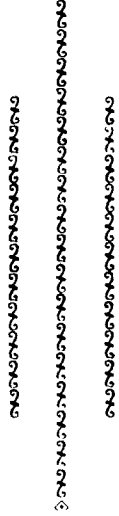


\* ओ३म् तत्सत् \*

# सहज-मार्ग SAHAJ MARG

( Bi-monthly, Spiritual )



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

Editors

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

Dr. Kashi Ram Agarwal N. D.

All right reserved

March 1967

Yearly subscription 5.00

One Copy 1.00

## CONTENTS

Subject	Writer	Page No.
1 Prayer		1
2 Holi	Sri Ram Chandraji, President	2
3 Function of Yoga	Shri Raghunandan Prasad. Advocate	5
4 Reflections On Sahaj Marga	Marni T. Ramji, M.A., M.Ed. Senior Research officer	9
5 Shaking Hands with The Supreme.	G. Vijayrangachari	14
6 Random Thoughts	S. A. Sarnad	24
७ मेरो मन अनन्त कहाँ सुख पावै कुमारी कस्तुरी चतुर्वेदी		२५
८ मिशन और ट्रान्समिशन	श्री. राजेश्वरी प्रसाद श्रीवास्तव	२६
९ योग भोग का विचित्र समन्वय-सहजमार्ग	कुमारी केसर चतुर्वेदी	३६
१० मानव जीवन का लक्ष्य	श्री कृष्णकुमार त्रिपाठी	४०
११ साधना के प्रभावी सोपान	श्री रामचन्द्र जी अर्धराज	४२
१२ एक प्रार्थना	श्री एन० के० डीगर (बच्चन)	४५
१३ अनन्त यात्रा		४८

\* ॐ \*

## सहज मार्ग

उत्तिष्ठत जाग्रत प्राप्य वरान्निबोधत ।

( उठो ! जागो ! गुरुजनों को प्राप्त कर ज्ञान-लाभ करो । )

### \* प्रार्थना \*

हे नाथ ! तू ही मनुष्य जीवन का ध्येय है,  
हमारी इच्छायें हमारी उन्नति में बाधक हैं,  
तू ही हमारा एक मात्र स्वामी और इष्ट है,  
बिना तेरी सहायता तेरी प्राप्ति असम्भव है ।



O, Master !

Thou art the real goal of human life.

We are yet but slaves of wishes,

Putting bar to our advancement.

Thou art the only God and Power,

To bring me upto that stage.

# Holi

Sri Ram Chandraji, President

This is the happy day of Holi, specially for those who have a liking for colours and want to indulge in them. There may be some others, who though do not participate in colour revelries are charmed by the fun it offers. They too may be deemed as admirers of colours or in other words of diversity. A man possesses consciousness of the various aspects of colour but so long as his mind bears the distinction his mind is really blind to the real aspect of the colour. The variety represents only various attributes of it, and through it we have to trace back to Colourlessness, which is the origin of it. It may be merely for the fun of Holi and it is and has ever been my nature. for the clarification of which I may refer to the following:-

“Whether I be standing, sitting or in any pose whatsoever, I am always at the same point, the Base” That means the base or the destination must never go out of mind. The destination can be arrived at only by him who is mad after it. That is the only way and whoever adopted this course, his success had been assured. But for that you have to create “Pain” in your heart. The cure must also come when the pain is there. All the means and Sadhanas aim at the same. May the time come soon, as definitely it must, for me to have such burning hearts eagerly impatient to have what I am so restless to impart. My intense devotion to my Master and my restless craving may soon bear fruit and create similar intensity in your heart. Have it from me and the rest may be gifted to you by the Supreme Master.

[ 3 ]

Whatever comes into action is always in accordance with the will of God. The difficulty arises when we link it with our own will or action, thinking it to be the result of our efforts. We rejoice at the success and feel aggrieved at the failure merely for that reason. This is the only thing which serves to keep us in bondage. The absence of this egoistic feeling means the advent of real potent vigour. How can this be achieved? Only by linking our self with the great power of the Divine. Doing so we go on covering stages after stages till we get closer to Him. It is but a pity to find only a few perhaps, trying to link themselves with the Supreme, not to say of achieving complete negation. For that the only Path is that of surrender, though it is a pretty hard task, especially for those who are over-loaded with their own weight.

Still they can do atleast as much as a school-child does for his teacher. Discipline is the elementary step of surrender. For that if it is not possible for any one to adhere to mental discipline in the beginning he can take up atleast the physical discipline to start with. After that if the teacher's capability is well established upon his mind and the pupil too is the real seeker of knowledge, mental submission will begin to develop by itself. When he has set his foot on the lowest rung of the ladder the next one shall easily be traced out. When the pursuit is thus taken up love and devotion will also begin to develop automatically especially when one is convinced of the merits of the teacher. I fail to understand whether those associated with me have the craving for realisation at all or not. If

(4)

they have these things must have developed in them automatically. There must of course be an interest for it and the interest also develops when one feels firmly attached to the goal. Some may however sit by me only to have their mind at rest for a while. This may also be something for me for I may thus be offering them comfort for a while at least. But that alone is not enough. There may be some who like to associate with me on the basis of fellow feeling and friendship, not of course taking into account realisation. This also is not too little for me because when I find one bearing in his heart love for me, I feel greatly rejoiced and refreshed. But why should one bother about it for my sake when there is a lot for him to love and like. Only one who has himself lost or atleast likes to lose all, may perhaps be inclined towards me. My mind's tendency is some what peculiar. Having lost my self in to-to, I like others to trace me out. I believe a wiseman shall never come up for it. Perhaps that may be the reason why I fail to excite emotion in the hearts of others, because like my own being that too is equally lost. When that is so what else remains in me for a clue to help them in tracing me out. The idea will be quite clear if one develops a similar type of Divine intoxication.

You are always welcome to my humble cottage—a cottage which is badly depreciated that none perhaps would like to rest there even for a while, lest he might be drenched all through by the light Shower from the Ultimate Base, leaking in through it.

Even after Negation has been achieved, there remains much to cover yet, for which even millions of years might be too short. It is very difficult to determine exactly what

(5)

and where the end may be. People may not be prone to accept it thus. They might say that since I represent Non-Being as Being, it is all vain and void. They may be justified to some extent since one, in being, can not entertain the idea of Non-being. It however refers only to a faint reflection of Non-beingness. The fact is that while in a state of Non-being if one does not bear any reflection of that condition then it can be taken as the perfection of the state of Negation, which is beyond common understanding of the saints even.

As for Vairagya, it can be attained only when one is wholly diverted towards the Divine. When it is so, one gets disinterested with the world and his own self as well. Thus he loses not only the body-consciousness but subsequently the soul-consciousness too. What remains then? Nothing but the 'Being in dead form' or a 'Living Dead'.



## Function of Yoga

*Shri Raghunandan Prasad Advocate*

**Lakhimpur**

Gyanyoga and Karmayoga are generally accepted to be two distinct fields of yoga. Gyanyoga is the name for the inward movement of our consciousness, while Karmayoga is the name for its outward movement. The inward movement is directed towards self-realisation in the intuitive feeling. The

outward movement aims at self-realisation in the creative action. Realisation is used in two different senses in two contexts. In the first it means the inward visualization, in the second it means the moulding of the external material in its internal world.

In life however, the two activities, the inward and the outward cannot be kept apart from each other. This distinction of inward and outward is created by our egoism, which circumscribes and imprisons itself within the four walls of its own making. It is also the egoism that sustains those walls. Once this egoism is shed off or destroyed, the walls will also disappear, and with the disappearance of the walls will also disappear the distinction of the inward, and the outward, and for one who has been able to destroy this egoism the distinction of Gyanyoga and Karmayoga will become meaningless. But so long this egoism is not destroyed, this multiplicity which is given to him in his experience will remain a hard and unsurmountable fact, and the two movements centripetal and centrifugal will also remain.

Gyanyoga and Karmayoga in actual life are not like two different streams. They are more like two different currents in the same stream. The Karmayoga current appears on the surface and is visible to others. The Gyanyoga current is deep down in the consciousness. They flow in the counter direction but the current of Karmayoga is maintained and sustained by the counter current of Gyanyoga. The current of Gyanyoga touches the very bed of our subconsciousness, and the sub-consciousness at once reacts upon it, and this reaction manifests itself in the outward repulsion of the inward realisation in the form of the creative action, as distinct from mere action which is the result of the working of the physical laws of

Nature. The inward contemplative activity of Gyan, which seeks to harmonise the internal conflicts, must necessarily find its counter-part in the outward creative action of that harmony. In a way the Gyanyoga sustains the Karmayoga, and in another way, it is the Karmayoga which sustains the Gyanyoga.

When the Gyan is denied expression in Karma for a long time, it begins to rot from within; when Karma is denied the support of Gyan it becomes wayward, arbitrary and suicidal. So for a harmonious and balanced development, it is absolutely necessary that the current of Gyan and Karma in man should flow together, as inner and outer current.

Unfortunately, at times in human history this stream of human progress has been split into two different streams of Gyan and Karma, divorced from each other, with the result that the Gyan ultimately became a superstition and Karma became a fetish, and disastrous consequences flowed from this divorce of Gyan and Karma.

Yoga, as the term itself suggests, signifies union and integration, and it will fail in its object, if it is unable to integrate, unite and harmonise Gyan and Karma. This integration is the very essence of the function of yoga. This integration, however, cannot be possible by reducing Karma to a non-entity or something illusory. For, in that case the contemplative consciousness will be denied expression, and will in course of time stagnate.

The world of time and place may not be real in the sense in which for the moment we understand it. But it will not be logical on our part to jump to the conclusion that it is real in no sense, and is altogether devoid of objective reality. The soul, too, is not real in the sense in which most of us understand it for the time being but if

the same argument which is applied to the world of time and space is applied to the soul as well, it may also become an illusion. This line of argument will land us in absolute illusionism, if not in absolute nihilism. But as pointed out this argument proceeds on a fallacy as its foundation--what appears to be real and is only relatively real in experience is devoid of reality all together.

The world of time and space is not unreal or illusory and the action which takes place within this world is not, unreal or illusory. So it will be erroneous and wrong to shun, or eradicate action. Such a philosophy, despite its subtle logic does not and cannot satisfy our intuitive consciousness and will be rejected by it.

So, the function of Yoga is to effect a harmonious integration of the contemplative and the creative activities of our soul. This creative activity must take place under the direction, guidance and supervision of contemplative activity, and must manifest itself in effecting the harmony in this conflict, whether in the individual, family, nation, the world or the cosmos.

---

**Reflection On  
Sahaja Marga**  
Based On The Lecture Delivered At  
Shri Ram Chandra Mission Shahjahanpur-U. P., On  
14-2-1967, the Vasanta Panchmi Day.

*By*

*Marni T. Ramji*, M. A., M. Ed., N. D.,  
Senior Research officer,  
National Council Of Educational  
Research And Training, New Delhi.

Faith in the Master is the first, important key-note of Sahaja Marga. The Master is the embodiment of the Eternal, omnipresent Reality-God. He is the representative of God, who enables devotees to get union with God. Babuji Shri Ram Chandrajji has perfect faith in his Great Master-Shri Samarthguru Shri Ram Chandrajji of Fategarh.

The Master is the special storehouse of Sublime Thought-Force. A person sings in a radio Station and the whole world is filled with sound vibration which can be received with the help of radios. Similarly, the Master thinks Sublime thoughts of peace, piety and purity and the whole world is filled with the Sublime thought Vibrations which can be received by the pure hearts of devotees who may be in any part of India or in any part of the world. This is the rationale of Yogic Transmission in Sahaja Marga. In other words, Yogic Transmission is the Divine Technique of Radiation of Sublime Thought-Force in the form of Vibrations in space from the Master to the devotee. It is the pure loving heart of a devotee which has implicit faith in the Master that receives the powerful, peaceful Thought Vibrations from the Master. Hence it is the implicit faith in

the Master which is the very foundation of Sahaja Marga.

Out of the above solid, sublime foundation springs the unique, natural technique of meditation at the heart zone in Sahaja Marga which begins with the following simple, sublime and sweet prayer addressed to the Master.

“O Master !

Thou art the 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.”

The above prayer connects the heart of the devotee to the heart of Master which is the sublime, Omnipresent storehouse of the Eternal, universal life-Force.

In the technique of meditation, advocated by Sahaja Marga, the life-force which is active in the heart-zone is filled with the thoughts of Divinelight.

In water, there is electricity which is powerful energy and which is the basis of modern industrial and technical progress. In the atom of the uranium metal, there is atomic energy which is highly powerful and which can be used for destructive as well as for constructive purposes. In the living cells of the human brain, there is the most powerful thought-force. But thought-force has two aspects. positive, divine, up-ward tendency and the negative, downward tendency. The upward positive tendency finds expression in the thoughts and feelings of universal love, purity, kindness and sympathy while the negative, downward tendency finds expression in the thoughts and feelings of lust, greed, anger, hatred, selfishness and jealousy. It is the downward tendency which has covered the upward tendency with the impure layers of ignorance. In Sahaja Marga, the inherent upward divine,

tendency is awakened by the pure, divine impulse transmitted by the Master and thus a positive, upward direction is given to the flow of thought-force. This form of positive thinking is practised in the form of sending thoughts of Divine light to the heart-zone during meditation,

In this technique, there is no suppression of thoughts, but there is only positive thinking. This method is natural, simple and sublime since it ultimately leads the devotee to the state of Waveless peace, perfect calmness and purity which is beyond thoughts and which is the Natural state of the ultimate Eternal centre-God.

Again, there is sufficient stress in Sahaja Marga on the technique of constant remembrance of God ( the Master ) Meditation is confined to certain special periods. But the technique of constant remembrance is to be practised as often as possible. Let us say that a devotee is in a city bus. Well that also is the right time for practice of the remembrance of God. It is the process of being absorbed in the idea of the Master who is the omnipresent, Eternal Reality. Let us take the example of an officer whose son is ill. He goes to the office but his mind is dominated by the feeling of anxiety about his son's health. Similarly, in constant remembrance a devotee's mind is to be dominated by the feeling of God's presence within and without.

Another important aspect of Sahaja Marga is the technique of purification in which thought-force is directed towards the entire body in order to drive out physical and mental impurities in the form of vapours from the back portion of the body. Regular performance of this technique daily for 15-20 minutes helps remarkably in the process of purifications of the physical and mental layers of an individual.

This technique is a great help for the practice of meditation which takes a devotee slowly and steadily to the nearest point of the ultimate centre of perfect calmness owing to the Infinite Grace of the Master. But Babuji says that restlessness to reach the state of perfect calmness is necessary on the part of every devotee in Sahaja Marga. This spiritual restlessness is intense longing to reach deeper and deeper levels of peace consciousness and it is different from worldly restlessness which is intense craving for sense pleasures.

It is the degree of intensity that is experienced during meditation as well as during other periods of activities which is the index of one's progress in the path of Sahaja Marga.

Thus it may be said that prayer, meditation, constant remembrance and purification constitute the central core of Sahaja Marga.

In Sahaja Marga, there is significant stress on the following aspects of life:-

First; Sahaja Marga recognizes the role of moderation in life.

Second; Sahaja Marga advocates the art of harmonious living which is a synthesis and fine blending of worldly and spiritual duties with a spirit of detachment. Let us take the example of a postman. He brings letters which contain happy news as well as unhappy news. But he is not concerned with the contents of the letters. He delivers them to the concerned persons with a sense of detachment. He is efficient and does his duty well.

Similarly, a devotee has to perform his duties of life with a spirit of detachment, avoiding the thoughts and feelings of attachment or aversion, which create mental disharmony.

Third; Sahaja Marga, advocates the cultivation of the quality of humility, Babuji says.

"When you are there God is not there, that is to say that when there is ego-consciousness there is no God-consciousness." Man is a drop in the ocean of life. A bubble that is removed from the ocean dries up within a few seconds. But it shares the glory of the ocean when it is in union with it. Similarly, each soul is a spark of life-force from the Eternal Sublime universal Life-Force. A humble devotee is in union with the universal, Eternal Life-Force-God and thus he is in the ocean of perfect calmness.

Above, all, Sahaja Marga believes in the universal brotherhood of mankind. According to Babuji, the following thought is a very pure thought "All men and women in the whole world are our brothers and sisters.

Thinking about the above pure thought at the upper region of the heart-zone for a few seconds or a few minutes before retiring to bed is highly conducive for the cultivation of the feeling of universal Brotherhood. So Babuji advocates the above process also.

The world today is in a state of crisis. It may be engulfed in thermo nuclear flames and thus it may be destroyed if man is unable to take guidance from the Gospel of the universal Brotherhood of Mankind and the Fatherhood of God. Enduring universal peace is to be established on the firm foundations of Christ's Love, Krishna's wisdom, Budha's Compassion, Mohammad's Moral strength, Gandhiji's Non-Violence [universal Love] and Babuji Sri Rama Chandrajil's perfect calmness and purity. This glorious message of universal Brotherhood and universal peace is given in the following beautiful, inspiring prayer for world peace, advocated by a great Indran saint. This prayer can be conveniently



addressed to the Master-the omnipresent, Eternal Reality.

Adorable presence !

O Master, om Babuji Shri Ram Chandraji !

Thou who art within and without, above and below and all around, Thou who art interpenetrating the very cells of our being. Thou who art the Eye of our eyes, Ear of our ears, Mind of our minds, Heart of our hearts, Breath of our breaths, Life of our lives and soul of our souls. bless us dear God-O Babuji, to be aware of thy Presence Now and Here. This is all that we ask of thee.

May all of us be aware of this presence in the East and in the west, in the North and in South ! May peace and Goodwill abide among individuals as well as communities and nations. This is our earnest prayer.

May peace be unto all !

Om Shante ! Shante !! Shante.



## Shaking Hands With The Supreme

--G. Vijayrangachari

Obviously a most audacious approach, but Sahaja Marga permits of this with an easy conscience. This seems only becoming of the path with a kingly origin developed to suit modern conditions, and reaching an Everest height amid other spiritual sadhanas, in so far as applicable to householders and the laity. Orthodox view must frown at what it would call an impermissible liberty with God, if not outright impertinence as it does with all other departures

from cramping limits it has set for itself. There was a time too when the same orthodox view had invited a disaster on itself by lending support to the view that religion should not recognise science and therefore should refuse to shake hands with her. This fatal mistake had almost prepared the grave for religion. Happily for times, the tables are turned now and in the meeting of the two camps, between their daily round of shaking hands, man has regained a lost balance.

So a real student of spiritualism shall have no use for artificial walls raised between him and his maker. We also learn of great devotees in our bhakti lore who have gone many steps further than we have said and have held God to ransom making him do all the odd and sundry duties. A Mira or Sakku, Pundalik or Kabir, Surdas or Tukaram, indeed many more, who have embellished the pages of our devotional record have dealt with God at such ease that it would seem wonder if man could have himself tolerated the situation had God taken similar liberties with him. It does perhaps only become a supreme power to oblige devotees with a grace and a smile which no other may winningly wear. Shall we therefore pause a little to muse over that indomitable spirit in man responsible for all mysteries-before proceeding to analyse how Sahaja Marga allows the freedom we have started with ?

Religion becomes spiritual adventure only because man struggles to rise above all institutional bonds to assert his spirit of freedom. He is utterly allergic to forces which tend to deaden the coconsciousness that is the reality in him. The human pride that is his due as the crown of creation, pulls him above the veils of law he knows only men like him must have made. He wants to play the game of life very

well and very true but is not content with simply obeying the law of it, if you so ask. He knows that the game changes its aspects according to the propensities of its players. For some the end of game may but be the lust of its gain, in others it may be of more applause; some may find in it the means of whiling away time and some others the means for satisfying their social instinct. Yet others may approach the game in the spirit of disinterested curiosity so as to study its secrets. Nevertheless, all through its manifold aspects, the law of the game remains the same. Should it however be asserted that this law only is its reality man will not and cannot accept it.

Having had his invitation to this world's festival man is bent on maintaining a personal relationship with it. He is bountiful and lavish and richly as he develops this personal relationship with the environment, be it the without or be it the within. When he tries to save his skin from an alien attack he appears cautious in his movements. But if he likes to exhibit his personal bravery he willingly takes, and goes to the length of losing his life. He is careful of his expenditure in his every day life, counting penny on each item, but on festive occasions when he overflows with feelings of joy, he is thrifless to the dangerous point of going of beyond his means. He is tempered in his dealings with those whose relationship with him is just the relationship of prudence. But he feels he has not got enough for those whom he loves. He is distantly respectful to his diety as tradition has handed it down to him, but when his person opens up and the springs of devotion well up from within he throws all reserve to the winds, burns himself up with the intensity of his new found relationship, and shuffling all scruple and decorum, pushing away all warnings from the wisecare world.

he runs across the large fence of his game field hoping and heaving, yet cheerful and childlike, extending his hand in love for the supreme to hold in His.

Sahaj Marg is the boldest departure ever from the traditional views held on the subject of man-God relationship. But for it religion would continue to be a matter of ceremonial piety or doctrinal conformity but never be a spiritual adventure. It is well known that success comes to those only who dare and act but if the feild itself is closed and not permissbile by traditional or scholarly views, there will be few to enter the arena where we deal not with the tangible things of the world and can hope for outside evidence, but only with the lasting and perennial values of life., unseen, and beyond appreciation or perception of sense. Sahaj Marg therefore comes to the rescue of those who are anxious to meet truth at its temple of simplicity which is also reality. Its views on spiritual matters are free and profound, however unreasonable or unsound they may appear to be to the scholarly or the philosphical or the Religious orders feelings entitled, nevertheless, to deliver the spiritual sermon. Realisation is a matter of individual experience, a personal achievement which books, however ancient and authoritative, cannot deliver by themselves. A few passages, say under five headings, are culled from the book, Reality at Dawn' and three of the ten commandments are quoted in the following paras requesting the readers to consider and come to their own conclusions;

#### [i] THE GOAL AND ITS SCOPE

[1] The problem before us is not to find out a solution of our present life but for

all lives that we may henceforth have. It is absurd to think even for a moment that we are in any way too weak or deficient to acquire the highest state of perfection ever attained so far even by the greatest sages of the past.

The natural yearning of the soul is to be free from bondage. If there is one who does not like to free himself from the entanglements there is no solution for him.

Freedom from bondage is liberation. It is different from salvation which is not the end of the Process of rebirth. Salvation is only a temporary pause in the rotation. It is the suspension of the process of birth and death only for a certain fixed period after which we again assume the material form.

God is not confined to forms or rituals nor is He to be traced out from within the scriptures. Him we have to seek for in the innermost core of our heart.

Do not be prey to small aims as deliverance from some particular form of misery or some material gain. The goal of life means nothing but the point we have finally to arrive at. The third commandment of Sahaj Marg is: "Fix your goal which should be complete oneness with God. Rest not till the ideal is achieved."

Reality is not a thing to be perceived through physical organs of sense but it can only be realised in the innermost core of the heart.

[8] The end of religion is the beginning of spirituality, the end of spirituality is the beginning of Reality and the end of Reality is the real Bliss. Beyond Bliss is the destination.

#### [11] GURU AND HIS ROLE

[1] God is the real Guru or Master and we get light from Him alone. But as it is extremely difficult for a man of ordinary talents to draw inspiration from God direct, we seek the help of one of our fellow beings who has established his connection with the Almighty.

[2] Guru is the connecting link between God and Man. It is through his medium only that we can reach God. He is the only power that can extricate us from the intricacies of the path.

[3] The conception of a guru as a mother is by far the most appropriate and advantageous to a disciple. A mother's affection is well known but people know but a little of Guru's affection and still less of God's affection.

[4] The functions of a mother and Guru are closely similar. If the disciple enters mental sphere of the Guru, surrendering all his belongings to him, it takes only seven months to deliver him into the brighter world.

[5] The test of a guru is not his miracles or his extraordinary ways and manners but only his practical attainments on the path of realisation. What we stand in need of from a Guru is the true impulse to effect the awakening of the soul and his direct support in the course of our further

march on the path of realisation.

- [6] Gūru must be a selfless man and a true servant of humanity at large, teaching people out of pure love without any ulterior selfish motive of name, fame or money. He must have access up to the farthest possible limit and must have the power of yogic transmission.
- [7] Gurudom as a monopoly of privileged class is only an absurdity introduced by the professional gurus to safeguard their personal interests.
- [8] Only a man who is himself free can release others from bondage.
- [9] It is better to remain without a Guru all the life than to submit to the guidance of an unworthy Guru. When our eyes are fixed on the final goal we can never be satisfied with any one who appears to be short of the mark.
- [10] It is the birth right of every man to break off from his guru at any time if he finds that he had made a wrong selection or had misjudged the Guru's capacity or worth. On the other hand, a conscientious Guru must himself, under the circumstances, direct his disciple to seek another more advanced and better qualified so that the disciple may not in any way suffer progress.

#### [iii] INITIATION AND ITS SIGNIFICANCE

- [1] Really a disciple should formally be initiated only when true faith exists in him and Divine love takes prime root in his heart.
- [2] Initiation signifies that the disciple's link has been connected with the supreme power.

- [3] The practice of initiating a disciple has been much abused by most of the modern professionals who do not understand its real significance. Their only function as a Guru is to breathe a few mystical words into the ear of the disciple at the time of initiation and tell him to follow certain ceremonial practices by way of worship.
- [4] If a disciple is initiated in the right sense by a Guru of high calibre, the question of breaking off from him can never arise.
- [5] A sound connection once established shall continue as long as the disciple does not secure liberation which in such cases is not a far off matter to be attained after numerous lives.

#### (iv) SPIRITUAL TRAINING AND ITS PURPOSE

- [1] The real problem before us is not to provide means for the spiritual training of a chosen few who have renounced the world but of people in general whose duties in the world besides devotional are manifold and which they cannot safely ignore. To them it is essential that their spiritual as well as worldly life must go side by side equally resplendent.
- [2] The main purpose of spiritual training is that a man should begin to imbibe within him as much of Godly attributes as possible.
- [3] You must be sure that unless internal peace, calmness of mind, simplicity and lightness follow as the natural result of your practices you are proceeding on the wrong lines and that your training is defective.

## (v) MIND CONTROL

- (1) Mental conflict is caused by attaching undue importance to whatever thing comes to our view and we strengthen it by the force of our thought with the result that it grows stronger over all others. Moderation has therefore to be observed. Moderation means balance in all senses and faculties; nothing more or less than what is normally required at the time for any specific purpose.
- (2) Mere consciousness of God cures many of the evils of the mind and removes difficulties from our path. We have thus to become conscious of God for the most part of the day during all our worldly activities. We must feel ourselves connected with the supreme power every moment with an unbroken chain of thought during all our activities.
- (3) All miseries are creation of the human mind and result from our ignorance of the right relationship of things. But the only way to free ourselves from desires, which are a cause of miseries, is to divert attention from them and fix our eyes on the very real thing. If we cultivate a habit of remaining unmindful of them, they will soon begin to disappear from our view and consequently our Miseries will be minimised.
- [4] Be unmindful of your miseries and sufferings. In fact they are meant for our betterment. The commandment of Sahaj Marg is "Take miseries as Divine blessings for your own good and be thankful." "Be not revengeful for the wrongs done by others. Take them with gratitude as heavenly

gifts" ( Seventh commandment )

- [5] What is actually required is not the crushing or the killing of the mind but merely its proper training. Really we have spoiled the mind ourselves by allowing it to wander about aimlessly during leisure hours.
- (6) Moderation and balance are absolutely necessary for mind control and a consequent realisation. They correspond closely with the very real thing which existed at the time of creation when every thing was in a perfectly balanced state.
- (7) The more we try to control the mind by putting it under restraint, and suppress it by force the more it rebounds and counteracts causing greater disturbance.
- (8) The best course to free oneself from unwanted ideas is to treat them as uninvited guests and remain unmindful of them. They will then wither away like unwatered plants.
- Do the opinions stated above make for any reserve between man and God ? Do they ask for an apathetic, pessimistic or fatalistic approach to life problem ? Are they not pointers that we should offer the faculty and hope for a finality which must be best in our answer to the first cry of man and his last appeal, covered in between with a galaxy of love play of an enchanting and elevating kind ? If these and the steps outlined do not mean a frequent shaking hands with the supreme what else do they ?



## Random Thoughts

(S. A. Sarnad)

Our Master is a great scientist. Our heart is his laboratory in which he wants to perform experiments.

The first pre-requisite of an experiment to be successful is that the laboratory must be clean, the apparatuses kept in their proper places, and all the material required for the experiment available readily at hand. Otherwise it will take a lot of time for the scientist to achieve success.

Even so, we must sweep our heart clean and keep the instincts, emotions, will etc. in their proper places so that the Master-Scientist can use them as and when required.

But the pity is, instead of cleaning ourselves, we make the Master sweep our heart, which he gladly does. When he is on the verge of arranging the other things he again finds a heap of dust and dirt in it with the result that he has to begin from the beginning.

This has been his daily work which does not allow him to proceed further with his experiment. We do not cooperate with him in cleaning his laboratory viz. Our own heart. Nay, we even spoil whatever little good work is done by him. What right have we, then, to complain that his experiment are not yielding successful results?



## “ मेरो मन अनत कहाँ सुख पावै । ”

( कुमारी कस्तूरी चतुर्वेदी )

एक नाविक का बालक मजे में नाव खेता चला जा रहा था। एक मनुष्य ने बातों ही बातोंमें उससे पूछा कि उसके बाबा की मृत्यु कैसे हुई ? बालक ने उत्तर दिया

“तूफान में नाव पलट जाने से ही बाबा की मृत्यु हुई है।”

मनुष्य ने पुनः प्रश्न किया, “और पिता की मृत्यु का क्या कारण हुआ ?” बाल नाविक ने उत्तर दिया, “यही उसके पिता की मृत्यु का कारण बना।” “तो फिर तुम नाव क्यों खेते हो। छोड़ दो नाव चलाना।

अब बाल नाविक का प्रश्न था, “तुम्हारे पिता और पितामह की मृत्यु का क्या कारण हुआ ?”

उत्तर सहज सा था, “बीमारी में घर पर पड़े ही पड़े उनकी मृत्यु हो गयी।”

“तो फिर घर छोड़ दो, बालक का हठ स्वर था, “फिर तुम्हारे निकट मृत्यु नहीं आ सकेगी।”

मृत्यु के भय से घर छोड़ना ! यह असम्भव है नाविक।” मनुष्य का स्वर था। तो फिर, जो सम्भव है उसका स्वागत ही श्रेयस्कर है, और जो असम्भव है उसका विस्मरण ही उचित है। सांसारिक पूर्ण सुख भी अस्थायी हैं, असम्भव हैं उसको पीठ देना ही विचार शील-जनके लिये उचित है, एवम् आत्मिक-सुख जो सतत हैं और सहज सुलभ हैं उसकी वाञ्छना ही श्रेष्ठतम है। वाञ्छनीय जो उपेक्षित है उस ओर देखना ही क्या ? और बाच्छित जो अपेक्षनीय हैं उससे पीठ देना ही बुद्धि हीनता का चिन्ह है। इसके मध्य की ग्रन्थि एक ही है जिसने एक को दो कर दिया। अर्थात् निर्माण को देख कर हम हर्षित होजाते हैं। और निर्वाण आने पर उदास-उदास और बिखरे-बिखरे से हो रहते हैं। मध्य की इसी ग्रन्थि ने ही एक ही सतत-निर्भर ईश्वरीय-रस-धारा को दो में विभाजित कर दिया। एक ही बीज के एक ही गुणों वाले हमें विभिन्न गुणों और प्रकृति में बाँट दिया, नहीं तो हम वहीं होते जो हमें होना चाहिये था। ईश्वर-अंस जीव अविनासी' बेचारा भटक कर सुख की खोज में और भी भटकने लगा, अर्थात् निर्माण ने हमें संवारा और मृत्यु ने हमें विगाड़ कर रख दिया।

कोई रोया, संसार हंस उठा। कोई चुप हुआ संसार रो पड़ा। केवल दो वाक्यों में सारा संसार पलक मारते ही समाप्त हो जाता है। न जाने कैसा है यह अस्तित्व ! किन्तु इसका अस्तित्व है बस्तुतः तब जब उस बीच की ग्रन्थि में से उतरी हुई कोई महती-शक्ति सद्गुरु के रूप में एक सोया-स्वर जगा देती

है। “उठ जाग मुसाफिर भोर भयो, अब रैन कहां जो सोवत है।” हमारे मुरझाये उदास मन को जब वह छू देता है तो फिर मधुर-रागिनी थिरक उठती है—मेरो मन अनंत कहां सुख पावै। बस मन को राह मिल जाती है; प्राणों को पावन प्राणाहुति मिलने लगती है, शक्ति का सञ्चार हो उठता है और हमारा निर्माण ईश्वरीय संसार के लिये सँवरने लगता है। युगों से सोयी सुरति जाग कर मन की ऊर्ध्वमुखी—शक्ति को थपथपा देती है और फिर मन का पंछी, विचारों में उस परमानन्द स्वरूप के सुन्दर रूप का आवाहन कर, स्मरण कर अपने ‘पिया के देश’ उड़ चलता है। साधना-पक्ष से सिद्धि-पक्ष का प्रारम्भ हो जाता है। साधना तो संसार में किसी न किसी की मानव-मात्र करता ही आया है किन्तु उसकी सिद्धि की प्राप्ति बिना योग्य सद्गुरु के कभी न किसी को हुई और न होगी। योग्य सद्गुरु तो केवल समय की देन एवम् मानव का सौभाग्य है। जो हमारे नेत्रों में पावन-ज्योति देकर हमें यह समझा देता है कि हम प्रकाश में आ गये हैं। यही सही राह है और ऐसा ही होता है आध्यात्मिक—राह को रोशन करने वाला, हमें राहत देने वाला हमारा परम शिक्षक है।

अब ईश्वरीय देश की पावन-यात्रा का प्रारम्भ हो जाता है अथवा यूँ कहूँ कि कोई यात्रा को भी छीनता सा ही ले चलता है। अपने सहज-पथ प्रदर्शक की मनोरम भाँकी में हर पग पर मन डूब-डूब जाता है, परन्तु कोई आगे पथ—प्रदर्शन देने के लिये उसे पुनः निकाल लेता है। उसे भी न जाने क्या हो जाता है कि “स्वामी” की नजर की ललक का होश नहीं रह पाता है। ‘प्रिय’ की कृपा एवम् करुणा की भी प्रतीक्षा नहीं रहती है। कदाचित् इसी लिये कि वह तो हमारी जीवन धारा के साथ ही मिल जाती है और पल-पल ‘उसकी’ प्रतीक्षा का ही हो जाता है। मध्य की ग्रन्थि पिघलते-पिघलते गलकर विशुद्ध धारा में ही मिल जाती है और प्रतिपल ईश्वर-दर्शन ही दरस उठता है। किन्तु थोड़े ही समय में ऐसा पता चलने लगता है कि हम स्वयं अपनी हैरानी अथवा बेचैनी से बेचैन हैं और तबियत अपने खोये हुये हाल से भी बेहाल रहने लगती हैं। दिव्य प्रकाश से आगे पथ स्वयं ही प्रकाशित होने लगता है जो हमें यह प्रतीति देता है कि ईश्वर से तादात्म्य हो जाना ही उसकी प्राप्ति का प्रतीक है न कि ईश्वर दर्शन ही यथेष्ट है। सहज—मार्ग—साधना पद्धति द्वारा हमारे अन्दर एक नवीन चेतना प्रकाशित होती रहती है और हृदय में उसे दो टुक कर देने वाली हूक उठती मालूम पड़ती रहती है कि “मेरो मन

अनत कहां सुख पावे।’ यह प्रतीक है कि मार्ग बहुत विराट है और हृदय छोटा पड़ जाता है।

अन्तर्दृष्टि में समाये नयन, अन्तर्दशा में डूबा मन एवम् आत्मिक-पीड़ा से पीड़ित सी, सोयी सी सुधि, एवम् प्रियतम ईश्वर के चरणों में लोटी हुई मानस-वृत्ति, तुर्या में भी हमें व्याकुल बना देती है। यही व्याकुलता में देखती है कि अपने में पुनः पुनः समेटती हुई हमें सजग रखती है कि जिससे हम वाह्य में बहक न जायें। यही आकर्षण हमें सचेत बना देता है कि भौतिक-कृत्रिमता हमारे भोलेपन पर छाकर कहीं हमें ठग न ले। इस आन्तरिक-देख-रेख के रक्षण में पले और बड़े हम सजग रहते हैं कि संसार के आकर्षण मायिक हैं। क्योंकि यह आकर्षण अधो-मुखी हैं। और हमें नीचे को समेटता है जबकि आन्तरिक सुख की वह आतुरता, वह आकर्षण हमें एक से एक ईश्वरीय दशाओं का ज्ञान देता है, अनुभव और रस देता है। हमें श्रोत के उद्गम तक पहुंचाकर ही मानता है। यही ईश्वरीय आकर्षण हैं जो हमारे समक्ष ईश्वर की शक्ति का अस्तित्व प्रकट करता है। आकर्षण दोनों ही हैं। वह अपने तक ही हमें सीमित रहने देता है इसलिये मायिक और यह असीमित—ईश्वरीय आकर्षण हमें उससे बांधकर, ईश्वर तक पहुंचाकर भी हमें और ऊपर फेंक देता है जहां कि हमारा दामन तुरन्त थाम लेने के लिये वह समय का हमारा सद्गुरु पहले से ही तैयार रहता है। उसी सुख का स्मरण करते हुये इधर (बालक) भक्त पुकार उठता है “मेरो मन अनत कहां सुख पावै” और भक्त कवि सूरदास की वाणी भगवान श्रीकृष्ण की सुधि को भी आकुल, व्याकुल कहलवा ही देती है कि “जबहि सुरति आवत वा सुख की, जिय उमगत सुधि नाही”। ‘वा सुख’ की ओर ही इंगित है परम भक्त और भगवान की चेतना शक्ति। जो ईश्वर के अस्तित्व को मानना ही अस्वीकृत करते हैं उन्होंने तो ‘वा सुख’ का द्वार ही अपने लिये सदा को बन्द कर लिया है। हृदय के वे कपाट जो ‘मालिक’ के सुख की राह दरसाने के लिये उबड़े हुये थे उनपर आवरण पर आवरण पड़ते चले जाते हैं। जब कभी समय ठेस उनके समक्ष ईश्वर के अस्तित्व को जागरूक करती है तब पहले हमें आवश्यकता होती है उन आवरणों के विच्छेदना की जो समझ-बूझ कर हमने अपने ही गर्व में ही डाल लिये थे। अब हम इतने निर्बल बन चुके हैं कि हम में शक्ति कहां जो हम तिलभर उन्हें हिला भी सकें। ऐसे ही समय हमें आवश्यकता होती है, आशा का दीप लिये, प्राणाहुति (Transmission) की शक्ति सहित प्रिय पावन पथ-प्रदर्शक की जो हमारे इतने खोये समय को पुनः वापस

लौटा सके तथा हमारे ज्योति हीन नयनों में वह दिव्य-प्रकाश भरदे जो हमारे लिये मनोरम सहज-प्रातः काल को लौटा ला दे हमारे मानस में तब एक आतुर प्रतीक्षा स्वयं ही दृढ़ता उत्पन्न कर सके कि 'मेरो मन हरि जू हठ न तजै ।'

मेरे विचार से हठ दो प्रकार के ही श्रेष्ठ हैं। एक तो भोले बाल हठ के समान नेह के दावे का हठ जो ईश्वर की प्राप्ति के प्रति ही होता है—जो गन्ने की गड़ेरियां नहीं बल्कि गड़ेरियों से गन्ना बनवाने के लिये मचल उठा है। अर्थात् ईश्वर से तादात्म्य पाने के लिये ही हठ कर बैठा है। यह है राज-योगी हठ जो सतत-ईश्वरीय-धारा में बहते-बहते, दिव्य से दिव्य दशाओं में भिदते हुये श्रेष्ठतम्-मैदानों को पार करते हुये चलता ही जाता है। पर्वत सामने हो परवाह नहीं, समुद्र सामने हो उसे पी जाने की क्षमता वाला ही वास्तव में राज योगी है। दूसरा है हठ योगी का हठ जो अपनी क्रियात्मक उपायों द्वारा शक्ति उपार्जन करते हुये हठ से आज्ञा चक्र की हालत को श्रेष्ठतम् मान कर अपने को हठ योगी ही हठ से मान बैठा है। कैसा अन्तर है उन्हें तो आकर्षण है ऊर्ध्वमुखी 'वा सुख' का और इन्हें मायिक सिद्धि के आकर्षण ने अपने तक ही में सीमित कर लिया है। सम्भवतः इसी कारण से हठयोग को राजयोग में पहचाने वाला सोपान कहा गया है।

अब केवल इतनी सी ही बात के लिये मन बेचैन रहता है कि वह सुख कौन सा है जो शाश्वत है? वह शान्ति क्या है जो सनातन है? वह आनन्द क्या है जो निरानन्द है? वह ध्यान कौन सा है जो ध्येय है एवम् वह धारण क्या है जो धारण करना चाहिये? वह उपासना कौन सी है जो श्रेष्ठ है? इन सब जिज्ञासाओं का उत्तर हमें मिलता है—वह सुख तो केवल उसी श्रेष्ठतम् दिव्य गति का हो सकता है जहां हर भगवान् अथवा अवतार की मनः स्थिति भी डूबी रहती है। हमारे लिये शान्ति का स्थान वही है जहां युग से क्लेशों से क्लान्त मन को साम्य, चिर विश्राम मिल जाता है। सच्चा आनन्द वही है जहां पहुंचकर हम निरा-आनन्द अथवा आनन्द स्वरूप ही हो रहते हैं। आनन्द हमारी वास्तविक स्थिति का प्रतीक है और जब हमें अपने अन्तर, बाहर कण-कण में सत्य ही सत्य भासने लगता है। तभी निराआनन्द की स्थिति हमारे में पैठने का उपक्रम करने लगती है। साधक के लिये सर्वोत्तम ध्यान वही है जिसके ध्येय में हम सदा-सदा के लिये विलीन हो जाते हैं। उत्तम धारणा हमें वही धारणा करनी चाहिये जो हमें सर्वत्र ईश्वर मय का भास करा देती है। इसी प्रकार

जब हमारा मन सदैव ही उच्च आसन पर आसीन रहने लगता है, सदैव ही ऊर्ध्वमुखी हुआ ईश्वर को ही निहारता है तभी हमारी उपासना सफल एवम् श्रेष्ठ हो जाती है। ऐसा तो होता ही है क्योंकि होना ही चाहिये इन सबको धारण करने से हम में प्रतिफल एक दिव्यता उतरती है और हमें तेजस्वी बनाती जानी है। सहज-मार्ग-साधना पद्धति द्वारा हमारे अन्दर ऐसी नवीन चेतना प्रकाशित होती है जो अपनी निर्मल ज्योत्सना में स्नान करा कर हमें तेजस्वी तपस्वी के रूप में ला खड़ा करती है।

वास्तव में हमारा मन तभी सुखी हो सकता है जब भक्ति की दशा प्रारम्भ हो जाती है। भक्ति वास्तव में डूब जाने को कहते हैं। अपनी वास्तविक दशा में डूबे रहनेकीदशा ही वास्तविक भक्ति (Devotion) है। हम डूब नहीं सकते हैं जहाँ हमारा घर है, जो वास्तव में हमारी जननी है, सर्वस्व है। जहाँ के लिये हमारे अन्तर की पुकार है कि "मेरो मन अनत कहाँ सुखपावै। वह तभी सम्भव और सफल है जबकि:-

“उठा बबूला प्रेम का तिनका उड़ा अकास,  
तिनका, तिनके पास है तिनका 'तिनके पास ॥”

## मिशन और ट्रान्समिशन

लेख माला—१—मिशन

श्री रामचन्द्र मिशन हमारा यान है और सहज-मार्ग-दर्शन प्राणाहुति के द्वारा वह प्रवर्तक शक्ति है जो इसे इस संसार के मध्य से केन्द्र—हमारे मूल शाश्वत गृह को ले जायेगा। अपनी जीवन-यात्रा पूरी करने के निमित्त हम, इसके यात्री, 'हल्की यात्रा करते हुये' अपने सद्गुरु के हाथों में इस परसुरक्षित बैठे हुये हैं। यान तो अनेक रहे हैं। कुछ के नाम हैं—'हीन यान' 'महायान' 'वज्र यान' या बौद्ध तान्त्रिकों का 'सहज-यान'; वेद मार्ग (अपने षड् दर्शनों, पुराणों और इतिहासों समेत) या ब्राह्मण-पथ और जैन तथा उपरिस्थित बौद्ध मार्ग तथा गिरजा घर और मस्जिद भी। ये लौकिक स्तर से ऊपर नहीं उठ सके। वे आध्यात्मिकता से रिक्त हो गये और कालान्तर में अपने आवर्तों में खो गये। कारण साधारण है, वे प्रकृति से दूर—बहुत—दूर होगये और धर्म की सीमाओं के भीतर अन्तरात्मा को खोकर संस्कारों,



धार्मिक विधियों, कट्टरता, घृणा, अन्धविश्वास के शिकार होते हुये रूढ़िवादी बन गये। यही है जो अभी तक संसार के धर्मों ने किया है। हम धर्म के ईश्वर से ऊपर न उठ सके। इसका यह अर्थ कदापि नहीं कि भारतीय दर्शन आध्यात्मिकता से शून्य रहा है। दर्शन तथा आध्यात्मिक जगत में जो ऊन्नति भारत ने की और संसार को जो उसकी देन रही है वह अनुपम और अद्वितीय है। धीरे-धीरे हमारी उन्मुखता उसके प्रति समाप्त होती गयी और हमने धार्मिक बन्धनों में अपने को इतना जकड़ लिया कि उसको भूल बैठे! यह एक निर्विवाद बात है कि यदि हम उच्चकोटि के आविष्कर्ता सिद्ध हुए तो अपने ही कारनामों से उच्चकोटि के भुलकूड़ भी हम निकले। सम्यता की दौड़ में जैसे हम पिछड़ गये वैसे ही हम आध्यात्मिकता का गौरव भी गवाँ बैठे।

आध्यात्मिकता, जब कि विलकुल भिन्न और धर्म की सीमाओं से परिमित न होते, हुये भी, वास्तविक परमानन्द में लय करने वाली आगे की पहुंचों के प्रति मानव में आत्मा की वृद्धि को दूषित करते हुये, एक कोने में ही पड़ी रही है। धर्म अपने में कोई साध्य नहीं है; यह एक प्राथमिक स्तर है जहां मुक्ति-पथ पर अग्रसर होने के लिये मानव को तैयार किया जाता है। सद्गुरु के शब्दों के उद्धारण में—“धर्म का अन्त आध्यात्मिकता का प्रारम्भ है; आध्यात्मिकता का अन्त सत्य का प्रारम्भ है और सत्य का अन्त ही वास्तविक परमानन्द है। जब वह भी चला जाये तो हम अपने लक्ष्य पर पहुंचें।” यही वस्तुतः हमारे मिशन का ध्येय है।

अभी तक आध्यात्मिकता केवल वैयक्तिक पहुंच की ही बात रही थी, न कि मिशनों और संस्थाओं के सहारे सामूहिक रूप में। जहां तक मुझे दृष्टिगत होता है अतीत में एतदर्थ संस्थाएँ नहीं होती थीं और यदि थीं, तो वे नैसर्गिक रूप में लक्ष्य को पूरा न कर सकीं। यथार्थवाद, आदर्शवाद, रहस्यवाद, पहुंच के रूप थे, किन्तु प्रत्येक ने सत्य का अपना अलग नमूना प्रस्तुत किया है और शाखाओं के रूप में अनेक दर्शनों को स्थापित किया है, जिससे ‘वह’ मानवता को मुक्ति की ओर ले जाने की अपेक्षा अमित बन गया है ‘उसका’ सरलीकरण नहीं हो सका। व्याख्याओं के क्रम ने उसे दुरूह बना दिया।

भारतीय विचार ने सत्य को प्रत्यक्ष बोध, तर्क और अन्तर्ज्ञान की तीन धाराओं में प्रस्तुत किया है, जो क्रमशः वैशेषिक, सांख्य और वेदान्त हैं, ‘न्याय’ ‘योग’ और ‘मीमांसा’ जिसके सम्बन्धित दर्शन हैं और जो वैदिक अन्तःदृष्टि में

सन्निहित हैं। वैदिक अन्तर्दृष्टि को समझने के लिये व्यक्ति को पूरे साहित्य का अनुशीलन करना होगा और ज्ञानार्थ उसे स्वतः समन्वित करने का प्रयास करना होगा। तभी वह वेदान्त में पायी जाने वाली व्याख्या का अनुबोध कर पायेगा।

बौद्ध-मार्ग, जीवन के एक मात्र ध्येय के रूप में अपने निर्वाण सहित, जिसका अर्थ है मोक्ष—पुनर्जन्म से छुटकारा, वैदिक तत्व दर्शन का ही क्रम है। केवल पुनर्जन्म की ओर ले जाने वाली विपत्ति, दारुण दुःख और बन्धन के प्रसंग की अपेक्षा सत्य को समझना उसका ध्येय नहीं है। ऐसे ही बहुलवादी जैन धर्म भी इस लक्ष्य से ऊपर न उठ सका। विषय-विस्तार में वैदिक अन्तःदृष्टि ने एक दर्शन तो दिया परन्तु असमन्वित बना रहा। वैदिक ऋषियों की दिव्य-दृष्टि को या तो मुर्चा लग गया या लुप्त हो गयी। सम्भव है कि प्रकृति में तब जितना ज्ञान हो गया था उससे अधिक की आवश्यकता न समझी हो। हो सकता है कि यह संकुचित बनी रही हो और जिनके पास यह थी वे इसे सर्व सुलभ न बनने देना चाहते रहे हों।

### हमारे युग में एक नये यान की मूलभूत आवश्यकता

कैसे भी हो, वैदिक ऋषियों की उस अन्तर्दृष्टि की सम्प्रति आध्यात्मिक वृद्धि के निमित्त मौलिक आवश्यकता है और उसे अपनी समस्त पुरातन गरिमा सहित पुनरुज्जीवित करना है, क्योंकि मात्र काल्पनिक ताकिकता, जैसा कि अभी तक दर्शन के क्षेत्र में रही है, कहीं को नहीं ले जायेगी। इसी सन्दर्भ में हमारे मिशन की आवश्यकता उभर कर ऊपर आ जाती है जो पूर्ण सत्य को देखने, जानने और अनुभव करने के लिये उस अन्तर्दृष्टि की सम्भाव्यता से युग की आवश्यकता की पूर्ति हेतु और डा० के० सी० बरदाचारी के शब्दों में ‘उसके लिये’ उसमें और उसके द्वारा जीवित रहने के लिये तत्पर हैं।

हमारा मिशन आध्यात्मिकता के क्षितिज पर उदीयमान सूर्य है, जो युग की प्राथमिक आवश्यकता—सन्तुलित जीवन का युग लाने के लिये उद्देशित है। दुनियां जिसमें हम रहते हैं मानसिक, नैतिक और भौतिक समस्याओं से परिपूर्ण है। अहंकार, स्वार्थपरता और व्यवहारों की स्थूल बातों से वह कभी इतना परिवेष्टित नहीं थी जितना कि आज है। लौकिक सुखों के पीछे वह जीवन की कृत्रिमा से आप्लावित है। जीवन के हमारे सभी राजनीतिक, सामाजिक आर्थिक, और धार्मिक विचार इससे मुक्त नहीं हैं। विज्ञान ने भी, अपने समस्त चमत्कारों के साथ वातावरण को विषाक्त बना दिया है। सम्पूर्ण पुरातन

बुद्धिमत्ता और सदाशयता उच्छिन्न होगयी है। संक्षेप में, पूरा वातावरण अविद्या और पाप से अधिभारित है। हम पूर्णतः अस्त-व्यस्त हैं; जीवन पूरी तरह पटरियों से उतर गया है। इसी सदर्भ में हमारा मिशन आशा की पूर्ण किरण लेकर मानवता को इस भ्रान्तिपूर्ण जगत से उबारने, वास्तविक जीवन पथ दिखाने और मानव समस्याओं को हल करने अग्रेसर हुआ है। जन्म, जीवन, मरण—इन्हीं में हम अपनी सभी समस्याओं को लाकर समेट सकते हैं और तब गतिमान सामर्थ्यता से पूर्ण शान्ति—परमानन्द—की ओर बढ़ सकते हैं।

### वास्तविक सद्गुरु की आवश्यकता

इस रूप में हमारा मिशन सद्गुरु, जीवनोद्देश्य और मिशन की संस्था के तीन रत्नों से जटित है। यह केवल सद्गुरु ही है जो ईश्वरानुभूति करा सकता है आध्यात्मिक प्रगति का वास्तविक पथ दिखला सकता है। ग्रन्थ निस्सहाय सिद्ध होते हैं और आत्म-प्रयास इस निमित्त इतना सरल नहीं है। “जैसे-जैसे हम आगे बढ़ते उच्चतर स्थितियां प्राप्त करते जाते हैं।” गुरु अथवा मालिक की आवश्यकता उत्तरोत्तर बढ़ती जाती है।” अपनी आध्यात्मिक प्रगति में हमें चक्रों ईश्वरीय शक्ति के केन्द्रीकृत केन्द्रों को पार करना पड़ता है और दो चक्रों के मध्य एक शून्यता रहती है जो पीछे ढकेल देती है या झटका दे देती है। यहीं पर वास्तविक सद्गुरु की सहायता की आवश्यकता पड़ती है जो अभ्यासी को आगे जाने और चक्र-विशेष को पार करने में अपनी यौगिक पारोषणता की शक्ति से सहायक बनता है।

प्रत्येक धार्मिक संस्था ने गुरु परम्परा दी है। किन्तु अधिकांशतः उनके उत्तराधिकारियों ने सामान्यतया अपने को अपने ही गुरुओं द्वारा अपनायी गयी धार्मिक क्रियाओं और रूढ़ियों में ही सीमाबद्ध कर लेने का मार्ग चुना, यद्यपि उन्होंने यौगिक-प्राणाहुति की शक्ति भी उत्तराधिकार में प्राप्त करली थी। इससे आध्यात्मिकता के आदर्शों में भारी गिरावट आ गयी। ‘साधन’—‘सत्संग’, और ‘अभ्यास’ की व्याख्या करते हुये हमारे समर्थ लाला जी महाराज ने इस विषय पर कहा है—“उपासना सतगुरु की करनी चाहिये। वास्तविकता के संग को सत्संग कहते हैं। अभ्यास शब्द योग के साधन की दक्षता का नाम है।” उन्होंने सतगुरु की परिभाषा दी है कि—

१—वह सत निष्ठ हो. अर्थात् जिसकी चौथे पद में स्थिति हो और जीवनमुक्त दशा में विचरता हो। २—वह शब्द अभ्यासी हो अर्थात् शब्द-

अभ्यास के द्वारा अन्दर के स्थानों को नियन्त्रित किये हो, जो मनुष्य के मस्तिष्क में हैं। ३—उसके नेत्र प्रकाशवान हों और उसका मत्था चौड़ा हो। ४—वह ज्ञान, भक्ति और कर्म की समझ रखता हो और सवाल करने वालों को जबाब दे सकता हो और सवाल करने वालों की जवान को बन्द न करता हो। ५—केवल आध्यात्मिक बातों से सम्बन्ध रखता हो अर्थात् उनकी ओर ध्यान देता हो। यह मामूली पहचान है किन्तु वास्तविक आन्तरिक पहचान यह है कि उन्मीलित अन्तर्दृष्टि के द्वारा आन्तरिक फ्रँज देकर अपने शिष्यों को सन्तुष्ट करता हो। इस पर अब और अधिक कहने की आवश्यकता नहीं।

मिशन के ऊपर अपूर्व व्यक्तित्व का एक ऐसा सद्गुरु शिखरस्थ है, जो अपने आध्यात्मिक लोहू-कान्त-धर्म से मनुष्यों के उरों को खींच लेता है। वह पारस है। उनकी भूतियों में जो सत्य के अचल स्तम्भ रहे हैं, मैं अधिकारिक यही अनुभव करता हूँ कि ये “उसके” अत्यन्त सच्चिकट हैं जो ‘सत्पथ’ हैं ‘सत्य’ और ‘जीवन’ है। ऐसा ही है हमारे पूज्य बाबू जी महाराज का जीवन—प्रकृति से अत्यन्त मिलता-जुलता, उसमें सन्निहित समस्त भव्य ऐश्वर्यों से युक्त। एक बात और, जैसे कि गृहस्थ हम सब हैं. हमारी समस्याओं को ऐसा ही सद्गुरु उत्तमता से समझ सकता है और हल भी कर सकता है जो स्वयं गृहस्थ हो और न कि उनके द्वारा जो सन्यस्थ हैं तथा जंगलों के एकान्त में रहते हुये एक गृहस्थ के जीवन की कठिनाइयों से दूर हैं मेरा यह तात्पर्य नहीं प्राचीन ऋषि और मुनि भी ऐसे ही थे—वे सपरिवार रहते थे और लौकिक जीवन के अनुभवों से युक्त होते थे। ऐसा ही हमारा सद्गुरु है—एक ऐसा रत्न जो जीवन की सांसारिकता की समानान्तरता में शाश्वत प्रकाश से प्रकाशमान है, जो प्रेम और स्नेह का प्रतिरूप है, जिसके चरणों में समर्पण स्वतः हृदय के अन्तराल से उद्गमित होकर बिखर पड़ता है।

### जीवनोद्देश्य

जैसा कि मिशन के सहज-मार्ग-दर्शन के आदर्शों में वर्णित है, जीवनोद्देश्य दूसरा रत्न है। प्रत्येक दर्शन-पद्धति युग की प्रवृत्तियों का मूर्तिमान रूप और दर्पण होता है। इसे समझने के लिये दो बातें अवश्यमेव जानना चाहिये (क) वह दृष्टिकोण जिससे वह जगत पर विचार करता है. (ख) विचार का नित्य व्यवहार जिसका वह उत्पन्न-रूप है। आधुनिक जगत की जीवन दशाओं से निकलते हुये निष्कर्ष इस प्रकार हैं। प्रथमतः, शक्ति, विक्त, पक्षपात

और अहंकार अर्वाचीन जीवन के लक्षण हैं। दूसरे, नैतिकता ह्रास के तल को पहुंच चुकी है। अपवित्रता और अन्याय प्रधान बनता जा रहा है। तीसरे, “धर्म-यान” जर्जर हो गया है। और आज “हम धर्म के नाम पर ताली बजा कर रह जाते हैं और करते कुछ नहीं।” चौथे, विभिन्न धर्मानुयायियों के मध्य ईर्ष्या और कलह विद्यमान है। अन्त में, हमने राजनीतिक स्वतन्त्रता तो प्राप्त करली है किन्तु आत्मा की स्वतन्त्रता का अब भी अभाव है। समाज और संस्कृति का सम्पूर्ण ढाँचा जातीय द्वेष-भाव सहित डाह और प्रतिद्वन्दता पर आधारित है। इस सबका अन्त होना है और प्रकृति ने इस दिशा में कार्य करना प्रारम्भ कर दिया है। अतीत की भाँति निकट भविष्य में भी ‘आध्यात्मवाद पर आधारित सभ्यता का एक रूप’ संसार को प्रदान करने में भारत का एक भाग है जो अन्ततः संसार की सभ्यता होगी।

यही प्रसंग है जिससे जाति, धर्म और राष्ट्रीयता के भेद-भाव से रहित मानवता की सेवा करने के लिये जीवनोद्देश्य को प्रवर्तित किया गया है। वास्तविक आध्यात्मिक प्रशिक्षा के माध्यम से संसार की सभी समस्याओं को हल किया जा सकता है। प्रमुख समस्या है इस भौतिक जगत से लगाव की। यदि यह हल हो जाये तो अन्य सभी समस्यायें स्वतः मुलूक जायें। ऐसा तभी हो सकता है जब हमारी जीवन-विधि आध्यात्मिक-पथ धारण कर ले। आध्यात्मिकता का आशय है स्थूलता स्तरों से सूक्ष्मता की उच्चतम स्थिति को पहुंचना। मौलिक और स्थायी सूक्ष्मता की दशा प्राप्ति और उसमें शाश्वत—वास मिशन का ध्येय है जिसे वह लक्ष्य करता है। इस भाँति “ईश्वरीय स्वभाव और परम-शान्ति की उपलब्धि” वह आदर्श है जो मिशन सहज—मार्ग—दर्शन संसार के समक्ष प्रस्तुत करता है। इस गूढ़ कार्य—प्रणाली का रहस्य राजयोग से अद्भुत ‘प्राणाहुति’ पर आधारित है। जो एक स्वतन्त्र लेख का विषय है।

### मिशन की संस्था, ध्येय और कार्य

अब हम अपने मिशन की संस्था को लेते हैं। उपयुक्त आदर्श मिशन का प्राण—प्रवर्तक शक्ति है। मिशन की स्थापना महान् सद्गुरु समर्थ गुरु महात्मा रामचन्द्र जी महाराज, फतेहगढ़ की पावन स्मृति में १९४५ में हुई थी। इस धरती पर उनका अवतरण आध्यात्मिकता के क्षेत्र में एक नव युग के प्रारम्भ का द्योतक है। उन्होंने प्राचीन राजयोग को, जो सदियों से पूर्णता

भूला पड़ा था, पुनरुज्जीवित किया और नये सिरे से “प्राणाहुति” की विधि प्रदान की जो एक समय राजयोग की आधार शिला थी। सौभाग्य से, हमारे पूज्य बाबू जी महाराज, हमारे सद्गुरु, मिशन के संस्थापक अध्यक्ष हैं और महान् सद्गुरु के कार्य को सम्पादित कर रहे हैं।

मिशन का केवल पिछले बाईस वर्षों का इतिहास है और देश तथा संसार की आवश्यकताओं की पूर्ति हेतु अभी भी विकास शील है तथा मालिक की दया से यह अपने पैरों पर खड़ा है। यह अन्धकार में भटकती मानवता को उबारने के निमित्त दृढ़ता से तत्पर है।

वह सभी गृहस्थ मिशन के संगठन में हैं जो सहज—मार्ग—जीवन—दर्शन में प्रवर्तित उद्देश्य दृढ़ विश्वास लेकर इसके लक्ष्यों से आश्वस्त होकर इसके सदस्य बनते हैं। आडम्बर में यह विश्वास नहीं करता और न यह कर्म—काण्डी विधियाँ बताता है तथा न कोई इसका कट्टर शिष्टाचार है। गुरुआ वस्त्र धारण करने की भी यह कोई आवश्यकता नहीं समझता। मिशन का यह विश्वास नहीं कि लौकिक जीवन आध्यात्मिकता के क्षेत्र में बाधा है। अविश्वास, घृणा और कथन से पूर्ण संसार में सार्वभौमिक आतत्व का रोमाञ्चकारी सन्देश इसकी अपनी विशेषता है। ईश्वर सरल है। अतएव उसे पाने के उपाय और साधन भी सरल ही होने चाहिये। वही साधन सर्वोत्तम है जो अधिकाधिक ईश्वरीय गुणों की उपलब्धि कराये। हमारा मिशन व्यक्ति का, इसमें आते ही, सहायक बन जाता है। यह कठोर अभ्यासों को भी आवश्यक नहीं मानता।

सत्यनिष्ठ सद्गुरु के पथ—प्रदर्शन में हमें केवल सहज ध्यान को लेना है। तमाम यह करो, यह न करो, की बातों में भी मिशन का विश्वास नहीं। संक्षेप में, मिशन ‘दो और लो’ अथवा ‘अभ्यास और अनुभव’ पर आधारित है। बाह्य आडम्बर और दिखावे से दूर सीधे रूप में जन-समूह का आध्यात्मिक उत्कर्ष करना मिशन का विशुद्ध लक्ष्य है। लोगों की वासनाओं और रागों की संतुष्टि करना इसका कभी मन्तव्य नहीं यद्यपि यह आध्यात्मिकता के सार को लोक प्रिय बनाना चाहता है, तथापि यह मोक्ष को सस्ता बनाने हेतु यह उसका घोष-विक्रय नहीं करता, अपने सद्गुरु द्वारा प्रज्वलित मशाल का हम वहन करते हैं और इसे ऊँचा उठाये हुये हैं लोगों के सम्मुख अपने स्वयं का उदाहरण रखने के लिये। मुझे विश्वास है कि इन तीनों

रतनों से युक्त हमारा मिशन आगामी समयों से लोगों के हृदयों में प्रमुख और प्रथम स्थान ग्रहण कर लेगा।

राजेश्वरी प्रसाद श्रीवास्तव  
बी० ए० आनर्स० एम० ए०  
सीतापुर

## योग-भोग का विचित्र समन्वय—सहजमार्ग

( कुमारी केशर चतुर्वेदी )

विषय कितना उल्टा प्रतीत होता है। भोग और योग का समिश्रण—असम्भव सा लगता है, परन्तु विचित्रता की बात नहीं है। संसार के सभी विलोम एक दूसरे से अन्योन्याश्रित संबंध रखते हैं। सुख-दुःख, जय-पराजय, आशा-निराशा, सफलता-असफलता क्या कभी एक दूसरे से विलग हो सकी हैं? कभी नहीं। एक का दूसरे के साथ अभिन्न संबंध है; संबंध ही नहीं बल्कि एक के बिना दूसरे का अस्तित्व शून्य है। इसी प्रकार योग और भोग का भी एक अविचल संबंध है। योग से रहित भोग और भोग से रहित योग नितान्त श्री हीन ही हैं।

योग और भोग दोनों का ही केन्द्र बिन्दु व्यक्ति है। मानव ही भोक्ता है और मानव ही योगी है। भोग के द्वारा मानव का संसार के साथ अटूट सम्बन्ध जुड़ता है और योग के द्वारा मानव का सम्बन्ध इस संसार का निर्माता परमेश्वर के साथ प्रगाढ हो जाता है। भोग हमारे इहलोक से सम्बन्धित है और योग हमारे परलोक से, एक हमारी अधोगति का द्योतक है और दूसरा हमारी उर्ध्व गति का। भोग हमारी शारीरिक इच्छाओं की तृप्ति का साधन है और योग हमारी आत्मिकक्षुधा की तृप्ति का साधन; अतः दोनों ही व्यक्ति की अन्यतम आवश्यकताएँ हैं। मानव के स्वस्थ विकास के लिये दोनों ही परमावश्यक हैं। पूर्ण मानव वही है जिसने भोग और योग दोनों को ही हृदय से लगाया है।

इतना निकटतम सम्बन्ध होने पर ही यह दृष्टिगत होता है कि भोगी योग से और योगी भोग से दूर भागने की चेष्टा करता है। आध्यात्मिकता, सांसारिकता से दूर रहने का प्रयास करती है और सांसारिकता आध्यात्मिकता से। संसारी कहता है आध्यात्मिकता में कुछ नहीं है, वह केवल एक ढकोसला मात्र है और आध्यात्मिक कहता है संसार छोड़ो तभी तुम्हें सुख की आनन्द

की सहानुभूति होगी। प्रारम्भ से ही धर्मगुरुओं का उपदेश रहा है कि ईश्वर प्राप्ति के लिये ईश्वरीय मार्ग में सांसारिकता को त्याग दो। संसार के समग्र कार्यों को करते हुये ईश्वर की प्राप्ति को स्वप्न समझा गया एवं असम्भावित को संभावित करने का असफल प्रयत्न समझा गया। यदि ईश्वर को पाना है तो संसार को गँवाना होगा” इसी प्रकार के कथनों में साधारण मानव को ईश्वर से दूर—अति दूर कर दिया गया। प्रत्यक्ष संसार छोड़ना साधारण जन को संभव नहीं लगा। आध्यात्मिकता कुछ व्यक्तियों की सम्पत्ति बन कर रह गई। फल यह हुआ कि अप्रत्यक्ष (ईश्वर) की प्राप्ति का प्रयत्न भी उसने छोड़ दिया और सांसारिकता का प्रवेश उसकी नस-नस में हो गया। उसके मस्तिष्क में यह विचार दृढीभूत हो गया कि संसार को साथ लेकर वह ईश्वर को प्राप्त नहीं कर सकता। ईश्वर—प्राप्ति के लिये उसे सब कुछ छोड़कर एकांत स्थलों में साधना की आवश्यकता है। अतः वह ईश्वर—प्राप्ति की चेष्टा से विमूख हो गया।

वर्तमान युग विज्ञान का युग है। इस समय जीवन की अनन्त सुविधाओं को प्राप्त कर मानव धीरे धीरे भौतिकवादी बन गया है। उसके जीवन का एक मात्र लक्ष्य सुख—ऐश्वर्यों की वृद्धि है। इन्हीं सुख—ऐश्वर्यों का भोग उसके लिए महत्वपूर्ण हो गया है। वह यह भूल गया है कि मनुष्य शरीर धारण करने का उद्देश्य क्या है। इसके निर्माता के प्रति भी उसका कुछ कर्तव्य है या नहीं? एकांगी दृष्टिकोण होने के कारण उसका मानसिक संतुलन बिगड़ हो गया है। वैभव प्राप्ति के लिये वह उन्मत्त सा हो गया है, उसके जीवन की वास्तविक दिशा खो गई है तभी असीम सुख साधनों को पाकर भी वह सुख और संतोष से सहस्त्रों मील दूर है। सांसारिक वस्तुओं की अविरल मांग उसे बेचैन कर रही है, क्योंकि विभिन्न वस्तुओं से वह अपनी शारीरिक क्षुधा की तृप्ति कर लेता है परन्तु उसकी आत्मा उसे चैन नहीं लेने देती। वह उससे वास्तविक, चिरस्थायी सुख की मांग करती है और इसके लिये उसे कुदेरती रहती है परन्तु जब मानव उसे (आत्मा को) संतुष्ट नहीं कर पाता तो पीड़ित हो उठता है “और वह क्या करे” की दुरन्त समस्या उसके सम्मुख आ खड़ी होती है। वह अनेक आध्यात्मिक संस्थाओं की ओर दृष्टि ऊठाता है परन्तु उनमें उसे संसार त्यागने की भावना निहित दिखलाई देती है। अतः वह उधर से दृष्टि हटा कर पुनः भोगों में आत्मतृप्ति को ढूँढ़ने लगता है और असफलता ही उसके हाथ लगती है।

परन्तु आज उसकी इस कामना की पूर्ति हेतु, उसकी असफलता को सफलता में परिवर्तित करने के लिये परम श्रेष्ठ श्री रामचन्द्र जी महाराज. शाहजहांपुर निवासी ने पवित्र "सहज मार्ग" की स्थापना की है। इस मार्ग पर दृढ़ता और विश्वास से आरूढ़ हुआ प्राणी शीघ्र ही राजा जनक की भांति हो जाता है, जिनके लिये यह कहा जाता है कि "जोग भोग मंह राखेउ गोई।" अर्थात् उन्होंने योग को भोग में आवृत्त करके रक्खा था। उनके विषय में यह भी कहा जाता है कि एक बार महर्षि याज्ञवल्क्य ने अपने एक शिष्य को ज्ञान का उपदेश लेने के लिये राजा जनक के पास भेजा। शिष्य को आश्चर्य हुआ कि एक महर्षि ज्ञानोपदेश लेने के लिये उसे एक ऐश्वर्य भोगी राजा के पास क्यों भेज रहा है? परन्तु अपने गुरु की आज्ञा का प्रतिपालन करना आवश्यक था अतः शिष्य राजा जनक के समीप पहुंचा और उनसे ज्ञानोपदेश देने की प्रार्थना की। राजा जनक उसके मन की बात और महर्षि याज्ञवल्क्य के उसके भेजने का कारण तुरन्त समझ गये। उन्होंने तत्काल उत्तर दिया कि "अभी मैं कार्य में व्यस्त हूँ। जब तक मैं कार्य कर रहा हूँ तब तक आप कृपया मेरे समस्त वैभव व ऐश्वर्य का अवलोकन कर आये।" शिष्य तैयार हो गया। शिष्य को तत्पर देख कर राजा जनक ने कहा कि "एक शर्त है, आप अपने हाथ में दीपक ले कर समस्त राज्य-वैभव देखने जायें और जब लौट कर आये तो दीपक वैसा ही जलता हुआ लेकर आये।" शिष्य ने 'अच्छा' कहा और राज्य का ऐश्वर्य देखने चल पड़ा। जब वह घूम कर वापस आया तो राजा जनक ने पूछा—कहिये देख आये? "शिष्य ने कहा—महाराज मैंने सब देखा भी और नहीं भी देखा।" जनक जी ने कहा—यह कैसे? शिष्य ने कहा—महाराज, दीपक को प्रज्वलित रखने की शर्त ने मेरा पूर्ण ध्यान दीपक की लौ पर ही केन्द्रित रक्खा और समस्त स्थानों पर घूमते हुये भी मुझे यही ध्यान रहा कि कहीं दीपक न बुझ जाये। मेरी सुरत सतत दीपक की लौ पर ही रही "बस यही है मानव की वास्तविक दशा। भोग में रह कर भी पूर्ण योगी की भांति जीवन यापन का इससे भी अच्छा उदाहरण पूज्य श्री बाबू जी महाराज स्वयं हैं। समस्त सांसारिक कर्तव्यों का सुन्दरता तथा सार्थकता से निर्वहन इतनी सफलता से कौन कर सकता है? उनकी व्यवहार कुशलता से ही यह प्रतीत होता है कि वे साधारण मानव से कहीं ऊपर हैं। निस्वार्थ

भावना से कार्य संचालन की उनकी अद्भुत क्षमता अनिर्वचनीय है। अतः उनका जीवन ही वास्तविक जीवन है। उन्होंने इह लोक को भी सफल बनाया है और परलोक को भी। अपनी अखण्ड साधना द्वारा उन्होंने देह धारण के उच्चतम श्रेष्ठतम लक्ष्य को प्राप्त किया है। अतः आज उन्हीं की पावन छत्र-छाया में रह कर हम सभी उनके पग-चिन्हों का अनुसरण कर योग व भोग का सहज सामंजस्य कर अपने जीवन को क्यों न सफल बनायें।

आज विश्व अनेक विषम परिस्थितियों से जकड़ा हुआ है। इन विषम परिस्थितियों के प्रभाव में ही मानव-जीवन प्रतिपल जटिल होता जाता है। इस जटिलता से छुटकारा पाने का जितना प्रयत्न मानव करता है उतना ही उसका जीवन उलझनों से पूर्ण होता जाता है कारण यह है कि वह अपनी समस्याओं का निदान सांसारिक वस्तुओं में खोजता है। यदि वह अपनी समस्याओं के सुलभाव के लिये आध्यात्मिक दृष्टिकोण ले आये तो उसकी कोई समस्या दुरंत रूप धारण कर उसके सम्मुख नहीं रह सकती। उसका अभाव-ग्रस्त जीवन अपने में पूर्ण सा प्रतीत होने लगेगा। इसके लिये उसे "सहजमार्ग" की साधना पद्धति को अपना कर साधना करनी होगी तभी उसके इहलोक और परलोक दोनों ही सँवर जायेंगे और वह चिर सुख का भागी होगा। साधना द्वारा negation की दशा को प्राप्त हुये साधक की दशा का वर्णन परम पूज्य बाबू जी महाराज ने निम्न शब्दों में किया है—"हमारा गोल (goal) सिर्फ़ ज्ञात ही ज्ञात है जहाँ नावाकियों की ही गुजर है। बात यही है कि न होते हुए भी 'न होने' का ख्याल न आये। यह दशा negation के क्रमाल की है। जब body conciousness जाती है तो उसकी निगाह में तो दुनियां बिल्कुल फीकी पड़ जाती है और जब soul conciousness नहीं रहती तब वह अथाह हो जाता है।"

यह वह दशा है जिसका अमुभव "सहज मार्ग" में ही आ कर सद्गुरु की कृपा से ही हो सकता है। ऐसे ही साधक का धर्म सेवा करना है परन्तु सेवकाई का ख्याल उसे नहीं रहता, पूजा करना उसका धर्म होता है परन्तु पूजा का उसे ख्याल नहीं होता। वह ब्रह्मण वैश्य क्षत्रिय आदि में से ही होता है परन्तु उसके होने का ख्याल उसे नहीं होता। यह है मानव की वास्तविक दशा। आज यहाँ मानव को दिक्भ्रम हो

गया है वहाँ इस “सहजमार्ग ने एक चमत्कारिक मार्ग प्रदर्शित किया है जिस में परम पूज्य सद्गुरु पावन प्राणाहुति का प्रकाश सर्वत्र देवी आलोक प्रसारित कर रहा है। अतः हम सहज ही इस तथ्य का साक्षात्कार कर सकते हैं कि वास्तव में “सहजमार्ग” ही ऐसा मार्ग है जो योग और भोग में समन्वय स्थापित करने में पूर्ण सफलता प्राप्त कर रहा है और करता रहेगा।



## “मानव जीवन का लक्ष्य”

( कृष्णकुमार त्रिपाठी )

योग साधना में सफलता के लिए मूल आधार है—“परम लक्ष्य की प्राप्ति की अद्भूत इच्छा”। आज के इस भौतिक जगत में मानव मन इतना भौतिक बन गया है कि उसकी इच्छायें भौतिक पदार्थों की प्राप्ति के लिये ही होती हैं। परिणाम होता है जीवन में अशान्ति की मानव मन आकुल होता है और इधर-उधर परम शाश्वत शान्ति। खोज में लगा हुआ क्षणभंगुर पदार्थों में अपने लक्ष्य को प्राप्त कर लेगा ऐसी आंति रहती है। पर पदार्थ जो स्वयं क्षणभंगुर है शाश्वत शान्ति कैसे प्रदान कर सकते हैं। जिस प्रकार वह मृगा बालू के ढेर को ही जलाशय समझ कर वहाँ दौड़ कर पहुँचता है। और अन्त में उस की पिपासा शान्ति करने के लिये जल के स्थान पर बालू ही मिलती उसी प्रकार—भौतिक पदार्थों के पीछे दौड़ कर मानव की शान्ति की प्यास बुझती नहीं, वरन् उसे नैराश्य ही हाथ लगता है।

भौतिक पदार्थों के प्रति संस्कार इतने प्रबल हो जाते हैं कि उसे सत्संग आदि के द्वारा यदि यह विदित भी हो जाये कि शान्ति का मार्ग क्या है। तो भी वह अपने प्रबल संस्कारों के कारण उधर उन्मुख नहीं होता। जब कोई परम शान्ति प्राप्ति का मार्ग चाहे वह कितना ही सुगम क्यों न हो बतलाए तो बहुधा लोगों का उत्तर होता है—अभी-नहीं। उनके प्रबल सांसारिक संस्कार शान्ति प्राप्ति के मार्ग की ओर उन्मुख होने में बाधक होते हैं। और वलात् मानव को उस साधना की ओर अग्रसर होने में रोकते हैं। जब भाग्यवान्

मानव को सत्संग प्राप्त होता है तब सुसंस्कार बनते हैं। और परम शान्ति की प्राप्ति के मार्ग की ओर उन्मुख होता है। यह इच्छा जितनी ही प्रबल होती है व्यक्ति का मन साधना में उतना ही अधिक जुटता है। जब व्यक्ति में इस प्रकार की इच्छा उत्पन्न हो तो उसे ईश्वर की महान् कृपा समझना चाहिये।

इसके पश्चात् उस मार्ग को खोजना पड़ता है जो व्यक्ति को उसके अन्तिम लक्ष्य तक पहुँचा दे। इसके अनेक मार्ग हैं। आजके समय में श्री रामचन्द्र जी ने भगवत् प्रेरणा से उस सहज मार्ग को ढूँढ़ निकाला, जिस पर चल कर व्यक्ति कम समय में गुरु कृपा के द्वारा अपने परम लक्ष्य पर पहुँचने में समर्थ होता है। इस मार्ग की अनेक विशेषताएँ हैं। उन में से एक यह है कि व्यक्ति को गुरु-कृपा पर ही आश्रित होना पड़ता है। गुरु प्राणाहुति के द्वारा व्यक्ति की आत्मिक शक्ति को जागृत कर देता है। और वह अपने अन्दर—बाहर शान्ति और हल्केपन का अनुभव करने लगता है। और क्रमशः अपने अन्तिम लक्ष्य की ओर उत्सुकता से बढ़ता हुआ उसे प्राप्त कर लेता है। गुरु-कृपा पर आश्रित होने से प्रगति तो होती ही है साथ ही अहंजन्य कलृत्व भाव पैदा नहीं होता। कर्तापन का भाव साधना में बाधक होता है, और उसे मिटाना होता है। साधारण तौर पर मनुष्य को अपनी साधना का ही अभिमान होता है कि मैं पूजा करता हूँ; अमुक—अमुक साधना करता हूँ; किन्तु इस मार्ग में प्रारम्भ से ही यह अनुभूति होती है कि मेरे अपने लिये कुछ होने वाला नहीं। गुरु की कृपा से जो प्राप्त हो जाय वही उपलब्धि है अतः परिणाम यह होता है कि साधना होती है; पर साधना का अभिमान नहीं होता। गीता में श्रीकृष्ण अर्जुन को उपदेश देते हैं—

“ सर्व धर्मान् परित्यज्य मां एकम् शरणं ब्रज ।”

अर्थात् सभी धर्मों को त्याग कर एक मेरी शरण में आ जाओ। ईश्वर परोक्ष है, दिखाई नहीं देता। निकट होते हुये भी सानिध्य का अनुभव नहीं होता। अतः साधक में ईश्वर की शरण में जाने का विश्वास कुछ देर में ही जमता है। पर यहाँ गुरु-कृपा प्रारम्भ से ही प्राप्त होने लगती है। और उसका परिणाम भी सामने आने लगता है अतः व्यक्ति गुरु को आत्म—समर्पण कर देता है। गुरु तथा योगेश्वर भगवान् श्री कृष्ण के शब्दों से स्पष्ट आश्वासन होता है—

(४२)

“ अनन्या शिचन्तयन्तो माँ ये जनाः पर्युपासते ।

तेषां नितयाभियुक्तानां योगक्षेमं वहाम्यहम् ॥

जो अनन्य भाव से मुझे निरन्तर चिन्तन करते हुये निष्काम भाव से स्मरण करते हैं; उन नित्य रवीभाव से मेरे में स्थित वाले पुरुषों के योग क्षेम मैं स्वयं प्राप्त कर देता हूँ ।

## साधना के प्रभावी सोपान

श्री रामचन्द्र जी अध्यक्ष

होता वही है जो वह (ईश्वर) करना चाहता है । हम जब किसी काम को अपने से निस्वत दे लेते हैं तो उसकी कामयाबी और नाकामयाबी पर हम को खुशी और रन्ज होता है । बस यही एक चक्कर है जो हमें बन्धन में रखता है । इस बन्धन से मुक्त होना ही तत्त्वियत (मजबूती) का रास्ता खुल जाना है ! अब यह खुलता कैसे ? जब हम किसी बड़ी ताकत से बानिस्वत (संबन्धित) हो जाते हैं ! यदि ईश्वर ने वह दिन दिखाया कि यह दशा पैदा हो गयी तो हम किनार (निकट) भी हम जल्द होने लगते हैं और मंजिलें पार होते देर नहीं लगती ! रोना तो इसी बात का है कि कोई इसकी कोशिश नहीं करता कि कम से कम बानिस्वत ही हो जाय, मगर लय होने का मौका हम अपने आप को नहीं देते । निस्वत पैदा होने की तरकीब आत्म—समर्पण (self surrender) है, गोकि यह चीज कठिन अवश्य है, विशेषकर उन लोगों के लिये जिनके दिल में कोई ऐसा भारी बोझ मौजूद है जो उन्हें ऊपर उठने का मौका नहीं देता । फिर भी, न कुछ सही, इतना तो अवश्य ही करे जैसा कि एक स्कूल का बच्चा अपने शिक्षक के साथ करता है !

self-surrender की सबसे पहली सीढ़ी discipline (अनुशासन) है जो हर कदम पर लाजिमी (आवश्यक) है ! अगर हम खयाली (discipline) अनुशासन नहीं कर सकते तो कम से कम जिस्मानी (शारीरिक discipline) अनुशासन ही हमें शुरू कर देनी चाहिये । उसके बाद यदि शिक्षक की योग्यता और महानता उसके दिलपर अंकित है तो खयाली अधीनता

(submission) भी शुरू हो जावेगी वशतें कि शिष्य वास्तव में सीखना चाहता हो । इन प्रारम्भिक सीढ़ियों पर यदि किसी ने कदम रख लिया तो तबियत खुद व खुद अगली सीढ़ी टटोल लेगी ।

हम बस ध्येय—प्राप्ति के लिये पूरी तबियत से लग जायें तो प्रेम की भी शुरुआत हो जायेगी । मेरी समझ में नहीं आता कि हमारे यहाँ लोग अपने ध्येय पर पहुँचना भी चाहते हैं या नहीं । अगर चाहते हैं तो यह सब बातें खुद व खुद पैदा हो गई होतीं । शौक आवश्यक है और शौक तब ही पैदा होता है जब कि ध्येय जिस पर हमें पहुँचना है उससे लगाव हो ।

सिर्फ कुछ ही अभ्यासी शायद ऐसे हों जो कि मुझ से मित्रता के भाव से ही मिले हों— ईश्वर तो बहुत बड़ी चीज है । और भाई जब कोई मुझ से प्रेम करता है तो मेरी तबियत तरताजा (fresh) हो जाती है । गोया सूखी चीज में तरावट आ जाती है, तो भाई इतना ही ध्येय किसी का क्यों होने लगा जबकि बड़ी से बड़ी चीजें उसके प्रेम करने के लिये मौजूद हैं । हमें तो भाई वह पूछेगा जो सब कुछ खो चुका हो या खोना चाहता हो । और भाई मेरा अजीब मजाक और शौक है कि जब मैं अपने आप को खो चुका तो अब यह चाहता हूँ कि कोई मेरी खोज करे । तो भाई मैं समझता हूँ कि कोई अकलमन्द आदमी खोये हुये की खोज न करेगा और फिर कैसा खोया हुआ कि जिसका पता ही न रहा । मैं समझता हूँ मेरा यह शौक इसी कारण दूसरों में जज़बा पैदा नहीं करता इस लिये कि खोये हुये का शौक भी खोया हुआ होगा । जब यह बात है तो उस में कौन सी चीज ऐसी रह जाती है कि जो दूसरों की उस खोई हुई खोज की खोज करावे ।

मगर यह भोपड़ा अब इस कदर शिकसता (टूटा हुआ) हो गया है कि इस में बैठना शायद अब कोई पसन्द न करे । इस में नन्हीं नन्हीं फुहार जो धुर से आती है सीधी पड़ती रहती है और बैठने वाला अनजाने में ( ईश्वरीय फुहार से ) भीग ही जाता है । फिर भी लोग कहते हैं कि एहसास नहीं होता । उनसे कोई यह तो पूछे कि तुम ने कभी एहसास करने की कोशिश भी की । जो हालत पैदा हुई उस में कभी घुसे भी । अगर यह कहें कि इतना मादा नहीं जो

एहसास कर सके तो यह बिल्कुल गलत है। मादा हर एक में है और ब्रह्मविद्या में अकाल खुलने लगती हैं मगर जब इस ताकत को कोई दूसरी तरफ लगादे तो फिर क्या किया जावे।

देखने में तो ऐसा आता है कि सोचने और अनुभव करने की जो सामर्थ्य पैदा होती है उसे लोग दुनियां की तरफ लगा देते हैं। नतीजा यह होता है कि जिस चीज से वैराग्य पैदा होना चाहिये उससे और राग पैदा हो जाता है। वाकई महात्माओं की यह राय ठीक थी कि जब जिज्ञासु अपने में वैराग्य पैदा कर लेता था तब असल जौहर उसे दिया जाता था।

वैराग्य अभ्यासियों में खुद व खुद पैदा हो गया होता और बड़ी आसानी से अगर वे अपनी तबजोह की और ईश्वर की तरफ पूरी तौर से लगा देते ! मैं यह जरूर करता हूँ कि मन का रख ईश्वर की तरफ कर देता हूँ ताकि वह उस तरफ लगा रहे और वह लग भी जाता है। मगर लोग करते क्या हैं वह उसको दुनियांदारी की तरफ घसीटते हैं और यह हो नहीं सकता, इतना गुरु महाराज की कृपा से मुझे confidence है कि जिस मद को ऊपर की तरफ लगा दिया फिर वह नीचे की तरफ उतर सके। नतीजा सम्भवतः यह होता है कि उन लोगों को जो दुनियांदारी मामलों में ज्यादा दौड़ लगाते हैं उनको परेशानी का एहसास होने लगता है इसलिये कि मन ऊपर रहना चाहता है और वह उसको नीचे घसीटते हैं। वास्तव में मन को नीचे घसीटने का कारण है अभ्यासी में power of observation की कमी।

दुनियाँ में जितनी तरक्की हुई है वह सब power of observation से हुई है। इसी प्रकार आध्यात्मिकता में भी अभ्यासी जितनी power of observation बढ़ाता जाये उतना ही कुदरत का इत्म उसे प्राप्त होगा अब इसका तरीका क्या है ? यह लिखे पढ़े लोग सब जानते हैं।



## एक प्रार्थना

( श्री एन० के० डींगर )

“ हे नाथ ! तू ही मनुष्य जीवन का ध्येय है ”

प्रार्थना की चार पंक्तियों में से पहली पंक्ति यही है। यही प्रार्थना हम अपने मालिक से करते हैं। उससे विनीत भाव में कहते हैं कि हे नाथ ! हे मालिक ! केवल तू ही मेरे जीवन का परम लक्ष्य है। मैं केवल तुमको ही पाने की सतत् चेष्टा करता हूँ। मालिक मैं सांसारिक व्यक्ति हूँ। अविद्या रूपी माया का पर्दा मेरे ज्ञान चक्षू के सम्मुख पड़ा हुआ है। उसी माया रूपा पर्दे के कारण मैं तुम को पहचान नहीं पाता। मैं मूढ़ हूँ, अज्ञानी हूँ। हे प्रभो ! मुझ पर दया करो। मुझे भवसागर पार होने की इच्छा नहीं। मैं नहीं जानता कि सिद्धि क्या है, रिद्धि क्या है। मुझे उनकी इच्छा नहीं। मुझे देवत्व नहीं चाहिये। मुझे कोई अधिकार नहीं चाहिये मुझे किसी प्रकार का पद नहीं चाहिये। मालिक ! मुझे निष्काम कर दो। कोई चीज न चाहूँ। यही अच्छा है सब मालिक का मालिक की ओर से मालिक के लिये। मैं पन का भाव मिट जाय। किसी इच्छा की इच्छा न रहे।

किन्तु मेरे मालिक ! मेरे प्रियतम !! मेरे 'बाबू' !!! एक अपराध की स्वीकृति भी आपके सम्मुख कर लूँ एक प्रार्थना कर लूँ मेरे बाबू मुझे आपका सामीप्य चाहिये। मुझे आप चाहिये। मुझे बार बार भवसागर में आना मंजूर है किन्तु आपकी सामीप्यता से दूर होना नहीं। सब कुछ न चाहिये किन्तु यह तो चाहिये ही। यह इच्छा रखना निष्काम के विपरीत है, अपराध है। दिल का एक चोर जो छुपा था आपके सामने है इसे पूरा करने की प्रार्थना है।

“ हमारी इच्छायें हमारी उन्नति में बाधक हैं ”

हम कहाँ से आये हैं ? कहाँ जाना है ? कैसा रास्ता है ? यह सब कुछ भी तो नहीं मालूम। वापस चलना है अपने घर यह अब तक सुनता चला आया हूँ किन्तु कौन ले चलेगा ? उस पार। यह पहले ज्ञात न था ! धीरे धीरे मिशन में उत्पन्न हो कर घुटनों के बल रेंग कर मिशन के दर्शन सम्बन्धी कई कोनों तक घिसटने की चेष्टा की तो ज्ञात हुआ मेरे “बाबू” ही वह प्रियतम हैं जिनसे मुहब्बत बढ़ानी



है। वही चलेगा—वहीं बाँह थाम कर “सहजमार्ग” से चलेंगे वीरानों में उड़ते उड़ते पंख थक कर सो चुके हैं निज घर चलना है सन्ध्या हो चुकी है। वहीं, जहाँ से आये हैं जाना है मालिक के घर अपने प्रियतम के घर।

हम किसी चीज की कामना न करें, इच्छा न करें। विभिन्न प्रकार की इच्छायें हैं। तीन प्रकार की एषणायें हैं लोक, वित्त तथा यश—इनसे इनसान बच नहीं पाता। कहीं न कहीं यह अपना रंग जमा लेती हैं। इन किसी एक के पीछे भागना हमारी उन्नति को रोक देता है। कहते हैं जब क्षोभ हुआ तो धारें बटीं वह विभिन्न चक्रों के रूप में नीचे उतरती चली आयीं। हमें अगर घर जाना है ऊपर चढ़ना है तो इच्छा करना छोड़ना होगा। सही उन्नति है। अगर हम अपना सारा ध्यान चढ़ने में न लगायेंगे तो समझ लीजिये कि उन्नति न होगी। खास तौर से इन्सान को दुनियाँ में मसरूफ रखने के लिये क्षोभ के समय ही दो चीजें इतनी शक्तिशाली आयी थीं जिनसे बच पाना शायद विरलों ने ही जाना हो। वह थीं—चेतन माया अर्थात् स्त्री तथा जड़ माया अर्थात् धन। इनमें से चेतन माया अधिक खतरनाक होती है। जीवन में यदि इन से बच पाया तो समझ लो अपने घर पहुँच गया।

मेरे मालिक ! मैं भी जड़ माया से न बच सका। चेतन माया से कहने के लिये वह रुकता हूँ। कि मालिक मैं बन्दा हूँ किन्तु यह भूठ होगा बच न सका। यह अपराध स्वीकृति है। मेरे मालिक ! मुझे शक्ति दो कि मैं इनसे कभी पराजित न होऊँ यह कामना है प्रार्थना है। मालिक इन तुच्छ वस्तुओं की ओर से मेरा ध्यान खींच लो मेरे मालिक ! मैंने अभ्यासियों से सुना है कि आप कहते हैं कि मैं कुछ नहीं करता केवल व्यक्तियों का मुख सन्सारोन्मुखता के बजाय ईश्वरोन्मुख कर देता हूँ। मेरे मालिक चेतन माया और जड़ माया के चक्कर में आने वाली बात अगर अपराध स्वीकृति है तो मेरे मालिक ! मेरा मुख संसार और बजाय ईश्वर की ओर से अपनी ओर कर लो। यह प्रार्थना है।

‘तू ही मेरा एकमात्र स्वामी और इष्ट है’।

कोई न कोई बात मनुष्य मानता है चाहे वह हिन्दू, मुसलमान या ईसाई हो। ईसाई और मुसलमान एकेश्वर वादी हैं जब कि हिन्दू बहुत

से देवताओं को मानते हैं। जितने भी अवश्य मानते हैं। कुछ ऐसे होते हैं जो इन बातों को नहीं मानते—वे ‘ऋणं कृत्वा घृत पिबेत’ में विश्वास रखते हैं—नास्तिक होते हैं। किसी को कोई अटक हो, लड़का न होता हो इन्तहान में पास होना हो, मुकदमा जीतना हो, स्वर्ग प्राप्त करना हो—कराँड़ों ऐसे देवताओं की सेवा प्राप्त कीजिये जो ऐसी मनोवाञ्छित वस्तु प्रदान करते हैं। शत—प्रतिशत लोग सेवा लेने वाले मिल जायेंगे।

मेरे मालिक ! मेरे कई साथी जब मैं पढ़ता था पास होने के लिये परीक्षा के समय हनुमान जी या किसी मन्दिर का “विजिट” करते थे। मैं नहीं जाता था—बाहर चप्पलें तका करता था उन लोगों की चप्पलें कहीं कोई उठा न ले जाय। अर्थशास्त्र का विद्यार्थी होने पर अर्थ ने रंग जमाया और मैं—“मनी इज गाड” की फिलास्फी तक पहुँच कर नास्तिक हुआ। मेरे मालिक यह मेरी अपराध स्वीकृति है। मुझे आप मिले। वस दिल रम गया। ईश्वर पहले भी नहीं मानता था अब भी नहीं मानता हूँ। यह भी अपराध स्वीकृति है। पहले आपको जानता न था अब मानता हूँ और यही कहता हूँ, भजता हूँ ‘तू ही मेरा एकमात्र स्वामी एवं इष्ट है’। मेरे मालिक मेरी आस्था को बनाये रखो यही प्रार्थना है।

**“तेरी सहायता बिना तेरी प्राप्ति असम्भव है”**

मालिक आपका कहना है कि मोक्ष के वाद कितना रास्ता तय करना बाकी है—जब मैं यह देखता हूँ तो होश उड़ते हैं। मेरे मालिक अगर कोई उस रास्ते पर चलना चाहे तो खुद अपने प्रयास से जा नहीं सकता। कोई अ, आ, इ, ई, सीख नहीं सकता जब तक कोई न सिखावे। कोई रास्ता भूल भूल भुलैया में फंस जाय तो जब तक “गाइड” न मिले सही रास्ते पर नहीं आ सकता। मेरे मालिक लोगों का व्यय ईश्वर प्राप्ति है। पर मेरे मालिक मुझे तो आप को पाना है वह भी आप ही की सहायता से। मेरे मालिक यही मेरी अपराध स्वीकृति है कि मैं ईश्वर नहीं पाना चाहता जैसा मैं पहले भी नहीं चाहता था किन्तु एक प्रार्थना है मेरे मालिक मैं तुमको पाना चाहता हूँ। जिसको आप अपना परिचय देना चाहते हैं वही आपसे परिचित हो पाता है वही आपका जानकार होता है। अतः मेरे मालिक ! मेरे प्रियतम !! मेरे बाबू !!! मेरा यही अपराध है यही प्रार्थना है हरि को तजू। आपको पाऊँ।

## अनन्त यात्रा

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

मेरे परम पूज्य श्रद्धेय श्री बाबू जी,

सादर प्रणाम स्वीकार हो।

कृपा पत्र आपका मिला पढ़कर हर्ष हुआ। ... ..  
... .. । यह सब जो कुछ भी आप लिखते हैं यह ऐसी शिक्षा है जो स्वर्गाक्षरों में लिखने योग्य है और ऐसा भी दिन आवेगा अवश्य।  
... .. ।

अब तो श्री बाबू जी इतनी धीमी चाल है कि स्वयं अपनी तबियत परेशान व ऊबने सी लगती है। स्थान धीरे-धीरे साफ हो रहा है कि मुझे अच्छा नहीं लगता। जब तक तबियत साफ नहीं होती तब तक कुछ उलझन सी बनी रहती है परन्तु आपके पत्र पढ़ने के प्रभाव से ज़रतों का भारीपन भी हल्का पड़ता मालूम होता है और दशा में शुद्धता आने लगी है। मेरी तो छोटी सी समझ यह कहती है कि इन points का इल्म और वाकफियत बढ़ाना केवल आपका ही काम है। जिस ढंग से चल रहा है इसमें साधक का शौक व उत्साह बढ़ता है। थकान कभी आ ही नहीं सकती। कुछ यह भी है कि सोता भी है तो एक तबियत से चाहे कितना तेज सोऊँ परन्तु दूसरी से भी यदि सोजाऊँ तो शायद फिर वह अन्तिम यानी सदैव की नीद कहीं न हो जावे, शायद इसी कारण जागृत अवस्था बनी रहती है। अभी दशा खुली नहीं जो साफ-साफ लिख सकूँ। फिर भी आशा है "मालिक" की कृपा से अब इसमें भी विलम्ब नहीं लगेगा।

सदैव केवल आपका ही कृपाकांक्षी

सेवक



## सहज मार्ग के नियम

- १—प्रत्येक भाई प्रातः सूर्योदय से पूर्व उठे, संध्योपासना नियमित समय पर जहाँ तक हो सके समाप्त करले। पूजा के लिये एक पृथक स्थान और आसन नियत करले। यथाशक्ति एक ही आसन से बैठने की आदत डालें, और शारीरिक व मानसिक पवित्रता का अधिक ध्यान रखें।
- २—पूजा प्रार्थना से आरम्भ की जावे। प्रार्थना आत्मिक उन्नति के लिये होना चाहिए और इस तरह की जावे कि हृदय प्रेम से भर आवे।
- ३—प्रत्येक भाई को चाहिए कि अपना ध्येय अवश्य निश्चित करले और वह यह कि ईश्वर तक पहुँच कर उसमें अपनी लय अवस्था प्राप्त करके पूर्ण स्थिति प्राप्त करले, और जब तक यह बात प्राप्त न हो जावे चैन न आवे।
- ४—अपना जीवन साधारण बना लेवें और वह ऐसा साधारण हो कि नेचर (आदि प्रकृति) से मिल जुल जावे।
- ५—सच बोलें, और प्रत्येक कष्ट को ईश्वर की तरफ से अपनी भलाई के लिये समझें और उसका धन्यवाद दें।
- ६—सारे जगत को अपना भाई समझें, और सबके साथ ऐसा ही व्यवहार करें।
- ७—यदि किसी से कोई कष्ट पहुँचे, तो उसका बदला लेने के इच्छुक न हों, वरन् ईश्वर की तरफ से समझें और उसको धन्यवाद दें।
- ८—भोजन करने के समय जो कुछ मिल जावे प्रसन्नता से पावें और ईश्वर की याद में भोजन करें, शुद्ध और पवित्र कमाई का ध्यान रहे।
- ९—अपना रहन-सहन और व्यवहार इतना सुन्दर बना लें कि जिसको देखने मात्र से ही लोगों को पवित्र आत्मा होने का भास हो और लोग उससे प्रेम करने लगें।
- १०—यदि कोई अपराध भूल से होजावे तो सोते समय ईश्वर को अपने सम्मुख समझ कर उससे दीनता की अवस्था में क्षमा मांगें और पश्चाताप करें और प्रार्थना व प्रयत्न भी करें कि भविष्य में कोई अपराध न होने पाये।