साधकों
के मनन, चिन्तन एवं अपनाने हेतु
परमसन्त सद्‌गुरु डा0 श्यामलाल सक्सेना
के
उन्हीं के शब्दों में आत्मज्ञान हेतु
आवश्यक निर्देश

प्रस्तुतकर्ताः

-दास डा0 वी. के. सक्सेना

देवस्थली, लखनऊ

परम पूज्य बाबूजी महाराज के ये आध्यात्मिक उद्गार केवल पढ़ लेने के लिए नहीं है। व्यक्तिगत स्वाध्याय में या सामूहिक गोष्ठी में प्रतिदिन इनके 5-10 निर्देशों को बारबार मनन एवं चिन्तन द्वारा आत्मसात् कर पूर्ण रुपेण साधकों के अपनाने के लिए हैं। यही उनकी सच्ची गुरु सेवा होगी और उनकी कृपा से परमात्मा से अनुराग और प्रेम होने पर अपना आध्यात्मिक जीवन ज्योतिर्मय होकर सफल होगा।

ॐ

बन्दौं गुरुपद कंज कृपासिन्धु नर रूप हरि।
महामोह तम पुंज जासु वचन रवि करनी कर।।

1. सन्तों ने आत्मज्ञान के लिए सिर्फ तीन चीजें आवश्यक रखी हैं और कुछ नहीं। इससे ज्यादा जरुरत भी नहीं है। सतगुरु की तलाश, उन्हीं का सत्संग और सतनाम का जाप।

(क) सतगुरु और ब्रह्मविद्या :–

2. सतगुरु वह है जिसकी पहुँच धुरपद तक है। सन्तों की रसाई (पहुँच) होती है सतलोक तक और परमसन्तों की धुरपद तक–अलख, अगम, अनाम और अकहा।

3. सच्चा सतगुरु मिल जाय तो क्या सम्भव नहीं। गुरु जब उस पैमाने का मिल जाय जिसकी धुरपद तक पहुँच है तो सबसे अच्छी जगह उनके भौं के बीच की है जिसको देखते रहो। उनकी सारी विद्या स्वतः हस्तान्तरित होकर तुममें आ जायेगी। तुम्हें कुछ करने की जरुरत नहीं। लेकिन इसमें तो भाव (श्रद्धा) का सवाल है। अगर भाव ठीक है तो सब ठीक है और भाव ठीक नहीं है तो कुछ नहीं होगा।

4. सन्त अपनी प्रशंसा नहीं चाहते। इसलिए नहीं चाहते कि वह जो बोलते हैं प्रभु के आधार या प्रेरणा पर बोलते हैं, तो उनका क्या काम है? वह सोचते हैं कि हमने कुछ किया भी तो प्रभु के दया के भरोसे किया। काम उनका है, हम तो एक माध्यम है, तो हमारी प्रशंसा की क्या बात है? हमने तो उसने जो हुकुम दिया उसका पालन किया। जो वह दूसरे को देना चाहता था वह हमारे माध्यम से चला गया। वह प्रभु पर समर्पित रहते हैं।

5. जो गुरु कहते हैं कि हम ही ‘‘राम’’ हैं तो हम इस राय में इत्तिफाक या पूर्ण विश्वास नहीं करते। वह हैं सब कुछ क्योंकि ईश्वर से मिले हुए हैं लेकिन ईश्वर और जीव में फर्क है। जीव, तब तक जीव ही रहेगा जब तक प्रभु से शत प्रतिशत नहीं मिल जाता। गुरु राम मिलावन हार तो है पर राम नहीं। गुरु उस समय खुद हट जाता है लेकिन उसके पीठ पीछे रहता है। इसी को ‘‘पुस्ते-पनाही’’ कहते हैं यानि पनाह देता रहता है, रक्षा करता है।

6. सन्त का धर्म है कि जो आपके पास आए उसके लिए प्रार्थना कीजिये। वह आपका दुश्मन हो कोई बात नहीं, मारने तक को आया हो कोई चिन्ता की बात नहीं। उस समय प्रभु से दुआ कीजिये- हे प्रभु! इसका भला करो। प्रभु का ‘‘नाम’’ उसके हृदय में खूब भरें। यही सन्तों का स्वभाव है, इसलिए उनको उदार चित्त कहते हैं।

7. गुरु का हर वक्त विश्वास कीजिये। उनको हर वक्त पास रखना है। चाहे तो उनके बन जाओ, चाहे अपना बना लो ये रास्ता सरल हैं। जब उनके होके रहोगे तो उन्हें तुम्हारा ख्याल बार-बार होगा। फिर सदाचार और विनम्रता से उन्हें अपना बना लोगे।

8. सन्तों का आशीर्वाद लेने के लिये सवेरे उठकर प्रणाम करें। उसके बाद ईश्वर की ओर झुकें। जिन गुरु की दया से हमें प्रभु की मेहर मिली सबसे पहले उनको प्रणाम करना है।

9. आशीर्वाद लेने के लिए नेक बनो और इतने नेक बनो कि आशीर्वाद मिल सके। आचरण इतना ऊँचा बना लो कि जिससे अति पवित्र हो जाओ।

10. सच्चा जिज्ञासु बड़ी मुश्किल से मिलता है जो सिवा परमात्मा के और कुछ नहीं चाहे। जहाँ ऐसा मिल गया तो उसे कुछ देर नहीं लगती। जो दुनियां के झंझटों से भरे हैं और दुनियां की चीजें चाहते हैं उन्हें बहुत देर लगती है।

11. यह ब्रह्म-विद्या या आत्म-ज्ञान मन और बुद्धि से बहुत ऊँचा है। इसलिए कि जहां तक मन या बुद्धि जाती है वहां तक तो अक्ल का काम है, ईश्वर के नाम का काम नहीं है। यह विद्या इसके ऊपरजिस वक्त आपने आत्मा का अनुभव कर लिया तो परमात्मा का साथ हो गया।

12. यह तो ब्रह्म विद्या का रास्ता ऐसा है कि बिल्कुल नेक और अति विनम्र बनकर जाओगे तो जा सकते हो, आगे बढ़ोगे वरना नहीं। मैं कहता हूं ऐसे बन जाओ जिससे संत तुम्हें कबूल कर लें और तुम उनसे जुड़ जाओ और यही निस्बत कहलाती है। यह विद्या बहुत सख्त है और सिर्फ गुरु पूरा करते हैं। गुरु समर्थ मिल गया तो प्रभु के दरबार में सीधा पहुँचा देता है। कहता है, मेरा बेटा मेरे साथ चलेगा।

13. पराविद्या को पकड़ो। यह विद्या छीनी जाती है। यह कोई सद्‌गुरु देता नहीं है, बेटे को भी! वह तो छिनाता है और छीनते हैं वे, जो इसके लायक होते हैं। यह विद्या हर सख्स के लिए है भी नहीं। इसके लिये या तो किसी सद्‌गुरु के (पूर्ण समर्पित) हो जाओ या नेक बनकर और अंह समर्पण कर अपना बना लो, तब तो काम बन सकता है जल्दी। सच पूछिये तो गुरु इस विद्या को देते नहीं, यह प्रेम के वश में फिसल जाती है।

14. तुम मनमते हो, गुरुमते रहो। मनमते ही करोगे तो तुमको भोगना ही पड़ेगा क्योंकि यह कृति तुम्हारी है। जिस वक्त तुम गुरुमते हो गये तो बाकी तुम्हारा क्या रह गया? मन गुरु को दे देने पर पाप होने का सवाल ही नहीं उठता। गलत होने का कोई सवाल ही नहीं उठता।

15. शिष्य गुरु को मन दे भी देता है लेकिन निजमन या आपा दिया न जाय। यहां पर यह है कि आपा या अहं भी भूल जाओ और सर्वस्व उसी पर निछावर कर दो। निजमन देने के बाद से ही असली विद्या शुरु होती है। उन्हीं को कुछ मिला जो गुरुमते होकर साधन कर रहे हों और निजमन भी दिया है।

16. मेरा ख्याल है कि प्रभु से ज्यादा दयालु मिलना भी मुश्किल है क्योंकि सबको समझते हुए कि गुनहगार हैं फिर भी माफ करते चले जाना उनका ही काम है। यह हर सख्स का काम नहीं। सन्त भी वही रास्ता दिखाते हैं कि क्षमा करते चलो तब जाकर तुम्हारा काम बनेगा।

17. सन्त तो वे हैं जिन पर प्रभु दया करते हैं। बस, कोशिश ये करने से प्रारम्भ होती है। मुझसे ऐसी गलती न हो जाये कि प्रभु नाखुश हो जायें। यही सदाचार है और रोज प्रार्थना कीजिये सबसे पहले कि हे प्रभु! आपने दया की जो अपना ख्याल हमको दिला दिया। एक तो ये कायम रहे और दूसरा हम यह ख्याल करते रहें कि हमसे कोई गलती न हो जाय।

18. माया को छोड़कर प्रभु की तरफ झुकना कोई मामूली बात नहीं है। यह केवल भक्तों का ही काम है। माया बारबार हमला करती है और फिर टांग पकड़ कर नीचे फैंक देती है। यह ज्यादातर ज्ञानियों और कर्मकाण्डियों पर होता है। भक्त को तो शुरू से ही होता है कि किसी सूरत में हमें प्रभु के चरणों के दर्शन हों तो ख्याल ही दूसरी ओर नहीं जाता।

19. बाबूजी, गुरु एक-एक सेकेण्ड की सब बात आपकी जानता है, एक एक सेकेण्ड की। उसने अपने अंश को डाल दिया है आपमें, अब निश्चिन्त है। वह कहता है जो इस पर बीतेगी वह मुझे मालूम हो जायेगा।

20. ध्यान प्रभु का ही करो और मदद उनसे यानि गुरु से लो जो इस रास्ते से वाकिफ है। ध्यान स्थायी चीज का ही करो। जिस समय आप चौबीसों घंटे यह सोचेंगे कि प्रभु हमारे सम्मुख हैं तो एक समय ऐसा आता है कि प्रभु किसी न किसी रूप में आपके सामने होते हैं। गुरु यही करता है। जिस समय सामने कर देता है शिष्य को, उस समय खुद अपने हट जाता है। वह कहता है कि यह बेअदबी है कि मैं तुम्हारे और प्रभु के बीच रहूँ। परमगुरु राम मिलावन हार है। वह तुम्हारा कारूरा है, माध्यम है और तुम्हारे लिये यहाँ सबसे महान

और पूजनीय है। वह जस्ट नेक्स्ट टु गौड यानि परमात्मा के बाद यहाँ तुम्हारे लिए वही है।

(ख) सत्संग

21. सत्संग की वजह से तो यह रास्ता बहुत सरल है बाकी बहुत मुश्किल। इसको प्राईमरी या प्रमुख करो। इसको सेकेण्डरी या दूसरे स्थान पर कर दोगे और दुनियां की चीजों को प्रथम स्थान पर कर दोगे तो वहीं की चीज तुम लोगे फिर परमार्थ तो दबा रहेगा।

22. पहले प्रार्थना करो, फिर नाम से पुकारो और नाम को पुकारते-पुकारते ऐसे मगन या तल्लीन हो जाओ कि ध्यान लग जाए। नाम में किसी ने 'अल्लाह' कहा, किसी ने 'राम', किसी ने 'ॐ' कहा और किसी ने गौड कहा। तुम्हें जो अच्छा लगे वही कहो।

23. प्रभु से प्रार्थना कीजिये जो लम्बी-चौड़ी न हो, खाली गिड़गिड़ाहट हो जैसे- ''अब बहुत दिन हुए प्रभु, दया करो।'' दो चार बातें उनसे कर लीजिये पर वह आपके दिल की आवाज हो।

24. सहूलियत से ध्यान करें और फिर कुछ दुनियावी ख्याल न रहे। उसमें जो हालत गुजरेगी वह अनुभव है, क्योंकि उस वक्त न आप हैं न गुरु हैं। जहां आपको अनुभव शुरु हुआ तो आपको रस आ जायेगा प्रभु-प्रेम का और जहां रस आया फिर धीरे-धीरे आध्यात्मिक तरक्की होती रहेगी आगे की।

25. सत्संग में गुरु साधक के स्थूल और सूक्ष्म शरीर को ढ़ीला कर देते हैं जिससे आत्मा के आवरण हट जाते हैं और धीरे-धीरे खाली आत्मा रह जाती है और आत्म दर्शन सहज हो जाता है। जब लय की हालत होती है तो उनका तेजपुंज मिलता है और प्रभु का दर्शन होता है। सन्त की आध्यात्मिक ताकत और मनोबल से सभी चक्र जाग्रत हो जाते है। हृदयचक्र की जागृति से प्रेम बढ़ जाता है।

26. प्रतिदिन के चौबीस घंटे का कम से कम दँसवा हिस्सा यानि ढाई घंटा रोज परमार्थ के लिए रखें परन्तु ऐसा नहीं कि समय निपटाना है, वह बड़ी सच्चाई के साथ बड़े प्रेम के साथ। पूजा की आदत डाल देनी चाहिये और ऐसी कि बिना पूजा के रहा न जाये। सबसे बेहतर

समय सुबह और शाम है। उस समय वातावरण शान्त रहता है। पूजा में कोई नागा न हो।

27. गलत सोहबत से परहेज करो। जो न ईश्वर के भक्त हैं और न ईश्वर की तरफ रूझान रखते हैं उनकी सोहबत से बहुत बचो और जिस समय प्रभु का भक्त मिल जाये तो मैक्सिमम टाइम यानि अधिकांश समय उनको दो।

28. सच्चाई बरतो। आप कहेंगे कि सच्चाई क्या है? जो अन्दर सो बाहर, यही सच्चाई है, कोई मिलावट या दिखावा नहीं। इसी पर ईश्वर की उपस्थिति होती है।

29. सत्य ही ईश्वर है, ईश्वर ही सत्य है। प्रेम ही ईश्वर है, ईश्वर ही प्रेम है। ईश्वर के लिये दो लब्ज आये हैं ना ?-श्रद्धा और विश्वास। बाबूजी, ईश्वर जो सत्य और प्रेम है वह 'भाव' पर है। जितनी भी तपस्या कर लीजिये, अगर भाव नहीं है तो बड़ा समय लग जाता है। भाव आ गया तो समय कम लगता है। तो क्या चीज असल है, भाव है न? -श्रद्धा और विश्वास।

30. प्रभु से अनुराग कर लो, वैराग्य की जरुरत नहीं। जब उनसे अनुराग करोगे तब वैराग्य तो स्वतः हो जायेगा। क्या जरुरत है वैराग्य की सूची बनाने की? ईश्वर के चरणों में मन लगाओगे, तो बाकी सभी चीजों से वैसे ही वैराग्य हो जायेगा। परमात्मा से अनुराग हो जायेगा तो दुनियां का तुम्हारा हर काम अपने आप होता रहेगा। वह सही होगा और तुम्हारी भलाई के लिये होगा। कुदरत की तरफ से मुसीबत भी आयेगी तो समझोगे कि यह बरकत है प्रभु की।

(ग) सतनाम

31. सबसे अच्छा, मेरे तजुर्बे में, जो साबित हुआ वह सतनाम साबित हुआ। प्रभु के नाम भी विभिन्न हैं। कोई कहता है कुछ, कोई कहता है कुछ। सबसे अच्छा 'ॐ' है। स्टैण्डर्ड है। वह दीखता है त्रिकुटि में। सन्तों ने 'राम' नाम लिया है। जो तुम्हें अच्छा लगे सोई कर लो लेकिन ख्याल यह हो कि हम प्रभु को पुकार रहे हैं। वह एक है, दो हो ही नहीं सकता।

32. जहाँ शान्ति है वहाँ प्रभु का नाम है, उसके पहले हो ही नहीं सकता। छोटी-मोटी बातों से जिसकी शान्ति भंग होती है उससे क्या फायदा? वह शान्ति ठीक है जो स्थायी है। शान्ति है ईश्वर के नाम में और किसी में है ही नहीं। इसलिये उसी ईश्वर के नाम की ओर झुको। जिस वक्त ईश्वर का नाम सच्चाई से लोगे तो मुमकिन है तुम कुछ भी न कर सको तब भी दूसरों का भला हो जायेगा।

33. जो वक्त गुजर गया उसे छोड़ो। जो हो गया सो हो गया। यह फिक्र करो कि अब हमें क्या करना है। जो वक्त रह गया है उसी को प्रभु के नाम में इस्तेमाल करो। इतना ही बहुत है और यही सही है।

34. सिर्फ ईश्वर का नाम हर वक्त लीजिये और वही सही है। देखो और सोचो दुनियाँ में जितनी भी कमाई करते हैं, सब छोड़ने के लिये है, ले जाने के लिये नहीं। साथ जाने वाला सिर्फ ईश्वर का नाम है। उसी को हासिल करो। शरीर छूटने पर वहां हम होंगे, हमारी कमाई होगी ईश्वर के नाम की और वहीं पूछने वाला होगा कि दुनियां में रहकर तुमने कैसे कैसे गलत काम किया है। जवाब देना होगा।

35. परमात्मा को एक दफे भी कह लो। सिर्फ उसका नाम पुकारो लेकिन हो पुकार ऐसा कि सिवाय उसके और आपके कोई हो ही नहीं। जिस वक्त पुकारोगे-"प्रभु बहुत दिन हो गये बिछड़े हुए। कब मिलोगे?" मेरा ख्याल है इतना ही काफी है। फिर इस पर अगर जम सको (ख्याल से) तो जितनी देर जम सको उतना ही ठीक। अदब तो यह है कि प्रभु को एक सेकेण्ड भी मत भूलो, जो आपके साथ हर वक्त रहता है। लेकिन यह अत्यन्त कठिन है, फिर जितना भी हो सके।

36. कृपानिधान को हर वक्त साथ रखें तो आधा गुनाह तो वहीं खत्म हो जाता है। लोग बुरे ख्याल के आने से बहुत डरते हैं। तो कुछ नहीं। बुरे ख्याल को घुसने काहे को दो। ताता लगाओ राम नाम का तो वह घुसेगा ही नहीं। अब तो हम बच गये।

37. लोगों ने लिखा है कि 'राम ने इतने तारे'। उनके नाम ने न जाने कितने तारे और राम को भी 'नाम' की जरुरत पड़ गई। नाम की बदौलत हनुमान जी समुद्र फांद गये और लांघ गये।

38. ईश्वर को सच्चे मन से एक बार पुकार लो। साथ ही संतों को प्रणाम कर लो। बाबूजी इस रास्ते में चलने में बड़ी सहूलियत हो जायेगी क्योंकि संत अपना आशीर्वाद दे देंगे, प्रभु को तो आप याद ही कर रहे हैं। फिर आपने जो विद्या पाई अगर हो सके तो थोड़ा बाँट दीजिये।

39. राम नाम का वासा अपने हृदय में कर लो। माया आयेगी ही नहीं जब राम नाम का वासा हो गया। प्रेम के लिये छूछा यानि खाली हृदय चाहिये। जहाँ हृदय छूछा हुआ वह बिना प्रेम के रह ही नहीं सकता। जहां हृदय भी शुद्ध हो गया, प्रेम भी भर गया तो अभिमान या अंह किस बात का? प्रभु के अति आधीन (समर्पित होकर) होकर चलो।

40. साकार और निराकार में फर्क नहीं है बल्कि रिक्त स्थान है। और ऐसा रिक्त स्थान है कि अच्छे-अच्छे सन्त ताकते रहते हैं कि हम निराकार को कैसे चले जायें। इसको भरने के लिये 'नाम' (ॐ शब्द)। जिसकी धारणा 'नाम' की है उसके लिये सरल है। साकार को निराकार से मिलाने वाला नाम है। असल चीज वह है, बाकी सब बेकार है।

41. जरुरत है तो बातें भी करो, काम भी करो लेकिन जो समय तुम्हारा बचा हुआ है उसमें ईश्वर का नाम लो। यही करो तो तुम्हारा काम हो जायेगा। अगर बचा-खुचा समय भी ईश्वर के नाम के लिये नहीं दिया तो मुमकिन है आपको फिर आना पड़े।

42. प्रभु को पुकारो। किसी नाम से पुकारो जो तुम्हें अच्छा लगे। जब वह दूर हो तो जाप से पुकारो। जिस दिन दीख जाये तो फिर पुकारने की क्या जरुरत? अगर मिल जाये तो फिर पुकारना क्या?

43. खाली ईश्वर को पुकारते रहिये-हे प्रभु! जैसी तुम्हारी मर्जी। ऐसा कर दो कि हम किसी सूरत से तुम्हारे सामने खड़े हो सकें। जो तुम्हें पसन्द हो वही हमसे कराओ। हमारी हिम्मत क्या है? हम किस लायक हैं?

44. सच्चे भक्त होने के लिये, दो मिनट के लिये सबसे पहले गिड़गिड़ाया करो- ''हे प्रभु! तुमने जब मुझे अपनी याद दिलाई और

हम तुम्हारे रास्ते की तलाश में हैं, तो इतनी और कृपा कर दो कि हम तुमको भूल न जायें। हम भूल भी जायें तो तुम मुझे न भूलो क्योंकि मुमकिन है कि हम तो माया के चक्कर में तुम्हें भूल जायें लेकिन तुम न भूलो।''

45. कबीर साहब ने कहा है कि अब तक तो हम 'राम-राम' कहते रहे। तब समझे कि मैंने पुकारा, जब राम कहें 'कबीर-कबीर'। जानते हो इसमें क्या भेद है? आपने राम-राम करते राम को अपना लिया अब राम को उनकी फिक्र है। उस वक्त राम कहते है-कबीर-कबीर। इस पोजीशन याने स्थिति पर आने की कोशिश करो। किस तरह हम पुकारते रहें कि उनको हमारी इतनी याद आ जाये कि वे भी हमें पुकारें।

विविध :-

46. **त्याग-** परमार्थ जो है, सब कुर्बानी चाहता है। यहाँ ग्रहण कुछ नहीं है। सब त्याग ही त्याग है। ग्रहण कहाँ है? दुनिया के मामले में है। यहाँ आप उन चीजों को ग्रहण करना चाहते हैं जो आपको छोड़ना है और उनको छोड़ते हैं जो साथ जाने वाला है।

47. **सेवा-** सेवक बनो। जब तक स्वामी बने रहोगे तब तक यह आध्यात्मिक विद्या भी जरा मुश्किल है। जब सेवक हो गये तो मिनटों में यह विद्या आ सकती है। बेगरज, बेलौस, (बिना अंह भाव के) शुद्ध मन से सेवा करो दूसरे की। जब बेगरज करोगे और मुआवजा नहीं चाहोगे तो तुमने जो किया वह ठीक किया। तुम उसका बदला चाहते हो तो वह सेवा नहीं, स्वार्थ है और लड़ाई-झगड़े की जड़ है।

48. **भोजन-** जो साधना में तरक्की करा सकती है वह है खाना। बड़ी नेक कमाई का खाना हो। परमार्थी को जबान के जायके की जरुरत नहीं। कहो- हे प्रभु! ये तुम्हारा दिया हुआ है। इसमें प्रभु के प्रकाश के सिवाय और कोई चीज नहीं है और फिर खाओ। खाना सतोगुणी हो और ज्यादा न हो। ऐसा करने से एक महीने के बाद हालत

तब्दील हो जाती है। खाना बड़ी नेक कमाई का हो। जरा भी इसमें सुबहा हो कि खाना नेक कमाई का नहीं है तो अच्छा है कि नहीं खाओ, छोड़ दो। सिर्फ जिस्म की रक्षा के लिये एकाध रोटी खा सकते हो। जब देखें कि फिर भी गुजर नहीं है तो ईश्वर को खाना अपर्ण कर दो कि हे प्रभु हम मजबूर हैं, खाना पड़ रहा है, आपका आशीर्वाद शामिल होना चाहिये।

49. **सोसायटी या परिवेश–** परमार्थियों की सोसायटी अलग होनी चाहिये। उस सोसायटी में भ्रमण करो जहां परमात्मा के नाम का जिक्र हो। बेकार की सोसायटी में नहीं।

50. **व्यवहार–** देखो, परमार्थी और दुनियादारों में बहुत फर्क होता है। तुम अपने को परमार्थी कहते हो पर एक भी बात परमार्थ की करना नहीं चाहते हो तो सिवाय इसके कि सिर्फ नाम लिखा लिया और कुछ नहीं। तुम्हारे व्यवहार में और दुनियादार के व्यवहार में फर्क होना चाहिये। तुम्हारे कार्य और व्यवहार प्रभु के लिये होना चाहिये।

51. **सदाचार–** देखो, पहले अच्छे हो जाओ तब अच्छा कर सकोगे। इसके पहले तो कर ही नहीं सकते। तो अच्छा बनो यानि बी गुड और फिर अच्छा करते रहो यानि डू गुड लेकिन इसे प्रभु का काम समझो और संस्कार एक चीज का भी न बनने दो।

52. **निष्काम कर्म–** एक सिर्फ निष्काम कर्म है जिसका संस्कार नहीं बनता। उसे भोगने के लिये आना नहीं पड़ता। निष्काम की विशेष हालत जिस वक्त गुजरी तब जितना भी काम वह करेगा वह निष्काम होगा। इसमें तुम्हारी हालत ऐसी हो जाती है कि सब काम प्रभु की प्रेरणा से हो रहा है वह ठीक है, इसमें तुम्हारा कोई मतलब नहीं।

53. **आदर्श जीवन–** जीवन इतना सुखी, सुन्दर और नेक बनाओ कि आदर्श हो। ऐसा न हो कि हम आए, खाये-पीये, रुपया कमाये और चल दिये वापस। एक आदमी का भी आध्यात्मिक भला हो गया तो वह भी बड़ी अच्छी चीज है, काफी है, आपने बड़ा उपकार कर दिया। वह तभी होगा जब आप अपना उदाहरण पेश करेंगे-पहले

नहीं। कहने से कुछ नहीं होगा। बहुत मुमकिन है किसी वक्त प्रभु की याद हो जाये कि हमारे एक बन्दे को इन्होंने नेक रास्ते पर डाल दिया था। इतना बहुत है आपके लिये।

54. **साकार निराकार भक्ति–** साकार जब तक तय नहीं होगा तो निराकार मिल ही नहीं सकता। जहाँ साकार खत्म होता है वहीं निराकार शुरु होता है तो साकार पहले तय कर लें तब निराकार की बात करिये। इसके पहले बात ही कैसे कर सकते हो। आखिर चार मुकाम जो हैं- अलख, अगम, अनाम और अकहा–ये निराकार हैं, वहाँ कोई माया–वाया नहीं है।

55. **समत्व भाव–** बाबूजी, ईश्वर ने सिर्फ इन्सान पैदा किया है, जाति-पांति नहीं। ये सब आदमी ने बनाया है। सन्तों ने ये सब झगड़ा मिटा दिया। यहाँ न जात न पात, न ऊँच न नीच। जो ईश्वर का नाम लेता है वह ईश्वर का है।

56. **अनुराग–** जिस वक्त अनुराग परमात्मा से हो जायेगा तो बाकी दुनियाँ का काम तो अपने आप होते रहेंगे क्योंकि अब तुम्हारा प्रेरक, पालक व रक्षक परमात्मा ही हैं। अब तक तो तुम्हारी अक्ल रक्षक थी अब परमात्मा तुम्हारा रक्षक है, जैसे वे रखें। जिस वक्त ये हालत आ जाती है तो दुनियाँ छूटती नहीं बल्कि उसका मोह छूटता है।

दुनिया के सब काम करो लेकिन साथ ही इतने लिप्त भी मत होओ कि यहीं फंस के रह जाओ । सब काम करो, बड़े ठाट से करो लेकिन ध्यान प्रभु के चरणों में रहे। **''कर से कर्म करो विधिनाना, हृदय राखि सन्मुख कृपा-निधाना।''**

57. **सहनशीलता–** यह दुनियाँ है बाबूजी, बड़े-बड़े लोगों को गालियाँ दी जाती है, हम आप तो मामूली शख्स हैं, हम कहाँ झगड़े में पड़ें। इनको सुनो ही नहीं, बहरे बन जाओ। सोचो कि हम पर गुजरी ही नहीं। यही सहनशीलता अच्छी है।

58. **भलाई–** वह करें जिसमें दूसरे की भलाई हो। फर्ज करो कि तुम भलाई नहीं कर सकते हो तो ऐसी हालत में ईश्वर से प्रार्थना तो कर ही सकते हो कि हे प्रभु! इनका भला करना। यह तो हमारे

अख्तियार की चीज है। पैसा भी खर्च नहीं करना है और न मेहनत करना है। लेकिन कोई काम ऐसा न करो जिससे दूसरे की बुराई हो।

59. **आर्थिक सहायता–** धन जरुरतमंद के काम आ जाता है तो बहुत अच्छा। खासकर उसके जो बड़ा दुखी है, खाने को नहीं है। लड़की की शादी हो तो उसको दो। ध्यान रहे कि किसका हम ज्यादा से ज्यादा भला कर सकते हैं उस पैसे से ज्यादा बेहतर है। दिखावा जितना कम हो सके उतना अच्छा।

60. **मनोबल–** दुनियाँ आसानी से नहीं छूटती है। आपका क्या काम है कि इसी समय में से समय निकाल कर प्रभु के लिये दो मिनट दे दीजिये। यही है मनोबल। दो मिनट की पुकार से जब उसकी दया हो गई तो क्या बचा? इसका एक हिस्सा भी समझ लोगे कि उसकी दया क्या चीज है तो सब दुनियाँ फीका लगेगा और उसे भूल जाओगे।

61. **दुनियाँ का भोग–** सभी प्राणियों की शक्ल एक ही है। हाथ, कान, नाक आदि तो जानवरों के भी मिलेंगे। लेकिन आप में क्या विशेष चीज है-चेतना। उसी चेतना ने यह सिखाया है कि तुममें ईश्वर है और तुम्हारा जन्म ईश्वर पाने के लिये हुआ है। दुनियाँ का भोग संतुलन के साथ कर लो कोई बात नहीं, लेकिन उस रीति से न हो जिसे लोगों ने गलत कहा है। जब अति हो गई, तो भैया, तुमने की तो सजा कौन भोगेगा? यह प्रकृति का नियम है कि सजा वही भोगेगा जो करेगा।

62. **मन पर नियंत्रण–** देखिये काम, क्रोध, लोभ, मोह और ममता इन पाँचों का कन्ट्रोल करना पड़ता है। छूटे या न छूटे यह दूसरी बात है लेकिन आपको इन्हें नियंत्रित करना जरूरी है। इसमें सबसे पहले काम छूटता है, फिर क्रोध, फिर मोह, फिर लोभ और अन्त में अहम्। कभी-कभी अहम् की जरुरत भी पड़ सकती है। इसलिये यह अन्त में जाता है।

63. **परमात्मा का भरोसा–** जब भीख मांगना है तो प्रभु से मांगो। अगर प्रभु ही भीख दे सकते हैं तो सारी दुनियां से भीख मांगने की क्या

जरुरत है, उनकी क्यों खुशामद करते फिरें? दें या न दें! लेकिन प्रभु अपने भक्तों पर रीझ ही जाते हैं बशर्ते कि आप उनके सच्चे भक्त हों। यह समपर्ण है।

64. **पश्चाताप–** रात को हिसाब कर लिया कीजिये कि हमसे कोई गलती तो नहीं हो गई जिससे प्रभु नाराज हो गए हों और प्रभु का साया व दया हमारे ऊपर से हट जाये। गलती हो जाये तो पश्चाताप कीजिये। सच्चा पश्चाताप है कि वैसी गलती दोबारा न होने पाये।

65. **दर्शन–** मेरा ख्याल है पहले राम की रटन लगाओ। इतना रटन लगाओ और इसलिये रट लगाते रहो कि न जाने किस वक्त उसकी कानों में हमारी आवाज पड़ जाये और वह दया करके देख ले। और जब देख लिया तो हमारा सब काम बन गया। यही दर्शन है, कितना सहज।

66. **आसक्ति–** लोग कहते है कि हमें ईश्वर नहीं मिला। आपने दुनियां कहाँ छोड़ा? छोड़ने का मतलब उसे नहीं, उस की आसक्ति। जिन चीजों को छोड़ना है उनके हम ठेकेदार बन गए और जिन परमार्थ को साथ ले जाना है उसकी फिक्र भी नहीं करते। हम चाहते हैं कि हमारी यह दुनियां भी ठीक हो जाय और परमार्थ भी। जिन्हें आपको छोड़ना है उनमें आपकी आसक्ति है और जरुरत से ज्यादा आसक्ति है। दुनियाँ का लगाव संतुलित हो तो वहाँ भी गुंजाईश है।

67. **लोभ–** लोभ बुरी तरह से नियत खराब कर देता है और यह गलत काम की तरफ हमेशा मोड़ता है। तो देखिये अगर एक लोभ को भी छोड़ दें तो क्या हर्ज है? ईश्वर को पाने चले और त्याग भी करने को तैयार नहीं तो कैसे होगा? मूल और अति आवश्यक बात यह है कि सन्तोष हो।

68. **माया–** जब इन्सान स्थूल चक्रों से पार करता है तो माया बुरी तरह सताती है। आज्ञा चक्र पर कामिनी से अच्छे से अच्छे इन्सान पतित हो जाते हैं। जहाँ आज्ञा-चक्र से आगे गए त्रिकुटि पर तो सूक्ष्म माया सताती है। यहाँ त्रिकुटि पर सताती है कांचन और इससे भी छूट

गए तो अहंकार सताता है। जब इसको भी पार कर गए तो जाकर कहीं रास्ता साफ हुआ। सिर्फ भक्त ही होता है जिसकी इच्छा ही यह होती है कि प्रभु का दर्शन हो जाय तो उसकी निगाह भी दूसरी तरफ माया पर नहीं पड़ती।

69. **विनम्रता–** प्रभु के दरबार में प्रवेश के लिये नम्रता या विनम्रता की बड़ी जरुरत है। ईश्वर के भक्त को बड़ा विनम्र होना चाहिए। आप काबिल जितने हैं और अगर विनम्र नहीं हैं तो जनता को उतना फायदा नहीं पहुँचेगा जितना होना चाहिए।

70. **विश्व प्रेम–** इस परमार्थ के रास्ते में सबों के लिए आदर रखें। महानास्तिक का भी आदर करें। मुमकिन है अगले क्षण वह बदल जाए। आपकी सोहबत पाकर ही बदलाव हो जाय। विश्व प्रेम ऐसा होना चाहिए कि ईश्वर सर्वत्र विद्यमान है तुम प्रेम करते हो प्रभु को, न कि शरीर को। शरीर तो अदल बदल करता रहता है। सबों का पूर्ण आदर करो।

71. **निर्भिकता–** जो साधक सच्चा है उसमें बड़ी निर्भिकता होती है। आसानी से गलत आदमी उसके हाथ से गलत काम नहीं करा सकता। उतना ही करना चाहिए जो सही है। गलत करने से पैसा भी मिलेगा तो दुख भोगोगे तुम्हीं तो। तो काहे को ख्वाहमखाह हम गलती कर परेशान होते फिरें?

ॐ शान्ति! **ॐ शान्ति!!** **ॐ शान्ति!!!**