

* 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 us upto that stage.

सहज-मार्ग

Sahaj Mārg

(Bi-monthly, Spiritual)

Registration No. R. N. 12620/66

Volume XVII

May 1974

No. 3



Grams:-SAHAJMARG

Phone:-667

Shri Ram Chandra Mission

SHAHJAHANPUR. U. P. (India) 242601

CONTENTS

English:—

1 Editorial Notes & Comments	i
2 A profile of my Master – R. Vijayaraghavan	43
3 Mechanics of Meditation –S. A. Sarnad	45
4 Special Characteristics of Sahaj Marg Sadhana – C. A. Rajagopalachari	49
5 “O My Master” – Pradeep Gupta, Haldwani	62

हिन्दी

१ साधक के सृजन कला – सुश्री कस्तूरी चतुर्वेदी, मोदीनगर	४७
२ देह की ममता और आत्म दर्शन – श्री लालबिहारी वर्मा	४६
३ सहयोग – श्रीमसिंह चौहान, सावेर इन्दौर	५३
४ अनन्त का दृश्य – मानवेन्द्र कुमार मिश्र	५७
५ महान्धकार और उससे मुक्ति – राजेश्वरी प्रसाद श्रीवास्तव	६९
६ अनन्त यात्रा	६४

Editorial Notes & Comments

This Editor is in a state of ecstasy, at the holy feet of Beloved Master and desires with all his heart that the same state should become the share of all the readers of this note.

Master is in considerably improved health, though yet far from normal, being very weak and unable to undertake the strenuous task of taking care of all those that have taken the shelter of his protection. It behoves every one of us to continue our supplication to the Divine.

All of you are aware of the impending observance of Master's Heerak Jayanthi at Hyderabad on 24 and 25 October 1974 on an all-India scale. All of us are intensely interested in ensuring the rapid completion of the Ashram building at Shahjahanpur. This Facility for all abhyasis to gather together at one place for the eminently desirable purpose of being with Master and basking, soaking, diving, swimming and drowning in the Ocean of Bliss that is His Transmission, can brook no further delay. As it is, the original modest estimates for which Master had made adequate provision, have been transcended many times over. This has resulted in a good deal of worry and anxiety to Master. His one care is for the Soul-welfare of all of us. It is our paramount duty to ensure that his wish is fulfilled without delay and that too without causing the least anxiety. Prices of everything are not just rising or soaring; they are sky-rocketing higher and higher each passing day.

Estimating is waste of time and energy. A small project has grown incredibly costlier in the course of a few short months. We certainly must apply our shoulders to the wheels of the expanding cost chariot and make sure that the job is completed satisfactorily and before any further inflationary tendencies overtake us to make the job even more difficult.

The Organising Committee at Hyderabad have set before us a goal of Rs. 3 lacs nett after all expenses. Though it was an adequate figure two months ago, already a wonder arises. Our aim should be, not to just reach the pre-set figure but also to transcend it. The Committee's proposals, appeals, requests for donations and contributions, as also blank forms of Advertisement orders are already with every centre and most preceptors. We all must work with a will and do our very best to enable the Committee to emerge successful. The cost of living is running mad like the ECG picture of a heart attack victim. Belts are being tightened everywhere. Even essentials are being nicked away and sliced. But, our duty to our Master, to our selves cannot be brushed aside or whittled down by even a single per cent. What we have taken, and are taking, and hope to go on taking, from Master is invaluable, incapable of ever being returned even to a fractional extent. So, let every one gird up loins and join in.

Shri Raghavendra Rao, our revered and worthy Elder Preceptor has presented Members of the Mission and all others interested in the welfare of their eternal souls his long-awaited work, 'A Panoramic View of Sahaj Marg.' In the short confines of its covers the book gives us the essence of the system of Sadhana that is taking moment-by-moment care of our

spiritual welfare. It is an absolute MUST on every one's shell, no, on everyone's mind and in everyone's heart.

It is the inevitable duty of this Editor to repeat in each issue of this Patrika, his time-worn appeal for decent articles for publication. He does it again here with the fervent hope that the time is not far distant when it will no longer be necessary to repeat such appeal. It is the lack of such articles that is mostly responsible now for the delays in the publication of successive issues of the Journal.

Shahjahanpur

1 September 1974.

Your Editor.

A PROFILE OF MY MASTER

By R. Vijayaraghavan Madras Centre

A Slim, frail old man often tired of advancing years
A strong stubborn young man ever ready for spiritual dears

To draw a pail of water difficulty galore
Yet can pull the whole universe at will to his fore !

All see the white and simple clothes cover skin and bone,
But the inner divine whiteness is seen by loved ones alone

He may turn his eyes on you, him and me
But few know they are turned towards eternity ?

With love and affection he watches the child play
For those with devotion, spirituality is just child's play !

A perfect host providing food to palate's choice
Loot the spiritual granary, is his call to one and all

With perfect dichotomy the Master is truly great !



Mechanics of Meditation

(S. A. Sarnad)

Revered Master,

My dear Brothers and Sisters,

I am extremely happy that I have been able to participate in the Vasant Panchami Celebrations at Shahjahanpur after ten long years. I have been yearning all these years to attend this spiritual festival and I was silently praying Master to create favourable circumstances for me. Master was kind enough to grant my prayer this time. Thousands of salutations unto Him !

Let me, on this occasion, place before you some of my ideas regarding the mechanics of meditation. India, through the ages, has invented and developed the technique of meditation as a mode of worship and means of self-realization. Although meditation is employed only by a few mainly for getting in tune with the Divine, its immense benefits are not all known to the laymen. The entire process of meditation is viewed as something mysterious, which, it is believed, is not the concern of the common man even to know about. The monopoly of the laity seems to be the field of worship of gross forms, beyond which they never step at all. This is due to sheer lack of proper understanding.

Meditation is called by different names at its different stages according to the degree of absorption of one's mind in

it. In loose terminology, even brooding over a particular subject is also meditation. Sage Patanjali in his Yoga Sutrās mentions Dharana, Dhyana, and Samadhi which are but the three stages of meditation with increasing degree of absorption at each stage. Meditation is generally equated with concentration which is erroneous. Concentration is the result of meditation and is a momentary state in the process of meditation.

Before going to examine the mechanics of meditation which is a potent means to Realization, it is better to have a clear idea about Realization. Realization is a state of mind which has been defined in various ways. In our Master's words, "it is a balanced state of mind similar to that as it was before the creation came into existence. There is no charm, no attraction and no Anandam (in the popular sense of the word). It is a tasteless state unchanging and constant. It can be appropriately compared to a lump of salt-stone from which saltiness is taken away. All the ties of relationship are broken and one does not feel one-self connected with anybody. At this stage, the cells of the body are transformed into energy and then into its ultimate. He develops an unflinching will in the spiritual sphere. Although, limitations are broken by the Master, still the sense of humanity is not lost and the instinct remains throughout; because, if the instinct is absorbed, he will have to leave the body at once. So, in that state he looks both upwards and downwards as the situation demands." This description is not only amply corroborated by the ancient scriptures of our country but also practically demonstrated by our revered Master. It is this state that is aimed to be achieved through meditation. Meditation, backed by transmission alone, is capable of bringing about such a condition in the abhyasi.

What happens exactly when we meditate ? The process of meditation has two aspects . the physical and the mental. The physical aspect may be taken as an aid to mental aspect, which alone is important. First of all, we sit in an easy posture, contracting and keeping all the limbs of our body in a steady but relaxed position. Thus we prepare the proper ground for our mind to begin meditation. In Sahaj Marg, we take the heart as the centre for meditation and sit with a supposition that Divine Light is present there. The heart, as all of us know, is the blood-pumping station. The blood is purified there and is pumped out to all the parts of the body. The solidity due to our own thoughts and actions begins to melt and a sort of lightness and calm is experienced. We gather ourselves at one point, namely the object of meditation which is the Divine Light, and by continued practice the individual mind begins to leave its habit of wandering. A kind of metamorphosis sets in its structure. A sort of vacuum is created in the heart which is soon filled with divinity. As the sphere of divinity goes on expanding, the instincts, emotions and sentiments of the abhyasi get transformed and sublimated. A balanced and unchanging condition sets in with the result that the impressions formed by the worldly matters which are responsible for shaping the next birth of the individual gradually wither away. This is called individual 'Pralaya'. The object of meditation pervades the individual mind to such an extent that he is completely merged in the absolute. Meditation at this stage drops off automatically. The Yoga sutras of Patanjali explain this process in another way. They say that meditation forms certain impressions which stop other impressions (तज्जः संस्कारोऽयं संस्कार प्रतिबन्धी) By this, the link or the attachment between the seer and the seen (i. e., the individual and the world) is broken

with the result that the individual attains the Absolute state (संयोगाभावाद् हानम् तदशेः कैवल्यम् ।). One thing becomes quite clear from this description. The properties or the elements of our consciousness which give rise to a series of births (and consequently deaths also) are destroyed by means of meditation. And what is birth? It is nothing but a form or sheath which the soul assumes and death is destruction of the same. The soul goes on assuming different forms due to various impressions and when a particular form is destroyed, it returns to its original state with the accumulated attributes of the forms that have been destroyed. When all such attributes or impressions are somehow nullified, it shines in its original glory, rightly termed as liberation.

But our revered Master says that even liberation is not the end of the soul's journey. It has to reach the Centre where the former is finally freed from all movement. It is the state of final emancipation or 'Nothingness' which normally does not take place except during 'Mahapralaya'. Thanks to Sahaj Marg system of meditation and Master's transmission, the return of the soul to its original and permanent abode nearest the Centre is made possible during one's own lifetime. No other method of practice can probably bring about this result. For, the result of meditation differs according to the object of meditation. Meditation on grosser forms yields grosser results and liberation becomes impossible. That is why the abhyasi of Sahaj Marg is advised to meditate on divine light and nothing else. Moreover, transmission helps the abhyasi in internal purification to a great extent making the path of his progress quite smooth. It is now left to ardent seekers to test the system and experience the indescribable Ultimate condition, which is so kindly poured in us by our Great Master without any distinction of caste, creed, race, religion or sex.

(Keat during the Basant Utsava at Shahjahanpur on 28.1.74.)

Special Characteristics of Sahaj Marg Sadhana

C. A. Rajagopalachari.

An urge is inherent in all created beings to rid themselves of the pangs of birth and death and the greater travail of life in this turbulent world. These troublesome travails are gaining in magnitude as time passes, but the existence of the urge is rarely perceived except by a few. Anyone in trouble for the time-being thinks of the Almighty, only to curse him for what the sufferer believes is unjustified punishment imposed on him by a cruel creator. The only alternative activity on such occasions is wailing and tearful prayer for removal of the causative trouble. If this difficulty goes deeper or persists for a longer duration the request takes the form "Take me away from it all". This cry is only from the lips and the tip of the tongue. Rarely is the supplicator ready for the departure from this earth that he is crying for? If the maker acquiesced in the prayer and appeared before him to take him away the result would be a tremendous fright with the cry 'No, No, No.'—this time, from the depth of the heart. This is human nature.

2. Those who perceive the existence of the urge are of two kinds. Most of them are of the blind Bakthi cult. They do not reason why, go into transports of Bakthi very much akin to the post-prandial state, after the imbibing of spirituous beverages. But a very tiny percentage of such people do not lose themselves merely in the act, but surrender themselves in the true sense though unable to perceive the

urge very clearly because the urge has grown into an all-consuming craving. Such persons are quickly elevated to the upper reaches of the spiritual sphere.

3. The other kind consists of a very small number who have achieved real wisdom through acquisition of knowledge, either by personal study of the relevant literature or by constant contact with similar persons of higher achievement, listening to them and absorbing their collected wisdom through such listening. Such persons have developed the ability to discriminate and understand so as to throw out the chaff and retain the kernel. Later, with some effort they apply themselves to the right type of practice and thereby are able to cross the boundaries even of that wisdom that has been their support right through. They are also able to go upto higher reaches of the spiritual sphere. But it is incontrovertible that without the help of a true Guru, the quantum of success and the period in which it is achieved is a matter for considerable speculation.

4. India has been the home of Spiritual Sadhana from time immemorial. Time was when the word 'religion' connoted the ultimate link that connected created beings with the Creator. This was at the time when there was only a single religion in the world. Those who did not know of its existence and thereby were excluded from its benefits, were wandering waifs in the unknown; but as time elapsed and mankind tended to take more and deeper interest in the mundane, proportionate forgetting of the Divine occurred. Persons of eminence in the spiritual field who recognised these tendencies to degeneracy and anticipated the extent of further degeneracy looming large in the future, started reminding

straying mankind to return to the fold. But by then, the ability to discriminate between right and wrong and between good and bad was already very much on the wane and it became necessary to clothe ideas in less refined and so more concrete ways—Upadesa being the earliest of the efforts in this direction. But the ability of words in any language to express thoughts and ideas in the mental area has always been very very limited indeed, and recourse has always had to be taken to similes and examples to give force to the teachings; but the fact that similes should be accepted, not in their totality but in the limited aspect to which it is applied in the particular context, is very often lost sight of.

5. The next step in the efforts of the well-meaning and wise Seers was to create places of worship to give something more concrete to the strayers and stragglers to hold on to and to serve as reminders of the existence of the Divine Being who gave them life. Such an act, thus extremely well-meant, had little of the desired result, but much of the contrary. It tended to make the worshipper just a slave to the habit of visiting the place of worship and of carrying out the behests in regard to cleanliness, behaviour and form of worship. But he tended to feel free to do what he liked and to give himself completely up to all the distractions of the mundane world, once the worship was completed. This became a fillip in the wrong direction and accelerated the degeneracy further by grossening mankind further and further. Today, persons with their face turned towards the Divine are just a very small fistful, while the others are of the order of the stars in the firmament and the sands on the ocean beaches and river banks of the world.

6. Various systems of spiritual SADHANA have been adumbrated by Messengers of the Divine who have come down to the earth whenever degeneracy tended to take on too fast a velocity, but they have been rather ephemeral, evanescent and have benefitted just a fraction of the millions that peopled the world. Necessarily the systems have tended to vary in detail from one another, leading to a multiplicity in the course of centuries. The reasons are, each system had to take into consideration all the traits and nature of the time, as also the degree of ability to perceive and accept truth when presented. Since this is vastly different from one age to another, each new system had to be somewhat different from earlier ones in the details of practice.

7. The promulgator of the system and his level of attainment in the spiritual field decide the extent of its utility. It has been an unfortunate experience, particularly in this century, to find a sudden proliferation of the Guru-tribe, not just by the dozen or the hundred, but even by thousands. While it may not be admitted that the main incitement in such cases is the laudable performance of going to the help of struggling humanity and making it turn towards the Maker, it is inevitable that the protagonists themselves are very sadly inhibited by the very limited attainment that has been their portion. In such cases a further vitiating factor is the presence of an extraordinary extent of ego and an insatiable avidity for greatness, grandeur and the good time with all that goes with that term in modern understanding.

8. The man who is able to perceive the presence of divine urge in himself and is very keen on turning to the right path, is desperate because he does not know where it is and

because even if he stumbles upon it, he is unable to recognise it or to continue on it, being distracted by doubts and difficulties that arise on the way. He then thinks of obtaining help and when he turns to look for it he faces a problem. It is like a police parade of very similar looking persons from which a witness has to recognise and pick out the culprit in the case. Unless the witness is true, honest and sincere, he is generally unable to recognise the correct person. The seeker's perplexity and suffering increase. There is no solution for his situation unless he is able to discriminate between the various claimants to spiritual gurudom and select the true one.

9. Those who have taken to the Sahaj Marg system of Sadhana know it is tremendous in the field of spiritual endeavour. It is not claimed here that a study of all the systems extant today which will run into tens of thousands if a complete census is taken, has been completed and that a full comparison of merits and demerits of all the systems has been carried out. When one has been endowed with the extreme good fortune of meeting the true system first time, there is no need to waste time on comparative study of other systems. Such a situation can arise in them, if and when all the benefits offered by the particular system have been acquired and there is nothing more to look for in that system.

10. Once the Sadhana has been adopted and benefits have started accruing, the ability to perceive its real greatness, its pre-eminence, should develop to such an extent that there is no longer any thought about the existence of a better or superior system of Sadhana. Since this writer is fully convinced

of the efficacy of the Sahaj Marg system of Sadhana, there is no hesitation in placing before every one on this earthly planet the special features that are significant in this system of Sadhana taught by that Divine Personality Shri Ram Chandrajji Maharaj of Fatehgarh and utilized, expanded and applied to all mankind by his Successor and Representative Shri Ram Chandrajji Maharaj of Shahjahanpur, the living Guru who lays his unlimited treasures open to all mankind without restraint of any kind.

11. The first significant feature is the fact that there is a living Guru of real stature and calibre who offers this system of Sadhana to those who have come into the fold of Shri Ram Chandra Mission with craving, sincerity and willingness in their hearts. Those who have been able to realise it appreciate and testify to the fact of our Master being the true Divine Personality, able to offer invaluable help in spiritual regeneration.

12. The second factor is that his only purpose in life is to be a living example to mankind, to offer unlimited assistance by taking into protection all seeking him, to look after them every moment of their life, not in the material sense only, but more in the spiritual sense. This does not mean that he keeps sending monthly remittances and M. Os, but that he looks after their spiritual welfare first without omitting to deal with things material.

13. Comfort comes from him and peace pervades his atmosphere. Strength flows from him, not muscular strength of the human frame but inner strength, which stands four square to the onslaughts of tribulations and tragedies to emerge

victorious. There have been incidents where multiple deaths of close relatives have occurred in a period of a few short months in some families, but the staunch adherents of the Sahaj Marg practice have been able to weather the climate of such tragedies without much disturbance and see the area as a sea of equanimity.

14. Next is the utter practicality of the system so different from conventional methods of faith in the written and spoken word and in the unproven ability of feudal Gurus who come to occupy such positions not by their own spiritual attainment but because of the man-made laws of succession either by birth or by discipleship, or other fortuitous circumstance catapulting them into the gaddis.

15. No book knowledge, no parayan (repetitive reading) of scriptures, not even the acquisition of scholastic honours is necessary. "Sit, listen, understand and do", that is all that is necessary to perceive the result. In an age of speed man has no time to do what is most essential for the wellbeing of his soul amidst his endeavours towards conquest of unknown regions of the universe. It is no use expecting men even of great craving, to spend years in the study of the scriptures or performance of worship or observance of time-worn disciplines. All these have no doubt become suitably abbreviated in practice and are no longer permitted by their practitioners to impinge on the time required for material pursuits and avocations, but such abbreviation has resulted only in tremendous acceleration to the negative process of degeneracy, since the practitioner who has completed the routine formality considers himself absolved from any further duty to the divine, until the time for the repetition of the routine comes back, and

thus feels free to do what his wayward mind dictates for the rest of the day. True followers of Sahaj Marg Sadhana bear testimony to the utter simplicity of the system, to its true practicality as also to the spiritual evolution that comes to them through their adherence to this system.

16. Next is the very significant characteristic of Prana-huti or Transmission of Divine Power, Energy, and Grace into the being of the Abhyasi which is effected through the supreme ability of the Master acquired through his own attainment in the spiritual field. This is like the instant invisible flow of electric current on the depression of a switch or the more material and visible flow of adequate quantities of water from the tap, when it is turned. But to an aboriginee from a primeval jungle, the sight of water pouring down from a tap will be a matter for great astonishment and the sight of a lot of luminosity in the dark night resulting from slight pressure of a switch will be a matter of greater wonder, while tuning a radio receiving set is bound to confound him. We are in the position of the aboriginees in the last mentioned stage, when we lay our-selves open to the surgence of transmitted divine fragrance during the meditation sitting. Dedicated, sincere men of craving who take to the system with true longing, are able to give full testimony to that effect, but even novices gain glimpses of exquisite experience in early meditation sittings.

17. That there is force in the transmission has been proved by two personal experiences in my case. one in Calcutta and the other in Madras. At Calcutta, the sitting was commenced for an entirely new-comer and as the sitting advanced the recipient suddenly toppled over unconscious with his

airborne legs locked in the padmasana (inverted of course) This was due to the inability of the recipient to accept the quantum of transmitted power pouring into him. In the second case, just before the Master's 71st birthday, an article was under dictation to a non-abhyasi stenographer. The subject was 'My Master'. The dictater was so merged in the subject that unconscious transmission emanated from him without his knowledge. It was not a regular meditation sitting and it was not willed or moderated. The stenographer lost consciousness, his pencil dropped from his hand and his head dropped with a thud over his note book on the table. Of course in both the cases there was absolutely no after effect and both revived with a sprinkling of water under a fan. But the existence of the power is an absolute certainty. It cannot always be sensed, because standards of measurement should be of the same plane as the material under test. It is only because of the generosity of the Divine Being that now and then some feelable experiences are given to convince doubting mortals and take them to the right path. The fact that each sincere abhyasi of the Master in the course of passage of time, even in a few weeks or a few months, enjoys changes, of course changes for the better.

18. The next feature is the simplicity of the system. An abhyasi does not have to roam the world in search of God or of Guru. He is only to turn his vision inward, blow off the ashes that cover the spark of divine power inside, allow it to blow into a flame, so that it may consume defects, deficiencies, samskaras and divinise his being, thus giving him slow but steady progress in the field of spirituality until atlast he nears the longed-for and long-awaited ultimate state in this existence itself. There are no penances, there are

no terms and conditions, there is no expense of physical energy or money. Only test, accept, follow, trim yourself up and there you are. Can anything be simpler and can any result be more covetable ?

19. The further feature is that this system is open to all mankind without exception and without any restriction of caste, creed, colour, country or cult, or even of sex or age or status or position. There is no term or condition, there is no document to sign or vow to take. There is no hindrance to any one of the less fortunate aspirants who are unable to obtain the gift of perception and so desire to leave the Mission. There is no curse or threat; on the contrary, there are no doors or walls to this Mission and when such a strayer is able to hear the call later, he is welcome back.

20. The abhyasi who achieves progress to any significant extent is endowed with enormous spiritual power and spiritual power of course is capable of producing not only spiritual elevation for which it is primarily intended, but also changes in the material field of the order of miracles. But in this system, the power in all its magnitude is permitted to be utilised by wilful use, only for spiritual purpose and never for material purpose. This does not preclude utilisation by Nature whenever the need arises and where Nature desires it. We have had convincing examples of the latter, but Master does not like to divulge any experience of this kind, since the longing for such miraculous occurrence might become the sole temptation for some persons to join the Mission. Since the goal, the fixed goal in this system of Sadhana is the attainment of the Divine in one life, the utilisation of the spiritual power for the achievement of lesser goals is not only

prohibited but also rendered impossible by the Master lest any abhyasi or preceptor of the Mission should succumb to temptation in the way the great sage Vishwamitra did.

21. A very important factor is the college of preceptors that the Master has brought into being, who are trained by the Master himself, endowed with the ability to teach, train, look after and develop the abhyasi, of course under the watchful eye and supervision of Master himself. Master himself being a single being though a true Divine Personality, can hardly within the confines of a mortal being undertake the arduous duty of preparing and training. Hence the need for gifted and capable preceptors. We have more than a hundred preceptors in India and two score preceptors overseas. All of them are not at the same level of spiritual eminence, but this does not in any way mitigate the usefulness to the abhyasi because the power used is that of the Master. The energy transmitted is that of the Master. The watchful monitor is the Master himself. So there is little danger or risk of either trauma or lack of success in the process.

22. One great advantage this system has is the possibility of helping the aspirants across oceans and far distant places, not only by Master himself but also by the more evolved of the preceptors. The bold experiment in this regard was commenced by this writer when dealing with overseas abhyasis who joined the Mission when he was on tour in the West. His own projection of what was happening during the transmission session was satisfactorily verified by letters and communications from the recipients of transmission. The process developed rapidly. As a result of our rendering help to unknown independent aspirants who because of the resultant experience unhesitatingly joined

the Mission and took to this system of Sadhana. This is akin, but in a very much more refined manner, to telekinesis in certain systems of healing the sick. This is a very valuable aid to the seeker under this system of Sadhana.

23. The seat for meditation has been chosen here at the heart, the very spring from which nourishing, life giving blood wells up incessantly to feed and at the same time clean the body cells of all toxic etc., accumulations. This does away with the terribly slow method of starting at the muladhara to laboriously climb up from chakra to chakra. This resembles the practice of recruiting capable and knowledgeable individuals at the higher supervisory levels instead of at the bottom-most levels. The transmission performs two effective duties, one purificatory and the other ennobling by divinising. Concentration, distracting the mind by gathering its power towards exercise of the will power, is replaced by contemplation or gradually losing the mind in the ecstatic viewing of an unending spectacle of entrancing loveliness, blind and deaf to all diversions, thus becoming the instrument of achieving one-pointedness (concentration) without the use of mental force or will power.

24. In this system, there is no room for forced, by self or by outside influence, sannyasa. Such sacrifice or giving up always results in inward self-pity, suppressed but ever ebullient desires, great dis-appointment which cannot be relieved even by expression and the permanent clouding of the mind with such thoughts of the inferior kind, resulting in the negation of divine thinking. Detachment is not recommended, nor of course attachment. What is aimed at is non-attachment. The abhyasi is very often unaware of the onset and gradual progress of this state of unattachedness in himself and when he gains glimpses of the

same, is rather astonished, but soon learns to accept it as his normal due. Thus, the adherent is required to stay in the home, live his normal life and learn to live it in God, with God and for God. There is no chance of forsaking the home, the family or responsibilities and duties. On the contrary, these get looked after with greater efficiency, in less time and without either jubilation over success or sorrow over apparent failures. It is all gain and never a loss.

25. In conclusion one can only offer what he has. It is for the offeree to perceive, judge, appreciate and accept. This system does not believe in propaganda or forcing down the throat even what is good but not wanted. Those who are called come, but they remain who are chosen. Any amount of propaganda will not help. It is the earnest prayer of the writer that the enormous advantages placed before them by a merciful Providence in the shape of a living Guru, the living Personality who is capable of lifting mankind to unimaginably elevated spiritual conditions, should be availed of and the benefits fully obtained. We can only be sorry for those who are unable to transcend the disability to convince themselves and so fail to take full advantage of this invaluable soul-sustenance offered to them by this YUGAPUKUSH Satguru Mahatma Shri Ram Chandraji Maharaj, President, Shri Ram Chandra Mission, Shahjahanpur.



“O My Master”

Pradeep Gupta, Haldwani

— I am at your holy feet,
What can I write in your praise ?
Make this novice, Master, !
Part of your own kindself:
You gave me life, My Master.
You are ever in my heart ?
But how can I say “In my heart”
When that too belongs to thyself ?

My Master I want to see you every day.

Physically—I am far from you.

But in all things around me

I see you every time every where.

I want to weep more and more.
Why I wasted time in the past
Compensation is only possible
By kindness of the ever flowing grace
— which is for all, what I am,

I want to lose my existence.

but how can it be without thy will ?

Call me to your self my Master,

I am ever at thy Holy feet.

साधक के सृजन कण

[सुश्री कस्तूरी चतुर्वेदी, मोदीनगर, उत्तर प्रदेश]

आशा रूपी ढाँचे में विश्वास की पुतलियों से घूरता है मानव अपने प्राणों को । (अर्थात् दृष्टि को हृदय पर स्थित करता है यानी ध्यान)

वहाँ पर

श्वासों की बीछार से टपकते हुये सोमरस का पान कर वह खो जाता है अपने देश में ।

तब

उसे अन्तर में मिलता है ध्यान द्वारा ध्येय से खींचता है बःह्य वेसुधी और रहने लगता है अपने अन्तर के देश में । अचानक ही विराम रूपी खटाई से जब उतरने लगती है बेहोशी तो वह छटपटा उठता है एक अज्ञात वेदना से और फड़फड़ा उठते हैं उसके मन रूपी पक्षी के पंख । अंतर-पथ पार करने में जब उसकी भी सुधि भूलने लगती है तो उसे लगता है कहीं विराम तो नहीं हो गया ।

और

तब एक सुकोमल कर्ण स्वर कर्ण कुहरों में प्रवेश करता है “हाय” । और अधीर होकर वह सहेज लेता है उसे अपने निश्वासों में । अज्ञात वेदना में खोज पाता है उस ‘हाय’ को जो घुन बनकर घूम जाता है सारी स्थूलता को ।

फिर

एक क्षण भी उसे दूर नहीं होने देना चाहता अपनी आंखों से । वह डूब गया है अपनी सूरत में, क्रियाहीन सा बैठा है, खोया हुआ ।

किन्तु

वह नवनीत की पुतली पुनः पुनः भाँक जाती है उसके अभ्यन्तर में और जगा देती है उसे उसकी समाधि से (‘नवनीत की पुतली’ ‘हाय’ के लिए आया है जो समाधि रूपी स्थूलता को कुरेदने लगती है । ‘उसकी समाधि’ नीद है और जागरण है सुरति)

वह

अनुराग रूपी दूध पिलाकर बुझाना चाहता है उसे। पुनः पुनः आनन्द शब्दों से बहलाना चाहता है उसे। यहाँ तक होता है कि वह उससे बोलते हुये भी लीन हो जाता है और वह फिर भी उसके भीतर घुस घुसकर उसे कुरेद देती है। (उससे बोलते हुये भी लीन हो ही जाता है यानी सहज समाधि मय हो जाता है।)

वह नहीं मानती

बिना उसके वह रह नहीं सकती। उसकी गोद में खेले बिना उसे चैन कहां? अब स्थूलता इतनी नष्ट हुई कि पासा ही पलट गया

फिर

वह भी तो, भूल तो उसे सकता ही न था क्योंकि वह उसकी स्वासों की गति में समा चुकी थी।

एक दिन

नेत्र खुले। वह श्रमित सा मानो किसी के अम्युदय की ओर टकटकी लगाये बैठा था क्योंकि अब वह जीवित था केवल पर-अर्थ के लिये। ऊषा की अरुणाई मानो प्रभात होने की सूचना देने लगी थी।

इतने में ही

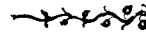
वह नवनीता खोज लाई थी एक परदेशी समवयस्क को

किन्तु अन्तर था।

वह था प्रभात और यह था

अम्युदय

परमार्थ का, जो आया था उसके अनुराग की खुमारी उतारने।



देह की ममता और आत्म दर्शन

(श्री लाल बिहारी वर्मा, लखीमपुर खीरी)

साधारणतयः मनुष्य की वाह्य दृष्टि होने के कारण उसका भुकाव व रुझान स्थूल वस्तुओं की ओर रहता है। शरीर और आत्मा दो भिन्न वस्तुयें हैं परन्तु उनका सम्बन्ध आवश्यक है। क्योंकि शरीर का वगैर आत्मा के कोई अस्तित्व ही नहीं व आत्मा विला शरीर के दर्शनीय नहीं। इन दोनों का वास्तविक सम्बन्ध वगैर भली भाँति जाने विषय का विश्लेषण अपूर्ण होगा। अतः मैं इन दोनों चीजों का अलग-अलग अपने अध्ययन और अनुभव के अनुसार वर्णन करता हूँ।

प्रथम शरीर अथवा देह को जानने की आवश्यकता है। देह शब्द संस्कृत की 'दिह' धातु से बना है, जिसका अर्थ है, जमा करना व एकत्रित करना। अतः यह स्पष्ट होता है कि देह किसी चीज का जमाव है और इसका स्वभाव भी जमा व इकट्ठा करने का है। मानव शरीर पंच भूतों तीन गुणों व २४ तत्वों से रचा गया है, तथा ८ पाशों से घिरा हुआ है, तथा हर मनुष्य में तीन शरीर (१) स्थूल (२) सूक्ष्म व (३) कारण होते हैं। स्थूल शरीर दृष्टि से भासता है, तथा सूक्ष्म शरीर सूक्ष्म दृष्टि से ज्ञात होता है। कारण शरीर बीज रूप है। इन तीनों शरीर के होते हुये पूर्ण आत्म दर्शन होना असंभव है। स्थूल शरीर स्थूल अणुओं से बनता है। सूक्ष्म शरीर सूक्ष्म अणुओं से बनता है। तथा कारण शरीर सूक्ष्माति सूक्ष्म तत्वों से निर्मित होता है, जिसमें संस्कार बीज रूप में मौजूद रहते हैं।

यह तीनों शरीर मनुष्य के बन्धन के कारण बने रहते हैं। हर मनुष्य में तामस, राजस सत्व तीन गुण विद्यमान हैं और यही मनुष्य के अपनी मात्रा के अनुसार स्वभाव पर प्रभाव डालते हैं। तामस विनाश करता है, राजस वध्य करता है, तथा सत्व ईश्वर का रास्ता दिखाने ही तक 'समर्थ' है, परन्तु ईश्वर तक पहुँचा नहीं सकता। अतः जब तक मनुष्य गुणातीत न हो जाय ईश्वर के क्षेत्र में उसकी पहुँच नहीं हो सकती।

ईश्वर ने संसार को बलाने के लिए अपनी शक्तियाँ भिन्न भिन्न क्षेत्रों में उतारी जो सर्वत्र संसार की रचना, विनाश व रक्षा के क्षेत्र में कार्यरत रहती हैं। मानव शरीर पर इनका हर समय प्रभाव पड़ता रहता है। काम क्रोध संसार में अयोहार के लिए आवश्यक है, और ईश्वर के बनाये हुए हैं विना इन शक्तियों का उपयोग किये हुये न संसार में व्यवस्था हो सकती और न संसार ही चल सकता है। इन दोनों शक्तियों को ग्रन्थों ने तथा सन्तों ने चुरा कहा है। इस वाक्य में कुछ सच्चाई भी है परन्तु इन ईश्वर दत्त शक्तियों का विनाश असम्भव है। ग्रन्थों का आशय यही हो सकता है कि काम और क्रोध का उदात्तीकरण करने के पश्चात् ही मनुष्य इन शक्तियों का सदुपयोग करके अपना जीवन श्रेष्ठ बना सकता है, और तब यह शक्तियाँ बजाय विनाशकारी होने के उसकी उन्नति में सहायक होगी।

मद और लोभ वास्तव में ईश्वर के दत्तये नहीं हैं। इनका जन्मदाता केवल मनुष्य है। वह इस प्रकार से संसार में वस्तुओं परिवार के लोगों तथा सांसारिक वैभव के सम्पर्क में आने से मद, लोभ अथवा ममता और मोह पैदा हो जाते हैं और उन पर बराबर ध्यान देते रहने के कारण यह शक्तियाँ प्रबल होती जाती हैं और मानव उसका विकार बन जाता है। चूंकि मनुष्य की दृष्टि बराबर स्थूल शरीर पर ही रहती है और इसी के पालन पोषण व आराम के लिए विचार करता रहता है, इसलिए उसका लगाव शरीर से हो जाता है। इसी को देह की ममता कहते हैं।

यही शरीर की ममता मानव में "मै" बन जाता है, और यह संसारी "देव" का रूप धारण कर लेता है। तब मनुष्य इसी "देव" को देखा करता है, और इसी में लिप्त रहता है। मैं और मेरा भ्रमान है और इस दृष्टि से जगत की वस्तुओं तथा मनुष्यों से प्यार करना माया या ममता है। इसके विपरीत संसार में हर प्राणी को ईश्वर की सतान समझ कर प्यार करना दया है। इस प्रकार ममता बढ़ करती है और दया ईश्वर लाभ काराती है।

अब हम आत्मा के विषय में विचार करेंगे, आत्मा ईश्वर अंश होने के कारण निरंय है, बाकी सब अनिरंय है। आत्मा स्वयं अपने रूप में स्थित रहती है और आनन्दमय है। मानव शरीर उसका मन्दिर है। आत्मा में मनुष्य के कर्मों या किसी अन्य प्रकार से कोई दोष नहीं आता है। वह

सदैव आनन्दमय पवित्र और निर्मल बनी रहती है। परन्तु मनुष्यों के संस्कारों के आवरण उसे घेरे रहते हैं। इसी कारण जब तक संस्कार या आवरण नष्ट नहीं हो जाते आत्मा भासती नहीं है। परन्तु साधना द्वारा जैसे ही संस्कार मिटते जाते हैं, वैसे ही उसकी भलक मिलती जाती है। तत्पर्य यह है कि जो कालिमा आत्मा को छिपाये हुये है, उसे वर्ग्य कर किये हुये उसका दर्शन असम्भव है।

मानव शरीर ही एक ऐसा साधन है जिसके द्वारा आत्म दर्शन या ईश्वर लाभ सम्भव है। परन्तु शरीर द्वारा एकत्रित बाधाओं को बिना हटाये हुये आत्म दर्शन कदापि नहीं हो सकता। इसीलिये अद्वैतात्मिक साधनाओं की आवश्यकता होती है। भिन्न भिन्न साधनायें हमारे ऋषियों, मुनियों ने अपनवाई और लोगों का मार्ग दर्शन किया। हर साधना पद्धति का मूल ध्येय यही है कि देह की ममता को बर्न: बर्न: हर करते हुये ईश्वर की ओर बढ़ें। परन्तु कौन सी साधना पद्धति निम हृद तक और किस व्यक्ति को उपयोगी होगी वह उसके जन्म जात स्वभाव के अनुकूल होती। यह सब होते हुये भी यदि ऐसा शक्तिशाली गुरु मिल जावे जो अपनी इच्छा शक्ति द्वारा साधक को बढ़ा सके तो उसके ध्येय की प्राप्ति शीघ्र हो सकती है। सौभाग्य से हमारे गुरु महाराज को यह शक्ति प्राप्त है कि यदि हम उनके मन, वचन, कर्म से सहयोगी बने रहें तो आत्म दर्शन सुगमता से ही जावेगा।

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय

AT THE HOLY FEET OF THE MASTER



The Utility Enterprises

(Paper Converters, Stationers, Printers, & Publishers)

331-333, Thambu Chetty Street,

MADRAS- I

Grams: Care MYWISH

Phone: 29916

P. P. 27110

सहयोग

[श्री खीमसिंह चौडान सावेर जिना-इन्दौर]

यदि विश्व में आदर्श सहयोग, मार्गदर्शन, एवं आध्यात्मिक सेवा का अनुपम उदाहरण कहीं देखने को मिलता है तो वह एक मात्र परम पूज्य बाबू जी के निम्नलिखित मौलिक वाक्यों में झलकता है जो उन्होंने एक ग्रन्थासौ भाई के पत्र के उत्तर में लिखा है, यह गद्यांश बार-बार पढ़ने की इच्छा होती है, न जाने कौन सा आकर्षण इसमें है कि बारम्बार आपके सर्वोत्तम सहयोग का हर साधक कायल है ।

“आपका पत्र पढ़ा, कुछ हर्ज नहीं अगर स्वामी जी की याद आ जाती है । अच्छे आदमियों की याद आ ही जाना चाहिये. रह गया मैं मुझे तो आप अपना सेवक समझिये, जो घर का कूड़ाकरकट ऋड़ पोछकर बाहर निकाल देता है । स्वामी जी को मालिक समझो और मुझको सेवक, मुझे आपकी सेवकाई में बिल्कुल भी झिझक नहीं है चाहता यह हूँ कि इस सेवकाई का मूल्य आप उन्हीं को अदा करते रहें, इससे मुझे खुशी होगी और मेरी सेवकाई नेचर की किताब में निष्काम लिखी जायेगी, मगर मैं एक बात जरूर लिखूंगा कि हर हैसियत में आप अपने आध्यात्मिक लाभ का विचार जरूर रखियेगा ।”

जो भाई सहयोग को प्रायोगिक रूप से समझते हैं उन्हें मिशन के प्रति न शंका होती है तथा न किसी प्रकार के प्रश्नों की चाह ही रह जाती है, जहाँ अपनत्व का भाव आ जाता है श्रद्धा और प्रेम उत्पन्न होते हैं मुख्यालय से निर्देश और सूचनाएँ यदि प्राप्त होती हैं, तो उनके यथाशक्ति पालन करने के बजाय आलोचना करना, आपत्ति दिखाना मेरी अल्प बुद्धि के अनुसार सहयोग नहीं कहा जायेगा, यह तो एक प्रकार का भौतिक नशा है जिसे हम प्रतिष्ठा का कारण मानकर वास्तविकता से दूर रहते हैं ।

यदि सहयोग द्वारा पूर्णरूपेण मालिक को समर्पण कर दिया तो फिर

प्रतिष्ठा का प्रश्न ही नहीं रह जाता, यदि प्रतिष्ठा माने भी तो वह फिर मालिक की प्रतिष्ठा होगी। गीता में अर्जुन को जो कुछ भी कहा गया है वह सहयोग हेतु है। पूर्ण समर्पण के लिये कहा गया है वह भी सहयोग है प्रायः कुछ अभ्यासी भाइयों को भ्रम है। दक्षिण भारत के अभ्यासी भाइयों के सम्पर्क में आकर देखा कि सहयोग क्या है? यह हकीकत है, मुझे तो प्रायः उन भाइयों से प्रेरणा मिलती है तथा उनके साथ रहकर सहयोग कुछ-कुछ समझ में आता है।

परनिन्दा व आलोचना के बजाय अपनी कमियों को देखकर कार्य करते रहें तथा मौन रहें और मौन में भी याद प्रक्रिया चलती रहे इससे सहयोग ही नहीं वरन् समय का सदुपयोग भी होता रहेगा। बिना सहयोग के किसी परिवर्तन की आशा करना स्वयं को धोखा देना है। सहयोग को भलीभांति समझने पर तर्क कुतर्क को स्थान ही कहाँ है? प्रायः लोगों में पाया जाता है कि सहयोग किसी भी रूप में देने से अहंकार में वृद्धि होने लगती है विशेषकर अधिक दृष्टि से सहयोग भ्रम व अहम् उत्पन्न करता है जो वास्तविक रूप से सहयोग न होकर सहायता का एक ढंग हो सकता है।

निष्काम सहयोग ही पूर्ण रूपेण साधक के लिए सार्थक है वरन् मिथ्या दम्भ उत्पन्न होगा। गीता में भी निष्काम भक्ति के लिये संकेत किया गया है। साधक के लिये सहयोग, साधना एवं सफलता की कुंजी है। तन मन धन से सहयोग जिस दिन से प्रारम्भ हो जाय उसी दिन से साधक का वास्तविक सफल जीवन शुरू हो जाता है। मिशन का जो भी कार्य होता है वह मालिक की मर्जी से होता है यदि साधक यह मान ले कि यह सब उनके प्रयास से हुआ तो इसे सहयोग नहीं कहा जा सकता, यदि साधक मिशन के लिये अपने को उत्प्रेरक समझे तो निश्चित ही सहयोग शुरू हो जायेगा इसकी ही वर्तमान में आवश्यकता है। कभी-कभी असहयोग से सहयोग की शुरुआत होती है शायद सहयोग समझ में अथवा व्यवहार में न आ पाने से ऐसा होता है। अभी भी सहयोग समझ पाया हूँ समझ में नहीं आता मालिक ही जानें। इतना निश्चित है कि यदि कभी असहयोग हुआ भी हो तो मालिक पर इसका कुछ भी प्रभाव नहीं पड़ा होगा। बालक का रुठना, हठ करना और मचलना भी तो माँ को प्रायः अच्छा लगता है।

फरवरी १९७३ को शाहजहाँपुर में दो अभ्यासी भाइयों को मिशन के कर्मठ कार्यकर्ताओं से रुठते हुये देखा गया था शायद यह भी भावी सहयोग की झलक हो। साधारणतया व्यवहार में भी जब हम दूसरों को सहयोग देते हैं या सहयोग की भावना रखते हैं बदले में सहयोग की उपेक्षा न करते हुये भी सहयोग प्राप्त होता है। आध्यात्मिक क्षेत्र में सहयोग की भावना मात्र से भी यदि असहयोग हुआ तो मालिक का सहयोग ही नहीं विशेष कृपा एवं देख रेख भी शुरू हो जाती है। मिशन कार्य को अपना ही कार्य समझकर सहयोग शुरू किया जाय तो भी सहयोग समझ में आ जायेगा। कुछ पाठकों को अटपटा सा लगेगा कि सहयोग सभी जानते हैं फिर सहयोग को बताने की क्या आवश्यकता इसके उत्तर में मात्र निवेदन है कि सहयोग के अर्थ को जानने मात्र से सहयोग नहीं होता, सहयोग व्यवहार में आ जाना चाहिये, इसे मूर्तरूप देना, तथा कार्य रूप में परिणत करना, ही सहयोग देना है।



अनन्त का दृश्य

श्री मानवेन्द्र कुमार मिश्र, आसफपुर-बदायूँ

यह सब,
जो मेरी आँखों में है,
कम से कम,
मेरे लिए तो कोई अर्थ नहीं रखता
और
अर्थ तो नहीं रखता आपके लिए भी
आप माने या न माने,
इसे जाने या न जाने,
कि एक दिन,
आयगा हमारे सामने,
उजागर हो जायगा यह सब,
निरर्थक बोध
सार्थक शोध बनकर
और आप विवश हो जावेंगे
इसे मानने जानने और पहचानने के लिए.
एक आप ही नहीं,
हम सब देख सकेंगे—
बाहरी दुनिया को,
अपने खुले रूप में,
अपने धुले रूप में,
क्योंकि—
वस्तुतः जो कुछ है अन्दर,
दिखता है वही सब बाहर,
और उस पर एक पर्दा डाले हुए है,
हमारी आपकी बुद्धि,

इसलिए,
 समझ में आना,
 या पहचान पाना,
 मुश्किल अवश्य है,
 फिर भी
 मानने में क्या मुश्किल है ?
 इसे ऐसा हमारे पूर्वजों ने कहा है:—
 अंधेरा था पहले,
 उजेला शुरू हुआ,
 फिर देखने की आदत हुई,
 (अवश्य कि दृष्टि हमारे साथ पहले भी थी,)
 देखते-देखते लगे फँसने—
 चमकीले, मुझामले को,
 नजर में घोलने,
 और,
 देखने लगे हर चीज
 पाने लगे लगाव,
 और इतना ही नहीं—
 दिल बहलाव की सूरतें भी नजर में आईं,
 और इस तरह,
 माया के भ्रमों पटल से—
 हम ठोस पलक पर आ गए,
 माया ।
 जिसकी ठोस हालत भीनी,
 और भीनी हालत, ठोस मौलूम दे,
 बाजीगरी का यह पेंच,
 बुद्धि पर पत्थर डाले हुए है अब तक;
 कि एक के दो,
 दो के तीन,
 और अनगिन,
 देखते रहे,

शताब्दियाँ बीत गईं,
 किन्तु हम अपनी दिल बहलाव की सूरत से नहीं गुजरे ।
 लेकिन—
 जब कभी,
 फुदरते कामिला मौजजन होती है
 कुछ रमक आ ही जाती है हम में
 उस ऊपर वाली हालत की भी,
 और
 अगर तबियत बन गई असली,
 तो वह रमक—
 एक खुशबू के तौर पर,
 बाग तक पहुँचाकर,
 फूल का नजारा ले आती है सामने,
 बात असलियत की है,
 बिना बुलबुल बने गुल के निकट हो ही नहीं सकते ।

और यह टीस, यह चहक
 भले ही एक क्षण को आये—
 तू यह न करे कि कहीं यह जाती रहे
 चाहे ज्ञान का दर्पण सिर्फ उसके अधिकारी ही पायें,
 मैं तो करता हूँ अंधेरे की बात-चीत,
 गुमसुम उजेले में, जो अंधेरे के बाद था
 सिर्फ इसलिए कि—
 अनन्त का दृश्य जिसकी समाप्ति नहीं,
 दिखता रहे
 तू यह करे कि—
 अंधेरा, अंधेरा न रह जाए इस तरह,
 अगर रहे तो सिर्फ तू
 और तेरे सिवा कुछ भी नहीं,
 न अंधेरा, न उजेला,
 कहने को प्रभात का रूप, उषा के अनुरूप,

महान्धकार और उससे मुक्ति

(श्री राजेश्वरी प्रसाद श्रीवास्तव, सीतापुर)

बीसवीं शताब्दि के इस सम्य युग में मनुष्य जब उन्नति और प्रगति के शिखर पर पहुँच रहा है, अन्तर्लौकीय व्यवस्था बनाने में व्यस्त है, इस घरती पर हम आये दिन देखते रहते हैं कि बिजली के चले जाने से गहन अंधकार में पहुँच जाते हैं। यह अन्धाकुप हमें बार-बार आदिम-अवस्था में डाल देता है। यह घटाटोप अन्धकार कभी-कभी तो घण्टों बना रहता है। हमें विवश होकर हाथ पर हाथ धरे बैठे रह जाना पड़ता है। घर-बाहर सब कहीं अन्धकार का राज्य छा जाता है। हम विद्युत् प्रकाश टेलीविजन आदि सुविधाओं से बंचित हो जाते हैं, जिन्हें हम विज्ञान का वरदान मानते हैं। चारों ओर अराजकता और गड़बड़ी फैल जाती है। इसी प्रकार का एक और भी अन्धकार है जो अधिक भयंकर और भयावह होता है। यह आध्यात्मिक महान्धकार है जिसमें जाने अनजाने हम डूबते रहते हैं।

आध्यात्मिक अन्धाकुप में हर्ष और उल्लास का लोप हो जाता है। इसमें पराजय और प्रवञ्चना-युक्त साहसहीनता भर जाती है। जब हमें यह अनुभव होने लगे कि जीवन में स्वास्थ्य, सुख और सामञ्जस्य नहीं मिल रहा तो हमें जान लेना चाहिये कि हम आध्यात्मिक तमस् के मध्य पड़ गये हैं। कोई न कोई कारण अवश्य होगा जिसमें महाशक्ति-श्रोत (ईश्वर) और अपने मध्य हमने सम्पर्क तोड़ लिया है। यह निम्नांकित दृष्टान्त से स्पष्ट हो जायगा।

हमें अपने घरों में बिजली चुशाला से (Power House) से मिलती रहती है। यदि हम बिना स्त्रेचे-समझे अपने घर में अनेकानेक विद्युत् उपकरण लगाकर भार अत्यधिक बढ़ा देते हैं तो 'फ्यूज' (Fuse) उड़ जाता है, बिजली चली जाती है और अंधेरा भर जाता है। इसके अर्थ यह नहीं कि बिजली बिल्कुल गायब हो गयी। चुशाला में जहाँ शक्ति उत्पादन का सयन्त्र लगा हुआ है बिजली पर्याप्त उपलब्ध है। अन्तर यही है कि भार बढ़ाकर हमने फ्यूज उड़ा दिया और बिजली का हमने अपने घर में आना रोक दिया और स्वयं ही अन्धकार में चले गये।

इसी प्रकार प्रत्येक प्राणी को ईश्वर से उसकी दिव्य-शक्ति (फैज) मिलती रहती है। परम दयालु को यह कृपा सब पर रहती है। होता यह है कि हम ही अपने मन और भावनात्मक व्यवस्था को नाना ऋणों से भर देते हैं। इससे हमारा जीवन-सन्तुलन बिगड़ जाता है और परिणामतः हम स्वयं ही अपना आध्यात्मिक-फ्यूज जला देते हैं। यह कब होता है। वस्तुतः जब हम द्वेष, ईर्ष्या, लालसा, व्यग्रता, क्रोध, मोह आदि जीवन के ऋण-चिन्हों से अपने मन को आप्लावित कर देते हैं तो न मन की शान्ति रह जाती है और न किसी रचनात्मक वस्तु पर ध्यान ही केन्द्रित रह पाता है। इसका अर्थ यही है कि हमने अपनी ही विनाशकारी भावनाओं के सहारे 'दिव्य-शक्ति' से अपने को अलग कर लिया अर्थात् वह आध्यात्मिक-फ्यूज जला दिया।

प्रायः हमारी झुकी भावना ही इस स्वनिर्मित तमस का कारण है। हम स्वतः ही अपनी सामाजिक, बौद्धिक, मानसिक, सांस्कृतिक प्रगति को अवरुद्ध कर लेते हैं। कभी-कभी तो यह अवरुद्ध जातीय भी बन जाता है जिससे कलह और नर-संहार तक होने लगता है। यहाँ पर यह ध्यान में रखने वाली बात है कि यह आध्यात्मिक अन्धकार स्वयं व्यक्ति के कारण उसमें होता है न कि ईश्वर द्वारा। अब प्रश्न यह आता है कि इस अन्धकार से छुटकारा कैसे मिले ?

ईश-कृपा ही यह अन्धकार दूर करने में समर्थ है -- "सोइ जानत जेहि देहु जनाई, जानत तुमहि तुमहि होई जाई।" आध्यात्मिक-तमस तभी दूर हो सकता है जब यह भान हो जाय कि हमारा सम्पर्क ईश्वर से शाश्वत ऐक्यका है। हममें उसकी दया (फैज) भरपूर विद्यमान है। महान सत्य तो यही है कि ईश्वर के अतिरिक्त और कोई आध्यात्मिक शक्ति है ही नहीं। हृदय में इस किरण के उदय होते ही उस महान शक्ति का अभाव तो कभी होगा ही नहीं। यह सम्पर्क निरन्तर तभी बना रह सकता है जब उस प्रभु तक हमारा आध्यात्मिक चक्र (Intellectual circuit) आक्रोश, अन्ध-विश्वास, ईर्ष्या-द्वेष, चण्डता, वैर, भय आदि ऋण-चिन्हों से मुक्त रहे, बोझिल न होने पाये। हमारा प्रयास सदैव यही होना चाहिये कि यह चक्र (cricuit) प्रेम, सहिष्णुता, धैर्य, दया आदि सद्गुणों के प्रवाह हेतु उन्मुख बना रहे। संक्षेप में सार की बात यह है कि हम ईश्वर में लय-अवस्था प्राप्त करें। यह अवस्था प्राप्त कैसे हो ?

हमारा मन जो अभी तक स्वच्छन्द रहा है बहकता रहा है एकाएक इस सन्मार्ग पर आ जायगा सम्भव नहीं। ऐसी महानात्मा विरली ही होगी जो अपने

ही प्रयास से अग्रसर होती रहे। इसके लिए साधना का मार्ग ही उपयुक्त है। साधनायें अनेक हैं और उनसे कुछ न कुछ लाभ भी मिलता है परन्तु "राजयोग" ही अन्तिम लक्ष्य तक पहुँचने में सश्रम है। इसके लिए एक सच्चे और योग्य ब्रह्म निष्ठ मार्ग-दर्शक (गुरु) की सहायता अत्यन्त आवश्यक है। हमारा जीवन धन्य हो जायगा, यदि ऐसा सद्गुरु मिल जाय।

साधना के दो रूप होते हैं—अभ्यास और सद्गुरु का सहारा। अभ्यास से साधक में वे आन्तरिक दशायें उत्पन्न होती हैं जिनसे ईश-दया (फैज) की गति को उसके भीतर आने का आकर्षण मिलता है। इस हेतु साधक का अपना प्रयास आवश्यक है। स्व-प्रयास ही अकेले साधना में पर्याप्त नहीं है। साधना की सफलता के लिए सद्गुरु का सहारा सदैव अपेक्षित है। अन्तिम लक्ष्य की प्राप्ति हेतु ईश-दया की ही आवश्यकता है। अपनी आन्तरिक जटिलताओं के कारण साधक के वश की यह बात नहीं कि वह दया-धार स्वतः पा सके। इसलिये सद्गुरु की सहायता अपरिहार्य है। सद्गुरु यह कार्य "प्राणाहुति" द्वारा पूरा करता है। सहज-मार्ग-साधना-पद्धति की यही विशेषता है जो अन्यत्र दुर्लभ है। "प्राणाहुति" के माध्यम से सद्गुरु साधक को गम्भीर कठिनाइयों से उबारता चलता है। अपनी इस साधना प्रणाली में हम केवल करते यह हैं कि अपने को हम सद्गुरु से जोड़ देते हैं और वह हमारा आध्यात्मिक फ्यूज उस परम पिता से लगा देता है जो हमारा लक्ष्य है। वही इसको ठीक भी रखता है। उसकी शक्ति पावर हमारी साधना सहज हो जाती है। धीरे-धीरे हमारा स्वच्छन्द मन सन्तुलित होने लगता है और ईश्वर के सान्निध्य का पथ प्रशस्त हो जाता है और इस प्रकार हम आध्यात्मिक महान्धकार से निकलने में सफल हो जाते हैं।



अनन्त यात्रा

[इस स्थाई स्तम्भ के अन्तर्गत श्री 'बाबू जी' और सन्त कस्तूरी चतुर्वेदी के बीच पत्र-व्यवहार क्रमशः प्रकाशित किया जा रहा है। इसमें अध्यात्म एवं ब्रह्मविद्या सम्बन्धी साधना में अभ्यासी की प्रगति का एक सम्यक् व्यवस्थित वास्तविक विवरण प्रस्तुत है। उक्त विद्या को वैज्ञानिक अध्ययन एवं अनुसन्धान के लिये सुलभ करने की दृष्टि से इस विस्तृत पत्र-व्यवहार का यथातथ्य प्रकाशन महत्वपूर्ण होगा। क्रमागत—

—सम्पादक]

पत्र संख्या १०३

लखीमपुर

ता० २६-६-५०

परम पूज्य तथा श्रेष्ठ श्री बाबू जी,

सादर प्रणाम।

कृपा—पत्र आपका जो आपने नारायण दहा के हाथ भेजा था सो आज मिला पढ़कर प्रसन्नता हुई। दहा से यह भी मालूम हुआ कि अभी आपकी तबियत बिल्कुल अच्छी नहीं हुई है, कृपया अब आप जल्दी से अच्छे हो जाइए। प्रार्थना के अतिरिक्त मुझे कुछ और यदि आपके अच्छे होने के लिए बताया जाय तो दिन रात इसे अपना समझकर कुछ और उपाय भी बतलाइये। यदि आप आज्ञा दें तो कुछ दिन आपकी Will-Power का प्रयोग भी करूँ, यद्यपि दो दिन कुछ थोड़ा सा प्रयोग आपके लिए बिना आपकी आज्ञा लिये किया था, इसलिए क्षमा माँगती हूँ।

मेरी आत्मिक-दशा तो अब एक विरक्त की सी हो गई है। अब देखती हूँ कि तबियत किसी तरह अधिक नहीं भुंकने पाती है। मेरठ में शादी की खुशी में मैं यह नहीं जानती कि मैं वहाँ की चहल-पहल में जरा भी लिप्त हो सकी थी या नहीं क्योंकि कोशिश तो 'मालिक' की कृपा से सदैव यही रही है कि निगाह उसके अलावा कहीं जरा सी भी न मुड़ सके। अब तो भाई यह हाल है कि कोई बात, कोई गुण, अवगुण या गलती तक अपनी नहीं मालूम पड़ती है। न जाने क्या हाल है कि जब हम सब मेरठ से चलने

लगे तो सब लोग रोने लगे, मेरे भी कुछ आँसू बहे परन्तु मेरी अब यह समझ में नहीं आता है और न तब ही आ पाया कि क्या हुआ। यदि कहूँ कि सबसे अलग होने का दुःख हुआ सो मैं यह भी नहीं कह सकती हूँ क्योंकि मुझे तो अब जैसे दुनियाँ के सब लोग हैं वैसे ही अपने घर वाले लोग लगते हैं। सच पूछिये तो अब मुझे किसी से लेश-मात्र भी लगाव नहीं प्रतीत होता। बस उस समय ऐसा लगता था जैसे एक छोटा बालक सबको रोता देखकर बिना कारण रोने लगे। पहले जैसे मुझे जब मैं किसी पर गुस्सा हो जाती थी तो बाद में बड़ा अफसोस होता था परन्तु अब किसी बात का दुःख तो एक तरफ रहा उस तरफ ध्यान ही नहीं जाता कि कुछ हुआ भी है। अब जब मैं कहीं चली जाती हूँ या कोई मेरे सामने से चला जावे तो मुझे कभी उसका खयाल तक नहीं आता अब तो 'मुँह देखे की प्रीति सबसे रह गई है।' जब यहाँ आई हूँ तो हर एक की शकल याद करके हर बात याद करनी पड़ती थी। मेरे पूज्य श्री बाबू जी मैं "मालिक" का धन्यवाद किस मुँह से और कहाँ तक अदा करूँ। फिर अब हालत कुछ ऐसी हो गई है कि कौन अदा करे और किसे अदा किया जावे, जैसी उसकी मर्जी हो सो करे। मैं यह कहती तो जरूर हूँ कि मुझमें अब कोई बात नहीं रही परन्तु समय पर होता जरूरत के अनुसार सब कुछ है परन्तु फिर किसी बात का कुछ असर नहीं रहता है। श्री बाबू जी यह हाल न जाने क्या है कि यदि कहीं जाती हूँ तो रास्ते में कोई भी यदि दाढ़ी वाला मनुष्य दीख जाता है तो तबियत एक दम कुछ क्षण को परेशान या बेचैन सी हो जाती है। पूजा की जो आपने लिखी सो सच तो यह है कि पूजा से अब जी चुरा रहता है क्योंकि तबियत खुश होने के बजाय परेशान हो जाती है। कुछ थोड़ी सी ही देर बैठने पर जब आँख खोलती हूँ तो बड़े जोर का झटका सा लगता है और जैसे पहले सोकर उठने पर लगता था कि किसी दूसरे देश से आई हूँ, वैसे ही अब लगता है इसलिये अब पूजा से जी घबराता है। मुझे पूजा वगैरह कुछ नहीं चाहिए मुझे तो चाहिये केवल और केवल एक मात्र 'मालिक' कोई हालत हो या न हो मुझे तो किसी से कुछ काम नहीं और पूजा ही क्या बाबू जी बैठकर अब working तक करने से जी घबराता है। न जाने भाई मेरा क्या हाल है कि धीरे-धीरे मालिक को भी भूलती जा रही हूँ, शकल वगैरह तो हरगिज याद ही नहीं रहती इसलिए कभी-कभी दशनों की इच्छा बढ़ जाती है ईश्वर की तारीफ सो आपने लिखी है कि 'जो है सो है।'

सो आपकी ही कृपा से कुछ-कुछ अब यही बार-बार निकलता है परन्तु 'जो है सो है' की हालत मेरी समझ में नहीं आ पाती है। खैर, 'मालिक' की जैसी मर्जी आपने लिखा है कि हमें उसी हालत की तरफ जाना चाहिये सो आपकी जैसी मर्जी हो वैसे ले चलिये। मुझे जो आज्ञा होगी, उसके लिये मैं तैयार हूँ। और आपने जो यह लिखा है कि "तराजू के दोनों पलड़े बराबर रहना चाहिये, जब तौलने का वस्तु आ जाये तो नीचे ऊँचे थोड़ी देर के लिये हो जायें और फिर बराबर हो जायें।" वास्तव में बहुत अच्छा है। सच तो यह है कि आपका पत्र कुछ अधिक समझ में नहीं आया। खैर जैसे आपने दहा से कहलवाया है उसी के अनुसार अब जिज्जी के पिण्ड व ब्रह्माण्ड-देश की सफाई करूँगी अब धीरे-धीरे पूजा छोड़ रही हूँ, मुझे नहीं चाहिये।

आपकी दीन-हीन, सर्व साधन विहीन
पुत्री कस्तूरी

(पत्र संख्या १०४)

शाहजहांपुर

ता० ७-७-५०

प्रिय बेटी कस्तूरी,
खुश रहो।

पत्र तुम्हारा मिला। तुम्हारे सब पत्र सेरे पास रखे हैं मैं चाहता हूँ कि हर पत्र का उत्तर विस्तारपूर्वक लिखूँ, मगर मजबूरी यह है कि मुझे कोई लिखने वाला नहीं मिलता है और अपने आप पत्र लिखना चाहता हूँ तो विचार आना बन्द हो जाते हैं। पत्रों के उत्तर में इसलिये अब देर भी हो जाती है। नारायण से मुझको बड़ी मदद मिलती थी और हरी क फुरसत कम रहती है। 'उसकी' जब मर्जी होगी तो यह भी हो जावेगा। इस पत्र का उत्तर अगर विस्तारपूर्वक दिया जावे तो कम से कम बीस-पच्चीस पन्ने हो जावेंगे, इसलिये संक्षेप में लिख रहा हूँ।

मेरी तबियत अब अच्छी है। दो तीन दिन तुमने अपनी will Power exercise की। मुझे इस कदर फायदा हुआ कि कहा नहीं जा सकता। अपने आप को देखता था मगर कोई बात समझ में नहीं आती थी। इतनी बात समझ में आती थी कि यह प्रार्थना का असर है। working हरगिज नहीं छोड़ना चाहिये। तुम्हारे लिये working करना और दूसरों को सिखाना

अब यही पूजा है। मैंने तुमको ब्रह्म मंडन की mastery इसीलिये दी है कि working तुम्हारे सुपुर्द हो और उसको ठीक तरीके से करो। यह जहाँ तक मेरा ख्याल पहुँचता है पहली ही example है। मुमकिन है यह काम शायद ही किसी स्त्री जाति के सुपुर्द हुआ हो। तुम्हारी वर्तमान हालत Renunciation in pure form (वैराग्य) हैं और लय-अवस्था भी अच्छी चल रही है। हमारी हालत यही होना चाहिये मगर इसकी नकल करने की जरूरत नहीं। तुममें जरूर उस हालत की शुरुआत ईश्वर की कृपा से हो चुकी है इसलिये लिखता हूँ। जब हम किसी को रंज में देखें तो हमारी तबियत भी रंजीदा हो जाना चाहिये और जब हम किसी को खुशी में देखें तो हमारी तबियत भी खुश हो जाना चाहिये, मगर जब हम वहाँ से हटें तो न हमारे रंज हो और न खुशी। मेरठ में आसू निकल आने का यही कारण था।

शुभ चिन्तक
रामचन्द्र

(पत्र संख्या १०५)

लखीमपुर

ता० १०-७-५०

परम पूज्य तथा श्रद्धेय श्री बाबू जी

सादर प्रणाम

कृपा पत्र जो आपने पूज्य मास्टर साहब जी के हाथों भेजा सो मिल गया। आपकी तबियत ठीक है पढ़कर सबको प्रसन्नता हुई। आपको दो दिन की will power exercise से बहुत लाभ है इसके लिये 'मालिक' का बहुत-बहुत धन्यवाद है। मैंने शायद working छोड़ने के लिये न लिखा हो क्योंकि यह असम्भव है। अब तो मालिक की कृपा से जैसी पूजा 'वह' चाहता है वह ही होती है। 'आपने' जो यह रंज और खुशी के बारे में लिखा है सो बिल्कुल ठीक है ऐसा ही होना भी चाहिये। आप कोई लिखने वाला न मिलने के कारण मेरे पत्र का उत्तर विस्तारपूर्वक नहीं दे पाते तो न सही। मुझे तो केवल 'मालिक' से काम है बस कृपा सदैव बनी रहे यही विनती है।

पूज्य मास्टर साहब जी से मालूम हुआ कि परम पूज्य महात्मा श्री पापा को बहुत तेज बुखार आ गया सो कृपया उनसे प्रणाम कहियेगा और उनकी तबियत का हाल जल्दी लिखवाने की कृपा कीजिएगा। मेरी आत्मिक दशा तो

अब यह है कि पहले 'मालिक' की याद ही भूलती थी परन्तु अब देखती हूँ कि खुद मालिक को ही भूलती जा रही हूँ। कभी-कभी तो फोटो देखकर भी मैं यह भूल जाती हूँ कि यह किसकी फोटो है और अब कुछ यह न जाने क्या हो गया है कि अब 'मालिक' की याद ऐसे आती है जैसे एक अजनबी जिसे कभी न देखा है न जिसके विषय में ही कुछ मालूम है। जैसा मैंने एक बार लिखा था कि जब मैं कहीं से लौटती हूँ तो घर वाले ऐसे लगते हैं जैसे मैं किसी को जानती ही न होऊँ, उन्हें पहचानने की कोशिश करनी पड़ती है परन्तु अब वही हाल 'मालिक' के प्रति है। पहले जैसे 'मालिक' के प्रति बिल्कुल अपनापन लगता था अब वह भी नहीं है। अब तो 'उसके' प्रति भी तबियत में कुछ लापरवाही सी आ गई है। परन्तु चैन एक क्षण को भी नहीं है। और 'वह' जाने, 'उसका' काम जाने।

आपकी दीन हीन सर्व साधन विहीना
पुत्री कस्तूरी

(क्रमशः)

Our Publications

	Rs.
A. Grand Master's Truth Eternal. (English)	10.00
B. Master's Writings: (a) English	
1 Efficacy of Raj Yoga	7.00
2 Reality at Dawn	5.00
3 Voice Real	12.00
4 Commentary on Ten Commandments of Sahaj Marg	3.00
5 Towards Infinity	3.00
6 Sahaj Marg Philosophy.	5.00
7 Autobiography. Vol. 1.	10.00
8 Thus Speaks Shri Ram Chandraji (A Compilation)	1.00
9 Souvenir (Lalaji Birth centenary)	10.00
(b) Hindi	
1 Sahaj Marg ke Prakash Men Rajyoga ka Divya Darsan (Translation of No 1)	4.00
2 Satya Ka Udaya (Translation)	4.00
3 Sahaj Marg ke Das Niyamon ki Vyakhya (Translation of No 4)	4.00
4 Anant—Ki—Ore (Original)	3.00
(c) Kannada Translations	
1 Rajayogada Prabhava.	1.50
2 Satyodaya	4.00
3 Sahaj Margada Hatthu Niyamagala Vyakhya	3.00
4 Anantha Dhedege	1.50
(d) Tamil Translations	
1 Sathyodayamu 2nd Edn.	5.00
2 Pathu Niyamangalin Virivurai	4.00
(e) Telugu Translations	
1 Sathyodayamu	3.00
2 Rajayoga Prabhavam Sahaja Margamu Dhrushtya	3.00
(f) Gujarati Translations	
1 Translation of Efficacy of Raj Yoga.	3.00
2 Translation of Commentary on Ten Commandments of Sahaj Marg	3.00

	Rs.
<i>(C) Dr. K. C. Varadachari's Works:-all in English</i>	
1 Sahaj Marg—Shri Ram Chandra's New Darsana	Out of Print
2 Lectures on Sahaj Marg	10.00
3 Sahaj Marg and Personality Problems— (Seminar compilation) Vol. I. Yoga Psychology and modern Physiological Theories.	8.00
4 Vol. II Superstition and Spirituality	5.00
5 Talks on Efficacy of Rajyoga	1.50
6 Talks on the Commentary on Ten Commandments	3.00
7 Talks on Sahaj Marg Philosophy	5.00
<i>(D) Other Works:</i>	
1 A Panoramic View of Sahaj Marg-English, Sri Raghavendra Rao	5.00
2 A Peep into Sahaj Marg (Eng.) by Shri Ishwar Sahai	5.00
3 India in the West-Eng. P. Rajagopalachari	15.00
<i>(E) Pamphlets:</i>	
1 Outlines of Sahaj Marg (Eng.)	0.30
2 Sahaj Marg Ki Roop Rekha (Hindi)	0.30
3 Today is Ours—Sri G. Vijaya Rangachari	1.00
4 Sahaj Marg—A Natural way of God Realisation Prof. Laxmi Shanker.	0.30
5 SahajMarg—Ishwar Prapti ka Achook evam Saral Sadhan.	0.30
6 A Digest of Sahaj Marg— Sri G. Vijaya Rangachari	0.50

Publication Department, Shri Ram Chandra Mission,
Shahjahanpur (U.P.) 242001 INDIA
*Sahaj Marg Printing Press, Shri Ram Chandra Mission,
SHAHJAHANPUR, (U. P.) 242001 INDIA*