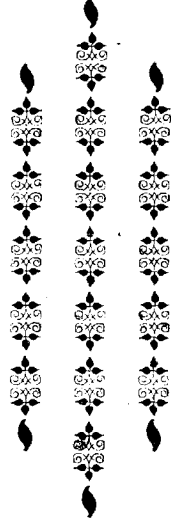


०० May

\* ओ३म् तत्सत् \*

# सहज-मार्ग SAHAJ MARG

( Bi-monthly, Spiritual )



**Shri Ram Chandra Mission**  
Publication Department  
SHAHJAHANPUR. U. P. (India)

May '68

Editors Registration No. R.N. 12620/66  
 Dr. S.P. Srivastava M. A., Ph. D. All rights reserved  
 Shri Kashi Ram Agarwal, N. D. May 1968  
 Yearly Subscription Rs. 5.00  
 One Copy Rs. 1.00

\* ॐ \*

## सहज मार्ग

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

### प्रार्थना

हे नाथ ! तूही मनुष्य जीवन का ध्येय है,  
 हमारी इच्छायें हमारी उन्नति में बाधक हैं,  
 तूही 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 me upto that stage.



## CONTENTS

Subject	Writer	Page
1 Prayer		1
2 Prayer	Sri Ram Chandra ji President	2
3 The Grand Mechanic	Suresh Chandra M. A. Srinagar	3
4 Expanse of Heart	Shri Ram Chandra ji President S. R. C. M. Shajahanpur.	5
5 The Efficacious Meditation	Raghavendra Rao B. Sc., B. E., Principal Govt. Polytechnic Raichur	7
6 Puja In Sahaj Marga	Prof. T. Srikantaiah, M.A. 10 Raichur	
7 About My Tryst	Sri G. Vijayarangachary, M. Sc., LL B. S, A. S.	13
८ एकाग्रता	श्री रामचन्द्र जी अध्यक्ष, श्री रामचन्द्र मिशन शाहजहाँपुर	२५
९ सहज-मार्ग योग के चमत्कार	कु० कस्तूरी जी मोदी नगर	२८
१० ऐसे हैं प्रिय नाथ हमारे (कविता)	केशव मोथे, दिल्ली	३१
११ अपनी ओर देखो	कु० केसर चतुर्वेदी, मोदीनगर	३२
१२ साधना के अन्तराम	श्री हरिदत्त सिंह (लखीमपुर खीरी)	३६
१३ अशान्ति में ही शान्ति है	श्री श्रीप्रकाश, बी० ए०, सीतापुर	४१
१४ बिस्वी की हज	श्री सुरेश चन्द्र, एम० ए०, श्रीनगर	४४
१५ अनन्त यात्रा	एक अभ्यासी	४७

# PRAYER

(Sri Ram Chandra Ji-President)

All religions are unanimous on the point that prayer should be used as an effective measure for relieving humanity of its sufferings. It is necessary not for human beings alone, but for all the living souls, if we can do anything for them. If prayer is offered methodically, it becomes the deliverer of the sorrows of the teeming millions. The way of doing it is already recommended in the prayer of the Mission and the commentary on it. When we proceed to offer prayer we should take care that it should be from the human level and not from the divine one. If we establish ourselves in the higher centres, our prayer is likely to become more effective than when we were at the lower levels. Since it is a human duty to offer prayer to God, we should proceed decisively from the human level. The idea is that the devotee ought to pray to his master. So both the levels should be maintained.

In our Sanstha, thanks to the glory of the Master, the abhyasis have begun to reach the Central region. So they can very easily establish themselves in the divine region and pray. If they establish themselves solely in that region, their prayer does not only become effective, but begins to create circumstances for its fulfilment. Time it takes, but success is sure, if we are able to establish in the higher region in toto. If we pray for the fulfilment of some work or for relieving someone from the pangs and suffering of different nature, in the central region there is a danger that the Sanskaras causing troubles to the person, for whom one has prayed, may enter in to him. This has come to my experience personally. Hence I warn my associates, who have got entry in to the central region, not to offer prayers in the central region, for anything except the spiritual benefit of mankind.

# The Grand Mechanic

(Suresh Chandra M. A. Srinagar.)

**“The sea that bares her bosom to the moon,  
The waids that were howling at all hours,  
Are upgathered now like sleeping flowers,  
To this, to every thing, we are out of tune.”**

(W. Wordsworth)

‘We are out of tune,’ remarked Wordsworth more than hundred years back. Let us see, are we out of tune even now?

What is that tune? What is that music that we want to have in our life? To what harmony we want to tune ourselves?

That is the tune of Divinity. God has given us the raw material—the body. Who will purge it of its imperfections and make it a perfect instrument? There is the grand music of Nature—its cycle of charge—destruction and preservation. Shelly felt this pulsating life and vigour of Nature and he bent in prayer:

**“Make me thy lyre even as the forest is,  
What if my leaves are falling like its own,  
The tumult of thy mighty harmonies,  
Will take from both a deep autumnal tone”  
“O lift me as a wave, a leaf, a cloud...etc.”**

Spiritualism is the spirit of the song. Purity of being, simplicity of our entire existence is the essence of the music. “God is simple and so the means to achieve Him should also be simple, says our Master. These quacks in the field of spiritualism have made this process of achieving Him very difficult. Let us tune ourselves to the music of God and simplicity and all the godlike attributes will radiate from us.

This tuning of our mind and heart to the harmony of the Divine is not an easy affair. Once my radio set was out

of order. The mechanic told that one valve needs replacement. The valve was replaced yet many stations were not received. Now the mechanic devoted three days to tune the set and to all the stations were audible quite clearly.

In the same way our mind and heart need tuning. Due to age-long effects of anti-god or materialistic tendencies our sources of power went out of order. Our thinking and feeling became so gross that the vibrations of the subtle nature could not be received. And that is of paramount importance. God or nature—whatever we may call, is the subtle of the subtlest. Our Master in Reality at Dawn has called him the negation of the negation or Zero. The instrument upon which the mighty harmony of the Divine is to be played must be of the most sensitive kind. Can we be sensitive? Can the grossness of ages be removed? Can we find a mechanic of that calibre that may tune ourselves to receive the waves of Divinity ever afloat in the atmosphere.

Yes, it is possible. There in a remote corner of Uttar Pradesh in Shahjahanpur, lives the Grand mechanic of human souls. Come to them. He has seen the music of Divinity dancing before Him at the slightest turn of his eye brows. The mighty harmony of nature wreathes round Him like morning vapours round the top of a mountain. He it is who will tune us to that grand music of God. Come to him my brother and feel a new thrill, new pulsation of life within yourself. Drowned will be these broken jarring notes of the world and all the dross, the rust will be wiped out of us. We will emerge as fine bright instrument vibrant to the slightest breath of breeze. The Divinity would come down to play upon it.

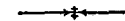
Continue on page 24

(Continued from page 4)

And this is no miracle, not airy-fairy talk. Through pranahuti our systems are cleaned—washed and brushed. It is through Pranahuti alone that the loose strings of our being are wined to the note of spirituality. Our powers are flowing towards the heart which is centre of materialistic tendencies. This flow is diverted towards Atma—the centre of spiritual well being. Now the new age of our existence begins. Again and again our gross tendencies take us away from that path but our Master sets them to right—path again and again.

For it we will have to offer our systems to Him. Let Him work upon us why should we meddle with Him. Let not the wireless set speak and dictate to the operator how he should use and mend it. Watch him. Give him your full co-operation and the happy results will not be late to follow. It is a rare phenomenon that such a grand Mechanic of souls has come amongst this. Sick world. Let us throng unto Him into thousands. When He finds us fully dependent upon Him, His Grace shall file us with infinite peace—then the real music of soul will rise. That harmony will take us through the levels of Religion, spirituality. Bliss and Reality to that which is beyond description.

The necessity, therefore is that we see inwards how far we are fit instruments for the celestial music. If you find yourself handicapped, my brother, come with me. His gates are ever open. He charges nothing. His fees are only your deed and explicit faith in Him. Therefore turn your feet towards His door and call "I have come to you Master and all that I have brought for you is my self."



# Expanse Of Heart

**(Shri Ram Chandra, President, Shri Ram Chandra Mission, Shahjahanpur, U. P. India)**

'Heart' is such a thing which may be likened to something which is lying hidden at the bottom of a pond, but it is there, definitely. Actually from spiritual point of view the mere piece of flesh cannot be called the 'heart'. It is the pond in which the 'heart' is lost and its search starts when we feel some thing missing. It is free from the limits and bonds of that fleshy piece although it is inhabitant in that.

In the spiritual field it is actually the seed which has become the tree with whose fruit one feels satiated. Its branches spread all over so much so that they cover up every knot and establish their effect in it for ever. It may rightly be called something which has been made by Nature itself or has been conceived by Nature. Its purer form contains such a power which may be called the mother power. It is like a seed which sprouts after losing its existence. It spreads into the entire cosmos in due course of time and gets merged in that in such a way that without losing its individuality it takes one upto the Ultimate. It is that staircase which we go on climbing and reach a stage which an abbyasi can.

I have talked about the heart region, the Mind Region and then the Central Region in my books. The entire map of Central Region is printed in the 'Heart'. It has taken me three days to conclude that the same number of circles as in the Central Region can be perceived in this seed also

after its little growth. The study of this region can enable us to cross a number of circles of the Central Region and finally we reach the Divine. There are only seven circles. If I start transmitting on the above lines, I am afraid, the people will start running away from me and attention for months may not be necessary if I take up this work in the beginning itself. This training can be undergone after achieving quite a standing.

I have gone into details. I come back to the main point. This growth of heart, as mentioned above, gets merged into the cosmos as it reaches the cosmos. It means that it loses its atoms, but the rings remain. If some one breaks through these rings and comes to the expanse he gets limitless energy. These rings are not broken in every case, but only in that case where Nature wants to get her special work done and these cannot be broken without his consent. From here the subtle force emanates and thing goes still farther as the rings produce energy through resistance. The thing thus goes on farther and farther after rubbing with that place till the fact that just a sort of essence remains. To call that thing essence would mean making it heavier many folds. When this last essence gets diverted towards the Central Region and the man reaches that place through His permission, that thing which I have called essence also loses its individuality, and what happens next in that swimming can be understood by one who has been blessed by God alone. There after he cannot write or speak of his condition. Now you yourself decide as to what is the expanse of heart and how it happens. You alone can estimate as to how much your heart has expanded.

—From a letter addressed to an Abhyasi.

OM

## THE EFFICACIOUS MEDITATION

by :- Raghavendra Rao, B. Sc., B. E., Principal. Govt. polytechnic, Raichur (Mysore State)

There are numerous teachers prescribing numerous types of meditation. The types vary from a mere five minutes' transcendental meditation to about four or more hours' mental repetition of a few chosen words. While the innocent persons will be blindly following the practices, the clever teachers will all the while be trying to drive into their brains suitable suggestions to keep them under their control. These suggestions also vary from flattery to threats. The final outcome is utter slavery—just the opposite of the ideal sought by the innocent seeker.

No doubt, as some philosophers put it, absolute freedom is just a fantastic fancy of the suffering human being. Man is a slave all the same. Either he is a slave of others or he is a slave of his own desires and imaginations. Even then it is possible for man to realise his Real Slavery when he realises the Master—the One who is Absolutely Free. This realisation releases him from all other kinds of slavery. Of course then, and only then man is released from all bondages. And whatever remains after it shall be his absolutely natural state.

Therefore it is necessary to have a clear view of the Goal, to select a teacher who has attained that Goal and to adopt the practice of meditation under such a one's guidance to reach the Goal. Otherwise any meditation taken at random without having a clear cut goal and a worthy guide almost invariably lands a man into either a lunatic asylum or a world of fantasy and nightmares.

It is certain that mechanical repetition of certain chosen words cannot be termed as meditation. To concentrate on some chosen pictures or idols is also not meditation. Meditation consists of thinking about a pious idea for a sufficiently long time, with interest and even with love. Such a practice of meditation will drive that pious idea deep into the subconscious or unconscious levels of the mind. Therefore it becomes imperative to take the Highest Ideal as the object of meditation, so that such a thought may be driven deep into the innermost core of our being and it may ultimately result in our becoming likewise.

The optimum duration of meditation over a given pious idea is about one hour to get the best results within a reasonable period. It normally takes about ten to fifteen minutes for an average person to get steady and to make the mind to have a continuous flow of that Divine Idea, due to the habituated fickleness of the mind. Therefore a ten or fifteen minutes' meditation is just useless. Of course, if there is a capable and worthy teacher who can transmit the Divine impulse, it will be a different matter. In that case much effort or labour of the Abhyasi is saved. And fortunately if we can catch hold of the perfect Teacher or "SADGURU" our object is immediately realised by connecting ourselves with Him with intense love and faith. As the SADGURU is connected with the Ultimate, our connection with the SADGURU will naturally connect us with That.

The efficacious meditation has a dual effect to produce. One is purification of the heart and the other is the infilling with the Divine Light. These two effects are mutually interactive. It is not possible to have one without the other. Therefore any practice of meditation must coordinate the mental activities in such a way

as to at once purify and Divinise the heart. A certain amount of will force of the Abhyasi or a little bit of transmission from a capable Master will augment the above process of purification and Divinisation.

The easiest and the most efficacious form to meditate upon is the form of The Perfect Human Being who has attained the Highest and is ever living in That. Where can such a fellow being be found? One has to search and pray to God sincerely for it. We take the example of our beloved Master in this regard. The sincere seeker's heart immediately recognises such a super human form. It is literally true, "God Himself comes to the door of a sincere seeker". A sort of unconscious love envelops the core of the heart when one comes across such a Personality. And if one strengthens that love by his practice of meditation with devotion, interest, attachment, etc., he is sure to realise the Goal in the shortest possible time.



## PUJA IN SAHAJ MARGA

by :- Prof. T. Srikantaiah, M. A.

L. V. D. College, RAICHUR

In Sahaj Marg, every Abhyasi is taught to meditate. This meditation is called Puja. Even Babuji, our beloved Master, calls this meditation by the word Puja, and rightly calls it so in my humble opinion. Though the connotation of the word Puja appears to be different from that of the word meditation, both mean the same in the final analysis of the essence of both the words. Puja means worship in the ordinary sense of the word. We shall examine how our meditation which is called Puja is also worship.

Every religion has some form of worship. Through worship, we respect or please God and try to get his grace. Swami Vivekananda defined Religion in various ways :- (1) "Religion is Realisation", (2) "Religion is the manifestation of Divinity that is already in man" and (3) "Religion is Philosophy concretised into symbols and rituals". The first definition declares that religion is realisation of God. It is spirituality only. As per Babuji's statement "when religion ends spirituality begins" and here we find in the first definition spirituality alone is meant by the word religion. The second definition is that religion is the manifestation of Divinity that is already in man. Even in this definition, the word religion is taken in the sense of spirituality only. But the third one is a little grosser. This definition gives the definition of religion in the true sense. But we use words religion, Philosophy, spirituality etc. The word religion and religious practices refer to the external acts of ours as relating to our religion. we have certain ideas and thoughts. Those ideas are

(11)

abstract. When we give them concrete forms, they become symbols. The act of showing reverence and respect to the symbols is called a ritual. Hence, religion in its gross form or external form represents the ideas contained in Philosophy. So philosophy is subtler and relates to our internal or mental life. These ideas of Philosophy which are subtler than symbols and rituals become still subtler when they go to the spiritual level. At that level our worship is called meditation.

The body of a man we see is not the man in reality. The body we see is only an outer covering of man and it is gross. He has still two more bodies which are subtler. Man's subtler body is within the gross body and is responsible for all the activities of mind, intellect, etc. I do not go into details of all the functions of this subtle body here. Suffice to say that it is an internal and subtler body where ideation takes place by the act of thinking, determination, etc. Within this body is found the causal body which is still subtler. Here exists the spirit which is the real man. So it is the spiritual body of the man. Whatever that pertains to this spirit is spirituality. Therefore, we have three words religion, philosophy and spirituality in three different modes. In a broad sense they are also used in one and the same sense. It will not be correct if we do not distinguish the subtle differences when we think of spirituality.

In the gross state of Puja, we use material things. The things that offer gratification to us are offered to the symbol of God who is the origin of this world, including us. We perform our puja by offering pleasant things to the God so that they may reach him and cause shower His grace on us. It is in accordance with the idea present in our philosophy which declares that all



things including our spirit originate from him and finally should rest in Him only through His grace. That is the final goal of all.

Our philosophy finds itself expressed in the spirituality also. Our puja does not consist of material things to be offered to God. We take one of the subtle attributes of God, i. e. Divine light, and suppose that that Divine light exists in our heart and meditate so that He may reveal Himself to us. After some practice the spirit which is the essence of the whole body gets collected or consolidated in the heart and begins its 'Yatra' towards God which is its origin. In other words the spirit which may be called Jiva offers itself to its Master from whom the whole world is evolved. He grants Himself to us finally.

Thus our meditation is similar to the external Puja in its process and goal in a very subtle way. And it has the full import of our philosophical tenets of worship. Hence there is Justification in calling our meditation by the name Puja. As already stated man has three bodies—Sthula (material or gross), Sukshma (Subtle or Internal) and Karana (causal or spiritual). The Puja performed by the Sthula Sarira is very gross and material, the Puja at the Sukshma level consists of Sravana and Manana of Scriptures and the puja at the causal level is still subtler consisting of Nididhyasana (meditation) and Samadhi. Hence meditation is Puja in a very subtle form.



## ABOUT MY TRYST.

By G. VIJAYARANGACHARY, M. Sc., LL.B., S. A. S.

Nine months were past since I met my Master last and the desire grew to see him. It was my time on retirement too and I seemed badly in need of his grace. The General Elections might prevent my going for the Basanth at Shahjahanpur occurring in mid-February as my leave preparatory to retirement had been recommended for refusal on the grounds of exigency of work. My wife was for two months there waiting to be picked up. I had title of leave for a month and this acted as catalyst. I ended therefore with a reservation for the fifth of November, '66.

But disturbances broke out which unsettled the permanent way. A students' strike was quickly followed by violent demonstrations for the location of a steel plant in the State. The train service was dislocated and the normal route diverted. Ques of passengers waited on the platforms to jump into any train, that started towards Delhi. I too took my chance for the sixth as no train started on the day I had reserved. Past mid-day, the Janata for Delhi was announced and after I had deposited myself in the train, I fondly took out the letter from my Master welcoming me to his place. Pressing it tremblingly to my heart with warm tears to wet, I offered grateful prayer to him who I believe has set the first train, in days, to start on the regular route with but negligible loss in my leave, no hour of which I was prepared to lose at my place.

The journey was spent in constant remembrance and meditation at the accustomed hours apart from the hours for food

and rest and calls. I reached Jhansi on the evening of Seventh and learning of a train at eleven bound for Lucknow, I took to it. There was a tremendous rush but I had chance to hold to my seat. Morning brought us to Kanpur and as the train was running late I grew apprehensive whether I would be able to catch the Sealdah express leaving at Nine-thirty for Shahjahanpur. When the train stopped at the outer signal of Lucknow for what seemed to me an eternity, I fumed and fretted and cursed the Railway Administration for needlessly prolonging my hour of meeting with Master. When the train started, it was past Nine thirty and I settled to the dis-appointment. But lo! the Sealdah express was still on the platform, the porter ran with my luggage, a compartment was near us with plentiful accomodation, the belongings were pushed in, I got in, a happy face greeted me for the extra tip and the guard who happened to be near about replied to my anxious query that the train was detained for fifteen minutes for an administrative reason. !!

I reached Shahjahanpur at noon, rushed to the house in a rickshaw, and as I moved up, I saw the beloved Masrer dressed up but eagerly extending his arms in an embrace, both familiar and infectious. Ordering for hot water bath and appetising poories he left on an urgent work. He was waiting only to receive a meagre guest, that is me, as I understood from my wife, for he was to go out by ten that day.

From this afternoon of the eighth- November, until another afternoon of the third December, full twenty five days, I spent a happy time with the Master and though the stay beggars description, I desire to inform in the following what I felt like and what I did gain during the period.

Associates all over south India had yet to know that Master

was cancelling an impending visit to the south on account of a severe stomach ailment. I received the information by a letter from him received on the fourth November, and only the Hyderabad section could know, because, I understood that this was his first intimation. While I shared the general disappointment of all I was happy for a selfish reason that this gave me more time to stay with Master. I had hoped to serve him during his illness but all through my stay, it was Master who was more solicitous about my faring and he gave me the least little occasion even to enquire after his health. It could be a matter of shame to me but he disarmed me of it all and I never felt funny as most do in such predicnment. It was the case of the boot being turned on to the foot it belonged ! Nevertheless, I was gratified that he permitted my wife to serve him and even this only up to the barest need. She has earned a merit which I evidently did not deserve.

( 2 )

Every morning by seven thirty, Master would come into the main Verandah with the ubiquitous hookah, which he himself would often carry. I would have generally finished my prayer and bath by this time, for which latter, hot water was specially ordered to be supplied to me. I would take the dust of his feet each morning as he would so arrive from the inner apartments and settle on his ample chair with long arms, on which usually rest his pen, spectacle case and the letters received to his address. I would sit by his side, mostly listening. I have found answers to most of my lingering questions unasked because of what would perfectly satisfy me from gestures, conversation and his other manner. I would all through be free from the hundred things which was to claim my attention and worry me. The memory of Hyderabad was completely lost and I floated in a sort of peace

(16)

and calmness which meditation generally offers. I compared notes with my wife because she was the one more concerned with the cares of home and she said that she did never once feel the pinch of events. I asked the same of other associates who visit from time to time and I received a similar reply. I would therefore submit that the sustained condition one enjoys in the precincts at Shahjahanpur, meaning, under auspices of the Master, is a bother-free, peaceful, calm and in drawn condition.

(3)

For the vigilant eye, every action of the Master, seems 'Specialised'. He works without effort. His limb movements are spontaneous. He rarely stays at one place. He is all round the house-both the inner and outer portions-attending to items which would miss the normal eye and which some may consider undignified to attend. His actions are all automatic with no weight or effort burdening them. He is the decorator and the scavenger both. He considers no duty as beneath his doing and he does not delay doing the thing he wants to do. Where his illness vanishes as he does these small little things, must be wonder to many. He would therefore be an enigma as he goes after and notices things which normally are not attracted or passed over as insignificant. I believe this part of his physical life to be a great instruction to all house holders and especially to those who take pride in the fact of their Sadhana and think that spiritual pursuit ought to excuse them from the bother of physical work, of at least an insignificant kind and that they need have to wear a superior air for an extra effort put in.

( 4 )

All members know by now that the Mission owns its press. At the time I was there a motor was acquired. I was

(17)

witness to the untiring efforts of Master who did not rest until the power line was installed and the motor had moved the press. He insisted on quality in every item, had the line pulled out and reinstalled, had the pulley remade, had the foundation bolts made under his care, insisted on the right quality of belt and indeed on all points where he at all found a scope for improvement. Within twelve days of purchasing the motor, the press was running on power, built up, bit by bit from a scratch. Master's devotion to the Mission is phenomenal. His desire to see the Press run as the best of its class is evident each hour of the day. We must be considered stragglers in this respect. There is no doubt a good deal of shramdan contributed each day as the evening brings in a batch of volunteers who attend to what may be roughly called 'unskilled' labour. But when I see how Master is wearing himself out, I feel one and all should bear the burden of the Mission as his own undertaking and help to increase the 'Press maintenance fund' of five Rupees per head per month as the present expenditure far out-weighs the income of Rs. 250/-per month, nearly two times, and the deficit requires to be contributed. May the members extend assistance in this direction.

( 5 )

I may have digressed but not without due justification. It is our duty to reduce Master's burden on the physical side. His unique service, i.e., spiritual is available to us in the measure we can each absorb. I have felt that his spiritual ministry is continuous. He is ever mindful of the progress of the abhyasis and is constantly guiding them in a way he only knows best. A speciality I have seen is his great affection for south Indians. He exclaimed with evident pleasure one day, 'I have

continuously transmitted to the south for ten years and little wonder they have returned all this with a devotion peculiarly their own.' He attends scrupulously to the needs of the south Indians for whom he volunteers hot water, snug blankets and razais and sometimes sweaters, and curd which last item is a 'must' in his view and costs him considerably. Often times during my stay, I have heard him remark how his illness has deprived him from the service he was anxious to render to us. But I have seen how he has obliged each batch of visitors with a sitting as he or they needed it, eventhough his health did not permit of such exertion. One day he said "I do not wish to be reminded of my duty which I know when and to what extent I should do" Evidently he knows when to minister and what each abhyasi needs individually and, I believe, every one who visits him knows this well. For myself, I never felt like embarrassing him with requests for an individual sitting and believe he has given me as many or as few as perhaps I needed and of which he is evidently the best judge.

( 6 )

Master is wont to give credit to others, be it the humblest abhyasi. I had occasion to witness many instances of this affection and I too was not free from such encomia. It is as a father's love to the son, nay much more and far higher and fuller than the filial kind. The fact is that he does every thing and attributes the resulting good to others. We, as devotees, feel the reverse as more of a fact and therefore, naturally ashamed of the undue praise. This play of love is most wonderful to watch and occupies a good part of his conversation. Especially in the evenings when he does the major talking and others either attend to the tit bits of work and reciprocate or without work enjoy the fun. Therefore it is always

a gain, how much spiritual we may not be sensitive enough to know, but definitely much pleasure as we are able to feel.

( 7 )

Often times Master would mention of his meagre knowledge of English. The fact is otherwise. Any one can find his writing not only apt but eminently capable of delivering the sense that is intended. If it is not flowery, it is not needed. If it lacks diction, the message does not ask for it. If it is barren of high phrase, science of life in which he deals is better without it. Simplicity of expression is uniformly maintained. I have personally felt humbled when-ever he refers to the imagined deficiency. For I have entered the path and gone deep with it, inspired by his English writings which present thoughts in a forth right way and contain more original thoughts and fullsome emotions in a given compass. Nor am I without influence from cultured or scholarly English.

( 8 )

When Master speaks in Urdu, which is his medium and element, there is no lack of high wit and humour. But even English he does not lag. To quote one or two instances. One day there was discussion on the formal worship and the need or otherwise of it. Opinions were on both sides, though over weighed in the Mission's favour. He came to the rescue of the other side with the remark. "After all constipation is better than diarrhoea". On an other occasion he said. "I am busy with nothing" while others say they are busy with many things. And when he started laughing, I felt how pregnant with meaning were his words 'Busy with nothing'. The Gita Verses II-55, II-64, III-17, V-7, V-24, VI 7, VI-11, VI - 25 VI-29, flashed at the moment bearing thus:—

One who builds in his soul  
 His soul's empire  
 Happy in the solace there with gained  
 One whose mind is cast in the  
 discipline of self  
 One in harmony with his soul  
 For him there is no work, no  
 action to be sought  
 Meditating on the Supreme,  
 Lost in the thought of Him,  
 Beginning with Him, Seeking the  
 end finally in him  
 One who seeks happiness within  
 His joys within, his light within  
 To solitude should the yogin betake himself,  
 And see himself in the mirror of his ownself  
 Wrapt in his soul let him not think of any frivolity  
 And harmonised sees in all  
 things, his own self,  
 And all things in his self,  
 every where the same self.

( 9 )

He is firm in insisting on the fundamentals and the minima of effort. He had one day all but retired for the night. We too crept into our beds. But I was surprised to see him coming again almost roaring, "You see, the craving for God is most important. Without it there can be no progress. Yes, the craving for God, craving I must repeat." The minimum required is a regularity in practice. How can there be progress otherwise? 'Submission is the secret of success'

he said another day. "As women have to look after many duties and take care of children, an exception is made in their case,, he said another day. 'But men have no such exemption and they have to preserve and be regular; otherwise progress is bound to be slow.

( 10 )

Almost every train and bus brings visitors. Master is fond of saying always that he is not happy without at least one or two guests. He treats his guests with the needed care and often meets them on their terms ! One day a military Officer called in. He served him coffee and dry fruits. He used brand new crockery that day. When the officer called in another day and suggested that he and his wife would take the food they had brought with them, he supplied the crockery appropriate to the occasion and laid a neat table for the purpose.

( 11 )

Explaining the technique to an enquiring visitor, Master said : 'what we have to do is to destroy our will and creation and allow God's will and creation to prevail instead.' Another day, he expressed that while he could cure his own ailment in a fraction of second, by merely willing so, he would be happy to have God's will prevail much as his own venerable master who had preferred to suffer rather than wishing to be rid of it. I believe these pronouncements to be very weighty and that it is not met that any one should pray to Master for relieving him of a physical suffering. The only proper prayer should be the Prayer for spiritual elevation.

[ 12 ]

Master is super-sensitive to any kind of stimulus. He hurt his right toe one day negotiating with some building material

(22)

which he was trying to gather to one side. He came to where me and Ishwar Sahai ji were seated and showed the injured toe. Sahaiji suggested the application of tobacco of which Master keeps a good stock for the hookah. But that whole day he went on complaining at intervals that his brain was feeling the weight of the application and when he felt he could no longer contain the burden, he removed the application and said he was relieved. Another day, he was working with the plants and attempting to pull out a weed, he struck against the brick border and hurt his finger. He rushed like a child to where I stood" Look, I am hurt. I just pulled that plant and struck against the brick. Not knowing what to say, I said that being only a surface cut and blood too not much in evidence, coconut or such oil would do. I was about to go for it but he knew better where to have it and dressing the wound said. "This is better. Tobacco hurts my brain." On one occasion, he narrated how his heart seemed burning and until a particular person in the group had gone out, the sensation had persisted. He would often remark that even if he covered himself with a sheet used by another, that user's thoughts would oppress him and that he cannot rest on any one's bed because that person's thoughts would disturb him. At times, he would leave a group saying to himself. "The radiation is too strong to bear."

( 13 )

I have given a few impressions which, I believe can be commonly shared. Of his diet, it is only liquid through out the day, butter-milk, Bourn-Vita, fruit juice or Barley water and he is on his feet continuously and attending to all and sundry matters, all over the place, right from picking up bits of paper and odds thrown by the children and consigning these to where they ought

(23)

to. At nine or so at night, he would take a diet of bread and vegetables in case the stomach ailment does not show and retires with a cup of Bourn vita. His diet is thus very ordinary and does not give him the vitality he requires for his constant work. Yet, unless he specifically mentions or we see him oftener at the closet, there is nothing to show that he is ill.

(14)

My principal pastime was to have the maximum opportunity of sitting with the Master whenever he moved on his ample premises. At night, sometimes, I used to stay in his bed room till he retired. "This association had kept me high. I had the singular fortune of going through the manuscript of "Voice real" which may soon be published. when master asked me one day how I felt reading through it, I could but say: ' I am wondering all the time . I have not read the like of it, any time before ".

(15)

As the day of our leaving approached, our hearts were heavy and sodden. My wife had an association of three months and a unique privilege of serving Master in his illness. However much Master moved about briskly, it was evident that he was physically ill! and this had caused concern to all who have shared his roof and enjoyed his infectious hospitality. At every leave taking, he would come up to the door and bid a fair-well and as our turn came, we answered his caress gushing tears. We are too near a spiritual colossus to appreciate the quality of association of the high service which is constantly being rendered. Yet, we seem conscious that the law of familiarity may not force its way to rob us of the benefit of a Divine Association.

# एकाग्रता

(श्री रामचन्द्र जी अध्यक्ष श्री रामचन्द्र मिशन)

साधारणतः एकाग्रता का अर्थ मस्तिष्क की चेतन क्रियाशीलता का स्थिर हो जाना लिया जाता है परन्तु एकाग्रता के अन्तर्गत जो भाव है उसकी यह सही अभिव्यक्ति नहीं है। इस एकाग्रता का तात्पर्य है बाह्य (शारारिक) प्रयत्न जो प्रत्येक को जाने-अनजाने रूप से करन पड़ते हैं। बहुधा व्यक्ति किसी विशेष स्थिति के, जिसे वह एकाग्रता कहता है, चेतन विचार के साथ आगे बढ़ता है। सामान्यतः व्यक्ति इसे (एकाग्रता को) एक अस्वाभाविक गहरी निद्रा के भाव के रूप में ग्रहण करता है जो इन्द्रियों के क्षणिक रुकाव के कारण उत्पन्न हो जाती है। यह चेतना हीनता की दशा की उत्पत्ति किसी मादक औषधि की भाँति चेतना शून्यता का प्रभाव उत्पन्न कर देती है संभवतः इसी कारण तथाकथित महात्मा लोग बहुधा भाँग, चरस और गाँजे के आदी पाये जाते हैं।

सामान्यतः गुरु अभ्यासी को एकाग्रता का अभ्यास ध्यान के प्रथम सोपान के रूप में बतलाते हैं और अभ्यासी उसी की प्राप्ति हेतु प्रयत्न करता है परन्तु अनेक वर्षों के अथक श्रम के बावजूद भी वह कभी कभी ही अपने लक्ष्य को प्राप्त कर पाता है। ऐसा क्यों है? इसके कारण का सम्बन्ध अभ्यासी की किसी कमी से नहीं है बल्कि शिक्षक की भूल है जो पुस्तकीय ज्ञान के आधार पर अभ्यासी को साक्षात्कार का मार्ग-दर्शन करता है। वास्तविकता यह है कि समस्त निर्धारित ढंग पूर्णरीत्या अस्वाभाविक तथा बनावटी हैं और लक्ष्य प्राप्ति के हेतु जितने साधन अपनाये गए हैं वे सभी पार्थिव व ठोस हैं। फल यह होता है कि सूक्ष्मता की ओर अग्रसर होने के स्थान पर वे अपने मन में अधिक से अधिक ठोसता व स्थूलता धारण करते चले जाते हैं और अंत में दुर्गम चट्टान की भाँति हो जाते हैं।

एकाग्रता को यदि मस्तिष्क के रुकाव के रूप में अभिव्यक्त किया जाये तो व्यक्ति को निश्चय ही अपने में मूर्च्छा (coma) की दशा उत्पन्न करने का प्रयत्न करना होगा। इस उद्देश्य के लिए जिस शक्ति की आवश्यकता है निश्चय ही वह शारीरिक शक्ति है जो पदार्थ के संयोग से कार्य करती है। इस प्रकार लक्ष्य प्राप्ति के हेतु की गई समस्त क्रिया वास्तविक रूप से भौतिक प्रवृत्ति मात्र रह जाती है उस स्थिति में एकाग्रता का सम्बन्ध स्थूल मानस के उस चेतन स्तर से संबद्ध हो जाता है जिसकी क्रियाशीलता स्थूल शक्ति के प्रयोग से अस्थायी रूप से दब जाती है। व्यवहारिक दृष्टांत इस बात के प्रमाण हैं कि जो इस प्रकार से

विकसित दशा द्वारा समुन्नत हो चुके हैं वे आन्तरिक रूप से इतने स्थूल और ठोस हो जाते हैं कि वे पूर्ण रूप से सूक्ष्म से सूक्ष्मतर प्रभाव ग्रहण करने के लिए बेकार हो जाते हैं वह एकाग्रता जो विचारों को बरबस दबाने से उत्पन्न होती है मस्तिष्क पर अपना गहन प्रभाव छोड़ती है। शक्ति जो इस कार्य के लिए प्रयोग की जाती है, स्थूल शक्ति होने के कारण स्वयं अपनी गुरुता उत्पन्न कर देती है। इस प्रकार एक शब्द में एकाग्रता की दशा जो मूर्छा की दशा के भाव में व्यक्त की जाती है मूल रूप में ही त्रुटिपूर्ण है क्योंकि वह व्यक्ति को पदार्थ से सम्बन्धित रखती है इस अर्थ में एकाग्रता की समता उचित रूप में दलदल की दशा से होनी चाहिए जिसमें से अपने को गहरे डूबने से बचाने हेतु बाहर निकलना बड़ा कठिन है जब तक कि व्यक्ति अपने सब प्रयत्न न छोड़ दें। जो इस दशा से अग्रसर होते हैं वे स्थूलता सहित आगे जाते हैं। यह उनको भौतिक लक्ष्यों की प्राप्ति में कुछ सीमा तक सहायता कर सकती है और उनमें संमोहावस्था की शक्तियों का विवर्द्धन कर देती है परन्तु अध्यात्मिकता के मार्ग में यह बिल्कुल सहायक नहीं है।

अतः एक जिज्ञासु के लिए उचित बात यही है कि वह एकाग्रता शब्द के भाव पर ध्यान दिये बिना अपने को ईश्वरीय प्रकाश में लय कर दे जो उस तक वास्तविक केन्द्र से आता है। उस दशा में एकाग्रता का प्रश्न ही बिल्कुल नहीं उठेगा और अभ्यासी उस स्थिति के साथ होगा जिसको न तो एकाग्रता के नाम से पुकारा जाता है और न अन्य नामों से। एकाग्रता की निकटता अपने सब भ्रमों के साथ लाभप्रद नहीं है, यह अएकाग्रता की ही शक्ति है (जैसा कि मैं इसे पुकारता हूँ) कि वह अभ्यासी को ज्ञान के ऊँचे से ऊँचे मंडल में पहुँचा देती है। इस पथ से बढ़ने वाला अभ्यासी केन्द्र की शक्ति को धारण करता हुआ अपने को दिव्य प्रकाश से प्रकाशित करता है।

अब अएकाग्रता शब्द को कौन सी दशा प्रकट करता है? प्रत्यक्ष रूप में यह विचारों की अतिशयता की दशा से सम्बन्धित प्रतीत होता है परन्तु इसके दो पहलू हैं— प्रथम, जब विचारों का प्रवाह हमारे चेतन ज्ञान से सम्बन्धित नहीं होता और दूसरा जब हमें इसकी पूर्ण चेतना होती है और हम इसका प्रभाव ग्रहण करते हैं। विशेष रूप से उस स्थिति में जब कोई व्यक्ति कष्टों या पीड़ाओं के विचार से सम्बद्ध हो तब यह स्थिति निस्संदेह विरक्ति की है। प्रथम दशा में विचारों का प्रवाह बिना रुकावट के लगातार होता है परन्तु मस्तिष्क पर उनके किसी गहन प्रभाव की अनुभूति नहीं होती। सामान्य रूप से मस्तिष्क की यह दशा कभी कभी

ही क्षुब्ध होती है। इन दो पहलुओं को दृष्टि में रखते हुए मैं यह कह सकता हूँ कि अन्तिम दशा ही एकाग्रता की दशा के समान है केवल अन्तर यह है कि एकाग्रता का लक्ष्य संसार से विरक्ति और असन्तोष है ईश्वरीय विचार नहीं। इस कारण इसे ठोस एकाग्रता माना जा सकता है जो हमारे अचेतन प्रयत्नों की शक्ति से स्थिर की जा सकती है। दोनों स्थितियों में प्रभाव एक समान ही होता है अर्थात् भारीपन, सुस्ती अथवा मन्दता। एकाग्रता शब्द कृत्रिमता के भाव को वहन करता है और इसी कारण उसके लिए प्रयत्न भी अनिवार्य है। जब विचारों का प्रवाह लगातार होता है तो वह बिना प्रयत्न ही होता है और वह दशा उस दशा के समान होती है जिसे एकाग्रता कहा जाता है। अतः इसके लिए उचित शब्द लय है जो एक स्वाभाविक प्रक्रिया है और उचित प्रकार से, उचित ढंग से किये हुये ध्यान का प्रतिफल है।

एकाग्रता जो 'लय' के भाव से ग्रहण की जाती है वास्तविक दशा है। यह विभिन्न स्तरों पर विभिन्न प्रकार की हो सकती है। किसी की एकाग्रता निम्न स्तर की है किसी की उच्च स्तर की और किसी की उच्चतम स्तर की। यदि इनमें से 'एकाग्रता' शब्द जो उभयनिष्ठ है, को निकाल दें तो क्या शेष रह जाता है—निम्न, उच्च और उच्चतम। इसी प्रकार व्यक्ति को ईश्वर की ओर चलना पड़ता है। दूसरी ओर यदि हमारे विचार एकाग्रता के विचार से संयुक्त रहें तो आन्तरिक शक्ति हमें उन्नति के शिखर पर पहुँचने की प्रेरणा हेतु कार्यशील नहीं होगी। अतः उचित यही है कि विचार को संकल्प के रूप में बिना किसी पूर्व निर्णय और प्रयत्न का प्रभाव डाले, ग्रहण कर लेना चाहिए और एक सौम्य तथा स्वाभाविक रूप से बिना कृत्रिमता का दबाव या बोझ डाले हुए आगे बढ़ना चाहिए। सहजमार्ग में इस विधि का अनुसरण किया जाता है जो वास्तव में आरम्भ से ही उस दशा से आरम्भ होता है जो अन्तिम स्थिति में परिव्याप्त है। यद्यपि आरम्भ में अभ्यासी को यदा-कदा इसकी भूलक दिखलाई देती है तथापि लगातार अभ्यास से वही दशा पूर्ण रूप से छा जाती है। इसी कारण ध्यान करते समय विचारों के लगातार आने पर भी सहजमार्ग पर आरुढ़ व्यक्ति एकाग्रता की अनोखी दशा का अनुभव करता है जिसे सही रूप में लय अवस्था कहा जा सकता है।



## सहज—मार्ग योग के चमत्कार

— (कस्तूरी जी)

समस्त संसार आज चमत्कार मय हो रहा है। प्रत्येक मनुष्य, प्रत्येक समय हर बात में चमत्कार देखना चाहता है विज्ञान हमें नित्य नवीन चमत्कार दिखलाता है। नित्य नवीन चमत्कारों का अविष्कार करता है। मानव-चक्षु उन्हें नही देखकर संतोष पा जाता है। हमारा मन उन्हें ही ग्रहण कर सकने का आशी हो गया है और उन्हें ही वह एक सत एवं योगी में टटोलना चाहता है। किन्तु चमत्कारों के विषय में कठिनाई साधारण मनुष्य के साथ नहीं योगी के साथ पड़ती है क्यों कि योगी के चमत्कार साधारण चमत्कारों से भिन्न होते हैं।

चमत्कार दो प्रकार के होते हैं - एक तो बाह्य एवं दूसरा आन्तरिक। एक का मानव स्वयं कर्ता होता है, दूसरे अर्थात् आन्तरिक चमत्कारों का कोई कर्ता नहीं होता है वह स्वतः ही होता है। चमत्कार दो प्रकार की दृष्टि से देखे जा सकते हैं। एक बाह्य दृष्टि से और दूसरे अन्तर दृष्टि द्वारा, अन्तर में उतरते हमारे अन्तर-नेत्र देखते हैं। बाह्य दृष्टि हमें देती है बाह्य-संसार और बाह्य संसार हमें देता है तृष्ण, काम, क्रोध, लोभ, मोह, नैराश्य, आलस्य एवं अग्राम-न्यजस्य के उत्पादन का चमत्कार। दूसरी ओर आन्तरिक दृष्टि हमें देती है अपना अन्तरतम श्रेष्ठ स्वरूप जहाँ पर कि परम शान्ति, परम सुख, परम शक्ति, परम विवेक और निरालस्य, निर्मलता का चमत्कार ही व्याप्त है। जगत के चमत्कारों द्वारा संसार को अमित किया गया है क्योंकि बाह्य चमत्कारों के अन्तर में केवल थोथापन ही व्याप्त है। कल जिन्हें हम अभिमानी कहकर पुकारते थे आज उन्हें ही सबकी दया का पात्र पाने लगते हैं। कल जो बहुत सम्पन्न माने जाते थे उन्हें ही आज अपने घर जाने के लिए मांगे के चार कथों की आवश्यकता पड़ जाती है। ऐसा ही होता है क्योंकि उनका थोथापन हमारे ऊपर प्रकट हो जाता है। यह है बाह्य चमत्कार जिन्हें हमारी बाह्य-दृष्टि नित्य देखती है।

इसके विरुद्ध आध्यात्मिकता का प्रारम्भ तब होता है जबकि हम चमत्कारों से बहुत ऊपर उठ जाते हैं। संत एवं योगी का चमत्कार है संसार में रहते हुये संसार से परे ही विचरण करना। जादू से मनुष्य हमें कुछ समय को ऊपर उठा प्रतीत होता है। कुछ समय को प्राणहीन हो जाता है जिन्हें हमारी बाह्य आँखें देखकर तृप्ति पातीं हैं। किन्तु एक परम योगी का परम चमत्कार वही

आँखें देख पाती हैं जो बाह्य दृष्टि से हीन हो जाती हैं (अंधी नहीं) कि योगी धरती पर रहते हुये भी धरती पर कभी नहीं उतरता है। संसार उसे जीवित मानता है किन्तु वास्तव में जीवित सा दीखता हुआ भी वह जीवित नहीं रह पाता है। संसार उसे देखता है किन्तु वह कभी संसार को देखता है। उस पर भी अलौकिकता कैसी कि संसार उसे अपना सा ही माने बैठा रहता है जो योगी बेचारा संसार को अपना मानना चाहकर भी उसे मानने नीचे नहीं आ पाता है। उसका अपनत्व तो उस अलौकिक दिव्यता से सम्बन्धित ही रहता है जो उसे अपने में ही रमाव दे देती है। यह है 'सहज-मार्ग' में राजयोगी का परम-चमत्कार।

वास्तव में हमें खोज चमत्कारों की नहीं है वरन् हमें खोज है वास्तविक तथ्य की। हमारी चाह केवल यही है कि हम अपना आवरण उतारकर वही हो जायें जो हम वास्तव में हैं और वास्तव में जो हमें होना चाहिए। हम चाहते हैं हम श्रेष्ठ बनें, सुखी बनें। यह बात और है कि हमें उसकी राह नहीं मिल पाती है। तभी संसार में हम कभी कुछ चाहते हैं और कभी कुछ चाहते हैं। हमारे चाहने में स्थिरता नहीं आ पाती है। इससे यह सिद्ध हो जाता है कि यहां जो कुछ भी है और जिन्हें हम चाहते हैं उनमें स्थायित्व नहीं है। हम चाहते हैं दृढ़ता स्थिति- प्रज्ञता, जो केवल एक उसी परम शक्ति ईश्वर रूपी खूँटे से अपने को सर्वथा बाँध लेने पर ही हमें प्राप्त हो सकती है। योगी अथवा संत का परम चमत्कार यही है कि उसके समक्ष दूध का दूध और पानी का पानी ही होकर आता है। हमें दिशि-भ्रम, दिग्-भ्रम अथवा पथ-भ्रम कभी नहीं हो पाता है। हम कुछ नवीन निर्माण (स्रजन) नहीं करते तभी हम निर्माण का द्वार पा लेते हैं। हम सब कुछ चाहते हुए कुछ चाहते नहीं हैं। कुछ पाकर भी कुछ नहीं पा पाते हैं। कैसी है यह अध्यात्मिक अथवा यौगिक-विडम्बना? कैसी है यह अलौकिक भाषा जिसे मद्गुरु (शिक्षक) और ईश्वर (प्रदान करने वाले ही) वास्तविक रूप में जानते हैं हमें क्या, हम क्या जाने? हम तो वही जानते हैं जो जानने योग्य हैं। वही चाहते हैं जो चाहने योग्य है फिर हमारा योग भी क्या वह भी नाम-मात्र को ही रह जाता है।

हम योगी हैं ऐसे कि योगी होकर भी हमें उसका होश नहीं रहता है। हम ऐसे हो जाते हैं कि जैसे बिजली के Current ने हमें पकड़ लिया हो और अब यह दशा है कि उससे अलग हो सकते नहीं हैं और जब होश आता है तब तड़पन

ही तड़पन व्याप्त रहती है जो सहन शक्ति के बाहर होती है। इसी से हमें सांसारिक कार्य करते हुये भी अपने योग के इस अनोखे चमत्कार का होश नहीं रहता है कि Current पकड़े हुये भी हम न मर पाते हैं, और न जी पाते हैं। वास्तव में योग हैं किसी से मिलने जाने की यात्रा का केवल एक सूत्र मात्र इसका चमत्कार है कि यात्रा का प्रत्येक अंत एक नई यात्रा का प्रारम्भ पा लेता है। जब तक कि हम उस सूत्र के एक छोर से दूसरे छोर तक पहुंच नहीं जाते हैं जो कि हमारी यात्रा का एकमात्र आधार एवं लक्ष्य है। योग के घेरे (Circle) का जहाँ से जिस कारण से प्रारम्भ होता है वहीं पहुंच कर अंत होता है। तभी ऐसा चमत्कार देखने में आता है कि वह सूत्र, वह घेरा, वह यात्रा सभी कुछ केवल एक बिन्दु में समा जाता है और हम खड़े देखते रहते हैं। केवल एक बिन्दु मात्र की शक्ति उन तमाम योग के चमत्कारों को अपने में समाहित कर लेती है, और तभी हम संत गति में अथवा योग में सिद्धि पा जाते हैं। तभी संसार में हम कल्याण एवं सेवा के योग्य बन पाते हैं। योगी अथवा संत का सबसे बड़ा चमत्कार तो होता है उसकी पावन प्राण शक्ति (Transmission Power) जो मानव मात्र को सच्चे मानव में परिणत (Transformation) करके रख देती है। मानव को बदल कर रख देने में उसकी इच्छा शक्ति (Will Power) अजेय (Unfailing) होती है।

यह सत्य है कि प्रकृति की शक्ति द्वारा ही सब कुछ होता है किन्तु प्रकृति हम पर शासन नहीं करती बल्कि उस शक्ति से काम लेने वाले स्वयं हम ही होते हैं। अब चाहे जैसा उसके द्वारा अपने को बना कर रख लें अपने को सँवारने में हम उस शक्ति का सहयोग लेते हैं तब योग अथवा प्रकृति के चमत्कार हमारे में उतरते हैं किन्तु जब वह हमारे बिगाड़ने की ओर लग जाती है तो हम निम्नतर गिराव के चमत्कार से भर उठते हैं। शक्ति का प्रयोग हमें ही करना है चाहे अपने को सँवारने में कर लें अथवा गिराने में लगा दें इसी लिये हमारी यात्रा का एक छोर उमंग और आनन्द है और दूसरा छोर उदास और दुखद है। गिराव उदास है और उठाव उमंग है। सूत्र केवल योग है। उसी प्रकृति की शक्ति का योग दान लेकर हम संसार में उतरते हैं और उठाव अथवा गिराव के चमत्कारों में चक्कर काटते हैं।

साधारण मानव चमत्कार देखता है कि उसने अमुक नवीनतम् आविष्कार किया, अमुक खोज की किन्तु संत अथवा योगी का अपना अनोखा ही क्षेत्र

होता है। एक स्थिति के स्थल पर वह कैसा आश्चर्य जनक चमत्कार देखता है कि वह एक एक अणु जिससे उसका निर्माण हुआ है वह भी उसके नेत्रों के ससक्ष ही विखरा पड़ा है और वह केवल दृष्टा मात्र है इस बात का। सद्गुरु साक्षी है उस परम सत्य के साक्षात्कार का कैसा चमत्कार है।

वास्तविक बात तो यह है कि समस्त संसार आज अधकार मय हो रहा है। उसे प्रकाश में लाने के लिये सहज-मार्ग साधना-पद्यति ही श्रेष्ठ, सुलभ एवं तुरत फल दायनी शक्ति है। यही साधना पद्यति है जो वर्तमान को प्रकाशित करके दिव्य बनाने की क्षमता लिये हुये है। यह अनुभव है जो जाग रूक है— 'ईश्वर ऐसा ही करे !

## ॥ ऐसे हैं प्रियनाथ हमारे ॥

सहज मार्ग के वे हैं प्रणेता । सहज भक्ति को जो सिखलाता ॥  
शरण उनकी जो है जाता । सहज मुक्ति को है वो पाता ॥  
पतितों को वे उबार लेते । दुखियों को सुख शान्ति देते ॥  
भुले के हैं वे राही बनते । जो जो मांगें सब कुछ देते ॥  
चिरशान्ति की शान्ति हैं वे । चिरप्रकाश की ज्योति हैं वे ॥  
प्रवाह को हैं गति देते वे । गति को भी शक्ति देते वे ॥  
जो अनंत उसकी सिमा है वे । जो नित्य उसकी अखंडता वे ॥  
जो सत्य उनकी स्थिरता हैं वे । जो पवित्र उसकी कसौटी वे ॥  
आकार लिये निराकार वे । सुन्दरता का स्वप्न हैं वे ॥  
नेती नेती के ज्ञाता हैं वे । जीवन के जीवनाधार वे ॥  
अपना जीवन और को देते । उनके करम सिरपर लेते ॥  
खुद भी जीवन मुक्त विचरते । औरों को भी मुक्ति दिलाते ॥



“कवि”

केशव मोथे, दिल्ली

## अपनी ओर देखो

(केसर चतुर्वेदी)—मोदी नगर

आलोचना करना मानव की प्रवृत्ति है। ज्योंही बुद्धि थोड़ी सचेष्ट होनी है त्योंही वह अन्य व्यक्तियों की भूलों व दोषों को सूक्ष्मता के साथ देखने लगती है और अपनी भूलों व दोषों पर आवरण डालने लगती है। परछिद्रान्वेषण का स्वभाव मानव की सबसे बड़ी दुर्बलता है। किसी विद्वान का कथन है—

मानवाः सर्षपमात्राणि परच्छिद्राणि पश्यति।

आत्मनो बिल्वमात्राणि पश्यान्नपि न पश्यति।

उपर्युक्त पंक्तियों का भाव है कि मनुष्य दूसरे के सरसों के बराबर दोष को भी देख लेता है और अपने बेल के सदृश महान अवगुण को देखते हुये भी नहीं देखता। मानव की यह वृत्ति इतनी तीव्र होती है कि वह इससे बच नहीं पाता और इस वृत्ति के कर्षण की कठ पुतली बन कर वह मान अपमान दोनों को प्राप्त करता है मान पा कर वह सुखी होता है और अपमानित होने पर दुःखी परन्तु फिर भी अपने को इस वृत्ति से छुटकारा दिलाने की सामर्थ्य उसमें नहीं होती।

कितना दीन है मानव कि वह सबकी ओर तो देखता है परन्तु अपनी ओर से नेत्र बंद किये रहता है—ऐसा क्यों है? यह विचाराणीय है। इसका कारण सोचने पर अधिक दूर जाने की आवश्यकता नहीं है। कारण केवल इतना सा है कि हम अपने दोषों के लिये सदैव ही दूसरों को दोषी ठहरा देते हैं अथवा परिस्थितियों को कारण बना देते हैं और इस प्रकार अपने को बचाने का प्रयास करते हैं।

इस वैज्ञानिक उन्नति के समय में मानव की दशा दिन प्रति दिन गिरती जा रही है। भौतिक क्षेत्र में उसकी बुद्धि के विकास की पराकाष्ठा दिखलाई दे रही है, विभिन्न अणुओं की सहायता से वह क्या कुछ कर सकने में समर्थ हो गया है और हो रहा है इससे कोई अनभिज्ञ नहीं है। यहां तक कि वह मानव के हृदय परिवर्तन करने में भी सफल हो गया है। हृत् पिंड का परिवर्तन तो वह कर रहा है परन्तु मानव की वृत्तियों का परिवर्तन करना उसके वश में नहीं है। वृत्तियों का निरन्तर अधोमुखी होना उसकी आध्यात्मिक अवनति का प्रतीक है। आज की उसकी स्थिति देख कर ऐसा लगता है कि मानव का जैसे

आध्यात्मिक पहलू रह हीनही गया है। भौतिक क्षेत्र में अत्यधिक प्रवेश का ही यह प्रतिफल हुआ कि उसका आन्तरिक पहलू शून्य हो गया और इसी आन्तरिक पहलू की शून्यता ने उसे अपनी ओर देखने से रोक दिया है। वह अणु-परमाणुओं की ओर देखने लगा, बाहरी चकाचौंध ने उसके अंतर के नेत्रों को बंद कर दिया उसके कान आत्मा की आवाज को सुन सकने में अनमर्थ प्राय हो गये। वह संसार में खो गया और अपनी उर्ध्व मुखी दृष्टि को खो बैठा। उच्चता के शिखर से वह पतन की गहराइयों में उतर आया। वह भूल गया कि वह सर्व शक्तिमान परमात्मा का एक अंश है और उसकी स्थिति, उसका लक्ष्य बहुत ऊँचा है। ऐसी भ्रान्ति की स्थिति में वह अपनी ओर देखना बिसरा बैठा और लगा तार दूसरे क्या करते हैं, दूसरों के क्या विचार हैं, इन्हीं की समालोचना में वह दूसरों की ओर देखने लगा अपने दिन व्यतीत करने लगा। इस कार्य में कटुता प्राप्त कर के वह अनेक उपाधियों को प्राप्त करने लगा और इसी में अपने अमूल्य जीवन को खोने लगा इसी समालोचना की वृत्ति ने मानव की दशा दयनीय बना दी। वह अंदर से बाहर आकर उसमें रमण करने लगा और आंतरिक मुख शान्ति की वृद्धि दे कर बाह्य वैभव की प्राप्ति हेतु प्राणपण से चेष्टा करने लगा। परन्तु क्या उसने अपने अलभ्य गौरव को प्राप्त किया? नहीं और आज के उसके रंग डंग से यह अनुभव होता है कि वह उस परम शान्ति व परम सुख को (जो उसका चरम लक्ष्य है) कभी प्राप्त नहीं कर सकेगा।

अतः अपने जीवन लक्ष्य की प्राप्ति हेतु उसे अपनी ओर देखना चाहिये। वास्तव में क्रियात्मक रूप में अपनी ओर देखने से ही व्यक्ति की अनेक पीड़ाओं का शमन हो सकता है। जब वह अपनी ओर देखता है। (अपने शरीर को नहीं अपने अंतर को) तो उसे अपने गुण व अवगुणों का भान होता है। अपने अवगुणों की अनुभूति से वह आत्मग्लानि तथा पश्चाताप की अग्नि में दग्ध होने लगता है और यह अग्नि ही उसके अंतर की कालिमा तथा ठोसता आदि को जला कर भस्म कर देती है। इसके पश्चात ही वह सच्चा मानव बन जाता है। परिणाम यह होता है कि उसकी दृष्टि अपने प्रत्येक कार्य पर केन्द्रित होती रहती है और वह शनैः शनैः सद्गुणों को अर्जित और विकशित करता रहता है। उसके हृदय

की अधोमुखी वृत्ति उर्ध्वमुखी होती जाती है। परछिद्रान्वेषण से वह स्वच्छिद्रान्वेषण का आदी होता जाता है और यही वृत्ति (स्वच्छिद्रान्वेषण) उसे सद् कार्यों की ओर प्रेरित करती है। परिणाम स्वरूप वह अपने में ही रमण करने लगता है और बाह्य जगत की दुश्चिन्ताओं से उसका पीछा छूट जाता है। समस्त कर्तव्यों को वह उसी निर्लिप्तता से पूर्ण करता है जिस प्रकार कमल जल में रहकर भी जल से अलग रहता है। वह अपने आंतरिक गुणों का पूर्ण विकास कर सकने में समर्थ हो जाता है। बाह्य संसार की अपूर्णता से हट कर वह पूर्णता की प्राप्ति हेतु अप्रसर होने लगता है। उसे यह अनुभव होने लगता है कि वह इस अपूर्ण अज्ञान संसार में वास्तविक आनन्द की प्राप्ति नहीं कर सकता आज असीम वैभव, दुर्लभ वैज्ञानिक अनुसंधानों के होते हुये भी मानव सच्ची शान्ति को पाने के लिये छुटपटाता है, तड़पता है तथा अनेक उपायों का अवलम्बन लेता है। क्या बीटिल्स (विदेश से महेश योगी के पास शान्ति प्राप्त हेतु आये हुये विदेशी गायक) के पास वैभव अथवा सुखद प्रसाधनों की कमी है? या जीवन की सुविधायें उनके पास नहीं हैं? हैं, सुख के समस्त साधन होने पर भी वे शान्ति प्राप्त के लिये अपना देश छोड़ कर भारत में आये हैं। क्यों? क्योंकि सुख की अनुभूति मानव को तभी हो सकती है जब वह अपनी ओर अपने अंतस की ओर देखे। अपनी ओर देखने ही उसे सुख व दिव्य शान्ति का एक अगाध सागर अपने हृदय में लहराता प्रतीत होने लगता है। एक सहज सी बात है कि जब तक कोई अपनी ओर देखने का कष्ट ही नहीं करेगा तब तक उसे अपने अन्दर निहित दिव्य दशाओं की अनुभूति कैसे हो सकेगी? कैसे वह अपने भीतर सोई हुई अनुपम शक्तियों को जागरूक कर उनका विवर्द्धन कर सकेगा? संत कबीर की अनुपम वाणी सुनिये:-

माला तो कर में फिरे, जीभ फिरे मुख माँहि ।

मनुआ तो चहुँदिशि फिरे, यह तो सुमिरन नाहि ॥

मन के चारों ओर विभ्रमति होने का कारण ही यह है कि व्यक्ति दूसरों के कार्यों एवं विचारों तथा कर्तव्यों आदि पर अपना समग्र ध्यान केन्द्रित कर देता है और जीवन के अनुपम, दुर्लभ क्षणों

को दूसरों की अच्छाई और बुराई देखने में ही व्यतीत कर देता है दूसरों में वह इतनी रुचि लेता है कि अपनी ओर देखने की सुधि ही भूल बैठता है। ऐसी स्थिति में वह सुख शान्ति के दो क्षण पाने के लिये बिकल घूमता है। वदुआ यह देखा गया है कि मानव दूसरे की बुराइयों अवगुणों आदि का मनन करते-करते उन्हीं अवगुणों को स्वयं अर्जित कर लेता है अतः प्रत्येक बुद्धि मान व्यक्ति का यह कर्तव्य है कि वह अपनी ओर देखे और अन्य की ओर से आँख मूँद ले, तभी उस का कल्याण सम्भावित है अन्यथा नहीं।

परम पूज्य सद्गुरु श्री रामचन्द्र जी महाराज की असीम अनुकम्पा से 'सहज मार्ग' की यह एक विशिष्टता है कि इसमें पग रखने वाला अभ्यासी स्वतः ही अन्तरमुखी हो जाता है और अतिशीघ्र अपने अंतस में लहराते हुये दिव्य शान्ति पूर्ण सागर से उसका सम्बन्ध जुड़ जाता है और वह अपनी ओर देखने को उत्सुक रहने लगता है। ज्यों ज्यों उसकी यह वृत्ति दृढ़ होती जाती है, त्यों त्यों उसको यह आभास होने लगता है कि — बुरा जो ढूँढन में चला, बुरा न मिलिया कोय ।

जो मन दूढ़ा आपना, मुझ सा बुरा न कोय ॥

जब अभ्यासी इस भावना से अनुप्राणित हो जाता है तो वह स्वतः ही सद्गुणों का अर्जन करने लगता है। अतः प्रत्येक अभ्यासी का यह परम कर्तव्य है कि वह अपनी ओर देखे तभी वह अनेक विकारों यथा जलन ईर्ष्या, द्वेष, वैमनस्य आदि से अपने को सुरक्षित रख सकता है अन्यथा इनसे बचने का अन्य कोई उपाय नहीं है। 'सहज मार्ग' को साधना ही ऐसी अनुपम है कि वह साधक को अपनी ओर देखने को विवश कर देती है और वह थोड़े ही दिवसों में कसौटी पर कसे खरे स्वर्ण की भाँति देदीप्यमान हो विश्व को लाभान्वित करने की शक्ति का अर्जन कर लेता है।

## साधना के अन्तराम

श्री हरिदत्त सिंह—अध्यक्ष हिन्दी विभाग, युवराज दत्त महाविद्यालय  
लखीमपुर खीरी

साधना की प्रारम्भिक अवस्था में साधक के समक्ष कुछ कठिनाइयाँ अवश्य आती हैं। जब तक साधक की प्रकृति ग्रहण शील नहीं हो जाती है तथा साधना के स्वरूप से वह पूर्ण परिचित नहीं हो जाता है तब तक उसकी कठिनाइयाँ बनी रहती हैं ये कठिनाइयाँ दो प्रकार की होती हैं—आभ्यन्तर और बाह्य! साधना आरम्भ करते ही साधक की पहली शिकायत यही होती है कि पूजा में उनका मन स्थिर नहीं रहता। वह बराबर सांसारिक विषयों में इधर उधर भटकता रहता है। न जाने कितने अनभिलषित विचार मनका मन्थन करते हुये, एक क्षण के लिये भी उसे शान्त और एकाग्र नहीं होने देते। ये शिकायतें आम हैं जो प्रायः प्रत्येक साधक से सुनने में आती हैं।

प्रायः देखा गया है कि लोग साधना आरम्भ करते ही यह चाहने लग जाते हैं कि उनका मन तत्काल शान्त स्थिर तथा एकाग्र हो कर निश्चल नीरक्ता को प्राप्त करले। किन्तु वह यह भूल जाते हैं कि जन्म जन्मान्तर के संस्कारों से बोझिल तथा विकृत मन कुछ समय की पूजा मात्र से निर्मल तथा निर्विकार बन कर, अपनी सहजावस्था को प्राप्त नहीं कर सकता। यह ध्रुव सत्य है कि मन के शुद्ध हुये विना शान्ति स्थिरता, अचंचलता तथा निश्चल नीरक्ता किसी प्रकार भी सम्भव नहीं हो सकता लोगों को मन की एकाग्रता की बहुत अधिक चाह रहती है। एकाग्रता भी ध्यान के अभ्यास से आती है। यह दशा मन के पुराने संस्कारों के हट जाने पर ध्यान के फल स्वरूप धीरे धीरे प्रगट होती है। पुरातन संस्कारों को भोग द्वारा नष्ट कर देने पर तथा वर्तमान संस्कारों का बनना रोक देने पर ही, इस दशा का पूर्ण अभ्युदय सम्भव हो पाता है। मन के अन्दर पूर्ण अचंचलता स्थापित करने में समय लगता है। जब तक साधक की चेतना को यह दशा प्राप्त न हो जाये तब तक भगवान

की कृपा का दृढ़ विश्वास लिये हुये, प्रेम ओत प्रोत हृदय से साधक को अपने प्रयास में लगे रहना चाहिये। इसके लिये साधक को अधीर नहीं होना चाहिये। धीरे धीरे गुरु कृपा तथा प्राणाहृति के बल से दिव्य शक्ति कार्य करना आरम्भ कर देगी। मल, विक्षेप, आवरण के अन्तराय स्वतः हटने लग जायेंगे और हृदय में शान्ति, स्थिरता निर्मलता समता आत्मबल एवं विशुद्ध प्रेम का अनुभव शुरू हो जायेगा। सारांश यह कि भागवत प्रभाव की ओर अपने आप को पूर्ण उदघाटित किये हुये विना योग सिद्ध कठिन ही नहीं अपितु अप्राप्य बन जाती हैं। अतएव जब तक ईश्वरीय धारा निर्बाध रूप में साधक के मन प्राण में प्रवाहित न होने लग जाये तब तक उसे अपनी पूरी शक्ति के साथ अपने समस्त भाव विचारों को प्रभु की ओर परिचालित करते हुये अपने आपको समर्पित करते रहना चाहिये। साधना पथ से विचलित होना धीरपुरुष का धर्म नहीं है। संकल्प बल के सामने कठिनाइयाँ कभी भी ठहर नहीं पाती हैं, पूजा के समय बहुत अधिक विचारों का आना कोई असाधारण बात नहीं है अनाहृत अभ्यागतों के समान उनकी अवहेलना तथा उपेक्षा करके अपने अभ्यास में लगे रहना ही श्रेयस्कर है। उनको रोकने की, अथवा उनसे संघर्ष करने की आवश्यकता नहीं। अन्तश्चेतना में संचित रागनिक प्रभाव ध्यानावस्था में चेतना के ऊपरी घरातल पर आते रहते हैं। आध्यात्मिक अनुभूति के प्रगाढ़ हो जाने पर, हमारी चेतना पर उनका प्रभाव नगण्य होता जाता है और हम तटस्थ दृष्टा मात्र रह जाते हैं। शास्त्रज्ञान तत्व ज्ञान के मार्ग में, सब समय सहायक नहीं होता है। साधना परक उच्च कोटि की आध्यात्मिक अनुभूतियों को प्राप्त करने के लिये कभी कभी शास्त्रीय तर्क जाल से मुक्त होना श्रेयस्कर जान पड़ता है। इस तथ्य से अपरिचित रहने तथा शास्त्रों के प्रति अत्यधिक आग्रह के कारण इस श्रेणी के साधक शास्त्रों में वर्णित आध्यात्मिक अनुभूतियों को ही अपनी साधना में खोजने का प्रयत्न करते हैं। अथवा वे अपनी पसंद की दशाओं को साधना में प्राप्त करना चाहते हैं। उनके इस दुराग्रह का परिणाम यह होता है कि सहज मार्ग की साधना में साधक के हृदय में उदय होने वाली दिव्यानुभूतियाँ, अननुभूत रहकर लुप्त हो जाती हैं

और वह उनके शुभ प्रभाव से वंचित रह जाता है। ऐसे ही साधक यह शिकायत करते हुये मुने गये हैं कि पूरे वर्ष साधना रत रहते हुये भी उन्हें कोई विशेष लाभ नहीं हुआ या अपनी इच्छा की चीज उन्हें इस साधना से प्राप्त नहीं हो सकी। मैं अपने सुविज्ञ पाठनों से यह प्रस्ताव करता हूँ कि वे अपने समस्त पूर्वग्रहों से मुक्त होकर तथा साधना के क्षेत्र में "तख्तये-मशरू बनना बन्द करके, पूर्ण निष्ठा और विश्वास के साथ, सहज-मार्ग साधना पद्धति के अनुसरण से प्राप्त होने वाली दिव्य दशाओं को निरखने, परखने तथा अनुभव करने की आन्तरिक शक्ति विकसित करें तभी उन्हें सच्चा आनन्द प्राप्त हो सकेगा। यहाँ यह कहना अप्रासंगिक नहीं होगा कि जो मनुष्य अपनी निम्न वृत्तियों के बश में हैं और वे सच्चे हृदय से उस स्थिति से उठना भी नहीं चाहते उनके लिये सहज-मार्ग की सरलतम साधना पद्धति भी कठिन मालूम होगी। क्योंकि जब तक साधक के हृदय में सच्ची आन्तरिक पुकार और तड़प उत्पन्न नहीं होती तथा अपनी स्वरूपास्थिति को प्राप्त करने की अभीप्सा का उदय नहीं होता, तब तक सरल से सरल मार्ग भी उसके लिये सुग्राह्य तथा उपादेय नहीं हो सकता है।

आध्यात्मिक साधना का मार्ग आन्तर और बाह्य कठिनाइयों से भरा अवश्य रहता है किन्तु धीरे धीरे पुरुष उनसे विचलित नहीं होते हैं। वे कठिनाइयों के भीषण भङ्गावात में भी दृढ़ इच्छा शक्ति और संकल्प का सम्बल लिये हुये अविचल बने रहते हैं। धीरे धीरे वे अपने अन्दर एक ऐसी अद्भुत दिव्य शक्ति का विकास कर लेते हैं जो बाहरी घात प्रति घातों की आन्तरिक प्रतिक्रिया से उन्हें सदैव मुक्त रखती हैं। ऐसे महा पुरुष अपने साधना मार्ग में बढ़ते हुये साधना में बाधा पहुँचाने वाली शक्तियों से कहीं अधिक बलवान बन जाते हैं। ध्यान के अभ्यास से, आध्यात्मिक अनुभूतियाँ इतनी सघन एवं सशक्त हो जाती हैं। और साधक उनमें इतना लीन रहने लग जाता है कि बाहरी व्याघातों से उसकी आन्तरिक अनुभूतियाँ बहुत कुछ निर्बाध बन जाती हैं। मैं यह नहीं कहता कि बाहरी व्याघातों का प्रभाव पड़ता ही नहीं है। पड़ता है किन्तु इस प्रकार के अवरोध हमारी अनुभूतियों को उसी प्रकार संवेग एवं शक्तिशाली बना

देते हैं जिस प्रकार बहती हुई जल धारा बाँधे जाने पर शक्तिशाली बनकर सहसा फूट पड़ती है। वस्तुतः प्रतिकूल परिस्थितियाँ अग्नि परीक्षा के रूप में साधक के सामने आती हैं। उसे कठिनाइयों की पाठशाला में ही समता, दृढ़ संकल्प, एवं धैर्य के पाठ पढ़ने तथा हृदयगम करने होते हैं। समता के बिना साधना में सुदृढ़ प्रतिष्ठा नहीं हो सकती है। इसलिये बाह्य कठिनाइयों का सामना करने के लिये साधक को अपने अन्दर समता और दृढ़ता का विकास करना चाहिये। "साधक में जिस गुण का होना सबसे अधिक आवश्यक है, वह है धैर्य और एक निष्ठ अध्यवसाय और उसके साथ ही साथ ऐसा श्रद्धा विश्वास जो सब प्रकार की कठिनाइयों के आने देर लगने तथा आपाततः विफलताओं के होने पर भी दृढ़ बना रहे। (श्री अरविन्द)

संसार में ऐसे बहुत से व्यक्ति हैं जो जल में उतरे हुये बिना ही तैरना सीख लेना चाहते हैं। वे प्रभु प्राप्ति की तो बात करते हैं किन्तु साधना में किसी प्रकार भी प्रवृत्त नहीं होंता चाहते। वे कहते हैं कि जब भगवान चाहेंगे तो वह उन्हें अपनी ओर, अपने आप ही, खींच लेंगे। प्रभु की ओर उन्मुख होने का वह स्वयं कोई प्रयास नहीं करना चाहते। बाह्य रूप से वह सब कुछ ईश्वरेच्छा पर छोड़ने का अभिनय करते हैं। दूसरी श्रेणी उन भक्तों की है जो साधना आरम्भ करके व्यक्तिगत प्रयत्नों की आवश्यकता न समझ, सब कुछ भगवान से ही आशा करते हैं। ये दोनों प्रकार की स्थितियाँ अत्यन्त भ्रामक और हानिप्रद हैं। साधना की प्रारम्भिक अवस्था में सब कुछ भगवान के ऊपर छोड़ देना अथवा व्यक्तिगत प्रयास की आवश्यकता न समझ सब कुछ भगवान से ही आशा करना किसी भी दृष्टि से उचित नहीं। ऐसा करना दो ही स्थितियों में सम्भव हो सकता है पहली अवस्था तो यह है कि वह परम सत्ता हमारे समस्त कार्य व्यापारों और समग्र चेतना का चार्ज स्वयं अपने हाथ में ले लें। किन्तु यह योग की अन्तिम अवस्था में ही सम्भव हो सकता है। दूसरी स्थिति आत्म समर्पण की है जिस में कि साधक में शून्यता की दशा (State of Negation) प्रारम्भ हो जाती और साधक प्रभु के प्रति अपने आप से पूर्णतया समर्पित कर देता है।

उसके अन्दर उच्चकोटि की दैवी धारा प्रवाहित होने लगती है। किन्तु यह दशा साधारण दशा नहीं जो सरलता से प्राप्त हो जाये। यह सभी इन्द्रियों और शक्तियों के पूर्ण शून्यत्व (Negation) के पश्चात् प्रारम्भ होती है इस दिव्य दशा को प्राप्त साधक के समस्त क्रिया कलाप स्वतः महाशक्ति के प्रभाव से ही अनुशासित और नियन्त्रित होने लग जाते हैं। उचित और अनुचित का विचार उसके मन में नहीं उठता है। आत्म समर्पण की उच्चावस्था में इस प्रकार की निर्णय बुद्धि का लगभग अभाव हो जाता है। और व्यक्ति प्रत्येक कार्य प्रभु की इच्छा समझ कर करने लग जाता है। आत्म समर्पण का यह भाव किसी उच्च संस्कारी व्यक्ति में प्रभु कृपा से ही जाग्रत हो सकता है।

साधना काल में मनोविकारों की विशाल बाहिनी, साधक के सामने खड़ी रहती है। पंच महाविकार (काम, क्रोध, लोभ, मोह, मद) मजग प्रहरियों के रूप में चक्रों की रक्षा करते रहते हैं और चक्रों का भेदन नहीं होने देते हैं। सहज मार्ग साधना में, प्राणाहति के बल से गुरु इन मनोविकारों का शमन करके उन्हें उदान्त स्वरूप प्रदान कर देता है। इस साधना में साधक दिन प्रति दिन मानवीय सम्बेदनाओं को उदान्त से उदान्तर बनाता हुआ उन्हें दिव्य बना लेता है। दिव्यता की यह उपलब्धि अनायास ही सहज साधना क्रम में साधक को हो जाती है।

अतएव इस युग के लिये वरदान स्वरूप ब्रह्म विद्या की इस साधना पद्धति में प्रवृत्त होकर मनुष्य सहज ही में दिव्य बन सकता है। समर्थ गुरु के निर्देशन में अपने अभीष्ट की प्राप्ति, अत्यन्त सरल और सुगम है।



## अशान्ति में ही शान्ति है

(लेखक:- श्री श्री प्रकाश, बी०ए०, सीतापुर)

प्रत्येक व्यक्ति, जीवन के हर स्थल पर प्रत्येक भाग में शान्ति चाहता है। मन का केन्द्रीकरण आज के युग का ज्वलन्त तथा बहुचर्चित विषय बन चुका है। संसार ने जीवन को अनेक सुन्दर उपादानों से विभूषित करके समृद्धि शाली बनाकर बाह्य जगत् से आनन्द प्राप्त करके शान्ति पाने के सतत प्रयत्न किये किन्तु सफलता नहीं मिली। ईसाइयों और मुसलमानों में से कुछ ने अपने अपने धर्मियों के आदेशानुसार गरीबी का भी वरण किया है फिर भी शान्ति न मिली। इसका कारण जानने को सभी आतुर हैं किन्तु उत्तर इतना स्पष्ट है, इस प्रकार से सीधा सामने रक्खा है कि जैसे बहुधा सामने की वस्तु पर ध्यान नहीं जाता, इस उत्तर की ओर भी लोगों की दृष्टि नहीं पड़ती। कोई यह सोचने की चेष्टा नहीं करता कि शान्ति और अशान्ति, दुःख और सुख, जीवन अथवा मरण सभी के उद्गम तथा लयस्थान एक ही हैं।

जीवन की इस वेदी पर परिणय है विरह मिलन का,

सुख दुःख दोनों नाचेंगे, है खेल आँख का मन का।

इस आँख और मन के खेल को मानव इतनी गम्भीरता दे दिया करता है कि वह खेल न रह कर एक समस्या बन जाता है और फिर धीरे धीरे वह अत्यन्त वृद्धाकार होकर दैत्यवत् हमें हंसाना अथवा हलाता रहता है और अन्त में सदा ही फल यह होता है कि हम थक जाते हैं, और उसी काम में अशान्ति का अनुभव करने लगते हैं। हम यह भूल जाते हैं कि सुन्दर जीवन उसी प्रकार कठिनाइयों के बीच छिपा हुआ है जिस प्रकार कण्टकों के मध्य में सुगन्धित तथा मनोहर पुष्प संघर्ष जीवन का दूसरा नाम है। जीवन जीता जागता होना चाहिए न कि मृत। यदि हम अपने जीवन पर विचार करें तो हमें ज्ञात होगा कि हमारे वर्तमान रूप तथा स्थिति का अधिकतर श्रेय प्रकृति को है इसे इस प्रकार भी कह सकते हैं कि हमारे जीवन में पृकृति का ही अधिक भाग है,

किन्तु क्या हम वास्तव में प्रकृति के निकट हैं? यदि हम ध्यान दें तो हमें स्पष्ट रूप से ज्ञात होगा कि हमारी वर्तमान संस्कृति ने हमको प्रकृति से बहुत दूर ला डाला है। फल यह हुआ कि प्रकृति में जो उथल पुथल जो गम्भीरता और जो स्थायित्व है और वह जिस आधार पर सन्तुलित रहता है वह आधार हपने खो दीया। हमने या तो उथल पुथल को पकड़ लिया या केवल गम्भीरता को किन्तु सैद्धांतिक रूप से दोनों में से केवल एक को पकड़े रहना अघूरा काम है। उभय पक्षों के सन्तुलन बिना जीवन सम्भव नहीं है। अशान्तावस्था में प्रकृति में सन्तुलन रहता है और वह अशान्ति एक निश्चित ध्येय की पूर्ति हेतु आती है। इसी प्रकार हम को जो पृकृति के एक अभिन्न अंग हैं, इसी सिद्धांत पर चलना होगा। हमें अपना मन सन्तुलित करना होगा और उसी सन्तुलन के माध्यम से शान्ति प्राप्त करनी होगी। इस क्रम में बहुत सी उथल पुथल भी होंगी किन्तु वह एक निश्चित ध्येय की पूर्ति हेतु ही होना चाहिये। श्रद्धेय बाबू जी महाराज ने “दस उमूलों की शरह है” में आदेश दिया है कि हमारा जीवन ऐसा होना चाहिये कि पृकृति से विलग्न मिल जुल जाय।

शान्ति वास्तव में बाह्य उपकरणों से प्राप्त नहीं हो सकती। यह वास्तव में एक दशा है जो मन के सन्तुलन से प्राप्त होना आरम्भ होती है। इस का सीधा सम्बन्ध आत्मा से होता है। बहुधा देखा गया है कि धनी परिवार के साधन सम्पन्न बच्चे पढ़ लिख नहीं पाते और मूर्ख ही बने रहते हैं, उसी स्थान पर एक निर्धन साधन हीन बाप का बेटा सड़क पर लगी लालटेनों के प्रकाश में पढ़ कर विद्वान बनता है। ऐसा क्यों? कारण केवल यही है कि धन की ऊँचा पौह में सन्तुलन खो कर धनिक अबसर निकाल देते हैं और गरीब मानसिक सन्तुलन बनाये रख कर अबसर का लाभ उठा लेता है यह एक निम्न कोटि का उदाहरण है किन्तु यदि इसे ही गहराई से देखा जाय तो प्रकट होगा कि जब कि सम्पदा—विहीन बालक ने अपने निम्न तम उपलब्ध साधन को ही सन्तुलित मन से उपयोग करके लाभ उठाया वहाँ ही अपने साधनों से सन्तुष्ट न रहकर सम्पन्न बालक ने असन्तुलित हो कर अबसर खो दिया। मोटे तौर पर यह कहा जा सकता है कि एक ने संघर्ष को जीवन माना और दूसरे ने संघर्ष को दूर रख कर स्वयं सफलता से दूर होता गया। इस प्रकार हम यह देखते हैं कि जहाँ कर्तव्य परायणता का अभाव है वही दुख और सफलता है। अतः जीवन कर्तव्य परायणता का संघर्ष है। संसार का प्रत्येक कर्म यदि कर्तव्य समझ कर किया जाय तो एक और वह संघर्ष की क्षमता का नाश कर देता है और दूसरी ओर लिप्तता को दूर रखता है जिस से मन का सन्तुलन स्वतः होता रहता है। ऐसे जीवन में इसका परिपाक करने अथवा सत्यं, शिव, सुन्दरम् की सृष्टि करने हेतु शान्ति की आवश्यकता होती है जो सन्तुलन तथा कर्तव्य रूपी भावानुभाव से स्वतः उत्पन्न हो जाती है।

वस्तुनः शान्ति है क्या, कहाँ मिलती है, मिलती है और उसकी प्राप्ति के साधन क्या हैं? यह प्रश्न सदा से ही सोचा जाता रहा है किन्तु उस सोचने में गहराई का अभाव रहा है। हमें भली प्रकार ज्ञात है कि ईश्वर का दूसरा नाम ‘शान्ति’ है। अतः शान्ति प्राप्ति का अर्थ हुआ ईश्वर प्राप्ति। इससे निम्न स्तरों पर जो शान्ति प्राप्त होनी है वह सच्ची शान्ति के उसी अनुपात में होती है जितना कि वह स्तर जहाँ से वह मिलती है, उच्चतम स्तर से नीचा होता चला जाता है। इस प्रकार हम यह पाते हैं कि ईश्वर प्राप्ति से पूर्ण शान्ति तथा उससे लगाव रखने वाली वस्तुओं की प्राप्ति से उससे उसी अनुपातमें कम शान्ति प्राप्त होगी। ईश्वर से सम्बन्ध रखने वाले भौतिक साधन भी शान्ति जैसी कोई वस्तु कभी कभी देते हैं किन्तु वस्तुतः वह आराम देती है, शान्ति नहीं। हाँ? यह बात अवश्य है कि उस में भी वास्तविक शान्ति की छाया मूल रूप से रहती अवश्य है क्योंकि भौतिक सुखों का मूल स्रोत भी वही है जिसे ईश्वर या मूल शान्ति कहा जा सकता है। भौतिक आराम का आनन्द लेते समय हम उसके बाह्य, ठोस रूप को ही देखते रह जाते हैं भीतर के मन्द प्रभाव का अनुभव नहीं करते।

इस प्रकार हम ने देखा कि शान्ति का सीधा सम्बन्ध वृत्तियों की स्थिरता से है। स्थिरता में ही आनन्द है और उथल पुथल में विखराव। अतः यदि वृत्तियों का ठहराव पूर्णतः हो जाय तो पूर्ण शान्ति प्राप्त हो सकती है। इसका एक मात्र साधन है ईश्वर प्राप्ति और पुनः उस का एक मात्र उपाय है राजयोग का अनुसरण।

समस्त संसार का व्यापार हमारे संस्कारों का खेल है। जब तक संस्कार हैं तब तक शरीर है और जब तक शरीर है तब तक संघर्ष रहेगा ही। इन सब को छोड़ देने का नाटक केवल पलायन वाद है, और कुछ नहीं। “सहज मार्ग” भोग एवं योग का अपूर्व संगम है। भोग भोगते हुये धीरे धीरे संस्कार विहीन बनते हुये हमें उस उद्गम की ओर बढ़ना है जो शान्ति है, सम्पूर्ण शान्ति और उस में लय होना है तभी हमें वास्तविक अर्थ में शान्ति मिल सकेगी। अपने अन्दर विकास के स्थान पर विघटन लाना पड़ेगा। बाहर की ओर भी हमारा दृष्टि कौण मानसिक रूप से विघटन की ही ओर अग्रसर रहेगा। ऐसा करनेमें एक बहुत बड़े संघर्ष में रत होना पड़ेगा और ऐसा करते हुये भी सन्तुलित रहना होगा।

यह तभी सम्भव है जब पूर्ण पारंगत, ब्रह्म निष्ठ सद्गुरु प्राप्त हो जाय। और यह हमारा परम सौभाग्य है कि “सहज मार्ग” अन्वेषक तथा सर्जक हमारे बीच हमें राह दिखाने को वर्तमान हैं। ऐसी दशा में शान्ति हमसे दूर कहाँ रह सकती है।



## बिल्ली की हज

सुरेशचन्द्र एम० ए० श्रीनगर

बगदाद की बिल्ली जब सत्तर चूहे खाने के बाद हज करने को तैयार हुई तो लोगों ने उसका बड़ा मजाक बनाया।

‘पाखण्डी है’ — एक बोला।

‘घोखा देगी’ — दूसरे ने कहा।

बात यहाँ तक बढ़ी कि लोगों ने उसका रास्ता चलना मुश्किल कर दिया। अन्त में उसने अपनी सफेद सूखों को पोंछा और आँखें तरेर कर बोली — ‘अरे मरदुओ तुम भी तो चूहे खाते हो और हज करने का नाम भी नहीं लेते हो। मैं अगर हज करने के रास्ते में मर भी जाऊ तो मेरा भला हो जायेगा। —’ लोग चुप तो हो गये लेकिन वह कहानी अधूरी ही रह गई कि बिल्ली की हज यात्रा का नतीजा क्या निकला। ‘बिल्ली हज करने चली’ — एक जगह हँसाई बन कर रह गया।

बिल्ली हज करने गई या नहीं—इससे हमें कोई वास्ता नहीं। सवाल यह है कि सत्तर चूहे खाने के बाद बिल्ली का हज करने जाना उचित था या नहीं? मुझे विश्वास है कि इसमें भी दो राय नहीं हो सकती। पुण्य करने या जीवन सुधारने के लिये जब भी कोई कोशिश हो तो देर नहीं कही जा सकती।

हाँ, फर्क सिर्फ भाव का है। यदि बिल्ली अपने पापों का प्रायश्चित्त करने जा रही हो तब तो कोई गलत बात नहीं है लेकिन अगर वह अपने पाप छिपाने के लिये एक नया आडम्बर नया ढोंग रचने जा रही हो तो अवश्य गलत है। ऐसी हालत में वह कभी भी सही नहीं कही जा सकती।

बिल्ली की बात तो पुरानी हो गई। आज हमारी जिन्दगी में — हमारी ही क्या — सारी मनुष्य जाति की जिन्दगी में एक सवाल है—क्या पिछले पापों के कारण, पिछली गलतियों के कारण कोई आगे अच्छा काम करे ही नहीं? क्या सुधार की कोई सम्भावना होती है या नहीं?

बहुत से भाई इस भावना से आक्रान्त रहते हैं कि अब उनमें

सुधार नहीं हो सकता — ‘अरे भाई बूढ़ा तोता क्या राम राम पढ़ेगा वह अपने को मनुष्य न मान कर तोता मानते हैं और अपनी काहिली आलस्य और काम न करने की इच्छा को छिपाने के लिये बूढ़े तोते का बहाना लेते हैं। पशु पक्षी और मनुष्य में एक सबसे बड़ा फर्क है स्वतन्त्र इच्छा शक्ति का होना। मनुष्य जो चाहे सो कर सकता है। वह देवता बन सकता है वह राक्षस बन सकता है। देवता देवता ही रहेगा और राक्षस राक्षस। उनमें स्वतन्त्र इच्छा शक्ति नहीं होती। वे अपने कर्मों के फल स्वरूप देवता या राक्षस बनते हैं और जब उनके कर्मों का प्रभाव क्षीण या समाप्त हो जाता है तब वे फिर आजादी से काम करने को छोड़े जाते हैं यानी वे फिर मनुष्य बनते हैं इस बार उनके जैसे कर्म होंगे वैसे ही वे फिर जन्म पायेंगे। इस लिये मनुष्य का अपने को तोते से उपमा देना किसी हालत में ठीक नहीं है।

कर्मों का असर कैसे होता है? जब हम कोई काम करते हैं शरीर से, बाणी से या विचार (मन) से तो उसका एक असर हमारे अन्तःकरण पर रह जाता है जैसे पानी की लहर आकर बालू पर एक निशान छोड़ जाती है। यह निशान संस्कार कहलाता है और धीरे धीरे सैकड़ों लाखों संस्कार हमारे अन्तःकरण पर बनते चले जाते हैं। यह अन्तःकरण हमारा कारण शरीर होता है अर्थात् शरीर का वह सूक्ष्म अंश जहाँ से सारे भाव और कर्मों का बीज रूप में उदय होता है। जब संस्कार उस कारण शरीर पर या अन्तःकरण पर पड़े जाते हैं तो समय आने पर उनका विकास होता है या वह उगते हैं।

इन संस्कारों की वजह से हमारी रुझान या प्रवृत्ति बनती है। जब रुझान या प्रवृत्ति बनने लगती है तो नये संस्कार उसी के हिसाब से बनते हैं। इससे उस रुझान के बनने में तेजी या धीमा पन आता है। जब लोग अपने को बूढ़ा तोता कह कर राम राम कहने में असमर्थता प्रकट करते हैं तो दिल में वह अपनी उस रुझान या प्रवृत्ति को महसूस करते हैं जो उनको आध्यात्मिकता के रास्ते में बढ़ने से रोकती है।

क्या रुझान या प्रवृत्ति बदली जा सकती है? जरूर! लेकिन जब तक अन्तःकरण या कारण शरीर पर पड़े असर को दूर नहीं किया जाता यानी जब तक पिछले संस्कार साफ न किये जायें तब तक नये संस्कार नहीं पड़े

सकते। यदि नये संस्कार पड़ेगे भी तो उनका असर बहुत कम होगा या बिल्कुल नहीं के बराबर होगा।

आज कल जो पूजा पाठ जप हवन आदि प्रचलित हैं उनका असर या संस्कार मन पर इसी लिये नहीं पड़ता क्योंकि वे पूरी भावना से किये नहीं जाते। भावना में भाव में ताकत या शक्ति होती है यदि भाव नहीं है तो काम का कोई असर नहीं पड़ेगा। इसी लिये हवन कराने वाला पुरोहित ज्यों का त्यों बना रहता है और दूसरा यजमान बहुत पुण्य लाभ करता है। जब कोई काम भावना से किया जाता है तो उसका गहरा संस्कार पड़ता है और वह तेज संस्कार पिछले संस्कारों को हटाकर उनका स्थान ले लेता है। यह भावना इच्छा शक्ति से बनती है। इच्छा शक्ति भावना को और भावना इच्छा शक्ति को मजबूत करती है और

इस तरह से नये संस्कार अच्छे, आध्यात्मिक संस्कार बनने में सफलता मिलती है।

इसका बहुत आसान तरीका श्री रामचन्द्र मिशन में व्यवहार में लाया जाता है। प्राणाहुति के द्वारा आध्यात्मिक शक्ति से गुरु पहले तो पिछले संस्कारों साफ करते हैं फिर नये संस्कारों को पढ़ने के लिये अन्तःकरण को मुलायम कर देते हैं। चूँकि संस्कारों को बनने में अभ्यासी के अपने कर्मों का बहुत महत्व पूर्ण स्थान है इसलिये गुरु उसमें थोड़ी सी इच्छाशक्ति को भी जागृत कर देते हैं जिससे अभ्यासी में भावना और इच्छा शक्ति का काम शुरू हो जाता है। पिछले संस्कार क्षीण होने लगते हैं और नये शुभ संस्कार पढ़ने लगते हैं। धीरे धीरे पुराने सभी संस्कारों का क्षय हो जाता है और नये संस्कारों का भी इस हद तक प्रभाव क्षीण हो जाता है कि व्यक्ति इस जीवन में ही जीवनमुक्त हो जाता है।

बूढ़ा तोता राम राम पढ़ सकता है यदि उसे कोई ऐसा योग्य पथ प्रदर्शक मिल जाय। यदि बगदाद की बिल्ली अपने पापों को धोने की मजबूत नीयत बांध ले तो सत्तर क्या सात सौ चूहे खाने के बाद भी उसके पापों का मार्जन हो सकता है। जरूरत भाव की है। विश्वास, भावना के साथ जब योग्य पथ प्रदर्शक मिल जाय तो फिर सफलता में शक नहीं रह जाता इस लिये मेरे भाई खोज करो, ऐसे व्यक्ति की जो बूढ़े तोते को भी राम राम पढ़ा सकें। ऐसे लोगों से सावधान रहो जो संस्कारों का बोझा घटाने के बजाय और बढ़ा दें जो लोहे की जंजीरों के बजाये सोने की जंजीर पहना दें। जब तक ऐसा सहायक नहीं मिलता तब तक भाई मेरे ईश्वर से सच्चे दिल से प्रार्थना करो। उसका सिंहासन हिल उठेगा और यदि कोई व्यक्ति उस समय संसार में नहीं होगा तो वह स्वयं आएगा। पुकार कभी खाली नहीं जाती शर्त सिर्फ सच्चे दिल की है।



## अनन्त यात्रा



(इस स्थायी स्तम्भ का उद्देश्य साधकों की आध्यात्मिक प्रगति का विवरणात्मक चित्र प्रस्तुत करके ब्रह्म-विद्या सुव्यवस्थित वैज्ञानिक अध्ययन के लिए सुलभ करना है। एतदर्थं श्रद्धेय 'बाबू जी' के साथ एक श्रेष्ठ एवं संवेदनशील अभ्यासी के पत्र-व्यवहार का क्रमशः प्रकाशन किया जा रहा है। पत्रों के केवल वही अंश प्रकाशित किये जा रहे हैं, जो आध्यात्मिक स्थितियों के अनुभव से सम्बन्धित हैं। अभ्यासी का नाम आदि व्यक्तिगत बातें प्रकाशित नहीं की जा रही हैं।)

(सम्पादक)

परम पूज्य तथा श्रद्धेय श्री बाबूजी

सादर प्रणाम

मेरा पत्र आपको मिला होगा। आज एक अजीब दशा हो गई है और उसका असर कुछ कुछ अब भी है, इसलिए आपको इतनी जल्दी पत्र लिख रहा हूँ और कुछ ऐसा अपनापन हो गया है कि बिना पत्र डाले चैन भी नहीं पड़ता है। यद्यपि कई दिनों से दशा एक ही Point पर स्थिति मालूम पड़ती है परन्तु फिर भी आपको बिना पत्र लिखे चैन नहीं पड़ा, अतः कुछ न कुछ लिखता ही रहा हूँ।

आज सबेरे सोकर उठा तो दशा मामूली थी परन्तु करीब आध घण्टे बाद दिल में लहरें सी उठती मालूम पड़ी, फिर एक Subject पर मन ही मन में एक बहुत ही सुन्दर और जबरदस्त पूरा मजमून तैयार होता रहा। दिल में उन्ही लहरों के साथ बराबर उसी Subject पर शब्द पर शब्द उठते रहे और अब वह Subject क्या था वह लिख रहा हूँ कल Hospital गया था वहाँ डाक्टर साहब ने एक व्यक्ति का Blood Test किया। जब उनका Blood लिया गया तो उन्हें बड़ा बुरा लगा और वे बोले डाक्टर बड़े Cruel होते हैं, तब मेरा ध्यान उधर नह था परन्तु आज सबेरे थोड़ी देर लहरें सी मालूम हुई, फिर अपने में बड़ा जोश मालूम हुआ तब समझिए मन में एक भाषण सा होता रहा, कुछ थोड़ा सा ही याद रह गया है वह लिख रहा हूँ। वह यह है — आजकल हम लोगों में इतनी शक्ति नहीं रह गई कि जरा सी एक सुई की चुभन भी सहन कर सकें। एक वह समयथा जब हमारे भीष्म पितामह जी छः महीने तक बाणों से छिदे शरसैया पर पड़े रहे। वे भी हमारी तरह मनुष्य ही थे, उनके भी शरीर था परन्तु इतने समय तक कभी किसी ने उनके मुख से हाय तो सुनना दूर रहा, एक विषाद की रेखा भी नहीं देखी। यह सब केवल इसी कारण है कि जो सब शक्तियों का अधिपति 'ईश्वर' है

उसको भुला दिया गया। जब जो सारी शक्तियों का स्वामी है उसमें प्रेम होगा तो उसकी शक्ति हमारे में प्रवेश करेगी। भाई सहन करना भी तो एक शक्ति ही है किसी ताकत से ही हम बड़ी से बड़ी पीड़ा, असहनीय विघ्नितियों को सहन कर सकते हैं। ऐसे ही काफी बड़ा मजमून तैयार हो गया। उस समय ऐसा मालूम पड़ता था कि 'मालिक' का मुझमें बिल्कुल समावेश हो गया और उसकी तमाम ताकत मेरे में दौड़ रही है। बिल्कुल ऐसा मालूम पड़ता था तमाम लहरें दिल में उठ रहीं हैं और इस समय मुख भी बड़ा आभायुक्त लग रहा था। ऐसा लगता था कि मालिक की तमाम ताकत ही मेरे में समाई हुई सब काम कर रही है। जब पूजा करने बैठा तो ध्यान करते ही करते ऐसा मालूम पड़ता था कि मानों अपने ही ध्यान में मस्त बैठा हूँ। उस समय सबके प्रति बिल्कुल अपना सा ही प्रेम लगता था और ऐसा मालूम पड़ता था कि सब मेरे ही हैं। शरीर का उस समय कहना। जब से दिल में लहरें उठने लगीं और शब्द आदि उठते रहे तब से शरीर थर थर काँपता रहा था और अब तक कुछ असर शेष है साथ ही पवित्रता भी अधिक मालूम पड़ती है। पूज्य श्री बापू जी मुझे नहीं मालूम यह क्या हो गया है। अब मैं फिट बिल्कुल खाली हूँ। शरीर में थोड़ी कमजोरी अवश्य हो गई है। मुझे तो जो मालूम होता है तुरन्त आप को लिख देता हूँ।

आपकी दीन हीन सर्व साधन विहीन संतान

