Registration No.R.N. 12620/66

सहज-मार्ग

sahaj marg

Vol. XII (Bi-monthly, Spiritual) No. 6

Shri Ram Chandra Mission

Publication Department

SHAHJAHANPUR. U. P. (India)

NOV. 69

Editors
S.P. Srivastava M.A.,Ph.D.
Kashi Ram Agarwal, N.D.

All rights reserved

November 1969
Yearly Subscription Rs. 5.00
Single Copy Rs. 1.00

CONTENTS

			Page
1	Prayer		1
2	Is 'Sahaj Marg' a new path of Realisatiom	Prof. T. Srikantaiah, Raichur	2
3	Our Babuji's Bounties	Shri G. Vijaya Ranga Charya	8
4	In Consonance with the Sublime	Shri C. Narayanaswami, Vijayawada	17
5	Ourselves and our Master	Shri A. Ranganathan, Tirucherapalli	19
6	We & God	Shri K. V. Abhyakumar Bangalore	23
७	सहज मार्ग	श्री रामचन्द्रजी अध्यक्ष	२५
८	चाँद आदमी और मिशन	प्रो० सुरेशचन्द्र, श्रीनगर गढ़वाल	२८
९	गजल	हरिश्चन्द्र शाहाबादी	३०
१०	अराधना के उपादान	हरिदत्तसिंह लखीमपुर–खीरी	३१
११	भजन		३६
१२	मानव, उसकी मंजिल और रास्ता	जगदीश प्रसाद गुप्त, सीतापुर	३७
१३	वाणी का तप	श्री रघुनन्दन प्रसाद इन्द्र लखीमपुर	४२
१४	गीत	जगदीश कुमार "मृगेश"	४५
१५	बेवकूफ कौन ?		४६
१६	सहजमार्ग की साधना	कृष्णकुमार त्रिपाठी	४७

* 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.

Is 'Sahaj Marg' a new path of Realisation ?

(Prof. T. Srikantaiah, M. A., L. V. D. College, Raichur)

In our country, not only was the Philosophy a way of life as moderns put it but also was the spirituality so. Religion was the gross form of Philosophy and spirituality was subtler than the Philosophy itself and it formed the most important aspect of life as it was an attempt to get at the very origin of the existence. That origin is described in our scriptures as 'subtler than the subtlest' (सूक्ष्मात् सूक्ष्मतरं ज्ञेयम्)
This attempt to get at the original source is the spiritual journey or the process of spirituality. Actually getting at the source is the Realisation. The method followed to have the Realisation is the real path.

Our ancestors analysed our duty so well that we even now wonder at them. We believe that the world is so much advanced in education, ; but still, the so called educated man feels himself at his wit's end, when he has to define the goal of his life. Such is the result of modern education.

In ancient India almost all the people had a clear-cut idea as to what their goal should be in their life. It was made a complex one deliberately. The complex goal kept before all was fourfold (धर्म, अर्थ, काम, मोक्ष). It meant that every man should know about his Dharma (धर्म) – duty (right or wrong) first. Performing that duty, he was to acquire (अर्थ)– wealth. According to the Dharma and Artha, he was to reorientate his desires (काम). Having fulfilled the three things, he was to concentrate on Moksha (liberation). Hence he was not asked to renounce the world and the duties thereon. Similarly neither was he asked to be lazy without earning, nor was he permitted

to be licentious. But in putting all the four things together, it was meant that the fourth one–Moksha–was equally important for an individual. Moksha was defined as attainment of the self (आत्मप्राप्तिलक्षणं मोक्ष:) , which is the origin from which man has sprung up even as the world has evolved from the same centre. Therefore the centre of the man is 'That' as also the centre of the visible world. The visible man is that centre truly. That is called the Atman. The other names for 'That' is Brahm, Tam or Bhuma.

In the 'Apastamba Sutras', it is said that there is nothing superior to obtaining the Atman. (आत्मलाभात् परं न विद्यते). In the code of Manu also there is a mention of such a thing. It is stated that it is the supreme duty of one to see the Atman by the practice of Yoga. (अयं हि परमो धर्मो यद्योगेनात्मदर्शनम्).
Still, there is another verse in the Mahabharata which gives a clear idea of our duty. "We have to take up a pure profession for earning our livelihood. We have to earn our livelihood to keep our life-force (Pranas) in us. We have to be alive so that we may inquire into the nature of our origin. We have to investigate into the nature of our origin (God) so that we may not be born again."

आहारार्थं वै कर्म कुर्यादनिन्द्यम् । कुर्यादाहारं प्राणसंधारणार्थं ।।
प्राणा: संधार्या: तत्वजिज्ञासनार्थम् । तत्वं ज्ञातव्यं येन भूयो न जन्म: ।।

So all our worldly duty should finally tend towards culminating in the self-realisation. When we are sure that that was the burden of the song of our fore-fathers, we shall examine the process they followed.

Of course, there was Rajayoga in the period of Darshanas. It had eight steps–Yama, Niyama, Asana, Pranayama, Pratyahara, Dharana, Dhyana and Samadhi. Even the sixth and the most popular of the Shaddarshanas (Vedanta) adopted the eight-fold Rajayoga for its practice though the theory differed much from the theory of Rajayoga.

We, in Sahaj Marg, begin with the seventh step of this Rajayoga itself—Dhyana. Samadhi can be experienced in the beginning of the Sahaj Marg practice—indeed, though it is the final step in Rajayoga. Our beloved Babuji has told us that Nirvikalpa Samadhi which is so highly talked of is the beginning of our spiritual yatra. Of course , Sahaj Marg is called the rarefied or simplified Rajayoga, even though the goal of each system is quite different. We may, even drop the statement 'rarefied Rajayoga because of the difference in goals the two systems have in view.

The origin of our Sahaj Marg goes to the vedic period or even earlier. The famous Gayatri of the Vedic period is the axiomatic form of the Meditation, which we follow in Sahaj Marg. The highest truth or principle of the existence and our duty with regard to That is enunciated in the sacred Gayatri. But in *S*ahaj Marg it is practised and realised ernestly by one and all through the Pranahuti imparted by our grand Master and Babuji. This was a long forgotten thing. Thanks to the efforts of Ravered Lalaji and Beloved Babuji who have revived and made it accessible to the common man also. Babuji himself has told us that it was practised even by Dasaratha. Curiously enough if we happen to go through the 'Yoga Vashishtha' we will come to know the striking similarity between the Philosophy of Sahaj Marg and the Philosophy of the 'Yogavashishtha.' So, there is no wonder if the same kind of practice was prevalent during the times of Dasaratha and also before him. For, Vashishtha was the Guru who was famous for imparting Brahmagyan in those days and he was the author of the Yoga Vashistha'.

During the times of the Upanishads, of course, the Darshanas were not in existence. We find that those who wanted to gain immortality did practise meditation just as we do. Please

listen to the following verses.

पराञ्चि खानि व्यतृणत् स्वयंभूः । तस्मात् पराङ् पश्यति नान्तरात्मन् ॥
कश्चिद्धीरः प्रत्यगात्मानमैक्षत् । आवृत्तचक्षुः अमृतत्वमिच्छन् ॥

God created the senses which are extrovert. So the man sees only outwards and not the inner self. A certain bold man realised his internal self turning the eyes inwards and wishing for immortality. Hence, we can easily compare our meditation with that of the above statement of our Upanishad. Similarly in Upanishads we find some more passages in support of our system and meditational practice.

१. ते ध्यानयोगानुगता अपश्यन् । देवात्मशक्तिं स्वगुणैर्निगूढाम् ।

They (Rishis) followed the path of meditation and realised the Divine self power which was hidden in their natural qualities.

२. ज्ञानप्रसादेन विशुद्धसत्वः । ततस्तुतं पश्यते निष्कलं ध्यायमानः ॥

The man who becomes pure with the gift of the divine wisdom will realise Him practising meditation on the formless.

३. अध्यात्मयोगाधिगमेन देवं मत्वा धीरो हर्षशोकौ जहाति ॥

The bold seer gives up both pleasure and pain having realised God through the practice of Adhyatma Yoga. (अध्यात्मयोगः) In all the passages quoted above it is clear that Meditation is the only way to realise Him. But any Tom, Dick and Harry cannot practise this meditation by himself. That is why man is exhorted to go to a Guru of calibre and know it.

उत्तिष्ठत जाग्रत प्राप्य वारान् निबोधत ।

Arise, awake, know (That) reaching the feet of the wise. Only teachers of calibre can help us and not all and sundry ones. In this regard we have the following verse from the Upanishads.

न नरेणावरेण प्रोक्त एषः । सविज्ञेयो बहुधा चिन्त्यमानः अनन्य प्रोक्ते गतिरत्र नास्ति ··· ···· ···· ···

If this is taught by an unworthy teacher it cannot be

understood inspite of reflecting on it for a long time. If it is not taught by a worthy Master there is no salvation. Therefore a teacher of calibre is essential and we are all fortunate in having one such Guru in our dear Babuji. That is why a Rishi has expressd his wonder in the following manner.

Many people even do not get a chance to hear of God.
Many of those that hear of Him do not understand Him.
wonderful is he who realises and so is he who receives the same· Wonderful is the teacher and so is the taught.

(श्रवणायापि बहुभिर्यो नलभ्यः शृण्वंन्तोऽपि बहवो यं न विद्युः । आश्चर्यो वक्ता कुशकोऽस्य लब्धा आश्चर्यो ज्ञाता कुशलोऽनुशिष्ठः ॥)

Hence we have to get a Guru of calibre and practise meditation under his guidance. Then we can realise Him in our heart and become immortal (liberated).

१. तमात्मस्थं येनुपश्यन्ति धीराः तेषां शान्तिः शाश्वती नेतरेषाम् ।

Rishis, who have realised Him who is in their soul, get eternal peace.

२. हृदि कलयनि विद्वान् ब्रह्म पूर्णं समाधौ ॥

The wise man realises God in his own heart at the time of deep meditation.

३. तमेव विदित्वा अतिमृत्युमेति ।

Knowing Him alone, one crosses mortality. Often Babuji says that which has a beginning must necessarily have an end also. The origin of this world [Parabrahm, or Tam or Bhuma] is the only thing that existed and exists always. It has no beginning and ending. It is rightly called Anadyanta. So the process of knowing That also existed and exists always. Our Samrtha Guru Lalaji mastered the art and passed it on to our Samartha Guru Babuji and he is throwing it before all. Those who are fortunate will get the full benefit of it. (यमेवैष वृणुते तेन लभ्यः He who is chosen by him gets it.) (तस्यैष आत्मा विवृणुते तनूं स्वाम्) To Him does this self manifest itself. So we have to

get this Atmatattva with all our efforts from an Atma-gnani. Here is Babuji and we will rob him of it. He who has a teacher will know it (आचार्यवान् पुरषो वेद).

In conclusion, it is an old path under a new caption, we can say.

AT THE FEET OF THE MASTER

BABROS

40, Linghi Chetty Street,

MADRAS-1

OUR BABUJI's BOUNTIES

(Shri G. Vijaya Ranga Charya, B. Sc. (Madras) M. Sc. (Dacca) M. I. E. T. (London) S. A. S. (Hyderabad) LL. B. (Osmania)

I am glad to have been given this opportunity of greeting you all, assembled here from the four corners of the country, on the great occasion of the ninety-seventh Birth Anniversary of the Most Revered Samarthaguru Ramchandraji Maharaj of Fatehgarh who has shed the super-finest light of spirituality for the benefit of all mankind by conferring on it, as it were, the highest boon of Pranahuti and so making for an 'UJJIVANAM', or an upward movement of the Soul of Man. We have just three years to look forward to the Birth centenary of this Great Rishi and perhaps an year to go for the Silver jubilee celebration of the Mission started in his name by the greatest of his disciples, our Master-Babuji-His Holiness Shri Ramchandraji born of this fortunate town.

May I share with you, on this happy evening, some thoughts on our Babuji's Bounty to us, his Benediction and Boon, indeed his incomparable Benevolence and Beams of Beatitude. He has just returned from his southbound tour filling, as he has ministered, each and every abhyasi with what he or she has, most fondly, been looking for. His love for South India is but too well known and an annual visit thereto lasting some six weeks is not only an eloquent expression of it, but also an immeasurable and a very much treasured happiness, not just an happening. May we deserve this Bounty of Daya from a Great Master ?

Almost the first of his mercies is his masterpiece of administration which provides for an all-wide and an year-round

A talk delivered on the occasion of Basantotsav at Shahjahanpur, Uttar Pradesh, dated January 22, 1969.

spiritual training at a net-work of centres where Preceptors and Prefects, working under his direction, give the gift of Pranahuti to anyone who comes and offers himself for spiritual upliftment and divine evolution. Previously, only one person was offering diksha of a particular Mantra, Yantra or Tantra. Or, if it was available through more than one, it was restricted to a few people of a particular caste or a particular religion and given too to the chosen of such a particular caste or a particular religion.

Our Babuji, on the other hand, has not made any restrictions whatsoever in respect of either the 'giver' or the 'given'. The doors of his Mission are equally open to all, irrespective of caste, creed, community or sex ; denomination, learning, status or wealth, . All are freely 'called' and lovingly 'chosen'. They have but to choose themselves and so avail of the bounty by entering the Portals of his Sahaj Marg, the Natural way to God-Realisation.

Next in importance is Babuji's shower of mercy on the house-holder whose has been a totally neglected sector in the field of spirituality. Lifting him from the traditional role of acting host to the Sadhu and Sannyasi, content to earn whatsoever a merit such would gain for him, Lalaji and our Babuji-both venerable house-holders themselves-have these high words for the grihastha: "Our home is the training ground of patience and endurance. To endure calmly the adversities of a household life is for us the greatest penance which is the noblest of all other forms of penances. What we have , therefore, to do under the circumstances is not to give way to the feeling of anger or grief but to assume an unquestioning attitude thinking that we ourselves are in the wrong for which we have to forbear with a cool mind. Solitary life in a forest and aloofness from all worldly concerns may be, to some, the means of cultivating Patience and forbearance, but to us, the taunts and rebukes of our friends and

relations is the greatest penance and the surest means of success.' Our Master too would have us soar high on both the wings–Samsara and Nirvana, the Deen and the Duniya–taking 'domestic' duties alongside the 'divine' so that, being divinely ordained, such work may not cling to us, and so burden and weigh our existence. For, so long as work flows divinely with life, it does not harm or cause an impression, but when it clings, it impedes, and shows not the life, but itself.

Next of Babuji's boons is the conferment of freedom from the fetters of tradition with their accepted ways which have, withal, failed to deliver the goods. Neither ceremonial piety nor the elaborate ritual, nor the recitation of the holy word, nor the chanting of Divine praise, nor pilgrimage and holy dips in the sacred waters has taken or can take one to God. These practices do but add to internal grossness whereas God, as the one goal of human life, is described as the subtlest of the subtle–Sukshmati Sukshmah. Sahaj Marg delivers us from the shackles such as stated above and leads us into the sunshine of spirituality. Master has indeed said: The end of religion is the beginning of spirituality.

The fifth of the gifts is the clarity offered by Shri Babuji in the third commandment of Sahaj Marg, as regards the goal, stated as: 'Complete oneness with God.' This is an all–time high goal not weighed down by semantics; neither by the learned and eloborate terms used in scripture and other Books of Authority. Sahaj Marg does not accept the conceptual, dogmatic and doctrinnaire definitions of the Almighty. It does not envisage the Ultimate as a resurgent, insurgent or an emergent God, with or without Form and Attribute. It says that God has to be experienced as He actually Is and not, as picturized by man, however high or refined it may seem. This is the healthiest view ever, atonce also scientific, because it represents the highest mark of

achievement possible to man. Indeed, Master has placed the spiritual goal beyond the heights stated in the Geeta or the other Upanishads. To quote from Reality at Dawn: "Spirituality begins where religion ends. The end of Spirituality is the beginning of Reality and the end of Reality is the real Bliss. When that too is gone we have reached the destination." He maps the march to freedom as a course of twenty three rings–five representing the stages of Maya, eleven as stages of egoism and seven as rings of Splendour. He places the state of liberation-considered by many to be the hall-mark of Spiritual achievement-at between the second and third circles. He has said that Raja Janaka secured approach only to the Awyakta state i.e. at the crossing of the fifth circle ! Dr Varadachari says in his book, Sri Ramchandra's New Darsana: "It is an original discovery of Sri Ramchandra that there are rings which bind the individual," and that; "The Central Region opens before one a new frontier of Being. The exploration and experience of this divine region is beyond all description. This is the reality of realities thrown open to human experience by Sri Ramchandra's Yoga".

Sixthly, there is the dominant note of a demanding and ringing optimism in respect of spiritual endeavour as opposed to the chilling pessimism met with in the Vedantic approach. "It is absurd to think, "our Babuji says:" even for a moment, that we are in any way too weak or deficient to acquire the highest state of perfection ever attained so far even by the greatest sages of the past." He puts us, so to say, in a state of combat-readiness when he says: "we must march on the path of realization like a brave soldier with full faith and confidence, not minding the difficulties or reverses." And again: "Generally people go hesitatingly towards God, thinking themselves to be too incapable and weak to achieve the real thing. A very powerful will made at the very first step and maintained all through, shall never fail to

achieve complete success. Half the distance is crossed if a man enters the field with a firm mind. Difficulties and dejections will melt away at a mere glance and the path of success will be made smooth". Braver words were not uttered before. Encouragement such as this was never given before.

Seventhly, we have the simple Sadhana prescribed for the highest reach–meditations morning and evening and a short prayer at bed time.

Eighthly there comes Babuji's abridgement of the entire spiritual course which makes it possible for one to attain to the Ultimate even in a part of one's present life- the spiritual red tape is cut to a remarkable degree and on two different fronts. The seventh step of the Astanga Yoga is made the starting point, omitting the six earlier steps, whose benefits automatically come to Abhyasi as one proceeds on with the seventh step of meditation. And in regard to the four–fold sadhana Master starts the practice with the third - the Shat Sampattis, viveka and vairagya being automatically allowed to arrive and align themselves.

The most important of his contributions remains the Pranahuti, indeed, the highest of Divine Graces, pressed into the service of mankind. Master says in Reality at Dawn: 'Power of transmission is a Yogic attainment of a very high order by which a Yogi can infuse by his own will force the Yogic energy or Godly effulgence within anyone and remove anything unwanted in him or detrimental to his spiritual progress." As Dr. Varadachari puts it. "The result of the transmission is, as it were, the beginning of the experience of the Ultimate Reality, and this experience, at our human level, is experienced as vibration or movement." Our Babuji asserts that spiritual training for the attainment of higher stages is only possible by the process of yogic transmission and by no other means.

And then the Naturalness of it all. The beauty of the alchemy which master works into one is that it is not artificial. The artificial traditional ways ,which aim to connect man with God by arduous ritual and tapasya, indeed tend to develop one's ego making those even harmful as pursuits in self–culture. Scientists are patting their backs for being able to bend nature to serve man for his comfort and pleasure. Man is thus pitted against nature and against God too as he did not want to reach Him naturally but unnaturally, artificially. Our Babuji's signal service through Sahaj Marg is, therefore, the restoration of a lost harmony between Man, God and Nature and bringing naturalness into one's life which makes his going simple and sweet at the beginning, simple and sweet in the middle and simple and sweet in the end as Lord Buddha had claimed for his path.

Though not of any lesser virtues, but simply for want of time, I shall not dote on the points as to how our Babuji has practicalised the Geeta concepts of Yoga as 'Karmasu Kausalam' and as 'Samatvam'. For a similar reason, I shall not dwell on his incomparable Daya (compassion) which more than meets the bleak and empty aspect of Maya (illusion). Nor on his conferment of Abhaya. Nor even on his easy accessibility, verily a saulabhya, outstanding though these bounties are by themselves. It would be well too to take your strain off a statistical exercise and finalise the list with the pertinent observation that Kama, Krodha, Maya and Aham which were placed before us by tradition as dreadful obstacles, are rendered effectless and innocuous under Babuji's auspices and are all pressed by him into the Spiritual service of man starting thereby, as master himself has said, a 'divinising' process, which if not set in operation, will complete the 'devilising' process put into mo– on by the material giantism of the U.S. or the U.S.S.R. variety.

The primeval cry of man, I believe, is not for exemption from physical death, because man knows all too well that he must die one day, sooner or later, It is the inarticulate prayer: 'Oh Almighty, do not leave me in this region of death which is alluring in my satisfactions without end–of eating. drinking and sleeping and enjoying such other good things of life as you have been pleased to provide for me—because these do not satisfy my soul. I do not find my Ultimate good in this; I starve. My soul is smitten with death because I instinctively know that this life is not final and it finds no real sustenance in its ample surroundings. Save me ! Oh, do not smite me to death–Na Himsi.

Our Babuji's supreme Bounty is that he has provided a workable answer to this eternal and recurring prayer through his Sahaj Marg. He has relieved man from the shackles of a tradition which has, by and large, made a business of Religion by making it a bargaining counter with God–I offer to you this ritual and that and I claim from you this worldly favour and that. Shri Babuji returns man to his nativity from his habit of living at the best, inside his head and outside in the world, but never in his heart. He provides to him a working indentity, indeed, his longing to be his own uninhibited self, to seek and gain a new strength, several cuts above what Science and technology can offer to him, which is what has really been symbolised by Svetlana's flaunting flight from 'fear' to 'freedom'.

How else also but for Shri Babuji's spiritual Alchemy could one account for this meeting under one roof of many minds and many ways ? what else but the Power of the third commandment of his, could bring us together in love and comraderie ? If you would permit my joining somesmall things with the great I would submit that I have made a discovery of my departed daughter Kasturi, who had at her birth caused my going over to Gandhiji–a great name in our memory and country, in the Mira-

like sainte 'Kasturi', one of our respected Preceptors present here A head that would not bend for four decades has of respect bowed to her, whom I would place as the highest ideal of Indian Womanhood.

Similar has been my privilege in regard to another great Preceptor, not present here. I refer with the utmost veneration to Dr. K. C. Varadachari whose sagacity is equal to his learning, thanks to our Babuji, again. I have known several Doctors of Philosophy but none to equal his blazing zeal. With a hard exterior, forbidding almost to first contacts, irascible, he is utmost soft and affectionate within, all love and all service : in him again, erudition and enlightenment combining to give a rare result.

To me, whom Shri Babuji has reclaimed at the very first sight, soon after a bereavement suffered in a son, perhaps the only one born under Gandhiji's roof at Sewagram, and so to say, heralded my rebirth as a child of spirituality, his bounty could be more than boundless. And I believe to all who have suffered bereavement and other earthly losses, his endearment would spell a great deal specialised. I need have hardly to say that the very warmth of the Basantha, to which Nature adds her own lavishes of flower and fruit at this part of the season–yes, Basanta which confers the rare privilege of a brother from a distant part knowing a brother from another distant part, not only knowing him but loving and understanding him as though known to each other for years– wed in a worshipful association with this great Sage of Shahjahanpur, is an eloquent expression, if such were needed at all, of our Babuji's Bounty, boundless as the Infinite Itself.

A remarkably high destination marked by Shri Babuji would make us feel as though Destiny has struck a tryst with itself and thus made a discovery of itself. Happy this hallowed Day,

as we bend our heads in reverence and gratitude to this holy of holies, our beloved Babuji, for kindly taking us up in his lap and thereby conferring a worthiness to be worthy of him, his greatest bounty to us being the privilege to remain his ever, as children of Eternity.

We offer our humble prayers

to the

MASTER

ESSAR ENTERPRISES

24/27, Mookker Nallamuthu Street,

MADRAS-1

In Consonance with the Sublime

(Shri C. Narayanaswami, Vijayawada)

Mahatma Sri Ramachandraji came to Vijayawada on 27th November 1968

We, the members of Vijayawada centre have learnt of the visit two months ago, and we have been looking forward with great expectations. In my own humble way, I intensified my daily meditation. Instead of two sittings at home. I made up three Dr. V. partha Sarathi our good preceptor, helped up too with individual sittings before him on some days in the week, though it meant a great strain on his time and medical practice. And so we have had the benefit of some intense practice of meditation by the time of our revered Guruji's visit.

Here mention must be made of our common prayer Hall, constructed by our good preceptor at much cost of his own; it is on the terrace, most airy, highly and neatly polished in most pleasing colour. The entire hall is carpeted for the convenience of the abhyasis. Great care has been taken to present a congenial environment to the abhyasi for his meditation. As soon as one enters the Hall, one feels a breath of sanctity and devotion. And so, we abhyasis find this prayer Hall most convenient, with an impression of purity and sacredness, whenever we come to meditate. This greatly helps us in our search for the ultimate. Thus with increased practice, We prepared ourselves and looked forward for the visit of Masterji with dutiful devotion.

The time of the visit of the master is very appropriate. Just a fortnight before, heavy outpour of rains cleansed the usually dirty city of vijayawada of mud and dust. The atmosphere is pure, and the place and locality clean. In fact purity reigned in the air and it required just a direction of the Master's wand to take us to spiritual heights.

On 27-11-68, we assembled at the prayer Hall sufficiently early to obtain Darshan of the Master. What with the long journey undertaken from Shahjahanpur, Masterji should have been

greatly tired, but he did not seem to mind it. punctually by 7 A.M. Masterji came and sat on the Asan. What a benign presence it is ! So simple, so calm and assured and really so divine ! We sat in perfect silence, and even the surroundings assumed serenity. After a few seconds and for just two minutes, Masterji told us to repeat the common prayer twice or thrice within ourselves before going into Meditation, and then signalled to proceed to Dhyan. Such a practicality I have not observed any where else; No talk or verbosity with long quotations And so, we abhyasis repeated the prayer mutely 3 times and then, started meditation. With the great Mahatma for the conduct of the function, aided by serenity, purity and agreeable climate Divinity poured instantly into our hearts with absorbing intensity. No disturbing thoughts stirred our brains. On the other hand we became aware and conscious of a feeling of Blissful environment pervading the Hall. During all the time of our prayer it is all for us a sublime tranquility with consciousness of Supreme Being alight in our hearts. Something divine and sublime all through and through.

Our expectations are fulfilled. We have seen and felt the Divine. Peace reigned supreme all over, those two days. The presence of the Master has given us a fillip in our attempts at realising the ultimate and the encouragement and satisfaction that we obtained cannot just be described in words. Indeed these two days are momentous to be remembered long and to give us inspiration. The presence of some more preceptors (who accompanied the Guruji) also gave some abhyasis opportunity to obtain individual sittings throughout the day time, and thus these two days provided continuous progress on the path of Realisation. And so, this opportunity is in Consonance with the sublime.

The visit of the Master has attracted wide attention this year, and queues of people waited all through the day for obtaining Darshan of the Master. Several new members utilised the occasion and got initiated into the Mission.

OURSELVES AND OUR MASTER

(Shri A Ranganathan, Tirucherapalli)

We have all adopted Sri Ramachandra ji as our Master and "Sahaj Marg" as our way of life. Hence it is but natural that on an occasion like this, when we are celeberating the birth day of our Beloved and Revered Master, we bring home to our minds the selfless and incalculable service that he is rendering to the tottering humanity at large through "Sri Ramchandra Mission" which he has named after his own Guru, Mahtma Sri Ramchandra ji of Fetegarh (Lalaji). We all know that he is working day in and day out for the spiritual elevation of those who seek his guidance in God Realisation. This he does without any distinctions of caste or creed, religion or race rich or poor high or low. He treats all alike and gives his assistance to one and all. He is not asking us to pay any price for what he is giving. His only desire is to give to the seekers, every thing he got from His Master (Lalaji) and is getting from him even now. In fact, he says that he should have nothing left in him when he throws out his last covering the physical frame. He only laments that people are not coming in large numbers and make themselves fit to receive what he is pouring out. He takes up the full responsibility of taking us to the farthest limit, which he himself has reached. He only wants us to put a step forward towards our goal. We also know that in all matters spiritual the guidance and assistance of a real Guru is not only essential but is of immense help in the speedy progress on the path of perfection and realisation. It is our good fortune that God has bestowed on us a "true Guru, in every sense of the term, who is earnest to be tried and tested". If we fail to take up this God-given opportunity of his presence among us, and fail to try to understand him and his teachings fully and offer our sincere and

whole–hearted cooperation, it would only be our own fault and we would have to repent for the same not only through out this life but also in our future lives. Hence let us make a firm resolve on this auspicious day of our great Master's birth–day, to make an honest study of his life and teachings try to offer our heartiest cooperation to him and make his endeavour to take us to our goal easier.

Let us first try to make a study of his life, which itself is an example for all of us to emulate. He leads the life of a grahastha, like every one of us, sharing all the responsibilities and sufferings connected with the family life. He wears an ordinary dhoti and a shirt. He takes for his meals whatever is easily available. He neither cares for any rich food nor for any particular kind of preparation. He shuns pomp and pleasure. He does not like any big propaganda to be made about himself. We are impressed by his very very simple life and the unostentatious way in which he carries on his work. He seldom delivers public speeches. But he carries on his teachings by personal discussions with every one, who comes for a darshan or guidance. He keeps them at ease and creates no fear in their minds. He answers all their questions and clears them of all their doubts. Even when irritating questions are put to him he is never annoyed. He replies in his own calm manner. He adjusts himself to any circumstance. He never cares for any of his convenience. He wants only work, spiritual work to be carried on. He is always ready to serve his deciples not only spiritually but also physically. His kindness for the abhyasis is such that every one feels that the Master is specially kind to him alone. Wherever one stays of his place he is considered just as one of the members of his family. We never feel that we are before a stranger. He is very very dear to our hearts. When we try to attach ourselves to him, understand his way of life and try to follow his method

of living, we feel that we are indeed lifted out of the mire of this material world. Let us try to live with the thought of our great Master always in our hearts and in our minds. Truely then we would have attained God and live in God. We are living in a world of our own, uninfluenced by any of the activities of this world.

Let us now see what he expects us to do for the spiritual elevation of our own. He says that as in the case of every day life, a goal is necessary in spiritual life also. He wants us first to fix our goal. He has adopted complete one-ness with God as the goal of "Sahaj Marg". Having fixed our goal, he wants us to create intense desire in our hearts to achieve that goal. This desire when developed fully, an inner urge is created and it begins surging out of our hearts. We become restless and are in search of a guide or a Guru, who would take us to our goal. He gives us the caution that the Guru we select should be a person of highest calibre, who has himself attained that high state of perfection or one-ness with God and is abiding in it. He should also be able to draw power from Nature itself and transmit the same into the hearts of the abyasis. The question arises; how to select such a Guru! When the inner urge of a man is full to the brim, the real Guru comes to his door. This I think is true in our cases. In my case, my mind, which refused to take any one as a Guru for some reason or other, completely lost all its powers of reasoning and in fact I lost my consciousness ever, when our Master first came to my house and I prostrated before him. I regained my consciousness only when he helped me to stand again by touching my shoulders. That touch I can never forget in my life. This may be the experience of so many of us I am sure. To us, who have already wedded ourselves to the principles of "Sahaj Marg" and have adopted, "Sri Ramchandra ji" as our Master, there

is no longer the problem of selecting a Guru–God has given us a real Guru. Our Master says that after selecting a Guru attach yourseif to him, meditate on him and try to have a constant remembrance of him, give yourself up to him by surrendering all that you pssess. Try to forget thyself instead of trying to know thyself. Merge in him completely. Then you will have no thought of yourselves, except the thought of the Master. Practically you become a living dead. All the activities of this world would have no effect on you. How far we succeed in this, depends on our own efforts".

Let us make a search within our hearts as to whether we have made ourselves fit, and try to follow the life and teachings of our great Master. He is ready and is sure to take us to our goal. Let us pray to our Master to give us the power, light and grace, and lead us to Reality.

"WE & GOD"

(Shri K. V. Abhyakumar, Bangalore)

During the discussions with my Revered brother Shri M.D. Jahangirdar, Preceptor of Channapatna centre, he has remarked that "we should learn to live in God and not to make God live in us."

It is true, and I felt it to be so, because we have adhered to the Idol worship and Rituals, there–by limiting God, only to the extent of the temples or to the congested rooms provided in our homes, eventhough everybody including scriptures say that God is every--where and all powerful, which is only a type of lip sympathy and not a whole–hearted experience. Normally one feels the presence of Gods (ie., only pictures or Idols and images) only in temples or pujarooms, whenever they hear the name of God, making him to live in one's limitations.

Ofcourse, this is neceseary only for the preliminary preparations, and there must be a time to know the extent of God, provided one is really a seeker of Reality. When we say God is all powerful and all pervasive, why should we limit Him in a narrow way. It shows our incapability of knowing Him. As such, we should try to broaden our vision to know him as He is ! And the "paths" limiting the God in the way of Realisation should not be followed by a real seeker of Reality.

After knowing Him, that He is all powerful, all pervasive etc. there is no necessity of Idol worship or Rituals etc. Instead, we should make our hearts as Temples of God, since He is all pervasive. There–by, we will have to cultivate universal brotherhood, loving each other. When we start feeling His all pervasiveness by constant remembrance of Him, we start, rightly to say, living in the Kingdom of God or living in God.

At this juncture, it may not be wrong on my part to quote My Masters' Message delivered at Bangalore centre during his

recent visit. He said: "I remained very happy in your company. When all of my associates gather at one place, for me, it becomes a temple. It is necessary that every one should make his heart a temple for God. I am happy that all of you follow the meditation prescribed, but there are a few who remain non-attached after the meditation is over. Remaining in the light of sun, they forget Him and remember themselves throughout It is their duty to shape themselves for the Divine purpose. At the outset, if they proceed with the thought, that this is our Mission and our God, then they will be helped much in His remembrance."

Our next release

VOICE REAL

by

Sri Ram Chandraji

Price Rs. 12-00

The book will be available during Basant Utsav.

सहज-मार्ग

श्री रामचन्द्रजी, अध्यक्ष श्री रामचन्द्र मिशन

(१६-६-६६ को तिनसुकिया आसाम में दिया गया भाषण)

बड़े-बड़े महात्मा और सन्त इत्तफाक से नहीं आ जाते बल्कि ये उस समय पर आते हैं, जब दुनिया को बहुत ज्यादा उनकी जरूरत होती है। जिस वक्त अन्धकार छा जाता है यानि कि जहरीला माद्दा विचारों के द्वारा वहाँ आसमान में समा जाता है, उस वक्त उसकी सफाई की बेहद जरूरत होती है। वरना परिवर्तन किसी हालत में नहीं हो सकता।

चुनांचे ऐसा वक्त था जब समर्थ गुरु श्री रामचन्द्र जी महाराज फतेहगढ़ निवासी ऐसे समय पर आये, जब उनकी बेहद जरूरत थी। उन्होंने वो-वो काम किये ऐसी-ऐसी (रीसर्च) दी हैं कि लोग आगे चलकर सोचेंगे तो दंग रह जायेंगे। सबसे पहली बात उन्होंने यह बतलायी है कि Transformation या टेन्डेसियो को अच्छा कर देना सिर्फ दैवी चेतनता ही कर सकती है, परामानसिक (Superamental) नहीं कर सकता। हालांकि श्री अरविन्दजी इसकी कोशिश ही करते रहे कि हम Superamental किसी तरह जमीन पर पहुंचा दे, मगर वो कामयाब नहीं हुये। यही एक चीज है जिसे दिव्य चेतनता कहते हैं। इसी से आदमी बदल सकता है और पूरे तौर पर Transformation हो सकता हैं।

इसके आगे उन्होने यह बात बतायी हैं कि अगर मोक्ष किसी तरह लोगों को हासिल करना है तो सिवाय योग के और कोई चीज नहीं हो सकती। योग के माने सिर्फ यही होते हैं कि अपनी मानवीय चेतनता को दिव्य चेतनता से जोड़ दे। बस इसी को योग कहते हैं। अफसोस यह है कि हमारे यहाँ पूजा करने वाले तो बहुत से लोग हैं और करते भी है मगर किसी ने आज तक यह नहीं सोचा कि क्या वे उससे जुड़ भी गये हैं। बल्कि मेरा तो यह ख्याल है कि वे उससे अलहदा ही होते चले जाते हैं। यह एक अफसोस की और बिगड़े हुये जमाने की बात है। यह भी लोगों का अनुभव है तीस-तीस वर्ष तक बराबर पूजा करते रहे, उसमें वे सब पूजायें शामिल हैं, जिसमें कि मूर्ति पूजन और जप भी शामिल हैं। मगर मेरे पास ऐसे बहुत से लोग आये हैं और उन्होंने यही कहा कि तीस वर्ष की पूजा की मेहनत के बाद भी हम तीस सेकण्ड तक दिमाग को शान्त नहीं रख सके। मगर फिर भी उसे करते जा रहे हैं यह बिगड़े हुये जमाने की बात है।

जब किसी पर ग्रदबाज या जिग्राब या Downfall होता है तो सबसे पहले विवेक शक्ति बिगड़ जाती है। उसके बाद उसमें खौफ पैदा होता है। जहां ये चीजे पैदा हो वहां बिलकुल तहस नहस हो जाता है। ये चीज हममें काफी तौर पर ग्रा चुकी है, ग्रब परिवर्तन की जरूरत है। ग्रफसोस यह है कि कहते भी हैं सुनते भी हैं। मगर यह बात उनके दिल में पैदा नहीं हुई उसे छोड़े या न छोड़े। ग्रादत या Tendency उनकी ऐसी हो गयी कि उन्हें छोड़ते हुये यह ख्याल पैदा होता है कि हमारे बच्चों को या किसी को नुकसान न पहुँच जाये। यह उनका खुद पैदा किया हुग्रा है कोई दिव्य ख्याल नहीं है।

जमाना जरूर ऐसा ग्रा रहा है कि रफ्ता-रफ्ता लोग इसी योग साधना पर ग्रायेंगे ग्रौर इसी चीज को ग्रपनायेंगे जिसे सहज मार्ग पद्धति कहा गया है।

ग्रब मैं ग्रापको थोड़ी सी सहज मार्ग पद्धति की विशेषता बतलाता हूं। ये तो मैंने कहा है कि ये Divinity ही ग्रादमी को बदल सकती है ग्रौर दुनियाँ में कोई चीज नहीं कर सकती। ग्रब ये Divinity हम पैदा किस तरह करें। इसका सबसे पहला तरीका ये है कि ग्रगर किसी के हाथ हाथ में प्राणाहुति शक्ति हैतो इसको वो इस्तेमाल करे ग्रौर वो ग्रादमी ऐसे ग्रादमी के पास जाये जो ग्रपनी ताकत से ग्रपनी प्राणाहुति शक्ति द्वारा उस ग्रादमी को बदलने की कोशिश करे। दूसरा तरीका यह है कि Divinity हम ग्रर्ध चेतन मानस में वो ख्याल वो विचार ले ले, जो इसको जोड़ने के लिए या योग में परिणीत करने के लिए जरूरत है। इतना गहरा ख्याल हम ग्रर्धचेतन मानस में वना लें कि दूसरा ख्याल ही न रहे। यह तरीका तो उनका है जो उनके करने का है

ग्रब इसके बाद इससे क्या फायदा होता है। हम लोग दिल पर ध्यान देते हैं, दिल पर ध्यान देने का मतलब यह है कि यह एक केन्द्र है। केन्द्र कहते हैं middle portion को। फूल में केन्द्र होता है। हर चीज में केन्द्र होता है ग्रौर यह उसकी life होती है। लिहाजा हमारी life सिर्फ़ हृदय है। हम हृदय पर ही साधना इसलिए करते हैं कि हमारे में जो कुछ भी ग्रच्छी बातें पैदा हो रही हैं वो सब खून में प्रवेश कर जाँय ताकि जब खून का दौरा हो तो उसी हालत में उसका सब ग्रसर ले लो। उसका यह नतीजा होता है कि हमारी सारी प्रणाली में दैवीकरण होता चलता है।

इसके बाद करते करते इसमें तीन चार हालतें ऐसी तबदील होती है। मैंने इसको ईश्वर दर्शन की हालत बतलायी है। यह पता चलता है कि हर चीज में एक कम्पन है ग्रौर उसे हम दिव्य कम्पन कहते हैं। हर चीज में दिव्यता

मौजूद है। उसमें एक ग्रजीब सी, एक ग्रचम्भे की हालत ग्रादमी में पैदा होती है। उसके बाद इससे ग्रौर ऊँची हालत पैदा होती है। जो उस वक्त सिर्फ ग्रर्ध चेतन मानस में यह ख्याल मौजूद रहता है। मगर इसका भास कम रहता है। इसी तरीके से हालते तबदील होती जाती है। ग्राखिर पर हम चक्र द्वारा चलते हुये, उनकी सब हालतों को ग्रपनाते हुए उसमें लय ग्रवस्था को प्राप्त करते हुये उस हालत तक पहुंच जाते हैं जहां दिव्यता का भास रह जाता है। उसके सिवाय ग्रौर कुछ नहीं है माया का भी ग्रभाव है। उस क्षेत्र में पहुँच जाते हैं जहाँ माया का हम पर कोई ग्रसर नहीं होता। Divine ग्रौर Divinity हमारे शरीर में प्रवेश करना चला जाता है ग्रौर एक तरीके का Divinization करते चले जाते हैं। जब इन सबको पार कर लेने के बाद जिस वक्त हम ग्रसलियत में पहुंचते हैं उस समय भी दो तीन हालतें होती है। Divine Vibrations तो हर जगह मौजूद ही है। मगर जितनी ग्रागे चलते जाते हैं उतना धीरे होते जाते हैं Divine wisdom, Divine action ग्रौर Vision of absolute ये सब चीजें पैदा होती हैं। जब इसको पार कर लेते हैं तो उस लय ग्रवस्था की हालत पैदा होती है जिसको ब्रम्ह लीनता कहते हैं। उसको पार करने के बाद ग्रागे कुछ ग्रौर भी है, जिसको ग्रब बताना वेकार है।

१– भली भई जो गुरू मिले, नातर होती हान।
दीपक ज्योति पतंग ज्यों, परता ग्राय निदान॥

२– कबीर ते नर ग्रंध हैं, गुरू को कहते ग्रौर।
हरि के रूठे ठौर है, गुरू रूठे नहिं ठौर॥

३– गुरू सों ज्ञान जो लीजिये, शीस दीजिये दान।
बहुतक भोंदू बहि गये, राखि जीव ग्रभिमान॥

संत कबीर

चाँद, आदमी और मिशन

(प्रो० सुरेशचन्द्र, एम०ए०, श्रीनगर गढ़वाल)

आदमी चाँद से जाकर लौट आया है। सारी मनुष्य जाति में एक नया जोश और नई उमंग है। भौतिक विज्ञान ने एक नई विजय पाई है। हजारों मील प्रति घंटे की रफतार ।।

इतना ही नहीं आगे, और आगे ! आज चाँद, कल मंगल परसों शुक्र। ब्रह्माण्ड की सीमाहीन गहराई में मनुष्य झींगुर की मूछों की तरह अपनी जिज्ञासा बढ़ाता चला जा रहा है।

अपोलो-११ जिसपर आदमी चाँद पर गया था कोई सस्ता सौदा नहीं था। इस पर ७००,०००,०००० (सात अरब रुपए) खर्च हुए थे। इसप्रकार साल में तीन बार चाँद पर आदमी जायेंगे यानी २१ अरब रुपए प्रतिवर्ष चन्द्रलोक की यात्रा पर व्यय हुआ करेगा। जिसदिन अपोलो ११ चन्द्रमा की तरफ उड़ा था उसीदिन लाखों अमेरिकावासी लोगों ने प्रदर्शन किया था—हम भूखें हैं, नंगे हैं—हमें रोटी दो, हमें कपड़ा दो, न्याय दो।

मंगल ग्रह की खोज का खर्च छोड़िए, सिर्फ चन्द्रलोक की यात्रा पर हरसाल इक्कीस अरब रुपए खर्च करने वाले देश अमेरिका में अभी एक पुस्तक प्रकाशित हुई है जिसका साराशं है-पास खड़े होकर देखने वाले की मनोवृत्ति (The psychrlogy of the by stander) इस पुस्तक में ऐसे सैकड़ों उदाहरण मौजूद हैं जिसमें किसी महिला पर अत्याचार होता रहता है और लोग खड़े देखते रहते हैं, कोई चोट खाकर गिरकर बेहोश हो जाता है और कोई सहायता के लिये आगे नहीं बढ़ता। इसका विश्लेषण करते हुए लेखक ने कहा कि लोग अपने को नितान्त अकेला और असुरक्षित पाते हैं। जिस समाज व्यवस्था ने विज्ञान के क्षेत्र में इतनी उन्नति की है उसमें एक मानव अपने को कितना असहाय पाता है।

कपोल कल्पना, मनगढन्त कथाएं-मिथ (Myth) कह कर विदेशियों ने अपने देश के जिस पौराणिक साहित्य की उपेक्षा करवा दी है उसमें आसुरी-राक्षसी सभ्यता के प्रचुर वर्णन मिलते हैं। एक तरफ तो सोने की लंका दूसरी तरफ ऋषियों की हड्डियों के ढेर। एक ओर इन्द्र को हराने वाले बेटे तो दूसरी ओर समस्त ज्ञान को तिलाञ्जिलि देकर शरीर भोग की प्रधानता सारी तपस्या,—आध्यात्मिकता की पूंजी लेकर तपस्वी जीवन और आध्यात्मिक मूल्यों और व्यवस्था को नष्ट भ्रष्ट करने की तत्परता— यही आसुरी, राक्षसी सभ्यता का

लक्षण है।

इसका नतीजा है— विनाश ! कुछ लोगों को बाबू जी की पुस्तक –सत्य का उदय– में "मेरी भविष्य दृष्टि" नामक पाठ अस्वाभाविक सा लगा था लेकिन बारीक नजर से देखने पर उसमें लिखा हुआ सभी कुछ समझ में आजाता है। एक पंख से कोई चिड़िया कहाँ तक उड़ेगी ? केवल भौतिक वाद–विज्ञान की सीमातीत सम्भावनाएं और उसकी जड़ में मनुष्य का बिगड़ा हुआ ढांचा कोई मजबूत, टिकाऊ दीवार नहीं बना सकते।

बाबूजी साहब तो स्पष्ट कहते हैं कि जिस प्रकार अकेला भौतिकवाद नहीं चल सकता उसी प्रकार कोरा आध्यात्म भी जीवित नहीं रह सकता। आध्यात्म के बिना भौतिक विज्ञान केवल स्थूलता की ओर लेजायेगा और भौतिकता के बिना आध्यात्म दिवा स्वप्न (Day dreaming) मात्र रह जाएगा। इसलिए जिस मात्रा में में भौतिक विज्ञान की उन्नति हो रही है उसी मात्रा में अध्यात्म विज्ञान की भी उन्नति की जरूरत है।

मैं आध्यात्म विज्ञान जानबूझ कर लिख रहा हूँ। यह मिलावट का (adulteration) का युग है। किसी वस्तु की सच्चाई जानने का वैज्ञानिक तरीका परख अनुभव (experience) है। श्री बाबू जी महाराज की खुली चुनौती है कि जो अध्यात्म अनुभव की कसौटी पर खरा न उतर सके उसे स्वीकार नहीं करना चाहिए। शब्द जाल और व्याख्या के आधार पर दर्शन शास्त्रों की कमी नहीं किन्तु प्रयोग की कसौटी पर खरा उतरने वाला रास्ता कौन है ? कपड़ों को रंग कर, कान फूंक कर लाउडस्पीकर लगाकर फिल्मीधुनों पर भगवान का नाम कीर्तन करने वाले बहुत हैं किन्तु सादे कपड़ों में, बाल बच्चों का पालन पोषण करते हुए समाज और राष्ट्र के दायित्व निभाने वाले आध्यात्मिकता के क्षेत्र में बढ़े हुए कितने है ? इसीलिए आज आध्यात्मिकता का असल रूप देखने को नहीं मिलता है।

अनुभव की कसौटी पर खरा उतरने वाला मानव जीवन के भौतिक तथा आध्यात्मिक पक्षों को एक साथ ले चलने वाला सर्वांगपूर्ण जीवन दर्शन यदि आज कोई है तो वह है प्राणाहुति पर आधारित सहज मार्ग। यहां कोई स्वार्थ नहीं, कोई चीज छिपाने की नहीं। पूज्य बाबू जी सदैव कहते हैं कि आप इसे माने या न माने लेकिन एक बार इसे आजमा कर तो देखिये— (follow it or not, but atleast give it a far trial.)

जितनी तेजी से आदमी भौतिकता के क्षेत्र में बढ़ा चला जारहा है, उड़ा चला जा रहा है उतनी ही तेजी से अगर उसमें आध्यात्मिकता का संचार न हुआ तो वही नतीजा होगा जो जटायु के भाई सम्पाति का हुआ था यानी पंख जल

जायेंगे। और वापस पृथ्वी पर गिर जाना पड़ेगा। हम मानव समाज के ऋणी हैं और यह ऋण तभी चुक सकेगा जब हम मानव समाज के दोनों पक्षों को मजबूत करके उसे विनाश से बचाएं। इसलिए हमारा यह कर्तव्य हो जाता है कि हम मिशन को पूज्य बाबू जी के शब्दों में (Wild fire) जंगल की आग की तरह फ़ैलाएं। जब हम सत्य की ठोस भूमि पर खड़े हैं तो डर किस बात का। हमें तो साफ और सशक्त आवाज से कहना है— भाई सुनो, हमने अमृत का सिन्धु पा लिया है, सहज मार्ग उसका रास्ता है। यदि तुम्हें इसी जीवन में अमृत का पान करना है तो आओ दूसरा कोई रास्ता नहीं— नान्यः पन्था विद्यतेऽयनाय।"

गजल

(हरिशचन्द्र "हरिश" शाहाबादी)

जिला पर जिला कर हुकुम है तुम्हारा, उतर आये गा नूर दिल में खुदारा।
तेरा नाम रोशन है लाला फतेहगढ़, चमकता फलक पर हैं ज्यूँ चान्द तारा॥
विना तुमने डाली है मार्ग सहज की, चला इस पे जो भी मिला है किनारा।
जरूरत समझ कर तुम्हें इस जहाँ में, जमी पर था कुदरत ने तुम को उतारा॥
तेरी "सहज मारग" से मंजिल पे पहुंचा, नहीं अक्ल का है जहाँ पर गुजार।
गई घूम जिस पे नजर थी तुम्हारी, बिना कुछ किये बन गया काम सारा॥
मिली खल्क को तुझ से है रहनुमाई, तथा मुल्क का सच्चा रहबर हमारा।
थे हर दिल अजीज और खुश दिल भी इतने, न सानी कोई था जमी पर तुम्हारा॥
कटी उम्र खिदमत में खलके खुदा, यही जिन्दगी का था मफहूम सारा।
गरीबों के सच्चे पुजारी तुम्ही थे, लुटा सब दिया जितना धन था तुम्हारा॥
गरज हर तरफ से यह आवाज आई, मिला हम को समरथ गुरु है हमारा।
विरासत में ऐसा हंसी फूल छोड़ा, मोअत्तर किया जिसने गुलशन हमारा॥
लिया तेरे चरणों में आकर ठिकाना।
बहुत दिन फिरा तू "हरिश" मारा मारा॥

आराधना के उपादान

हरिदत्तसिंह रीडर एवं अध्यक्ष हिन्दी विभाग, युवराजदत्त स्नातकोत्तर महाविद्यालय लखीमपुर–खीरी

देवत्व–प्राप्ति की आकांक्षा मनुष्य में अनादि काल से रही है। अनेक प्रकार के विधि विधानों एवं अनुष्ठानों के द्वारा वह ईश्वरत्व पाने का प्रयास करता आया है। संसार के समस्त प्राणी शान्ति और आनन्द की खोज में रहते हैं किन्तु कोई भी व्यक्ति स्थायी शान्ति और आनन्द को उस समय तक प्राप्त नहीं कर सकता जब तक कि वह आनन्द की तलाश बाह्य विषयों में करता रहता है। इस पंच–भौतिक संसार में आनन्द कहीं नहीं है। जब तक मनुष्य की दृष्टि बाहर के विषयों पर लगी रहती है तब तक वह दुखी ही बना रहता है। सांसारिक विषयों को त्यागकर जब वह स्वरूपास्थिति (शून्य की दशा) को प्राप्त कर लेता है तभी वह पूर्ण सुखी हो सकता है।

विषयों का भोग कभी भी सुख देने वाला नहीं, वह तो दूर से देखने भर को अच्छा लगता है और क्षण भर में क्षीण हो जाता है। संसार के सभी सुखों की आशाओं का अन्त दुख में ही होता है। भाव का अन्त अभाव में, सौंदर्य का अन्त कुरूपता में सुख का पर्यवसान दुख में होता है। विषय जीवन के अन्त तक दुख देते हैं। इसीलिए तत्व द्रष्टा ऋषियों ने कहा है " संसार तो दुखों की अन्तिम सीमा है. उसमें पड़कर (संलिप्त रहकर) सुख कैसे प्राप्त हो सकता है?

संसार एव दुःखानां सीमान्त इति कथ्यते।
तन्मध्ये पतिते देहे सुखमासदयते कथम्॥ (यो० व)

अतएव आत्मानुभाव (*Negation*) ही हमारा अन्तिम पद है, वही हमारी अन्तिम शान्त गति है, वही हमारा परम नित्य और कल्याणमय श्रेय है। उसमें विश्राम पाकर फिर हमको भ्रम में नहीं पड़ना पड़ता। इस पदवी को प्राप्त करके प्राणी दृश्य जगत के समस्त भेदों से परे हो जाता है। जागतिक प्रपंच उसका संस्पर्श नहीं कर सकते। आध्यात्म की इस उच्च दशा को प्राप्त करने की दिशा में विराट प्रयत्न किये गये हैं। अनादि काल से मनुष्य का स्वभाव 'प्रयत्न राघव' की ओर रहा है। कम से कम आयास और अल्पतम समय में वह अपने अभीष्ट को पाने की खोज में रहा है। आराधना की वही पद्धति सबको ग्राह्य हो सकी है जो सुगम और सरल होने के साथ ही साथ सांसारिक जीवन की विरोधी न हो।

अत: इस दृष्टि से 'श्री रामचन्द्र मिशन' द्वारा प्रवर्तित आराधना प्रणाली 'सहज-मार्ग' से आध्यात्मिक साधना के इतिहास में एक नये युग का आरम्भ समझना समीचीन होगा। यह साधना पद्धति, प्रकृत रूप में, साधक के आन्तरिक अवरोधों को दूर कर, उदात्तीकरण (*Sublimation*) की प्रक्रिया द्वारा उसे अमृत तत्त्व पाने का अधिकारी बना देती है। पूजा के क्रम में ब्रह्म के दिव्य गुणों को ग्रहण करते हुये साधक विभुत्व का अनुभव करने लग जाता है और उसका सीमा भाव हट जाता है। समर्थ गुरू 'प्राणाहुति' द्वारा, प्रसुप्तावस्था में पड़े हुये साधक के शक्ति केन्द्रों को जागृत कर देता है और उसके रोम रोम 'परम तत्व' से भर कर जगमगा उठते हैं। शरीर और चेतना का कण कण उस परम तेजमय ईश्वरीय धारा से ओत प्रोत हो उठता है। साधक की गति अत्यन्त तीव्र हो जाती है और वह दिव्य आध्यात्मिक दशाओं के स्तरों को पार करता हुआ असीम में डुबकियाँ लगाने लग जाता है।

राजयोग पर आधारित इस वैज्ञानिक साधना प्रणाली की प्रक्रिया के कई रूप हमारे सामने आते हैं। साधक की सबसे पहली अवस्था वह है जब उसके भव विव्हल हृदय में शाश्वत शान्ति के लिए, सत्य को पाने की दृढ इच्छा का अभ्युदय होता है। "सत्य को पाने की दृढ़ इच्छा का मतलब यही है कि हम आत्म-साक्षात्कार के विचार के प्रति आन्तरिक रूप से जग उठे हैं।" (सत्य का उदय) जब हम साक्षात्कार को अपना प्रमुख उद्देश्य मानने लगते हैं तो फ़िर अपने आप इसके लिए हमारे अन्दर तीव्र इच्छा उत्पन्न हो जाती है और हमें ईश्वर का ध्यान बार बार आता रहता है। ईश्वर के स्मरण मात्र से मन के असंख्य दोष दूर होने लग जाते हैं और हमारा मन निर्मल हो जाता है। हम वास्तविकता के सतत् सम्पर्क में रहने लग जाते हैं और आध्यात्मिक उन्नति के लिए परमावश्यकीय तत्वों के लिए हमारी प्रकृति अत्यन्त ग्रहणशील बन जाती है। किसी वस्तु की तीव्र अभिलाषा स्वभावत: उसके लिए हमारे अन्दर अस्थिरता उत्पन्न कर देती है और जब तक हम अपने अभीष्ट लक्ष्य को प्राप्त न कर लें हमको चैन नहीं मिलती है। अतएव शाश्वत शान्ति प्राप्त करने के लिए, प्रारम्भिक अवस्था में हम अपने अन्दर उत्कण्ठा और अस्थिरता उत्पन्न करते हैं। उत्कण्ठा से हमारा आशय यह है कि उक्त कार्य्य के करने में विलम्ब न सहकर उसे चटपट करने की अभिलाष करते हैं। उत्कण्ठा तथा लक्ष्य को शीघ्राति शीघ्र पाने की सतत आतुरता, हमारी सफलता में असाधारण योग देने वाले, प्रमुख तत्व है। इनसे हमारे प्रयत्नों को बड़ा बल और वेग मिलता है। हमारी तड़प

मंजिल को नजदीक ला देती है। साधना की इस आरम्भिक दशा में ही साधक अन्दर से पुष्ट होकर, कृपण के धन के समान, पीड़ा बेचैनी को संजोता हुआ लक्ष्य की ओर तीव्र गति से अग्रसर होने लगता है। हमारी शक्तिशाली स्थायी इच्छा, पूर्ण सफलता पाने में कभी भी असफल नहीं होती है। हमारे दृढ़ और अटूट निश्चय के सामने कठिनाइयाँ ठहर नहीं पाती हैं। हम उमंग, ओज, उत्साह तथा साहस और धैर्य के साथ लक्ष्य की ओर वेग के साथ बढ़ने लग जाते हैं।

साधक की प्रथम अवस्था में ही, इष्ट के प्रति प्रेम का संचार होने लग जाता है। किसी वस्तु की इच्छा, उसके प्रति अनुरक्ति की शरण बन जाती है। हमारा हृदय दिव्य प्रेम से ओत प्रोत हो उठता है। साधना में प्रेम का अतुलनीय महत्व होता है। महाकवि तथा प्रसिद्ध सूफी साधक जायसी ने लिखा है —
'मानुस प्रेम भयहु बैकुण्ठी, नाहित राह क्षार एक मूठी ।।

प्रेम के कारण ही मनुष्य दिव्य बन गया वरना एक मुट्ठी भर खाक का क्या महत्व था। इस प्रेम तत्व के द्वारा जीव ब्रह्म के साथ अद्वय-स्थिति प्राप्त कर लेता है। उसकी भावात्मक सत्ता का ब्रम्ह में लोप हो जाता है। इसी बात को लक्ष्य करके श्रेष्ठ सूफी साधक जायसी ने लिखा है—
प्रेम पंथ जो पहुँचै पारा। बहुरि न मिलै आइ एहि छारा ।।
तेहिरे, पंथ हम चाहिं गवना। होंहु संजूत बहुरि नहिं अवना ।।

इस प्रकार साधक साध्य के साथ 'संयुक्त' दशा प्राप्त कर लेता है। सतत् स्मरण से भी ईश्वर के प्रति प्रेम उत्पन्न हो जाता है और साधक प्रभु का निरन्तर साहचर्य, सान्निदय चाहने लग जाता है। प्रेम की पीर विलक्षण होती है। वह जीव को जगा देती है। उसका 'अहं' भाव हटने लग जाता है। प्रेम की इसी उच्च अवस्था की चर्चा सन्त कबीर ने मर्म स्पर्शी शब्दों में की है —

मन-पंछी तब लगि उड़ै विषय वासना माहिं।
प्रेम—बाज की झपट में जब लगि आयो नाहिं ।। (कबीर)

प्रेम के संचार से मन का उदान्त रूप हो जाता है —
पहले यह मन काग था, करता जीवन —घात।
अब तो मन हंसा भया, मोती चुग-चुग खात ।।

वह प्रेम साधना धन्य है जो साधक को तद्रूपता प्रदान करती है। महात्मा कबीर की निम्नांकित पंक्तियाँ साधक की उस दशा का निरूपण करती हैं जिसमें कि 'अहं' का लोप हो जाता है और वह ब्राम्ही दशा प्राप्त कर लेता है -

जब मैं था, तब हरि नहीं, अब हरि हैं हम नाहिं।
प्रेम—गली अति साँकरी, तामें दो न समाहिं ।।

यह गली सचमुच इतनी तंग है कि इस पर खुदी से खाली होकर ही कोई जा सकता है। अतः अनन्य प्रेम जीव को समस्त भेदों से परे ले जाता है। सहज-मार्ग-साधना का मुख्य तत्व है प्रेम सतत् स्मरण प्रभु के प्रति हमारे प्रेम को उद्दीप्त करता रहता है। इसलिए संतत् स्मरण हमारी आराधना का अनिवार्य अंग है।

"वास्तविकता की प्राप्ति में सफलता पाने के लिए सबसे महत्वपूर्ण गुण अपनी योग्यता और शक्ति में विश्वास है" (सत्य का उदय)

आत्म-विश्वास के बिना संसार में सफलता स्वप्न बनकर रह जाती है। किसी के मन में एक क्षण के लिये भी यह भाव नहीं आना चाहिये कि वह साधना की उच्चतम अवस्था पाने के अयोग्य है। साधक में अपनी असामर्थ्य की यह हीन भावना उसके लिए अत्यन्त घातक सिद्ध होती है। इससे उसकी अनन्त शक्तियाँ कुंठित हो जाती हैं। उत्साह, उमंग, ओज तथा अन्तर की तेजस्विता सभी मन्द पड़ जाते हैं। अतएव पूरे विश्वास और भरोसे के साथ हमको वास्तविकता के पथ पर बढ़ते जाना चाहिए। उत्साह हीनता तथा निराशा में हमारी इच्छा शक्ति को दुर्बल बना देती है। हमारी दृढता छिन्न भिन्न हो जाती है। इसलिए किसी भी स्तर पर, अपने मानस को, इन विषों से हमको विषाक्त नहीं होने देना चाहिये। सच्चे रण बाँकुरों की तरह कठिनाइयों और बाधाओं से जूझते हुये, अटूट साहस, धैर्य, लगन विश्वास और पराक्रम के साथ आध्यात्मिक पथ पर बढ़ते रहना चाहिये। निश्चय ही हम विजय लाभ करेंगे।

आध्यात्मिक जीवन का अन्य महत्व पूर्ण उपादान है गुरू के प्रति श्रद्धा और विश्वास। उच्चकोटि की आध्यात्मिक दशाओं की प्राप्ति के लिये योग्य एवं समर्थ गुरू की सहायता परमावश्यक है। वह एक ऐसा माध्यम है जिसके द्वारा साधक को दैवी प्रेरणा मिलती है। वह अनन्त को देखने के लिए अन्तर चक्षु उन्मीलित कर देता है। श्रेष्ठ सन्त कबीर की सत्य से परिपूर्ण मर्म- स्पर्शी एक उक्ति देखिए —

सतगुरू की महिमा अनंत, अनंत किया उपगार।
लोचन अनंत उघाड़िया, अनंत दिखावण हार॥

साधना के पथ पर बढ़ते हुए सत्यानुवेषियों के लिए गुरूकी सहायता अनिवार्य और अपरिहार्य है। उसी के सहारे हम ईश्वर को पा सकते हैं। वह हमें रास्ते की उलझनों से बचाता हुआ ले चल सकता है। साधक और साध्य अथवा व्यक्ति और ईश्वर को जोड़ने वाली कड़ी गुरू ही है। योग्य पथ प्रदर्शक ही हमें साक्षात्कार के पथ पर सफलता पूर्वक ले जा सकता है क्योंकि आध्यात्मिक यात्रा में हमें विभिन्न केन्द्रों से होकर गुजरना पड़ता है जहाँ अवरोधों के जाल बिछे होते हैं। अपरिपक्व तथा आत्मानुभव से हीन गुरू शिष्य के पतन का कारण बन

जाते हैं। क्रांतिदर्शी कबीर ने ऐसे गुरुओं के विषय में सावधान किया है —

जाका गुरू भी अन्धला चेला खरा निरंध।
अंधे अंधा ठेलिया दन्यूं कूप पड़न्त॥

किसी अयोग्य व्यक्ति को गुरू बनाने से अच्छा है कि सारे जीवन बिना गुरू के ही रहा जाये।

योग्य गुरू के प्राप्त हो जाने पर, हम उसके प्रति, एक आन्तरिक आकर्षण महसूस करेंगे। उसके असामान्य गुणों तथा अलौकिक महत्व के प्रति हमारे अन्दर पूज्य बुद्धि का संचार होने लग जायेगा और हमारे हृदय में एक स्थायी आनन्द पद्धति स्थापित हो जायेगी हम उसके दर्शन से प्राण-पुलक का अनुभव करेंगे। हमारा हृदय उनके दिव्य गुणों के स्मरण मात्र से, प्रेम आदर, सम्मान, पूजा अर्चना और वन्दना के भाव से भर जायेगा। गुरू की असीम-शक्ति -सत्ता का भाव हृदय में दृढ़ हो जायेगा और हम विवेक पूर्ण अटल विश्वास के साथ सद्गति के पथ पर गुरु-कृपा का अवलम्ब लिए हुये बढ़ने लग जाते है।

"वास्तविक विश्वास एक अवर्णनीय गुण है जो धर्म की सीमा से परे है। यह वह अदम्य साहस है जो हमें सफलता की ओर ले जाता है। यह वह महान शक्ति है जो हमारा पथ प्रशस्त करती है। यथार्थ में यही एक वस्तु है जिससे हमारे जीवन की समस्याओं का समाधान हो जाता है"। (सत्य का उदय)

प्रेम और भक्ति के योग का नाम श्रद्धा है। श्रद्धा कोई अन्धा सौदा नहीं है। यह हृदय की वह सात्विक विभूति है जो श्रद्धेय के दिव्य गुणों, तथा उनके लोक मंगलकारी सत्कार्यों के फल स्वरूप साधक के पवित्र हृदय में उत्पन्न होती हैं। यह हमारे हृदय की ऐसी सात्विक दशा है जो आध्यात्मिक विकास में बहुत अधिक सहायक होती है क्योंकि इसमें हम गुरू की महानीयता को अपने हृदय में उन्मुक्त भाव से धारण करते हैं। 'आध्यात्मिकता के पूरे महल की नींव ही श्रद्धा है।" (सत्य का उदय)

श्रद्धा और विश्वास का महत्व, साधना की दृष्टि से कितना है निम्नांकित वाक्य से यह और अधिक स्पष्ट हो जाता है —

"सच्चे अर्थों में विश्वास और श्रद्धा मरणशील को अमर से जोड़ने वाली सजीव कड़ी है।" (सत्य का उदय)

सौम्यता मनुष्य की, आध्यात्मिक खोज में अत्यधिक सहायक तत्व है। इसका आशय है कि हमारी चित्तवृत्तियों की सन्तुलित दशा। उचित मानसिक सन्तुलन के बिना वास्तविकता की खोज किसीभी तरह सम्भव नहीं है। सन्तुलन प्रकृतिका स्वाभाविक गुण है। "यदि हम पूर्ण सौम्यता पा लें तो हम प्रकृति के अनुरूप हो जायेंगे और आध्यात्मिकता का यही सार है।

अन्त में हमारी आराधना का सबसे महत्वपूर्ण और अमोघ उपादान है प्रार्थना। 'यह ईश्वर से हमारा सम्बन्ध स्थापित कर देती है।" हम निश्छल और निशकपट हृदय से प्रभु के प्रति 'आत्मसमर्पण' करते हैं। सच्चे हृदय से की हुई प्रार्थना कभी भी निष्फल नहीं होती है। प्रेम और विनय में हृदय को पूरी तरह डुबा कर, पूर्ण तन्मयता के साथ, हमें सर्वशक्तिमान ईश्वर की प्रार्थना करनी चाहिए। प्रभु की अहैतुकी कृपा से ही हम अपने अन्तिम ध्येय तक पहुंच सकते हैं।

" भजन "

क्या सोवे गफलत के मारे, जागु जागु उठि जागु रे।
और तेरे कोई काम न आवे, गुरू चरनन उठि लागु रे॥
उत्तम चोला बना अमोला, लगत दाग पर दाग रे।
दुई दिन का गुजरान जगत में, जरत मोह की आग रे॥
तन सराय में जीव मुसाफिर, करता बहुत दिमाग रे।
रैन बसेरा कर ले डेरा, चलन सबेरा ताक रे॥
यह संसार विषय रस माते, देखो समुझि विचार रे।
मन भंवरा तजि विष के बन को, चलु बेगम के बाग रे॥
केचुलि करम लगाई चित में, हुआ मनुष्य तें नाग रे।
पैठा नाहिं समुझ सुख सागर, बिना प्रेम बैराग रे॥
साहिब भजै सो हंस कहावै, कामी क्रोधी काग रे।
कहें कबीर सुनो भाई साधो, प्रगटे पूरन भाग रे॥

मानव, उसकी मंजिल और रास्ता

(जगदीश प्रसाद गुप्त, सीतापुर)

[गतांक से आगे]

ईश्वर सरल है और उसको प्राप्त करने का मार्ग भी सरल है।

"God is simple and can be arrived at through simple means easily'

(पूज्य बाबूजी)

प्रचलित पद्धति के अनुसार ईश्वर को प्राप्त करने का साधन —वेद–शास्त्रों का पठन –पाठन, जप,-तप, यज्ञ, हवन, कीर्तन, मूर्तिपूजा आदि हैं। हम इन साधनों पर एक विहंगम दृष्टि डालें तो स्पष्ट होगा कि यह साधनायें बहिर्मुखी हैं। इनसे मानव के अन्तर पर सीधा प्रभाव नहीं पड़ता। पूजा बिना मन के परिवर्तन के यन्त्रवत चलती है जिससे व्यावहारिक जीवन पर भी कोई विशेष प्रभाव नहीं पड़ता है। केवल कुछ चरित्र में सुधार हो जाता है जिससे अच्छे कर्म करके अच्छा जन्म प्राप्त हो सकता है किन्तु आध्यात्मिक क्षेत्र में कोई प्रगति नहीं होती। यह साधन व्यक्ति के चेतन मन तक ही सीमित रहते हैं। उप चेतन मन पर कोई प्रभाव नहीं पड़ता। उपचेतन मन पर प्रभाव पड़े बिना व्यक्ति के व्यावहारिक जीवन में परिवर्तन सम्भव नहीं है। यदि परिवार में कोई रूग्ण है तो सभी कार्यों का सम्पादन करते हुये भी स्नेह पात्र रोगी की बीमारी का विचार बना रहता है। यह विचार व्यक्ति के उपचेतन मन में रहता है। चेतन मन से सभी कार्य किया जाता है। जिस स्थान पर बीमारी की याद बनी रहती है, यदि उसी स्थान पर ईश्वर की याद बैठ जाय तो चेतन मन से समस्त कार्य भी होता जाय और ईश्वर की याद भी बनी रहे।

हमारे शास्त्रों में ईश्वर को प्राप्त करने का एक मात्र साधन योग बताया गया है। योग की सिद्धि हेतु बताया जाता है कि हमें भौतिक संसार से बैराग्य लेकर वनस्थ होना चाहिए। यदि ईश्वर को यही स्वीकार था तो सभी को सन्यासी बना देता और कोई भी भौतिक सामग्री प्रस्तुत न करता। प्रत्येक व्यक्ति के लिये यह सम्भव नहीं कि वह इस समाज का स्थूल रूप से त्याग कर दे। ईश्वर ने हमें कुछ कर्तव्य प्रदान किये हैं। उन कर्तव्यों को हमें अपने परिवार के प्रति पालन ही करना पड़ेगा। परिवार के सदस्यों को दुखी करके छोड़कर चले जाना प्रदत्त कर्तव्यों से विमुख होना होगा। जब ईश्वर द्वारा रचित वस्तुओं से प्रेम नहीं तो फिर ईश्वर से प्रेम कैसे हो सकता है। सर्वप्रथम उसकी बनाई

वस्तुओं से ही प्रेम करना होगा और उन्हीं के द्वारा ईश्वरीय प्रेम प्राप्त करना होगा । पूज्य बाबूजी महाराज के अनुसार यह गृहस्थ जीवन ही अत्युत्तम आश्रम है जिसमें रहकर हम ईश्वर को प्राप्त कर सकते हैं । प्रश्न यह है कि योग और भोग दोनों साथ साथ कैसे चल सकता है । भौतिक सुख प्राप्त होने से ही हमें शान्ति प्राप्त नहीं होगी । इस विषय में सांख्य दर्शन कहता है :–

न भोगाद्राग शान्तिर्मुनिवते ।।

भोगों को पूर्ण रूप से भोगने से भी रोग की शान्ति नहीं होती जैसे सांभरि नाम वाले मुनि ने भोगों को खूब अच्छी तरह भोगा लेकिन उससे कुछ भी शाँति न मिली । और मृत्यु के समय उन महात्मा ने कहा कि

आमृत्युतोनेवमनोरथानामन्तोऽस्ति विज्ञातमिदं मयाद्य ।
मनोरथ सक्ति परस्थ चित्तं न जायते वै परमार्थ संगि ।।

(आज मुझको इस बात का पूर्ण निश्चय हो गया कि मृत्यु तक मनोरथों का अन्त नहीं है और जो चित्त मनोरथों में लगा हुआ है उसमें विज्ञान का उदय कभी नहीं होता ।)

उपनिषद में कथा का वर्णन मिलता है । कि एक बार महर्षि याज्ञबलक्य के एक शिष्य ने उनसे पूछा कि योग और भोग दोनों का सम्मिश्रण कैसे सम्भव है। महर्षि ने इसकी शिक्षा हेतु शिष्य को राजा जनक के पास भेज दिया। शिष्य राजा जनक के पास पहुंचा । उन्होंने शिष्य का हाल जाना और शिष्य को एक जलता हुआ दीपक दिया और कहा कि यह बुझने न पाये और राज्य का सभी सुख वैभव देख आइये । दीपक को प्रज्वलित रखने की चेष्टा में रत रहकर शिष्य राज्यभर घूमकर लौट आया और दीपक जलता रहा । जनक के राज्य वैभव के सम्बन्ध में प्रश्न करने पर शिष्य ने कहा कि उसने कुछ नहीं देखा क्योंकि उसका मन दीपक में लगा था । जनक ने शिष्य से कहा कि योग और भोग की बात समझ में आ गई होगी । इसी प्रकार हम अपना ध्यान लक्ष्य पर रखें और गृहस्थी में रहते हुये सांसारिक भोगों का रसास्वादन करें।

योग के सम्बन्ध में महर्षि पतंजलि ने लिखा है कि 'योगश्चचित्तवृत्ति निरोधः'–चित्तवृत्तियों का निरोध ही योग है । मन को संतुलित करने के लिए भी एकमात्र स्थान गृहस्थ जीवन ही है। यहाँ हम परिवार में रहकर सभी कठिनाइयों, दुख-सुख, आचार—विचार, उचित–अनुचित आदि के सम्पर्क में आते हैं और ऐसी स्थिति में ही यदि मन संतुलित हो जाय तो यह संतुलन अडिग होगा । इस प्रकार का संतुलन बन में सम्भव नहीं है ।

योग के दो भाग हैं– हठयोग एवं राजयोग । हठयोग में अनेक वाह्य–आन्तरिक क्रियाओं को करते हैं और इससे जड़ समाधि प्राप्त करते हैं । नीचे के चक्र जाग्रत हो जाते हैं । सिद्धियाँ प्राप्त हो जाती हैं और हठयोगी सिद्धयों के जाल में फंसकर ईश्वर प्राप्त करने के मार्ग से विचलित हो जाता है । यह मार्ग साधारण व्यक्ति के लिए सम्भव नहीं ।

यमनियमासनप्रणायाम प्रत्याहार ध्यानधारणासमाधयोऽष्टावंगानि ।

यम तथा नियम पाँच–पाँच हैं । इनके पालन के लिए अनेक जन्मों का समय अपेक्षित है । फिर समाधि तो अंतिम अंग है वहां तक पहुँचना बहुत ही कठिन है ।

अष्टांग योग के प्रथम पाँच सोपान बहिरंग साधन है । इनसे मन का निरोध होता है । शुभ कर्मों की ओर प्रेरणा मिलती है । आज के युग में मनुष्य की आयु इतनी लम्बी नहीं होती कि वह अपना समय इसमें लगा दे । ईश्वर से हम केवल ध्यान द्वारा जुड़ सकते हैं । बृहदारण्यक उपनिषद के अनुसार—

तस्याभि व्याद्यो जनात् तत्वाभात्रादभूयश्याजतेविश्व माया निवृत्ति ।

(उस एक के ध्यान से, उसमें जुड़ जाने से, तन्मय हो जाने से फिर अन्त में सारी माया हट जाती है । सब धोखे मिट जाते हैं ।)

पूज्य बाबूजी के अनुसार समाधि ध्यान का परिणाम है । व्यक्ति मन केन्द्रित करने पर बल देता है और यही लक्ष्य बना लेता है परन्तु लक्ष्य तो ईश्वर में लयावस्था को प्राप्त करना है । बाह्य साधनाओं से मन को कुछ समय के लिए क्षणिक आनन्द तथा शान्ति प्राप्त होती है किन्तु प्रश्न तो मन को स्थायी रूप से ईश्वरोमुख करने का है । इस मन को यदि कोई ब्रह्मनिष्ठ योगी ईश्वर से जोड़ दे तो हम समस्त साँसारिक भोगों का आनन्द लेते हुये अपने मार्ग पर चलते जांय ।

प्राचीन काल के ऋषि मनुष्य के मन को अपनी यौगिक शक्ति से ईश्वरोन्मुख कर देते थे । नारद मुनि ने डाकू रत्नाकर का मन क्षणभर में मोड़कर ऋषि वाल्मीक बना दिया । भगवान राम ने तारा को दुखी देखकर उसकी माया को दूर करके ज्ञान का प्रकाश दिया । भगवान कृष्ण ने युद्धक्षेत्र में बलीवता को प्राप्त अर्जुन को विराट रूप का दर्शन कराकर युद्ध में निमित्त मात्र बन जाने के लिए मोड़ दिया । कृष्ण के बाद इस यौगिक विद्या का ह्रास हो गया और आडम्बर ने उसका स्थान ग्रहण कर लिया । इस यौगिक शक्तिदान को प्राणाहुति की संज्ञा दी जाती है । इसका प्रभाव हमारे उपचेतन मन पर होता है ।

आज इस युगों पुरानी विद्या के पुनरुद्धार हेतु पूज्य बाबूजी महाराज ने श्री रामचन्द्र मिशन के अन्तर्गत सहज–मार्ग साधना पद्धति का प्रतिपादन करके राजयोग के द्वारा ईश्वर प्राप्ति का मार्ग सुलभ कर दिया है। इसमें पूजा ध्यान से प्रारम्भ की जाती है। समर्थ गुरू अपनी महान् यौगिक शक्ति के द्वारा अभ्यासी के मन को ईश्वरोन्मुख कर देता है और अभ्यासी स्वतः अन्तर्मुखी बन जाता है। वह अपनी हृदय गुफा में स्थिति परम प्रिय प्रभु से जुड़ जाता है। सतत् स्मरण की स्थिति स्वतः सहज में ही प्राप्त हो जाती है। हमें अपना पूर्ण सहयोग प्रदान करना है। साधना को जीवन का एक अंग बनाकर पूर्ण श्रद्धा, विश्वास एवं निष्ठा के साथ नियमित रूप से करते जाना है। गुरू हमारी आध्यात्मिक प्रगति का समस्त उत्तरदायित्व अपने ऊपर ले लेता है और अवरोधों को दूर करते हुये प्रगति के पथ पर ले चलता है। इस प्रकार के समर्थ ब्रह्मनिष्ठ गुरू के प्रति हमारी पूर्ण निष्ठा का जाग्रत रहना आवश्यक है। उसके चरणों में ही हमें शरणागत होना पड़ेगा। गीता में भगवान कृष्ण ने भी कहा है :—

सर्वधर्माणि परित्यज्य मामेकं शरणंव्रज ।

केवल उसकी शरण में जाने में विलम्ब है। वह तो अपनी भुजाओं को फैलाये हुये हमारा आलिंगन करके अपनी गोद में बिठाने के लिये उतावला हो रहा है। उस दैवी शक्ति को हमें अपने अन्तर में शून्यता उत्पन्न करके भरना है। यह सब तभी सम्भव है जब हमें उसकी असीम कृपा प्राप्त हो। आध्यात्मिक क्षेत्र में बिना ईश्वर की कृपा के आगे नहीं बढ़ सकते। हमने ईश्वर को देखा नहीं तो उसकी कृपा मिले कैसे ? इसके लिए उस ब्रह्मनिष्ठ गुरू की कृपा प्राप्त करनी होगी जो अपनी यौगिक शक्ति को बिखेर कर हमारे हृदयों को परिपूरित कर दे। वह तो सदैव देने के लिये उद्यत है परन्तु हमारा पात्र खाली ही नहीं होता है। पूज्य बाबूजी ने एक स्थान पर लिखा है कि आधुनिक सन्त महात्मा जो भी स्थिति प्राप्त कर लेते हैं उसे अपने शिष्य को नहीं देते। ईश्वर की कोई वस्तु गुप्त नहीं है, वह तो सर्व साधारण के लिये सुलभ है। बाबूजी महाराज ने आध्यात्मिक क्षेत्र में जो अनुसन्धान किया है उसे वह अपने अभ्यासियों को देने के लिये विकल हैं। वह गुप्त रखकर अपने साथ नही ले जाना चाहते वरन यहीं छोड़ देने के लिये इच्छुक हैं। समय रहते हम सचेत हो और अपने हृदय रूपी पात्र को खाली करके उसमें दैवी शक्ति का संचार करें। युग प्रवर्तक को पहचानें। सहज मार्ग साधना पद्धति में प्राणाहुति क्रिया का समावेश करके पूज्य बाबूजी महाराज ने ईश्वर प्राप्त करने का मार्ग सुगम बना दिया है। यह मार्ग अत्यन्त

प्राकृतिक, वैज्ञानिक, मनोवैज्ञानिक, वाह्य आडम्बर से रहित, समय के अनुसार करणीय, कृत्रिमता से परे, स्वभाव में सहज ही में उतरने वाला, शीघ्र परिणामकारी आदि गुणों से युक्त है। शास्त्रों पर आधारित है।

ईश्वर को प्राप्त करने के लक्ष्य को पूर्ण करने में हमारे समक्ष वर्त्तमान समय में एक मात्र साधन सहज–मार्ग है। यह हमें अपने लक्ष्य तक पहुँचाने में सहायक है।

इस प्रकार ईश्वरोन्मुख होकर अपने लक्ष्य की ओर निरन्तर बढ़ते जाते हैं और लक्ष्य को प्राप्त करते है और उस समय हमारी अवस्था यजुर्वेद के अनुसार इस प्रकार की होगी :—

यस्मिनसर्वाणि भूतान्या त्मेवाभूद्धिजानतः ।
तत्र को मोहः कः शोक एकत्व मनुपश्यतः ।।

(जिस अवस्था में ज्ञानी पुरुष की दृष्टि में समस्त चराचर जगत परमात्मा ही हो जाता है। उस अवस्था में एकत्व को देखने वाले (प्रेमी के प्रेम में आदमी की सुध बुध भूल जाने वाले) को कहां मोह और कहाँ शोक।)

यह एक स्थिति है जो अभ्यास के द्वारा आती है। सहज मार्ग पर चल कर हमें पूज्य बाबू जी महाराज की असीम कृपा का शीघ्रातिशीघ्र लाभ उठा कर अपने जीवन को सफल करना चाहिए। सोचने समझने का समय नहीं है क्योंकि अन्य मार्ग जानकर चले जाते हैं परन्तु यह मार्ग चलकर जाना जाता है। मालिक हम सभी को सदबुद्धि दे कि मिशन के कार्य का विस्तार जन साधारण के लाभार्थ विश्व के कोने कोने में शीघ्र करें। जिससे आज के युग में मानव की बढ़ती हुई आध्यात्मिकता की प्यास की तृप्ति हो सके।

वाणी का तप

(श्री रघुनन्दन प्रसाद इन्द्र एडवोकेट लखीमपुर-खीरी)

आजकल संसार में वाचालता बहुत बढ़ गई है। भाषण देना एक ललित कला बन गया है। मंञ्च पर आकर बोलने के प्रलोभन को हम छोड़ पाने में अपने को असमर्थ पाते हैं। हमें कभी यह ध्यान भी नहीं आता कि यह सोचें कि वास्तव में यह वाचालता अच्छी है, या बुरी।

जीवन में तप का बड़ा भारी स्थान है। वह सारे सद्कर्म और सदाचार की नीव है। हमने अपने मन में कभी यह नहीं सोचा कि वाणी को भी तप की आवश्यकता है। बिना तप के शरीर आत्मा को पराभूत किये रहता है, तप से वही शरीर आत्मा के अधिकार में आ जाता है, और उसकी आज्ञा का पालन करने लगता है। बिना तप के वाणी उच्छृङ्खल रहती है, तप से वह नियन्त्रण में आ जाती है, सत्य की अभिव्यक्ति का साधन बन जाती है।

वाणी भी त्रिगुण मयी होती है। उसमें भी सत्व, रज और तम तीनों गुण व्याप्त रहते हैं। वाणी का तप है वाणी के भीतर व्याप्त रज और तम को सत्व के अधिकार और शालीनता में लाना।

वाणी के रजोगुण में एक तीखापन और चरपराहट होती है। वह एक क्षणिक उत्तेजना उत्पन्न करती है, जो अपने चटपटेपन के कारण अच्छी लगती है। परन्तु जिसका परिणाम दुःख उत्पन्न करने वाला होता है। यह वाणी उद्वेग उत्पन्न करती है। गीता में जहाँ वाणी के तप का वर्णन किया गया है वहाँ उसका सर्वप्रथम लक्षण यह बताया गया है कि वह अनुद्वेगकर हो। वह उत्तेजना उत्पन्न करने वाली न हो। "अनुद्वेगकरं वाक्यं" यह वाणी के तप का आधार स्तम्भ है। मनुष्य उद्वेगकर वाक्यों का प्रयोग अभिमान और दर्प के वशीभूत होकर करता है। इसलिये कबीर ने वाणी के इस तप को अपने इन शब्दों में व्यक्त किया है:—

ऐसी बानी बोलिये, मन का आपा खोय।
औरन को शीतल करे आपहु शीतल होय॥

हास परिहास में भी तीखी वाणी से बचना चाहिए। तीखी वाणी से जो गांठ मन में पड़ जाती है, वह कभी कभी सहस्त्रों प्रयत्नों से भी नहीं सुलझती। भीमसेन ने केवल एक ही वाक्य तो दुर्योधन को लक्ष्य करके कहा था– "अन्धों के अन्धे ही होते हैं।" वह वाक्य कितना मर्मवेधी और घातक सिद्ध हुआ, यह

महाभारत की कथा से परिचित सभी लोग जानते हैं। धनुष यज्ञ में जो परशुराम और लक्ष्मण का संवाद तुलसीदास ने लिखा है वह कितना उत्तेजना और रोष को उत्पन्न करने वाला है। यदि रामचन्द्र इशारे से लक्ष्मण को चुप न कर देते तो उसका परिणाम भी घातक हो सकता था। रामचन्द्र ने लक्ष्मण को केवल चुप ही नहीं किया, बल्कि अपनी मृदुता और नम्रता से भरे बचनों से परशुराम के रोष की उमड़ती हुई आग को शान्त कर दिया।

लखन उत्तर आहुति सरिस, भृगवर कोप कृसानु।
बढ़त देख जल सम वचन, बोले रघुकुल भानु॥

रामचन्द्र जो कहते हैं:—

"करिय कृपा सिशु सेवक जानी, तुम्ह सम शील धीर मुनि ज्ञानी।"

जब मन का रजोगुण शान्त होने लगता है, तो वाणी में सहस्त्र विनम्रता उत्पन्न होने लगती है। वह विनम्रता केवल ऊपरी और दिखावट की नहीं होती।

वाणी के तप का दूसरा कदम है, उसका सत्य होना। हम असत्य भाषण क्यों करते हैं? असत्य भाषण में घटना की तोड़ मरोड़ का इस तरह वर्णन किया जाता है कि वस्तु–स्थिति हमारे अनुकूल पड़े, हमारे स्वार्थ साधन में सहायक हो। इस असत्य भाषण के पीछे हमारा भय काम, क्रोध, लोभ, मोह और अहङ्कार मिलकर काम करते दिखायी देते हैं, जब तक मन के भीतर यह छः बने रहते हैं, तब तक मन सत्य के प्रति आत्म समर्पण नहीं कर पाता, और वाणी से सत्य का निबधि प्रवाह नहीं होता।

वाणी के तप का तीसरा कदम है उसका प्रिय होना। सत्य वाणी का प्राण है, और प्रियता उसका रूप। यह प्रिय बोलना चाटुकारिता अथवा खुशामद नहीं है, क्यों कि खुशामद में तो स्वार्थ वाणी का संचालन करता है और उसकी नींव असत्य पर होती है, अतः वह हमारे मन के अनुकूल नहीं होता। उस प्रतिकूल सत्य को भी इस तरह कहना चाहिए जिससे सुनने वाले के प्रति हमारी सहृदयता, सहानुभूति, और सहवेदना प्रकट हो। अर्थात जो कुछ हम कहें वह प्रेम भावना से कहें। जो कुछ प्रेम भावना से कहा जायेगा वह कड़ुवा होते हुये भी प्रिय लगेगा। शब्दों की प्रियता मन की प्रियता का प्रतिबिम्ब होती है।

वाणी के तप का चौथा कदम है उसका हितकारी होना। जो कुछ कहा जाय उसके लिए यही पर्याप्त नहीं है कि वह अनुद्वेग कर हो, सत्य हो, प्रिय हो, साथ ही साथ यह भी आवश्यक है कि वह हितकारी हो। कहने वाले के लिए

हितकारी हो, और सुनने वाले के लिए हितकारी हो। तथा सारे समाज और विश्व के लिए हितकारी हो। शब्दों को बोलने से पहले खूब अच्छी तरह तौल लेना चाहिए कि उनका परिणाम क्या होगा। उससे अहित तो नहीं होगा। उससे हित की सिद्धि होगी या नहीं। जिन शब्दों से अहित होता हो या हित की सिद्धि नहीं होती है उसका न बोलना ही अच्छा। जो हित और अहित का सुविचार करके बोलेगा वह कम बोलेगा, वह आप ही आप मितभाषी हो जायेगा। धन का अपव्यय बुरा होता है, शब्दों का अपव्यय उससे भी बुरा है। शब्द हमारे मन की सम्पत्ति हैं।

वाणी के तप का पाँचवा कदम है कि जो कुछ हम कहें वह हमारे स्वाध्याय और अनुभव की बात हो। जो पढ़ा जाय, या जो सुना जाय उसको अच्छी तरह अपने मन में बुद्धि की अग्नि से पकाकर, आत्मा द्वारा उसके सार के ग्रहण कर लेने का नाम स्वाध्याय है। उस स्वाध्याय द्वारा ग्रहण की हुई सार वस्तु का अपने अनुभव से परीक्षण करना चाहिए। और जब उसके विषय में सब प्रकार का संशय दूर हो जावे सब प्रकार की शङ्काओं का समाधान हो जावे, तो उसे दूसरों के प्रति कहना चाहिये। आज कल जो अनेक मञ्चों से वक्तृतायें दी जाती हैं वह उद्वेग प्रबल होती हैं उनमें सत्य और असत्य का मिश्रण रहता है, जिसका उद्देश्य दूसरों पर कटाक्ष करना, दूसरों की निन्दा करना होता है, जिनमें प्रेमभाव का नितान्त अभाव होता है, जो सबके हित और अहित का विचार नहीं करतीं, स्वार्थ और द्वेश भाव को भड़काती हैं, जो स्वाध्याय और अनुभव का बल अपने में नहीं रखती, वे केवल शब्दों का विषवमन है। उनसे कोई कल्याण नहीं होता। वाणी को तपोरत होना चाहिये।

—: गीत :—

जगदीश कुमार "मृगेश" एम० ए०, बी० टी० (प्राध्यापक)

न जाने कहां से कहाँ जा पहुँचता
अगर तुमने मुझको पुकारा न होता॥

जलधि की प्रखर धार में बह रहा था।
अनेकों झकोरे हृदय सह रहा था।
न तट की कभी कल्पना भी मिलेगा।
सपन का सुहाना महल ढह रहा था।

अकेली निशा में भटकता रहा मैं।
किसी भी किरन से न पाया सहारा।
न पाया व्यथा ने कभी स्नेह चुम्बन।
किसी ने न मन को सुमन से संवारा।

पता तक न मिलता तरणि का भंवर में।
अगर तुमने आकर उबारा न होता।
न जाने कहां से कहां जा पहुंचता।
अगर तुमने मुझको पुकारा न होता।

उषा से निशा की तरफ जा रहा था,
खबर पर न थी मै किधर जा रहा हूं।
मुखर स्वर हुये श्वास की बीन से किन्तु—
समझा न अब तक कि क्या गा रहा हूँ।

तिमिर को विभा का ठिकाना समझकर
हंसा मन बहुत अपनी ही मूर्खता पर।
मगर तुमने दीपक दिखाकर बताया—
मृषा से बहुत दूर है सत्य का घर॥

चरण को हमारे न यदि मोड़ देते
उदय भाग्य का फिर सितारा न होता।
न जाने कहां से कहां जा पहुंचता।
अगर तुमने मुझको पुकारा न होता॥

अजानी डगर पर कोई कह रहा है
दिया हाथ में ले कि मै साथ तेरे ।
मुझे भार दे जो लिए है युगों से—
अंधेरों को देता सदा मै सबेरे ।

सफर आज भी है मगर बेखबर हूँ
डगर की थकन से, व्यथा से, जलन से
चरण बढ़ रहे हैं तुम्हारे चरण पर
हुआ मुक्त जीवन कृपा के नयन से ।।

करोड़ों जनम बीत जाते भटकते –
मिला यदि चरण का सहारा न होता
न जाने कहाँ से कहाँ जा पहुँचता ।
अगर तुमने मुझको पुकारा न होता ।।

—०-०-०—

बेवकूफ कौन ?

एक बार बाबूजी ने पूछा— "अक्लमन्द बेवकूफ है, या बेवकूफ अक्लमन्द ?"— सब लोग चुप रहे। बाबूजी ने पुनः स्पष्ट किया—

"बेवकूफ अक्लमन्द है क्योंकि उसका दिमाग एक रास्ते पर चलता हुआ अपनी मञ्जिल पा जाता है।

अक्लमन्द बेवकूफ है क्योंकि उसका दिमाग सत्तर तरफ दौड़ता रहता है और वह कुछ नहीं कर पाता।"

मेरे मन में घुमड़ कर रह गई यह पंक्ति —

"बहुशाखा ह्यनन्ताश्च बुद्धयोऽव्यवसायिनाम् "

(संकलनकर्ता–प्रो० सुरेशचन्द्र)

सहजमार्ग की साधना

(कृष्णकुमार त्रिपाठी)

सहज मार्ग में मानसिक, भावनात्मक तथा क्रियात्मक तीनों प्रकार की साधनाएँ निहित हैं। ज्ञानमार्ग मानसिक, भक्तिमार्ग भावनात्मक तथा कर्मयोग क्रियात्मक साधनाएं हैं। ज्ञानमार्गियों ने कर्म संन्यास पर बल दिया है। भक्ति-मार्ग के साधकों ने भक्तिभावना को ही सर्वोच्च साधन माना, तथा कर्मयोग के प्रणेताओं ने निष्काम कर्म द्वारा ईश्वर प्राप्ति को साध्य निरूपित किया। इतना ही नहीं, इन विभिन्न मार्गों के प्रणेताओं ने श्रीमद्भागवत गीता की टीकायें भी विभिन्न प्रकार से कीं। श्रीशंकराचार्य जी जैसे ज्ञानमार्गियों ने ज्ञान को ही श्रीकृष्ण द्वारा गीता में बताया गया प्रमुख साधन माना। श्रीरामानुजाचार्य ने यह सिद्ध करने का प्रयास किया कि श्रीकृष्ण ने भक्ति को परमलक्ष्य की प्राप्ति का साधन बतलाया है। श्री बालगंगाधरतिलक, श्रीमहात्मागान्धी, श्रीविनोबाजी आदि ने गीता के कर्मयोग या निष्काम कर्म को ही गीता का प्रमुख विषय प्रतिपादित किया। किन्तु वास्तव में इनमें से प्रत्येक साधन अलग २ केवल एक पक्षीय है। मानव में मन, हृदय तथा शरीर तीनों ही हैं, और तीनों की पृथक पृथक क्रियाएं है। मन मननशील है। अतः मनन चिंतन द्वारा अखिल विश्व के सत्य को खोजना चिन्तन का लक्ष्य है। हृदय भावना का स्थान माना जाता है, अतः भक्ति भावना द्वारा ईश्वर–साक्षात्कार करना भावना का लक्ष्य है। शरीर क्रियात्मक है अतः कर्म एक विज्ञान है। मानव की क्रियाएँ भौतिकता पर आधा-रित हों और साथ ही कर्म बन्धन न बने। इसके लिए मनीसियों ने निष्काम कर्म के सिद्धान्त का अन्वेषण किया। निष्काम कर्म द्वारा पाश्चात्य–दर्शन एवं मोक्ष–प्राप्ति के साध्य सुलभ हैं। किन्तु ये तीनों साधन अलग २ एकांगी हैं। जब तक मानव का मनन, चिन्तन, उसकी भावना और उसके कर्म आध्यात्मिकता से ओत–प्रोत हों मानव अपने साध्य को प्राप्त नहीं कर सकता। यदि चिंतन ब्रह्म का हो और भावना असुन्दर हो तथा कर्म अनैतिक हो तो ईश्वर की प्राप्ति संभव नहीं है। यदि भावना ईश्वर–भक्ति से ओत–प्रोत हो, किन्तु चिन्तन दोष युक्त हो और कर्म अनुचित हों तो भी आध्यात्मिकता की उपलब्धि संभव नहीं है। इसी प्रकार यदि निष्काम कर्म तो हो पर चिन्तन और भावना ईश्वरोन्मुख न हों तो भी जीवन के परम साध्य की प्राप्ति असम्भव है। अतः आवश्यक है मन, हृदय और शरीर की क्रियाओंमें सामंजस्य हो और तीनों ही ईश्वर की प्राप्ति की ओर प्रगतिदायक हों तभी जीवन सार्थक हो सकता है। सहजमार्ग में मन, हृदय

तथा शरीर की क्रियाओं का सामंजस्य है। ईश्वर का सतत स्मरण सहजमार्ग की साधना का एक अंग है। सतत् स्मरण मन की एक क्रिया है जो ज्ञानमार्ग की प्रमुख विशेषता है। ज्ञानयोग में 'अहम् ब्रह्मास्मि', 'शिवोहम्' जैसे महावाक्यों का सतत स्मरण किया जाता है सहजमार्ग में ईश्वर या गुरू जी के प्रति प्रेम होना साधना का अंग है। भक्तिमार्ग में ईश्वर के प्रति प्रेम और भक्ति ईश्वर प्राप्ति के साधन हैं। सहजमार्ग के १० आदेश मनुष्य के कर्म को एक दिशा प्रदान करते हैं और ये आदेश एक प्रकार के नैतिक नियम हैं। सहजमार्ग में अपने को गुरू जी पर आश्रित रखना होता है। निष्काम कर्म योग के सम्बन्ध में श्रीकृष्ण ने गीता में बहुत कुछ बताते हुए कहा है 'माम् नुष्मर युद्धय च' 'माम् शरणं ब्रज'। इस प्रकार हम देखते हैं कि सहजमार्ग में ज्ञान,भक्ति तथा निष्काम कर्म की तीनों साधनाएं निहित है और इस प्रकार तीनों साधनों के सामंजस्य से ही सम्पूर्ण मानव ईश्वरोन्मुख होता है।

किण्तु सहजमार्ग ज्ञान, भक्ति, कर्मयोग का समन्वय मात्र ही नहीं है। सहजमार्ग पातंजलियोग का परिवर्तित सहज संक्षिप्त रूप है। पातंजलियोग का आसन तथा प्राणायाम ईश्वर प्राप्ति के लिए आवश्यक नहीं है। ये दोनों शारीरिक क्रियाएं हैं और शरीर स्वास्थ्य के लिए लाभकारी है। सहजमार्ग के अनुसार यम–नियम, प्रत्याहार ध्यान के आधार नहीं वरन् परिणाम हैं। सहज मार्ग में धारणा, ध्यान समाधि को ध्याय के ही स्तर माने जाते हैं। अतः सहज-मार्ग में पातंजलियोग के अष्टांगों को ध्यान के ही अन्तर्गत लिया जाता है।

ज्ञान, भक्ति, कर्मयोग तथा पातंजलि योग अतीत में अत्यन्त कठिन साधन समझे गये। परिणाम यह हुआ कि साधारण लोगों ने ईश्वर–प्राप्ति को यदि असंभव नहीं तो कम से कम अत्यन्त कठिन मानकर इस दिशा में प्रयत्न करना ही निरर्थक समझा। जिन लोगों ने साहस करके प्रयास किया उन्होंने कई जन्मों की साधना के फलस्वरूप ईश्वर का सान्निध्य प्राप्त किया। वस्तुतः ज्ञान, भक्ति कर्मयोग तथा पातंजलियोग साधारण व्यक्ति के लिए कठिन हैं। किन्तु सहजमार्ग में प्राणाहुति द्वारा व्यक्ति को दैवी शक्ति प्राप्त होती है जिसके द्वारा स्वभावतः वह ईश्वरोन्मुख हो जाता है। पूज्य बाबूजी की कृपा से व्यक्ति आध्यात्मिक पथ पर अग्रसर होने लगता है और हजारों वर्ष या कई जन्मों की यात्रा ऐक ही जन्म में तय कर लेता है। प्राणाहुति वास्तव में सहजमार्ग का प्राण हैं पूज्य बाबूजी अपनी आध्यात्मिक चेतना द्वारा ग्रन्थियों को खोलते जाते हैं और व्यक्ति की अध्यात्मिक चेतना जागृत होती जाती है। नितान्त अल्प समय में ही व्यक्ति अपने जीवन के परम लक्ष्य को प्राप्त करता है।