With Best Compliments from

The Indian Textile paper Tube Company Ltd.

Registered office & Factory:-

19, Perali Road, Post Box No. 5, Virudhunagar-626001

Grams : Indtube | Phone : 3604

Branches at : Myleripalayam, Pollachi Road.

Coimbatore Tk.

Grams-Indtube . Phone 30 (Kinathukadavoo)

Selling Agents—

M/s T. T. Krishanamachari & Co.,

Madras - Bombay - Calcutta - Delhi

Publication Department Shri Ram Chandra Mission,

SHAHJAHANPUR, (U. P.) 242001 INDIA

Sahaj Marg Printing Press, Shri Ram Chandra Mission,

SHAHJAHANPUR (U.P.)

सहज-मार्ग

SAHAJ MARG

Bi-monthly, Spiritual | Registration No: R.N. 12620/66

Volume XXII | No: 2 | MARCH 1979

Grams: SAHAJMARG | Phone: 2667

Shri Ram Chandra Mission

SHAHJAHANPUR, U. P. (India) 242001

✻ 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 इच्छाये 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 us upto that stage.

All rights reserved No. 2
March 1979
jagopalachari Yearly Subscription Rs. 10.00
. Srivastava, M.A. Ph.D. Single Copy Rs. 2.00

CONTENTS

English.—

1 Speech delivered by Major A.R. Mulia at Shri Ram Chandra Mission Centre at Bangalore on Basant Panchami on Ist February 1979. 1
2 What should be your Goal—by B. Ramchandra Reddy 7
3 Divinisation & Realisation—by D. Gopalakrishna 10
4 My Master's Voice—by S. Prathap, Nellore 13
5 Search & find—by P. Palaniappan 16
6 Hymn on Master—by Francis Thangaraj 18

हिन्दी

१ बचपन की सी स्थिति–श्री खीमसिह चौहान, १
२ निश्चिन्त यात्रा–श्री राजेन्द्र सिह भदोरिया, ५
३ प्रेम का उच्चादर्श–डा० सुधा गुप्ता ७
४ आँख मिचौनी–डा० एल० पी० श्री वास्तव १०
५ सहज मार्ग, सरलता एवं सजगता–डा० श्री मती विमला मदन १२
६ सहज मार्ग और उदात्तीकरण–श्री राजेन्द्रप्रसाद श्री वास्तव १५

Speech Delivered By Major A.R. Mulla at Shri Ram Chandra Mission Centre at Bangalore on BASANT PANCHAMI ON Ist FEBRUARY 1979.

1) My Master, revered preceptors, brothers and sisters,

2) It is a proud privilege and an unique opportunity to share my feelings of joy on this auspicious day of "BASANT PANCHAMI" the birthday of our grand Master Samarta Sadguru Lalaji Maharaj.

3) We abhyasis have felt in the past that during these three days of BASANT PANCHAMI our Grand Master Param Pujya Lalaji Maharaj showers His full grace day and night, and we get completely drenched in the ambrocial showers of his blessings.

4) This is the time for us to remember continuously Param Pujya Lalaji Maharaj and His greatest gift to Humanity i.e. Pujya Babuji Maharaj, remember their teachings and bring them into practice in our day-to-day life. We must remember how the Grand Master Lalaji Maharaj transformed His ablest and dearest deciple in complete one-ness with God Almighty and then He Himself merged in Babuji Maharaj. Babuji Maharaj saw Lalaji Maharaj in His dream, who said;

"I become you and you become me
I become body and you become soul,
so that after this none could say
I and you are different;"

5) Pujya Babuji Maharaj says, when one personality can reach the ultimate with His Master's support and his own efforts, others can also reach, provided they have real craving for reality. For this, an abhyasi, a true seeker, has to make many sacrifices and do the Sadhana as directed by the Master. You do your work and let the Master do his work, He says. The abhyesi's part is to be perfectly obedient to the Master. He should comply with tne directions given to him, having faith or at least trust in the *M*aster, and confidence in himself. But, normally we face so many miseries in this world during our struggle of existance that we are apt to lose confidence in ourselves. we get engrossed in our worldly thoughts and miseries and worry caused by these miseries. We should remember the teachings of Lalaji Maharaj who wrote 'It is good to be put to worries; The home is the training centre for submission and endurance. IT IS THE GREATEST FORM OF PENANCE AND SACRIFICE".

6) Everything happening in this World is a result of our own Karmas, may be in this, or previous life or lives. What has happened, is happening or will happen, and will continue to happen, and this goes on in its own sequence. Then the question eomes, when what is destined to happen would definitely continue to happen, then, in that case, our effort will be useless. The answer is the knowledge and the struggle to know also exist in the same order of nature. So we sholud not worry. Our worry is the result of inner desires, our vasanas are there. Unless this desire or vasana is transformed into desirelessness, one cannot get peace."

7) The best thing, therefore for a sincere and devoted Sadhaka (abhyasi) is to surrender to Master : Leave all

the worries to the *Master* and remain in His constant remembrance. Surrender means to recognise all pervading, omnipotent and omnipresent nature of the Master's spiritual essence and this being so, our endeavour, action becomes something arising out of HIS WILL, not ours, and, therefore they must have a definite plan and goal, and this being so, HE works (means MASTER works) not we, He achieves, not we, and we become instruments of the DIVINE WILL of MASTER. A sure belief that Master is carrying out His plans rids us of belief in ourselves. So the earlier dependance we had on ourselves becomes naturally traasferred to a total dependance on HIM.

In AASHU GRANTHA it is written about a true surrender

ममवृत्ते ते हृदयं दधामि ममचित
मनुचित्तम् ते अस्तु ।
ममवाचमेक मना जुषस्व बृहस्थतिष्टत्वा
निमु वक्तुमह्य ॥

(My heart, my mind, speech and chitta is all yours. Even my breath is my Master's breath. This is the state of merging in the Master.)

8) Instead of merging in the Master, who is already one with the ULTIMATE, we seem to be entangled in the mire of illusion (MAYA). Our thoughts seem to get engrossed in our own tiny world of materialism and complexities of thoughts finally culminate in our wrong doings or acts Lalaji Maharaj says 'This world is place of illusory thoughts where thousands of affairs of illusion happen.

What else can a man, except being unhappy when caught in the mesh of illusory thoughts. Brahmana, Kshatriya, Vaishya, Shudra, is a thought born of illusion. Grihastha, Vanaprastha, Sanyasa–is an illusory thought. Hindu-Muslim— Christian—Jew–is an illusory thought. Religion, tradition, customs, sect (or path)–all these are illusory thoughts. Men who have been caught in the chains of bondage are so much worried that they are unable to understand reality. All these bondages are not real; all of them are artificial, illusory, pertaining to thought, and fictitious. This chain goes for beyond, so much so that it exists in the other world, even after death".

9) That is the reason why previous sanskars formed on account of these illusory, thoughts keep us in bondage. We have to shatter this bondage and Master's power of Transmission alone can shatter or eliminate the chain of bondage. Transmission is a process of elimination of the evil and undesirable impressions received by the soul in the long circle of life and death. Now, how the evil and undesirable impressions, are eliminated ? By undergoing the effects of these impressions that means undergoing the BHOGAS. Master, by His unfailing effect of transmission removes the impressions. Some of which are worn out by actual sufferings, some are even undergone by dreams, and a stage comes when these Bhogas leave us and go to the Master. This may sound strange, but this is the dictum of nature. That is why Babuji Maharaj says a MASTER is made a target of miseries of the world. Lalaji Maharaj has made HIM target of the miseries of the world.

10) Lalaji Maharaj was born when the humanity was gro-ping in total darkness and was in dire need to emancipate

mankind. Man was completely helpless and was drowned in the whirlpool of materialism confusion and chaos caused by his immoral and wrong doings. He saved the mankind by shattering its coverings or KOSHAS and showed a wonderful, uncomparable, but simple method of sadhana for emancipation of a man.

11) He was a sun of spirituality, who illumined the entire world and proved, to what extent human beings can progress in the spiritual region, even living an ordinary grihastha life, full of worldly responsibilities: He showed us how a life could be made a good life worth living, and culminate finally in Divine life. His own life was an excell. ent example of this. He taught us how to keep the mind well balanced, among all miseries and atrocities of this mad world. He has shown us the lost kingdom of God and taught us how to achieve the real goal of life. He gave much stress on the character of a spiritual man. I may be pardoned if I quote the following shloka–

चारित्र्य भक्ति, साधना विहीना।
साक्षात पशु पुच्छ विषाण हीना॥

(A person without character, Bhakti and not doing sadhana for his emancipation is a real animal without a tail).

13 He gave us the unique system of 'SAHAJ SADHANA' most befitting the present condition of living in this modern life, which could be practised by any seeker, irrespective of his religion caste or creed or sex. Lord Krishna had taught ARJUNA about "SAHAJ SADHANA". He did

not advise ARJUNA to resort to SANYASA but to do his allotted work sincerely with skill and labour without expecting the result of his efforts. तस्मात सर्वेषु कालेषु मामनुस्मर युद्धश्च He never told His dearest deciple to avoid destruction work of war, nor ignoring his worldly responsibilities of grahastha life remain in remembrance of God. Lord advised him to remain in constant remembrance of God while performing worldly duties in the most efficient manner. But, this 'SAHAJ SADHANA' disappeared or was forgotten due to lapse of time. Now on account of our good luck the flame of this 'SAHAJ SADHANA' has been illumined by the great personality. It is up to us to get light and fomentation from this Divine flame.

14) Let us, therefore pray to HIM, our Divine Master, Param Pujya Shri Babuji Maharaj, to bestow His grace to enable us to follow His footsteps in our endeavour of SADHANA and make our worthless lives worthwhile and meaningful –AMEN

What Should Be Your Goal

(B. Ramchandra Reddy, Anantapur)

Once I happened to see the photos of Babuji and Lalaji hanging over a window in the verandah of a Mill premises, covered by dust and dirt. It was a public Place easily accessible to everybody, even to animals. The scene developed in me a sorrowful atmosphere and a sorrowful mood. I got the impression of Jesus Christ hanging from the cross. Then I went inside the factory and saw photographs of Gods and Goddesses like Lord Venkateswara, Padmavatidevi, Sri Rama, Sri Krishna, Ganesh, Lakshmi and Saraswati etc.; who are though to fulfill different classes of wants. These photos were hung in conspicuous places where the proprietors of the Mill would be sitting.

Now-a-days it has become an inevitable feature for every businessman to keep the photo of Lord Venkateswara, the Lord of riches, at the place of business, irrespective of the nature of the business. The main intention behind it (in general) is that the Lord should protect the property; promote the industry or business, and ultimately help the owner to amass wealth.

In ancient India the villages had a separate place in the heart of the village, with a building specially constructed, where the idols of Shri Rama, Lakshmana and Sita were installed. They considered it as a holy place for the entire

village. The life of Shri Rama was taken as an exemplary life followed by the people of those days and they used to worship them with immense faith and devotion. They used to enter the temple only when they were pure in mind and body.

The modern civilisation has brought the Gods and Goddesses to the places of commerce, and even to the thoroughfare, where indecent conversation and indecent activities takes place. This is the progress the present day (so called) civilised society has achieved.

I have seen some of the abhyasis of the Mission, keeping the photos of our Master, our Lord, and our guide to reality in their business places. Is it proper ? What should be the aim and ultimate goal of the Satsanghi of Shri Ram Chandra Mission ? Is it natural and justifiable for the Sahaj Marg Satsanghi to hang the photo of the founder of the Mission on the walls of his business place ? There should be none else for us except Him and Him alone. There should be no other God for us except Himself, as there should be no two Gods, and we have seen no other God except Him. So there should be a holy place, a prominent place for Him within us but not outside.

There is a sacred place in every Satsanghi where Babuji should be concealed and preserved. That is your heart. keep him in your heart and watch him. Think of Him without missing even a second in your life period, just as Babuji is thinking of his beloved Master, Lalaji. Be one with Him, and identify with Him in every aspect. Consult with his heart and think with his mind. Then whatever you think will be materialised and whatever you want will come to you. Babuji in his autobiography has said (P.No.9)

"Remove doubts and develop confidence in yourself. You will succeed in all your pursuits. Honesty and seriousness in all work brings good fruit. Honesty pays in the end and dishonesty only in the beginning, if at all". (P.No.12). No need of exposing your Babuji on the walls and windows. Your ultimate aim and goal should be realising Him, but not driving Him out of your heart to the place of business. Rest not till you realise your God, till you merge in Him.

In the service of Divine Master

M/s. Cuddapah Oil & Paint Industries

Industrial Estate

Cuddapah—516004 (A.P.)

Manufacturers of-Popular Nartaki Brand paints & Copilac Brand Super Synthetic enamel paints, Cop Brand Varnishes, and French Polish.

With best compliments from

Gram : Mil morko Ph ne-22-0759

KLIPCO STEELS PRIVATE LTD.

Manufacturers & Exporters of

Bright Steel Shafting/Bars/Allew Steel

Works-
26k/276/277/2 G.T.Road (N)
Salkia, Howrah.

Head Office-
6 Clive Row, Calcutta
700001

We must feel ourselves with the Supreme power every movements within the unbroken chain of Thoughts during all our activities.

Associates—
M/s INDIA WIRE PRODUCTS
M/s. Agarwal Enterprises
M/s Agarwal Saw Mills
Tinsukia, Assam
Phone-194, TSK 147 & 1235

Divinisation & Realisation

(D. Gopalakrishna; Delhi)

During one of my visits to Shahjahanpur, Master has put this question, "Do you understand What Is Divinisation and Realisation ?" Though there is inner urge to speak out something that was known to the self, in the presence af Master the words dried up. Master further elaborate that 'there is difference between Divinisation and Realisation. This has to be written".

In the SAHAJ Marg System of Rajya Yoga, the Sadhana for any abhyasi is very simple. It is morning meditation just before dawn, cleaning process during evening and prayer at bed time. With this process of basic sadhana love, devotion, constant rememberance and surrender to Master are developed. The part played by the abhyasi to achieve the goal is very meagre. Due to the infusion of 'Pranahuti' into the heart of Abhyasi by Master, the time taken for abhieving the goal of life is minimized.

In the very same life and even in the shortest time possible the goal of life can be achieved with the help of Master. This fully depends on craving of the soul to go to its homeland wherefrom it has emerged. There are many coverings and grossness wrapped around our souls since time immemorial. It could only reach its homeland as and when

all those coverings and grossness are torn out. Or otherwise as per our Master it can happen only at the time of Mahapralaya.

Due to the effect of paranahuti and the craving of the soul, all the coverings vanish away depending upon the love devotion, constant rememberance and Surrender on master. The routine practice of meditation removes the immoderation in our human system. "Thus, the humanity in us begins to get transformed into Divinity. This is in fact the exact sense conveyed by the term Divinisation of man".

The infusion of pranahuti into the heart of abhyasi through transmission more and more, transforms all the molecules of body, mind and soul. All the senses are moderated end peace is only a small toy for the abhyasi during the course of the journey. In due eouree of time and in the process of transformation humanity begins to get charged with the force of divinity. Master revealed that "When human limitations are gone, the expanse of self becomes unlimited so much so that the entire universe seems to be contained within self".

On the matters of spirituality and reality Master has elaborated this way: "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, when that too is gone we have reached the destination". When we try to understand and analyse the above sayings of Master, it could closely be compared to the daily routine of life. Religion can be compared to the kinderrgarten and spirituality to high school Then Reality can be compared to college and

Bliss to University. So the highest Divine approach in the very span of life can be had under the able guidance of Divine Master who has troden the path. Master said that 'Realisation can bettar be defined as a state of changelessness which is a condition seldem bestowed upon man even in the course of thousands of years. But if one happens to get a Master who has attained it in full, and the abhyasi too is keenly interested in and earnest about it, it becomes quite easily attainable'. Master revealed that 'God is simple and ean be achieved by simple means'. So in order to realise Him we should adopt simple means. If the abhyasi does his right earnest process of routine sadhana with due love, devotion, constant rememberance and surrender to Master, then our flight towards Him goes with the help of a single push from our Master. When once we have surrendered in toto to Master in the fragrance of being every moment in the state of tastelessness which is unchanging and constant then we are realised.

The major difference between Divinisation and Realisation is that during the flight of God realisation (soul merging in Ultimate) the faculties connected with soul (i.e) the molecules of body and mind get divinised: Or in other words all the pancha Indriyas are transformed into Divinity Realisation can only take place by the WILL of Master, whereas Divinisation can be attained during the course of journey depending upon the sensitivity of Abhyasi.

Master prepares Many Masters during the course of our journey in our mission.

Let Master bless us all to get imbibed in Him as early as possible.

At the hoii feet of the Divine Master

T. K. Ramasami

Srinivasa Vastralayam

Hosiery Manufacturers,

No: 1-A, Kuppuswamy Puram 1st Street

Ph — :1110 Tirupur-638 604

My Master's Voice

(S. Prathap, Nellore)

This is the 'VOICE' which gushed out from my heart and which is hankering to spill over to all our brothers and sisters in the whole world expressing the Master's anguish and pain. Thus is to be 'MY Master's Voice'.

To begin with, it is better to understand the significance and importance of 'BASANT' and the real purpose and benefit in attending the same. To understand this, my heart felt burning sensation. At last while I was in meditation in the morning on 30-1-79, the meaning of the letters 'BASANT' spelt out as under—

B	Be
A	Alert
S	Simple
A	Active
N	Natural
T	Truthful

So the real purpose and significance in attending the 'BASANT' is to imbibe the qualities of our Master hidden in HIM i.e 'To Be ALERT, SIMPLE, ACTIVE, NATURAL AND TRUTHFUL'. That means to be alert to hear the voice of God, adopt simplicity; be active in every aspect and in appearance to be natural to which our matser is a living

example. So the real purpose and benefit in attending the Basant is to attain the above qualities and perfection.

The next thing to be understood is that the attending of Basant seems to be just like preparing for exams. Every aspirant will be enthusiastic in his sadhana but some will be earnest only just before starting to Basant. So every one of us must be active and sincere in our practice always, round the clock, and not only at a particular point of time just before going to Basant or any celebration.

Thus the attendance of Basant is just like an annual secreening test for every abhyasi before our Master, just like a student going to take screening test before competitive examination. An aspirant who gets pass marks in the screening test can only be elevated to competitive examination, but our Master elevates us to the next higher stage by removing the solidity and grossness in our body:

To get elevation from one stage to another, we must maintain silence wherever there is group gathering of celebrations. Here we may recollect the saying of our Brother Raghavendra Rao during our Master's birth day celebration at Bangalore: 'SILENCE IN SILENCE IS THE SECRET OF SUCCESS'. Here the first word 'Silence' denotes the place and atmosphere of our gathering. That place and atmosphere is being silenced by our Master by removing complexities and impurities by our system of Raja Yoga. So in that atmosphere of silence, we must maintain silence whenever we are gathering to observe the qualities and voice of our master both physically and in the inner core of the heart. So when we

maintain silence in silence, we can keenly observe our Master physically. If we pollute the atmosphere by our unnecessary gossip and criticism, we are creating further trouble and strain to our Master both physically and spiritually instead of giving co-operation. Thus we are spoiling ourselves Hence we must be firm in maintaining silence to achieve success and imbibe the qualities of our Master in us.

To conclude, I may mention here that we must also resolve to imbibe the qualities of our Master, one by one, from the Basant to the succeeding Basant gradually and naturally, and become Masters in attaining those qualities. This itself enables us to give greatest co-operation to our Master.

Thus we must get real benefit of Basant. We must always 'Be Alert, Simple, Active, Natural & Truthful' and 'The Voice Real will be heard when all other voices are stilled'.

May our Master bless us to become Master in all the qualities which are hidden in 'HIM'.

Question—

'If we keenly observe in the Atmosphere Nature), it will be visible as if there is raining in small drops (drizzling and we may call the same either as Divine Grace of Divine Transmission descending upon us. Is the reading, or my observation correct or not ?'

Answer—

Divine grace can not be seen, It can only be felt and its effect can be known by a disciplined mind.

At the Feet of the Divine Master

Himalayan plywood

Industries Private Ltd.

Manufacturers of Best Quality Commercial Plywood

Block Boards Flush Doors etc.

Tinsukia (ASSAM)

H Q. Calcutta. Branches—Ahemedabad, Bombay, Delhi,

Rohtahk

Search & Find

(P. Palaniappan, Maduari)

'Most Beloved Babuji Maharaj,

'Unto Thy Benevoledce this piece of a craving heart is submitted on this auspicious Basant Panchami Day of earthly peace, eternal grace and everlasting solace.

'Thou art the sun of the universe to melt and evaporate the huge icebergs of joys and sorrows. adoration and admonition, elaboration and collaboration !

'My heart swells like the roaring floods of the Amazon and the Ganges on the feeling of joy and pride. But, the very flash of your thought removes completely those feelings making me a bake in the mother's womb.

'The prosperous and ostentatious living of a friend of mine created in me the sensibility of jealousy. But on seeing you in him, those feelings of tension and gloom in me are rooted out to the core, leaving me like a child in the tender care of the mother.

''-The greed and avarice on the riches of the so called rich people,

''-the lust or Kama on the very sight of the so-called pretty and attraction of the other sex,

''-the outburst of anger and anguish at the cross roads of my daily routines

"the miserliness to spend even on the noble and devoted

"all these and other possitive as well as negative aspects and attributes are all being shattered to dust, eradicated to null at the dawn of your form, your thought and you in them.

"Babuji, you are too gracious to grace me to see you in all these animate and inanimate objects.

"When shall I find you in me, Master ?

"How shall I find you in me, my Master ?"

This is the cry of that craving heart, a tiny flower in the vastness of glorious blooms that nature produced so far.

To which, our Master has graced with a short and sweet reply with the fullest sense;

"For that there must be a burning in our heart, which might burn down the weeds and bushes on the path'?

Anything that is burning shall be burnt at its last. So our burning, heart illuminating and emiting the Divine Master, should become nothinglessness by offering the created heart unto the creater, our Master our beloved Babuji Maharaj.

Talk delivered on Basant Parchami celebrations at Shahjahanpur.

Hymn On Master

(Francis Thangaraj, Bangalore)

Chorus: Babuji Babuji there is none like unto Thee, Living Master Shri Ram Chandraji ! Chorus: Babuji

Babuji in this whole universe,
Whatever attempts made in search of Divine,
There is none like unto Thee Divine Master,
Shri Ram Chandraji, Babuji, Babuji, Chorus: Babuji

Thou art the great gift of New Darsana,
Thou art the source of the Pranasya Prana,
Thou art the cause of the Blissful Sahaj Samadhi,
Thou art the Truth of the Divine living all the time !
Chorus: Babuji

Thou art the Host of the spiritual Aspirants,
Thou art the Guest of the Spiritual feast yoga,
Thou art the Divlne Master guiding us all the time,
Thou art the sacrifieing Diviue Master all the time !
Chorus: Babuji

Thou art the real goal of human life,
Thou art the Divine Master lifting us to that stage,
Bless us to remember Thee Constantly Divine Master,
For our Divine Living in this very life !
Chorus: Babuji

'Muhurtam Jwalitham Sreyo Na Tu Dhumayitam Chirm

We dedicate ourselves in all sincerity and deep devotion to service to the Mission which is service of the Divine Master

M/s **Paper Suppliers**

9. Lady Desikachari Road

Madras—600 004

" बचपन की सी स्थिति "

[श्री खीम सिंह चौहान, सावेर, इन्दौर]

तरल, सरल, चपल, वाचाल, भावुक और आसान होते हैं बच्चे, अतः बच्चे आकर्षक व अच्छे लगते हैं । बच्चे में आकर्षण का प्रमुख कारण है निष्कपट होना, कलुषित वातावरण से अनभिज्ञ रहना और किसी के लिये भी कुविचार तक उत्पन्न न होना । भोले एवं मासूम चेहरे हर मन को भा जाते हैं । बच्चे जब भौतिक वातावरण के प्रभाव में आते हैं तो ईश्वर से दूर होते जाते हैं अर्थात् शनैः शनैः दोष एवं विकारों से ग्रसित होते जाते है, तथा अच्छाइयों एवं सदगुणों की डोर लम्बी होती जाती है और स्वयं का आकर्षण भी कम होता जाता है । इसके उपरान्त हर व्यक्ति में बचपन के निकल जाने का पश्चाताप बना रहता है साथ ही इस जीवन निधि से वंचित रहने का दुःख भी स्मृति रूप में बना रहता है।

विश्व के दार्शनिको ने इस दुःख एवं पाश्चाताप को दूर करने के प्रयास किये जिससे विचार आध्यात्मिक और ऊर्जा की दृष्टि से खोये हुवे वचपन की स्थिति को इसी जीवन में प्राप्त किया जा सके तथा पूर्व का आकर्षण भी बना रहे और मालिक के मिलन की दूरी भी कम होती जाय । उद्देश्य आकर्षण एवं बचपन की पुनः प्राप्ति नही रहता, अन्तिम एकमात्र उद्देश्य ईश्वर प्राप्ति ही होता है । इस अन्तिम उद्देश्य के प्राप्ति के प्रयास में समस्त आकर्षक सद्विचार एवं सद्गुण भी प्राप्त होते जाते हैं। यदि महाशय 'अ' का उद्देश्य शाँति प्राप्त करना है तथा महाशय 'ब' का उद्देश्य ईश्वर प्राप्त करना है तों निश्चित मानिये कि महाशय 'ब' को दोनो प्राप्त हो जावेगे जब कि अ को कठिनाई से मात्र शान्ति की ही प्राप्ति हो सकेगी ।

एक मात्र अन्तिम उद्देश्य ईश्वर प्राप्ति का रखने से सभी सद्भाव व सद्गुण उद्देश्य प्राप्ति के पूर्व ही प्राप्त हो जाते हैं, क्यो कि इस अन्तिम

उद्देश्य हेतु पथ इन सभी सद्गुणों से ही होकर जाता है । उन साहसी लोगो को निश्चित ही बचपन पुनः प्राप्त इसी जीवन में होता है, जो सद्गुरु की शरण में रहकर मात्र उद्देश्य ईश्वर प्राप्ति का रखते हैं । बिचारों की रहनी एवं कर्म की करनी बच्चों की भाँति स्वतः ही होने लगते हैं ! जिनका उपर्युक्त लक्ष्य है तथा उन्हे सद्गुरू का सहारा है और स्वयं उनके पास लक्ष्य प्राप्ति हेतु दृढ़ संकल्प एवं नियमित अभ्यास है, उन्हे निश्चित ही उपर्युक्त कथनी पर विश्वास होना स्वाभाविक है ।

अभ्यासी का बचपन की स्थिति की प्राप्ति कैसे होती है ? इसके लिये कोई भी प्रयास अलग से नहीं करना पड़ता है । सहज मार्ग प्रणाली के अभ्यास से व सद्गुरू के आशीर्वाद से कालान्तर में ही, दोष, बुराइयां एवं कलुषित बिचारों से यह मुक्त होने लगता है, तथा एक बच्चे के समान उसकी मानसिक दशा बनने लगती है । किसी के भी प्रति कुबिचार इसमें उत्पन्न नहीं होते । बालक हर क्षण खेल एवं अन्य भौतिक गति विधि में अति व्यस्त व मस्त रहता है. यहां तक कि समक्ष दृश्य का ही अवलोकन करता है, अन्य सब भूल जाता है । मात्र नेत्र जो देखते हैं उसी में उसका ध्यान केन्द्रित रहता है तथा आन्तरिक दृष्टि से निष्क्रिय रहता है, कलुषित बातावरण से अनभिज्ञ रहते हुये वह सदैव वाह्य क्रियाओं में सक्रिय रहता है. यहां तक कि एक लघु पक्षी की गतिबिधियाँ भी उसे आकर्षित करती है, जिसका निरीक्षण वह अनुभव के अभाव में सूक्ष्मता से करता है । उसका ध्यान उस समय अन्यत्र नहीं जाता उसकी स्थिति हर स्थल पर एक अजनबी की स्थिति के समान है ।

बच्चे के बचपन की अधिकाँश क्रियायें अभ्यासी द्वारा होने लगती है, निष्कपट जीवन व उसके बचपन की स्थिति का आभास कुछ अन्तर के साथ होने लगता है । बच्चे की भाँति अभ्यासी भी मानसिक एवं सूक्ष्म रूप से हर क्षण मालिक (सद्गुरू) के स्मरण में सक्रिय रहता है । इसे भी अपने वातावरण व निकट के पदार्थो का ध्यान नहीं रहता, बिचारों के होते हुये भी विचार रहित स्थिति का आभास भी ठीक बच्चे की भांति अनुभव करता है, तथा अपने कों सक्रिय रखते हुये भी भौतिक वातावरण में स्वयं को निष्क्रिय सा पाता है, जब कि भौतिक दृष्टि से भी इसके द्वारा किया गया कार्य आकर्षक ढंग से सम्पन्न होते है । इसे स्वयं का भान नही रहता, ऐसा लगता है कि सब कुछ बिना प्रयास के ही स्वतः ही हो रहे है । मालिक के इस प्रकृति के कार्य कहाँ रूकने वाले हैं ? अतः यह भी प्रकृति के साथ घुल मिल जाता है, नवीनता ही दृष्टि गोचर होने लगती है, परिचित क्षेत्र भी अपिरिचित सा लगने लगता है, यह हर क्षण मालिक के मिलन की याद व्यस्त रहता है, बच्चे के बचपन की डोर लम्बी होती जाती है और मालिक से दूर निकलता जाता है, जब कि अभ्यासी के वर्तमान बचपन की डोर छोटी होती जाती है, इसलिये हर क्षण ही परिवर्तन होते रहते हैं. बिचारों मे भी परिवर्तन हैं, प्रत्येक दिन व पल पल मे परिवर्तन होते हैं, जब कि भौतिक वातावरण में लिप्त तथा बचपन के घेरे से अति दूर अहं-प्रेमी व्यक्ति के बिचारों मे बिशेष परिवर्तन नहीं आता । यदि परिवर्तन आंशिक रूप से होता भी है, तो वह मात्र आयु के ही प्रभाव से होता है । ऐसे व्यक्ति को बचपन के स्थिति की इस जीवन में पुनः प्राप्ति असम्भव है ।

यह स्पष्ट है कि उद्देश्य प्राप्ति की राह में बचपन की बिचार धारा विश्वास जागृत करने हेतु संकेत है, एवं सफलता के लिये अग्रिम सोपान है । परीक्षार्थी परीक्षा की तैयारी करने के बाद सफलता हेतु वह आत्मविश्वास कब अर्जित करता है ? जब उसे पाठयक्रम सम्बन्धी ज्ञान की जानकारी हो जाती है, यदि बिस्तृत जानकारी न भी हो तो भी परीक्षा की दृष्टि से आत्म विश्वास उत्पन्न होता है । आत्म विश्वास हो जाने पर वह निश्चिन्त हो जाता है । यही स्थिति परिश्रम करने वाले इस मार्ग के अभ्यासी की भी है जो विश्वास अर्जित करने पर लक्ष्य हेतु निश्चिन्त हो जाता है । वास्तव में इस मार्ग के अभ्यासी को तो अभ्यास प्रारम्भ करते ही निश्चिन्त हो जाना चाहिए, क्यों कि सद्गुरु की कृपा हर पल अपने साथ रहती है । उनका एक मात्र वरद हस्त हमें हमारी मंजिल से मिलाता है, कुछ भाइयों को विश्वास होते हुए भी शंका होने लगती है कि कई वर्ष बीत चुके है परन्तु कुछ भी परि-वर्तन नहीं हो रहा है । परिवर्तन तो होता है परन्तु ये परिवर्तन को अनु-भव करने का प्रयास ही नही करते हैं, तथा इस स्थिति में परिवर्तन इनके लिये अपरिवर्तन की छाप छोड़ जाता है । यदि बचपन की सी स्थिति पुनः प्रतिबिम्बित न हो तो भी परिवर्तन के रूप में कुछ तो होता ही है । वह जो कुछ भी है आत्म विश्वास के लिए पर्याप्त हैं, इसी से लक्ष्य की ओर

५– छाया है चहूँ ओर अंधेरा,
क्षण क्षण तूफानों का फेरा,
व्याकुल लहरों का उद्वेलन,
हर हर मारुत का स्वर कम्पन,
आन्दोलित है जल थल नभ सब क्षोभ भरा संसार रे।
क्या मुझको चिन्ता जब माँझी, हाथ तेरे पतवार रे ॥

६– मुझको अपने हृदय लगाये,
डाले कृपा दृष्टि के साये,
लिये जा रहा कहा बहाये,
उर में जीवन ज्योति जगायें,
मुझे तुझी में लय हो जाना, मेरे पारावार रे।
क्या मुझको चिन्ता जब माँझी, हाथ तेरे पतवार रे ॥

प्रेम का उच्चादर्श

(डॉ० सुधा गुप्ता उदयपुर)

प्रेम प्राणिमात्र के हृदय की सहजवृत्ति है। शुद्ध और सात्विक प्रेम ही श्रद्धा का योग पाकर भक्ति का रूप ग्रहण कर लेता है। सच्चा साधक ईश्वरीय प्रेम के अतिरिक्त ओर कुछ नहीं चाहता। उसका प्रेम उस निर्झरणी की भाँति स्वच्छ और निर्मल होता है जो कल–कल करती हुई कंटकाकीर्ण मार्ग का अवलम्ब लेती है और अन्ततोगत्वा विशाल समुन्द्र के हृदयतल में स्वयं का अस्तित्व विलीन कर देती है। समुद्र की शान्त, गंभीर और मर्यादित सीमा में लीन उसके प्रेम का विलय चरमोत्कर्ष की कसौटी बन जाता है। सच्चे साधक में ईश्वरीय प्रेम की तीव्र उन्मत्तता रहती है। पूज्य बाबूजी महाराज ने भी स्थान–स्थान पर प्रेम और श्रद्धा पर अत्यन्त बल दिया है। पूज्य बाबूजी महाराज ने वॉयसरियल भाग २ में लिखा है "आध्यात्मिकता में वास्तविक पात्र को ही उसका हिस्सा प्राप्त होता है और इसीलिए मैंने बार बार लिखा है कि उत्कंटित अभ्यासी ही उस वस्तु को प्राप्त करने के अधिकारी है तथा इसके लिए दो बातों की आवश्यकता है प्रेम और आज्ञाकारिता। ये दोनो ही बातें अन्योन्याश्रित (Inter dependent) है।" एक स्थान पर तो पू० बाबूजी ने कहा है– "वास्तव में आध्यात्मिकता की नींव प्रेम ही है।" (Love is of course the foundation of Spirituality)

जब हममें अपने सदगुरू के प्रति सच्चा प्रेम उत्पन्न हो जाए, हमारी वृत्तियां उर्ध्वमुखी होकर ईश्वरीयता की ओर उन्मुख हो जाएं, तभी हमारी साधना की वास्तविक सफलता हैं। सच्चे प्रेम में द्वैत भाव समाप्त हो जाता है। गुरू और शिष्य के मध्य दूरी कम होते–होते एक दिन समाप्त हो जाती है। शिष्य गुरू के प्रेम में इतना निमग्न रहने लगता है कि उसे स्वयं का भी होश नहीं रहता। श्रद्धायुक्त सात्विक प्रेम की स्थिति में साधक में

In the service of the Divine Master

M/s. ADARSH AGENCIES

51, GreenwayRoad, Kesavaperumalpuram,
MADRAS-600028 Ph.-77060

Distributors for:–

J B. Mangharam Biscuits, U-Bix Big Shaver, Coco Tea, Instea Alvitone, Formee Feeder Centiwin Blade and Flair Ink.

2-TT: Investments & Traders [P] Ltd; for Eskaylan-20

3-Asha Dyes & Chemicals Preferred Dealer for Atul Dyes

Manufacturer : 'Voltaid' Brand Automatic Voltage Stabilisers.

। आँख मिचौनी ।

(डा० एल० पी० श्री वास्तव, फतेहगढ़)

कुछ दिनों पहले की बात है, कि मैं पूजा पर बैठा हुआ था कि इत्तफाक से मेरे परममित्र आकर बैठ गये । जब मैंने पूजा समाप्त की तो उन्होंने सवाल किमा कि "भाई मह आँख मिचौनी का कौन सा खेल है" मैंने उत्तर दिया कि "दिल के आईने में है तस्वीरे यार, जब जरा गर्दन झुकाई देख ली' तब उन्होंने कहा कि "भाई पूजा के लिये न आपने कोई मूर्ति रखी है, न कोई तस्वीर रखी तो यह कैसी पूजा है ? तो मैंने उत्तर दिया "इस पूजा में न तो तस्वीर चाहिए न मूर्ति । क्योंकि पूजा का सामान हृदय के अन्दर मौजूद है जो खुद में महसूस हो रहा है जो खुद से बाहर है तलाश है उसकी" मित्र ने कहा कि "भाई सविस्तार बताइये, जिससे समझ में आये" तब मैंने कहा कि "हम लोग राजयोग का अभ्यास करते हैं, जिसमें प्राणाहुति (ट्रान्समिशन) प्रमुख वस्तु हैं । इससे महीनों की राह दिनों में तय हो जाती है" तो उन्होंने कहा कि "राजयोग बहुत प्राचीन युग की बस्तु होगी ।" मैंने कहा कि "इसके प्रमाण रामायण, गीता में मिलते हैं । जब बाली की स्त्री तारा अपने पति के शोक में व्याकुल थी, तब श्री रामचन्द्र जी ने प्राणाहुति के माध्यम से सान्त्वना प्रदान की थी, जिसका प्रमाण तुलसीदास जी की रामायण की चौपाई से मिलता में–'तारा विकल देख रघुराया, दीन ज्ञान हरि लीन्ही माया' फिर जब अर्जुन ने अपना गान्डीव धनुष फेंक दिया और कहने लगे कि हम अपने निजी सम्बन्धियों से नही लड़ेंगे, उस समय योगिराज श्री कृष्ण जी ने प्राणाहुति के रास्ते से अर्जुन की यह दशा दूर कर दी और अर्जुन को लड़ने के किये तैयार कर दिया अब मित्र ने कहा कि "भाई आपकी बात तो बहुत समझ मैं आई । कृपया और बिस्तार से बताइये, जिससे बात और स्पष्ट हो जाये', तो मैंने कहा कि हम "लोग हृदय में ईश्वरीय ज्योति का एक घन्टा सवेरे ध्यान करते हैं, और गुरू की प्राणाहुति से रास्ता शीघ्र ही तय हो जाता है । इसमें सफाई की

भी व्यवस्था है जिससे हम शाम को मल विक्षेप आवरण धुए की तरह पीठ के पीछे निकलने का विचार बनाकर अन्तः शुद्धि करते हैं और सोते समय प्रार्थना करते है जो हमारी साधना पद्धति में निर्धारित है ।

प्रार्थना सम्बन्धी ध्यान करते करते रात को सो जाते हैं । इन सब बातों से बहुत हल्कापन व खुशी की लहर दौड़ती हुई दिखाई पड़ती है । अन्त में मैंने अपने मित्र से कहा कि "आँख मिचौनी का खेल तो समझ में आ गया होगा ?"

सहज मार्ग, सरलता एवं सजगता

डा० (श्री मती विमला मदन उदयपुर राजस्थान)

एक जिज्ञासू ने पूछा "किस प्रकार से सहज मार्ग में सरल बना जाए ?" इस प्रश्न ने यह लेख प्रस्तुत करने को मुझे प्रेरणा दी । विषय बड़ा सरल किन्तु गहरा और सीधा है ।

सहज मार्ग का सार ही मनुष्यों में सरलता और सजगता उत्पन्न करना है ।

पूज्य बाबूजी ने ईश्वर को सरल बताया और उसकी प्राप्ति भी सहज एवं सरल माध्यम द्वारा प्राप्त करने को सहज मार्ग उपलब्ध करवाया है । जब लक्ष्य सरल, माध्यम सरल, फिर प्राप्त करने वाला कैसे सरलता से वंचित रह सकता है । सहज मार्ग को पाने के लिए सरल बनने की कोशिश नहीं की जाती किन्तु सहज मार्ग के प्राण, श्रद्धेय पू० बाबूजी की प्राणाहुति शक्ति से मनुष्य स्वतः सरल बनता चला जाता है । सहज मार्ग क्यों कि सीधा परम शक्ति से जुड़ा हुआ है, अतः यह ईश्वरीय सरलता प्रदान करता है । अतः हम उस परम तत्व से जुड़ना जब प्रारम्भ कर देते है तब हमारा पूरा सिस्टम उस सरल तत्व के करीब जाने की कार्यवाही में लग जाता है । इसकी झलक का अनुभव हमें साथ उभरती हुई सजगता करवाती है । फिर हम उस बतन की महक में तैरने लगते है जहां से हम बहुत पहले कभी जुड़े हुए थे । फिर आभास कुछ उन प्राणियों के अन्तर का हम महसूस करने लगते है, जिनकी अन्तरात्मा किसी आवरण से ढ़की नहीं थी । सारी मस्तिष्क की क्रियाएें सरल बनकर, हर बिचार, हर काम में हमें सरलता की ओर झुकाये रखती हैं । यह सात्विक प्रवृतियों की जागृति का ही फल है जो हमें इतना हल्कापन और सादापन जीवन में प्रदान करता है । हमारा अन्तर स्वतः भारीपन को क्रियाओं या अप्राकृतिक क्रियाओं को अस्वीकार करता चला जाता है । जब अन्तर पू० बाबूजी की श्वास से मेल खाने लगता है तो केवल उन्ही का व्यक्तित्व हमारे जीवन को अन्दर और बाहर

से घेरे रखता है। धीरे २ उनकी मृदुलता, सरलता हमारे में घुसने लगती है। एक आदत सी हमारी इसी दायरे में रहने और करने की बनती चली जाती है। जो कुछ भी इससे मेल नहीं खाता, वह अपने आप दूर होता चला जाता है। उन्हीं की इच्छा हमारी इच्छा हमारी इच्छा बनने लगती है, फिर यकायक हमें एक नया जीवन मिल जाता है जिसका रहन सहन हमारे सहज मार्ग से मेल खाता होता है। सचमुच सहज मार्ग कितना सर्व श्रेष्ठ है जो एक भूले भटके राही को कितने सरल ढ़ंग से एक सच्चा इंसान जो उस परमात्मा की इस संसार में पहली रचना रही होगी, बनाने में पूरी सफलता प्रदान करता है। पू० बाबूजी हर एक को ऐसा ही स्वरूप प्रदान करने को सदा तैयार है और उनका काम बरावर हम सब पर चल रहा है किंतु सफल वही जल्दी बन पाते है जो उनकी कृपा के लिए हृदय को सदा प्रेम, श्रद्धा से खुला रखते हैं। पवित्रता तो उन्ही के द्वारा प्रदान की जाती है, हां सहयोग हमारा इतना रहे कि "देखती आंखों, कुए में नहीं गिरे,। हममें विवेक की जागृति पू० बाबूजी की पावन प्राणाहुति द्वारा ही होती है किन्तु सच्ची लगन तो हमारी अपनी होनी ही चाहिए। यदि हम स्वयं कुछ न करके हर बात की अपेक्षा यदि उनसे करें तो यह ठीक नहीं। ईश्वर हम सबको सरलता की उस चरम सीमा तक पहुँचा दे कि हम सचमुच में अपने परम सरल पू० बाबूजी को उचित सिंहासन पर बैठा हुआ अपने अन्तर से देख सकें। जो स्वयं सरल परमात्मा में समाये हुए है, उनको सच्चे मायने में देखने के लिए हम सबको उतना सरल बनने तक इन्तजारी करनी होगी और आंडबर से दूर रहना होगा। जैसे ही पूर्ण सरलता उनकी कृपा से हममें उतरेगी तो साथ बढ़ती सजगता उनके सही दर्शन करवाने में, और लक्ष्य की प्राप्ति करवाने में कभी हमें चूकने नहीं देगी। अतः हम सरल बनने के प्रयत्न में न फंसकर सरल, सहज मार्ग को सच्चे हृदय में उतार ले, फिर स्वतः ही अन्तिम ध्येय तक अवश्य पहुँच जायेंगे। ईश्वर का वरदान सदा पक्का होता है अत; सहज मार्ग जो उसी के वरदान स्वरूप श्री रामचन्द्र जी महाराज के द्वारा उपलब्ध हुआ, हमें सदा के लिए सात्विक स्वरूप प्रदान करेगा जो हमारे चाहने पर भी शायद कभी बदल न पायेगा। साधारण मनुष्य के संयम द्वारा प्राप्त उपलब्धि कभी भी पलट सकती है किन्तु दिव्य पुरुषों की परम प्राणाहुति शक्ति के द्वारा प्रदान की गई सरलता और सजगता कभी नहीं मिट सकती।

जो जितना सरल है उतना ही सजग। कारण साफ है कि सरल व्यक्तित्व का सारा जीवन सरल बन चुका है और वह एक उलझे हुए मनुष्य के मुकाबले अपने ध्येय के लिए बहुत सचेत और सजग है। हर आगे की सीढ़ी पकड़ने के लिए वो कभी नहीं चुकेगा। उसके जीवन की पूर्ण सरलता अब किसी को उसके ध्येय के आड़े नही आने देती। सजगता उसे आगे से आगे चेतावनी देकर सचेत करती रहती है, अतः इसमें कोई शक नही कि बिना सरल बने, सरल ध्येय तक पहुंचने में देर लगेगी। खुद यदि सरल बनने का प्रयत्न मनुष्य करता रहा तो कभी न बन पायेगा, कोई कमी कही रह ही जायेगी, यदि सचमुच सरल बनने का ध्येय उस सरल ईश्वर को प्राप्त करना है तो सारा सर्वस्व उनके चरणों में लगा दीजिए जिनके पास इसकी असली कुंजी है।

अपने सभी भाई बहनों से मेरा यह निवेदन है कि सरलता और सजगता के सूक्ष्म विवेचन के लिए पु० कस्तूरी बहिनजी की किताब "दिव्य देश का दर्शन सहज मार्ग के दर्पण में" अवश्य पढ़े।

सकते है । हमें छोड़ना कुछ नहीं है और पाना सब कुछ । ईश्वर है सरल और सरल उपायो से ही हम "उसे" पा भी सकते है । बाबूजी महाराज अध्यात्म की महानतम विभूति है जो आज मनुष्य का आध्यात्मिक रूपान्तरण (Transformation) करने में पूर्ण सक्षम है । इस प्रकार हम देखते हैं कि सहज–मार्ग हमारे लिये उदात्तीकरण (Sublimation) का प्रेरक श्रोत है । अब हम जानने का प्रयास करेंगे कि सहज मार्ग प्रणाली में यह उदात्तीकरण (Sublimation) क्यों और कैसे होता है ।

सर्व प्रथम यह जानना और समझ लेना आवश्यक होगा कि उदात्ती–करण अर्थात (Sublimation) कहते किसे हैं ।

उदात्तीकरण का अर्थ और तात्पर्यः–

उदात्तीकरण (Sublimation) साधारण, वैज्ञानिक और अध्यात्मिक अर्थों में हम प्रयोग करते है । साधारण अर्थो में इसका तात्पर्य है अच्छे सज्जन और महान बनाना । वैज्ञानिक अर्थों मे उदात्तीकरण (Sublimation) एक क्रिया है जिससे ठोस वस्तु को बिना द्रव में परिवर्तन किए वायव्य में बदल देना । दूसरे शब्दों में हम यह कह सकते है स्थूल वस्तु को सूक्ष्म में रूपान्तरित (transform) कर देना । यही अर्थ अध्यात्मिक क्षेत्र मे भी उदात्तीकरण का है । अध्यात्म में उदात्तीकरण (Sublimation) वह क्रिया है जिसके द्वारा हम अपनी प्रवृत्तियों क्रोध, लोभ, भूख आदि को रूपान्तरित करके उपयोगी बनाते हैं और स्थूल से सूक्ष्म की ओर अग्रसर होते है । सम्पूर्ण बिज्ञान और अध्यात्म आश्चर्य से ही प्रारम्भ होता है । इस प्रकार विज्ञान और अध्यात्म का पूरा ढाँचा ही उदात्तीकरण का एक स्मारक है ।

प्रवृत्तियों के दो प्रकार है पशु प्रवृत्ति और मानवी प्रवृत्ति सभी प्रवृत्तियों में वेग होता है । पशु वेग को धारण नहीं कर पाता है । मनुष्य वेग को धारण कर लेने की क्षमता रखता है । जिस समाज और वातावरण में हम रहते हैं उसमें तनाव उत्पन्न होते रहते है, जो हमारे जीवन को प्रभावित करते रहते हैं । ये तनाव हमारे द्वारा अपने कर्मों से उत्पन्न होते है और परिस्थिति जन्य दूसरों के द्वारा भी उत्पन्न होते है । इनके बीच में पड़कर हम अपनी आत्मा जो 'ईश्वर अंश जीव अविनाशी' है

पर रेशम के कीड़े की भाँति एक खोल चढ़ा लेते है। इन्हीं कर्मों और सम्कारों वश हम आवागमन के चक्र से निकल नही पाते । उन्हीं को भोगते रहते है और नये अर्जित करते रहते हैं ।

सृष्टि से लेकर आज तक हम अपनी अलग दुनियाँ ही बनाते रहे हैं और अपनी आत्मा पर स्थूलता की चादर ही लपेटते रहे हैं । हमारा वर्त-मान स्थूल रूप अचानक ही नहीं बना है परन्तु यह धीरे–२ बिकास की प्रक्रिया का ही फल है । हमारा उद्भव प्रारम्भिक क्षोभ से ही सम्बन्ध है जो सृष्टि के आदि काल में हुआ । तब आत्मा निर्मल निर्विकार और विशुद्ध रूप में थी । इस आदि अवस्था से हमारी आत्मा स्थूलतर बनती गयी और इस पर अहंकार, मानस, चित्त, बुद्धि ने हमको स्थूलता ही प्रदान की सुख–सुविधा कष्ट, और दुख की भावनाओं ने ही संस्कार बनाये और अब हम पीढ़ा और विपत्तियों से अपने को घिरा पाते हैं । इस प्रकार संसार दुखों और विपत्तियों से परिपूर्ण है । प्रत्येक अपनी अपनी चिन्ताओं से ग्रसित है । हम यह प्रतिदिन देखते सुनते है पर उससे बिलग नहीं हो पाते हैं । मनुष्य यदि चाहें तो वह अपने को बदल और रूपान्तरित Transform कर सकता है . महापुरूषों का अनुगमन करकेः–

Lives of great men all remind us,
Wn can make out lives sublime.

मानसिक और अध्यात्मिक जीवन के लिए आवश्यक है कि हम अपनी इच्छाओं, बिचारो, भावनाओं को शुद्ध और उदात्त बनाये । वर्तमान जीवन में इसी की कमी है । हम देवत्व के पथ से हट गये है और पूरी तरह भौतिक वादी बन गये हैं । सहज मार्ग की शरण में आकर यह कार्य हमारे लिये सहज सुलभ हो जाता हैं ।

उदात्तीकरण (Sublimation) के उपायः–

अभी तक दर्शन शास्त्र के कतिपय विद्वानों ने यही समझाया है कि सांसारिक जीवन आध्यात्मिक जीवन के लिये बाधा है । इससे मुक्ति और

छुटकारा तभी प्राप्त हो सकता है जब हम सांसारिक जीवन को त्याग दें। और इच्छाओं का दमन करें। वास्तविकता तो यह है कि न तो इस संसार में कुछ छूटता है और न हम छोड़ पायेंगे। बन में रहकर त्याग तपस्या और दमन से कुछ काल तक जब तक एकान्त में रहते है हम अपने को सफल कह सकते है, परन्तु समय पाकर यह उन्हे हम पर प्रभावी हो जाती है और हम पतित बना देती हैं। वाह्यतप त्याग, दमन कभी सहायक नहीं हो सकते। यहाँ पर सहज मार्ग हमें आशा की किरण प्रदान करता है। इसकी मुख्य शिक्षा है इच्छाओं, भावनाओं, प्रवृत्तियो को मित्र बनाना। काम क्रोध मोह आदि से दमन के सहारे पार नहीं पाया जा सकता है। यह तो ईश्वर की देन है हमारी उन्नति के लिए है। करना केवल इतना है कि हम अपने साँसारिक जीवन को इस प्रकार बदल दें कि उस पर चारों ओर से आध्यात्मिकता का रंग चढ़ जाये। हम अपने जीवन को सन्तुलित कर लें।

अब प्रश्न यह उठता है कि यह सब हो कैसे। इसके दो ही उपाय हैं, या तो स्वतः और या ब्रह्मनिष्ठ गुरू के चरणो में बैठकर। अध्यात्म के पथ पर अकेले अपने प्रयास के सहारे चलना कठिन ही नही असम्भव है। ब्रह्मनिष्ठ गुरू ही वास्तविक ईश्वरीय प्रेरणा प्रदान करता है। वही साधक की सोयी मानसिक शक्तियों को जागृत कर गतिशील बना देता है और मनका सुधार आरम्भ हो जाता है। एक चक्र से पारकर दूसरे चक्र में गुरु की सहायता से ही पहुँचा जा सकता है क्योंकि वहाँ दोनों चक्रों के मध्य में शून्यता रहती है और गुरू ही उसको सहारा देकर पार कराता है। अकेले यह सब नही हो सकता। यहां पर यह भी ध्यान देने योग्य है कि सदगुरू भी तभी कृतकार्य होगा जब हमारी मर्जी हो और हमने अपने को गुरू के सहारे डाल दिया हो।

अभ्यासी का कर्तव्य केवल यही है कि वह अपना अन्तिम ध्येय निश्चित करले जो कि ईश्वर प्राप्ति के अतिरिक्त कुछ और नही हो सकता। दूसरी बात इसके लिये लगन चाहिए। लगन ऐसी कि वह दृढ़ और अडिग हो। तीसरे उचित साधन को अपनाना जिससे जीवन का संतुलन बना रहे। निश्चय ही हमारा जीवन उदात्त बनेगा।

उदात्तीकरण की प्रक्रिया सहज मार्ग में प्राणाहुति, ध्यान परिमार्जन क्रिया और प्रार्थना से पूर्ण होती है। यह सत्य है कि बिना वैराग्य के मांया से छुटकारा नहीं मिल सकता है लेकिन इसके लिये घर गृहस्थी छोड़ने की आवश्यकता नहीं। हमारा मोह और लगाव ही समस्याओं की जड़ है। अपने परिवारिक और सांसारिक जीवन में यदि हम प्रत्येक कार्य को कर्तव्य समझकर ग्रहण करें, अपने स्वार्थ हित के लिये न करें तो यह कार्य सरल है। यदि सद्गुरू को हमारा सहयोग मिलता है तो यह कार्य और भी सरल बन जाता है।

प्राणाहुति:—

सहज मार्ग में ईश्वरीय प्रेरणा प्राणाहुति द्वारा ही उत्पन्न की जाती है। यही इसकी महान बिशेषता है। इसके द्वारा साधारण व्यक्ति भी अध्यात्मिकता की उच्चतम दशा सहज ढंग से प्राप्त कर लेता है। यही प्राचीन राजयोग का आधार है जो भगवान कृष्ण के बाद भारत में बाबूजी महाराज के हाथों उजागर हुई है। यह एक यौगिक क्रिया हैं जिसके द्वारा गुरू अपनी आत्मिक शक्ति से अभ्यासी के मन को सत्पथ पर लाने के लिए उसकी प्रसुप्त शक्तियों को जागृत कर देता हैं। यह प्रणाली केन्द्र सारी है। इसका प्रभाव केन्द्र से आरम्भ होकर परिधि पर आता है और मन अनजाने ही बिना श्रोत को जाने हुए निर्मल निर्विकल्प और शुद्ध बनने लगता है। संसार के प्रति आकर्षण घटने लगता है उसकी प्रवृत्तियाँ शुद्ध और उपयोगी बनने लगती है। संस्कारों का चक्र रुकने लगता है और आवागमन के चक्कर से छुटकारा मिल जाता है। करना हमें इतना ही है कि हम अपने पात्र को खाली रखें ताकि मालिक की दयाधार उसे भर दें।

सहज मार्ग साधना प्रणाली का मुख्य अंग ध्यान है। इसी के द्वारा समस्त अध्यात्मिक दशाये स्वयं ही उत्पन्न होती जाती हैं। हमें तो स्थूलता से हटकर सूक्ष्मता की ओर चलन है इसी लिये सूक्ष्म आधार ईश्वरीय प्रकाश को हृदय में मानकर ध्यान किया जाता हैं। ध्यान के समय जो हमारी विचार आते हैं उनसे कोई सरोकार न रखकर मालिक कों सौंप देते हैं। फलतः हम समाधिस्थ हो जाते है क्यों कि हम बिचारों से लड़ते नहीं हैं। इससे उत्तम उदात्तीकरण का और सरल उपाय हो ही क्या सकता है।

परिमार्जन क्रिया और प्रार्थना जो हम सन्धया समय और रात्रि में करते है Sublimation के मार्ग को प्रशस्त बना देती है। Cleaning Process से मन विशुद्ध बनता हैं मल विच्छेय आवरण से हम अपने को मुक्त करते है। प्रार्थना रात सोते समय की जाती है और उसी भाव में हम सो जाते हैं। इस प्रकार हमारी कड़ी उस मूल श्रोत से जुड़ी रहती हैं और हमें निरन्तर लाभ मिलता रहता है।

इस प्रकार सहज मार्ग हमें साधना–पथ पर उदात्त बनाते हुये ले चलता हैं जिसके शिखर पर मालिक का वरद हस्त विद्यमान हैं।