

सहज-मार्ग

Sahaj Mārg

(Bi-monthly, Spiritual)

Registration No. R. N. 12620/66

May 1970



Shri Ram Chandra Mission

SHAHJAHANPUR. U. P. (India)

REQUEST:- To authors contributing articles for publication in the English section of 'Sahaj Marg'.

Greetings ! May Master's Blessings be ever with you !

There has been a grievance that there are numerous errors in this section of the journal. We are including an Errata in this issue, and if necessary and possible, will publish similar Errata in the further issues, too. Every effort will be made to see that composing and checking staff in the press improve this work. It is felt that authors too could do a lot to mitigate this nuisance by paying attention to the following when sending articles:

(1) The article should as far as possible, be typewritten in double spacing and on one side of the paper only.

(2) After typing, the article should be re-read by the author and corrections carried out where necessary, neatly and legibly—preferably as in proof correction.

(3) Every article should have a title and should have the author's name and place below the title.

(4) The registered name of our Mission is "SHRI RAM CHANDRA MISSION". It is necessary to stick to this mode of spelling even in articles.

Similarly the name of the President should be spelt correctly SHRI RAM CHANDRAJI. The name of the system is "Sahaj Marg".

These spellings may please be noted carefully.

(5) All English articles may please be sent to the Editor, Sri C. A. Rajagopalachari, 11-E, Sriramnagar North street, Madras-18.

(6) Hindi articles should be sent to Dr. S. P. Srivastava, Gupta Bhavan, Maharajnagar, Lakhimpur-Kheri (U. P.)

Vol. XIII

All rights reserved

No. 3

Editors

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

May 1970

Dr. C. A. Rajagopalachari

Yearly Subscription Rs. 6.00

Single Copy Rs. 1.25

CONTENTS

| | Page |
|---|------|
| 1 Message to Beginners Sri Ram Chandra ji | |
| 2 Today's World And Sahaj Marg Yoga System. Sri. C. A. Rajagopalachari | 1 |
| 3 Kindly Make Me Thine S. A. Sarnad, Gulbarga | 8 |
| 4 Relevance of Sahaj Marg G. Vijaya Ranga Chary, Hyderabad | 9 |
| 5 Modus Operandi in Meditation Dr. P. T. Jagannadharao, Tirupati | 18 |
| 6 Foundation of Socialism in Yoga Raghunandan Prasad, Advocate, Lakhimpur Kheri | 21 |
| ७ हम कु० कस्तूरी चतुर्वेदी | २५ |
| ८ मरु-भूमि और अमृत राजेश्वरी प्रसाद श्रीवास्तव | २७ |
| ९ सभी सड़के रोम नहीं जाती रमापति डीगर, सीतापुर | ३१ |
| १० राजयोग-सहज मार्ग श्यामसुन्दर मिश्र, बहराइच | ४३ |

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

* ॐ *

सहज मार्ग

उत्तिष्ठत जाग्रत प्राप्य वरान्निबोधत ।

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

प्रार्थना

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

—२३१२५—

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.

—

Message to Beginners

It is with the feeling of deep pleasure that I take this opportunity of sending you a message. It may be short but it has gushed out from the deep core of my heart with love and affection.

The soul, is longing to feel its characteristic which has gone out of sight, and this insignificant being is seeking fellow pilgrims to march on the path of freedom. My longing to get fellow-travellers is only for the sake of rendering service to help their safe arrival at the Destination. The idea may look foreign to you at first sight, but if you pause a little to consider the problem (the Destination) you will surely come to the conclusion that you are sailing towards your own Home, wherefrom you have been snatched away by the irony of Fate.

When we use the phrase "irony of Fate" the idea of UNBALANCED character presents itself to our memory. So long as there was the Balanced State, we had no form of our own. We have simply to unfold ourselves and restore our own BALANCE which we had lost.

How simple it looks when we say that we have restored our BALANCE. It is of course a very simple thing, but it becomes very difficult to follow. It is because with our unbalanced state we have created intricacies. We always like to seek our way or to solve our problem of life through the difficult methods so commonly prevalent in our country. That is why disappointment and frustration result. We want to extract essence from fatty substances; in other words, from things which are puffed up with material knowledge, and not from bones where Phosphorous is

abundant to illumine the particles however soiled they may be. Our difficulty thus becomes greater in the struggle.

Adopt easy means for gaining the easy thing. Dogmas can do you no good. It is only the practical thing that can weave your Destiny, under the guidance of one who has measured the Distance, and has discovered the original Source.

There are such men in India who can very easily guide you to the Destination, so near and dear to you. But the selection you have to make yourself. For a hint to guide you in your search, I may say that where you find the idea of service with no selfish motive of the Guide, there rests the Real Thing. One more thing to take into account specially, is to know and be sure that one who can foment you with his own internal divine power, to make your task easy, is the only capable hand for spiritual guidance. To get such a man is a sure sign of successful solution of the problem of life. For you all I pray that the seekers may get such a Guide. AMEN !

I think now there remains little on my part, to pray for your spiritual elevation when you get such a man as your Guide. As in duty bound, I wish that you all see the light of day.

RAM CHANDRA

Today's World And Sahaj Marg Yoga System.

Speech Delivered at Rome on 30-9-69 by Sri. C. A. Rajagopalachari Hotel Roxy, Via-Luciani-Roma.

Honourable President and Friends,

I deem it a great honour and a great privilege to have been invited to address this August assembly tonight. In spite of misgivings about my own worthiness for this honour I have accepted it as honour done to my great Guru Mahatma Shri Ram Chandraj Maharaj. With Him in my head and in my heart I proceed to speak to you as His mouth-piece. I would have liked very much indeed to have been able to speak to you in your most musical Italian. But not knowing the language I crave indulgence and permission to speak to you in English which your President has graciously agreed to translate for you into Italian.

The present is a wonderful age of phenomenal scientific advancement and achievement, exemplified by the incredible fact that man has crossed outer space, set foot on the moon and returned safe to mother earth. Each day brings fresh achievements transcending all previous ones. Advances in the field of medicine, surgery, genetics and nutrition have increased man's life-expectancy, giving him practical immunity from disease. Man is dreaming of abolishing death. Who can say that it is just a dream ?

The picture is not all that rosy; every coin has a reverse side; each bit of sun-shine casts its shadow. All this progress

has not come to us as un-mixed blessing. While gaining, we have certainly lost too. Nature ever maintains her balance. Increased comforts have brought increased complexities. Life has become more and more complicated. Close relatives are unable to get on with one another; food is processed and synthesised; water is polluted; clothing is an obsession; the very air we breathe is conditioned. Man has lost his peace of mind; he is the victim of tensions, of neuroses; he is unable to sleep without tranquillisers; he has lost the purpose of life; he is out of tune with Nature; he has forgotten God, the Reality.

Having achieved a great deal of good things materially, man now hungers for freedom from worry and tension and for real inner peace and calm. He is tired of the slavery to drugs and the tyranny of doctors and psychiatrists without whom life has become almost impossible. A medicine has yet to be found to over-come the need for all other medicines.

Man is slowly beginning to realise that this remedy to end all other medicine is merely the adoption of a way of life according with the ways of Nature and the Divine. Even such a way would, however, be disappointing if it should involve giving up all gains and benefits. Hence it should be consistent with the present way of life and at the same time remove all the difficulties which have grown on us with our progress. In short, a way is needed for bringing the Divine into our daily life.

Most Orientals, particularly Hindus, believe in the re-birth and re-incarnation of man. Their philosophy is that every thought, every word and every act or deed produces a **samskara** and man must, is bound to, enjoy the fruits of **samskaras**. If **samskaras** are not worked off by enjoyment during this life-time, man must

be born again to use up the balance. But the re-birth creates opportunities for further addition of fresh **samskaras**—thus an endless chain! Sects not believing in re-birth believe in the soul waiting for eons of time to come to judgement—and then heaven or hell. Whatever the belief or philosophy, it is certain that man has to face the consequences of his actions, presently or later. All philosophies agree, however, that Divine Grace is omnipotent and can confer on man the boon of God-head or admission to His proximity. It is clear then that man's difficulties can be got rid of only by Grace. How then can Grace be secured? The answer has been given variously by various personalities and different names have perhaps been given to the same basic idea. The greatest seers and thinkers of India, the Rishis, had enormous insights and the Grace of the Divine. From time to time they evolved systems of practice befitting the times and the peoples, for the attainment of the Divine. The generic term **yoga** has been applied to name these systems. **Yug** is the root of this word. It means joining or bringing together. Thus **yoga** means 'joining man and god' or, "establishing contact between the human soul and the Divine soul". With the passage of time a multiplicity of yoga systems came into being and it became a problem which to choose. The sage **Patanjali** found the solution by the synthesis and codification of his **Ashtanga Yoga**—the **yoga** of eight steps or parts. Centuries passed without any serious attempt to effect modifications to suit the needs of changing times, and the march of civilisation and material prosperity made man forget for some time the need for Reality in his life. To day man needs a system of practice in tune with Nature and God, a system easy of practice by every man without serious disturbance to the essential course of his existence.

Such a system was propounded by the greatest sage of our times Samarth Guru Shri Ram Chandra of Fatehgarh, the all-powerful teacher of our own Guru of the same name but of Shahjahanpur. By his fruitful researches in the field of spirituality, by his austerity and devotion to the Divine and inspired by his enormous love for mankind, he evolved a simple system of meditation based on Raj Yoga by which man can bring God into his daily life but with the help of a worthy Guru. This system has since been perfected by our Guru Maharaj who has given it the name **Sahaj Marg** which means the easy path. He proceeded to give it to the world by founding in 1945 the Shri Ramchandra Mission at Shahjahanpur in honour of his own Guru Maharaj. As Jesus Christ said, you do not light a lamp to hide it under a bed. People began to come to him from near and far, and the word spread. Now there are over forty centres flourishing in near and distant parts in India and there are two centres abroad—one at Sanary near Marsoilles in the south of France and the other at Kempten near Munich in West Germany. It is very heartening that a number of persons have taken to this system here in Rome in the past two weeks and there is every hope that a centre will be established here in Rome very soon.

Sahaj Marg meditation is simple, does not involve any rite, ritual or other requisite; no arduous preparation or sacrifice is necessary; there is no rule or fee or other commitment. Certain periods are indicated for practice of meditation; but there is no inflexibility or rigidity. There is no bar of sex, age, or religion, caste, creed or colour. This system eschews the usual concept of giving up worldly possessions, designated **Sannyasa**, as being unsuitable for the present age. It is the duty of man we believe, to undertake and discharge his responsibilities faithfully; he must

not desert his wife or children, nor torment himself by forced abandonment of worldly goods and pleasures. By continued practice of meditation with attendant progress in the path of spirituality, he should develop an intensity of devotion to the Divine which will produce in him an ever-increasing sense of detachment without effort or regret or longing as also an increasing desire and ability to discharge responsibilities correctly and without a sense of bondage or attachment or desire for fruits or results. The most important aspect of the system which distinguishes it from and places it above all other systems is the very real help rendered to the abhyasi or practicant by the Guru or teacher who, through the Divine Power developed in himself, is able to infuse into the abhyasi's heart Divine Power, Divine Energy, Divine Grace. This very potent act is termed **Pranahuti** or infusion of Divine **Pran** or Divine Breath of Life. Thus, at the very start, a link is established by the Guru between the abhyasi and the Divine which is maintained throughout life by the abhyasi's meditation and the Guru's **Pranahuti**.

Pranahuti performs two absolutely vital functions for the progress of the abhyasi. One is the purification or cleaning of the person by the removal or elimination of his **Samskaras** and their results, without the abhyasi having to work them out, thus rendering him fit for the descent of Grace. The second is the elimination of his base desires and undesirable propensities, resulting in gradual transformation of his character, his very nature, leading to his ennoblement. Thus day by day he becomes better and nobler and so closer to the Divine. The Divine we are aware, is infinite, not a separate entity with a separate habitation or dwelling place to which one must travel to reach Him. Thus, as one becomes more and more like God in his widely accepted

nature and characteristics one gets closer and closer to Him. As the practice of meditation proceeds, the abhyasi feels in himself an improved and increasing ability to teach his mind to turn to the Divine and to remain fixed in the thought and contemplation of the Divine; he feels a lightening of the body and the mind; he perceives other than sensory experiences coming to him; the mind finds it easy to refrain from wandering; worries tend to disappear; tensions start easing up; ability to perform usual duties and responsibilities and also efficiency increase; foibles and deficiencies of character and conduct drop off like rotten fruit from a tree—and all this without any effort or volition and sometimes even without being noticed. The mind becomes a wonderful instrument for the attainment of God instead of being a tool for the satisfaction of base desires that corrupt the soul.

But the importance of the help of the Guru should not be undervalued. The Guru alone can help maintain the link with the Divine infuse the Pran and cleanse off **samskaras**, wean away the sense of attachment and craving, eliminate base and unworthy desires and propensities as also recognise the hindrances to progress on the path and effect their removal. The Guru's help thus becomes of paramount importance and his worth a matter of success or failure. It is highly important therefore, to choose, for Guru the most worthy person. He must be one who has trod the whole way and achieved the goal, and he should also possess the ability to teach, train and lead others on the path. It is the good fortune of mankind in the present generation that such a Divine Personality has been given to it, and it is its duty to ensure that this incredible opportunity is not allowed to slip. Our Master, the real treasure-house of Divine Grace, has thrown all doors open and invites every one to rush in and take all he wants. As His

representative, I offer to you all, this enormous wealth without reservation. Come one ! Come all !!

In conclusion, I thank you Prince Alliata, the authorities of the Accademia Mediterraneo and my excellent friend prof. Scandurra Director of the Yoga Centre, for affording to me this wonderful opportunity to place before you this unique yogic way of life presented to the world by our Master and offer my prayers so that the great people of this great country with its ancient culture and hoary traditions will accept this system and derive its benefits to the full extent. I thank you all for the deep interest and patience with which you have been listening to a speech in a foreign language. I thank the Prince again for his excellent simultaneous translation of my talk in Italian and his elucidation of unfamiliar words and expressions for your benefit. May the Master shower His Blessings on you all! Gratz !

With Best Compliments From

RUBBER-CHEM CORPORATION

Licensed Rubber Dealers
Manufacturers Representatives
Stockists of Industrial Chemicals

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

Telephone : 227484



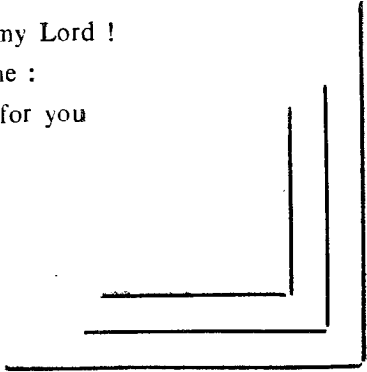
Kindly Make Me Thine

(S. A. Sarvad)

I was groping in the dark
You came as a ray of light;
I was sunk deep in disappointment
You came as power to animate.

I lay in the abyss of ignorance
You gave me knowledge to wake;
Nay—you came nearer and lifted me up
By your touch I woke.

Come, reside in my heart, my Lord !
And make my breath Divine :
Life after life I have pined for you
Kindly make me Thine.



Relevance of Sahaj Marg

By

Shri G. Vijaya Ranga Chary M. Sc., M. I. E. T., S. A. S., L. L. B.,
Hyderabad

Nature abhors an imbalance as it does a vacuum.

In this our century, we are quick and alert in the things of life, but only in the things, and not in their significances. So matters, small and inconsequential, threaten to assume the proportions of a Personality. This posture depicts loss of balance in human relations in a demanding environment. The lack or loss has to be made good in time. And so, nature steps in to play its destined role.

Nothing acts in abstract. So nature must find the person to execute its word. Sri Ramchandrajji, our beloved Master, is its chosen or Special Personality working for the Change. His method, Sahaj Marg or the natural path, is the instrument for bringing about that change.

The relevance of Sahaj Marg is thus the induction of naturalness into all the relationships of man with his environmental world, and finally with his goal in life.

As it is, man is steeped in the starkest artificiality, he feels helpless in its net work. This state makes no room for the true God in one's life, thanks also to the hedonistic influences of the science-based materialism of the U.S.S.R. or U.S.A. variety. Secularism means to such a man what indeed it should not, namely, religious illiteracy, opposition to spirituality, or insensitivity to the deeper values of life. Perhaps for a good reason. For, Hinduism, which is professed by more than eighty five

percent of our population, is not free from credulous beliefs, misplaced righteousness, unending rituals, and many gods to propitiate. Though the name for a federation of faiths, it has many disintegrating pulls and numberless sectarian beliefs and practices. These add to its complexity, and make for confusion worse confounded. The totality of all these has resulted in a labyrinthine and complicated society, albeit, of a cultural nature.

All this makes for a state of tensions, with an aching nostalgia for things that might have been, averse even to a calculation of what havoc has been wrought by a wrongful loyalty to trivialities. Our rich perennial thought lies buried under this debris of inertia and pulls of scientific glamour. Little wonder, then, that we are helpless witnesses of all sorts of disorders; student disorders, labour disorders, production and distribution disorders; and so on. Innumerable problems have also cropped up which add their own brands of strains and stresses: social, political, personal, economic, mental.

On such a scene of chaos has arrived our Babuji whose saptati we have been privileged to celebrate. He has met this frustration with a simple counsel. "Follow toleration and moderation in all activities of life." Now, one may ask: "What is the significance of these in modern life?" Well, it is this; that unless one looks onward and upward, he only sees the dross of the downward and of the surface, and feels drowned in these cesspools of dead life. One must develop higher values as said by Master, and aspire for a supreme life invoking its blessings in all work-a-day circumstances of ordinary life. Then his life, at all times, and in all contexts shall be abundant, and vibrant and full of love and he cannot help but inspire and touch the life of

another as they both live and work together. It is a truism that man has a never-ceasing urge Godward. And when one thirsts truly for God, he vacates the man-made chaos. This is the significance of toleration which should transform human society by a scheme of mutual give and take. Likewise, moderation. It is explained by Master as covering "every phase of human activity. It means balance in all senses and faculties. Nothing more or less than what is naturally required at the time for any specific purpose without its slightest impression on the mind". When both moderation and toleration are brought into the transactions of daily life all conflicts would be automatically resolved and one is at peace with his surroundings. All relations inter-se are harmoniously resolved and life becomes the thing of joy and beauty it ought to be.

Again, in every society, every country and every religion, family has been a 'cherished' base of Society. Be it the joint-family system of the Orient or the separate-family pattern of the Occident, the idea of family, as such, is universally accepted. The upliftment of the householder is almost the first task of Sahaj Marg. Tiruvalluvar, the great saint teacher of the Tamils, says in his Kural; "There is more penance and more sacrifice in the life of a householder who does what should be done and avoids any lapse from Dharma, than in the privations of hermits." The sanctity of home is indeed the first teaching of Sri Babuji who says, "The two phases of life, the worldly and the divine, must go side by side, in conjunction with each other, and must be attended to without the least neglect of either". The relevancy of any method must, therefore, bear a direct relationship to the weal of family life which is usually fraught with many cares and crosses. Our Babuji is a respectable householder and so was his

worthy guru, Lalaji. They have both given their very best and anxious thought to the practical problems of domestic life and taken due note of the sufferings and miseries attendant on the task of rearing and maintaining families. They feel that the natural path serves them most. The counsel is that domestic difficulties and adversities must be gratefully accepted like the bitter pills of medicine which have to be administered to a patient to restore health. They assure that the taunts and rebukes of friends and relations are no bar to progress. On the other hand, they are 'the greatest penance and the sweet means of success.' Master says in Reality at dawn; "In fact, to put up coolly with miseries and troubles contributes much to our betterment; hence they are valuable assets to our progress. It is only by their wrong use that we spoil their effect and thus get deprived of their best advantages. Renunciation or non-attachment is no doubt an essential stage in realization and we can never be free from the entanglements of Maya unless we cultivate non attachment. But it does not mean severing our connection with home, the family, and all worldly concerns and taking up the life of a religious mendicant". The runaway from life does not thus get any encouragement from Sri Babuji, even if the purpose of it may be the very goal of human life. In fact he suffers the punishment for abandoning the family which is a sacred trust from God, the supreme Master. One who looks after the domestic duties hand in hand with the divine, has, these encouraging words for him. "I do not agree with those who hold the view that the only means of cultivating non-attachment is to get away from home and family and retire to solitary corner discarding all worldly ties. No doubt as a house-holder we have to look after many things. We have to support our family, we have to provide for the education

of our children, we have to protect them from heat and cold, from troubles and sickness and so on. For these necessities we earn and possess money and property. The real evil is only our undue attachment with things which we are associated with. Renunciation truly means," Non-attachment with worldly objects and not the non-possession of things". Commandments seven to nine of Sahaj Marg are the grand charter for true family life, and I am tempted to quote them without any elaboration.

"Be not revengeful for the wrongs done by others.

Take them with gratitude as heavenly gifts".

"Be happy to eat in constant divine thought whatever you get with due regard to honest and pious earnings".

"Mould your living so as to arouse a feeling of love and piety in others."

I have good reason for emphasising in extenso on the domestic front. The Kural citation I have given, perhaps limits the relevance only to Dharma, and not the other three of the four-fold 'Purusharthas'. In the Hindu pantheon, there are gods for each of these four purposes of life; Gods for dharma, gods for artha, gods for kama, and gods for Moksha. They are propitiated separately, the majority, however, for artha and kama. Our Babuji makes for an integrated approach and his words quoted above prove this amply. There is only one God in our system, and He covers the four different callings. A complete oneness with God, which is the third commandant, is a complete oneness with all the four arthas, and thus a full realization of the very Purpose of Life.

No way of life will suit the modern mind which asks for curbs on this, that or other of the living conditions. Even a great binding force like religion must toe the line of science. Otherwise

it has to abdicate its role as a chastising influence. Now, more than any other religion, the richness and variety of Hinduism have made it acceptable to different types of minds, so much so, it has been acclaimed as the most accommodating of all religions. Its great vitality has enabled it to adjust itself to changing conditions without losing its core. This remarkable quality has been greatly enriched by Sri Ramchandraji by so expanding its scope as to make it a supreme spiritual adventure in place of being a mere matter of ceremonial piety. His famous exposition of the extent of human evolution be best quoted: "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. That is the highest mark which is almost inexpressible in words." The canvas he has provided is the greatest inspiration to any religion, and as Sahaj Marg promises to take aspirant to the highest point, it has a supreme relevance to the scientific mind of the day.

Science looks askance not only at limited aims but does not also bear with devious ways to achieve the highest. Master begins the process at the penultimate, cutting the spiritual red tape mercilessly. What seemed, therefore, impossible to achieve in numerous lives, has been made possible in the short span of present life or even a part of it, provided there is a blazing intensity of purpose on the part of the aspirant. He has also made the path easy, simple and sure. The last namely, surety is the scoring point.

Even this Space Age is not free from the pulls of pessimism. Despondency is prevalent. Frustration is evident because the disorders we see deprive us of a sense of fulfilment, a sense of Belonging which makes for joy in existence. Our Master talks of

spartan courage, combat-readiness for his spiritual Sadhana, and a powerful will made at the beginning and maintained throughout. This passage from Reality at Dawn speaks of the quality of optimism he means; "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".

Babuji has cleared an important point placed as a hurdle by the neophytes of self-culture. Learned word and eloquent speech has been expended on the concept of Maya and the turbulence of Mind. Leave alone the havoc said to be caused by the traditional six enemies, arishadvargas-kama, Krodha, Moha, Lobha, Mada and Matsarya, also the misguiding demands of the senses on the divine allegiances of man, mind and maya, pro-pounded by the erudite, strike terror in the lay aspirant. Master brushes off the issue by explaining that mind and maya are the only two things upon which the entire working of nature's machinery rests. He says that the very existence has for its one end, the mind and for the other, the maya. Both linked together, he adds, serve for a barge for our journey to the shores of the ocean of Reality. He does not, therefore, try to control or suppress the mind, as advocated in other systems. He but moulds and regulates its movement. In these days of controls for things big and small, this approach comes as a refreshing relief. He says that the more we try to control and suppress the mind by the use of force, the more it rebounds and counteracts causing greater disturbances. The remedy has been worse than the disease. A tension-ridden society, cannot afford the luxury of more strains and stresses.

The artificial way by which some teachers seek to connect us with God after arduous training and tapasya seems to be quite out of place. Why should we be made to think that we are apart from nature, foreign to it, and therefore, must get ready to fight it and be rid of it? Man's relation with God is natural, and not only natural, but direct. Sri Babuji restores this lost balance by forging a direct link, as for instance, in the simple and short prayer he has prescribed, which is a remarkable equation of means and ends. The meditation he has prescribed is likewise free of effort. Its best conferment is internal peace, calmness of mind, Simplicity and lightness—all, effective solvents of tensions, stresses and strains.

And this alchemy is worked by Master through a rare process called Pranahuti or yogic transmission which is the highest spiritual process. In his kind of dhyana, Master transmits the highest force of life into the very heart of man. But for this stimulus man cannot grow into his fullest divine or Sahaj nature. Buddha and others did not use this force for higher living, and all fortune, therefore, to us that a beloved Master is bestowing the highest divine grace on us. It is this Pranahuti which makes for a transformation of man, and it is also the only means for gaining access to the higher stages of spirituality, leading upto the Ultimate. This gift of Pranahuti is made available freely and throughout the course of Sadhana by a unique organisation of preceptors and prefects functioning under the authority and guidance of the master. It is not as though an aspirant is initiated and let off to go on his own. Like the mother ever caring for her child, the Master, even more than the mother, is solicitous of the spiritual advancement of the last of his associates and caters to their need to the extent they can absorb.

Thus does the beloved and Divine Master lead us to attain the wholeness of our Being, for as long as we cherish that which is our life in the external world, this life must remain a torment and should continue to be a life of mere habit.

The method of Master, Sahaj Marg, is inducting naturalness into a chaos of artificiality, is the harbinger of higher values of life, release tensions, harmonise human relations inter se, is a bulwark of family tradition, as integrator of conflicting loyalties and interests, raises religion to the status of a spiritual adventure, marks the highest goal of human life, regulates the mind with its known vagaries without treading the line of controls causing their own crop of strains and stresses, and bring about transformation with ease, simplicity and certainty. But the greatest tribute to it remains to be paid, its destined role as a force for the regeneration of aspiring mankind. And this must be its total and true relevance.

BEST COMPLIMENTS FROM

The Hyderabad Oil & Paint Company Limited

Shri Haqiqat Rai

(Managing Director)

Office & Factory

Industrial Area, Azamabad,

Hyderabad—20, A. P.

Modus Operandii In Meditation

Dr. P. T. Jagannadharao, Tirupati

Ancient Hindu authors expounded "Sphota Vaada" a Theory relating to speech. Speech or Vaak is divided into four parts.

1. Vaikhari is that part of speech, which we hear. It is materially manifested and organically perceived. 2. Madhyama is that, which belongs to the objective mind or Manas, through imagination and thought. 3. Pashyanti is that which is limited to only idea or possession of knowledge of what is imagined or thought, operated by Buddhi, the higher or subjective mind. (4) Sphota or Paraavaak is the root, wherein only the remembrance of the aforesaid remains latent, as one remembers his own name. From the term Paraavaak, it is understood that this state belongs to the region of Paraa Prakriti and the other three to the manifested Aparaa Prakriti.

An exponent starts from sphota evolutionarily. The word Sphota takes its derivation Sphota from a root meaning to Sprout or to evolve. God is beyond this. His nature is to evolve. and involve. In evolution the Divine Nature-Paraa Prakriti propels Dhee or Buddhi primarily. Then Dhee forms an idea, which next takes an image or forms a concretised thought in Manas, the so called sixth sense. Lastly, speech is manifested. Paraavaak or Sphota is the root. Idea is its subtle form. Thought is its gross form and speech is its manifestation. A spiritualist starts from the periphery to the centre or root involuntarily. A spiritualist is a practical man, whereas exponent is a theoretical philosopher.

A spiritual aspirant should choose a master of the highest calibre to guide him. The guide is he, in whose presence the

aspirant experiences calmness or tranquility. Such a guide or master is called Guru. Hindus treat their Guru as God. Guru is the personality of the ultimate Reality, an embodiment of Eternal Bliss, the real goal of human life and the root cause of all creation. This impression should gain a deep root in the heart of the aspirant first. This impression begins with the aspirant, hereinafter called Abhyasi, seeing his Guru, talking to him and prostrating before him. This is all physical and material analogous to the Vaikhari stage. Then comes visualisation or imagination of the intrinsic value of Guru with prayer. Here the impression becomes steady and takes root, and is similar to Madhyama stage. Thereafter only an abstract subtle idea remains to which the Abhyasi is firmly attached. Here the impression is deeprooted. This stage resembles Pashyanti. All these three stages are in the stratum of Aparaa-Prakriti or Ashta-Roopa-Prakriti in a conscious or sub-conscious state. The fourth state, bearing analogy to Sphota or Paraa Vaak is in Superconsciousness and in the stratum of Paraa Prakriti. Here the Abhyasi maintains oneness or identity with the goal of human life or Reality. It is here that the Abhyasi is in constant remembrance of the goal of human life, the impression of which has taken the deepest root in the core of his heart. One cannot forget his name which is in his constant remembrance. So also an Abhyasi at this stage cannot swerve from his goal or identity with it.

In the first two stages, physical or material and mental or visual, the Abhyasi pays attention to the impression of his goal. When it comes to an abstract and subtle idea fixed in his heart, the Abhyasi surrenders himself to it or empties himself completely and unreservedly, which action results in a speedy mergance and a free entrance into the Paraa level. Even at this fourth stage of

constant remembrance, there is a very fine state of being or existence. This is presumed to be the end by many authors on philosophy. But to a practical spiritualist there is a state of statelessness or non being or nonexistence, beyond the four stages. This is the state of absorption. Here dawns Divine knowledge or Divine Wisdom or the Vision of the Absolute. In "Efficacy of Rajyoga," Sri Ramachandraji writes, "Thought ultimately takes the form of Reality and appears in naked form." "He (the Abhyasi) finds himself absorbed in the most important nature. The unimportant things will have no effect on him". "Individuality goes away and mind remains".

The unique feature in Sri Ramachandra Mission is that the master himself or through the preceptors of his choice, sows the seed of the supreme spiritual force in the heart of the abhyasi and connects him with the goal of human life or Himself, which process is called 'transmission'. From the very onset the Abhyasi is in touch with or attached to the goal or the ultimate Reality. All that the abhyasi has to do is to receive fully into his heart the impression of the goal or the supreme spiritual force by reciprocation, and pay attention to it whole-heartedly; and at the same time avoid responding to sense objects and thoughts that may call on him or invite his attention. The path during meditation gets clear automatically or naturally and the Abhyasi gradually transcends to the goal.



Foundation of Socialism in Yoga

Shri Raghunandan Prasad, Advocate Lakhimpur Kheri

Yoga is the true foundation of all socialism. Without yoga socialism cannot subsist for long, it would be a superstructure without any foundations, and would topple down at the least jerk and stress of social events.

Without yoga socialism is some thing super imposed upon man from outside, and naturally his soul would rebel against it. He would not be able to translate the principles of socialism in his daily life and conduct. Without yoga, man would want socialism against every body in the world except him-self and he would preach equality, but not practice it himself.

Socialism means the development of a socialist mind and a socialist will. Social, economic and political structure of socialism in the realisation of their socialist mind and the socialist will. Structure is only an instrument of function, evolved by function by the constant exercise of will. To think of developing a socialist mind and a socialist will from socialist functioning from a socialistic structure is like climbing up a high hill, which, though not impossible, requires an increasingly great effort at every upward step, with always the danger of slipping down under the gravitational force of an undisciplined mind and an undisciplined will. Srimad Bhagwad Gita from the start to finish lays stress upon nishkama karma. The nishkama karma does not mean a motiveless action, but a selfless action. A motiveless action is impossible unless it is absolutely involuntary and mechanical. A selfless action does not mean an action in which the self is completely effaced. Such an effacement is almost impossible.

A selfless action means an action in which the claims of ego are subordinated to the claims of the superego, and are brought in unison and harmony with it. The conflict of the individual and the society, which characterises the undisciplined state of mind, then disappears. Self remains there, but only as an instrument of higher purpose of the super ego.

Self like other physical forces possesses a magnitude and direction. In the undisciplined mind, the force of ego represents both the magnitude and direction, while in the disciplined mind the ego represents only the magnitude of force, but it acts in the direction of the super ego. When ego acts in the direction of ego, it is its own enemy, but when it acts in the direction of the super-ego it becomes its own friend.

The life is thus a play of the ego and the super-ego in us. The ego within us is like an animal which is to be brought within control and tamed to subserve the purposes of its master the super-ego. When this ego is tamed and brought under control, all inequalities which flow from the undisciplined ego are dissolved and cease to have any meaning in the life of the superego. Equality is primarily a thing of realisation, and this realisation can come to us only when we live an elevated life in our super-ego.

Our super-ego abides in our ego, but most of us are dominated by our own ego, and fail to see and realise the super-ego within us. The vision and realisation of this superego is possible only through constant meditation and contemplation upon it. The true socialism dawns upon us with the vision of this super-ego. But without this vision all socialism and its talk remains a sham hypocrisy.

So socialism, in the ultimate analysis means an engaging in action from the higher plane of the super-ego. It is only then

that we can understand and the true meaning of the teaching of Srimad Bhagawad Gita—"Do they work and mind not the fruit". It does not mean that you should not think of the consequences of your action when you embark on doing a particular work. Such course of action will be foolish. It only means that while doing the work you should not keep the ideas of your personal gain and personal loss in the fore front of your mind. Do according to the dictates of your super-ego, without regard to the considerations of your personal ego. Let your ego execute the will of your super ego. Let it be a faithful servant of the superego in thought word and deed, and true socialism shorn of all narrowness will automatically flow from it.

There are three kinds of socialism, which may appear quite similar in their outward lines to an undiscerning eye, but are fundamentally different from each other. They are (1) Satwaik Socialism (2) Rajasik socialism and (3) Tamasik socialism.

The tamasik socialism is born of frustration, despair and sloth of mind and body. It wants to have a share in the earnings of others, without doing any labour, or it wants the return of labour in excess of its due share.

The rajasik socialism is born of jealousy, envy, and thwarted ambition. It wants to deprive others of their unjust earnings, and appropriate them for itself. It rests upon the creed of class war, violence and hatred.

The satwik socialism is born of faith, confidence and vision. It believes in earning through just and honest means, and there sharing its earnings with the less fortunate members of the society. It does not rest on hatred or frustration, but on compassion, mercy and self-sacrifice.

The tamasik socialism can only lead to increasing poverty.

People do not want to work, but want to share in the fruit of work done by others. The output of the work falls, and in consequence the poverty grows. Labour and work are at the root of all wealth. There is hardly any problem which can be solved without labour and hard work.

The rajasik socialism wants to achieve its object through the instrument of the power of the state, it believes in making laws, and wants to inculcate socialism through the fear of punishment. For a while it succeeds, but ultimately it fails. For the power of state ultimately vests in actual working in the few individuals at the top. They are able to coerce the people into submission to their will, and they call it socialism. But the people at the top fall out amongst themselves. Each one entertains an ambition for absolute power, and in order to secure it, forms groups and cliques, and tries to eliminate its rivals by any means it can think of. Lust for power at the top and the socialism in the common people cannot be reconciled.

The satwik socialism is the only true socialism. It is born of faith and confidence. It rests upon the stable foundations of self sacrifice. It can weather many a storm. It shares its own wealth and power with the common man. But this can come to man only from a vision of his super-ego, and a dedicated will to serve its cause. It is only then that the angularities of social life are rubbed off, and each man works to the best of his capacity not for his personal benefit, but for the good of the society as a whole. The hope of the world lies in this satwik socialism. It alone can redeem the mankind. Rajasik and tamasik socialisms will lead only to the added misery and added poverty.

“ हम ”

— कु० कस्तूरी चतुर्वेदी —

आखिर आपको हमसे क्या शिकवा है ? जबकि हम ही (हमका) पर्दा हैं। तभी आपकी खोज है, नहीं तो आपको कौन खोजता ? आपके सामने हम हैं तो पर्दा, पर्दा है नहीं तो आप बेनकाब ही रहते। आपका पर्दा न होता तो नग्न ही रह जाते। हम आपका पर्दा हैं, आपसे पर्दा न हो।

हम हैं तभी तो आपका दीदार चाहिए और हम ही से आपका दीदार होता भी है। हम न होते तो आपके दीदार की क्या आवश्यकता होती ?

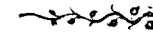
हम हमसे हानि तभी उठाते हैं जब हम स्वयं हमके आगे भी पर्दा बन जाते हैं। चीज हम और आपके अतिरिक्त जब तीसरी ख्याल पर पर्दा बनकर छाने लगती है तभी हम, हमसे ही बहक जाते हैं। विचार (जो उससे शक्ति खींचते थे वे) निर्बल होकर अंधेरे में रास्ता न पाकर, और भी निर्बल होकर भटक जाते हैं ; निर्बलता निराशा लाती और चाह बढ़ाती है। चाह की तृष्णा हमें चाट जाती है इसलिए फिर हम नीचे गिरना प्रारम्भ कर देते हैं।

जब कभी कोई उसका ही प्रकाश लेकर हमें सीधे सहज से मार्ग पर अपनी सुदृढ़ शक्ति के सहारे ला खड़ा करता है। बस तब से ही हम पुनः ऊपर उठना प्रारम्भ कर देते हैं और एक दिन..... ?

फिर आपके पास अपने ठिकाने पहुँच जाते हैं। वास्तव में आप हैं तो आपके होने का प्रतिबिम्ब ही हम हैं। फिर

हममें और आपमें दूरी ही क्या ?

अलहदगी ही कैसी ?



With Best Compliments From

Sahaj Enterprisers

Dealers in Paints, Rubber and Industrial Raw
Materials

246, Katra Peran

Tilak Bazaar,
DELHI-6

Phone: PP 269215

मरु-भूमि और अमृत

राजेश्वरी प्रसाद श्रीवास्तव

बात महाभारत युग की है। भीषण नरसंहारी युद्ध का अन्त हो चुका था। भगवान् कृष्ण द्वारिका लौट रहे थे। मार्ग राजस्थान की मरु-भूमि से होकर जाता था। यहीं उत्तक ऋषि रहते थे। उन्हें महाभारत के घटना-क्रम का कोई हाल नहीं मिल पाया था। उन्हें इतनी ही सूचना थी कि कौरवों और पाण्डवों के मध्य श्रीकृष्ण समझौता कराने गये हुये हैं।

लौटते हुए भगवान् कृष्ण ऋषि उत्तक के आश्रम में ठहरे थे! ऋषि ने गद्गद् हो उनसे पूछा, “आपकी मध्यस्थता से कौरवों और पाण्डवों में समझौता हो गया न?” खिन्नमन हो श्रीकृष्ण बोले कि प्रयास करने पर भी समझौता न हो सका और घोर युद्ध हो गया जिसमें कौरव नष्ट हो गये।

ऋषि तमतमा गये और क्रोध में बोले—समर्थ होकर भी आपने यह सब कुछ हो जाने दिया। आपके रहते यह नाश लीला हुई। मैं आपको शाप दूंगा। श्रीकृष्ण ने इतना ही कहा—अपने सञ्चित तपोबल से आप मेरा पराभव कर सकें यह असम्भव है। आपने सच्चे हृदय से निष्काम तपस्या की है, गुरु-सेवा में रत रहे हैं। मेरे हृदय में आपके लिए मान है। आप कोई वरदान माँगे।

ऋषि को भगवान् कृष्ण के विराट के दर्शन हुये वे गद्गद् हो उठे। स्वयं तो निस्पृह थे; माँगते क्या। मरु-भूमि में जल का अभाव था इसी बात को विचार कर उन्होंने आवश्यकता भर पानी मिलते रहने का वरदान माँगा। “तथास्तु” का वचन देकर भगवान् कृष्ण ने द्वारिका को प्रस्थान कर दिया।

एक दिन ऋषि कहीं जा रहे थे। मार्ग में वे भटक गये और प्यास की तीव्रता से व्याकुल हो उठे। वरदान का स्मरण हो आया और उन्होंने श्रीकृष्ण का ध्यान किया। वे देखते क्या हैं कि मशक में पानी लिये हुये एक चाण्डाल खड़ा है और उन्हें बुला रहा है—आइये महाराज जल पीकर सन्तुष्ट हो जाइये। ऋषि ने चाण्डाल को तो फिड़क दिया और कृष्ण पर भी यह क्रोध किया कि वरदान के नाम पर उन्हें यही छल करना था।

ऐसा विचार आते ही भगवान् कृष्ण साक्षात् प्रकट हो गये। उन्होंने कहा—
‘ऋषि वर ! आप अपने अहंकार के कारण अमृत का पान न कर सके। स्वयं
इन्द्र इस रूप में आपको मुधा पिलाने आये थे। पर आप थे कि पवित्रता के
घमण्ड के कारण स्वयं अमृत खो बैठे।’ फिर तो ऋषि को अत्यन्त प्लानि हुई।
पश्चात्ताप का वारापार न रहा। भगवान् कृष्ण ने ही उन्हें आश्वस्त किया—
‘जल की जब आवश्यकता पड़ेगी, मरुभूमि में मेरा बरस जाया करेंगे। ये मेघ
उत्तक—मेघ कहलायेंगे।’

है तो यह एक कथा ही, पर एक बात इस दृष्टांत में बड़े मार्को की है
जिसका सम्बन्ध अकेले उन ऋषि से ही नहीं वरन हम सबसे है और इसी रूप
में हम सब पर पटित भी होती है। मूल बात इसमें यही जानने की है कि वह
जीवन—जल का कौन सा प्रपात है जो अभिमान में डूबे हमारे मरुभूमि सदृश मन
को सींच सींच कर सरसता प्रदान करता है। सृष्टियों उत्तक इस संसार में भरे
पड़े हैं जिनमें यह भ्रम समाया हुआ है। वास्तव में हम जाति, कुल, तप की
उच्चता तथा पवित्रता के अभिमान में ही डूबे रहते हैं। अहंकार ही नहीं काम,
क्रोध, मोह और लोभ के बश में होकर हम अपने मन को मरुभूमि में डाल
देते हैं जहाँ हमें मृग नृष्णा ही हाथ लगती है। इस गर्त में हम ऐसे गिर जाते
हैं कि वहाँ से उबरना कठिन ही नहीं असम्भव हो जाता है और हम आवागमन
के चक्र में चलने ही जाते हैं। मन के कारनामे विचित्र हैं।

संसार के इस भ्रमजाल से निकलना और मूल गृह पहुँचना ही हमारे
जीवन का वास्तविक लक्ष्य है। बीच की आने वाली बातों से प्रयोजन रखना
मरुभूमि में पहुँचने जैसा ही है। इसका सम्बन्ध हमारे मन से है जो सृष्टि—कारक
“आदि मन” का ही एक अंश है। मन का स्वभाव चञ्चल है क्योंकि उसे हमने
सदा स्वच्छन्द रखा है। अनेक धाराओं में बहते रहने के कारण मन का रूप
हमने विकृत कर डाला। मन के सुधारने पर ही हमारी आध्यात्मिक प्रगति
सम्भव है। अभी तक इसके दो उपाय ही अधिकतर किये गये हैं—दमन का
सहारा और वैराग्य ले लेना। दमन कभी साथ नहीं दे सकता। हठ करके मन
को दबाना उचित नहीं क्योंकि मौका पाकर वह हमें उलट देता है और किया
धरा सब मिट्टी हो जाता है। अनेक ऋषियों का उदाहरण हमारे सामने है—
दुर्वासि का क्रोध गया ही नहीं। दूसरा उपाय वैराग्य भी दमन का दूसरा रूप
है। वैराग्य का अर्थ सांसारिक जीवन से विरक्त होकर वनों में तपस्या करना

है। घर छोड़ना त्याग और वैराग्य नहीं। यह तो एक दशा है जो स्वतः साधना
द्वारा उपलब्ध होती है। इसे ही हम Transformation कहते हैं। घर—बार के
साथ रहते हुए हम यदि यह दशा पा जायें तभी हमारा जीवन सार्थक होगा
और आध्यात्मिक पथ पर अग्रसर हो सकेंगे। यह सब तभी हो सकेगा जब
हम मन को मित्र बनायें। मित्र कभी बार नहीं करता। इसका यथोचित उपाय
‘ध्यान’ है।

अब प्रश्न यह आता है कि ध्यान का मार्ग कैसे अपनाया जाय। ध्यान
की धारा अपूर्व होती है। इस साधना में हम अपने को अन्तर्मुखी बनाते हैं।
पर अकेले यह असम्भव है। इसके लिए आवश्यकता ब्रह्मनिष्ठ गुरु की होती है
जो हमको ‘प्राणाहुति’ के सहारे वह दिव्य धार देने की सामर्थ्य से भरपूर हो।
इस प्रकार हम उस ब्रह्म से जुड़ जाते हैं। हमारा कार्य इतना ही है कि इस योग
को हम बनाये रखें। शेष सद्गुरु के हाथों में है। कालान्तर में हम एक नवीनता
का अनुभव करने लगेंगे। यही वैराग्य की वह दशा है जिसे पाने को लोग बन
का मार्ग अपनाते रहे हैं। छोड़ हम कुछ भी नहीं रहे हैं और सब कुछ छूटा जा
रहा है। वस्तुतः विरक्त की यही दशा होती है। हमारा पूरी तरह रूपान्तर
Transformation हो जाता है। हमको वह अमृत प्रिलने लगता है जिससे मन
जिसे हमने मरुभूमि बना रखा है सिञ्चित होने लगता है। अतः सद्गुरु ही इस
जीवन जल का, अमृत का भरना है जो हमारे मन को प्राणाहुति के द्वारा
सरसता प्रदान करता रहता है जिसका रूप समत्व के भाव में प्रकट होने
लगता है।

श्री रामचन्द्र मिशन सहज—मार्ग—साधना—प्रणाली से युक्त होकर पूज्य
बाबूजी महाराज की छत्रछाया में ‘ध्यान’ का पथ आलोकित कर रहा है। यह
हमारे ऊपर है कि हम कितना लाभान्वित हो पाते हैं। विज्ञान प्रताणित
मानवता के लिए यह मिशन अनुपम उपहार बनकर अवतरित हुआ है— यह सत्य
दृष्टिगोचर होने लगा है।

With Best Compliments From

SHELLEY PAINT INDUSTRIES

Manufacturers of

Paints, Lacquors, Varnishes, Stoving and Thinners

Factory :

Shamepur

Delhi-42

Office :

Telephone : 229378

**A2/17, Model
Town Delhi-9**

सभी सड़के रोम नहीं जातीं

(लेखक-रमापति डीगर, सीतापुर)

हम सुख पाने की इच्छा करते हैं, हमारे पूर्वजों ने भी सुख पाने की इच्छा की थी किन्तु हमारे प्रयत्न जितने निम्न कोटि के होते जा रहे हैं, उनके प्रयत्न उतने ही ऊँचे होते गये थे। इस अवरोह और आरोह का इतिहास बड़ा ही शिक्षाप्रद तथा दिलचस्प है। आइये उसके सम्बन्ध में विचार किया जाय।

सृष्टि होने के बाद पल क्षणों में विलीन होते रहे, दिन मास और मास वर्ष का रूप लेते रहे। आदिम मानव के बचपन का उभार जवानी में, जवानी का तिरोथान बुढ़ापे में और बुढ़ापे का पर्यवेसान मृत्यु की क्रीडा में होता रहा। मानव ने कहा अशनाया अमर है। शीत और तप आये और निकल गये, सुख तथा वैभव में डूबी अगड़ाइयाँ मृत्यु की सूचिका बनती रही और मानव विसूरता सर धुनता रहा। पालतू पशु मरते रहे, फसलें नष्ट होती रही, व्याधियों और विनाश के ताण्डव-नृत्य के मध्य अस्थाई सुखों को समेटे सुख-दुख की गोधूलि बेला में जीवन के मोड़ पर खड़ा अवश, क्लान्त त्रस्त मानव सोचने लगा, सोचने लगा।

उसने दुखों के नाश हेतु प्रयोग आरम्भ किये। अनेक क्रियायें और विज्ञान आविष्कृत हुये, धर्म की स्थापना की गई तथा इन सब के माध्यम से दुखों को दूर करना चाहा गया किन्तु उसने पाया कि एक दुख हटता है तो दूसरा उस के स्थान पर आ जाता है, समस्या अन्तिम रूप से सुलभती नहीं, दुख की आत्यन्तिक निवृत्ति नहीं होती। तब उसने सुखों के साधन जुटाना आरम्भ किया और यह चेष्टा की कि दुख की तीक्ष्णता का प्रभाव सुख की मधुर अनुभूति में खो जाय किन्तु इस में भी सफलता नहीं मिली और सुख भी अस्थिर चलनशील वायु के भोकों की भाँति आते जाते रहे। वह व्यथित हो उठा।

तब उसने प्राकृतिक शक्तियों से विनम्र प्रार्थना की फिर भी दैहिक, दैविक तथा भौतिक ताप न मिट सके। विवश होकर उसे पुनः आगे बढ़ना पड़ा। उसने समझ लिया कि सुख और दुख की वास्तविकता जाने बिना काम नहीं चलेगा अतः वह इस कार्य में लग गया किन्तु मापने का जो भी माप दण्ड वह बनाता था वह ठीक फल नहीं देता था, वास्तविक मूल्यांकन नहीं हो पाता था कारण यह था कि वह चलनशील पदार्थों को मापना चाहता था अतः जिस प्रकार एक दौड़ता हुआ व्यक्ति एक चलती हुई वस्तु का वास्तविक मूल्यांकन नहीं कर

सकता उसी प्रकार मानव के भी सभी प्रयत्न असफल होते रहे थे। वस्तुस्थिति को ठीक ठीक समझने हेतु मानव के पास एक ही आला है और वह है मन। मन स्वयं चल है अतः वह वास्तविकता को कैसे माप सकता था। अपने प्रयत्नों में लगा हुआ मानव और आगे बढ़ा और उसने मन को स्थिर करने के उपाय निकाले।

खोज करने पर उसने पाया कि प्रत्येक पदार्थ स्पन्दनशील है, चलनशील। स्पन्दन गति में बदलता है और गति जीवन में। इस गति को उलट देने से मृत्यु हो जाती है। उसने यह भी पता लगाया कि मृत्यु भी जीवन में परिणत हो जाती है। अगति पुनः गति में और गति स्पन्दन में बदल जाती है। मानव ने इस आरोह तथा अवरोह पर अधिकार करना चाहा क्योंकि यही क्रम उसके सुख तथा दुःख का आरोह तथा अवरोह क्रम जैसा था।

तब उसने जीव और जगत तथा उनके आपसी सम्बन्धों पर विचार करना शुरू किया। उसने देखा कि प्रत्येक स्पन्दन के पीछे एक स्थिरता निहित है और वही अपरोक्ष स्थिरता गति ही जनक है। उसने मानव में व्याप्त उस अपरोक्ष स्थिरता का नाम आत्मा तथा जगत में व्याप्त स्थिरता का नाम परमात्मा रक्खा। उसने समझ लिया कि स्पन्दन, परिवर्तनशीलता, गति या वेग ही जीवन है और वही दुःखों का कारण है क्योंकि यदि स्पन्दन न होता तो जीवन न होता और यदि जीवन न होता तो मृत्यु न होती। अतः उसने निश्चय किया कि जीवन का संक्रमण ही दुःख है और उसी की आत्यन्तिक निवृत्ति दुःख का मूलोच्छेदन है।

इस खोज में मानव ने न्याय तथा तर्क का आश्रय लिया और उपरोक्त नतीजे पर पहुँचा। उसने द्रव्यों का अन्वेषण, परीक्षण किया, तत्त्वों की गणना की और यही फल प्राप्त किया। किन्तु अन्त में उसने निश्चय किया कि परम तत्व ही वास्तविकता है सच्चिदानन्द है और उसे पाये बिना कल्याण असम्भव है। तब उसने वहाँ तक पहुँचने के उपाय किये।

यह सारी की सारी खोज बड़ी ही मनोरञ्जक है। तत्त्वादि की खोज के समय मानव को यह पता लगा कि वास्तविकता तक पहुँचने हेतु उसके निकटतम तत्व का पता लगाकर उससे तादात्म्यता स्थापित होना आवश्यक है अतः उसने सृष्टि के आरोह तथा अवरोह क्रम पर गहराई से विचार किया और भिन्न २ स्तरों पर अलग २ नतीजे निकाले गये। अपने विचारानुसार प्रयोग भी

होते रहे और मानव ने धर्म की स्थापना करने के बाद गहराई में घुसकर अध्यात्म में सम्बन्ध स्थापित किया। कुछ और आगे बढ़कर उसने वास्तविकता का पता पाया और अन्त में आनन्द की अनुभूति की। सन्तुष्ट तथा आनन्द के इस पद को ही सन् पद, परम पद, परमात्मा आदि नाम देकर उसकी प्राप्ति ही धर्म माना गया।

खोजों की प्रणालियों एवं विधियों तथा खोज कर्ताओं के विचारों के आधार पर उद्गाथ, दहर, शाण्डिल्य, पंचाग्नि, भूमा, संवर्ग, उपकोशल, मधु, मन्मथ दीर्घायुष्य, न्यास, आदि ३३ विद्याओं का आविष्कार हुआ था। यह विद्यायें जीवन के लगभग सभी क्षेत्रों को छूती थी और इनमें नैतिक, सामाजिक, शारीरिक आध्यात्मिक, सभी स्तर सम्मिलित थे। दिव्य शक्तियों की प्राथना से प्रारम्भ करके मानव ने यज्ञादि कर्म द्वारा दिव्य लोकों की प्राप्ति तथा ज्ञानयोग द्वारा मोक्ष प्राप्ति का विधान किया इसमें पूर्व ही से प्रतीकों के माध्यम से ब्रह्मा की उपासना होने लगी थी। बहुत से आवश्यक तत्वों तथा पदार्थों को ब्रह्मा का प्रतीक माना जाने लगा था। श्रुतियों में आत्मा, आकाश, प्राण, मन, तेज, वाक्, अन्न आदि अनेक प्रतीक उल्लिखित हैं। मानव ने क्रमशः अन्न, प्राण, मन, विज्ञान तथा आनन्द को ही ब्रह्मा माना। (तै० उ०) वाद में यही पञ्च कोष माने गये। खोज के इस विस्तार को अब कम करने की आवश्यकता हुई होगी अतः सम्मिलित प्रयत्न भी किये गये।

मानव ने जब स्वयं अपना विष्लेषण किया तो पाया कि जीवन में विचार, क्रिया तथा उसके करने की शक्ति ही प्रधान है। अतः अधिकतर लोग वाक्, प्राण, तथा मन की उपासना करने लगे अथवा उनके माध्यम से ईश्वर को प्राप्त करने का उपक्रम करने लगे। उन्होंने सृष्टि क्रम में पाया था कि प्रेरणा से अथवा इच्छा से आकाश, वायु, अग्नि, जल, पृथ्वी तथा औषधियाँ क्रम से उत्पन्न हुई थी (तै० तथा ईश उप०) नैयायिक, तथा वैशेषिक भी इसी क्रम से सहमत हैं। सांख्यिकों ने मूल प्रकृति से महत्त्व, अहंकार तथा स्थूल भूतों का क्रम माना तन्त्रशास्त्रियों ने शक्ति से नाद तथा उससे विन्दु और तत्र शब्द की उत्पत्ति मानी। आकाश ईश्वर के अत्यन्त निकट है और शब्द उसका गुण है अतः कुछ लोगों ने वाक् को प्राथमिकता दी, किसी ने प्राण अथवा जीव चैतन्य को प्रमुख माना क्योंकि वह शक्ति के अधिक निकट है तो किसी ने मन को प्रथम दिया क्योंकि वही इच्छा करने वाला है और प्रेरणा के निकट है। अब इनके सम्बन्ध

में जो गवेषणा की गई है उस पर विचार किया जाय।

वृहदारण्यक उप० कहती है शरीर वाङ्मय मनोमय और प्राणमय है। वाक् यह लोक है, मन आन्तरिक्ष है और प्राण देवलोक है। ऋक, यजु तथा साम क्रमशः यही है। देवता पितृ तथा मनुष्य भी यही है। वाक् विज्ञाता है, मन विजिज्ञास्य है, प्राण प्रविज्ञात है। वाक् अथवा पृथ्वी अथवा अग्नि ने मन अथवा द्युलोक अथवा आदित्य से मिथुन किया और तब प्राण अथवा इन्द्र उत्पन्न हुआ (१-२-४) वही उप० एक स्थान पर कःती है वाक् धेनु है, प्राण उसका ऋषभ है और मन उसका वत्स है (५-८-१) पुनः यही श्रुति कहती है वाक् ही परब्रह्म है (४-१-२) श्री शंकराचार्य श्रुति से सहमत होकर कहते हैं कि वाक् से ही सृष्टि हुई है इसकी चार शक्तियाँ हैं—परा, पश्यन्ती, मध्यमा तथा वैखरी। यही ज्ञान का कारण है। परा वाक् प्रसृत होकर पहले इच्छाज्ञान एवं क्रिया रूप को प्राप्त होती है। यह नित्य स्पन्दन मय है। पिथागोरस इसे music of Spheres कहते हैं। पाश्चात्य विद्वांस whispers from the unknown, आन्तरिक्ष शब्द, दैवी शब्द, आत्मा की भाषा, आदि शब्द, कहते हैं। बाइबिल भी कहती है Word was in the beginning.

वाक, प्राण और मन की आवश्यकता को समझकर उनका समन्वय किया गया तथा प्रणवोपासना ने अध्यात्म अथवा ब्रह्म विद्या के सभी प्रेमियों के हृदय पर अधिकार कर लिया। ऊँ ही प्रणव है, वही सारा जगत है (ओमित्ये तदक्षर मिदं सर्वं) यही वाक् तथा शब्द का पर्यायवाची है। स्वामी विवेकानन्द अपनी भक्ति योग नामक पुस्तक में कहते हैं—'ऊँ' नाम तथा रूप की माता है। यदि उसका उचित उच्चारण किया जाय तो शब्द 'ऊँ' नाद का पूर्ण प्रतिनिधित्व करेगा। अन्य कोई शब्द ऐसा नहीं कर सकता अतः यह स्फोट का पूर्ण प्रतीक है और स्फोट ही 'ऊँ' का ठीक अर्थ है। यह स्थान तथा काल से बाधित नहीं है, यही क्षेत्रज्ञ और अक्षर पुरुष है। इसकी साधना को ही सुरत शब्द योग, शब्द साधन, नाम भजन, नादानुसंधान आदि कहते हैं। कालान्तर में प्रणवोपासना ने अनेक रूप धारण कर लिये और अनेक विधियों द्वारा स्फोट रूप 'ऊँ' को माध्यम बनाकर मंजिल पर पहुँचने की क्रियायें होने लगीं। उनमें से प्रमुख विधियाँ यौगिक क्रियायें थीं। षष्ठांग तथा अष्टांग योग द्वारा कुण्डलिनी जाग्रत करके ह्याण्ड मण्डल में भेजकर प्रणवोपासना करना मुख्य साधना बन गई।

प्रणव की तीन मात्रायें अ, उ, तथा म क्रमशः विष्णु, ब्रह्मा तथा रुद्र की

वाचक हैं। जिसका प्राण, शरीर, वायु एवं हृदयादि मण्डलों को बेधकर मस्तक में चला जाता है वह फिर जन्म नहीं लेता। पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु तथा आकाश तत्वों की धारणा करते समय प्रणव की पाँचो मात्राओं के ध्यान से आरम्भ कर तथा एक २ मात्रा कम करता जाय तो पंच भूतों पर अधिकार प्राप्त हो जाता है। (अमृतनाद-उप०)

मध्याकाश में अवस्थित प्रणव स्वरूप तेजोमय बिन्दु है। यह अधिष्ठान है, आकाश के समान व्यापक है, अव्यक्त ब्रह्म स्वरूप है, मन वाणी से परे है, गुरु की शक्ति से साध्य है। (तेजोविन्दु उप०) बीज (कारणभूत) अक्षर (अकार) से परे बिन्दु है और बिन्दु से परे नाद, शक्ति रूप प्रणव नाद से भी परे है तथा अकार से लेकर शक्ति पर्यन्त प्रणव स्वरूप अक्षर के क्षीण होने पर जो शब्दहीन स्थिति होती है वही 'शान्त' नाम से प्रसिद्ध परम पद है। अनाहत शब्द के परम कारण शक्ति के भी परम कारण सच्चिदानन्द स्वरूप शान्त पद को जो योगी प्राप्त कर लेता है उसके समस्त सदैह नष्ट हो जाते हैं। अर्थ मात्रा को रस्सी बनाकर प्राण को हृदय से सुषुणा द्वारा ऊपर खींचे। भौहों के बीच अमृत स्थान है, जो विश्व का महान स्थान है, वहाँ ले जाय। [ध्यान बिन्दु० उप०]

तान्त्रिकों का मत है कि कुण्डलिनी ही वाग्देवी है अर्थात् वर्णमयी बीज मंत्र, रूपा, तीनों गुणों [सत-रज-तम] की मूल स्वरूपा प्रकृति है। बिन्दु परिणामी तथा जड़ है और शब्द की उत्पत्ति करता है। शब्द सूक्ष्म नाद, अक्षर बिन्दु और वर्णभेद से ३ प्रकार का होता है। प्रथम अभिधेय चिन्तनशून्य, द्वितीय सूक्ष्मनाद का कार्य तथा परामर्श ज्ञान स्वरूप अनिवर्चनीय तथा तृतीय श्रोत्र ग्राह्य वर्णमिक्त स्थूल शब्द। विशुद्ध सत्व ही बिन्दु है। एक मत यह है कि बिन्दु शिव की परिग्रह नामक शक्ति है। उसका शुद्ध रूप महामाया तथा अशुद्ध रूप माया है। महामाया की तीन अवस्थायें हैं— [१] परा, [२] सूक्ष्मा तथा [३] स्थूला। पराशक्ति ही कुण्डलिनी अथवा परा माया है, दूसरी माया तथा तीसरी प्रकृति है। यह शिव की परम व्योम स्वरूपा क्रिया शक्ति है। बिन्दु के क्षुब्ध होने से शुद्ध जगत तथा माया के क्षुब्ध होने से अशुद्ध जगत उत्पन्न होता है। शिव अग्नि स्वरूप तथा शक्ति सोम स्वरूप है। इन दोनों का साम्य भंग होने पर सृष्टि होती है। यह साम्य ही बिन्दु, काम अथवा रवि हैं। बिन्दु के क्षुब्ध होने से शिव की अकार शक्ति अथवा चित् कला का आविर्भाव होता है। प्रकाश रूप अग्नि के सम्बन्ध से विमर्श रूपा शक्ति का स्त्राव होता है। और चैतन्य की

अभिव्यक्ति होती है। परा शक्ति का अपने स्फुरण को देखना ही सृष्टि है। इसी कारण आत्मा के प्रकाश रूप चिद् और शक्ति रूप विमर्श वर्तमान है।

६ चक्र पार करने पर कपाल में बिन्दुपीठ, नाद-पीठ तथा शक्ति-पीठ स्थित है। वही सहस्रवार में मणि पीठ है जिसके नीचे नाद बिन्दु के ऊपर हंस-पीठ का स्थान है। उसके ऊपर गुरु पादुका है। वही परम ब्रह्म है। इस कमल के चन्द्र मंडल में अमर कला है, उसकी गोद में निर्वाण कला तथा उसकी गोद में निर्वाण शक्ति रूप मूल प्रकृति बिन्दु और विसर्ग शक्ति के साथ परम शिव है।

इस प्रकार हमने देखा कि वह परमात्मा हृदय छिन्द्रे में प्रत्यक्ष ही निवास करता है। वह [आत्मा] यहाँ [शरीर में] शब्द [नाद] युक्त प्राण से ही प्रविष्ट है एवं मनोमय सूक्ष्म रूप से युक्त होकर आत्मा ही प्राण रूप से मात्रा, शास्त्रादि को स्वर वर्ण से प्रकट करता है [श्री मद्भागवत ११-१२-१७] दोषों के नाश के लिए कुछ लोग ज्ञान को ही परम साधन मानते हैं पर वह अकेला सफलता नहीं दिला सकता। योगहीन ज्ञान मोक्ष प्राप्त नहीं करा सकता [योगशिखोपनिषद् १२-१३] हृदयस्थ विश्वात्म तेजस्-स्वरूप बिन्दु का ध्यान ही परम ध्यान है [तेजबिन्दु उ० १-१] बिन्दु पीठ का भेदन कर नाद लिंग उपस्थित होता है [योगशिखोपनिषद् २-१३] परम बिन्दु ही बीजाक्षर है, उसके ऊपर नाद है। नाद जब अक्षर [अविनाशी ब्रह्म] में लय हो जाता है तब वह निःशब्द परम पद है [ध्यान बिन्दु उ० - २] पहले बिन्दु तब नाद और नाद से शक्ति उत्पन्न होती है। चैतन्य रूप परमा कला महेशानि [शिवा] नाद रूपा है [वायवीय संहिता] जब तक आकाश संकल्प है तब तक नाद की स्थिति है, उसके परे अशब्द परम ब्रह्म परमात्मा है [नाद बिन्दु उ० ४३-४७ १/२] बिन्दु ही अणोर-णीयान हैं [गीता ८/६]

इस साधना से सम्बन्धित अपेक्षाकृत बाद के सन्तों की उक्तियाँ भी विचारणीय हैं:—

स्रुति ठहरानी रहै अकासा-तिलखिड़की में निसि दिन वासा
गगन द्वार दीसै इक तारा - अनहद नाद सुने भनकारा
(तुलसी-साहब)

प्रथम सुरति जगावै तिल पर मूलमंत्र गहि लावै
गगन गराजें दामिनि दमके, अनहद नाद बजावै

एक मब्द सब कुछ किया ऐसा समरथ सोय
आगे पीछे वो करे जो बल हीना होय
साधो सब साधना कीजें।

जेहि सब्द से प्रकट भये सब सोइ सब्द गहि लीजें।

(कबीर)

सुख मन के घर राग सुनि मुन मंडल लिव लाय
अरुथ क्या विचारिये, मनसा मनहि समाय

(नानक)

बिन्दु में तहं नाद बोलें रैन दिवस सुहावन

(पद्म)

उपर्युक्त अति संक्षिप्त वर्णन से जो स्थिति स्पष्ट होती है, उसके सम्बन्ध में कुछ प्रश्न चिन्ह मानस पटल पर उभरते हैं और उन पर विचार करना आवश्यक प्रतीत होता है।

१- वाक्, प्राण और मन में से कौन सर्वोत्कृष्ट है, इनमें से कौन ईश्वर प्राप्ति का सबसे उत्तम साधन है, यह बात निश्चित नहीं की गई वरन् सक के सहयोग की शरण ली गई। देखना चाहिए कि इनमें किसे ग्रहण करने पर सुविधा रहेगी क्योंकि जैसा आगे विचार किया जायेगा इन सब को सामूहिक रूप से ग्रहण करना सरल नहीं है। वाक् वाणी अथवा शब्द आकाश का गुण है। निःशब्द होने पर वह स्पन्दन की दशा में आ जाती है। श्रुतियों के अनुसार वाणी का उद्भव इस प्रकार हुआ कि सृष्टि के समय प्रजापति ने कहा 'भाण' और वाणी उत्पन्न हो गई। वाणी में कहा 'भव' और सृष्टि उत्पन्न हो गई। इस प्रकार वाणी से पूर्व प्रजापति था जो मायो पहिल ईश्वर है, सृष्टि पूर्व का वास्तविक ईश्वर नहीं। प्राण अथवा इवास प्रश्वास या जीव चैतन्य तेजस् है। यह मन का स्थूल रूप है और आदि परमेश्वर से इसका सीधा सम्बन्ध नहीं है। अब रहा मन। स्थूलरूप में वह इच्छा, वासना, वृत्तियाँ और छठी इन्द्रिय है। उसका उद्गम क्या है? केनोपनिषद् में आँख की आख, कान के कान, मन का मन, प्राणों के प्राण की बात कही गई है। मन का वही सूक्ष्म रूप 'प्राणस्य प्राणः' है। यही १६ कलाओं से युक्त है। वही ईश्वरीय क्षोभ; एकोहं बहु स्यां प्रजायेय' के गुणवाला प्रथम स्पन्दन का स्थूल रूप है। वाक् प्राण और मन मूल रूप में सभी स्पन्दन है किन्तु जब कि मन का सम्बन्ध ईश्वर से सर्व प्रथम उत्पन्न

होने वाले संकल्प, इच्छा अथवा क्षोभ से है और उसमें उसी के गुण अर्थात् गति तथा विचार वर्तमान हैं, अन्य दोनों ईश्वर से सीधे सम्बंधित नहीं हैं और न सबसे पूर्व उनकी सृष्टि ही हुई है। मन का मूल रूप अहंकार है जो सबसे पहले मानव को प्राप्त होता है और सबसे अन्त तक रहता है। वास्तव में मन ही आत्मा है।

ईश्वर प्राप्ति या आत्मसाक्षात्कार आत्मा तथा परमात्मा का योग है अथवा इस प्रकार कहा जाय कि मन के शुद्ध रूप का आदि परमेश्वर से योग है। हम परिस्थिति में वाक् अथवा प्राण को अकारण महत्व देने में साधना की जटिलता बढ़ती ही है। कम नहीं होती। यही कारण है कि सहज मार्ग में केवल मन के सहारे ही सारा रास्ता चला दिया जाता है।

२- श्रुतियों में वाक् तथा विचार को एक दूसरे से महत्वपूर्ण सिद्ध करने के प्रयत्न मिलते हैं किन्तु वैज्ञानिक आधार पर यह मानना ही पड़ेगा कि विचार के बिना शब्द से कोई कार्य नहीं हो सकता। सहज मार्ग के संस्थापक श्री बाबू जी का कहना है कि दर्शन चिन्तन की, योग क्रिया की और आत्मसाक्षात्कार अकर्तृत्व की विधियाँ हैं। यदि योग क्रिया है तो मन का ही कार्य है चिन्तन करे और गति दे। प्राण तथा वाक् का स्थान गौण है।

३- यह निश्चय कर लेने के अनन्तर अब हमें यह देखना है कि उपर्युक्त प्राचीन योगिक उपासनाओं में मानव के लक्ष्य का जो निरूपण किया गया है क्या वह ठीक है? वहाँ ईश्वर को सत्, चित तथा आनंदमय कहा गया है साथ ही साथ उसे सीमाहीन, अनादि, 'प्रकृति पार प्रभु सब उर वासी' भी कहा जाता है। उक्त तीनों गुण प्रकृति के क्षेत्र में हैं अतः ईश्वर प्रकृति से परे कैसे हुआ। इसे आदि-भूमि नहीं माना जा सकता। या तो यह मानना होगा कि आचार्यों ने लक्ष्य नीचा स्थिर किया अथवा यह कहने की धृष्टता करनी होगी कि उनका ईश्वर का अनुभव अन्तिम नहीं था। श्री बाबूजी ने लक्ष्य को इंगित करते हुये लिखा भी है कि ठीक २ लक्ष्य का ज्ञान संसार के विरुद्ध संत और योगियों को ही हुआ है। अपनी प्रसिद्ध पुस्तक Reality at Dawn में वह लिखते हैं — राम तथा कृष्ण महात्माया मण्डल से आये थे। मानव की पहुँच का अन्तिम बिन्दु अथवा उसका लक्ष्य उससे बहुत आगे है। उसकी पहुँच का चरम बिन्दु जहाँ पर है वहाँ सब प्रकार के वेग, शक्ति, क्रिया यहाँ तक कि प्रेरणा भी अदृश्य हो जाते हैं और व्यक्ति पूर्णतया अभाव की स्थिति में पहुँच जाता है मनुष्य की

गति का यही चरम बिन्दु अथवा जीवन का लक्ष्य है। वह इस बिन्दु को 'कुछ नहीं', 'शून्य' अथवा 'केन्द्र' कहते हैं। सहज मार्ग में भी भूमा शब्द का प्रयोग ईश्वर के लिए हुआ है किन्तु वह उपनिषद्वक्त भूमा से भिन्न है। श्रुतियों में भूमा अष्टिकर्ता एवं अमृत के रूप में है और सहज मार्ग में भूमा 'शून्य' है कुछ नहीं है। श्री बाबूजी कहते हैं कि केन्द्र स्पन्दनशील तथा शान्त है। केवल उससे एक धुंधले प्रकाश की वस्तु प्रवहमान है जो केन्द्रीय क्षेत्र में व्यक्त रहती है। वह उसी वस्तु से बने एक वृत्त में स्थित है।

४- अभी तक मानव के शरीर में ईश्वर के दो स्थान निगूत थे— हृदय में वह अन्तर्यामी रूप से रहता है और सहस्र दल कमल में परमात्मा रूप से। प्रथम स्थिति के बारे में सहज मार्ग को कोई आपत्ति नहीं है किन्तु दूसरे स्थान को वह नहीं मानता। कपाल, सहस्रार अथवा ब्रह्माण्ड या पर ब्रह्माण्ड मण्डल प्रकृति के, अहंकार के क्षेत्र हैं। वहाँ शक्ति का राज्य है, सूक्ष्म तत्वों तथा सत्ताओं का अधिकार है। ईश्वर का क्षेत्र प्रकृति एवं माया से परे है जो अब तक अज्ञात था। वह सर के पृष्ठ भाग में (जहाँ हड्डी का उभार है उसके) नीचे स्थित है। बाल की नोक से भी छोटा यह देश असीमित विस्तार बाला है। इसका पूर्ण विवरण सहज मार्ग साहित्य में देखा जा सकता है। अपनी अमूल्य पुस्तक Efficacy of Rajyoga में वह लिखते हैं कि मन के क्षेत्र को पार करने के अनन्तर केन्द्रीय क्षेत्र आता है। यहाँ सभी क्रियाएँ समाप्त हो जाती हैं। आत्मसाक्षात्कार हो जाता है। प्रकाश तथा शक्ति का क्षेत्र बहुत पीछे छूट जाता है। यहाँ के वातावरण में न अंधेरा है न उजाला। उसका रंग बेरंग है। इस क्षेत्र को पार करने पर ईश्वर का निजी क्षेत्र अथवा ईश्वर है।

५- उपरोक्त क्षेत्र तक पहुँचे हुये लोगों और प्राचीन साधनानुयायियों की अन्तिम स्थिति में भी बड़ा अन्तर है। स्थित-प्रज्ञता, परम गति, सत्पद आदि प्राप्त महापुरुषों की स्थितियों का विवेचन प्राचीन साहित्य में प्रचुरता से उपलब्ध है किन्तु उसे देखने से ऐसा प्रतीत होता है कि वहाँ सत्य का साक्षात्कार तो हुआ, मन का तो निग्रह किया गया किन्तु 'कुछ नहीं' या 'शून्य' वाली बाँत पैदा नहीं हुई। 'ईश्वर को प्राप्त करने हेतु वैसा ही बनना होगा' वाला सत्य उन पर नहीं घट सका। 'ईश्वर प्राप्ति के सम्बन्ध में कहा गया है— जानति तुमहि २ ह्वं जाई। यह जानना क्या है? शाब्दिक नहीं, इसका आशय है अनुभव। यह स्थिति कहाँ उत्पन्न होती है? भूमा के क्षेत्र के निकट, केन्द्रीय क्षेत्र में पहुँच

जाने वालों की स्थिति का संकेत Efficacy of Rajyoga में दिया गया है। वहाँ पहुँचने पर सत्य पीछे छूट जाता है। हृदय क्षेत्र में वास्तविक ज्ञानावस्था थी, मानस क्षेत्र में पर ब्रह्माण्ड मण्डल तक उस ज्ञान की मूलशक्ति [Potentiality] थी किन्तु केन्द्रीय क्षेत्र में वह दोनों भी समाप्त हो जाती है। अब तो वहाँ पहुँचना है जहाँ ज्ञान अपने वास्तविक रूप में है। ज्ञान के मूल [Potentiality] के उद्गम का पता लगाना है। यह कहाँ से आता है ? तमसे। यह तम ही योगियों की अन्तिम स्थिति है। यह त्रिगुण में से नहीं है वरन् उस स्तर की स्थिति की अभिव्यक्ति है। मोक्ष का यही वास्तविक स्तर है। सामान्यतः जिसे लोग मोक्ष समझते हैं वह अस्थायी स्थिति है और हृदय क्षेत्र में ही छूट जाती है। भौतिकता के समाप्त होने पर सत्य आया था। जब वह भी चला गया तब चैतन्यता आई। अब वह भी चली गई और 'कुछ नहीं' तथा निरुद्योगता की दशा आई जो स्थायी रहती है। अहंकार अत्यन्त सूक्ष्म होकर व्यक्तित्व के रूप में शरीरान्त तक मृतक के समान रहता है। एकात्मा का एक क्षत्र साम्राज्य रहता है। ऐसा व्यक्ति प्राकृतिक नियमन का माध्यम बना दिया जाता है और केन्द्र के चारों ओर अशक्त-शक्ति के रूप में असीम हुआ जिन्दा-मुर्दे की दशा में निरानन्द में आनन्द का उपभोग करता हुआ तैरा करता है। वह स्थितिहीन एवं ज्ञानहीन होता है। इस स्थिति का नाम तमावस्था है। प्राचीन आचार्यों तथा आधुनिक वैज्ञानिकों के लिए सहज मार्ग की यह खोज एक अनुपम देन एवं आशीर्वाद है।

६- प्राचीन साधनाओं की कठिनाइयों तथा सहज मार्ग की सरलता पर भी एक दृष्टि डाल लेना अच्छा रहेगा।

[क] प्राणायाम सभी प्राचीन यौगिक साधनाओं का एक आवश्यक अंग रहा है। मन को अमन बनाने हेतु मन को प्राण [श्वास-प्रश्वास] में लय किया जाता था। यह अत्यन्त कठिन प्रक्रिया है और कोई सरल उपाय निकल आने पर इसे करने की आवश्यकता नहीं रह जाती। केवल इसे ही नहीं हठयोग के सभी पाँचों सोपान बहिरंग हैं और केवल मन को संतुलित करते हैं अतः सहज मार्ग में प्राणायाम तथा अन्य चारों सोपानों को छोड़ दिया गया है और मन को प्राणाहुति द्वारा संतुलित कर दिया जाता है। इस प्रकार प्राचीन साधनाओं की अधिकांश प्रणाली व्यर्थ हो गई हैं।

ख- पुरानी यौगिक क्रियाओं में कुण्डलिनी को जाग्रत करना प्रथम कर्तव्य था। वास्तव में कुण्डलिनी का आध्यात्मिक विकास में कोई हाथ नहीं है अतः सहज मार्ग में इसे बिल्कुल छोड़ा ही नहीं जाता क्योंकि यह प्राकृतिक शक्तियों से काम लेने का साधन मात्र है।

ग- हठयोग की पहुँच केवल अज्ञा चक्र तक है। अन्य योगों की मंजिल सहस्रदल कमल है। ईश्वरीय क्षेत्र तक पहुँचाने का उदाहरण कहीं नहीं मिलता सहज मार्ग सबको अन्तिम क्षेत्र तक पहुँचाता है।

घ- नादानुसन्धान आदि में विभिन्न प्रकार की प्राकृतिक शक्तियों का उद्रेक होता है और साधक उन प्रलोभनों में पड़कर अपने आध्यात्मिक विकास के प्रति तटस्थ हो जाता है। सहज मार्ग में स्पन्दनों के प्रति साधक को आकर्षित नहीं होने दिया जाता। और प्राकृतिक शक्तियों का उदय नहीं होने दिया जाता जिससे अभ्यासी का मार्ग सरल तथा निष्कण्टक बना रहता है।

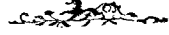
ङ- अष्टांग योग का केवल एक साधन ध्यान ही काम में लाया जाता है। ध्यान में भी नवीन वेदान्तियों की पलायनवादी बौद्धिक व्यायाम अथवा प्राचीन योगियों की भाँति प्रतिपक्ष भावना के माध्यम से चिन्तन नहीं कराया जाता क्योंकि उससे विचारों की स्थूलता बढ़ती है। साधक को एक हल्का सा ईश्वरीय विचार देकर बिना चिन्तन किये बैठे रहने को कहा जाता है जिससे विचारों की स्थूलता से भी बचत हो जाती है।

च- सहज मार्ग के अन्तर्गत प्रशिक्षण में रिद्धि सिद्धि प्रद मूलधार, स्वाधिष्ठान तथा मणिपुरक चक्रों में होकर सफर नहीं कराया जाता। अनाहत चक्र से आरम्भ तो होता है। किन्तु प्राचीन यौगिक पद्धतियों की भाँति मेरुदण्ड में होकर नहीं निकाला जाता क्योंकि मेरुदण्ड वाला रास्ता कठिन एवं भयानक सम्भावनाओं से भरा है। अभ्यासी को आगे की ओर से सरलता से ब्रह्माण्ड मण्डल में भेज दिया जाता है। यही पुरुषपथ है।

छ- प्राचीन पद्धतियों में अभ्यासी को नीचे से ऊपर सहस्रवार तक या ब्रह्मरन्ध्र तक अपने आप जाना पड़ता है। उसे मेरुदण्ड में होकर जाना होता है जिसमें होकर प्रकृति मूलाधार चक्र तक उतरी है। प्रकृति के विरुद्ध चलने में अनेक कठिनाइयाँ होती हैं। ऐसा करने के लिये जितनी शक्ति की आवश्यकता होती है वह उपलब्ध नहीं होती अतः करोड़ों व्यक्तियों में एक का भी अन्त तक पहुँचना सम्भव नहीं हो पाता।

ज- कुछ इने गिने प्राचीन सन्त राजयोगी प्राणाहुति की क्रिया जानते थे। वह लोग अभ्यासी के मन को ईश्वर के धोभ (प्रथम मन) से जोड़ देते थे और शक्ति को ऊपर ले जाने के स्थान पर ईश्वर को शक्ति के पाम उभार लते थे। काल के प्रबल हाथों ने यह विद्या छीन ली थी। अब वह उभरव्य है और सहज मार्ग के अन्तर्गत उसका खुलकर प्रयोग होता है जिसके फलस्वरूप अत्यल्प समय में ही अभ्यासियों की स्थितियाँ उत्तरोत्तर अच्छी होती जाती हैं।

विस्तार के भय से और विचार न करके इतना कहना आवश्यक प्रतीत होता है कि उपरोक्त तथ्यों के प्रकाश में प्राचीन साधनाओं का मूल्यांकन किया जाय तथा सहज मार्ग के संस्थापक द्वारा प्रस्तुत केन्द्रीय क्षेत्र, तमावस्था तथा स्वयं सहज मार्ग रूपी आशीर्वाद का समुचित लाभ उठाया जाय।



With Best Compliments from

Empire Colours & Chemical Company

Manufacturers of Cement Flooring Oxide Colours

Coloured Cement Floor Wax Polishes

12-A, Malavalli Rama Rao Road,

Banglore-2.

राजयोग-सहज मार्ग

(श्याम सुन्दर मिश्र, बहराइच)

म धा नो योग आ मुक्त स राये स पुरं ध्याम् । गमद बाजे मिरा स गः ।
ऋग वेद १।५।३

आज इस भौतिकता से आच्छन्न भौतिक जगत में भौतिक वादी मानव संतप्त विश्रुद्ध एवं अस्त व्यस्त क्रियाशीलता से त्रस्तः-संघर्ष ही जीवन है:-कहते हुये अपने जीवन में प्रगति लाने में रत है किन्तु इस प्रभु की रची हुयी सृष्टि में रहने वाले अनन्त ब्रह्माण्डों में अनन्त जीवों के शरीर, इन्द्रिय, चित्त वृत्तियाँ, बुद्धि, विद्या आदि में अनन्त भेदों के कारण साश्वत श्रेय के साधनों में भी अनन्त भेद हैं और एक ही जीव के मन में एक ही दिन में असंख्य मत आते जाते हैं। फिर भी सब जीवों के विचार में इस बात में अत्यन्त एकता है कि उनका अन्तिम लक्ष्य एक है और वह है सब स्थानों, समयों, अवस्थाओं में सब प्रकार से सुख-शान्ति मिलती रहे, और उन्नति होती रहे, तथा उनकी इस इच्छा में तनिक भी व्यवधान न आने पावे। इसी स्वाभाविक इच्छा से प्रेरित होकर सब जीव अपने अपने विचार से अपनी शक्ति अनुसर प्रयत्नशील हैं।

इसमें तनिक भी संदेह नहीं कि उन्नति की इच्छा स्वाभाविक ही नहीं अपितु नितान्त आवश्यक एवं उचित भी है। क्योंकि उन्नति की इच्छा तथा उसके साधन का विचार उसको प्राप्त करने का उद्योग ही जीव के जीवन का असंदिग्ध चिन्ह है। जहाँ उन्नति की इच्छा विचार और प्रयत्न न हों वहाँ जीवन भी नहीं है। इसका कोई प्रतिवाद तो दूर रहा, शंका तक नहीं की जा सकती, परन्तु उन्नति के विचार एवं प्रयत्न में इसलिये कठिनाई होती है कि हम उन्नति चाहते हुये भी उस तत्व का भली भाँति विचार नहीं करते और उसके यथार्थ लक्षण को न समझ कर भ्रम में पड़ जाते हैं। बल्कि उन्नति के लिये किये गये कार्यों से अवनति के मार्ग पर पहुँचकर अपने ही अपराधों से अनेक दुखों को भोगते हुये पश्चाताप से बारम्बार संतप्त होते रहते हैं। इसलिये यह आवश्यक है कि हम अपने असली और सच्चे लक्ष्य का पता लगाकर उसके वाद साधन और मार्ग का विचार करें। क्योंकि लौकिक क्रम में भी पहले हम अपने प्राप्तव्य स्थान का संकल्प या विचार करते हैं। तत्पश्चात् मार्ग के विषय में जिज्ञासा करते हैं, कि उन मार्गों में कौन सा मार्ग सस्ता, सुलभ शीघ्र पहुँचाने वाला, तथा आराम

देय है। किन्तु इन छोटी २ यात्राओं में भी सुनियोजित काम करके अपनी बुद्धि मत्ता पर प्रसन्नता का अनुभव करके भी अपनी संसार यात्रा (जिसमें हजारों जन्म जन्मान्तरों का सुख दुःख निर्भर करता है) हम अपने उत्तरदायित्व का ख्याल नहीं रखते, और न यह सोचते हैं कि हमारी इस लम्बी संसार यात्रा का लक्ष्य क्या है? परन्तु यात्रा तो प्रारम्भ हो ही चुकी और हम अपने अज्ञान बहुत दूर निकल भी आये तब हम हर मिलने वाले से पूछते हैं कि हमें किस मार्ग से चलना चाहिये कौन सा मार्ग अच्छा है? यह उपहास की बात नहीं तो और क्या है? कि हमें अपना लक्ष्य स्वयं नहीं मालूम। इसका स्वाभाविक परिणाम यह होता है कि बताने वाला भी हमारे अंत लक्ष्य को न जानकर (और संभवतः अपने भी) जो मन में आता है इंगित कर देता है।

अब प्रश्न यह है कि विभिन्न विचार, इच्छायें जब एक ही क्षण में परिलक्षित होती हैं तो सबका लक्ष्य एक कैसे हो सकता है? इसके लिये गहराई पर उतरने से आपको ज्ञात होगा कि मनुष्य मात्र का जीवन लक्ष्य एक ही, एक प्रकार का ही, और एक ही लक्षण वाला भी है। यह बात दूसरी है कि एक पैसा दूसरा स्वास्थ्य, तीसरा बल, चौथा विद्या पांचवा कीर्ति का भूखा है। किन्तु विचार कीजिये और उपरोक्त व्यक्तियों से पूछिये तो आपको पता चलेगा कि यह सब सुख शान्ति एवं आनन्द के लिये है। अब हम इस निष्कर्ष पर पहुँचते हैं कि मानव मात्र की ५ स्वाभाविक इच्छायें हैं। शास्वतव्यक्तित्व, परिपूर्ण ज्ञान, अखण्ड आनन्द, सर्व स्वातन्त्र्य और सर्वोपरि शासन। जिससे यह पाँचों मिल जायें उसके लिये विश्व में कोई चाहने योग्य वस्तु शेष नहीं रहती।

अब यह प्रश्न है कि इन पाँचों चीजों का स्थान कहाँ है? और प्राप्त कैसे हो? तो सिद्ध होगा कि जिसके पास यह वस्तुयें हैं, वही सर्वोपरि (भगवान) या परब्रह्म हो सकता है अन्य कोई नहीं। अब उसको प्राप्त कैसे करें? यह विचार करना है। इसी पर विश्व के समस्त मत मतान्तर अपना अपना विद्वत्ता पूर्ण वक्तव्य देते हैं। परिणाम स्वरूप गर्व बढ़ता ही गया “ज्यों ज्यों दवा की” खोज की उतावली में उलझने बढ़ती गयी किन्तु जरा सा विचार करने पर स्पष्ट होगा कि जिससे सब आचार्य सहमत हैं कि योग के बिना अन्य कोई मार्ग नहीं। व्याकरण की दृष्टि से भी युजिर-योगे, धातु में कतरिधयं लगने पर योग मिलाने वाला शब्द सिद्ध होता है। और तभी तो हमें उपरोक्त ५ प्राप्तव्य वस्तुयें प्राप्त हो सकेंगी। जब हम उससे मिल जायें। किन्तु जब हम योग का विवेचन करते

हैं तो क्रिया योग, समाधि योग, मन्त्र योग, जपयोग, लय योग, हठयोग (प्राचीन), हठयोग (नवीन मत्स्येन्द्र नाथी) कुलकण्डलीनी योग, अकुलकण्डलीनी योग, बाग योग, शब्दयोग, भक्तियोग, प्रेमयोग, प्रसन्नयोग, शून्ययोग, कर्मयोग, ध्यान योग, सांख्य योग, राजयोग, महायोग, पूर्ण योग आदि अनेकों प्रकार से वर्णित हैं किन्तु उपरोक्त विवेचन से यह निश्चय होता है कि जो ५ स्वाभाविक इच्छायें नर की हैं वह वस्तुयें हैं नारायण के पास। इससे नर नारायण का अंश है। तथा उन इच्छाओं की पूर्ति नारायण में तादात्म्य प्राप्त किये बिना संभव नहीं। साथ ही तादात्म्य प्राप्त करने का मार्ग केवल और केवल योग है।

अब योग का आनुपूर्वी विवेचन करने पर विरोधाभास प्रतीत होते हुये भी दो भागों में विभाजित किया जा सकता है। १-हठ योग २-राज योग। इसमें से हठ योग पर हमें विचार नहीं करना है, क्योंकि यह सामान्य मानव के वश की बात नहीं, क्योंकि पटचक्र भेदन, पटकर्म (घोती, बस्ती, नेति, नवली, कपाल, भाति, त्राटक) एवं कुण्डलीनी जागृति कर आजां चक्र की त्रिकुटी में पड़े शब को शिव-का रूप देकर अकुल से संयोग आदि, इतने दुःसाध्य साधन हैं जो सामान्य मानव के लिये संभव नहीं और वह भी उच्च स्थिति प्राप्त किये गुरु के समक्ष ही उक्त क्रियायें करने का प्राविधान है। बिना इसके कठिनाइयाँ आने का भय है। फिर भी इतना सब करने पर भी, सहस्र दश कमल को भेदन करने के आगे के मार्ग का वर्णन प्राप्त नहीं होता। क्योंकि इडा पिंगला के मध्य सुष्मना के बीच बज्रा, चित्रा और चित्रा के मध्य वह ब्रह्मनाडी से जो सहचारि में अकुल से मिलती है। इसके आगे का वर्णन नहीं पाया जाता। इससे हठयोग के दुरूहिता के साथ ही मिद्धियों के चमत्कार की छलना का भय भी बना ही रहता है। हठयोग के अनुसार यम नियम आसन प्राणायाम प्रत्याहार जो योगशास्त्र के चतुर्विध साधन हैं पर ही बल दिया गया है। राजयोग अन्तरंग साधन केवल धारणा, ध्यान और समाधि को कहते हैं। इससे स्पष्ट है कि राज योग मस्ता और सुलभ है।

अब थोड़ा सा राज योग का भी परिशीलन कर लिया जाय। वैसे गीता के नवें अध्याय में जिस राज विद्या, राज गुह्य योग की चर्चा भगवान् कृष्ण ने की है, उसके भाव ज्ञान और साधन ही राजयोग हैं:- जो

१- जड़ प्रकृति और शरीर आदि नाम रूपात्मक जगत चैतन्य आत्मा के आवरण हैं। विश्व ब्रह्माण्ड चेतन परम आत्मा का विराट रूप है। इसलिये कारण रूप परम आत्मा ही मालिक है। इसलिये सबसे प्रेम करना चाहिये ऐसा कहना है।

२- शरीर के प्रति अहमता और जड़पदार्थों के प्रति ममता का त्याग कर निष्काम भाव से मालिक के निमित्त ही कार्य करना और और उन्हीं को अर्पण करना ।

३- उपरोक्त भाव द्वारा चित्त सुद्धि करके दूसरों द्वारा प्राप्त कष्टों का भोग और जगत को प्रभुरूप में प्रेम करना ।

४- मालिक का हृदय में निवास मान, मन में स्मरण तथा उसके प्रदत्त कार्यों को सुचितापूर्वक करना ।

५- शरीररूपी पिण्ड (तन्धु ब्रह्माण्ड) के हृदय भाग में स्थित हो, मालिक को स्थापित कर, ध्यान द्वारा उसमें लय होना । इसमें सद्गुरु की कृपा अनिवार्य अपेक्षित है । इस प्रकार भागवत पुराण के स्कंध ११ अध्याय २ श्लोक २३, २४, २७, ३८, ४१, ४४, ४८ में भागवत धर्म तथा महाभारत पुराण में नारायणीय धर्म का उल्लेख है, जो राजयोग है ।

राजयोग की विशेषता यह है कि इसके सिद्धान्त और साधन सर्व मान्य हैं । इसकी उपयोगिता में किसी को संदेह नहीं हो सकता । गीता अध्याय दो श्लोक ४० में कहा है कि इसका थोड़ा सा आचरण ही बहुत बड़े भय से बचा देता है । इसमें एक सबसे बड़ी विशेषता यह है कि सद्गुरु सर्व काल में सहायता के लिये साथ रहता है । हाँ यह अवश्य है कि सद्गुरु वही हो सकता है जो "ब्रह्म-विद्ध ब्रह्मैव भवति" की स्थिति प्राप्त कर लोक रंजनार्थ स्वैका से कार्य रत हो । वास्तव में गुरुत्व का हमारे आधु ग्रन्थों में विषद् वर्णन है यहाँ तक कि गुरु साक्षात् परब्रह्म ही कहा गया है । जैसा कि:-

"मम वृते ते हृदयं दधामि मम चित्त मनु चित्तम् ते अस्तु ।

मम वाचमेकमना जुषस्य बृहस्पतिष्ठत्वा नियुक्तु मह्यम्" ॥

मेरा हृदय चित्त वाणी और मन सब तेरा ही है । मेरी स्वांस भी गुरु की स्वांस है, यही गुरु में लय होने की स्थिति है और गुरु में लय होना ही प्रभु में लय होना है । यही है राज योग ।

उपरोक्त विवेचन से यह स्पष्ट है कि मानव आज के संघर्ष रत जीवन में अपनी ५ स्वाभाविक इच्छाओं शास्वत-व्यक्तित्व, परिपूर्ण-ज्ञान, अखण्ड आनन्द, स्वतन्त्र, तथा सर्वोपरि शासन के लिये (जो प्रभु के पास हैं) व्यस्त-व्रत हो कर शरीर-मृत्यु की भ्रंशिता-प्राप्ति से आजीवित्वात् बचने के लक्ष्य के लिए प्रयत्न कर रहा है, और दौड़ते दौड़ते अपने प्राण खो रहा है । आप विश्वकर्मा मन्त्रिये

यह कस्तूरी आप के हृदय में है और उसे बाहर के बजाय अन्दर ढूँढना है । अन्दर जाने के लिये केवल योग साधन और योग साधन में राज योग, एवं राज योग का नवीन वैज्ञानिक पद्धति पर संशोधित सहज मार्ग ही हो सकता है । यह स्पष्ट है कि सबसे सस्ता, सुलभ, आरामदेय सहज मार्ग आज आप को आहूतकर उक्त वस्तुयें देने का वचन देता है । नर को नारायण बनाने का संकल्प करता है ।

अब आइये योग मार्ग के राज योग में अनुशंसित पद्धति को पूज्य बाबू जी महाराज द्वारा नवीन अनुसंधानित पद्धति पर आधारित इस सहज मार्ग का भी आप को संक्षिप्त दिग्दर्शन करा दें । सहज मार्ग समर्थ गुरु महात्मा श्री रामचन्द्र जी महाराज (बाबू जी) ने सन् १९४५ में पावन बसंत पर परम गुरुसमर्थ श्री रामचन्द्र जी महाराज फतेहगढ़ की पुण्य स्मृति में श्री रामचन्द्र मिशन के नाम से संस्थापित संदेश की साधना पद्धति का नाम सहज मार्ग रखा, जो स्वाभाविक प्राकृतिक होने में सहज है । यह मीथा और सरल मार्ग धार्मिकता के क्षेत्र में परे है । पूर्ण शून्यता जो हर प्रकार की विशेषताओं से परे है । पूज्य बाबू जी महाराज के शब्दों में "बन्धनों से पूर्ण मुक्ति पाने के लिये हमें सूक्ष्मतरंग और शुद्धतम बनने का प्रयत्न करना चाहिये जिससे कि हम ईश्वर के इन गुणों के समानान्तर बन सकें । वास्तविक जीवन का अमृत उनके लिये और केवल उनके लिये है जो अपने को लक्ष्य के स्तर पर ले जावे" । सत्य का उदय इससे सिद्ध होता है कि सहज मार्ग आप को उस पूर्ण से कम का लक्ष्य नहीं देता । इसके साथ ही धार्मिक बन्धनों की स्थूल मान्यताओं को भी छिन्न-भिन्न करता है । इसके लिये उपाय बताते हुये बाबू जी महाराज कहते हैं, "हमारी समस्या केवल वर्तमान जीवन की ही नहीं बल्कि भविष्य में होने वाले सभी जीवनो की है" । मोक्ष को जो लक्ष्य माने हुये हैं उनके विषय में कहा गया है "यह आध्यात्म मार्ग की पहली सीढ़ी है सत्य का उदय । भक्ति और अत्यन्त भक्ति सहज मार्ग का अंग है ।" किन्तु भक्ति लक्ष्य प्राप्त करने का एक साधन है न कि लक्ष्य । पूज्य बाबू जी महाराज ने पिण्ड को हृदय क्षेत्र, मनम क्षेत्र और केन्द्र इन ३ क्षेत्रों में विभाजित करके हृदय को केन्द्र तक पहुँचाने का विरवास दिलाते हुये स्पष्ट कहा है कि यह केवल राज योग ही है जिससे आप अन्तिम ध्येय को पा सकते हैं ।" सत्य का उदय । इस प्रकार सहज मार्ग का लक्ष्य साधन और उपाय गुरु की शक्ति द्वारा (योगिक प्राणाहुति) द्वारा सहज और सूक्ष्म होकर साक्षात्कार पर स्वतः ले जाती है ।

प्राणाहुति:— सहज मार्ग की सबसे बड़ी विशेषता योगिक प्राणाहुति (ट्रांसमिशन) है जो गुरु द्वारा होता है। पूज्य बाबू जी महाराज के शब्दों में “आध्यात्मिकता वास्तव में मन की वह सूक्ष्मतम और सुन्दरतम स्थिति है जिसकी तुलना में हर वस्तु भारी या स्थूल लगती है”। सुयोग्य गुरु का वर्णन करते हुये कहा गया है कि “जिसमें इतनी योग्यता हो कि वह आत्मशक्ति के द्वारा यह आध्यात्मिक दशाओं अभ्यासी के हृदय में प्रविष्ट करा दे और उसकी अड़चनों, उलझनों को हटाता चला जाय। यह गुरु की आत्म शक्ति ही हमारी साधना-पद्धति में योगिक प्राणाहुति है। जो मालिक (गुरु) को सर्वोपरि सत्ता की लय अवस्था से प्राप्त है। इसका वर्णन करते हुये बाबू जी महाराज का कहना है कि “यह अत्यन्त दुख की बात है कि हमारे प्राचीन ऋषियों की प्रारम्भ की हुई और व्यापक रूप से उपयोग की हुई योगिक प्राणाहुति की प्राचीन विधि उनी देश में लुप्त प्राय हो गई है” सत्य का उदय। इस प्राणाहुति द्वारा अभ्यासी के मन को ऊर्ध्वगामी कर उसे लय अवस्था तक पहुँचाने का इस साधना पद्धति में बाबू जी महाराज विश्वास दिलाते हुये कहते हैं कि यहाँ मैं विश्वास दिला देना चाहता हूँ कि उच्च दशाओं की प्राप्ति के लिये आध्यात्मिक शिक्षा केवल योगिक प्राणाहुति से सम्भव है और किसी से नहीं। प्राणाहुति की शक्ति एक अत्यन्त उच्चकोटि की योगिक शक्ति है जिसके द्वारा एक योगी अपनी इच्छाशक्ति से किसी के अन्दर योगिक शक्ति या ईश्वरीय प्रकाश भर दे या उसके अन्दर से कोई अर्वाञ्छित या आध्यात्मिक उन्नति में बाधक वस्तु को हटा सके। जिस व्यक्ति को इस शक्ति पर अधिकार है वह एक निगाह में क्षण भर के लिये या सदैव के लिये मन को उस दशा को पहुँचा सकता है जो अभ्यासी की तत्कालीन अवस्था से कहीं आगे हो और जिसे पाने के लिये सम्भव है पूरा जीवन लग जाय,” सत्य का उदय। यही योगिक प्राणाहुति हमारे मिशन तथा सहज मार्ग साधना पद्धति की सबसे सुलभ विशेषता है। बस अन्त में मैं आप से कहूँगा कि आइये इस राज योग की सहज मार्ग साधना पद्धति द्वारा आज के विश्व में नवीन क्रान्ति का प्रारम्भ करें। जो बाहर से न होकर अन्दर से प्रारम्भ हो। आज का प्रभु यही संदेश देने घरा पर उतरा है। उसका संदेश मुनिषे पृथ्वानिषे। अपने साथ ही अपनी मनः शक्ति को उद्बोधित कर विश्व की मानवता का कल्याण कीजिये। वैभे मालिक की इच्छा।

Errata

| PAGE | LINE | FOR | READ |
|------|------|------------------------------------|-------------------|
| 3 | 14 | insights | insight |
| 4 | 11 | Ramchandra | Ram Chandra |
| 4 | 12 | Shajahanpur | Shahjahanpur |
| 4 | 17 | Marsoilles | Marseilles |
| 6 | 17 | Introduce a comma after “Divine” | |
| 7 | 10 | full estextent | fullest extent |
| 7 | 12 | simultaeous | simultaneòus |
| 9 | 14 | Ramchandrajji | Ram Chandrajji |
| 10 | 11 | deen | been |
| 10 | 23 | modren | modern |
| 14 | 7 | Ramchandrajji | Ram Chandrajji |
| 14 | 16 | take aspirant | take the aspirant |
| 15 | 17 | natures | nature’s |
| 16 | 21 | for a | for |
| 19 | 14 | esembles | resembles |
| 20 | 7 | Ramachandrajji | Ram Chandrajji |
| 20 | 12 | Sri Ramachandra | Shri Ram Chandra |
| 21 | 2 | Introduce a comma after “Advocate” | |
| 21 | 5 | foundations | foundation |
| 21 | 7 | super imposed | superimposed |
| 21 | 23 | from the | from |
| 22 | 7 | a magnitude | magnitude |
| 22 | 29 | meens in | means |
| 23 | 1 | and the | the |
| 23 | 2 | they | thy |
| 23 | 15 | fund amentally | fundamentally |
| 23 | 15 | differnt | different |

| PAGE | LINE | FOR | READ |
|------|------|-----------|------------|
| 23 | 15 | Satwaik | Satwik |
| 23 | 19 | return of | return for |
| 23 | 26 | there | then |
| 23 | 28 | hatered | hatred |
| 23 | 28 | companion | compassion |
| 24 | 14 | under | order |
| 24 | 18 | satawik | satwik |
| 24 | 20 | sarifice | sacrifice |
| 24 | 21 | comment | commonest |
| 24 | 21 | man | men |