisation 3- Sensitivity. यह तीनों चीजे transmission से पैंदा होती है।

अहमदाबाद [१-५-७६]—एक छोटी सी बात हम आपको बताते हैं हमारा Present level यह है कि जो mind कहता है–जिस बात को–वह हम करते है। होना यह चाहिए कि हम कहें बह mind करे। बस इतना सा chang आप कर लीजिए फिर improvement देखिए किस कदर होता है।

Moral और behaviour रूहानियत की जान है।

कमियाँ हर शख्स में होती हैं मगर इन्सान वह है जो उन्हें कम करता चले।

जितने लोग बढ़ेगे उतना benefit आपको ज्यादा होगा।

(पूज्य बाबू जी महाराज)

मुखर मौन

(भाई शिवलिंगप्पा इंगलगी जी, सेडम)

सहज मार्ग साधना में साधक जब पावन तर प्राणाहुति को तत्परता से आकर्षित करता है, तो वह सुधबुध खोकर मौन और तन्मय हो जाता है। वाकई वह अजीब गूंगा सा बैठा नजर आता है, वह धीरे धीरे अंतर्मुखी बन तो जाता है, और कृपा सिन्धु में डूबता चला जाता है।

अनुभव से पता चला है कि अक्सर साधक गण "मौनता" से अनभिज्ञ हैं। जब कभी समर्थ सद्गुरु महाराज या प्रशिक्षक भाई मौन प्रकट करते हैं, तो अक्सर लोगों की यह शिकायत रहती है कि पहले पूज्य गुरु महाराज या प्रशिक्षक भाई बातें खूब किया करते थे, अब मौन धारण क्यों? इस गलत फहमी में वह मायूस बन जाते हैं। बात ऐसी है कि पूज्य गुरू महाराज या प्रिसेप्टर महोदय वात्सल्य के साथ साधक पर कृपा करके आरम्भ में आने वाले को उपासक बनाने की तैयारी में अधिक बाते करते हैं, और उसे हिम्मत देते हैं। इस प्रथम दर्शन और गुफ्तगू में साधक को विश्वास हो जाता है कि हम उनके हो गये। जब हम उनके और वह हमारे हो गये तो आरम्भ की अधिक बातौं की अब आवश्यकता ही नहीं रही।

न जाने क्या बात है कि अक्सर लोग इस सहज त्वरित फल दायी मौन रूपी सहज तत्व से मुँह मोड़ लेते हैं, और अपने ही काल्पनिक जगत में रहना चाहते हैं।

पूज्य बाबू जी महाराज हमारे कल्याण के लिए कह चुके हैं कि "इधर से तोड़ और उधर को जोड़" Turn your head this side and there in Reality" वे हमारे सच्चे मार्ग दर्शक हैं। उनके विचार तथा आदेश के अनुसार चलकर मंजिल तय कर लेना ही बंदगी की दलील है।

अब हमारी संस्था (Mission) सारे संसार में फैली हुई है। सिर्फ फैली ही नहीं अपितु कई लोग सहज मार्ग को अपना कर जीवन धन्य बना लिए हैं। इतिहास साक्षी रहेगा कि कुल ब्रह्मांड का कल्याण सहज मार्ग से ही सुसाध्य है।

परम पूज्य बाबू जी महाराज का कहना है कि "मैं केवल भारतीय (Indian) ही नहीं अपितु सारे विश्व का बाशिन्दा हूँ। पूरे ब्रह्माँड के बाशिन्दों के लिए मैं सेवा करूंगा"

अब प्रश्न उठ सकता है कि इस 'मुखर मौन' के रहस्य को किस प्रकार जान सकें? जवाब सरल है कि हम साँप्रदायिक तथा कल्पित धारणाओं से तुरन्त छुटकारा पाकर अहंकार रहित होकर श्रद्धापूर्वक सद्गुरू पूज्य बाबू जी महाराज की ही शरण ग्रहण करे।

इस बारे में "सहज मार्ग साहित्य तो काफी तौर पर मार्ग दर्शक है। हर जटिल प्रश्न को आसान शैली में हल किया है।

सहज मार्ग में केवल जबानी जमाखर्च नहीं, अपितु साधकों की त्वरित उन्नति के लि पूज्य बाबूजी महाराज प्राणाहुति शक्ति Power Transmission सारे विश्व में बरसा रहे हैं। खेद इस बात का है कि साधक गण ठीक ढंग से उसे ग्रहण कर नहीं पाते। जो ग्रहण करने योग्य बन गया वह मैदान जीत गया।

अनन्त यात्रा

इस स्थायी स्तम्भ के अन्तर्गत श्री 'बाबूजी' और सन्त कस्तूरी चतुर्वेदी के बीच पत्र-व्यवहार क्रमशः प्रकाशित किया जा रहा है। इसमें अध्यात्म एवं ब्रह्म-विद्या सम्बन्धी साधना में अभ्यासी की प्रगति का एक सम्यक व्यवस्थित वास्तविक विवरण प्रस्तुत है। उक्त विद्या को वैज्ञानिक अध्ययन एवं अनुसंधान के लिये सुलभ करने की दृष्टि से इस विस्तृत पत्र-व्यवहार का यथातथ्य प्रकाशन महत्वपूर्ण होगा।

क्रमागत— —सम्पादक)

(पत्र संख्या १८३)

लखीमपुर
१०-२-५२

परम पूज्य तथा श्रद्धेय श्री बाबू जी
सादर प्रणाम।

कृपा पत्र आपका पूज्य मास्टर सा. के लिये आया। उसमें हुज़ूर ने लिखा है कि मेरी कुंडलिनी साफ होने लगी है। यह केवल मालिक की ही मेहरबानी हो रही है। जहां जहाँ भी Spirituality (स्प्रिचियुलिटी) के पारस की झलक या निगाह पड़ती है वह जगह फिर कन्चन हो कर ही मानेगी। यह पारस तो मैंने उदारणार्थं ऐसे ही लिख दिया है वरना आप तो जो है सो हैं। जैसे भी हैं लाजवाब हैं। आपने नुक्स पूछे हैं परन्तु मैं तो यह कहूँगी कि यदि अभ्यासी में केवल विश्वास ही दृढ़ हो जावे तो वह यह देखेगा कि उसके नुक्स स्वतः ही डर कर भागने लगेगें कि कहीं आपकी निगाह न पड़ जावे जो तुरन्त ही वे भस्म हो जावें, फिर मोहब्बत की तो बात ही निराली होगी। पूज्य श्री बाबू जी मालिक की कृपा से एक छोटा सा अपना अनुभव लिख रही हूँ वरना मैं थोड़ी ही बुद्धिवाली हूं। कुछ ऐसा देखती हूँ कि ज्यों-ज्यों मनुष्य ईश्वर से दूर होता जाता है उसकी बुद्धि भी वैसे ही वैसे संकुचित होती जाती है मामूली सी बात उसके समझ में नहीं आती और बेकार बहस करके समझता है कि मैंने उस पर विजय प्राप्त करली है। परन्तु वास्तविक बात यह है कि कोई भी बात ठीक से समझना उसकी बुद्धि से परे है। यदि अभ्यासी मालिक के प्रेम की फिलास्फी अच्छी तरह पढ़ ले और उसमें भी कमाल कर दे तो वह जो करेगा जो कहेगा और जो समझेगा वह लाजवाब होगा। मामूली सी बात है आप श्री कबीर का पद तुरन्त ही कितनी अच्छी तरह समझ जाते हैं और बड़े बड़े प्रोफेसरों की समझ में वे पद नहीं आते इसके माने यही है कि उनकी विद्या limited है, उनके दिमाग की पहुँच limited है, और आपकी चीज अथाह है, unlimited है। मालिक की कृपा से जो कुछ आत्मिक दशा समझ में आई है सो लिख रही हूं।

अब तो कुछ ऐसी हालत हो गई है कि लिखते हुये संकोच होता हैं कि शायद यह एटीकेट

के विरुद्ध हो परन्तु 'मालिक' के आगे में उतनी ही स्वतन्त्र हूँ जितना बच्चा माँ के आगे होता है। कुछ यह हाल है कि ईश्वर बगैरह कुछ मेरी निगाह में नहीं ठहरता है। यह सब पीछे छूट गया लगता है। मुझे तो बस ऐसा लगता है कि 'मालिक। मुझे बराबर ऊंचा खींचे लिये जा रहा है। भाई, यह सब उसकी ही शान है और उसकी ही मेहरबानी है। न जाने क्यों उदासीपन कभी-कभी गाढ़े रुप में आने लगती है। कभीं कभी लगता है कि कुछ बादल की तरह मेरे पास उमड़ता चला आता है। भाई बहिनों को प्यार।

आपकी दीन हीन सर्व साधन विहीना
पुत्री कस्तूरी

पत्र संख्या १८४

लखीमपुर
ता: १४-२-५२

परम पूज्य तथा श्रद्धेय श्री बाबू जी
सादर प्रणाम।

कृपा-पत्र आपका पूज्य मास्टर साहब के लिये आया समाचार ज्ञात हुआ। मालिक की कृपा से जो कुछ भी आत्मिक दशा मालूम हुई है सो लिख रही हूँ।

इधर न जाने क्यों उदासीपन की दशा गाढ़े रुप में आती है। न जाने क्यों तबियत में उचाटपन बहुत बढ़ जाता है और तबियत बेचैन रहती है। न जाने क्यों तबियत दिन भर ऐसी रहती है कि दिन भर छातीं कूटा करूँ क्या करूँ परन्तु कूटने से भी आराम नहीं मिलता है। तबियत मालिक के प्रेम में डूबना चाहती है परन्तु मुझसे उतनी हो नहीं पाती। कैसे करूं न जाने मालिक पर मैंने अपना सर्बस्व न्योछावर किया है या नहीं। न जाने वह कैसा है कहाँ है कुछ समझ में नहीं आता है। न मैं ईश्वर को जानूँ न मैं परमेश्वर को जानूँ, और भाई न मैं यह जानूँ कि मैं किसे जानती हूँ। कभी-२ यह हालत बहुत बढ़ जाती है परन्तु न जाने कैसे फिर वहाँ की वहाँ आ जाती हूँ। कभी-२ तो मैं अपने को इतना भूल जाती हूँ कि बैठी हूँ तो बैठी ही रह जाती हूं। कोई कुछ कहता तो मेरी समझ में ही नहीं आता। भाई बहिनों को प्यार।

आपकी दीन हीन सर्व साधन विहीना
पुत्री कस्तूरी

पत्र संख्या १८५ लखीमपुर

परम पूज्य तथा श्रद्धेय श्री बाबूजी २-३-५२
सादर प्रणाम

मेरा एक पत्र पहुँचा होगा। आज कल कुछ ऐसी हालत रहती है कि मैं बिल्कुल खोई खोई सी रहती हूँ परन्तु फिर भी कुछ चैन नहीं है। यह क्यों! नहीं मालुम शायद कुछ खफ्त व पागलपन सवार है। कुछ खीझ भी बढ़ गई है परन्तु बन्दगी साथ में है। शायद यह मालिक की इच्छा है कि बेचैनी हद तक नहीं पहुँचने पाती है न जाने कैसा ब्रेक लग जाता है। कुछ समझ में नहीं आता कि यह क्या हाल है। मैं शायद मालिक से प्रेम नहीं बढ़ा पाती हूं इसीलिये बेचैंनी है। शायद इसी कारण कभी-२ heart (हार्ट) पर दर्द सा उठता है लेकिन धीमा सा। कुछ चिन्ता न करियेगा।

पूज्य श्री बाबूजी न जाने क्यों इस खफ्त में 'हाय-हाय' थोड़ी सी ही देर करने में कुछ मजा अवश्य है परन्तु मैं तो उस मजे को भी नहीं जानती हूँ। यह जरुर है कि 'इस हाय हाय के बाद उचाटपन शान्त हो जाता है और उदासी वाली हालत भी लगातार नहीं रहने पाती है। परन्तु बेचैनी वाली दशा लगातार नही रहने पाती है। कभी-२ पूजा करने के बाद वायुमंडल ही बदल जाता है कुछ अजीब गम्भीर (अविचल शान्ति) सी कैफियत हो जाती है भाई बहिनों को प्यार।

आपकी दीन हीन सर्व
साधन बिहीना पुत्री कस्तूरी