

Sahaj Marg

सहज मार्ग



Bi-Monthly : Spiritual

Reg. No. RN 12620/66

Gram : SAHAJ MARG

Phone { Resi. : 2667
Ashram : 2575

No. 4

July : 1982

SHRI RAM CHANDRA MISSION
SHAHJAHANPUR, U.P. 242001



सहज मार्ग

उत्तिष्ठत जाग्रत प्राप्य वरान्निबोधत ।
(उठो ! जागो ! गुरुजनों को प्राप्त कर ज्ञान — लाभ करो)

वर्ष—२५	संवत् २०३६ विक्रमी	Year—25
अंक—४	Year—1982	No.—4

— 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.

— CONTENTS —

English—

1	Laya Avastha in Brahm — Shri Ram Chandraji - President	I
2	Vairagya — Bro. C. Rajagopalan, Ahmedabad.	III
3	Beloved Master — Elizabeth McWeeney	IV
4	Silence — Bro. K. K. Moorthy, Nellore (A.P.)	1
5	Satsang — Bro. S. Shanganarayanan, Madras	3
6	Constant Remembrance — Bro. S. Subbarao, Kakinada, (A.P.)	6
7	The Master and the Mission — Bro. S.V, Raghavan, Hyderabad	9
8	Sahaj Marg - The Master. the Mission and the Method — Bro. Y, N. V. Murty, Vijayawada.	13
9	Garland of Hearts — Bro, B. T. Sharma	17
10	News from Headquarters	19
11	Clarification	21

हिन्दी—

१-	सहज मार्ग—बहन कौशल्या वर्मा—सीतापुर उ०प्र०	अ
२-	अखलाक (चरित्र) — (समर्थ गुरु, श्री रामचन्द्र जी महाराज, फतेहगढ़)	१
३-	कम सामान अधिक आराम—[अध्यक्ष श्री रामचन्द्र जी महाराज, शाहजहाँपुर]	३
४-	अनन्त यात्रा	५
५-	गुरु और शिष्य—भाई रघुनन्दन प्रसाद जी, 'इन्द्र' लखीमपुर-खीरी	१०
६-	सहज मार्ग में ध्यान—भाई हरिमोहन तिवारी, कन्नौज उत्तर प्रदेश	१२
७-	सहयोग—भाई मिश्री लाल जी, सीतापुर उत्तर प्रदेश	१४



SAHAJ MARG

Laya Avastha In Brahm — Shri Ram Chandraji - President

THE goal of human life, at its lowest, is liberation and this is thought to be all and enough. But happier man is he who steps further in the realm of God. In my opinion liberation is a very narrow view of the Reality, because we have to travel on and on to reach the ultimate-Destination of man. When the charm of liberation is there we forget the next and real step and that is a common error in human beings. It is also the fault of the Master if he does not encourage his disciples to go at the highest which we call Laya-Avastha or the absorption in Brahm. At every stage, the Master should

encourage his disciples not allowing them to stay before this Laya-Avastha-in-Brahm commences. The difficulty may arise with the Master himself even, when he is of the highest calibre in cases who do not totally adhered to the Divine Principle. There and there may be the worshippers of God with all his paraphernalia but you cannot call them the real worshippers. The real worshippers are those who worship one and one alone. They should throw their responsibility totally on God not even peeping towards any other side. When you are attached to one, He will be responsible for your work, and when you are attached to

so many, they feel the responsibility but will make you the sharer of what they have and in that case every thing becomes unreal-reality. Real purity can dominate only when you are attached to the Real Being. It is the duty of all the preceptors of the Mission to link every-body with the purity of the highest nature.

When a man gets into the Central Region and crosses the seven rings of Splendour, he enters into the stateless-state and goes further on. Then the Divine-wisdom dawns on him. Afterwards comes to Divine knowledge and then the Vision of the Absolute. May God bestow this condition on all our Abhyasis. But the thing does not end here, because the turn of Laya-Avastha comes now. What I have written here is now the work of God and not of the Preceptor, but still he is of great help. Although it is the end of all our activities still there is some thing there when we are in the infinity. I have written in "The Efficacy of Raj Yoga in the Light of Sahaj Marg" the word "Swimming". When the Laya-Avastha-in-Brahm

commences there is a very fast rotation below the navel and there control is needed and it is the work of the Master who may do it by any means. Then the same rotary movement travels above and reaches at stages in the occipital bone, Now the process is complete but, some times, a little force in the brain continues, which diminishes gradually. This is the condition hardly bestowed upon human beings but to him alone who is dead to world and solely alive to God alone-in other words, one who becomes "living dead". The Devas we worship have not even got the air of the highest. They have got the limited view of the Reality wanting absolutely in freedom,

No amount of Bhakti or Tapas can bring such a result. There is only one remedy; that we should attach ourselves to such a Master who has got this stateless-state, divorcing every other worship except that of God Absolute in Right-form.

(Re-printed from 'Sahaj Marg'
July 1968) ●



VAIRAGYA

Bro, C. Rajagopalan, Ahmedabad.

PREACHERS of Religion and Philosophers generally glorify Vairagya or Renunciation as a very high stage of attainment of spiritual seekers. Our Master, while explaining the vedantic "Sadhana Chatushtaya", clearly mentions that 'vairagya' is not a sadhana or means of attainment, but is just an elementary attainment in yoga. All sincere Abhyasis of our Mission, experience this mental stage of Vairagya, automatically after some period of sadhana. Though 'Vairagya' is a necessary state to be acquired in one's early spiritual journey, it is quite a dangerous state, as far as the individual is concerned, in relation to the society in which he lives. This is because, the condition of renunciation is accompanied by an aversion to worldly objects (the degree of aversion might vary from person to person). Master, therefore, quickly takes one further on the path, so that this aversion aspect of vairagya is removed from the abhyasi.

The following details from my personal diary, form an instance in

which Master removed the tendency of repulsion towards worldly objects – a characteristic feature of vairagya. After about two and a half years of abhyas, I had developed a peculiar state of mind, when discussion of any topic, other than Master or spirituality, used to positively irritate me. While I enjoyed satsangh, even if a senior brother satsanghi switched over during a conversation, momentarily to a material topic, I used to feel extremely intolerant within, I was becoming quite unfit for any cordial interaction with society at that time. My close relatives started fearing that I would become a runaway-cum-recluse and were criticising me for my boorish aloofness. In fact they felt that I was artificially restraining myself from my earlier natural gregariousness. Some abhyasi brothers and sisters also gave me an appellation of an 'Extremist'.

It was at this juncture, that Master gave me an opportunity to be with him for a couple of days. Having obviously read my state of mind, he

asked me to sit before him for an individual sitting. During the sitting, I was praying for Master's physical health and mentioned this to him, when he asked me how I felt during the sitting. But he, instead, mentioned that there was a lot of irritation within me, which was quite shocking to me.

The full meaning and effect of this was understood by me only a month or so later. I found that since then, subjects other than Master, though they left me cold, did not irritate me any longer. I almost incredibly felt that I had acquired a new ability to commune with worldly objects and subjects without internal aversion.

Almost every abhyasi can relate such personal instances, to show how Master takes care of us at each and every step, once we enter the path. An expert guide alone can provide, such step by step guidance to a sadhaka apart from basically providing him with a perfect model to emulate, Master thus quietly guides each one of us, starting our practice with Shama-peaceful condition of mind and will naturally and graciously take us through Viveka, Vairagya, Dama, Uparati, Titiksha, Shraddha Samadhan and Mumukshutwa. The meanings of these Vedantic descriptions of stages of attainments are automatically understood when they are practically experienced with His gracious guidance. ●

BELOVED MASTER ✨ Elizabeth McWeeney



In the scent of flowers
I wakened to your coming.
In the dawn light,
After the hazardous night
I knew you near
Where you had been
From year to year
By me unseen
And now just glimpsed.
My search has ended
I have begun
Knowing I was the traveller
You the constant one.



SILENCE

Bro. K. K. Moorthy, Nellore, A. P.

SILENCE, Silence, Silence. There is silence within, there is silence outside, and silence is there, everywhere. Everything comes from silence and exists for some time, again disappears in silence. Silence is the beginning and silence is the end. In the middle it is not noticed because the balance is lost and we live in violence. Before the creation, there existed everything in the form of nothing. This nothingness was there in silence. Silence has a very great significance in our life because this life itself has sprung out from silence. Have you ever observed the Nature's Work Shop? How silently it works; produces everything that we need for our existence; goes on and on doing the work ceaselessly in the form of CHANGE. Whereas we? We cannot even breathe – silently what to talk of other activities! So, all the Sadhanas that man does are meant only to achieve silence, the home-land, the boundless hidden treasure. After tapping this source of all sources, how man feels is inexplicable.

What comes, always goes. Silence, neither comes nor goes. It is beyond birth and death, continuous unbreakable and beyond change. It was there, it is there, and it will be there. Neither silence can be seen nor heard; nor can it be perceived through our indriyas. It is beyond perception, and is infinite. What you see is only change. There is continuous change, afflux everywhere and always. Every thing is unique, "Whatever is", is Truth, You are and so, you are Truth; there is no need to achieve it. Where and how do you find your existence? In silence and through silence only. So, truth is, but where? In silence.

Whenever any movement or action takes place waves start. They may be called as sound-waves, light-waves, air-waves, water-waves, current-waves, thought-waves or you may call by any other scientific term. But when the waves pass through, in space, they move round in all directions and form a cover or a layer over the

surface of the silence. Once a wave is started, it never ends; goes on and on, creating vibrations according to the force with which it starts. Likewise, many waves from multi-directions move in circles, dash each other, clash each - other, cut each other and exist in making and breaking the net work of waves and create a state of confusion and chaos in the space.

Today, we all know the entire space is polluted by the various types of waves may be physical, mental or spiritual. But, they, are there vibrated by all animate and inanimate things present in the Universe. This is the reason why man is restless. Though he wants to be calm, he is not allowed by the vibrations around him pestering and penetrating his thoughts and making him mad. This is the reason why he is not present where he is. We are all living in violence, surrounded by violence, committing violence. Here, by violence I men disturbing the balance and breaking the silence. The very first thought of God vibrated and re-vibrated, caused a stir, which disturbed the original balance and broke the silence. So, what to talk of man? When the life-force sprang out on the very first stir, there was a desire at the root. "I" was the hidden treasure and "I" desired to be known; So 'I' created, creation in the order that I might be known".

Since then, by the force of cause and effect, action and re-action vibrations started, meeting, beating, cutting and crossing each other which created a net - work over the surface of silence. So, today there is no wonder that the living man cannot even imagine the ESSENCE of his life which was in SILENCE kept under BALANCE which is beyond VIOLENCE. UNLESS he wills to pierce through the violence, he cannot peep into silence.

This is possible only when man does sadhana, This is what we do in Meditation. All our awareness treating the thoughts as uninvited guests and directing - our moving force i.e., mind's attention towards the beating point of the heart is to dive deep into the core of the heart, which is the ocean of Silence. Pujya Babuji says, "One has to dive deep into the ocean to get pearls". Even at this surface level you may find rattling noises of suitable waves of Samskars and Vasanas. We proceed still further piercing through them. There we may touch the universal spell-bound silence in Silence for a fraction of a second which is beyond human expression. This may or may not happen even once in the entire one-hour meditation. Our job is to silence our tendencies, and proceed further, maintaining Silence with an

(Continued on page 5)

SATSANG

Bro. S. Shangaranarayanan, Madras

SATSANG gives each and every abhyasi an opportunity to associate and enjoy the divine vibrations of our Revered Master and to share such an experience amongst our brothers and sisters.

Most of us do not understand that disease, incapacity, doubt, falsehood, etc., are all caused due to wrong association and company. But association with abhyasis bids farewell to all bad things both in thought and action and helps shape the abhyasi in the right manner.

Many of us are aware that in the good olden days kings used to send their children to saints for training, not for the sake of education alone but for the sake of Spirituality in the company of other spiritual pupils.

For any beginner in spirituality, temptations and maya play a major havoc and to overcome these, association with spiritual persons becomes

an absolute necessity. This is possible only by means of Satsang.

Master had said several times that whenever two or three abhyasis join together and meditate, even without a preceptor, 'HE' is there. What happens at such a Satsang is that the strongest Divine current of one person strengthens the others meditating along with him and the vibrations of the Master's transmission are felt. But if the abhyasis assemble under the name of Satsang and start gossiping without going deeper into their own hearts to find Master, such Satsangs are absolutely useless.

In Satsang, the environments also get cleaned because of the unified thought of Master. The building up of a conducive environment for a beginner-abhyasi is through the association of spiritual persons in Satsang and meditating along with them in all earnestness. Whatever may be a person, by keeping company

with spiritual brothers and sisters and doing Satsang, the greatest benefits are bestowed upon him. The stronger vibrations of a person get attracted towards the weaker and influence thereon. In Satsang such stronger vibrations of true seekers of realisation naturally get attracted to abhyasis of weaker mind. Even in schools the teacher advises the average pupil to associate and study with intelligent students, so as to improve himself. If one wants to achieve the Goal in the life-time of our Revered Master, one should associate himself or herself with Satsang and spiritual persons of our Mission and reap the fullest benefits.

Master loves even a single person who is devoted. There must be absolute love, trust, faith and surrender and above all, abhyasis should have a craving for Satsang, which develops brotherhood too.

Vast gatherings of abhyasis with confusion in thought are not required. Interest for music, gossiping and intellectual expositions are not wanted. Earnestness and unity in mind and attunement with Master and His transmission with quietness are all that are needed in Satsang. Really speaking, abhyasis who are totally attached to Master will never be carried away by any other thing, than reaping the fruits of meditation.

Let us not be worried about the absence of a common place for group Satsang. Small places where a few devoted abhyasis could gather would be ideal for Satsang and the company of a few abhyasis who are totally devoted to the Master and the Mission would bring tremendous quick results.

Members of Satsang-group should not spend their time by exchanging experience or listening to one another. Abhyasis should spend time quietly after meditation and disperse in the thought of Master.

Let every one assembled in the Satsang involve His presence in the temple of his heart. No importance should be attached as to who comes or not to the Satsang. Sincere abhyasis will always remain in Satsang.

Forget not that group meditation or Satsang protects the new abhyasis as also the experienced ones.

Fortunately for us, Master has not prescribed any punishment for abhyasis who are not regular in Satsang. But the fact remains that those who remain away from Satsang succumb to worldly influence and past samskaras. They could further progress only when they attend Satsang.

Satsang holds people together because each individual abhyasi has a craving for Reality. So, they often want to have more and more Satsang and the power of Master flows uninterrupted,

Abhyasis strengthening their own vibrations by associating with other abhyasis develop fellowship too. One finds that all barriers - material or spiritual - are all removed and dissolved. If an abhyasi really loves Master, his love for Satsang cannot be less. Divinity, love, consideration for other brothers and sisters are all totally dependent upon Satsang and true abhyasis can never therefore afford to miss the Satsang.

The practice of meditation in Satsang will lift up the abhyasi from the unfortunate state of stagnation. We should again remember that when an abhyasi starts meditation, his environments become stronger than his own capacity or will to tread the spiritual path, and hence Satsang is capable of bringing the consequent benefit. It is the bounden duty of each and every abhyasi to give our loyal support to the Mission Centre in every way. Be aware that it is the Master who is running the various centres and not the individual Preceptor-in-charge. Let us all be united in our thought and spirit and attend Satsang regularly and pray Master to be with us always, ☉

(Continued from page 2)

Iron will and burning desire, waiting for His Grace. We may do sadhana for tens and hundreds of years on our own; but unless we gain a TACT to direct the moving force within our self, it may become impossible to reach the other end. Here comes the

need of a worthy Master failing which there is no guarantee to reach the homeland for generations, which our Revered Master calls a "State of Statelessness" or "NEGATION OF NEGATION" - THE HOME LAND.



CONSTANT REMEMBRANCE

Bro. S. Subbarao, Kakinada, A.P.

1. What is Constant Remembrance ?

TO remember is to keep in memory. It is also calling back to mind the memory of something. To remember is not to forget. The act of remembering is remembrance. That which goes on all the time or recurs frequently is said to be constant. That which is firm, faithful or unchanging may also be regarded as constant. So if we keep anything in memory without forgetting it, or call back to mind the memory of something and continue to remember it all the time, it is constant remembrance. If this constant remembrance is blended with firm faith and unchanging devotion it is something like adding fragrance to gold. It is this type of constant remembrance that our most Revered and Beloved Master, Pujya Babuji, expects of the abhyasis so as to enable him to help them to the utmost possible extent.

II. Importance of constant remembrance :

An abhyasi of Sahaj Marg has a clear and definite goal before him. It is God-Realisation. It is very difficult and even impossible to attain it without the help of a capable Sadguru who has already trodden the path. The abhyasi is very fortunate and lucky in having Babuji as his Guru, who is always ready to accept and guide a sincere abhyasi. So the abhyasi should make complete and whole-hearted self-surrender and submission to him and behave like a patient at the hands of a surgeon on the operation table. In such a case Babuji takes the entire responsibility. The abhyasi is only to cooperate with Him. How easy and light his task has become, There are various ways and means of giving cooperation. The abhyasi's great love and devotion for firm faith in, and complete dependence on Revered and Beloved Babuji remove the obstacles and make the way clear

and smooth for him. The more he is devoted to Master, the better will be his progress. It has been the common experience of many people, not to speak of a few exceptions here and there, that, so long as they are in the holy atmosphere of a sacred place, their mind is free from evil thoughts and designs. On the other hand, it is filled with good and noble thoughts. Let us just imagine how an abhyasi feels while his mind is engaged in the remembrance of Master, As every abhyasi of Sahaj Marg knows, the bad thoughts already present in the mind are driven out, while good and noble thoughts are entertained. From this it follows that the more the abhyasi thinks of Master with love and devotion, the more divinised he will become and consequently he will be taken nearer to his goal. In the light of these observations, let us now ponder over the importance and significance of constant remembrance which enables the abhyasi to have the maximum benefit within the minimum possible time.

III. How to practise constant Remembrance ?

Having thought about the importance of constant remembrance, let us now try to know about the various factors that contribute to it,

Very often we shall be thinking of those who are very near and dear

to us and of those from whom we have derived some benefit or hope to do so sometime in future. Let us just pause for a moment and consider how many times more and how oftener should we be thinking of Master who is dearer to us than the dearest, nearer to us than the nearest, and more beloved than the most beloved ! This feeling keeps us in constant remembrance of Master. For, our spiritual progress and for every thing else we have to depend on Him entirely. So we should make complete and whole-hearted self-surrender and submission to Him so that He may shape us in whatever manner he thinks suitable and necessary, and take us to our goal by the easiest and quickest possible means, within the minimum possible time, by the unparalleled and most efficient methods of transmission and cleaning. This consciousness of self-surrender and the goal we set before us keep us in constant remembrance of Master. We feel that He is our father, mother relative, friend, Guru, Master, God and everything. It may seem strange that Master is compared with mother also. Let us view his relationship in the light of the following common experience. Suppose one receives a heavy blow from behind unexpectedly. At once, he cries 'Amma' (mother) ! This is a common experience with most of the people. In emotion also,

of whatever nature it may be, one exclaims 'Amma' (mother) ! It is quite natural, because the mother's love for her child is very deep. That is why it is said that an ocean's depth can be found, but the mother's ocean of love for her child is unfathomable. In short, what I want to drive at is that our remembrance of Master should be in all the above mentioned relationship and even more. We should have the feeling that He is everything to us. This keeps us in constant remembrance. But the abhyasi should not feel content with thinking of Master more often and most often. Let it go to the extent of super superlative.

Our night prayer has got much significance and it is very effective. If we go to bed after night prayer with our mind and heart filled with the feeling of love and devotion for our Master, this mood continues in sleep also with the result that we can have constant remembrance of Master even during sleep. Imagining that Master's form identifies itself with that of ours is also constant remembrance.

Special mention may be made of the fact that any kind of service done, directly or indirectly, to the Mission is service done to Master because 'Master' is Mission and

Mission is Master'. So any kind of connection with the Mission which spreads or promotes its activities is also constant remembrance,

Now the question arises as to how constant remembrance is practicable in the case of those who are busy with their office and domestic work and various other obligations and responsibilities. It is, of course, a genuine doubt. But the difficulty can gradually be overcome. Before an abhyasi begins to do any work, let him think of Master, Let him also imagine that Master Himself is doing the work, Gradually he feels that the work is being performed automatically and mechanically without much conscious effort on his part, Thus the abhyasi can have constant remembrance during such times also at the sub-conscious as well as at the conscious level,

IV. Conclusion.

Constant remembrance of Master gradually leads the abhyasi to the stage at which he feels that every thing including himself, belongs to Master and that he is only a tool or an instrument in His hands. He feels Master's presence everywhere both inside and outside. His whole being becomes saturated with the thoughts of Master. All this can be achieved through constant remembrance, In

THE MASTER AND THE MISSION

Bro. S. V. Raghavan, Hyderabad

ONE of our Satsanghi brothers said the other day, 'the Master and the Mission are one; so serving the Mission is the same as serving the Master'. This led to the question; "what constitutes service of the Mission and by which service the Master will be pleased most,?"

All of us know that the edifice of spirituality is built on the twin foundations of service and sacrifice. Here the word sacrifice is used in the sense of offering. Service again can broadly be divided into internal and external modes. There are many ways of serving the Master but the attitude governing all such forms of service should be one of dedication without the idea of either self or personal profit, in fact, each act of service should be made in the form of a loving offering at the feet of the Divine Master with no expectation of reward or recognition,

Taking up next the term 'Mission' we are faced with the issue as to

what constitutes the Mission in real terms. The Mission again has two aspects - internal and external. To outward appearances it starts from Ashram building and its physical accessories such as carpet, furniture and extends upto the organization of the Mission, the rules governing the association of its members, its objectives and methods of their realization, its place in society and so on. From the external point of view the Mission can be regarded as the organ founded by the Master to propagate His Message, the methods of sadhana and spiritual training and social objectives listed out in the prospectus of the Mission issued at the time of its formation as a voluntary association of individuals dedicated to the spiritual uplift of humanity. Rather it is the body of the Divine Master who is its indwelling witness, animator and controller i.e upadrashtara, upayantha and antarayamin. It is a composite service of the Master in the sense that the Master is working through the members of the Mission for

fulfilling the Divine purpose as if they were so many of His external bodies. Here the term body is used in a complete and integral sense which includes the soul and all its faculties. As is known in the conventional vedantic parlance, defects may be there in the body which is composite but not in the indwelling spirit which is unitary and one. In the same way the Master who is the guiding spirit of the Mission, is perfect, whereas defects could be spotted here and there in the instruments with which the Master is implementing His plans. After all, there can be only one perfect Master at any given time. The secret of His success despite the short-comings and failings noticeable in his instruments is only His perfect-will. None can question Master's choice of His instruments for, He knows best.

The service of the Mission in external terms could mean any of the following ; donations, physical work carried out in the course of Ashram construction, or equipping it with various accessories, contributing articles to the Mission's publications, presenting the ideals of the Mission to the public at large, enrolling new members, organising Mission functions, conducting tours for the purpose of spreading the message etc. Any one of these types cannot be compared with any other for judging superiority

or inferiority of type vis-a-vis earning merits in the Master's eyes. Each type of work is to be taken up by the individual according to the dictates of his own heart, the need for such service at the time, and most certainly his own suitability to render such service. The individual who is all too eager to contribute his mite can easily be blind to his short-comings in his all-consuming eagerness to be of use save according to his manner of thinking. This amounts to artificial thrusting of one's self when it is not needed creating in its wake misgivings and heart-burning in the individual when his offer is not encouraged.

Perhaps such disappointments result due to our regarding service as a commercial transaction. In day-to-day world we get paid for services and in cases special rewards accrue for exemplary service. The idea of associating reward with service leads to many errors which the serious seeker had better do away with, for, if un-noticed and unrectified they will poison the very roots of the tender plant of spirituality.

One such erroneous notion which may arise out of it is the view that Master must be an equal opportunity employer. For, by rendering service to Master, one earns spiritual merits and

Master should create such opportunities for all the aspirants so that they may progress in the path. If in the view of the seeker, he has been denied the opportunity, he tends to suspect Masters impartiality. Another fallacious notion centres around one's own deservingness and record of service. We all think that we can – stress is on the word 'can' – serve the Master and not stopping there, we enumerate the number of occasions we had been of use to the Mission and the meritorious nature of such deeds, we conclude that with this amount of service we should have accumulated so much of spiritual merit, when our real achievements are disclosed to us we are shocked in utter disbelief and start imparting motives to Divine Master and complain of His indifferent attitude towards our noble selves. The fallacy arises here because of our placing ourselves in the seat of judgement and apportioning of credit. The real servant leaves the Master to judge his usefulness to Him.

All of us are used to externalization, so it appears to us quite easy to take up the external service of the Master and Mission, which includes services to the physical person of the Master. Just as grossness develops by unthinking and mechanical attitudes to worship, the same can also develop

in the individual who is indulging in rendering service in a mechanical way with a calculating frame of mind. The service is no longer backed by feelings of love and devotion but has turned into mere lip service, mouthing of platitudes and empty gestures. Such service becomes a cause of annoyance and even an acute burden to the Master as it carries behind it a lot of artificiality and ill-concealed motives of personal gratification. The longer it is continued the chances are good that the aspirant starts harbouring feelings of jealousy and intolerance towards those whom he considers as favourites of Master and even disaffection towards Himself. The servant is full of his own glory and the Master is having no place in his heart, what a fall this can be is left to the better judgement of the reader.

The above shows the fallacy behind the idea of voluntary service. Volunteering indicates some prominence of the ego of the volunteer who has already concluded about his own suitability to the role and is considering the acceptance of his services by the Master as a mere formality. No wonder when his offer is not accepted he becomes severely disappointed and starts questioning the wisdom of Master in accepting another in his place. Later on, he

becomes critical of the latter's working, all the while lamenting Master's wrong choice. There are yet others who do service or make offerings with a sense of personal loss, treating such losses as unescapable investments for securing higher stages. This is hardly service in the real sense; it will be a lot better if such people desist from service.

Let us briefly review the internal aspects of the Mission and the service to it. There are many disciples but few followers of the Master. The real service to Master consists in the first place of unquestioning obedience to Ten Commandments of Sahaj Marg. It is not only acceptance at the intellectual or even heart level but close adherence to them in all aspects of one's life. Only the living of such a life can change the environment and attract our fellow beings to the spiritual path, The measure of our own conviction in piety and godly living as virtues inalienable to our service and the degree to which our lives are moulded in like manner decides the extent to which we can involve fellow feeling and piety in others. Living such a life, we will be automatically participating in the Master's great work which is one of preparing a new world order founded in spirituality. Again we become

without our knowledge pliant instruments in the hands of Master cooperating totally and absolutely with Him as He takes us as along. Then the outer aspects become secondary. Mere adherence to outer forms without inner moulding amounts to deceiving God and Master !

A good example of the state a real servant should be in, is provided by Hanumanji who was always in a state of forgetfulness. The abhyasi's work is merely to be drowned in His thoughts and it is upto Him to allot a suitable work to the devotee. Service to be real should be purely involuntary i. e. a second nature to individual. Just as it is but natural for the Sun to shine and the tree to provide shade, so also it must be absolutely natural for the abhyasi to serve unobtrusively and even without his conscious knowledge. Just as the squirrel in Ramayana performed its little bit of assistance unasked, and unmindful of the significance or otherwise of its act, and even as the mother serves her children with total disregard to her own self, and absolute concern towards them, so also we should aspire to serve the Master.

However, such a state of service is a high spiritual attainment which

Sahaj Marg - The Master, the Mission and the Method.

Bro. Y. N. V. Murty, Vijayawada.

OUR Revered Master, Shri Ram Chandrajī Maharaj of Shahjahanpur, Founder – President of Shri Ram Chandra Mission, was born on 30th April 1899. He is a householder, who is married and has shouldered all the responsibilities of family life. He has experienced all the joys and sorrows and miseries of separation that we usually suffer in our lives. It is indeed marvellous that while living a householder's life he has developed the divine capabilities to be a Master of spirituality also. He is a living example of his own teaching that both the spiritual and the materialistic sides of life must go together and are inseparable. His spiritual attainments were so high that our Grand Master, Lalaji Saheb, chose him to be his representative and successor in the spiritual field. Lalaji laid the foundation of a modified system of Raja Yoga as "Santmat".

Lalaji left his mortal coils on 14th August 1931, and Babuji founded

Shri Ram Chandra Mission at Shahjahanpur (U.P.) on 31st March, 1945, in memory of the Grand Master. During the intervening period of about fourteen years between the passing away of Lalaji and the establishment of the Mission, Babuji got further perfection. Due to the special discoveries and inventions made by Babuji in the field of spirituality the new name 'Sahaj Marg', which means the natural path to God Realization, descended into his mind and thus the method thenceforth came to be known as 'Sahaj Marg'. It is said that we should not look into the origin of rivers and saints. If we look at a river, we find that it is a small brook gushing out of a mountain top, but as it progresses it flows into thousands of miles of territory. The same fact holds good with regard to institutions also. Our Mission had ~~also~~ humble beginnings. I remember an Abhyasi from U. P., whom I met at the Master's Birthday Celebrations at Bangalore, telling me that he was an abhyasi since the year 1958 and

that during those days not more than thirty or forty persons used to sit before the Master and meditate, But now within a brief span of about twenty-two years our Mission has become a worldwide organisation with about 113 training centres in India and some training centres also in about 18 countries abroad. Besides this, there is a Sahaj Marg Research Institute at Tirupati in A.P. which is functioning under the guidance of our Master.

Shri Ram Chandra Mission is an educational and charitable institution. Its object is to train abhyasis in spirituality through the Preceptors who are appointed by the Master considering the needs of the locality and the people. It is also a charitable institution in the sense that no fee is collected for imparting training in spirituality. Donations given voluntarily are accepted and are exempted from Income-tax. There is no Guru-chela relationship as all are regarded as associates by our Master.

The method adopted for spiritual training in the Mission is Yogic transmission or Pranahuti with a view to attaining the highest goal of God-Realization in one life or even a part of a man's life. The method is simple meditation on the divine light present

in our heart. In this system thought power plays a predominant part. The Master or Guru by the application of his own psychic powers awakens the dormant intuitional forces of the aspirant towards the proper moulding of the Abhyasi's mind in a natural way by removing all the complexities, solidities, darkness and obstructions therefrom. In meditation prescribed under this system the lower vrittis or tendencies of the mind are suspended and in their place the highest vrittis take charge. Later divine thoughts take charge of the higher vrittis.

Our Professor of Ancient History used to say that the greatest genius of those days could not have thought of a better thing in our country than a social structure based on the division of labour into four classes, namely, the teaching, the warrior, the trading and the cultivating classes. Likewise, it is difficult to conceive of a greater genius in modern times than the one who has invented and perfected the system of yogic transmission or pranahuti.

The Abhyasi's progress in Sahaj Marg will be rapid, if he subjects himself to certain disciplines.

Firstly, he must give up all his preconceived notions about God.

Voltaire (1694–1778), a great French writer, when asked to define God, said, 'It is a thing grand perhaps.' We must remember that there is nothing grand about God. He is simple and the method to approach Him must also be simple. To cite a simile used by our Master, "it is quite easy to pick up a needle by means of our fingers but if we apply a crane for the purpose, it may well nigh be impossible to achieve." Therefore, in Sahaj Marg there are no rituals or ceremonies or austerities. The method followed as stated above is meditation under the guidance of the Guru.

Secondly, while meditating, the abhyasi must feel the presence of the Master by thinking that He is sitting before him.

Thirdly, the abhyasi must accept the divinity of our Master. He must regard Him as God-manifest in human form. To an abhyasi who is sincere on the path of spirituality, the Master is everything – 'a lamp to those who look at Him, a mirror to those who perceive Him, a door to those who knock at Him, and a way to the way-farer.' This is not as easy as it appears to be as the idea of the divinity of the Master must get deep-rooted into the Abhyasi's mind as a result of constant remembrance and practice.

Fourthly, Love and Devotion for the Master, must pour out in equal proportion from the Abhyasi's heart.

Fifthly, the Abhyasi should surrender himself to the Master. Self-surrender is complete submission to the Master's will under all circumstances with total disregard of self. He must practise self-surrender as laid down by the Master in his magnum opus "Reality At Dawn'.

Lastly, the Abhyasi should not repent over the time lost in following other systems. Our Master's advice is that we should regard such practices as preparatory ground for spirituality.

We should not forget that in our Mission we are on a higher plane, that is, on the spiritual path, which is superior to religion. If we see a burning log of wood, we see the flame for sometime; after the lapse of time the flame is extinguished and the burning cinders are seen. After still some more time the burning cinders are covered with ashes and become useless. Similar is the case with our religions. All religious forms and rituals have outlived their utility and become outmoded. The abhyasi need not go to places of pilgrimage to seek God. He has to seek God in his own heart.

We all have a load of Prarabdha-karma - both Sanchita Prarabdha and Aagami, which our Master considers as our Samskaras. At the same time we should remember that we have a spark of divinity in us. We must tap that divinity in us by resorting to spiritual practice and at the same time see the divinity in others.

The world as it is constituted to-day is heading towards a crisis. Ungodliness is prevalent everywhere.

Corruption is rampant. There is no respect for moral values. Under the circumstances the panacea for all worldly ills lies in our adopting the path of spirituality. Every abhyasi of Sahaj Marg must regard himself as a torch-bearer of spirituality and must explain the principles of Sahaj Marg to those who are interested in spirituality and lead them God-wards so as to enable them to lead useful life in the service of God and humanity at large. ●



(Continued from page 8)



(Continued from page 12)

short, constant remembrance of Master mingled with intense love and devotion for Him takes the abhyasi to his ultimate Goal-God-Realisation, within the minimum possible time,

Let us all pray for Master's mercy for, without His Grace nothing can be achieved. ●

is conferred upon the individual by Divine Grace. It knows and chooses only those that are fit. But all of us can pray, which perhaps is the only real freedom conferred upon us, to the Master for bestowing such a condition on ourselves. ●



Garland of Hearts

Bro. B. T. Sharma.

PUJYA BABUJI MAHARAJ has said that Divine Grace would descend on the earth in the human form to fulfil the needs of nature. For all practical purposes, their feelings are the same as any other mortal being but for Their Being. Naturally, it means that they do have body-consciousness of a kind.

On several occasions I met a certain sadhak claiming that he lost body-consciousness during such and such a meditation or sitting etc. While agreeing with the correctness of the feeling, I would like to indicate that it should not be mistaken with the absorbancy and lightness that are being experienced during meditation. Perhaps the expression may be misconceived. In my own experience shedding of tears and wetting of eyelids are felt during meditation. I do not feel that this is losing body consciousness, It is similar to the feeling of a man drinking water and wiping his lips. If the question of losing body-consciousness arises, I am afraid

to say what will happen. Perhaps a hypnotised subject may be a good example of a person who has lost complete body-consciousness.

Sahaj Marg teaches us through the first commandment itself to take a good care of the body. Taking a birth in human form and that too along-side a special personality born with a purpose is a sweet blessing. Do we quarrel with the parents for the type of body we get? Be it ugly or beautiful, we have it anyway. We try to decorate it with sandal paste instead of offering it as a flower at the altar of God. We know fully well that sometime or other this mortal frame will drop off (Jathasya maranam Dhruvam) and becomes one with the dust under the feet.

So, why not use it for the service of others – be it material or spiritual ?

Let the tongue speak His word.
Let the hands do His work, Let us

not bind ourselves by sitting and brooding. Let us take a firm step with determination and march on the path, like a light brigade resounding the trumpet call of 'Loot the spiritual Granary'. Let us sing the glory of the Lord whose restlessness has become the bed of roses for all of us. Can we afford to rest and sleep on it? How long shall we sleep on that imbalanced pillow? Let us remember that an imbalanced pillow disturbs our Original posture. Let us not sleep now and repent later,

Let us wake-up and listen to those sweet and tingling chimes of the 'Voice Real'. Let the cave of heart resound with THAT unique and single vibration, of prayer. that burns the weeds on the path. Let us not forget the Torch-bearer and know that the moment we step into the shadow we step on the thorns. And, there are not one but hundreds of them that cause wounds in the heart. We have to turn again to the Torch-bearer for the balming of the wounds, So, brother, why waste time counting pebbles ?

Let a thousand flowers bloom spreading the sweet fragrance in the

garden of hearts. Let us be enlightened and enlivened to the urgent need of lighting the darkening cave of heart, Let us weave a garland of hearts for the Lord whose heart has suffered innumerable prickly wounds,

Come ! Yeh ! All of you, Lovers of 'Reality' ! Let us heal the heart-wounds of the Healer, Let us be fair in this game of Love, I am prepared to die for a shred of dust under His feet. Oh! For a shred of dust !

Yeh! I have Mastered the secret of capturing the heart of a Capturer. I have known this to be the secret key for the 'Reality' that is hidden behind all sadhana, Can I keep the secret of love and adoration with me ? No, I can't ! It is no secret at all.

The secret of love wouldn't remain
In the heart, To speak the truth
Speech wouldn't come.

Mute tears roll singing the
Song of love.

This voice of mine failed
When the "Voice Real" was heard.

NEWS FROM HEADQUARTERS



Ref. No, P/59

Date 27th June 1982

On closely watching the developments, it has come to me that the office bearers and various functionaries of the Mission should ordinarily hold the office assigned to them for a term of four (4) years from the date of their appointment.

Six months before the expiry of the term, each such person will suggest to the President the names of three persons for the office held by him to facilitate selection by the President.

This would help to build up healthy tradition in the interest of the Mission and also help to further strengthen the spirit of service and wash out the idea of self-importance.

Accordingly, by virtue of the Powers vested in me as President

under the Constitution & Bye-laws of the Mission, I hereby make the following addition to the 'Bye-Laws' to read as under:-

Bye-Law No. 5 (e) "Every office bearer and functionary of the Mission will ordinarily hold office for a term of four years from the date of appointment, unless removed earlier by the President,

Six months before the expiry of the term, each such person will suggest to the President the names of three persons for the office held by him, which in his opinion could be suitable to shoulder the said responsibility".

Sd/-Ram Chandra
Shahjananpur President
(U.P.) Shri Ram Chandra Mission



The following persons are hereby appointed to discharge the duties assigned against their names under the rules, regulations and spirit of the Mission :-

1. Shri S. A. Sarnad Relinquishes the charge as Zonal Secretary, Zone No 3 and assumes charge as 'Secretary' of the Mission to discharge the duties of Secretary defined under the Constitution and Bye-Laws of the Mission.
2. Shri Gunde Rao Nagnoor Zonal Secretary, Zone No. 3.
3. R. Seshadri, Madras Zonal Secretary, Zone No. 2, vice Shri Mahalingam who relinquishes this charge.
4. Shri Ramapati Dhingar Zonal Secretary, Zone No. 5, vice Sitapur Shri Y. K. Gupta who relinquishes this charge
5. Shri K. V. Reddy, Member – Editorial Board in the vacancy caused due to the demise of Prof, Lakshmi Shankar
Kualalampur (Malaysia)
6. Shri S. C. Kishore, Delhi Member – Publication Committee, in the vacancy caused by the death of Prof, Laxshmi Shankar.

Shahjahanpur (U. P.)

Sd/- Ram Chandra
President
Shri Ram Chandra Mission

No. 2880

Date 2nd July 1982

Dear Brother.

6 July 1982

Given below is the copy of Presidential order No. P/59 dated 27th June 1982, for information and compliance by concerned office bearers & functionaries of the Mission :-

"On closely watching the developments, it has come to me that the office bearers & various functionaries of the Mission should ordinarily hold the office assigned to them for a term of four (4) years from the date of

(Continued on next page)

their appointment. Six months before the expiry of the term each such person will suggest to the President the names of 3 persons for the office held by him to facilitate selection by the President. This would help to build up a healthy tradition in the interest of the Mission and also help to further strengthen the spirit of service & wash out the idea of self-importance. Accordingly, by virtue of the powers vested in me as President under the Constitution & Bye-Laws of the Mission, I hereby make the following addition to the 'Bye-Laws' to read as under:-

Bye-Law No. 5 (e) "Every office bearer & functionary of the Mission will ordinarily hold office for a term of four years from the date of appointment, unless removed earlier by the President. Six months before the expiry of the term, each such person will suggest to the President the names of three persons for the office held by him, which in his opinion could be suitable to shoulder the said responsibility'.

Sd/-Ram Chandra.
President



CLARIFICATION



- Q. Are individual sittings imperative during Basant ?
- A. Not necessary. Instead of spending time in diversions, it is better to have sittings. The best way is to keep oneself connected with the Grace by thought.
- Q. Can a preceptor remain fully absorbed in His Condition while giving sitting ?
- A. It is neither possible nor it is in the hands of the Preceptor, till that condition (i.e. Masier's wish) is not met out.
- Q. Can a certain higher condition (e.g. Virat condition) pervade the atmosphere of a particular centre ?
- A. Individuals can attain this condition and not the Centre as a whole.
- Q. Is Virat condition very high ?
- A. It is child's play. The Centres of the Mission are under much higher condition. ●

सहज-मार्ग

वहन कौशल्या वर्मा, सीतापुर—उ०प्र०

आज भौतिकता का बोल बाला है। हर राष्ट्र हर राजनीतिज्ञ हर व्यापारी हर हर आदमी अपनी भौतिक उन्नति चाहता है, पर शायद ही किसी को आध्यात्मिकता के बारे में सोचने का समय हो, जबकि आध्यात्मिकता और भौतिकता के साथ-साथ चलने ही में मनुष्य का कल्याण है। यदि भौतिकता के क्षेत्र में व्यक्ति उन्नतिशील है लेकिन उसमें आध्यात्मिकता का संचार नहीं हुआ है, तो उसका जीवन ही व्यर्थ है। हम मानव ऋणी है और ऋण तभी चुक सकेगा जब हम मानव समाज के दोनों पक्षों को मजबूत करके उसे बिनाश से बचायें। उसका एक मात्र रास्ता सहज मार्ग है। वास्तविक विकास की कुंजी अध्यात्म ही है। धर्म से चलकर अध्यात्म तक पहुँचे बिना मनुष्य की यात्रा सफल नहीं हो सकती, उसका विकास नहीं हो सकता।

हमारा लक्ष्य तो अपनी मूल स्थिति को प्राप्त कर वास्तविक सत्ता को पा लेना है। यह हमें अध्यात्म ही सिखलायेगा। लक्ष्य तक ले जाने के लिये एक सुवोध ब्रह्मनिष्ठ सद्गुरु परम पूज्य बाबू जी महाराज के रूप में हमें उपलब्ध है। उन्हें यहाँ युग ने बुलाया है। इस युग का नव-निर्माण करने वाला सहज-मार्ग का संस्थापक, दरवाजे-दरवाजे दौड़ रहा है,

धन या अपने किसी काम के लिये नहीं बल्कि हम सबको उच्चतम स्थिति तक पहुँचाने के लिये। भौतिकता के अंधकार में भटकती हुई भयभीत मानवता के पथ प्रदर्शन हेतु परम पूज्य श्री बाबू जी महाराज को समयानुकूल सहज मार्ग का ज्योतिर्मय सन्देश देने के लिये भेजा गया है। सहज-मार्ग का एक नवयुग दर्शन है। उसको अपनाये बिना विश्वशान्ति और आन्तरिक शान्ति सम्भव नहीं। धन्य है वह गुरु जिसने सहज-मार्ग की स्थापना करके सिद्ध कर दिया है कि ईश्वर सरल है अतः उसको पाने का मार्ग भी सरल है। सौभाग्य से हमें आज ऐसे गुरु की प्राप्ति हो सकी है। जिसकी पहुँच आध्यात्मिकता के क्षेत्र में पूर्ण है। प्राचीन समय में ऋषियों ने ईश्वर प्राप्ति का साधन राजयोग जन लाभार्थ रक्खा था जिसको इस समय के लोगों के सामर्थ्य के अनुसार पूज्य लाला जी ब श्री बाबू जी महाराज ने संशोधित करके हम लोगों के सामने रक्खा है इसी का नाम सहज-मार्ग है। ऐसा व्यक्ति विश्व के आध्यात्मिक इतिहास में कभी नहीं था। यह स्वर्ण अवसर हमारे हाथों से निकल न जाये। इसलिये हमें सहज मार्ग का निरन्तर अभ्यास एवं पूज्य श्री बाबू जी की कृपा पर दृढ़ विश्वास रखकर आगे बढ़ते जाना है, जब तक हम अपने ध्येय को न पाते।

[अ]

सहज मार्ग जुलाई १९८२

सहज मार्ग की विशेषता यह है कि संसार का प्रत्येक पुरुष व स्त्री चाहे जिस देश का निवासी हो, चाहे जिस धर्म का मानने वाला हो, चाहे जिस जाति या वर्ग का हो और शिक्षित हो या अशिक्षित इसका अनुसरण कर सकता है और अपने अन्तिम ध्येय को प्राप्त हो सकता है। दूसरी विशेषता सद्गुरु द्वारा प्राप्त प्राणाहति [ट्रांसमिशन] है जिसके द्वारा वर्षों की आध्यात्मिक यात्रा मिनटों में अर्थात् बहुत कम समय में तय हो जाती है। इसका चमत्कार यह है कि यह दूर व निकट एक सा कार्य करती है। इसमें दूरी का कोई अन्तर नहीं पड़ता है। सहज-मार्ग की एक और विशेषता यह है कि इसमें उन्नति करने में समय का कोई अन्तर नहीं पड़ता है। वरिष्ठता अथवा कनिष्ठता का कोई प्रश्न नहीं। जितनी उन्नति एक अभ्यासी दस वर्ष में करता है दूसरा २ वर्ष का अभ्यासी अधिक लगन व श्रद्धा भक्ति व प्रेम के द्वारा उससे अधिक उन्नति कर लेता है।

किसी न किसी उद्देश्य को सामने रख कर उनकी प्राप्ति के लिये जो प्रयत्न किया जाता है वह साधना है। साधना में हम सचेत रहते हैं। हमें अपना और ध्येय प्राप्ति का ख्याल रहता है। हम पूज्य श्री बाबू जी महाराज के ख्याल में इतना खो जायें कि न हमें ध्येय का न अपना ख्याल बाकी रहे। जिस प्रकार माँ में बच्चे के लिये बेचैनी होती है उसी प्रकार बच्चा भी माँ के लिये अधीर व बेचैन हो उठे। मालिक भी हम अभ्यासियों के बेचैनी की प्रतीक्षा में है।

एक बार एक अभ्यासी ने बाबू जी महाराज से पूछा था कि लोग कहते हैं कि ईश्वर सब में मौजूद हैं फिर कुछ लोग कत्ल क्यों करते हैं? तब श्री बाबू जी महाराज ने

जवाब दिया Yes, God is there in every body, but they are not in God." कहने तात्पर्य यह है कि हमें मालिक के बच्चे बनना चाहिये तब तो उसे ख्याल आयेगा कि कोई बच्चा उसके लिये रो रहा है।

साधना करते-करते लोग साधना को पकड़ कर बैठ जाते हैं, केवल यन्त्रवत् पूजा करने लगते हैं। ध्येय की प्राप्ति तक साधना एक अवि-प्राप्त प्रयत्न है, सतत् प्रयत्न के लिए अच्छे सद्गुरु का प्राप्त होना परम सौभाग्य की बात होती है। साधना मन की क्रियाओं को नियंत्रित करने का उचित उपाय है। उसे किसी एक पवित्र विचार पर जमा देना है जैसा कि हम ध्यान में करते हैं और उसमें से सभी अर्वाञ्छित एवं अनुपयोगी बातों को निकाल देना है। कुछ दिनों के निरन्तर अभ्यास के बाद मन नियंत्रित एवं अनुशासित हो जाता है और अधिकांश आन्तरिक अशान्ति निकल जाती है। अर्वाञ्छित विचारों से मुक्ति पाने का सर्वोत्तम उपाय यह है कि हम उन्हें अनियंत्रित अतिथियों की भाँति माने और उनकी ओर ध्यान न दें। तब वे असिंचित पौधों की भाँति मुरझा जायेंगे और अन्त में वहीं पवित्र विचार हमारे अन्दर रहेगा। अतः इसकी प्राप्ति का एक मात्र उपाय किसी योग्य शिक्षक के मार्ग दर्शन में ध्यान करना है। ध्यान के निरन्तर अभ्यास से मन शान्त एवं स्थिर हो जायेगा और अर्वाञ्छित विचार हमें त्रस्त नहीं करेंगे। ध्यान तो उसी उद्देश्य की प्राप्ति के लिए केवल साधन है। ध्यान ही समय के अन्तराल में सहज रूप से एकाग्रता में बदल जाता है। ध्यान करते समय मन में आने वाले बाह्य विचारों के प्रति सर्वथा उदासीन होकर ध्यान करना ही उचित तरीका है। इसी प्रकार यदि लक्ष्य प्राप्ति की हमारी लगन तीव्र है तो हमारी लापरवाही एवं आलस्य हमारे प्रयास अथवा उन्नति के मार्ग में बाधक नहीं हो सकते।

ध्येय की प्राप्ति के लिए तीव्र लगन एवं दृढ़ संकल्प पूर्ण सफलता के लिए अत्यन्त आवश्यक है। हम अध्यात्मिक क्षेत्र में महान उन्नति कर सकते हैं, यदि केवल ध्यान ईश्वर की ओर केंद्रित करके संकल्प विश्वास, एवं श्रद्धा के साथ साथ आगे बढ़े चाहे गृहस्थ जीवन के सभी भ्रंशों और तकलीफों से घिरे हुए कितनी भी विपरीत दशा में क्यों न रहे हो। हमारा व्यस्त जीवन मार्ग में कोई बाधा न डालेगा। यदि हम ईश्वर को बार-बार दिन में याद किया करें तो हम स्वतः उसके प्रति प्रेम उत्पन्न कर लेंगे जो लगन पूर्वक बनाये रखने से उससे यथा शीघ्र मेल स्थापित करने के लिए हमारे हृदय में बेचैनी उत्पन्न कर देगा।

हमें हृदय से बाधाओं को भेलना चाहिए तथा निराशा की भावनाओं को जो आध्यात्मिक जीवन की सबसे बड़ी त्रुटि एवं घातक विष है कभी भी अपने अन्दर न लाना चाहिए। यदि कोई दिन प्रतिदिन हल्का न होता जाये तो सम्भव है उसकी साधना में कोई त्रुटि है। अतः उसे

प्रशिक्षक से इस विषय में परामर्श करना चाहिए। मन तथा आत्मा का निरन्तर हल्के होते रहना आध्यात्मिक उन्नति का निश्चित प्रमाण है। यदि हम व्यस्त दैनिक जीवन के सभी-कार्यों को गुरु को समर्पित करते हुए चलें तो हम अनुमान भी नहीं कर सकते कि इसका अन्त में परिणाम कितना अच्छा होगा। कोई कार्य करते समय उसमें लगाव न रख कर हम यह सोचें कि हम उसे अपने लिए नहीं वरन अपने गुरु के लिए कह रहे हैं।

श्री बाबू जी महाराज स्वयं पूर्ण है उन्हें अपने लिए कुछ नहीं करना है। संसार के कल्याणार्थ वह इतनाभार अपने ऊपर लिये हुए है। हमारा विशेष कर्तव्य है कि हमें उस महान असाधारण व्यक्तित्व के प्रति हृदय में प्रेम उत्पन्न करके उसे अपना सब कुछ दे बैठे।

मालिक हमें ऐसा कर पाने की क्षमता प्रदान करें। ●



- श्री बाबू महाराज का ये वाक्य—Opening your self to reality is Love, अभ्यासी के हृदय में वास्तविक प्रेम की दशा के रूप में निखर उठता है।



- श्री बाबू जी महाराज ने कहा था कि “भिखारी (अभ्यासी) ऐसा हो कि प्याला (हृदय) सामने है लेकिन माँगने का शोश नहीं है।”



(श्री बाबू जी की अमृत-वाणी)



अखलाक [चरित्र]

[समर्थ गुरु, श्री रामचन्द्र जी महाराज, फतेहगढ़]

एक बात मैं हर शरूस से कहता हूँ, बल्कि वआवाजें दुहल (नगाड़ा बजाकर) कहता हूँ कि अपनी अखलाकी हालत सम्हालने की हर जिज्ञासु प्रारम्भ से ही कोशिश करे। कोई बात मुँह से न निकाले, जो दूसरों को नागवार हो, और न कोई ऐसी हरकत करे, जो दूसरों को नापसन्द हो। इन दोनों बातों का ख्याल रखते हुये अखलाक के सुधार में लग जाओ—यही इबिनशयी उसूल (प्रारम्भिक सिद्धान्त) है। मैं रूहानियत (आध्यात्मिकता) का इस कदर दिलदादः (प्रशंसक, प्रेमी) नहीं जितना कि अखलाक का। कोई शरूस अगर ध्रुव-पद तक अपनी रसाई (पहुँच) कर ले, मगर अखलाकी कमजोरियाँ बाकी रहें, तो मैं समझता हूँ कि अब तक उसे असल जौहर [वास्तविक तत्व] प्राप्त नहीं हुआ।

मूकम्मल अखलाक [चरित्र की पूर्णता] यह है कि हर चीज जो इन्सान में है, एतदाल

[सम अवस्था] पर आ जावे, और वही कैफियत [स्थिति] अपना ले। यदि इसका भी अभाव कर दे, तो इस की बराबरी कोई नहीं कर सकता। यह बात जरूर मुश्किल से नसीब होती है। किन्तु इसका यह अर्थ नहीं, कि हिम्मत न बाँधी जाये।

अब प्रश्न उठता है कि क्या तहजीब [सदावरण] व अखलाक के बिना आध्यात्मिक उन्नति नहीं हो सकती? इस का वरतना वयों जरूरी है, और इस का असल उसूल क्या है?

आगाजे—आलम [सृष्टि का प्रारम्भ] से पहले हर चीज कामिल अखलाक [चरित्र की पूर्णता] पर थी। जमाना गुजरता गया। Balance (समत्व) नहीं रहा। प्रत्येक आध्यात्मिक संस्था किसी न किसी रूप में यह मकसद [लक्ष्य] रखती है, कि हम अखलाक को अपना ले, जिससे कि वही कैफियत हमारी बन जावे,

जो प्रारम्भ में थी। अखलाक केवल यही नहीं है कि दूसरों को केवल खुश किया जाये, बल्कि इस के व्यापक अर्थ हैं। वह यह कि हम अपने हवासों [इन्द्रियाँ] को इस कदर एतदाल पर ले आवें कि उन की उसी से मिलती जुलती कैफियत [हो जावे, जो] ऊपर बयान की गई है। हम अपने हवासे पर इस कदर Preser (दबाव) डाल दें, कि वह इस हद तक उभर न सकें, जिस हद तक उभरना नहीं चाहिए। यह बात कैसे हो सकती है? इस के लिए खारजी असरात [वाह्यप्रभाव] भी मददगार [सहायक] होते हैं। बहुत सी छोटी छोटी बातें जो जाहिरा तौर व तरीके में बरती जाती हैं, इसको मदद देनी हैं, और मन पर असरात [प्रभाव] डालती हैं। हम एक बुजुर्ग के पास जाते हैं, तो जाहिरा अदब [सत्कार प्रदर्शन] बरतते हैं। [बुजुर्ग से मेरा अर्थ केवल रूशनी बुजुर्ग से नहीं है, बल्कि जो भी अपने से बड़े हैं।] जिस समय हम पहुंचते हैं, पहला ख्याल यह होता है कि कोई बात हमसे ऐसी सरजद [घटित] न हो जावे, जो हमारे बुजुर्ग को नागवार हो, बल्कि यह कोशिश की

जाती है, कि रफतार [चाल ढाल] गुफ्तार [बातचीत] और सकनात [हाव भाव] से भी यह बात जाहिर न होने पावे, कम से कम उतनी देर के लिए हम अपने जज्बात [आवेग] को काबू [नियंत्रण] में रखते हैं। गोया यह मश्क [अभ्यास] है, उस आला [उच्च] अखलाक पर पहुंचने के लिए। अगर अपनी यही आदत बना ली जावे, तो कुदरती [प्राकृतिक] तौर पर हवासों की स्वयं ही दबाव की सूरत पैदा हो जावेगी। इस के विरुद्ध यदि हम इस बात पर अमल नहीं करते तो वह सूरत बिगड़ती ही रहेगी। अतः यह आवश्यक है कि सदाचार के नियमों का पालन किया जावे। अखलाक सम्हालने के वास्तविक अर्थ यह हैं, कि हम एतदाल कायम कर के प्रकृति से हम-आहन्गी [एकरूपता, तादात्म्य] प्राप्त कर सकें, या दूसरे शब्दों में हम इस कदर इस चीज को उस [प्रकृति] में पेवस्त [डुबो देना] कर दें कि दूसरी चीज न मालूम हो। सच तो यह है कि अखलाक रूहानियत की जान है। ●

मार्च १९५८ "सहज मार्ग" पत्रिका से पुनर्मुद्रित

१- एक अभ्यासी भाई एक मुवह पूज्य बाबूजी का उनके घर पर हाथ धुला रहा था तो बाबूजी कहने लगे कि तुम्हें एक बात बताऊँ कि आज तक जितने भी अवतार हुये हैं। सब के सब राजा तथा महाराजा के घर हुए हैं लेकिन इस बार ऐसा हुआ नहीं मानुम पड़ता है कि पृथ्वी पर अवतार हो गया है, लेकिन लुका छिपा फिरता है। ●

२- बाबू जी महाराज कहते हैं कि अफसोस की बात है कि अब तक मुझे कोई ऐसा व्यक्ति नहीं मिला जो कहे कि ऐसी स्थिति मुझमें ला दीजिए "स्थिति के बारे में भी इससे ऊपर लिखा है" मैंने गरीबी की जिन्दगी चुनी और केवल नमक रोटी ही पाने का ख्याल मुझे बहुत मुन्दर लगा" ●

(श्री बाबू जी की अमृत-वाणी)



कम सामान अधिक आराम

[अध्यक्ष श्री रामचन्द्र जी महाराज, शाहजहाँपुर]

कम सामान, अधिक आराम—Travel Light—रेलवे विभाग हर यात्री को मलाह देता है। इससे साथ के दूसरे मुसाफिरों को बड़ी सहूलियत हो जाती है। यही बात ईश्वर साक्षात्कार के पथ पर चलने वाले साधकों पर भी लागू होती है। हम जानते हैं कि हमारे ऊपर संस्कार बगैरह के रूप में तमाम सामान का भार है। हम इसे लादे हुए, बोझ से दबे हुए साक्षात्कार के रास्ते पर बढ़ रहे हैं। अगर हमें अपनी यात्रा आसानी से करनी है तो यह जरूरी है कि हमें इससे छुटकारा मिले।

यह दो तरह से हो सकता है। जैसे रेल में सफर करते समय हम अपना सारा भारी सामान रेल के गार्ड के सुपर्द कर देते हैं उसी प्रकार हम अपने गुरु को सब भार दे दें और उससे बोझ से छुटकारा पायें। दूसरे शब्दों में यही आत्म समर्पण है। जब हमने सब कुछ गुरु को सौंप दिया तो हम उस सब बोझ से छूट गए जो हमारे रास्ते में बाधा देता है।

दूसरा तरीका सामान से छुटकारा पाने का यह है कि हम भोग के द्वारा अपना सामान थोड़ा-थोड़ा करके कम कर दें। लेकिन यह तरीका बहुत मुश्किल और बहुत लम्बा है। कुछ भी हो, हमें इससे छुटकारा पाना है और हल्का और बिल्कुल हल्का हो जाना है।

मैं आप सबका ध्यान इस ओर दिलाना चाहता हूँ जिससे आप सब इसी तरह कोशिश करें। समय दुबारा नहीं आता। इसलिये अपने महान गुरु के शिष्य के नाते हमें इससे पूरा फायदा उठाना चाहिये। मैं अपनी शुभ कामना तथा थोड़ी मदद के अलावा, और क्या दे सकता हूँ। मेरा यह मतलब बिल्कुल नहीं कि अपना सारा दुनियावी सामान छोड़ दें, गृहस्थ जीवन से मुँह मोड़ लें बल्कि वे सारा काम महान् प्रभु का दिया हुआ कर्तव्य समझ कर करें। यही असली जिन्दगी है और चाहें सांसारिक हों या आध्यात्मिक—सभी कठिनाइयों का हल भी यही है।

इसके लिये मैं सभी से यही उम्मीद करता हूँ कि वह अपनी पूरी कोशिश करें । मैं आपको यह विश्वास दिलाता हूँ कि आप जो कुछ मेरे पार्थिव शरीर के रहते हुए आध्यात्म क्षेत्र में पा लेंगे उसका महत्व तब और रहेगा जब मैं इस संसार से चला जाऊँगा । लेकिन अगर आप इस समय उसकी उपेक्षा कर दें और सोचें कि मेरे चले जाने के बाद भी आप प्रेम बढ़ा कर उसे बढ़ा लेंगे—तो मैं आपको सावधान कर दूँ कि यह टेढ़ी खीर होगी । एक पतंगा जलती हुई शमा पर तो अपने को जला सकता है लेकिन बुझी हुई बत्ती पर अपने को जला सकना बिल्कुल असम्भव सा लगता है । इसमें अपवाद हो सकते हैं लेकिन वह बिल्कुल गिने-चुने एकाध ही होंगे । इसका तरीका यह हो सकता है कि हम या तो उस हालत पर पहुँच जाये जब कि बुझी शमा पर भी जलना सम्भव हो जाये या वह ऊँची हालत पालें जब कि जलने का सवाल ही न ही उठे । लेकिन यह मालिक की कृपा और साधक की जोरदार कोशिश पर निर्भर है ।

मेरा दिल अपने साथियों के लिये गहरे प्यार से भरा हुआ है उनके लिये मैं जो भी खिदमत करूँ उससे मेरा दिल नहीं भरता । मेरी कितनी व्याकुलता है कि सब लोग मेरी हालत तक पहुँच जायें क्योंकि उनको यहाँ पहुँचा देना मेरी ताकत में है । जब मैं इस दुनियाँ से चला जाऊँगा तब क्या होगा ? मैं ठीक कह नहीं सकता । मेरे महान् गुरुदेव ने मुझे जो दौलत दे दी है वह बड़े से बड़े शहनशाह के पास भी नहीं हो सकती । दुनियाँ की कोई भी चीज इसकी बरावरी नहीं कर सकती । मैं यह बिल्कुल नहीं चाहता कि मैं इसे अपने साथ लेता जाऊँ बल्कि इसे किसी को दे जाऊँ जैसा कि हमारे पूज्य गुरुदेव ने किया था । लेकिन अभी तक मुझे इसके योग्य कोई नहीं मिला

और न कोई ऐसी कोशिश करता हुआ मिला जिससे उसके अन्दर ऐसी काब्लियत पैदा हो जाये । कुछ लोगों को ताज्जुब होगा कि मैं खुद उनके अन्दर इसकी योग्यता क्यों नहीं पैदा करना । इसका सिर्फ यही जबाब हो सकता है कि कोई ऐसा होना नहीं चाहता । अब मैं किसी के ऊपर यदि इसे डाल भी दूँ और वह इसके योग्य न हो तो वह सिद्धान्त के खिलाफ होगा । साथ ही साथ वह इसको पहचान भी नहीं पाएगा । इसके लिये जो जिस क्षेत्र से गुजर रहा हो । उसकी पूरी सैर जरूरी है । इसके बिना इसमें जो मजे की हालत आती है । उनका पूरा अनुभव उसे नहीं होगा । ऐसी हालत में दूसरों को उस रास्ते पर कभी नहीं ले चल सकेगा । इसी वजह से ऊँची हालतें एक साथ नहीं खुलती । यही मेरी कुछ मजबूरियाँ हैं नहीं तो इस तरीके से ज्यादा आसान रास्ता मेरे लिए और कुछ नहीं था । जहाँ तक मेरे उन साथियों का सवाल है जिनका आखिरी वक्त आ जाता है, मैं इसे अपना फर्ज समझता हूँ कि उनको उस हालत पर पहुँचा दूँ जहाँ से उनका दुनियाँ में लौटना नामुमकिन हो जाता है । संस्कारों को आनन-फानन में खत्म कर देना प्रकृति के कानून के खिलाफ है । साथ ही न अब मेरी तन्दुरुस्ती ऐसी है और न ताकत है कि उनके संस्कार खुद भोग लूँ जैसा कि हमारे पूज्य गुरुदेव अक्सर किया करते थे । ●

(अंग्रेजी से अनूदित)

१९६८ जनवरी सहज मार्ग पत्रिका से पुनर्मुद्रित ●

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 को दृष्टि से इस विस्तृत पत्र-व्यवहार का यथातथ्य प्रकाशन महत्वपूर्ण होगा।

क्रमागत—

—सम्पादक)

(पत्र संख्या १८६)

लखीमपुर

४-३-५२

परम पूज्य तथा श्रेष्ठ श्री बाबू जी

सादर प्रणाम।

मेरा पत्र मिला होगा। अब अपनी आत्मिक दशा फिर लिख रही हूँ। न जाने क्या बात है कि मालिक से मुझे कोई निस्वत नहीं मालूम पड़ती है। शायद इसीलिये मेरी तबियत उचाट रहती है। यदि यह कहूँ कि पूजा तक से तबियत उखड़ी रहती है तो ठीक होगा। यहाँ तक कि उसकी याद से भी तबियत उकताई रहती है। उदासीपन बढ़ता जाता है तबियत हर समय शान्त तथा स्थाई सी रहती है। बाहर चाहे कुछ ही भीतर जरा भी ख्याल करने से हर समय समुद्र की भाँति गम्भीर और स्थिर हालत ही पाती हूँ। जो कुछ भी मालिक का ध्यान, ख्याल या याद बगैरह है वह सब मालिक के सूक्ष्म रूप में ही होता है या सब सूक्ष्म रूप ही रह गया है। अब फँलाव बिल्कुल फर्क ढंग से मालूम पड़ता है। वायु के सदृश सर्वत्र फैल हुये, सर्वव्यापी 'ईश्वर मालिक' में उसी ढंग से अपना फँलाव दिखाई देता है। पहले को तरह अपना अलग फँलाव नहीं रह गया है। अब तो

ऐसा गुप्त व भीतरी फँलाव है। जिसे फँलाव कहना बेकार है। मालिक की असीम कृपा से सर्वव्यापकता की वास्तविक दशा का दृश्य दिखाई देता है। सुना का ईश्वर सर्वव्यापी है मालिक की कृपा से वही हालत अपने अनुभव से अपनी आँखों से देखली। यही हाल लय अवस्था का होता दिखाई पड़ता है। फँलाव कैसा है कि जिसमें न कोई रूप है न कोई रंग है, बस असीमित अरूप हो गया लगता है। फँलाव को लय अवस्था का रूप दे दिया जावे या लय अवस्था को फँलाव कह दिया जावे या अब दोनों अवस्थाएँ (combined) कह दी जावें तो ठीक होगा।

पूज्य बाबू जी अब तो अजीब हालत है। लगता है कि आत्मा परमात्मा का साक्षात्कार हो गया है। बल्कि शायद इससे भी कुछ अधिक हों (यानी एकता हो गई सी समझिये) "ईश्वर अंश जीव अविनाशी" की दशा में मुझे तो ऐसा

लगता है कि जीव ने 'ईश्वर' को पहचान कर अब अपना अलहदापन छोड़ कर अपनी वास्तविक दशा को प्राप्त कर लिया है। परन्तु अहंता अभी किसी न किसी रूप में किसी न किसी कोने में शेष है। यद्यपि स्थूलता से उसका कोई मतलब नहीं रह गया है ज्यों-ज्यों दिन व्यतीत होते जाते हैं बन्दगी बढ़ती जाती है, ऐसा ही कुछ लगता है। भाई बहिनों को प्यार।

आपकी दीन हीन सर्व साधन विहीना
पुत्री कस्तूरी

पत्र संख्या १८७

शाहजहांपुर
५-३-५२

प्रिय बेटा कस्तूरी

शुश रहो।

खत तुम्हारा मिला। पढ़कर बाग-बाग हो गया। तुमने जो लिखा है उदासी की हालत गाढ़ी होती जाती है इसका मतलब मेरी समझ में नहीं आया। उदासीपन से मतलब Indifferent from the worldly things से है या महज सुस्ती से यह हालत बढ़ वैराग्य से पहुँचती है। तबियत में उचाटपन रहना अलामत (निशानी) इस बात की है कि घर की याद आती है। घर से मेरा मतलब तुम्हारी कोठी से नहीं है बल्कि वतन से है जहाँ से हम सब आये हैं। तुमने लिखा है कि यदि दिन भर छाती कूटा करूँ तब भी आराम नहीं मिलता। वाह वाह क्या हालत है, हजारों सलतनतें इस प्रेम पर कुर्बान है इस हालत में डूब कर अगर तुम कहीं दूसरों को तबज्जो दोगी तो मजा आ जायगा मैं इस हालत में केवल तीन दिन रहा। These are the things for the living dead मैं यह चाहता हूँ कि तुम अपनी हालत हर दूसरे या तीसरे दिन बराबर लिखती रहा करो। अगर हालत जव्त से बाहर मालूम पड़े तो अपने पूजा के कमरे में कोच के करीब बैठ जाया करो। ख्याल मैं भी रक्खूँगा।

यद्यपि हालत इतनी जव्त से बाहर नहीं हो सकेगी क्यों कि पूज्य समर्थ श्री लाला जी साहब मुझसे तुम्हारी निगरानी का वायदा कर चुके हैं। तुम्हारे भाई बहिनों को दुआ, अम्मा को प्रणाम।

शुभ चिन्तक
रामचन्द्र

पत्र संख्या १८८

लखीमपुर

६-३-५२

परम पूज्य तथा श्रद्धेय श्री बाबू जी

सादर प्रणाम

कृपा पत्र आपका आया-समाचार मालूम हुये। 'मालिक' की कृपा से जो कुछ भी आत्मिक दशा है सो लिख रही हूँ।

भाई मेरे लिये तो out world rision खत्म हो गया है मेरा तो यह हाल है कि मुझे अब कहीं कुछ दिखाई तक नहीं देता है कुछ महसूस ही नहीं होता है। मेरा तो out तथा Inner vision ही खत्म हो गया है। मैं नहीं जानती कि मैं कौन हूँ कहाँ हूँ, किस जगह पड़ी हूँ? अपना पराया क्या मुझे तो शायद आँखों से कुछ दीखता ही नहीं है पूज्य श्री बाबू जी जाने क्या बात है कि आँखों में रोशनी है मगर देखने की तमीज ही नहीं रह गई है। कुछ बुद्धि है मगर समझने की तमीज ही शेष नहीं रह गई है। दुनियाँ है मगर मुझे उसकी भी तमीज नहीं रह गई है। कान सुनते हैं, मुँह कुछ बोलता है, शरीर काम करता रहता है परन्तु सब कुछ अनजाने में होता है। मैं तो न जाने किस virson में खो गई हूँ। न जाने मेरा क्या हाल है कि मैं तो हरदम हाय-हाय करती हुई कलपती हूँ परन्तु वाह रे निगरानी करने वाले 'मालिक' की रस्सी एक दम ढीली होती है परन्तु फिर तनी रहती है जिससे हालत

(६)

सहज मार्ग जुलाई १९८२

जवत के बाहर नहीं होने पाती यदि कहीं पूरी तौर से रास ढीली कर दी जावे तो मजा आ जावे परन्तु मालिक की जैसी मर्जी । न जाने कैसे और क्या खा जाती है, और फिर न जाने कब सो जाती हूँ परन्तु इस सोने में मुझे कुछ चैन नहीं यद्यपि नींद भी कम हो गई है । जी चाहता है दिन भर पूजा के कमरे में बैठी रहूँ मैं दूसरे तीसरे दिन पत्र अवश्य डालती रहूँगी । जैसा आपने लिखा है उसी के अनुसार सब करूँगी । हाजत क्या है कुछ पागलपन सवार है परन्तु फिर भी मालिक का अनेकों वार भन्यवाद है कि आपस के व्यवहार में कोई अन्तर नहीं पड़ता । न जाने कैसे काम उसी तरह ठीक होते रहते हैं । आपने उदासी के बारे में पूछा सो सुस्ती से मतलब बिल्कुल नहीं है बस तबियत सब तरफ से उचाट हो गई है । काम सब ठीक होते हैं मगर दिलचस्पी किसी में नहीं रह गई है । फर्ज पूरी तौर पर होते हैं मगर रिश्ता कोई नहीं रह गया है । और खुद अपनी तमीज ही खत्म हो चुकी है । भाई बहिनों को प्यार ।

आपकी दीन हीन सर्व साधन विहीना
पुत्री कस्तूरी

पत्र संख्या १८६

लखीमपुर

६-३-५२

परम पूज्य तथा श्रद्धेय श्री बाबूजी

सादर प्रणाम ।

आशा है मेरा पत्र पहुँचा होगा । अब तो मेरा यह हाल है कि मैं तो अपने को तथा सब कुछ भूल गई हूँ । पूजा के कमरे में जाती हूँ, वहाँ क्या करती हूँ यह नहीं मालूम । किसके लिये क्यों हाय हाय करती हूँ इसका भी पता नहीं । मेरा तो यह हाल है न अपने को जानूँ न

मालिक को ही जानूँ । दोनों ही गायब है, न कुछ पूजा न प्रेम ही जानती हूँ । अब तो यह हाल है कि खुद और खुदा दोनों ही न रहे । यह सब न जाने क्या हो गया है । यद्यपि न मैं हूँ न तू ही रहा वाली दशा है परन्तु मैं तो इस हालत से भी बेखबर रहती हूँ । पूज्य बाबू जी न जाने क्यों कभी-कभी क्या अब तो अक्सर मन इतना उचाट हो जाता है कि घर से कहीं भाग जाने को जी तड़पने लगता है । परन्तु जब कहीं जी नहीं बहलता तब फिर बस पूजा की ही शरण लेती हूँ और वहाँ तबियत काफी शान्त हो जाती है । कुछ ऐसा हाल है कि 'मालिक' मालिक चाहे कितना ही पुकारूँ परन्तु अब तो यह कि मुझे तो अब 'उसकी' भी तमीज शेष नहीं रह गई है । अब तो न ध्येय रहा न ध्येयक ही, दोनों समाप्त हो गये । परन्तु निगाह न जाने कहाँ खो गई है । पूज्य श्री बाबू जी सच तो यह है कि मैं उसे खोजने निकली थी परन्तु हाल यह हुआ कि उसे खोजते खोजते मैं खुद ही खो गई हूँ । अब तो सब 'उसके' ही हाथ में है जब चाहेगा मुझे ढूँढ़ लेगा । 'वह' भी मुझे खोज रहा होगा क्यों कि उसे मेरी लाचारी पता लग गई होगी । अब तो कभी-कभी भीतर ही भीतर बड़ी खुशी सी मालूम पड़ती है । मैं खो गई हूँ धीरे धीरे यह भी भूलती जा रही हूँ । मेरा मन कही नहीं लगता घर से निकल जाने को तबियत चाहती रहती है । न जाने क्यों मेरी नींद ब भूख सब हर गई है । मेरा हाल यह है कि काम सब होते रहते हैं मगर दिलचस्पी किसी से नहीं रह गई है । संसार वही है मगर मेरे लिये केवल फर्ज अदायगी रह गई है । फिर भी मालिक को कृपा से न जाने कैसे कमी या गलती किसी काम में नहीं आने पाती है । छोटे भाई बहिनों को प्यार ।

आपकी दीन हीन सर्व साधन विहीना
पुत्री कस्तूरी

पत्र संख्या १६०

लखीमपुर

११-३-५१

परम पूज्य तथा श्रद्धेय श्री बाबू जी

सादर प्रणाम

आशा है मेरा पत्र पहुंचा होगा । अब तो यह हाल है कि पूजा के कमरे से घंटो निकलने की तबियत ही नहीं चाहती है । अपना शरीर प्राण तथा अन्तरात्मा सब उसी का हो गया है । जिस्म भी वही है, जान भी वही है, तथा आत्मा भी वही है । जब उचाटपन में तबियत कहीं नहीं लगती तो पूजा के कमरे में पड़े-पड़े अक्सर मेरी बेहोशी की सी हालत हो जाती है । पूज्य श्री बाबू जी मेरी तो वह हालत हो गई है जो एक बदहवास बेहोश आदमी की होती है । अन्तर इतना है कि इस बेहोशी की हालत में भी अन्तरात्मा या मन से 'मालिक' मालिक की ही आवाज उठा करती है । यह बेचैनी वाली दशा पहले से बढ़ी हुई है । अब तो यह है कि मालिक ही मेरा होश है वही आत्मा शरीर तथा दिल है । मैंने जो वास्तविकता की दशा के बारे में लिखा था वह दशा तथा उसकी याद भी खत्म हो चुकी है । मैं तो भाई निराकार और निर्गुण सी रह गई हूँ । बीच बीच में कभी खुशी की हालत भी चालू रहती है । बेचैनी वाली दशा में बेहोशी की हालत बढ़ी हुई लगती है । छोटे भाई बहिनों को प्यार ।

आपकी दोन हीन सर्व साधन विहीना

पुत्री कस्तूरी

पत्र संख्या १६१

लखीमपुर

१२-३-५२

परम पूज्य तथा श्रद्धेय श्री बाबू जी

सादर प्रणाम

(८)

बहुत दिनों से आपका कृपा-पत्र नहीं आया । मेरी आत्मिक उन्नति ४-५ दिनों से न जाने क्यों कुछ मन्द पड़ गई लगती है इसी कारण उचाटपन बढ़ गया है । उधर दो दिन स्वप्न में करीब ३-४ घंटे रोते ही बीतते थे, परन्तु इधर स्वप्न वगैरह खत्म हो गये हैं और यही नहीं बल्कि कभी-कभी तो क्या अब अक्सर याद करने की भी तबियत नहीं चाहती है । क्या कल कुछ समझ में नहीं आता । बेकार खोने के लिये मुझे मालिक ने एक क्षण भी नहीं दिया है अतः आप ही लिखिये कि मैं क्या करूँ । बेहोशी वाली हालत अनजाने में रहती है या मुझे उमसे बदहवासी हुई जा रही है । खैर मालिक की जैसी मर्जी पूज्य श्री बाबू जी तबियत में उचाटपन काफी है । छोटे भाई बहिनों को प्यार ।

आपकी दोन हीन सर्व साधन विहीना

पुत्री कस्तूरी

पत्र संख्या १६२

लखीमपुर

१६-३-५२

परम पूज्य तथा श्रद्धेय श्री बाबू जी

सादर प्रणाम

कृपा पत्र आपका पूज्य मास्टर साहब के लिये आया । था सुनकर बहुत खुशी हुई । मालिक की कृपा से जो कुछ भी आत्मिक दशा है लिख रही हूँ ।

पूज्य श्री बाबू जी मुझे तो हर समय अधीरता घेरे रहती है । कल के पत्र में मैंने हालत मन्द होने के बारे में लिखा था परन्तु इधर जिज्जी आदि के आने जाने की हलचल में मुझे एकान्त में बैठने का अवकाश नहीं मिल सका शायद इसी कारण वैसा ख्याल रहा होगा ।

सहज मार्ग जुलाई १९६२

मेरे बाबू जी ऐसी हालत चल रही है जिसे मैं प्रेम नहीं कह सकती हूँ क्यों कि यदि प्रेम कहा जाय तो दुई आती है और मेरा हाल यह है कि मेरी सारी सुधि बुधि खो गई है। न मुझे अपनी सुधि है न उसकी ही, फिर समझ में नहीं आता कि क्या हालत है। मुझे एकान्त में रहने की तड़प हर समय लगी रहती है। तबियत वहाँ आने को कभी बहुत तड़पने लगती है मगर मजबूरी है। दिल हर समय तड़पता और रोता रहता है। पूज्य बाबू जी यह प्रार्थना है कि आप हाल का आनन्द पूरी तौर से ले लेने दें। आप अन्दाज से न डरें अधिक हो जावे तो हो जावे। क्यों कि तबियत को काबू में रहना बुरा लगता है। उसका प्रेम तो शायद मुझमें न हो कह नहीं सकती या यह भी कहा जा सकता है कि मुझे उसकी (यानि-प्रेम की) तमीज ही शेष नहीं रह गई है और भाई प्रेम की क्या कहूँ मुझे खुद उसकी ही तमीज नहीं रह गई है।

शरीर का सम्बन्ध तो कब का खत्म हो चुका अब तो दिल और आत्मा 'उसके' नजर होकर अलहदी खत्म करके जम के रह गई है। बेहोशी से भी बेहोशी हो गई है। पूज्य श्री बाबू जी मुझे न तो अब त्याग की परवाह है न वैराग्य से मतलब है। मैं तो त्याग को भी त्याग चुकी हूँ। वैराग्य से भी वैराग्य प्राप्त कर चुकी हूँ। मुझे तो सब ओर से बेहोशी हो गई है। यद्यपि मालिक की कृपा से सब कुछ खत्म हो चुका है परन्तु फिर भी कुछ शेष है परन्तु मैं तो उस कुछ को भी नहीं जानती हूँ। मैं तो बस इतना जानती हूँ कि मेरा 'मालिक' सब कुछ जानता है क्यों कि मेरी कलाई उस पर खुल चुकी है परन्तु फिर भी हालत पहले से तो कुछ कम ही है। छोटे भाई वहनों को प्यार।

आपकी दीन हीन सर्व साधन विहीना
पुत्री कस्तूरी



- ❖ पूज्य बाबू जी कहते हैं कि उनकी चाह पूरी करने योग्य एक भी अभ्यासी अपने को तैयार नहीं कर पायेगा। ●
- ❖ पूज्य बाबू जी महाराज हमेशा कहते रहते हैं "यहाँ पर को रूचि संगे बे नमक की तरह रहती है" लिहाजा केवल अपनी रूचि के खातिर आया हुआ साधक खाली हाथ लौट जाता है फिर भी कृपा सागर बाबू जी महाराज कहते हैं इस महा मन्दिर से लौटने वाला कुछ न कुछ रोशनी साथ ले ही जाता है, जो उनकी अगली जिन्धगी को जन्म सार्थक करने के लिए काम आयेगा। ●
- ❖ पूज्य बाबू जी महाराज कहते हैं कि "अपने ख्याल की डोरी सिखाने वाले की हिम्मत पर जुड़ी रहे"। ●



गुरु और शिष्य

(भाई रघुनन्दन प्रसाद जी, 'इन्द्र' लखीमपुर-खीरी)

प्रकृति का नियम है कि प्रत्येक क्रिया की एक प्रतिक्रिया होती है। वह प्रतिक्रिया दूसरी ओर से होती है, परन्तु क्रिया के ही अनुरूप होती है। यह प्रकृति का नियम आध्यात्मिक क्षेत्र में भी क्रियाशील है यह गुरु और शिष्य के संबंध में भी प्रभावशील है। शिष्य की सेवा के अनुरूप गुरु की कृपा होती है और गुरु की कृपा के अनुरूप ही शिष्य की सेवा होती है।

गुरु और शिष्य का संबंध सूक्ष्मतम आध्यात्मिक संबंध है। इस सम्बन्ध में सारे भौतिक और सामाजिक सम्बन्ध समा जाते हैं। इसीलिए कहा जाता है कि गुरु ब्रह्मा है, गुरु विष्णु है, गुरु महेश है, गुरु माता है, गुरु पिता है, और गुरु ही सब कुछ है।

गुरु की सेवा उसके शरीर की सेवा नहीं है यद्यपि शरीर-सेवा भी उस बृहत सेवा का अंग और छोटा सा रूप है। वास्तविक सेवा गुरुके प्रति आध्यात्मिक आत्म-समर्पण करने की है। यह समर्पण कामिक, मानसिक और वाचिक, तीन प्रकार का होता है। मौखिक समर्पण पहला चरण है उसके पश्चात् कामिक आत्म-समर्पण और अन्तिम चरण है, मानसिक आत्म-समर्पण का।

इस आत्म-समर्पण में भी शिष्य की निष्ठा के साथ ही गुरु की कृपा काम करती है।

यह निष्ठा और कृपा दोनों साथ-साथ चलते हैं। निष्ठा का उत्तर कृपा का आवतरण है, और कृपा के आवतरण का परिणाम शिष्य के आध्यात्मिक जीवन की संशुद्धि और निष्ठा का निर्माण है। सम्पूर्ण आत्म-समर्पण से ही सम्पूर्ण कृपा की प्राप्ति होती है, और बिना सम्पूर्ण कृपा के सम्पूर्ण आत्म-समर्पण भी सम्भव नहीं होता।

गुरु का शरीर, जो दृष्टि गोचर होता है महत्व रखता है। परन्तु उससे अधिक महत्व उस शरीर का है जो आध्यात्मिक है और जो दिखाई नहीं देता। आत्म समर्पण कामिक और आध्यात्मिक दोनों शरीरों के प्रति होता है, पर बहुधा कामिक शरीर के प्रति आत्म-समर्पण प्रारम्भ से होता है, और वही धीरे-धीरे उन्नति करके आध्यात्मिक समर्पण का रूप ले लेता है।

यह सत्य है कि इस जगत में सभी जगह एक अपूर्णता है। पूर्णता तो केवल परमात्मा में ही है, उसके अतिरिक्त सभी अपूर्ण है। परन्तु आध्यात्मिक मार्ग में अपूर्णता में ही पूर्णता की कल्पना करके प्रगति की जा सकती है। यह ऐसे ही है, जैसे कि रेखा गणित में हम कहते हैं कि मान लो कि क' ख' ग' एक त्रिभुज है। त्रिभुज तीन सीधी रेखाओं से घिरे हुए क्षेत्र का नाम है। रेखा की परिभाषा यह

है कि उसमें लम्बाई तो हो, परन्तु चौड़ाई न हो। ऐसी रेखा कोई भी मनुष्य नहीं खींच सकता, जिसमें लम्बाई ही लम्बाई हो और चौड़ाई बिल्कुल न हो। यदि कोई विद्यार्थी यह आपत्ति उठाये कि यह त्रिभुज है ही नहीं, इसकी रेखाओं में तो तो चौड़ाई है तो उसकी यह आपत्ति अपनी जगह सत्य तो होगी, परन्तु उसके रेखा गणित के विज्ञान में बाधक होगी। वह जिस स्थान पर है वही उलझा रहेगा। इसी तरह जो शिष्य गुरुके दोषों और त्रुटियों पर अपनी दृष्टि जमाये रखता है, वह कभी अध्यात्म

के मार्ग में प्रगति नहीं कर सकता। अयोग्य गुरु की त्रुटियाँ शिष्य की श्रद्धा और निष्ठा मात्र से दूर नहीं हो सकती, और योग्यतम श्रेष्ठतम गुरु की प्राप्ति शिष्य का सौभाग्य ही है। ऐसे योग्यतम गुरु की त्रुटियाँ वास्तव में त्रुटियाँ नहीं होती, क्यों कि उनका आधार जहाँ होता है, वहाँ त्रुटि की गुञ्जाइश नहीं। वह संकुचित दृष्टि के ही कारण त्रुटि प्रतीत होती हैं, और व्यापक दृष्टि के अभाव में ऐसे गुरु की पहचान और चुनाव, और समर्पण आदि शिष्य के सौभाग्य पर ही निर्भर होते हैं। ●



- श्री बाबू महाराज ने एक जगह बताया है कि (आध्यात्मिक) कुछ भी मिले तो उसकी समानता दुनियाँ की सारी की सारी दौलत नहीं कर सकती।



- पूज्य बाबू जी महाराज कहते हैं कि “भाई रूहानियत का पाना और (Perfection) तक पहुँचना आप ठीक समझिए तो बिल्कुल मुश्किल नहीं है सिर्फ अपने आपको छोड़कर किसी हुए के सुपुर्द कर देना है फिर सब कुछ हो जाये।”



- पूज्य बाबू जी महाराज कहते हैं कि हृदय की आँखों से प्रियतम के अतिरिक्त अन्य कुछ न देखे तू जो कुछ भी देखे उसी की ओर से जान।



- पूज्य बाबू जी महाराज कहा करते हैं कि भाई आवागमन रहित होना क्या चमत्कार नहीं है ? इससे बड़ा चमत्कार और क्या होगा ?

(श्री बाबू जी की अमृत-वाणी)

सहज मार्ग में ध्यान

[भाई हरिमोहन तिवारी, कन्नौज उत्तर प्रदेश]

अधिकतर लोग ध्यान के माने एकाग्र-चित्तता Concentration ही लेते हैं। परन्तु हमारे यहाँ के ध्यान में Concentration नहीं बताया जाता। परम पूज्य श्री बाबू जी महाराज ने अपनी आत्म कथा में लिखा है “एकाग्र-चित्तता केवल दैवी प्रकाशन के उपकरणों में से एक है। आप एकाग्रचित्तता द्वारा ईश्वर को नहीं पा सकते, एकाग्रचित्तता से आप किसी वस्तु विशेष के प्रति केन्द्रीभूत होते हैं लेकिन ध्यान में आपका अचेतन मन केवल किसी वस्तु विशेष के लिये प्रतीक्षामात्र करता है। चूँकि आपका चिन्तन ईश्वर के लिये है आप ईश्वरीयता की प्रतीक्षा करते हैं।

यदि आप Concentration करते हैं तो स्व प्रयास भले ही वह सूक्ष्म हो, बना ही रहता है और जब आप अपनी ओर से क्रिया करते रहते हैं तो प्रतिक्रिया का आना अनिवार्य है। इस प्रकार चित्त में क्रिया और प्रतिक्रिया की रस्सा कसी चला ही करती है। Concentration से जब हम एक ही विचार पर केन्द्रित होने का प्रयास करते हैं तो निश्चय ही अन्य विचार हमारे ही अन्दर दबते चले जाते हैं और हमारे चित्त के गहन स्तर में दबे पड़े रहते हैं। हमें उपरी शान्ति तो मिल जाती है। समय आने पर दबे हुये विचार जब उन पर से दबाव हटता है तो Rebound करते हैं जिसके

उदाहरण शास्त्रों में भरे पड़े हैं। विश्वामित्र मोह नारद मोह, शंकर मोह, इन्द्र मोह तथा अनेको ध्यान टूटते ही दबी बासनार्यें निकल भागीं।

सहज मार्ग साधना में हम किसी विचार पर अपने को केन्द्रित करने का प्रयास नहीं करते बल्कि हृदय में ईश्वरीय प्रकाश या मालिक की उपस्थित को महसूस करना शुरू करते हैं। जैसे जैसे हम ईश्वर या मालिक में डूबते जाते हैं और आने जाने वाले विचारों के प्रति उदासीन हो जाते हैं, विचार स्वतः बाहर निकलते जाते हैं और अन्त में चित्त खाली और स्वच्छ होकर मालिक में स्थाई रूप से डूब जाता है। चूँकि हमने विचारों को शुरू से दबाया नहीं अतः बाद में उपद्रव नहीं होते। इस प्रकार आप देखेंगे कि सहज मार्ग साधना में ध्यान कतई अलग ढंग का है। सहज मार्ग में ध्यान Absorption in Divine से शुरू और उसी से अन्त होता है। जब तक अभ्यासी Concentration करता रहेगा, उसका कर्ताभाव समाप्त नहीं होगा, कर्ताभाव के साथ ही अहंभाव भी चलता है और उसी के साथ क्रिया प्रतिक्रिया का चक्र। हमारे यहाँ तो अभ्यासी मालिक की उपस्थिति मात्र महसूस करता रहता है और शेष सारा कार्य मालिक ही पूर्ण करता है। हम ध्यान के कर्ता शुरू से नहीं होते अतः हमारा

अहं और स्थूलता प्रथम दिन से ही पिघलने लगती है । ध्यान में जो भी शक्तियाँ जाग्रत होती हैं उनका आभास अभ्यासी को मालिक की शक्ति के रूप में होता है अतः अभ्यासी उसे स्वयं कभी इस्तेमाल करके अपने को नीचे नहीं गिरा सकता क्योंकि वे सभी मालिक के अधीन ही रहती है । जब वे आवश्यक समझते हैं तो अभ्यासी के माध्यम से कुछ भी करा सकते हैं । सहज मार्ग का ध्यान ही वास्तव में Natural है और इसी से सहजावस्था प्राप्त हो सकती है । अभ्यासी सारे साँसारिक कार्य करता हुआ भी सहज ध्यान की अवस्था में मालिक में स्थित बना रहता है ।

हृदय में ईश्वरीय प्रकाश का ध्यान शुरू करके अभ्यासी जब आगे बढ़ता है तो स्वयं उसमें एक हालत जाग्रत होती है और जिस मालिक का प्रकाश है उसी मालिक में डूबने लगता है । अभ्यासी एक दिन स्वयं ही बिना प्रयास के अपने गुरुदेव के Form पर ध्यान शुरू कर देता है ।

गुरु के रूप पर ध्यान करने में हमें उनके बाह्य रूप पर रुकना नहीं चाहिए, पर शुरुआत उसी से होकर और फिर जो उनका वास्तविक रूप है उसमें बह चलता चला जाता है । अभ्यासी ख्याल रखे कि "The Master though appears in Human form is Formless, Supreme, Eternal Space उन पर इसी

प्रकार ध्यान करें । Meditate on the form of the master as the whole manifested Universe is emerging from his form.

अर्थात् 'गुरु यद्यपि मानव आकृति में दिखाई पड़ता है परन्तु वास्तव में आकृति रहित, उच्चतम, अनन्त आकाश है । गुरु के रूप पर ऐसे ध्यान करें कि सारे कोटि कोटि व्यक्त ब्रह्माण्ड उसी से निकल रहे हैं । ऐसी हालत में साधना सफल कही जायेगी । कुछ अभ्यासी बार बार हृदय में प्रकाश पर खींच खींच कर अपने को लाते रहते हैं यह ध्यान नहीं है, हृदय और प्रकाश तो प्रथम सबक था । आगे बढ़ने पर पता चलता है कि अभ्यासी का हृदय और ब्रह्माण्ड के केन्द्र मालिक ही हैं और प्रकाश उसी का ख्याल । ध्यान जैसे जैसे आगे बढ़ता जाये उसी हालत पर meditation करना आवश्यक है अपने को खींच कर माँसल हृदय और प्रकाश पर लाने की आवश्यकता नहीं । ध्यान आगे बढ़ने पर अभ्यासी मालिक के विभिन्न स्तरों में स्वयं डूबता चला जाता है, और अन्त में अपने बजूद को मालिक में समाप्त करके भूल जाता है और साधना के पूर्ण होने के लक्षण प्रकट होने लगते हैं ।

किसी शायर ने लिखा है :—

किसी के हुस्न की रानाश्यों में गुम होकर
खुद अपनी जात को पाया है अजनबी मैंने ।



- पूज्य बाबू जी के अनुसार कोई अभ्यासी या प्रशिक्षक अपने आपका अध्ययन नहीं कर पाया है ।

श्री बाबूजी की अमृत-बाराणी

सहयोग

[भाई मिश्री लाल जी, सीतापुर उत्तर प्रदेश]

यह तो हम सभी जानते हैं कि मनुष्य जीवन का मिलना बड़े सौभाग्य की बात है क्यों कि केवल इसी जीवन में आत्म साक्षात्कार सम्भव है और मनुष्य बार-बार जन्म मरण के नाना प्रकार के कष्टों से छुटकारा पा सकता है। अतः मनुष्य जीवन में आत्म साक्षात्कार या ईश्वर प्राप्ति आवश्यक है। यही मनुष्य जीवन का लक्ष्य है। इसको पाने के लिए एक सुयोग्य सद्गुरु की सहायता अनिवार्य है। ऐसे सद्गुरु का पाना टेढ़ी खीर है। आजकल के समय में तो अत्यन्त कठिन है किन्तु हम सब अभ्यासी बड़े भाग्यशाली हैं जो श्रेष्ठतम, पूर्ण, सद्गुरु पूज्य बाबू जी महाराज की शरण में आ गये हैं। उनको संसार के प्राणियों के कल्याण के अतिरिक्त कोई इच्छा है ही नहीं। वह हम लोगों को अन्तिम लक्ष्य तक पहुँचाने के लिए बेचैन है। इसके लिए शरीर से कमजोर व अस्वस्थ होते हुए भी कितने कष्ट उठा रहे हैं, यह हम सभी पर भली-भाँति प्रकट है। श्री बाबू जी, अपने गुरु श्री लाला जी महाराज की इच्छा पूर्ति हेतु इतनी कमजोरी व बीमारी की हालत में भी १९७२ ई० से लेकर अभी तक यूरोप तथा दुनिया के अन्य भागों में भ्रमण करके अथक परिश्रम से जन कल्याणार्थ कार्य कर रहे हैं। यात्रा में कई बार अधिक अस्वस्थ हो गये किन्तु अपने कार्यक्रम व कर्तव्य पर डटे रहे। कर्त्तव्य का तात्पर्य यह है कि वह हम

लोगों के लिए कितना कष्ट उठा रहे हैं जबकि उनका कोई लेश मात्र स्वार्थ नहीं है और न हम लोगों से कुछ भी चाहते हैं। वह अध्यात्मिक मार्ग में केवल हमारी उन्नति चाहते हैं। उसमें भी हमारे लिए सब कुछ करने को तैयार है बशत कि हम उनसे सहयोग करें। अब हम को देखना यह है कि उनकी इच्छानुसार हम क्या करते हैं और क्या सहयोग देते हैं: -

उन्होंने सहज मार्ग में हमारे जीवन को समुचित ढंग से चलाने के लिए Ten Commandments अर्थात् दस नियम बना दिये हैं। पहला नियम—“सुबह सूरज निकलने से पहले हर एक भाई उठे और सन्ध्या उपासना यथा सम्भव सूरज निकलने से पहले निश्चित वक्त पर खत्म करले। पूजा के लिए एक अलहदा जगह और आसन मुकर्रर कर लें। जहाँ तक हो सके एक ही आसन से बैठने की आदत डाले। जिस्मानी और मानसिक पाकीजगी (पवित्रता) का खास ध्यान रहे।”

इस नियम के पालन करने में क्या कठिनाई है? मेरा विचार है कि हम में से कुछ भाई बहन इसका पालन करते भी हैं परन्तु कदाचित अधिकतर नहीं करते हैं। जो नहीं करते हैं वे केवल अपने आलस्य व प्रमाद के कारण नहीं कर पाते हैं वे सूर्योदय के

के बाद सोकर उठने की अपनी बुरी आदत को छोड़ने का प्रयत्न नहीं करते । जब हमको रात्रि में तीन या चार बजे की ट्रेन से कही जाना होता है तो हम समय के अन्दर स्टेशन पर पहुँच जाते हैं । ऐसा ही अन्य कार्यों में हम करते हैं तो फिर इस नियम का पालन क्यों नहीं करते हैं ।

एक दूसरा नियम नं०८ यह है—भोजन करने के समय जो कुछ मिल जावे, खुशी से खावे और ईश्वर की याद में भोजन करें । शुद्ध और पवित्र कमाई का ख्याल रहे” । यह नियम भी कितना सरल है । अभ्यासी को केवल शुद्ध और पवित्र कमाई की ओर ध्यान देना है । यह तो प्रत्येक पुरुष का धर्म है कि वह शुद्ध व पवित्र कमाई से जीवन निर्वाह करें । फिर एक सहज मार्ग अभ्यासी के लिए यह और भी आवश्यक है क्योंकि इसका लक्ष्य ही शुद्धतम और पवित्रतम वस्तु की प्राप्ति है और अपने को शुद्ध व पवित्र बनाकर ही उस ओर बढ़ सकता है ।

इसो प्रकार अन्य नियम हैं जिनका पालन करना अभ्यासी का कर्तव्य है परन्तु हम लोग उधर ध्यान ही नहीं देते और न उसके लिए प्रयत्न करते हैं । सहज मार्ग समयानुसार हम लोगों के करने योग्य बनाया गया है और इन नियमों को यह जानते हुए बनाया गया है कि हम उनका पालन भली-भाँति कर सकते हैं । यदि इनमें से कोई भी हमारे पालन करने योग्य न होता तो कदापि न बनाया जाता । इस विषय में एक बार श्री बाबू जी ने कहा है:—

“मैं अपनी किताब—“सहज मार्ग के दस उत्तुलों की शरह” में इन दस नियमों के विषय में जो कुछ मुझे कहना है, लिख चुका है । जो लोग उनका पालन करना चाहते हैं उनको

साक्षात्कार के लिए इनसे बड़ी सहायता मिलेगी । चूँकि लोग उनकी उपेक्षा करते हैं और उनका पालन नहीं करते हैं । मैं इस पुस्तक का और प्रकाशन नहीं कर रहा हूँ किन्तु यह अत्यन्त आवश्यक पुस्तक है ।”

इन शब्दों में आप अन्दाजा लगाइये कि इन नियमों के पालन करने में हम कितनी लापरवाही करते हैं । इस प्रकार हम अपनी आध्यात्मिक उन्नति ही को हानि नहीं पहुँचा रहे हैं बल्कि पूज्य बाबू जी के हृदय को कितनी चोट पहुँचा रहे हैं । Voice Real वायस रियल भाग । पृष्ठ २०२ पर श्री बाबू जी ने लिखा है:—

“मेरे अनुभव से मुझे प्रगट है कि कदाचित्त ही कुछ हालतों के अतिरिक्त लगभग सभी हालतों में मुझे अभ्यासियों में हर चीज को जो उनकी आध्यात्मिक उन्नति के लिए आवश्यक है, ठूसना पड़ा, तिस पर भी यदि क्षण मात्र के लिए मैं अपना ध्यान हटा लेता हूँ तो प्रत्येक उन्नति के पथ से नीचे फिसल जाता हूँ । इसका कारण सच्ची निष्ठा के द्रभाव के अतिरिक्त और कुछ हो ही नहीं सकता । मैं यह केवल इस लिए बतला रहा हूँ ताकि आप इन साधारण कमियों की ओर ध्यान दे और उनको दूर करने के लिए उचित साधन काम में लावे ।”

इन शब्दों से भी स्पष्ट है कि हम श्री बाबू जी की कुछ भी सहयोग नहीं दे रहे हैं हालाँकि वह संसार की सबसे अधिक मूल्यवान वस्तु हम को देने के लिए व्याकुल है ।

उपरोक्त दस नियमों के अतिरिक्त जिस समय जिस बात की विशेष आवश्यकता होती है उस पर (श्री बाबू जी हम लोगों का ध्यान

आकर्षित करने लगते हैं . कुछ समय पूर्व उन्होंने अनुशासन (डिसिप्लिन) पर जोर दिया था । उसके पश्चात् उन्होने अभ्यासी के आचरण व व्यवहार की ओर ध्यान दिलाया और कहा कि मिशन के सच्चे अभ्यासी को मिशन का टार्च-वियरर (मशालची) होना चाहिए । उसका आचरण व व्यवहार इतना अच्छा हा कि पब्लिक को उसे देखते ही मालूम हो जाये कि यह मिशन का अभ्यासी है । मनुष्यता के सभी गुण एक सहज मार्ग अभ्यासी में दिखलाई देना चाहिए । दैनिक जीवन में सदाचार व सभ्यता की आवश्यकता है । इन बातों के अतिरिक्त सहज मार्ग स्वाध्याय पर श्री बाबू जी जोर दे रहे हैं । वह चाहते हैं कि सहज मार्ग साधना जैसी इन्होंने बतलाई व निश्चित की है हू बहू वैसे ही वह समझाई व अभ्यास की जावे ताकि उसकी शुद्धता कायम रहे और उसमें कोई मिलावट व गड़बड़ी नहीं होना चाहिए ।

हम सबको ठण्डे हृदय से विचार करना चाहिए और देखना चाहिए कि क्या हम श्री

बाबू जी के उपरोक्त निर्देशों के अनुसार वास्तविक रूप से कार्य कर रहे है ? यदि नहीं, तो, हम उनको सहयोग नहीं दे रहे है । वह हमको सबको उच्चतम स्थिति तक ले जाने के लिए बेचैन हैं और हम से केवल सहयोग चाहते हैं परन्तु हम वह भी नहीं कर रहे हैं । कितने शोक व लज्जा की बात है । वह जैसा हमको बनाना चाहते हैं हमारे असहयोग के कारण वैसा नहीं बना पा रहे हैं । यही उनकी अस्व-स्थताव उनके कष्ट का मूल कारण है ।

हम ने अपना बहुत अमूल्य समय नष्ट किया है । अब हम को चेतना चाहिए और आलस्य व प्रमाद को त्याग कर अपने सद्गुरु के आदेशों व निर्देशों का ठीक-ठीक पालन करते हुए और इस प्रकार उनको सहयोग देते हुए, श्रद्धा, निष्ठा व प्रेम के साथ आध्यात्मिक मार्ग पर चलना चाहिए । मेरा विश्वास है कि यदि हम सच्चे हृदय से उपरोक्त बातों के पालन करने का प्रयत्न करेंगे तो उसमें हमें दैवी मदद या ईश्वरीय सहायता भी मिलती रहेगी । इति । ●

❀ पूज्य बाबू जी महाराज कहा करते है कि “यदि साधक में जरा सा भी अहंकार है तो उसने साधना ही क्या की ?”



❀ बाबू जी महाराज कहते है कि इन सब फर्जों को करते हुए और पैर छूने के डर से मैं जल्दी जल्दी आपके सामने हाजिर न हो सका एक कारण और भी है । जब कभी मेरे चारों ओर लोगों की भीड़ इकट्ठा हो जाती है तो मेरा दम फूलने लगता है और बेचैनी की वजह से बेहोशी सी आने लगती है ।



श्री बाबू जी की अमृत-बाणी

☆ निवेदन ☆

सभी अभ्यासी भाइयों को यह सूचित करते हुए बड़ा हर्ष हो रहा है कि "सहज मार्ग" पत्रिका का प्रकाशन करते हुए नवम्बर ८२ में २५ वर्ष पूर्ण हो जायेंगे। इसलिए नवम्बर मास में पत्रिका का 'रजत—जयंती' वर्ष मनाया जायेगा। इस उपलक्ष में एक विशेषांक का भी प्रकाशन होगा।

इस संदर्भ में सभी अभ्यासियों एवं पत्रिका के पाठकों से निवेदन है कि हिन्दी व अंग्रेजी में लेख लिखकर अक्टूबर के प्रथम सप्ताह तक प्रकाशक के पास अवश्य पहुँचा दें। यह लेख बहुत साफ साफ लिखे गये हों, तथा चार पृष्ठ से अधिक का लेख न हो।

लेख लिखते समय यह ध्यान रहे कि यह लेख, निरन्तर साधना सम्बन्धी अनुभवोंपर आधारित, विशेष घटनाएं जिनसे जीवन में परिवर्तन आया हो, श्री बाबूजी महाराज से वार्ता के दौरान हुए प्रश्नोत्तर, ऐसे सुभाव जो 'सहज मार्ग' कार्य प्रणाली की पुष्टि करते हों, कृपया लिखें।

मिशन की प्रकाशित पुस्तकों व पत्रिकाओं में आए उद्धरण व विवरण आदि देने की आवश्यकता नहीं।

अनेकवर्षों से साधना रत अभ्यासियों से विशेषकर निवेदन है कि वे अपने बहुमूल्य अनुभवों को अवश्य लिखकर भेजें।

सुपरेन्टेन्डेंट पब्लिकेशन डिपार्टमेंट

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