

Editors:

S P. Srivastava, M.A., Ph.D.

November 1970

Dr. C. A. Rajagopalachari

Yearly Subscription Rs. 6.00

Single Copy Rs. 1.25

**CONTENTS**

Page

1	Editor's Notes	I
2	Method of Training in Sahaj Marg	V
3	First Preceptors' Seminar and Third General Symposium of the Mission held at TIRUPATI on 7th & 8th Nov., 1970.	XI
4	My Star Mrs. Birthe Haugaard, Denmark	1
5	Master H. Joga Rao, Hyderabad	2
6	Pralaya S. A. Sarnad	3
7	A New Light is Shining in India. Raghavendra Rao, Raichur	7
8	Constant Remembrance in Sadhana K. C. Narayana	11
9	Sahaj Marg-Catechism Questions ( Series 1 )	13
10	The Malady & the Remedy. R.Seshadri	15
11	Knowledge, Action and Realisation. Raghunandan Prasad Indra, Lakhimpur Kheri	23
१२	मालिक की निगाह सुश्री कस्तूरी चतुर्वेदी, मोदीनगर	२५
१३	सहज मार्ग में गुरु का कार्य श्री जगदीश प्रसाद गुप्त, सीतापुर	२६
१४	याचना श्री बाला प्रसाद 'बाला जी' इलाहाबाद	३४
१५	प्रार्थना श्री हमिद अलीखां 'लाज' सीतापुर	३५
१६	में अपंख प्रिय दूर श्री रामपति डींगर, सीतापुर	३७
१७	बेचैन आरजू श्री कृष्ण मुरारी सक्सेना 'साज' फर्रुखाबादी	४२
१८	पूजा श्री राधेकृष्ण 'गुलाल जी' सीतापुर	४३
१९	सहज मार्ग और मोक्ष श्री श्यामनारायण अष्टाना, इलाहाबाद	४६

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

# सहज-मार्ग

---

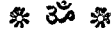
# Sahaj Mārg

(Bi-monthly, Spiritual)

Registration No. R. N. 12620/66

**Shri Ram Chandra Mission**

SHAHJAHANPUR. U. P. (India)



## 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.

## NOTICE

Our subscribers may kindly note that the subscription of our Magazine for the year 1971 is to be paid either through the distributing Centres or to Headquarters direct. In the year 1971 all copies of the Magazine will be supplied direct to the subscribers from the Headquarters **by post**. It is, therefore, necessary to have complete postal addresses of the subscribers at the Headquarters by the 15th of January 1971. A card has, therefore, been attached with this issue of the Magazine which is to be completed by the subscriber and sent to the Headquarters directly in case the amount of subscription is paid directly. In case the subscriber pays the subscription of the Magazine to the Centre, this card is to be sent through the Preceptor-Incharge of the Centre concerned. The Preceptors-Incharge of the Centres are requested to expedite the collection of subscription and order cards by the date.

J. R. K. Raizada

Superintendent,

Publication Department,  
Sri Ram Chandra Mission,  
Shahjahanpur (U.P.) India.

OUR PUBLICATIONS	Rs.
1. Efficacy of Raj Yoga (English) by Shri Ram Chandraji	7.00
2. (Gujrati) Translation of No. 1 by Keshava Rao K. Shastri	3.00
3. Reality at Dawn (English) by Shri Ram Chandraji	4.00
4. Satyodayam (Tamil) Translation of No. 3 by Shri A. Balasubramaniam	4.00
5. Satyodaya (Kannada) Translation of No. 3 by Shri S. A. Sarnad	1.50
6. Satyodayamu (Telugu) Translation of No. 3 by Shri N. Kumaraswami	3.00
7. Voice Real by Sri Ram Chandraji	12.00
8. Commentary on Ten Commandments of Sahaj Marg (English) by Shri Ram Chandraji	3.00
9. Towards Infinity (English) by Sri Ram Chandraji	3.00
10. Thus Speaks Shri Ram Chandraji	1.00
11. Sahaj Marg Philosophy by Shri Ram Chandraji	5.00
12. Sahaj Marg-Shri Ram Chandra's New Darsana (English) by Dr. K. C. Varadachari	12.50
13. Lectures on Sahaj Marg by Dr. K. C. Varadachari	10.00
14. Sahaj Marg and Personality Problems and Yoga Psychology and Modern Physiological Theories Edited by Dr. K. C. Varadachari	8.00
15. Sahaj Marg and Personality Problems Volume II Superstition and Spirituality Edited by Dr. K. C. Varadachari	5.00
16. A Peep into Sahaj Marg (English) by Shri Iswar Sahai	5.00
17. Today is Ours by G Vijaya Rangachari	1.00
18. A Digest of Sahaj Marg by G. Vijaya Rangachari	0.50
19. Sahaj Marg in Outlines	0.30
20. Sahaj Marg Ki Roop Rekha (Hindi)	0.30
21. Sahaj Marg—A Natural way of God realization, by Laxmi Shanker	0.30
22. Anant ki Ore (Hindi) Translation of No. 9	3.00
23. Talks on the Commentary on Ten Commandments of Sahaj Marg by Dr. K. C. Varadachari	3.00

Publication Department, Shri Ram Chandra Mission,  
Shahjahanpur, (U.P.) India.

*Sahaj Marg Printing Press, Shri Ram Chandra Mission,  
Shahjahanpur, U. P.*

## Editor's Notes

An event of very great import has just taken place. The first ever Seminar of Preceptors was held, in four sessions, on 7th and 8th of this month at Yogashram, Tirupati, under the distinguished presidency and immediate presence of our Revered and Beloved President Mahatma Shri Ram Chandraji, and guided ably by our very Respected Philosopher—Preceptor Dr. K. C. Varadachari, Director of our Research Institute. The importance of the occasion was enhanced by the holding of the third Symposium of the mission simultaneously in two separate sessions. A note on the joint events appears in this issue.

We tender our apology to Readers for the omission of the Questions page in the September issue although our Notes made a reference to it. We have ensured its inclusion in the current issue. We reiterate our request to our patrons of expertise and experience, to give us the benefit of their accumulated knowledge, by sending in to this Editor at Madras, their brief and complete answers to the questions, to enable the consensus to be finalised and published in the January issue.

While it is an incontrovertible fact that Master's Grace is present everywhere and is ready at tap for all earnest seekers, it is also undeniable that His immediate presence anywhere is a veritable shower of Grace, blessed, continuous and soul-elevating. Such an incomparable opportunity was granted by Master to the aspirants of Delhi, Madras, Tirupati and Tiruchirapalli this month. Master arrived at Madras by air from Delhi on the 3rd, having spent 2 days in the company of the abhyasis at Delhi. He spent 3 days at Tirupati in connection with the twin functions above—

## II

mentioned, a day at Tiruchirapalli and again 4 days at Madras. He leaves Madras for Delhi on 18th reaching Shahjahanpur on 23th morning. Master has not been keeping good health in the last few months and it behoves all members of the Mission to pray for his health.

Readers will no doubt have noticed the tremendous improvement in the quality of the printing work in the English Section. We congratulate those responsible for the almost errorless printing of the September issue, and trust the improvement will be permanent.

We invite special attention to the scheme of Life Subscriptions for the Sahaj Marg Journal which 78 members have joined so far. Readers will remember that the total number of life subscriptions has been fixed at 100 and the last date for acceptance of Life subscriptions is 31 December 1970. Since the balance available is only 22, Readers are requested to send in their remittances without delay to the Hon. General Secretary at Madras and avoid disappointment.

Vasant Panchami falls on 31 January 1971 and will be celebrated as usual in a spirit of true devotion and dedication to the teachings of the Great Master Mahatma Shri Ram Chandraji of Fatehgarh, whose birthday synchronises with the advent of Basant. Abhyasis everywhere will, as usual, observe this day as a day of unostentatious celebration and of special prayer. Of course the full programme will consist of one hour Satsangh, morning and evening, on 30th & 31st January and morning of 1st February. Fruits and bhog offerings will be made. At Shahjahanpur, there will be continuous meditation on the 31st January by successive groups of abhyasis, as also meetings in the evenings when senior

## III

members of the Mission will talk on important aspects of Sahaj Marg Philosophy and practice of Sadhana.


Our London abhyasi couple, Mr. Elidir Davies and Mrs. Vera Davies are expected to arrive in Shahjahanpur with our French Preceptor brother Mr. Andre Poray on 19th January 71 for a week's stay with Shri Babuji Maharaj.

Our German abhyasi sister, Mrs. Ruth Koch is expected to arrive also but the dates of her visit are not yet finalised. We offer our warm welcome to them all.

Our brother Dr. A. Lakshminarasimhan is leaving India with family shortly for a 3-year term at Copenhagen. We wish them all the best for a successful and happy term and dedication to Master and His Divine Work.

Master has expressed a desire that the Tirupati publication entitled "Shri Ram Chandraji Speaks" should be expanded and a revised edition issued as soon as possible. All our Mission members are requested to send all material available with them, whether in English or in Hindi, to this Editor ( 11-E, North street, Sri Ram Nagar, Madras-18 ) at a very early date. Only authentic notes made by the abhyasi personally should be sent. The Editor will be grateful for early communications in this regard.

Namasthe !



Presidential Address delivered by Mahatma Shri Ram Chandraj Maharaj at the Preceptors' Seminar and General Symposium held at "Yogashram", Tirupati, on 7th & 8th November, 1970.

## **'Method of Training in Sahaj Marg'**

Life is the awakening of the state of Being. When we brought in our share of the awakening state, every function of the material existence commenced. In the beginning, it was more in relation with Divinity from which life started. With the progress of life, actions commenced and continued having their effect according to their nature. Now we have lost our balanced character and have become unbalanced.

Action is a very strong thing because it is connected with life. So its misuse has produced wrong effects and each centre has lost its originality and has begun to imbihe different effects, with the result that the whole frame of the body has become a human factory and has begun to pour out what we have collected so far. And this process has continued for years. When the span of life ended we took another form with the accumulated effects of grossness we had formed. Thus we have been adding at each birth till we have become the actions themselves. Every centre of the nerves has itself become a pole producing different climates and changes. We have formed the poles according to our actions, and the repeated actions have made the centre more strong. The outcome is that we remain embarrassed by the commands we receive from different centres for the various faculties.

## VIII

completely natural. To acquire naturalness should be the main care of the abhyasi. Surrender and cooperation are twin sisters.

The abhyasi proceeds in two ways and both are necessary. By the effect of transmission and his own efforts, the light which the preceptor infuses travels to the different centres, and a sort of vibration is felt by the abhyasi even at the higher points. The other thing which the preceptor does is to start Yatra to the different regions and centres. There are very few persons who do the Yatra by their own labour. In Sahaj Marg alone the method of training weaves all the requisites of the spiritual fabric of the abhyasi, and so the preceptors have got very heavy work to do. I can say with authority that without the help of the preceptors a man cannot cross the higher regions because life has come from higher to the lower regions or in other words, it is descending with its own force. Subtle force is very strong, and if an abhyasi tries to go further by his own effort, he is pushed down because he can not get at the subtle force. Upto certain centres an abhyasi can go in considerable time, but beyond that none can go by himself. The preceptor has the knowledge of centres and the energy they contain, and he exercises the divine power coming direct to him to set everything right. If an abhyasi proceeds with his own efforts, or if he neglects the Master at a certain level, he forms a curvature which itself becomes a knot barring his further approach. It can be rectified only through the method of transmission.

The Chief instrument of work for the preceptors is the Will. Of course, methods are there which help the abhyasi to achieve quick and better results, and these I have already written for the preceptors. Now I have requested the preceptors of the Mission to add their own experiences. The methods that preceptors

## IX

follow for the abhyasis are meditation and prayer. The other necessary methods are resorted to by the preceptors themselves for the elevation of the abhyasis.

Why is prayer necessary? It is because at the time of prayer we adopt the suppliant mood which comes very near to surrender. When we cannot do surrender easily, this is the method. Now other things follow. It often happens that a person occasionally, or as a habit, feels the charging of rage in the mind and he goes to a master who prescribes a certain method to eradicate it. My revered Master has, in his notes, written that prescribing the method for certain mental ailments out of avowed authority is not good. He should prescribe that method which a great saint might have prescribed in such cases with successful results. That method will be correct because the evidence is there. Of course, if divine wisdom has been awakened in a Master, then whatever he prescribes will be perfectly correct. In Sahaj Marg system, all the methods of "doing" are for the preceptors, and "becoming" is the job of the abhyasi.

The background of spirituality is the moral courage which rises when one is moral. My revered Master used to say "How-so-ever advanced a person may seem to be, if his moral character is doubtful, I would say that he has not got even a breath of spirituality." And what is morality in the true sense? It is that all the faculties may come in harmony for proper use. How does this happen? When a man begins to be away from the 'self' it begins to develop. So all the methods given in any religion are only for this end, and the methods and procedure of Sahaj Marg are very easy for it. With the overemphasis on 'self', morality decays. But it is the part to be played by the preceptors alone that the self be turned to divinity.

What is the 'self' ? It is the gross state produced by the charge of the mind. If I may be more vivid for the common understanding, I can say that self becomes the individual force with its separate entity. If we are in the hands of a real master all the things necessary for man to be called Man gradually come out themselves. Really speaking, in our system, the methods are for the preceptors to introduce divinity into the abhyasi who is in a sleeping state. Remembrance on the part of the abhyasi helps a lot. The job of the Master is to remove the thick layers so that the divinity may begin to bloom. In the state of spirituality the bud becomes the blossom. Every transmission from the preceptor, even if given with a lack of confidence in himself, will give light to the abhyasi, whether the latter feels it or not due to lack of sensitivity, because the one and the same force is working in all of us. Moulding is the preceptor's business. I am happy that all the preceptors of the Mission are doing good service to the abhyasis selflessly, not as a master but as a fellow being. May this develop further !



## First Preceptors' Seminar and Third General Symposium of the Mission held at TIRUPATI on 7th and 8th November, 1970.

41 Preceptors presented their homage to His Holiness Satguru Mahatma Shri Ram Chandraji Maharaj, Founder-President of our Mission on the momentous occasion of the first Seminar of Preceptors called by our Revered Director of Research, Dr. K. C. Varadachari, at Tirupati, on the 7th November. Despite heavy pre-occupations and unfavourable health condition, our President had undertaken the arduous and long journey, impelled by his enormous love for mankind, and we of the Mission can do no more than acknowledge our debt of gratitude to Him and pledge ourselves once again to continue our endeavour to effect total surrender of ourselves at His Holy Feet.

The occasion was rendered more important by the fact that the Third Symposium sponsored by the Research organisation, in the series which commenced with the first symposium was also included in the programme. Both Seminar and Symposium were presided over by our beloved President, whose inspiring Presidential Address is included in this issue. The schedule was quite tight and workmanlike, and the indefatigable Dr. Varadachari ensured due observance by his very skilful and experienced guidance of the proceedings. Details of the schedule are;-

Saturday, 7th Novr.

7.30 A. M.	Satsang at Yogashram
10 A.M. to 12 Noon	Presidential Address + Inauguration of Seminar
	Papers by sri R. Viraraghavan + Sri C.A.

## XII

Rajagopalachari and Discussion on the papers. ( Paper of Sri R. Seshadri could not be presented as he was unavoidably absent )

2 P.M. to 4 P.M. Papers by Sri P. Rajagopalachari, Dr.V. Parthasarathy and Sri K. C. Narayana and Discussion thereon.

4.30 to 6.30 P.M. Symposium - subject: The Moral Life and Spirituality. Papers presented by M/s. P. Rajagopalachari, T. Srinivasan, Dr. C. Seshadri, Dr. P.T. Jagannatha Rao, K.C. Narayana, T. Dhond Rao, K. Madhusudhan and Dr. S.K. Swamy.

followed by General Satsang.

Sunday, 8th November.

7.30 A. M. General Satsang

10 A.M. to 12 Noon. Seminar - Papers by M/s. S.A. Sarnad and Sri Raghavendhra Rao of Raichur and Discussion on the papers.

2 P.M. to 4 P.M. Seminar - concluding Session: Questions and Answers: President's Concluding Remarks and winding up by Dr. K.C. Varadachari.

(Dr. Varadachari's Paper was distributed)

4.30P.M. to 6.45P.M. Final Session of the Symposium on The Moral Life and Spirituality. 12 papers were presented including those of Sri C. A. Rajagopalachari and Kumari Kasturi Chaturvedi ( English translation of the

## XIII

Hindi original was read by Smt. Chitra Srinivasan).

It is expected that the Symposium papers will be published in book form shortly by the Mission's Research Centre, as on the previous two occasions, duly edited by the Director, and will form a valuable addition to the extant Sahaj Marg Literature.

The Preceptors' Seminar marks the advent of a new era in the practice of Sahaj Marg system of sadhana. The free and frank exchange of methods of training adopted and results obtained, the evaluation of results, considerations of minor variations suggested on the basis of individual trial and experience, full and critical appreciation of individual papers of even the seniormost preceptors and the questions and answers brought out (a) the depth of actual experience of each preceptor, (b) their shortfalls, and (c) correct and unambiguous appreciation of the Methods of Training to be adopted. The President's answers and clarifications were couched in the inimitable language of simplicity and clarity characterised by extreme economy of words. Dr. Varadachari guided the ship of discussions through its shoals and difficulties with unerring skill of a mature navigator. The assembled preceptors were imbued with the inspiration of MASTER's advice and guidance. The Sessions closed with a feeling of thanks offering by Sri C. A. Rajagopalachari on behalf of all the Preceptors.

Sri K. C. Narayana deserves encomium for the work connected with both Seminar and Symposium.

-C. A. R.





## MY STAR

*The night is dark—and yet*

*There is a light.*

*In a hopeless world*

*There's a hope that shines.*

*Bright and brilliant— marvelously great*

*The Eastern lantern is my star on the way;*

*Mrs. Birthe Haugaard  
(Denmark)*

## MASTER

The Tide came in with moon;  
It filled the river till  
Bankless it did seem;  
The boat floated ever so smooth.

The broad oars had no grip,  
The long pole had no thrust;  
Over the river's calm flow,  
The boat floated ever so smooth.

Steadily ebbd the Tide,  
The water's level fell,  
The keel rubbed sand and pebble  
The big boat ceased to float.

"Master", prayed the boatman,  
"Give the boat thy blessing,  
And take it to the distant shore,  
Where seas wash thy holy feet."

The eye could certainly see,  
But nothing around could it see!  
Where, oh where, is the Master  
Who gave it the power to 'see'?

*H. Joga Rao, Hyderabad*

## PRALAYA

( S. A. Sarnad )

'Pralaya' is a Sanskrit word derived from the root 'ली' (लय) -to merge- with the prefix 'प्र' indicating intensity. So, Pralaya means 'total disappearance', 'complete merger', or 'absolute destruction or dissolution'. Pralaya may be individual as well as cosmic. When individual Pralaya takes place, the individual disappears and merges into the basic elements which constitute the individual form, the underlying substratum remaining unaffected. In cosmic Pralaya everything vanishes and merges into Pure Existence

Pralaya occurs at each and every stage of growth. For example, the seed decays and the tree grows. In all living beings the original form gradually disappears as development takes place and a new form emerges. We call this process growth, even though it involves destruction. Innumerable blood particles of the embodied beings are deformed and reformed every moment in this process of growth. It is interesting to note that the Sanskrit word 'शरीर' has been defined as that which dies every moment'—(शौर्यते प्रतिक्षणं क्षीयते, इति शरीरम् ।)

Pralaya appears even in the spiritual field. It is a gradual and not a sudden process. The ideas and ideals, prejudices and thought patterns—nay, the whole mental make-up of the individual, have to be destroyed and reshaped in order to attain the Divine. Pralaya in spirituality is a means of attaining the Highest Ultimate. The influx of Divinity in the Abhyasi is in proportion to the extent of Pralaya that he is able to create in himself.

Each individual in this world has created another world of his own, however tiny it may be. Especially, highly imaginative men create worlds which are comparatively more permanent, with the result that they begin to dwell in them with joy and comfort. They go on strengthening their worlds throughout their life and do not want them to be destroyed. Unless there is a complete 'break-through', their spiritual progress is likely to remain a mirage.

The problem now remains: How to achieve Pralaya? It can be achieved in three successive stages. Firstly, the posture for meditation (Asana) works wonders. It paves the way for Pralaya and prepares the mind of the individual for achieving it by means of physical contraction. Asana can be truly described as the preliminary step in our onward march towards the Ultimate. Master has elaborately dealt with it in his 'Commentary on Ten Commandments of Sahaj Marg.' He says that man has to contract naturally from below in order to go upwards. So, he has to bring his legs and the other parts of the body to one pose and keep them steady. A pertinent question may be asked here: Cannot any posture other than the usual one for meditation, i. e., Padmasana (Lotus pose) or more preferably Sukhasana (Comfortable posture) achieve this purpose? If contraction is aimed at somehow, it can be achieved by any pose. Why Sukhasana alone is insisted? Quite true. But, we must remember that our purpose is not contraction alone but to connect our mind with the Ultimate Divine Reality. The pose that relaxes our mind from all tensions enabling us to think of the Divine and to achieve contraction of the limbs at the same time would be no other than the above two asanas. As soon as we sit in that pose our mind becomes automatically introspective and

we are lifted as it were towards the Divine. It does not matter, for however short a time it may remain connected with it. So, our Master rightly says: "In whatever way it (contraction) might be done, the form would finally be that of the Asana." Though the whole process is outward and physical it is very helpful in as much as it associates the Abhyasi with Reality.

The second stage is meditation. It hastens the process of Pralaya and connects our mind directly with the Source. Of our own making, our individual mind has become an abode of tumult and confusion. As Master puts it, our senses are almost spoiled owing to many wrong associations. We have lost the sense of discrimination and are quite incapable of understanding subtler ideas. We have thus become gross with many limitations. We have created for ourselves many obstacles and coverings which keep the soul entrapped, not allowing it to experience its original state. Meditation helps us to shatter these limitations and grossness provided that it is rightly practised under an expert guide. What happens in meditation is that we gather ourselves at one point and create our Pralaya. A sort of Divine will is formed in our heart which soon covers completely the surroundings of the Heart Region. As it goes on developing and expanding with our practice, it begins to disperse the overwhelming clouds of dejection and dissatisfaction giving way to bliss. It dissolves all the previous impressions (Samskars) and stops the formation of further impressions. Spiritual progress then becomes very smooth and the Abhyasi begins to taste the Divine life.

Constant remembrance of God or Master of the highest calibre having the power of transmission is the next stage in achieving Pralaya. It can also be practised as an independent device although meditation opens the gateway for it. It is by far the most

potent means of creating Pralaya in one's own self. Constant remembrance is nothing but meditation throughout the waking state. The process is sometimes found working even during dream and deep sleep. It empties the inner being of man and provides for a firm footing of the Divine. Pralaya is created in its entirety giving room for the Divine effulgence. The Sadhaka soars high and begins to have subtler and finer experiences of a very high order which continue till there comes a stage which does not change any further. His whole consciousness is divinized and he is permanently established in the Divine. He sees all in One and One in all; and as such he remains equally attached or unattached with all. The problem of his life is solved for ever.



*WITH THE BEST COMPLIMENTS FROM*

## **Empire Colours & Chemical Company**

Manufacturers of Cement Flooring Oxide Colours  
Coloured Cement Floor Wax Polishes

**12, Malavalli Rama Rao Road,  
Bangalore-2**

## **A New Light is Shining in India**

( by Raghavendra Rao, Raichur )

Historians tell us that about two thousand five hundred years ago a great personality known as Gautama Budha preached about methods, by practising which men could get rid of the miseries of this earthly life and attain Nirvana. Now we come across many forms of Buddhism and many kinds of Buddhists almost all of whom are still suffering from the same miseries and still hoping for Nirvana. About two thousand years ago another great personality known as Jesus Christ preached about the way of life to attain salvation and to enter the Kingdom of God. Now we come across many forms of Christianity and many kinds of Christians almost all of whom are still suffering from the same bondages of flesh and struggling under devilish dominations. Similar is the case with the Islamic and other various religions and their followers. Even secular ideologies and philosophies like Marxism and Darwinism have been relegated to similar fate of fanatic followers suffering miserably. Even though the Marxists do not call their ideology a religion, yet it has been betraying all the symptoms of religion, like dogmatism and intolerant fanaticism based upon selfish and vested interests of the leaders or the men at the top.

India is a great country noted for her great spirit of tolerance and generous hospitality for all the religious as well as secular ideologies. Even though these noble virtues have been costing her integrality and sometimes even her sovereignty and independence, yet quite oblivious of these calamities she is continuing and even developing those qualities. In this country one

can see different shades and colours of all ideologies and religions with full guarantee of religious freedom and freedom of thinking for each and every citizen. Due to this spirit of freedom only, it has been considered a boon granted by god, to be born in this great land, in spite of the common miseries associated with poverty, old age, disease, and death. When a believer in a particular religious ideology starts murdering his fellow-beings just because he thinks that they do not believe or have faith in his conception of God; when a believer in a particular Social theory or Ideology indulges in mass murdering the believers in other ideologies in order to 'save' his own ideology; or when two groups of the same religious faith or social ideology start mutual wars; the Indian mind gets baffled and can never believe in their professions of religious faiths or social ideologies. The Indian mind takes the common-sense view that the wars are fought to preserve the parties' vested or selfish interests. The parties are ashamed to acknowledge their animalness and lower levels on the rung of evolution, and start clothing the brute in themselves with deceptive and plausible ideologies. These mass murders or wars become still more cruel when the victims are assured that it is all for their own good. When animal sacrifice was prevalent in India, the priests were preaching that the sacrificed animal would straight-away go to heaven. No wonder if the atheist should recommend to the priest to sacrifice his own father, if that were really so.

Philosophers try to separate, classify, and analyse problems, attempt to put forth their theories and sometimes even recommend their solutions. Never-the-less the problem of the individual remains as complicated and unsolved as the problem of society. Mystics also attempt to solve it, but before they can do anything,

they get entrapped in their raptures or emotional ecstasies or even fanciful hallucinations.

Therefore, if any fresh attempt is to be made by anyone in this direction, he should take care to avoid the pitfalls which humanity has already encountered, and expand his vision of the Ultimate or of the Ideal to infinity and make a firm determination to remain dynamic and never to stagnate at any point. The vast development of technology and spread of education ought to have convinced almost everyone by now about the tremendous potential power that lies in the thought power of man. All sciences, philosophies, religions, discoveries and inventions are the result of man's thinking. Hence the solution of the problem of the individual as well as of the society lies in utilising this power of thought, which depends upon the individual's will and effort alone. No amount of brain-washing techniques, religious persecutions or inquisitions or even temptations and persuasions can help in preparing the individual to take work from his own will-power. The individual shall have to wilfully will for shattering away his own bondages and become free. Then only he can hope for further evolution and progress to higher human and even to divine levels.

Of course the help of a higher power is quite necessary and even indispensable. But that higher power, apparently out side of one-self, has to be ultimately discovered within himself only, for which, again the same Higher Power helps. This is not mere mysticism but a very practical and realistic fact of experience. In the practice of Raj Yoga according to the method of Sahaj Marg this help is rendered through Transmission. If any one is desirous of experiencing it, he may approach any Preceptor of Shri Ram Chandra Mission and try the experiment. The question

of realism versus idealism; institutions versus individual; holy Ignorance versus realisation of God and many others are resolved in a very natural manner if one starts using his own power of thought after practising it. This is a new path discovered by the founder-President of the above mentioned Mission and, fortunatly for us, he is amongst us to help us without an iota of selfishness. May all the seekers see the Light. Amen.



WITH THE BEST COMPLIMENTS FROM

**ALLIED PAINTS**

Manufacturers of High Quality Paints, Varnishes, etc.

48, Kiali Ganj,

**Lucknow, (U. P.)**

## Constant Remembrance in Sadhana

( K. C. Narayana )

One of the practical problems that face a sadhaka is the problem of constant remembrance. Every system of yoga insists that the sadhaka should have constant remembrance of God as his goal. It is very rarely explained how it is to be done correctly. Most of the suggestions made in this connection do not touch even the core of the problem viz, the inability of the aspirant to think about his goal always, and feel the presence of God in him and in every thing in the world.

A commonly given and accepted suggestion to develop constant remembrance is to sing songs in praise of god, his great deeds and on the love Rishis, Avtars and saints had for Him—in short, to do Bhajan. How bhajan, which is very commonly accepted as a mode of expression of Bhakti, ever entered the field of Yoga, is beyond one's comprehension. However, such a method is still in practice. Perhaps the doctrines of the 3 yogas stated by Shri Krishna in his Bhagavad Gita and the classification of Karma, Jnana and Bhakti yogas as tamasic, rajasic and sattvik paths of realisation has something to do with the introduction of bhajan in yoga.

Constant remembrance of God as the Ultimate goal, which we have to reach, is not possible by repetition of mantras, or performing bhajans. The psychological preparation to feel motivated to attain God is impossible unless a crisis situation develops and leaves a permanent impression which is deep in the consciousness of the individual. Every individual has some moments of alarm and danger which may be felt as crisis, but whether such situations lead to a feeling of utter dependence on God permanently

is a matter of great doubt. While carrying a corpse is no new scene to us. It was for Lord Budha of great importance and the event developed in him a great crisis leading to his relinquishing base pleasures of life. That such a very trivial and common thing should develop in an individual into a crisis is no mere accident. As Sri Krishna stated in the Bhagavad Gita it is only through His grace that any one can realise the Ultimate reality. Such a shower of grace from the Ultimate alone could have made Budha turn towards inner realisation. It is no good parroting the transcendent nature of the world and the imperative need to seek realisation, as it is well known that the very same transcendent nature of the world is the basis of hedonistic and carvaka thinking. The psychological preparation is more important than the logical. Any amount of Jnana or philosophy will not lead us even an inch towards realisation, unless a need to realise develops in us.

Such a psychological need for realisation is the outcome of Divine grace alone. The restlessness of the sadhaka is the result of transmission of a higher force which disturbs the balance (homeostasis) of the individual and makes way for higher approaches in consciousness. A competent guru alone can infuse such a change in the make up of the individual through the transmission of the Ultimate energy. The transfusion that happens on the energy entering the individual which is a rather static closed system of consciousness is a fusion of levels and standards. The individual starts losing all but his best in the frame of reference and grows vaster in the infinity of consciousness. Such a process of losing individual identity alone can be termed as vairagya and the growth of consciousness as realisation. What ultimately remains of the individual may not be anything that we know of. Probably

as Sri Ram Chandrajji puts it, we would be afraid of knowing it.

Constant remembrance thus is a dynamic process kindled by the influx of the Divine Energy in ones' consciousness which disturbs the very balance of the being and makes it move towards its goal rather than a mere repetitive process which is mechanical and gross.



## **Sahaj Marg-Catechism Questions** ( **Series 1** )

- 1— What is Sahaj Marg ?**
- 2— In what respects is Sahaj Marg different from other systems of Sadhana ?**
- 3— What is transmission (Pranahuti) ?**
- 4— What is the special importance of the Guru (Teacher) in Sahaj Marg system ?**
- 5— What are the essentials of meditation ?**
- 6— Who are eligible to take up this system of practice ?**

With best compliments from



**Sutlej Rubber Industries  
&  
Venus Rubber Industries**

21-1-153, Rikab Ganj

**HYDERABAD-2**

**(A.P.)**

## The Malady And The Remedy

Speech delivered by Sri R. Seshadri on the 'Vasanth Panchami'  
Day - 10th February : 1970.

Looking around the world we find today there is lot of discontent and unhappiness, mental agitation and unrests, covetousness and greed for acquisition of wealth and power. There is around deterioration in the sense of ethical values of life. Consequently there is no mental peace, no attempt even to live a true life, let alone God-consciousness and Realisation. The overall picture is gloomy indeed. But what is this all due to ? Everyday the frontiers of man's knowledge of the external world are widening. Now man can travel in space, land in the moon and attempts are being made to reach other planets also in the universe. But as one of the leading European statesmen has aptly said "We may well go to the moon, but that is not very far. The greatest distance we have to cover still lies within us." In process of finding out the nature of things outside, man forgets himself and his own true nature.

Having born in this world, it is very necessary, no doubt, to have an objective view of life. But at the same time without a subjective enquiry about his true self it is absolutely impossible to live a balanced and perfect life. All causes of trouble will slowly cease to exist, if only man makes an attempt to analyse his own subjective life. After all what is Society, nation or mankind ? It is only a collective of individual men. And naturally if each man begins to attempt at a subjective enquiry, to that extent the tension in life and restlessness subside. He will develop



courage to face disappointments, failures and frustrations. And the way is only by taking to Yoga, the Raja Yoga.

What is Yoga ? It is nothing but a technique by which we tune ourselves to the highest level of consciousness, through the mind and the intellect. For this we need not renounce the world and go to forests to do penance. Nor does this mean torturing our body and mind. Living a natural, normal householder's life, anybody can practise this Sadhana, provided there is an appetite in him to seek the Reality.

If we analyse ourselves subjectively, each one of us will find that there are three facets of life in us— the waker, the dreamer and the deep-sleeper. When the life principle i. e. the self in us identifies itself with each one of these through its perception five organs of action, the five vital breaths, the mind, intellect and ego, it appears to be three different personalities within us. This self or conscious principle projecting through the prism of the mind and intellect creates more and more of world-of-objects, weaving around itself more and more thoughts and ideas, resulting in more and more grossness. Thus it feels as though it is far far away from Reality. But if by a spiritual technique we can surmount or transcend this mind and intellect we will jump into that Pure Consciousness or Reality. This is the fourth facet of our Personality, the 'Thuriya', attaining which we will feel no more entanglements in the day-to-day life, though we may be enjoying the experience of good and bad of the first three facets of life— ( स भुञ्जानो न लिप्यते ). We will be unaffected by these. But we should note that mere intellectual understanding or an academic knowledge of this will not take us to this state, but it has to be realised and experienced.

To the suffering mankind, for the upliftment of humanity, one of those rare birds from the Realm of perfection flew back to this realm of apparent contradictions in a spirit of divinely selfless service to lead and to guide other restless souls unto the Source of Truth and Place of no Return. It was the Adi Guru of our Mission, Samarth Guru Mahatma Shri Ram Chandraji Maharaj of Fategarh, whose 99th Birthday we are celebrating to-day. Incidentally please note we will be celebrating the centenary of this Mahatma's advent to this world next year—1971. He has given us the Sahaj Marg system of Raja Yoga to suit the modern conditions of life, purging out superfluity from the Raja Yoga that had all along been in vogue. The attractive feature in this system is that a normal worldly man can develop both the faces of his life—the worldly and the Divine—side by side with equal attention. The present Head of the Mission, Pujya Sri Babuji established this Sri Ram Chandra Mission exactly 25 years back, after the name of this great personality, with a large-heartedness, to spread the Message of his Master and help the seekers of Reality, without minding his own frail health and other difficulties. His one aim is divinisation of man by taming the animal in him and perfecting the human qualities in him.

He has fixed a goal, by giving us a 'Maha Vakya' to meditate upon, supplemented by Pranahuthi or Yogic Transmission. The goal is complete oneness with the Divine. The absolute is All-pervading, Eternal and Infinite. In Infinity any point can be the centre. The centre in ourselves is the Centre everywhere. Our heart being the centre of ourselves, wherefrom the life force works, and without which this body cannot exist, is the centre everywhere. So the 'CENTRE' of the Central Region about which our Revered Master speaks is nowhere else but within ourselves.

That is one of the reasons for choosing the heart as a focal point for meditation in Sahaj Marg Sadhana.

I was telling about the 'Maha Vakya' given by our Master. It is the first line in our prayer 'Oh Master Thou art the Real Goal of Human Life.' At the first instance it may look like your individual self addressing this prayer to the Master himself, as for many of us it may be difficult to meditate on the Supreme Self or Brahman or Bhuma directly, without a concept. Actually there is no harm at all in doing like this, for, after all the personality who has realised the Brahman and is absorbed in it, is the 'Supreme Itself'—Brahmavit Brahmaiva Bhavathi' as the Scripture says. When you feel you are absorbed in such a Master, you will find next you are absorbed in Brahman itself. Finally at the moment of experiencing the ULTIMATE there will be neither the Master, nor your self nor the meditation. This triple concept is only meant for enabling the Abhyasi to realise the Supreme Truth. No object will remain in the subject then. What I want to tell about this 'Maha Vakya' in our prayer is that though the address is in the second person at the first instance, it will turn out to be in the first person when you will be addressing your own 'SELF' and finally that will also disappear and you will become the 'GOAL' itself or I shall say there will be complete identity between the Goal and your self at the stage of Realisation. This is the glorious and sublime effect of the 'Maha Vakya' in our prayer, for which we should ever be grateful to our Beloved Master.

So our meditation is on the meaning of the prayer which contains this Maha Vakya. I would like to tell a few words about meditation. No amount of study and reflection will make us realise the Ultimate. Meditation alone is the royal path that

will lead us to our Goal. The more one meditates on the significance of our prayer, the more one will realise how the human and divine personalities in him develop. Meditation in this way will enable one to get over his mental tensions and psychological weaknesses and on the positive side one will develop intelligence, efficiency and skill and unbounded energy which will certainly help one to discharge one's duties to family, society and the world at large— योगः कर्मसु कौशलम्. All this will automatically happen, without his own knowledge and the transformation will be so natural, so smooth. More so when the meditation is on 'THAT' which is beyond the bounds of all phenomena. It is the inexorable law that the meditator becomes what he meditates upon.

The object of meditation is to make the seeker live at least one split moment of his life in that state of the Absolute, independently of all other periods of time. As the Master says "when a man creates in him a strong craving for the Absolute, he is indeed in a state of prayer. Whenever a man enters in that state even for a moment, his prayer is granted." But it requires continued practice to accomplish it. People should be exhorted to offer such a type of prayer. If one achieves and settles down in it, what else remains for him to do except remembrance, and that too in a way that it never comes into consciousness even.

The experience of a thought is in direct proportion to the frequency with which that particular thought strikes the mind. Thought disturbances will come only where there is a mind. When the mind is unified with the Ultimate or alternatively with that of a Master who is a realised soul, that single—thought—mind is no mind at all. The more a seeker meditates in the right way, sooner will he reach a point from where no more thought will arise. All

thought will lapse into silence. From that moment that person begins to live in Reality. This is what is exactly aimed at by a right process of meditation in our Samstha.

Now, a word about why should we meditate on the heart. The practice followed in our Sahaj Marg Sadhana is 'meditation on the heart thinking of Godly light within it. "There is a great philosophy underlying it" as Master says. Heart is the seat of humane and divine qualities in man. It is the seat of emotions, love, mercy and sentiments. The head is the seat of logic and reason. A pure intellect devoid of the qualities of heart is a 'soul-killing self-poison'. Man's intellect would be his own destruction if the pure reasoning and logical faculties do not pass through his heart. He will ultimately create a 'Frankenstein' within himself which will destroy him, if the head overgrows at the expense of the heart. The present day difficulty is we are trying to live on the intellect alone without a heart, resulting in failure to live an ideal, happy and cultured life in an atmosphere of peace and understanding. The pure Awareness or the Centre of Consciousness is in the space in the heart only, and meditation on that is therefore the right way for faster progress.

An important aspect of the Sahaj Marg Sadhana is the process of Yogic Transmission or 'Pranahuthi.' As the Master puts it "this is power working through the channels of pure mind. The worthy guide by the power of yogic transmission weakens the lower tendencies in the mind of the trainee and sows the seed of Divine Light in the innermost core of his heart. In this process the trainer uses his will-force which has Divine Infinite at his back".

'The total Reality is a potent power consisting of both dynamism and consciousness'. The dynamic aspect of Reality is

called the 'Prana' and the Conscious aspect is Consciousness. It is this Prana that is injected into the seeker and utilised to wake him up from his physical sloth, mental drowsiness and intellectual stupor, and to kindle in him the Divine Consciousness. The seeker, of course, is expected to actively cooperate while receiving this Yogic transmission for a fuller and everlasting effect.

Verily 'Sahaj Marg Sadhana' is the remedy for the present day ills of mankind. On this auspicious day let us express our heart felt gratitude to our Revered Master, who in his unbounded kindness is radiating Divine Effulgence on all the four corners of this earth. Let us pray for his health and long life so that, we, the seekers may get the full benefit from him and achieve the Goal of Life. Let us stop not until then.



WITH BEST COMPLIMENTS FROM

**MALLIAH BROS.,**

Gowliguda

**Hyderabad, A. P.**

WITH BEST COMPLIMENTS FROM

## "MEGHDOOT"

Manufacturers of

High Class Paints, Varnishes, Adhesives ( Joycol/Micacoll )

Cement Dry Colours and Lime Colours etc.

MEGHDOOT PAINTS & CHEMICALS (INDIA)

Head office :

7/41, South Patel Nagar,

New Delhi-8

Factory :

12th Mile Mathura Road

Amar Nagar

Faridabad (Haryana)

Sole Distributors :

M/s. Saluja Brothers, Karol Bagh, New Delhi-5

Phone : 562685

WITH BEST COMPLIMENTS FROM

## Paper Suppliers

Suppliers of High Quality Papers & Boards

2, Baker Street,

Madras-1

## Knowledge, Action and Realisation

[ Raghunandan Prasad Indra, Lakhimpur Kheri ]

Work is worship, and worship is work. Worship has two elements in its constitution—the subjective and the objective. The subjective element is the spirit of dedication, the objective element is the thing dedicated. There is a direct relation between the spirit of dedication and the thing dedicated from what you own and possess. The deeper the dedication of the spirit, the higher the worth of the thing dedicated.

Some people think that Jnan is opposed to action. The opposition between the two is, however, only apparent and superficial. The law is, deeper the Jnan, higher the action. But there is a true Jnan and a false Jnan, just as there is true action and false action. There is irreconcilable opposition between the false Jnan and the false action, but there is no such opposition between the true Jnan and true karma.

False Jnan is born of a bookish approach to the understanding of the Real. It ignores life and insists upon dogmas, it rejects the substance and pursues the shadow. All great men who were endowed with true Jnan in any appreciable degree, have been men of great action, they have been the founders of great movements in history. The men who had clung to false knowledge and bookishness were lost in the verbiage of their so called knowledge.

Not that book knowledge is to be slighted and deprecated. The book knowledge is to be understood, digested and assimilated in the context of the changing history of thought and action. It is not to be swallowed and allowed to remain unchewed and

undigested. When it remains undigested and unassimilated, it loses its healthy contact with knowledge and becomes an intellectual and spiritual disease.

False action is clinging to form, ceremony and ritual, which lose their contact with spirit, and, therefore, with life which guides, directs and contacts all creative and purposeful action. Mere recitation of the holy name, mere worship of the idol, mere observance of ceremony easily tend to lose their touch with the spirit, and cease to be creative and dynamic. Revolutions of thought and action are required to impart creativity and dynamism to life without which it cannot exist, whether in the individual or the social organisation.

When false knowledge joins with false action, it becomes cant and hypocrisy. When cant and hypocrisy overtake the individual of the society, they lose their faith in themselves, and rapidly slide down towards spiritual stagnation and material ruin.

True knowledge and true action must conjoin and cooperate for true and purposeful development, whether of the individual or of the society. It may be that true knowledge alone, if not wedded to true action, will lead the individual not to spiritual liberation, but to escapism, which is false and cowardly. It may be that true action, if not wedded to true knowledge, will lead to falsification of life and not to its developments.



## मालिक की निगाह

(सुश्री कस्तूरी चतुर्वेदी, मोदीनगर)

यह कैसी निगाह है, यह किसकी निगाह है, कैसी प्रतीक्षा भरी आँखें हैं। यह किसकी ओर ऐसी स्नेहाविष्ट-दृष्टि से निहार रही हैं? इन्हें क्या चाहिये? किसी से क्या कुछ माँग रही हैं? इस निगाह में कैसी आतुरता है? इन निगाहों में, इन नेत्र-द्वय के झरोखों से यह किसकी प्रतीक्षा सी टपक रही है? इनकी मूक ध्वनि किसको दूर से थपकियाँ सी देरहीं हैं, अपने पास बुला रही है? किस बड़भागी को अपने सुक्रीमल अंक में समेट लेने को आकुल सी है? इन प्रश्नों का स्वागत करना ही होगा। इनकी उपेक्षा भला की भी कैसे जा सकती है क्योंकि यही तो मालिक की निगाह है। यह तो एक हृदय से दूसरे हृदय की बात है। हृदय के पास आँख नहीं है, जिह्वा नहीं है, हैं केवल अतल भावनाओं की गहराई सागर की लोल-लहरियों से टकराते भँवर की तरह से ही है इसका चक्र (हृदय-चक्र)। हम इन स्नेह भरी निगाहों को अपने हृदय रूपी भँवर के चक्र में पैठा लें यही एक इलाज है सब मर्जों का।

आओ! आजाओ! हृदय की हूक चैन से नहीं बैठने देरही हैं। इस हूक ने अंतर की गहराई को उथला करके फैला दिया है।

इस पावन, पुनीत दृष्टि की किरणों को हम अपने अंतर में सीधी उतार लें अंतर में सीधी आने दें, हमें केवल ऐसी राह बनानी है। यदि हमारी दृष्टि के मध्य में 'उसकी' दृष्टि के अतिरिक्त कोई तीसरी वस्तु है तो फिर हम उस पावन दृष्टि की किरणों को अपने अंदर सीधी पैठने देने की राह में रोड़ा अटका देते हैं। राह को स्वच्छ, शुद्ध एवं सरल बनाने का तो बस एक ही उपाय है। हम अपनी दृष्टि के पथ में 'उसके' ही महत् स्मरण को बिछा लें। हम अपनी स्मरण भरी, प्रतीक्षा-युक्त दृष्टि द्वारा अपने हृदय में छुपी तड़प को निकाल कर बाहर ले आवें, बस तभी सच्चा रत्न मिल गया समझना चाहिये। यही वह वस्तु है जो अपनी राह स्वयं टटोल लेती है। अपना मार्ग सहज बना लेती है, सुक्रीमल बना लेती है। किन्तु इस अमूल्य रत्न की खोज जब हम अंतर की अतल-गहराई में पहुंच कर करते हैं तो हृदय रूपी सागर इसे उगल कर हमारे लिये, हमारे समक्ष फेंक देता है। हम इसे सहज लेते हैं, समेट लेते हैं; हृदय से लगाकर ही रख लेते

हैं कि यदि कभी चक्कर में फंस जाने पर, उलझनों से ग्रसित हो जाने पर यह हमसे छूटे तो हमारे हृदय रूपी सागर में ही समा जाये। हमारे हाथ से बाहर न हो जाये। किन्तु यह कहना भी कि इस अमूल्य राशि को हम सहेज लेते हैं, हम समेट लेते हैं कहां तक सत्य हो सकता है। यह कदाचित् भली प्रकार वह बड़-भागी ही समझ पायेगा कि जिसके जी में लगी हो अथवा जिसके जी को यह लग गई हो। वास्तविक तथ्य तो यह है कि सर्व प्रथम तो इसे खोजते हम हैं किन्तु मिल जाने पर फिर यही हमें क्षण क्षण सहेजती है। पल पल पलकों में ही समेटती है; यही है वह अलौकिक रत्न जो उस आतुर दुष्ट को, उन प्रतीक्षा भरे नेत्र-द्वय को हमारे अंतर में, हमारे लिये उतार लाती है।

जब जीवन में हम किसी निश्चय को अपने विचार में दृढ़ कर लेते हैं तो क्रमशः हमारी आंतरिक दृष्टि उस निश्चय के पीछे लग जाती है। निश्चय रूपी श्रंखला लक्ष्य से बराबर शक्ति खींचती रहती है ऐसा मँने अनुभव किया है। इस प्रकार निश्चय की दृढ़ता हमारे अंतर में दृढ़ता भरती जाती है। उधर लक्ष्य की याद क्रमशः विचार द्वारा अप्रत्यक्ष मन में धर करती जाती है। अप्रत्यक्ष-मन की बिजली मन में, स्मरण में तीव्रता एवं आकर्षण भरती जाती है। इससे हमारे अंतर में बिजली की सी शक्ति उत्पन्न हो जाती है जो केवल हमें ही नहीं खींचती है वरन् वैसे ही खिचन (तड़पन) 'मालिक' के अन्दर 'उसे' हमसे मिलने को बेचैन कर देती है। वैसे अव्यक्त रस है। कौसा अनुठा सत्य है। वास्तव में हम (साधक) को तो आवाहन की प्रतीक्षा रहती है, हमारे नेत्रों में आवाहन के ही अश्रु रहते हैं किन्तु उधर मिलन की आतुरता में 'प्रिय' आकुल व्याकुल सा हो जाता है। उनके नेत्रों में भी किसी के मिलन की प्रतीक्षा समा जाती है और तभी साधक की प्रतीक्षा सुहागिन हो जाती है।

हमारे ध्यान अथवा स्मरण में जब तक प्रेम व रुचि की लसी नहीं उत्पन्न हो जाती है तब तक हमारे निश्चय में दृढ़ता रूपी चिपक उत्पन्न नहीं हो पाती है। जब तक निश्चय में लक्ष्य प्राप्ति से चिपकन नहीं उत्पन्न हो जाती है तब तक हमारे विचारों में 'उसके' स्मरण के अतिरिक्त अन्य इच्छायें और विचार भी चिपके रहते हैं, जिससे हमारा विचार एवं चाह एकांगी नहीं होने पाती है। जब तक हम अपने प्रिय के आवाहन में, स्मरण और विचार में एकांगी नहीं हो पाते हैं तब तक नेह की श्रंखला में 'उसके' साथ हम भी जुड़े रहते हैं। इससे मिलन की बेला में अवेर हो जाती है।

वह आता है, जब उसके ध्यान में लय लीन हुये हमें यह तक पता नहीं रहता है कि आखिर हम किसको खोजते खोजते स्वयं ही खोगये। कौन चितचोर हमारे अनजाने में ही हमें चुरा ले गया है। किसने हमारे ख्याल में से अनजाने ही हमारा अपहरण कर लिया है। कौन, प्रेम में भूले हमारे भोलेपन पर छाकर हमें ही ठग ले गया है। किन्तु ख्याल अथवा ध्यान को अभी ही सही ठिकाना मिल गया सम्भ्रमा चाहिये। कौसा सुन्दर सत्य है कि विचार ही भटक जाने पर हम भी भटक कर संसार में अमते रहते हैं। किन्तु विचार किसी को साथ लेकर लक्ष्य की खोज में खो जाता है तब वह हमें अपने सही ठिकाने पर पहुँचा देता है। सही ठिकाना मिल जाने पर फिर प्रत्येक क्षण, बैठे, उठे, सोते, जागते, प्रत्येक दशा में हम अपने ठिकाना बताने वाले के साथ ही रहते हैं। फिर कभी भटक जाने का अदेशा नहीं रहता है। ठोकर खाकर चोट खाने की सम्भावना ही नहीं रहती। तब देरी देरी नहीं मालुम पड़ती है। हमारा प्रति पल आवाहन की प्रतीक्षा लिये हुये जाता है और उधर से प्रति पल मिलन का शुभ संदेश लेकर आता है। इतना सा ही छोटा सा 'उसका' भेद है जो हम पर खुल जाता है। सीधी चाल और स्वच्छ मार्ग पर जाते जाते फिर हमारे अंतर में स्वच्छता व्याप्त हो जाती है। स्वच्छता सी सरल एवं पावन दैविक-ज्योत्सना में फैले हम यह भी बिस्मृत कर बैठते हैं कि हम संसार में रहते हैं अथवा दिव्य-ईश्वरीय लोक के वासी हैं। तब हम स्वतः पाते हैं कि हम केवल सांसारिक प्राणी ही नहीं, बल्कि दिव्य शक्ति से पूर्ण, सामर्थ्य से भरपूर कुछ अन्य है जिसे हम व्यक्त नहीं कर पाते हैं। जो कुछ हम व्यक्त नहीं कर पाते हैं वही है 'मालिक' की निगाह। आँ सहेज-मार्ग साधना द्वारा हम सब मिलकर दिव्याकाश के तारे धरती पर बटोर लायें। आध्यात्मिक-सागर को अनुभव रूपी हीरक कणों के रूप में (Transmission power) द्वारा मानव मनो में उतार दें। परस्थितियों के तीक्ष्ण वारों को हम सहेज-संतोष रूपी ढाल पर सहन कर जायें। आपस में मिल-कर, एक होकर, अनन्त की शक्ति का प्रवाह 'मालिक' की निगाह के द्वारा हम अपनी ओर मोड़ लायें। मालिक' हमारे हृदय में समा जाये और हम समा जायें 'मालिक' की निगाह में।

# सहज मार्ग में गुरु का कार्य

(श्री जगदीश प्रसाद गुप्त, सीतापुर)

संसार में गुरु का स्थान सर्वोच्च है। सद्गुरु की प्राप्ति ईश्वर की कृपा से होती है और ईश्वर प्राप्ति गुरु कृपा से होती। सद्गुरु कैसा हो ? इसके लिये लिखा है कि

गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णु गुरुर्देवा महेश्वरः ।

गुरुः साक्षात् परब्रह्म तस्मै श्री गुरुवे नमः ॥

गुरु ब्रह्म निष्ठ हो। उसमें इतनी क्षमता होनी चाहिये कि वह अपनी योगिक शक्ति से अपने शिष्य के अन्तर में परिवर्तन, शूनैः-शूनै अथवा अकस्मात् ला दे और शिष्य को प्रयास न करना पड़े अर्थात् उसकी आध्यात्मिक प्रगति गुरु कृपा से स्वतः होने लगे।

ईश्वर को हमने देखा नहीं तो गुरु ही हमारे लिये सर्वस्व है। सद्गुरु भी केवल वहीं है जिसने अपने को ब्रह्म में लय कर लिया हो। शिष्य के मन में केवल ईश्वर को प्राप्त करने की चाह होना चाहिये। उसकी चाह ही गुरु ईश्वर के अंदर उसके प्रति आकर्षण पैदा कर देगी। वास्तव में ईश्वर में कोई चाह नहीं होती परन्तु यदि शिष्य के अन्दर चाह की वृद्धि होती जाय तो गुरु जो अनन्त में लय हो वह हमारी ओर खिंचता जायगा। अन्य प्रकार से गुरु। ईश्वर मिलना लगभग असम्भव है और ब्रह्मनिष्ठ गुरु तो वर्तमान काल में लगभग अप्राप्य ही है।

सहज-मार्ग साधना पद्धति के अन्तर्गत हमारा सद्गुरु अपनी योगिक शक्ति के द्वारा अभ्यासी की आध्यात्मिक प्रगति प्रतिदिन करता जाता है। इसमें अभ्यासी को कुछ करना नहीं पड़ता है परन्तु ईश्वर को प्राप्त करने की इच्छा मात्र तो करना ही होगी। इसे प्रयत्न नहीं कहा जा सकता और यदि इसको प्रयत्न माने तो इतना प्रयत्न तो अवश्य ही करना पड़ता है। ध्यान देकर देखने से मालूम होगा कि इच्छा करनेमात्र से प्राप्त होने वाले एक ईश्वर अथवा गुरु ही है। दुनिया में लोग नाना प्रकार के पदार्थों की इच्छा करते हैं, परन्तु इच्छा करने से ही उन्हें कुछ नहीं मिलता इच्छा से, प्रारब्ध संयोग से और फिर प्रयत्न हो तब भौतिक पदार्थ मिलता है, पर भगवान के लिये तो इच्छामात्र से ही काम

हो जाता है। इच्छा करने पर जो प्रयत्न होता है वह प्रयत्न तो गुरु स्वयं करा लेता है। अभ्यासी तो केवल निमित्त मात्र बनता है। ऋजुन से भगवान् कृष्ण ने कहा 'ये सब मेरे द्वारा मारे हुए हैं' तू तो केवल निमित्त मात्र बन जा (गीता ११-३३)। इसी प्रकार अपनी प्राप्ति रूप कार्य की सिद्धि में भी सब कुछ गुरु ही कर लेता है। इच्छा करने वाले भक्त को केवल निमित्त मात्र बनाता है। जो लोग भगवत्प्राप्ति को केवल अपने पुरुषार्थ से सिद्ध होने वाली मानते हैं, उनको ईश्वर प्राप्त नहीं होता। हां, उन्हें बड़ी कठिनाई से ज्ञान की प्राप्ति हो सकती परन्तु उसमें भी गुरु की शरण तो ग्रहण करनी ही पड़ती है। भगवान् कृष्ण स्वयं कहते हैं—  
तद्धिद्धि परिणपातन परिपश्नैन सैवया ।

उपवेक्ष्यन्ति तै ज्ञानं ज्ञानिनस्तत्त्वदर्शिनः ॥ (गीता ४।३४)

उस ज्ञान को तू समझ, श्रोत्रिय ब्रम्हनिष्ठ आचार्य के पास जाकर उनको भली भाँति दण्डवत् प्रणाम करने से, उनकी सेवा करने से और कपट छोड़कर सरलता पूर्वक प्रश्न करने से परमात्मतत्त्व को भली भाँति जानने वाले वे ज्ञानी महात्मा तुझे उस तत्त्वज्ञान का उपदेश करेगा।

श्रुति कहती है—

उत्तिष्ठत जाग्रत प्राप्य वरान्निबोधत । कठोपनिषद ।

(उठो, जागो और महान् पुरुषों के समीप जाकर ज्ञान प्राप्त करो)।

भगवत्प्राप्ति में केवल पुरुषार्थ मानने का कारण अहंकार रूपी दोष है। भक्त के इस अहंकार को नष्ट करने के लिये भगवान् उसे भीषण संकट में डालकर यह बात प्रत्यक्ष दिखला देते हैं कि कार्य सिद्धि में अपनी सामर्थ्य मानना मनुष्य की एक बड़ी गलती है। इस प्रकार अहंकार नाश के लिये जो विपत्ति में डालना है, यह भी गुरु की विशेष कृपा है। केनोपनिषद में एक कथा है—उन्द्र, अग्नि वायु देवों ने विजय में अपने पुरुषार्थ को कारण समझा, इसलिए उन्हें गर्व हो गया। तब भगवान् ने उन पर कृपा करके यक्ष के रूप में अपना परिचय दिया और उनके गर्व का नाश किया जब अग्नि वायु देवता परास्त हो गये और यह समझ गये कि वस्तुतः हमारे अन्दर कुछ भी सामर्थ्य नहीं है, तब भगवान् ने विशेष दया करके उमा के द्वारा इंद्र को अपना यणार्थ परिचय दिया। सफलता में अपना पुरुषार्थ मानकर मनुष्य गर्व करता है परन्तु अपरिहार्य विपत्ति में जब वह अपने पुरुषार्थ से निराश हो जाता है तब निरुपाय होकर भगवान् की शरण जाता है और आर्त्ता होकर पुकार उठता है—

'नाथ' मुझे इस घोर संकट से बचाइये। मे सर्वथा असमर्थ हूँ। मैं जो अपने बल से अपना उद्धार मानता था, वह मेरी भारी भूल थी। राग-द्वेष और काम-क्रोधादि शत्रुओं के दवाने से अब मुझे इस बात का पूरा पता लग गया कि आत्मा की कृपा के बिना मेरे लिये इन से छुटकारा पाना कठिन ही नहीं वरन् असम्भव है। जब अहंकार को छोड़कर इस तरह सरलभाव से और सच्चे हृदय से अभ्यासी गुरु की शरण हो जाता है तब गुरु उसे अपना लेता है, और आश्वासन देता है क्योंकि भगवान् की यह घोषणा है—

सुकदेव प्रपन्नाय तवास्मीत च या चर्तै ।

अभय सर्वभूतैर्म्यो ददाम्स्तैतद् व्रतं मम् ॥ (वा० रा ६।१८।३३)

(जो एकबार भी मेरे शरण होकर कहता है, मैं तुम्हारा हूँ, (तुम मुझे अपना लो) मैं उसे सब भूतों से अभय कर देता हूँ, यह मेरा व्रत है)। यही विरुद्ध सहज-मार्ग साधना पद्धति में गुरु का है। इस पर भी यदि मनुष्य उनके शरण होकर अपना कल्याण नहीं करता तो यह बड़े आश्चर्य की बात होगी।

दयासागर गुरु की जीवों पर अपार दया है। वस्तुतः उन्हें दयासागर कहना भी उनकी स्तुति व्याज से निन्दा ही करना है क्योंकि सागर तो सीमा वाला है परन्तु गुरु की कृपा की तो कोई सीमा ही नहीं है। अच्छे-अच्छे पुरुष भी गुरु की कृपा की जितनी कल्पना करते हैं वह उससे भी बहुत बढ़ कर है। उसकी कोई कल्पना ही नहीं की जा सकती। कोई ऐसा उदाहरण नहीं जिसके द्वारा गुरु की कृपा का स्वरूप तथा प्रभाव समझाया जा सके। माता का उदाहरण दें तो वह भी उपयुक्त नहीं है। कारण दुनियां में असंख्य जीव हैं और उन सबकी उत्पत्ति माताओं से ही होती है, उन सारी माताओं के हृदयों में अपने पुत्रों पर जो दया या स्नेह है, वह सब मिलकर भी उन दयासागर की दया के एक बूंद के बराबर भी नहीं है। ऐसी हालत में और किससे तुलना की जाय? तो भी माता का उदाहरण इसीलिये दिया जाता है कि लोक में जितने उदाहरण हैं उन सब में वही विशेष है। माता अपने बच्चों के लिये जो कुछ भी करती हैं, उसकी प्रत्येक क्रिया में दया भरी रहती है; इस बात का बच्चे को भी कुछ-कुछ अनुभव रहता है। जब बच्चा शरारत करता है तो उसके दोष निवारणार्थ मां उसे धमकाती-मरती हैं और उसको अकेला छोड़कर कुछ दूर हट जाती है। ऐसी अवस्था में भी बच्चा माता के ही पास जाना चाहना है दूसरे लोग उससे पूछते हैं 'तुम्हें किसने मारा' ? वह रोता हुआ कहता है 'माँ'। इस पर वे



कहते हैं 'तो आइन्दा उसके पास न जाना'। परन्तु वह उनकी बात पर ध्यान न देकर रोता है और माता के पास ही जाना चाहता है। उसे भय दिखलाया जाता है कि 'मां तुझे फिर मारेगी'। पर इस बात का उस पर कोई असर नहीं होता, वह किसी भी बात की परवाह न करके सरल स्वभाव से अपनी माता के पास ही जाना चाहता है। रोता है, परन्तु चाहता है माता को ही। जब माता उसे हृदय से लगा कर उसके आंसू पोछती है, आश्वासन देती है, तभी वह शान्त होता है। इस प्रकार माता की दया पर विश्वास करने वाले बच्चे की भाँति जो गुरु के दया तत्व को जान लेता है और गुरु की मार पर भी उसी को पुकारता है; गुरु उसे अपने हृदय से लगा लेता है। फिर जो गुरु की कृपा को विशेष रूप से जान लेता है, उसकी तो बात ही क्या है ?

लड़का नीचे के तल्ले पर जब चढ़ना चाहता है तो माता उसे सीढ़ियों के पास ले जाकर चढ़ने के लिये उत्साहित करती है। कहती है— बेटा। चढ़ो, गिरोमे नहीं, मैं साथ हूँ न ? लो मैं हाथ पकड़ती हूँ यों साहस और आश्वासन देकर उसे एक-एक सीढ़ी चढ़ाती है पूरा ख्याल रखती है, कहीं गिर न जाय, जरा सा भी डिगता है तो तुरन्त हाथ का सहारा देकर थाम लेती और चढ़ा देती है, बच्चा जब चढ़ने में कठिनाई का अनुभव करता है तब माँ की ओर ताककर मानो इशारे से माँ की मदद चाहता है। माँ उसी क्षण उसे अव-लम्बन देकर चढ़ा देती है और पुनः उत्साह दिलाती है। बच्चा कहीं फिसल जाता है तो माँ उसे गोद में उठा लेती है, गिरने नहीं देती। इसी प्रकार जो पुरुष बच्चे की भाँति गुरु पर निरभर करता है, गुरु उसकी उन्नति और रक्षा की व्यवस्था स्वयं करता है, उसे तो केवल निमित्त बनाते हैं। सांसारिक माता तो कदाचित् असावधानी और सामर्थ्य के अभाव से या भ्रम से गिरते हुए बच्चे को न बचा सके, परन्तु सहज मार्ग साधना पद्धति में गुरु अपनी अनन्त यौगिक शक्ति से अपने आश्रितों को कभी गिरने देता ही नहीं। वरन् उत्तरोत्तर उसे सहायता देते हुए, एक-एक सीढ़ी चढ़ाते हुए सबसे ऊपर के तल्ले पर जहाँ पञ्चना ही जीव का अन्तिम लक्ष्य है, पहुँचा ही देता है। इससे यह सिद्ध हो जाता है कि प्रयत्न गुरु ही करता है, भक्त को तो केवल इच्छा करनी पड़ती है और उसी से गुरु उसे निमित्त बना देता है। बच्चा कभी अभिमानवश यह सोचता है कि मैं अपने ही पुरुषार्थ से चढ़ता हूँ, तब माता कुछ दूर हट कर कहती है अच्छा चढ़ो, परन्तु सहारा न पाने से वह चढ़ नहीं सकता।

गिरने लगता है और रोता है तब माता दौड़कर उठे बचाती है। इसी प्रकार अपने प्रयत्न का अभिमान करने वाला भी गिर सकता है।

यह ध्यान रहे कि गुरु की कृपा का तात्पर्य यह कदापि नहीं है कि मनुष्य सब कुछ छोड़कर हाथ-पर-हाथ धरकर बैठ जाय कुछ भी न करे। ऐसा मानना तो गुरु की कृपा का दुरुपयोग करना है। जब माता बच्चे को ऊपर चढ़ाती है, तब सारा कार्य माता ही करती है, परन्तु बच्चे को माता की आज्ञानुसार चेष्टा तो करनी ही पड़ती है। जो बच्चा माँ की इच्छानुसार चेष्टा नहीं करता या इसके विपरीत करता है, उसको माता उसके हितार्थ डराती-धमकाती है तथा कभी-कभी मारती भी है।

इस मार में माँ के हृदय का प्योर भरा रहता है; यह भी उसकी परम दयालुता है। इसी प्रकार सहज-मार्ग साधना पद्धति में गुरु भी दया वश होकर समय-समय पर हमको मीठी-मीठी चेतावनियाँ देकर भटकते पैरों को ठीक मार्ग पर ले जाता है। मतलब यह कि जैसे बच्चा अपने को और अपनी सारी क्रियाओं को माता के प्रति सौंप कर मातृपरायण होता है, इसी प्रकार हमें भी अपने आपको और अपनी सारी क्रियाओं को गुरु के हाथों में सौंप कर उनके चरणों में पड़ जाना चाहिये। इस प्रकार बच्चे की तरह परम श्रद्धा और विश्वास के साथ जो अपने आपको गुरु की गोद में सौंप देता है वही पुरुष उसकी कृपा का इच्छुक और पात्र समझा जाता है और इसके फलस्वरूप वह गुरु की कृपा से परमात्मा को प्राप्त हो जाता है। सारांश यह है कि सद्गुरु की प्राप्ति परमात्मा की दया से ही होती है, दया ही एकमात्र कारण है। परन्तु यह दया मनुष्य को अकर्मण्य नहीं बना देती। गुरु की कृपा से ही ऐसा परम पुरुषार्थ बनता है। जीव का अपना कोई पुरुषार्थ नहीं, वह तो निमित्तमात्र होता है।

इस प्रकार सहज-मार्ग साधना पद्धति के अन्तर्गत सद्गुरु अपनी योगिक शक्ति का सहारा देकर मनुष्य को अन्तिम लक्ष्य तक पहुँचा देता है। सद्गुरु हमारे समक्ष चैतन्य रूप में विद्यमान है, उसे प्राप्त करके हम अपने अन्तिम लक्ष्य को सहजता से प्राप्त कर सकते हैं।

समय रहते चेतो। उठो, जागो और महान पुरुष के समीप जाकर साक्षात्कार प्राप्त करो।

## याचना

(श्री बाला प्रसाद 'बाला जी' इलाहाबाद)

मुक्ति नहीं बन्धन दो मुझको,  
बंध कर जो न कभी खुलता हो  
हास्य नहीं क्रन्दन दो मुझको,  
जिसमें स्नेह-सलिल बहता हो ।  
मुक्ति नहीं—

बनू न प्रतिमा देवःलय की,  
चढ़े न शीश सुमन की माला  
अर्घ्य न गंगाजल का पाऊं  
जले न दीप, यज्ञ की ज्वाला  
मंत्र नहीं चिन्तन दो मुझको,  
जिसमें कर्म निहित रहता हो  
मुक्ति नहीं—

आदि अन्त का अन्वेषक मैं,  
कभी न इस जग में कहलाऊं  
ब्रह्म तत्व का विश्लेषक भी  
नहीं चाहता मैं बन जाऊं ।  
ज्ञान नहीं बन्धन दो मुझको,  
जिसमें धर्म विहित रहता हो ॥  
मुक्ति नहीं—

बनू न पंडित न ही पुजारी,  
मुझे न कम्बल आसन देना ।  
जगती के उस पार बसूँ मैं,  
मुझे न ऐसा साधन देना ।  
त्याग नहीं तड़पन दो मुझको,  
जिसमें जीवन गति लहता हो ॥  
मुक्ति नहीं—

मुझे बनाओ तुम न देवता,  
इन्द्र लोक का चिर-अधिवासी ।  
धरती का मानव रहने दो,  
बनूँ न अंतरिक्ष अधिशासी ।  
मान नहीं मन्थन दो मुझको,  
जिसमें मानस तम धुलता हो ॥  
मुक्ति नहीं—

## प्रार्थना

(श्री हामिद अलीखां 'लाज' सीतापुर)

बस इतनी इत्तजा मंजूर है सरकार हो जाये ।  
मेरी हस्ती निसारे जलवा-गाहे-यार हो जाये ॥  
गुरु का इश्क दिल गन्जीनए असरार हो जाये ।  
नहीं मुश्किल नज़र को तूर सा दीदार हो जाये ॥  
दमें आखिर अगर रुख जानिबे सरकार हो जाये ।  
बिला शक लय अवस्था का वहीं हकदार हो जाये ॥  
बुलन्दी इतनी पैदा करले उसके इश्क में नादां ।  
कि सब लोगों पे उसके फँज का इजहार हो जाये ॥  
पड़ेगा वास्ता अब तो तलातुम खेज तूफ़ां से ।  
नज़र हम सब पै रखिये ताकि बेड़ा पार हो जाये ॥  
भलाई कौमे इन्सा की इसी में अब भी है हामिद ।  
बहुत दिन रुवाबे ग़फ़लत में रहा, बेदार हो जाये ॥

# मैं अपंख प्रिय दूर

(श्री रमापति डींगर, सीतापुर)

जाने किस आलम में देखा था तुम्हें,

आज तक एहसासे तनहाई नहीं ।

(वह मिलता भी नहीं और मिलने की इच्छा भी नहीं जाती) ।

गीली लकड़ियाँ सुलग रही हैं । सीधा, आड़ा वतुँलाकार धुआँ उठ रहा है । लकड़ियों के बीच प्रकाश की रेखा उस पुँजीभूत धुएँ में कभी-कभी चमक उठती है । लकड़ियों की साँय-साँय वातावरण में व्याप्त है । अग्नि और जल में युद्ध हो रहा है, नमी और ताप लड़ रहे हैं । दो विपरीत शक्तियों में संघर्ष हो रहा है । आग धीरे-धीरे बढ़ रही है —जैसे चिता जल रही हो ।

कोई दूर पर गा रहा है —‘मैं अपंख...प्रिय दूर’। क्षितिज की ओर से स्वर तैरता आ रहा है । आवाज में दर्द है, कसक है, टीस है—‘प्रिय दूर’ ।

निगाहों से छुपकर तसव्वुर में आना, हुआ तो तगरूफ मगर गायबाना ।

हृदय में कुछ चुभ सा रहा है—‘प्रिय दूर’ और ‘मैं अपंख’ । मन ठहर कर अपना जायज़ा लेता हुआ सोचता है, सोचता है, सोचता चला जाता है । भीतर एक संग्राम हो रहा है गम्भीर शान्ति में जैसे हाहाकार व्याप्त लगता है । एकबार आकर नहीं आया । एक टीस आती है, हाँ नहीं आया । किन्तु क्या वास्तव में नहीं आया ? पद चाप सुनाई पड़ती है मन गा उठता है— ‘वह पग-ध्वनि मेरी पहचानी’ । फिर भी कहीं कोई नहीं—‘प्रिय दूर’ । फिर हाहाकार —

जिसने बदली है जिन्दगी मेरी ,

वह नजर अब नजर नहीं आती ।

तुम्हारा वह रूप कहाँ है ! तुम कहाँ हो ? तुम्हारे आने पर जो कुछ आता है वह तो सभी मेरे कक्ष में है किन्तु तुम ? तुम नहीं हो । फिर कौन है यहाँ ? मन तड़प उठता है तुम्हें देखने को —

चे हुस्तत आं कि गर हरदम खलत रा सद-नजर बीनम ।

हिनौजम आरजू बाशद कि यक बाँरे दिगर बीनम ॥

(वह सौंदर्य कैसा है कि यदि मैं तेरे चेहरे को सौ दृष्टियों से देखूँ तो भी यह इच्छा होती है कि एक बार पुनः देखूँ)

सोचता हूँ तुम हो और नहीं हो । हो किन्तु पर्दे के पीछे और नहीं हो, तो दृष्टि के सामने । यह पर्दा क्यों और कब तक ? एक लहर उठती है 'फाड़ दे यह पर्दा और ले आ उन्हें सामने' ।

निगाहे-जल्बा-तलब मुबारक, अब उनका इस रूख से सामना है ।

न कोई चिलमन न कोई पर्दा, हिजाब हायल न हद्दे फासिल ॥

किन्तु पर्दा हटता नहीं । दूरी कम नहीं होती । मैं बढ़ता हूँ तो दूरी बढ़ती है और दूरी बढ़ती है तो तुम दिल की गहराइयों में अधिक उतरते जाते हो -

ज्यों ज्यों बसे जात दूरि दूरि पिय प्रान मूरि ।

त्यो त्यो घंसे जात मन मुकुर हमारे में ॥

यह पर्दा क्या है, कैसे बना, कहां से आया, इसका ताना बाना क्या है ? यह कैसे फटे कैसे हटे ? मन कहता है यह स्थूल शरीर ही तो पर्दा है । बुद्धि कहती है, नहीं । सूक्ष्म शरीर, कारण शरीर, सीमा बन्धन, अव्यक्त, महत्तत्त्व आदि ? यह क्या है ? तो क्या पर्दे पर पर्दे प्लाई की ताहों की भांति, प्याज की पतों की भांति चिपके हैं ? क्या इसका नाम 'स्थूलता' ठीक रहेगा ? मस्तिष्क में कुछ उभरता है । यही प्रश्न तो कब से किये जा रहे हैं । उत्तर देते लोग बूढ़े हो गये । पके बालों पर हाथ फेर कर कहते हैं वह अनिर्वचनीय है, ज्ञान है, अज्ञान है, ज्ञानाज्ञान है फिर भी कुछ नहीं है, विवर्त है फिर भी है । उसे सोचना ही नहीं चाहिये, वह हमारे हटाने से नहीं हटेगा । तब हो क्या ? तभी सहसा लगता है कि हमारी इच्छायें ही इस पर्दे का ताना-बाना हैं । ताना-बाना फटने से पर्दा स्वतः फट जायेगा ।

अपने नहर से अपने बाबुल के देश से बेटी पीहर चलती है । मां या और कोई उसे 'भीनी-भीनी-बीनी-चदरियां' ओढ़ा देती है । वह अपने बाबुल को स्पष्ट नहीं देख पाती । मां और अन्य उसे बिदा करते हैं । वह रोती है सबसे छूटकर बाबुल के पास भाग जाना चाहती है, किन्तु पुनः आगे बढ़ाई जाती है । अब-गुण्ठन बारबार ठीक किया जाता है । बाबुल पीठ पोछे रह गये हैं, वह बढ़ाई जा रही है, रोना सिसकियों में बदल गया है । विवशता और उसकी अनिवार्यता के आगे सर झुक गया है । लाज से आंखें भी झुक गई हैं । अब तो मां भी नहीं दीखती । बिदा होना पड़ा । पुरानी सहेलियां छूट गईं, नये साथी मिले, नया वातावरण मिला । घर की याद आती तो है किन्तु शनैः-शनैः कम होती जाती है । नया वातावरण उलझाये ले रहा है ? अपना घर भूल गया है, बाबुल भूल

गये हैं । यह धर बेटी का नहीं बहू का है । बेटी मर गई है, बहू जीवित है । अवगुण्ठन अनिवार्य हो गया है, दूरी वस्तविक हो गई है, वह बहू जो है । वह तो तभी हटता है जब अकेले में बाबुल आकर कहते हैं-हटाओ इसे, यहाँ अब कोई दूसरा नहीं है और वह घूँघट उलट देते हैं ।

बेटी पर आवरण डाला था मां या किसी अन्य ने और हम पर डाला है माया ने । बाबुल ने उसका आवरण हटाया और हमारा आवरण भी हमारा बाबुल ही हटा सकता है । वह तो कहता ही है-'सम्मुख होय जीव मोहि जबहीं, कोटि जन्म अघ नासौं तबहीं' । पर्दा पड़ा तो बेटी बहू बन गयी, एक से अनेक की ओर चली और हम पर पड़ा तो हम आत्मा से जीव बन गये, एक से बहुत्व की ओर गमन किया । यह पर्दा सत्य को ऐसा छिपा देता है कि मिथ्या ही सच लगता है । ब्रम्ह मायोपहित होकर ईश्वर हो गया और हम-भोक्ता जीव ।

माया का पर्दा सक्रिय क्यों हुआ ! ब्रम्ह ने इच्छा की कि 'एक हूँ बहुत हो जाऊँ' और इस इच्छा के संस्कार को भोगना पड़ा उसे । उसने एक इच्छा की और यह विराट ब्रम्हाण्ड तैयार हो गया । हम भी दिन-रात इच्छा किया करते हैं और वितने ब्रम्हाण्ड बनाया करते हैं । इच्छाओं के ताने-बाने से बना यह पर्दा हटाना ही होगा और हटाने के लिये बाबुल की आवश्यकता होगी ।

पुत्री जब तक छोटी थी काँधों पर, गोद में, रहा करती थी । फिर वह अपने पैरों चलाई जाने लगी और जब बहू बनने को हुई तो उसे भेज दिया गया । पैरों में, हाथों में, सारे शरीर भर पर अभूषण-आभरण चढ़ा दिये गये । उसकी प्राकृतिक चाल में भी व्यवधान पड़ने लगा, फिकरें बढ़ गईं-रक्षा करना है, बढ़ाना है । दूसरों को दिखाना है । हमको भी इच्छाओं की बेड़ियां पहना दी गईं । हमें कष्ट है किन्तु हम प्रसन्न हैं । ब्रह्म टीसते हैं किन्तु उसमें भी एक प्रकार का आनन्द है ।

यह आनन्द हमारे मन को थामे रहता है । राग हमें अंगराग के लिये प्रेरणा देता रहता है । हाथों की हथकड़ियाँ और पैरों की बेड़ियां बढ़ती जाती हैं, हमारा कलेवर स्थूल होता जाता है, ऊपर चढ़ने का साहस भी तो नहीं रहा । हमें अब अपने घर के सम्बन्ध में सोचने का समय कहाँ, रुचि कहाँ ? यह विवशता क्यों और कैसे दूर हो ? हमारी इच्छायें हमारी उन्नति में बाधक हैं तो इनका हो क्या ?

मस्तिष्क में एक चित्र उभरता है। परिक्षा लेने के इच्छुक कुछ साधु कबीर के पास खड़े हैं। पूछ रहे हैं क्या कर रहे हो? कबीर करवे पर हाथ रोक कर मुस्कराते हैं—कहते हैं—‘इधर से तोड़ रहा हूँ उधर से जोड़ रहा हूँ’। साधु लज्जित हो जाते हैं। तोड़ना, जोड़ना। रह रह कर मस्तिष्क में भनभना उठता है— तोड़ना—जोड़ना। इच्छाओं के ताने बाने को तोड़ना होगा और ‘उस’ से जोड़ना होगा। नाश और निर्माण, प्रलय और सृष्टि। उसे पाने का यही योग है।

तोड़ने और जोड़ने का योग! कैसे हो? संसार से जोड़ने का कार्य करती हैं हमारी वृत्तियाँ, हमारी इच्छायें और इनका क्रीड़ा-स्थल है हमारा हृदय, जहाँ ‘वह’ भी रहता है। जब तक हवा चलती है, सरोवर में लहरें उठती हैं, और जब लहरें उठती हैं तो तल में पड़ी वस्तु नहीं दीखती। लहरें बन्द हों तो तल और उसमें स्थित वस्तु स्पष्ट दीखती है। जब वृत्तियाँ लहरें ले रही हैं तो हृदयस्थ ‘वह’ कैसे दिखे। प्रश्न है कि यह लहरें बन्द कैसे हों। इन्हें रोकने के प्रयत्न ही लहरें उठाने लगते हैं। कैसी विवशता है।

शवे तारीक बीमे—मौज गिरदावे चुनीं हायल।

कुजा दानन्द हाले मा सुबुक्—साराने साहिल हा ॥

(अंधेरी रात है तूफान का डर है भंवर पड़ी हुई है मेरे हाल को तट पर टहलने वाले क्या जाने)।

हमारी सबसे बड़ी विवशता तो यह है कि हम बाप-की-बेटी की भाँति एक ऐसे सर्वव्यापी, सर्वग्राही तथा शाश्वत नियम के अर्न्तगत यहाँ भेजे गये हैं कि उसे न मानना हमारे बस की बात नहीं है। हम भेजे ही इसीलिये गये हैं कि दैवी तथा आसुरी सम्पदाओं के बीच रह कर भगड़ते—जूझते, संघर्ष करते रहें। संघर्ष का नाम ही तो जीवन है। अतः स्वयं जीवन हमारी सबसे बड़ी विवशता है।

उस ज्योति—हीन, निस्पन्द ज्योति का विकिरण हमको छू नहीं पाता। हमारी अन्धता ज्यों की त्यों बनी रहती है। घरती के गर्भ में गड़े हुए घन पर बैठे एक अकिन्चन की भाँति हम अपने भाग्य को रोया करते हैं। किसी का खेल हमारे लिये अन्याय बन रहा है। हमारी इन्द्रियों को बहिर्मुखी कर दिया गया, हमें चल-चित्रों से प्यार करने की बुद्धि दे दी गई और सजी सजाई रंगीन दुनिया को आकर्षण दिया गया कि वह अमोघ बन बैठी।

यह विवशता क्या हम लाये हैं।

प्रज्वलित वर्तिका का प्रकाश अच्छी मात्रा में पाने हेतु उसके चारों ओर आकाश को सीमाओं में बाँधना पड़ता है, चिमनी लगानी पड़ती है। आन्तरिक प्रकाश पाने हेतु हृदयस्थ आकाश में संस्कारों के प्रभाव का शीशा वर्तमान है किन्तु हमने उसे बहुत मैला कर रखा है। कालिमा को वेध कर प्रकाश बाहर नहीं आता। यदि कालिमा हट जाय तो निश्चय ही प्रकाश की किरणों हमारे वातावरण को उद्भासित कर देंगी। किन्तु हम तो उससे तटस्थ, कालिमा बढ़ाते चले जाते हैं।

अन्धकार ग्रस्त दीपक अपने चारों ओर के अन्धकार को खाकर उसे अपने भीतर समाहित करके संसार को प्रकाशित करता है। निगले हुए अन्धकार को भी उगल कर नेत्रों को अन्जन देता है। किन्तु हमारे अन्तर में मधुर—मधुर जलने वाला दीप हमारे कलुष को न निगलता न उगलता है, क्यों कि हमने सभी कार्य अपने हाथों में ले रखा है, दीपक का क्या दोष?

कालिमा न बढ़ना उसे नष्ट करने में सहायक है और नष्ट करना प्रकाश—प्राप्ति का साधन। पर्दों के ताने—बाने फाड़ना पर्दा ही फाड़ने की क्रिया है। जब कालिमा हट जायेगी, पर्दा फट जायेगा, तो हमारे और उसके मध्य अन्य कुछ न होगा।

पर्दा तो हम हटा नहीं पाते अतः वाबुल को याद करें। उनसे दूटा स्नेह जोड़े तो इच्छाओं के ताने—बाने स्वतः टूट जायेंगे, पर्दा स्वयं फट जायेगा।

अपनी इच्छाओं पर न चल कर हम उसकी इच्छाओं को अपना लें। उसके प्यार के दबाव को उत्तरोत्तर अपने ऊपर बढ़ते रहने दें और धीरे धीरे हमारा राग उससे ऐसा बंध जाय कि दूसरी ओर दृष्टि ही न जाये। बस यहीं से सफर का आरम्भ है—

खुदा के हाथ है बिकना न विकना मय का ऐ साक्री।  
बराबर मस्जिदे जामा के अब हमने दुकाँ रख ली ॥



# बेचैन आरजू

(श्री कृष्ण मुरारी सक्सेना 'साज' फर्खावादी)

मुम्किन बज्जद ही नहीं जिस में न तू रहे  
क्या फिर वहाँ रहा कि जहाँ पर न तू रहे ॥  
आलम में एक गुल रहे और उसकी बू रहे ।  
कोई रहे रहे न रहे, एक तू रहे ॥  
मैं और तू में फासिलये दू ब दू रहे ।  
यानी तेरे सिवा न कोई रू ब रू रहे ॥  
एहसासे इश्तयाके तमन्ना का इन्तशार ।  
मैं मैं रहूँ न, और न यह तू ही तू रहे ॥  
यादों से, फराभोशियों से दूर कहीं हम ।  
इस तरह रहें जैसे कि तू हू ब हू रहे ॥  
यू अपनी जुस्तजू में रहूँ महवे जुस्तजू ।  
अब किस की जुस्तजू है यही जुस्तजू रहे ॥  
शमअये हयात रौनके मन्जिल के हमकनार ।  
ऐ 'साज' अब रहे तो कहाँ आरजू रहे ॥

# पूजा

( श्री राधेकृष्ण "गुलाल जी" सीतापुर )

सृष्टि के आदि काल से संसार के निवासी ( नास्तिकों के अतिरिक्त ) किसी न किसी प्रकार से पूजा करते आए हैं । किन्तु पूजा का वास्तविक रूप एवं प्रकार जानने वाले कितने सिद्ध पुरुष हुए हैं यह विचारणीय है । वास्तविक पूजा है अनन्त की ओर अग्रसर होते हुए उसी में लय हो जाने की क्रिया । यह कोई एक दिन का कार्य नहीं है, इसके लिये निरन्तर कठिन अभ्यास की आवश्यकता है ।

प्रायः ऐसे लोगों की अधिकता है जो इस लय अवस्था की प्राप्ति के लिए यह समझते हैं कि ऐसा करने वाले को घर-गृहस्थी एवं दैनिक आवश्यकताओं को छोड़ना तथा सांसारिक सम्बन्धों का परित्याग आवश्यक है । किन्तु इस प्रकार के विचार केवल अज्ञानता के द्योतक हैं और विकृत मस्तिष्क के उद्गार मात्र हैं ।

जैसा कि ऊपर कहा गया है कि पूजा लय अवस्था की प्राप्ति का साधन मात्र है । इस साधन के लिये कुछ भी परित्याग करने की आवश्यकता नहीं है । व्यक्ति का संसार से अभिन्न सम्बन्ध है । संसार के प्रति उसके कुछ कर्तव्य होते हैं, जिनका पालन जीवन का एक आवश्यक अंग है । इसी को कर्म भी कहते हैं । कर्तव्य पालन से पलायन ही का दूसरा नाम त्याग है । विद्वानोंने इसे कायरता की संज्ञा दी है । श्री मद्भगवद् गीता में भी इस विषय में स्पष्ट उल्लेख किया गया है:—

“तस्यादसक्तः सततं कार्यं कर्म समाचर ।

असक्तो ह्याचरन्कर्म परमाप्नोति पुण्यः ॥”

अर्थात् करने योग्य कर्म का सम्यक् रूप से, किन्तु अनासक्त भाव से आचरण करो । तब ही परम लक्ष्य की प्राप्ति सम्भव है । हमारी पूजा का यही उद्देश्य होना चाहिये कि हमें सब कुछ करते हुए भी उसमें आसक्त न हो कर अपने लक्ष्य पर दृष्टि रखनी है । इसके लिये कुछ भी त्यागने की आवश्यकता नहीं है और न ही इसके लिये किसी आडम्बर अथवा वेश-

विन्यास की आवश्यकता है। यह कार्य तो सते-जागते, चलते-फिरते हर समय, हर अवस्था में होता रह सकता है। इसके लिये केवल इतना ही आवश्यक है कि सही रूप से अभ्यास किया जाये। इसका सही रूप केवल इतना ही है कि हम अपना सम्बन्ध अनन्त से स्थापित कर लें और उसकी ओर प्रति क्षण अग्रसर होना प्रारम्भ कर दें। बस हमें और कुछ नहीं करना है। हम स्वयं अपने गन्तव्य स्थान पर पहुँच जाएंगे। हाँ एक बात अवश्य परमावश्यक है कि इसके लिये हमारे अन्दर लक्ष्य प्राप्ति की सच्ची लगन होनी चाहिये।

अब प्रश्न आता है कि अनन्त से सम्बन्ध स्थापित कैसे हो ? इसको इस प्रकार समझने की आवश्यकता है कि हम जो कुछ भी हैं अनन्त का ही एक अणु हैं। अर्थात् हमारा मूल अस्तित्व अनन्त ही है। स्पष्ट है कि हम अनन्त से भिन्न कुछ नहीं हैं तो अनन्त से हमारा सम्बन्ध अवश्य है। केवल अज्ञानता-वश हम उसे जानते नहीं। दूसरी प्रकार से इसे समझने के लिये एक उदाहरण लेने से यह और स्पष्ट हो जायेगा। मान लीजिये हमारे परिवार का कोई सदस्य कई पीढ़ियों पूर्व हमारे सम्बन्धियों से पृथक होकर किसी दूरस्थल में निवास करने लगा और हम उसके विषय में कुछ नहीं जानते कि वह कहां है। दोनों पक्ष केवल इतना जानते हैं कि हमारे निकट सम्बन्धी कहीं और भी हैं और स्वाभाविक जिज्ञासा उनसे मिलने की अन्तर के किसी कोने में दबी पड़ी है। किसी दिन कोई ऐसा व्यक्ति मिल जाता है, जो हमें हमारे उस सम्बन्धी के विषय में स्पष्ट जानकारी करा कर उससे हमारा सम्बन्ध स्थापित करा देता है और हम आनन्द प्राप्त करते हैं। ठीक इसी प्रकार हमें अनन्त से सम्बन्ध स्थापित करने के लिये किसी ऐसे व्यक्ति की आवश्यकता होती है जो अनन्त से परिचित हो और हमारा सम्बन्ध उससे स्थापित करा दे। वह उस तक पहुँच चुका हो और हमारा मार्ग-दर्शन करके हमें वहाँ तक पहुँचा कर उससे मिला सके। ऐसे समर्थ पुरुष को 'गुरु' की संज्ञा प्रदान की गई है।

सद्गुरु की सहायता से अनन्त की प्राप्ति में अग्रसर होने की क्रिया ही पूजा है। अस्तु हमें सद्गुरु की तलाश करके उसकी आज्ञा पालन मात्र सहज स्वभाव से ही परम आनन्द की प्राप्ति सम्भव है; जिसको वेदों ने 'नेति-नेति' कहा है। सही रूप से की गई पूजा से सब कुछ सम्भव है। पूजा एक ऐसी शक्ति है, जिसके सम्मुख सब कुछ गौण है। पूजा की शक्ति के उदाहरणों से विश्व के

ग्रन्थ के ग्रन्थ भरे पड़े हैं। इस शक्ति के उपयोग की सही विधि का ज्ञान ही संसार के कल्याण का एक मात्र उपाय है। इसी के द्वारा सत्य का दर्शन संभव है; पूजा का ज्ञान ही सही अर्थों में सत्य का उदय है अभ्यास और अनुभव से सब कुछ स्पष्ट हो सकता है।



With Best Compliments From  
**RUBBER-CHEM CORPORATION**

Licensed Rubber Dealers  
Manufacturers Representatives  
Stockists of Industrial Chemicals

9, Rehman Market, Sadar Bazar,  
**DELHI-6**

Telephone : 227484

## सहज-मार्ग और मोक्ष

( श्री श्यामनारायण अस्थाना, इलाहाबाद )

धर्म ग्रन्थों के अध्ययन से पता चलता है कि प्राचीनकाल में मनुष्य का जीवन चार आश्रमों में विभाजित था—

१— ब्रह्मचर्य, २— गृहस्थ, ३— वानप्रस्थ और ४— संन्यास ।

समय बदला, जमाने ने करवट ली, अब मनुष्य का जीवन हजार वर्ष का कौन कहेँ सँकड़े के भी आधे में पहुँचना मुश्किल है। अगर हर आश्रम का विस्तार २५ वर्ष मान लिया जाये, तो जीवन दो ही पन में समाप्त हो जाता है। तीसरे का मुँह तो कम ही लोग देख पाते हैं, और चौथे में तो विरले ही पहुँच पाते हैं।

ऐसी हालत में एक समस्या सामने आती है कि जो काम पुराने जमाने में लोग तीसरे और चौथे पन में करते थे वह दो ही पन में समाप्त कर लिया जाये। ऐसा सम्भव है या नहीं। मेरे अनुमान से इस समस्या का हल शायद ही कहीं मिले। हाँ, कर्मयोग, ज्ञान-योग, भक्ति-योग आदि का वर्णन अवश्य मिलता है; लेकिन इसका मेल जीवन में कहाँ और किस तरह खाता है, इसका विवेचन मुश्किल ही से मिलेगा। धर्म के ठेकेदार यह कहने के लिये जरूर तैयार हैं।

“रामहि केवल प्रेम पियारा । जान लेहु जो जानन हारा ॥”

‘या नवधा-भक्ति का वर्णन करने लगते हैं’, किन्तु क्या इससे जीवन-फल यानी ईश्वर प्राप्ति सम्भव है? और अगर है तो जितने भी प्रवचन देने वाले, धर्म ग्रन्थों का अध्ययन करने वाले और धर्म के ठेकेदार बनने वाले हैं उनके लिये मोक्ष पाना बायें हाथ का काम है। लेकिन उन में से कितनों को मोक्ष मिलता है, यह ईश्वर ही जाने।

जहाँ तक धर्म का सम्बन्ध है यह आध्यात्मिकता के शिखर पर चढ़ने के लिये पहली सीढ़ी है। जो कि चन्द उसूलों पर निर्भर है। और यही कारण है कि सभी धर्मों के मूल सिद्धान्त मिलते-जुलते पाये जाते हैं और सभी में गुरु, उस्ताद या गाइड का एक महत्व है और ठीक भी है।

“बिनु गुरु होई कि ज्ञान”

अब प्रश्न यह उठता है कि गुरु भी इस Calibre का हो कि चार घण्टे का सफर दो ही घण्टे में या उससे भी पहले तय करा दे और मंजिले-मकसूद, यानी वह बिन्दु जहाँ से कि सारे सृष्टि का फैलाव है, उसके निकट से निकटतम पहुँचा दे। इसमें कोई सन्देह नहीं कि ऐसे भी सन्त और ऋषि हुये हैं और हैं जो असम्भव को सम्भव में परिणित कर सकते हैं और किया भी है। जिसको कि हम आश्चर्य या चमत्कार कह सकते हैं। लेकिन ऐसा बिरला ही कोई होगा जिसने कि पथ-प्रदर्शक के रूप में उन सिद्धान्तों को दृष्टिगोचर कराया हो जो कि सभी के लिये समान रूप से उपलब्ध हों जिन में कि ज्यादा परिश्रम भी नहीं, संसार को त्यागना भी न पड़े और समय भी कम लगे।

इसी ध्येय को लेकर सहज-मार्ग आगे बढ़ता है और यही इसकी सबसे बड़ी विशेषता है। सहज-मार्ग का मतलब क्या है? और यह है क्या? इस पर अगर हम नजर डालें तो इसके तीन मूल आधार हैं।

१— प्राणाहुति, २— गुरु की जिम्मेदारी, ३— स्वयं का प्रयत्न।

**१— प्राणाहुति :-** यह एक यौगिक क्रिया है जिसके द्वारा गुरु अपनी आत्मिक शक्ति द्वारा अभ्यासी के मन को उचित रूप से ढालने के लिये समस्त बाधाओं तथा उलझनों को दूर कर अभ्यासी की सोई हुई आन्तरिक शक्तियों को जागृत कर देता है। जिसके द्वारा एक साधारण व्यक्ति आध्यात्मिकता की उच्चतम दशा को बहुत कम समय में और बड़े सहज ढंग से प्राप्त कर लेता है। इस पद्धति द्वारा प्राप्त अभ्यासिक परिणाम ही इस प्रणाली की उत्तमता का प्रमाण है। प्रत्येक व्यक्ति इसका अनुभव व्यक्तिगत रूप में कर सकता है।

**२— गुरु की जिम्मेदारी :-** अन्य संस्थाओं में जहाँ तक गुरु की जिम्मेदारी है ज्यादातर यह देखा जाता है कि केवल मन्त्र देने और चन्द उसूलों को बतला देने तक ही सीमित है और यह ही वह अपना कर्तव्य समझते हैं। लेकिन सहज मार्ग में गुरु की जिम्मेदारी उस समय तक खत्म नहीं होती जब तक वह केन्द्र बिन्दु के निकट से निकटतम अभ्यासी को नहीं पहुँचा देता। जैसा कि पूज्य बाबू जी ने अपनी पुस्तक “सत्य का उदय” में



स्वयं लिखा है। गुरु की आवश्यकता हमें केवल इस लिये है कि वह हमारी आत्मा को जगाने वाली भावनाओं को प्रेरित कर दे और साक्षात्कार के पथ पर हमें उत्तरोत्तर सहारा देता रहे। आध्यात्मिक यात्रा में हमें विभिन्न केन्द्रों से गुजरना पड़ता है जिनको चक्र या लाक्षणिक भाषा में कमज कहते हैं। वे मनुष्य की पाई हुई पुंजीभूत वास्तविक शक्ति के केन्द्र हैं और मानव शरीर के विभिन्न स्थानों पर स्थित हैं। दो बिन्दुओं के बीच में सूक्ष्म तन्तुओं का घना जाल है। हम आध्यात्मिकता में जैसे-जैसे आगे बढ़ते हैं वैसे-वैसे इन विभिन्न तन्तुओं के जाल से हम को गुजरना पड़ता है। उस स्थान के भोग के लिये वहाँ पर काफी समय तक रुकना पड़ता है। भोग का अर्थ केवल अतीत में किये हुये कार्यों के परिणामों को भेजना नहीं है। इसका वास्तविक अर्थ है कि जिस बिन्दु पर हम पहुँच गये हैं उसकी सब जटिलताओं को सुलझा लें। कभी-कभी इन स्थानों पर भोग के लिये बहुत काल तक ठहरना पड़ता है और बहुधा यह असम्भव हो जाता है कि हम अपने ही प्रयास से उसमें से निकल सकें। प्रारम्भ की कुछ दशाओं में तो यह सम्भव है लेकिन आगे चलकर यह विलकुल असम्भव हो जाता है। वहाँ बहुधा हम आगे पहुँचते और फिसलते रहते हैं। यही दशा बार-बार आती है और नतीजा यह होता है कि प्रगति बहुत कठिन या लगभग असाध्य हो जाती है। इस हालत में योग्य गुरु का केवल एक शक्ति-शाली सहारा ही हमें उस भंवर से बाहर निकाल सकता है।

**३ — स्वयं का प्रयत्न:—**जहाँ तक स्वयं के प्रयत्न का सम्बन्ध है इस विषय पर बहुत कुछ लिखा जा सकता है और श्रद्धेय बाबू जी ने भी अपनी किताब “दस उसूनों की शरह” में अभ्यासी को क्या करना चाहिये और उसका जीवन कैसा होना चाहिये पूरी नौर से नजर डाली है। लेकिन यह सब होते हुए भी पूर्व जन्म के संस्कार और वातावरण का बहुत कुछ असर पड़ता है। इसका यह मतलब नहीं कि आदमी पूर्व जन्म के संस्कार और वातावरण इत्यादि का बहाना लेकर हाथ पर हाथ रख कर बैठ जाय और भाग्य को दोषी ठहराये। हमारे पूज्य बाबू जी का कहना है कि आध्यात्मिकता के शिखर पर चढ़ने के लिये श्रद्धा सहित दृढ़ विश्वास ही आधा रास्ता तय कर देता है। सेवा और त्याग आध्यात्मिकता के मन्दिर बनाने के दो प्रमुख साधन हैं। और प्रेम तो इसकी नींव ही है। सेवा के साथ पूजा की भी भावना जुड़ी रहती है लेकिन निःस्वार्थ होनी चाहिये जिसका परिणाम सतत स्मरण होता है जिससे आत्म समर्पण की उत्कण्ठा होती है और मंजिल की ओर आदमी तेजी से बढ़ने लगता है। लेकिन यह सब चीजें practice की हैं जबानी जमा खर्च की नहीं। जैसा कि ऊपर कहा गया है अगर अभ्यासी में लगन है तो वह एक ही जीवन में तो क्या उससे भी कम में अपने अन्तिम लक्ष्य तक पहुँच सकता है बशर्ते कि वह उसके लिये दीवाना बन कर प्रयत्नशील हो जाय।