कृपाल वाणी

गद्य-पद्य रचनाएं
(संशोधित)

कृपाल सिंह

कृपाल वाणी

बाबा सावन सिंह जी महाराज फोटो

संत कृपाल सिंह जी महाराज

कृपाल वाणी

गद्य-पद्य रचनाएं

(संशोधित)

कृपाल सिंह

कृपाल सेवाश्रम

प्लाट 5-A, स्कीम 71-C,

इन्दौर - 452 009 (भारत)

FOR PRIVATE CIRCULATION-NOT FOR SALE

Published by :
Kirpal Sandesh Society, New Delhi

Reprinted by :
Kirpal Sewa Ashram, Indore

April 2008 - 4000 Copies

DEDICATED
TO THE GLORY OF GOD,
INSPIRER OF ALL THE
GREAT MASTERS,
AND TO
SANT SAT GURU KIRPAL SINGH JI MAHARAJ
with love, reverence and gratitude,
THE BELOVED OF THE UNIVERSE

दो शब्द

प्रस्तुत पुस्तक दो भागों में है। प्रथम भाग गद्य रूप में है जिस में हजूर महाराज संत कृपाल सिंह जी पर आधारित पुस्तकों 'कृपाल ने ऐसे कहा ' (Thus Spake Kirpal) तथा 'जीवन का अमृत' (Spiritual Elixir) के अलावा उनके द्वारा दिए सत्संगों से कुछ अंश शामिल किए गए हैं। द्वितीय भाग में महाराज जी की अपनी कलम द्वारा लिखी गई कविताएं हैं। कृपाल वाणी नामक पुस्तक पहले-पहल कृपाल सन्देश सोसायटी, नई दिल्ली द्वारा प्रकाशित की गई जिसके हम अति आभारी हैं। उन्होंने पता नहीं कहां -कहां से कविताओं को प्राप्त कर के इनको पुस्तक रूप दिया। निश्चय ही इस काम में उनको कड़ी मेहनत करनी पड़ी होगी जिसके परिणामस्वरूप महाराज जी की मानव-मात्र के हृदय की गहराइयों को झंझोड़ कर वहां दबे दुनियावी संस्कारों को चुन-चुन कर दूर कर के बरबस प्रभु-प्रेम की ज्वाला उत्पन्न करने वाला कविता-रूपी दुलर्भ खज़ाना आज संगत को उपलब्ध हो सका। तत्पश्चात् कृपाल सेवाश्रम, इन्दौर द्वारा मूल पुस्तक को पुनः प्रकाशित किया गया। मूल पुस्तक में कविताएं बिना किसी क्रमांक व नाम मात्र के शब्दार्थ के साथ थीं।

गद्य भाग

इस भाग में हजूर महाराज संत कृपाल सिंह जी द्वारा देश-विदेश में दिए गए हिन्दी-अंग्रेज़ी प्रवचनों तथा विदेशी सत्संगियों को लिखे पत्रों से उद्धरण पेश किए गए हैं। कुछ अंश अंग्रेज़ी भाषा से अपनी तुच्छ बुद्धि द्वारा अनुवाद किए गए हैं। भाषा-अनुवाद में पूर्ण भाव प्रकट करने में हमेशा ही कमी रहने की संभावना बनी रहती है। फिर यह तो महापुरुषों की वाणी का अनुवाद है। जैसा-कैसा भी हो सका या उस मालिक ने जैसा करवाया, अनुवाद से अधिक से अधिक न्याय करने का प्रयत्न किया गया है। फिर भी इस में सही भाव प्रकट कर पाने में रह गई किसी भी त्रुटि के लिए हजूर महाराज जी तथा परमार्थाभलाषियों से क्षमा याचना करते हैं।

पद्य भाग

'पिता -पूत' नामक पुस्तक में जिक्र आया है कि महाराज संत कृपाल सिंह जी ने हिन्दी , उर्दू और पंजाबी में दो हज़ार से अधिक कविताएं लिखी हैं जिनमें से कुछ कविताएं ही यहां प्रस्तुत की जा रही है। हमें खेद है कि इस से अधिक कविताएं तलाश करने के बावजूद भी प्राप्त नहीं हो सकी है। इनमें से अधिकांश कवितायें सत्गुरु प्रीतम के नाम प्रेम सन्देशों के रूप में हैं जिनमें दिल और रूह की लगी का बयान है। यह मन-बुद्धि के घाट की बातचीत नहीं, प्रेम के धाराप्रवाह में कही गई वाणी है। एक बार महाराज जी ने इस प्रसंग में कहा, ''इन कविताओं से मेरी पूरी ज़िन्दगी की कहानी लिखी जा सकती है।'' और यह सही है। ये सारी कवितायें स्व:रचित आत्मकथा ही तो है, उस जीवन की कहानी की जो गुरु प्रेम, प्रभु प्रेम और विश्व प्रेम पर न्योछावर है।

ये कवितायें किसी कायदे, करीने या क्रम से नहीं कही गई। हरेक कविता किसी घटना, स्थान या समय से संबंधित ज़रूर है परन्तु उस का विषय और सन्देश व्यापक और शाश्वत है और एक अजीब उभार लिए हुए है। शब्दों की काट-छांट, घड़न्त, बनावट या व्यूह रचना इनमें नाम-मात्र नहीं, एक अविरल गति धारा प्रवाह है जो कागज पर बह निकला है। ये कवितायें कही नहीं गईं, हो गई हैं। ये रूह के आंसू हैं जो बरबस छलक पड़े हैं।

हरेक कविता का अपना रंग और असर है, जिसमें उस माहौल और हालात की पुट भी शामिल है जिस में वह कविता कही गई। सत्गुरु की महिमा की कविताओं में ''मलायक से, बशर से, हूर से, सबसे सिवा निकले। हमारे शहनशाह दोनों जहानों से जुदा निकले'', गुरु और शिष्य के सम्बंधों पर एक पूरा सत्संग है।

प्रेम की रंगारंग अन्तरीय अवस्थाओं और आप बीती के ऐसे सूक्ष्म संकेत इन की कविताओं में मिलते हैं जिन का साहित्य की दुनिया में सन्तों की वाणी के अलावा कहीं नाम-ओ-निशान नहीं मिलता। इन कविताओं में शब्द-रचना व वर्णन-शैली से परे एक रंग और उभार है, जो सन्तों के वचनों में होता है, क्योंकि शब्द जिस हृदय से आते हैं उस हृदय का रंग लेकर आते हैं। इन कविताओं के बारे में इससे अधिक कुछ नहीं कहा जा सकता है-- सत्गुर वचन, वचन हैं सत्गुर। इन पर उसी अमर-जीवन-प्राप्त हस्ती के अमर जीवन की छाप है।

नए स्वरूप में प्रस्तुत पुस्तक के पद्य भाग में हिंदी और पंजाबी की कविताओं को अलग-अलग करके एक तो वर्णक्रम अनुसार रखा गया है तथा दूसरे--

(क) हिंदी कविताओं के क्रमांक के साथ H प्रयोग किया गया है।

(ख) पंजाबी कविताओं के क्रमांक से पहले P लगाया है।

(ग) पंजाबी कविताओं को देवनागरी लिपि के अलावा गुरमुखी लिपि में भी पेश किया गया है ताकि वे सज्जन, जिन्हें केवल पंजाबी भाषा का ही ज्ञान है तथा हिंदी नहीं जानते, भी महाराज जी की कविताओं से सत्गुरु-प्रेम-विरह की मस्ती प्राप्त करते हुए अपने जीवन को सफल बना सकें।

हिन्दी और पंजाबी कविताओं का आपसी अंतर समझने के लिए ही उनके साथ H (हिन्दी) और P (पंजाबी) अक्षर लिखे गये हैं। सभी कविताओं के साथ नीचे फुटनोट के रूप में परिश्रम-पूर्वक कठिन शब्दों के अर्थ अधिकाधिक परिमाण में दिए गए हैं ताकि आजकल की युवा पीढ़ी भी महाराज की उर्दू-युक्त कविताओं का भाव आसानी से समझ सके।

हम आशा करते हैं कि संशोधित रूप में यह पुस्तक सब भाई-बहनों की आशाओं पर खरी उतरेगी तथा परमार्थाभिलाषियों के दिलों में भरपूर प्रभु-प्रेम पैदा करेगी। अपनी ओर से पूरी कोशिश की गई है कि कविताओं के संकलन तथा शब्दार्थ में किसी प्रकार की कोई त्रुटि न रहे। फिर भी मूल रचनाएं हमारे पास उपलब्ध न होने के कारण यदि कोई गलती रह गई हो तो सत्संगी-जनों, परमार्थ-प्रेमियों और हजूर महाराज जी से नम्रता सहित क्षमा-याचना करते हैं।

इंदौर - अप्रैल 2008

कृपाल सेवाश्रम

विषय सूची

गद्य भाग

(क) पुस्तक **कृपाल ने ऐसे कहा** (Thus Spake Kirpal) से लिए वचन

(ख) पुस्तक **जीवन का अमृत** (Spiritual Elixir) से लिए वचन:

(1) भजन-सिमरन

(2) सत्गुरु की जरूरत और कार्य

(3) सामाजिक आचरण और नैतिक जीवन

(4) फुटकल

पद्य भाग (कविताएं)

(क) **हिन्दी (H 1 से 73)**

1. अगर याद आऊं तो घबरा न जाना
2. अपनी दुनिया के लिये गर तुझ को पा सकता हूं मैं
3. आंख पाती है ज़िया सावन तेरे दीदार से
4. आंख में याद बसी उनकी तमन्ना बन कर
5. आ रही है यह सदा कान में वीरानों से
6. इक दर्दमन्द दिल की हालत तुम्हें बतायें
7. इधर देखता हूं, उधर देखता हूं
8. इतना बन बन के मेरी जान जलाते क्यों हो?
9. इश्क का पूछो पता माही से या परवाने से
10. उलफ़त में किसी बात की परवाह न करेंगे
11. ऐ आंखो क्यों नहीं चोर बताती
12. ऐ दर्द-ए-दिल किसी दिन, होना जुदा न हम से
13. ऐ बशर मसजूद-ए-आलम जान-ए-आलम तू हुआ
14. ओ राम नाम वालो सुन लो कथा हमारी
15. कमाल-ए-ज़ात कमाल-ए-सिफ़ात है किस जा
16. क्यों इतनी बुलन्दी पे, काशाना बनाते हो
17. कसम उस बेगुनाही की
18. कहूं किस से नहीं सुनता है
19. कहे कोई जिसने लड़ाई हैं आंखें
20. कहने देती नहीं कुछ मुंह से मुहब्बत तेरी
21. काबा हो या कलीसा
22. ख़ाक डालो मेरे शिकवों पे न जाओ सावन
23. गुज़रती है जो दिल पर
24. चमकता नूर का सूरज है साया लमयज़ली का
25. चमन वाले अभी वाकिफ नहीं हैं आह-ए-बिस्मिल से
26. छुपाने से नहीं छुपती
27. ज़फ़ा न करना, दगा न करना
28. 'जमाल' इस जहां में कोई नहीं किसी का
29. जलाकर राख कर डाला है बेपरवाही ने उसकी
30. जैसी थी पाक पहले
31. ज़िन्दगी अब हो गई बारेगरां तेरे बगैर
32. तुम नहीं हो तो हर खुशी ग़म है

33. तुम ही हो चित्त चोर सावन
34. तेरे ग़म से हुई रो रो दीवानी
35. तेरी गलियों को समझता हूं प्यारे
36. तेरे जुल्म करने से साक़ी हमारी
37. तेरे प्रेम की जिसको लगी है लगन
38. दर्द कुछ और बढ़ गया
39. दिल्लगी कुछ और है दिल का लगाना और है
40. दुनिया क्या अपने से भी बेगाना होना चाहिए
41. दुनिया-ए-हुस्न-ओ-इश्क का अरमान तुम ही तो हो
42. नज़र में उनका तसव्वुर है वो हैं ना मालूम
43. न मरने की ख्वाहिश न जीने की आस,
44. नाज़ की कुरबान है
45. निकालूं किस तरह अरमान अब मुश्किल ही मुश्किल है
46. प्यारे तेरी तकरीर क्या है
47. पिया बिन सूना है संसार
48. फलक को इस कद्र जी भर के गर मुझ को रुलाना था
49. फुरकत में आंसुओं की क्योंकर रुके रवानी
50. बरबाद कर चुका हूं ख़ुद आशियां को मैं
51. मलायक से, बशर से, हूर से
52. मिसाल-ए-अश्क गर मुझको निगाहों से गिराना था
53. मुहब्बत गिरिया-ए-खामोश[1] बनकर बह निकलती है
54. मेरे काशाना-ए-दिल पर
55. मेरे दिल को बना लो घर अपना
56. मैं रस्म-ए-जहां से हूं कुछ सोच के बेगाना
57. मैं तेरा ही दीवाना हूं प्यारे मेरे सावन
58. मैं पाक मुर्शिद की खाक-ए-पा को
59. ये नया पहलू निकाला दिल जलाने के लिये
60. लागी लागी सब कहें
61. लानत है तुझ को ऐ दिल
62. वफूर-ए-कैफ से दिल इतना बेकरार न हो
63. सखी वो कितने सुंदर थे, मैं सेवक थी वो मंदिर थे
64. साकिया वो मय पिला, जो तेरे मयखानों में है
65. साकिया वो मय पिला, न होश रहे न हम
66. सावन कभी आओ
67. सावन गले लगा कर बाहों का हार डालो
68. सोज़म मिसाल-ए-आहन दर आतिश-ए-जुदाई
69. हम में भी न थी कोई बात
70. हरि बिन जीवन कौने काम
71. हरि मो को ले चल अपने धाम
72. हे सत्गुरु अब फिर दिखाओ
73. हैं चरचे आसमानों में ज़मीं वालों का क्या होगा

(ख) **पंजाबी कविताएं** - देवनागरी (हिन्दी) लिपि में **(P 1 से 71)**

1. असीं परदेसी, वे साडा दिल परदेसी
2. अक्खियां रज्ज ना देखेया मुंह तेरा
3. आई रुत्त बसन्त
4. आ के वेख सत्गुरु जी हाल मेरा
5. आ जा प्यारे सत्गुर आ जा
6. आपणे पिया दे कोल हाय वे
7. आहां मेरियां दर्दां भरियां
8. इश्क दे पेच कुवल्ले
9. उट्ठ जाग सफ़र नूं जाणा ए
10. एहा करम करीं तूं आपणा

11. ऐ प्रीतमा इस कूकर ताईं
12. ओह सोहणा एना सोहणा सी
13. कद मिलसी मैं बिरहों सताई नूं
14. कित्थे वस्सें कित्थे मैं लब्भां तैनूं
15. गल्ल कीती ते गल पई निभाणी लोड़िये
16. गल्लां मिट्ठियां मिट्ठड़े ढोलणे दियां
17. चंगी मौत विछोड़े दे दुख कोलों
18. चढ़दे चेत नूं चित्त उदास होया
19. चल्लो नी सइयो सरसे नूं चल्लिये तांघां सोहणे यार दियां
20. छेत्ती वेख नजूमियां फाल पा के
21. ज़िक्र महबूब दा करां हरदम
22. जिस किसी आ सावण दी
23. जे कर ला के अक्खियां नस्स जाणा
24. जे कोई पुच्छे मेरे पासों
25. जे मैं जाणदी माली नराज़ होण
26. डाची वालेया वे इद्धर मोड़ डाची
27. तुध बिन तड़फ़ां नित माही
28. तेरे दर्शन बाझों होई हां कमली
29. तेरे मिलणे कारण प्यारेया वे
30. दस्सो सइयो जान मेरी विच्च
31. दिला कुझ होश कर माही
32. दीन दुनी दे वाली मेरे
33. दुई दूर करें जे मेरी
34. ना कोई सुख सुनेहा पत्तर
35. नज़र करीं मैं उत्ते सावण
36. ना मैं सुन्दर ना गुण पल्ले
37. प्यारे पिला दे प्याला
38. पास पिया दे जावे कोई,
39. पिया तशरीफ़ ग़रीब दे वल्ल
40. प्रीतम आवसी नी सइयो अज्ज मेरा
41. प्रीतम जी क्यूं तरसांदे हो
42. प्रीतम जी तुसीं हरदम
43. पुच्छदी फिरां सइयो मैं
44. प्रेम पिया दा ज़ाहिर बातिन छुपै ना मेरे भाई
45. बाझों तेरे पिया प्यारे
46. मेघा वस्सीं तूं भागे भरेया
47. मेरी लग्गी वे प्रीत नूं निभाण वालेया
48. मेरे प्रीतमा प्रीत दे वालिया वे
49. मेरे माही मैं मोई मुहार मोड़ीं
50. मैं तां विरहा दी अग्ग विच सड़ रही हां
51. मैं रोन्दी नूं छोड़ सदाये
52. मैं रोन्दड़ी-कुरलांदी नूं लै चल्ले
53. मैनूं ख़्वाब अन्दर सोहणा सावण मिलेया
54. मैनूं तरसदी नूं कई बरस गुज़रे
55. रातीं सुपने अन्दर सइयो
56. लाम लिक्खणे किस तरहां शेयर छड्डां
57. लावां सीने नाल निशानी नूं
58. वार घत्तां मैं आपा उस तों
59. वाह वाह तेरे तौलिये सावण
60. वाह वाह यार नज़ारा तेरा
61. वे मैनूं डाहढियां प्यारियां लग्गदियां ने
62. साजन तेरे आपणे क्यूं नैण भरेंदी
63. समझ कदी ते मना अभिमानियां तूं
64. सानूं माही दे मेहणे ना मार

65. ਸਾਵਣ ਤੇਰਾ ਨਹੀਂ ਕੋਈ ਸਾਨੀ
66. ਸਿਮਰਨ ਮਾਹੀ ਦਾ ਕਰ-ਕਰ ਸਦਾ
67. ਸਿਰ ਸਿਰ ਬਾਜੀ ਇਸ਼ਕ ਸਜਾਜ਼ੀ
68. ਹਾਫ਼ ਹੈਰਾਨੀ ਲਗ ਰਹੀ
69. ਹਾਯ ਸੁਤੇਯਾਂ ਬੀਤ ਗਈ ਉਸ਼ਰ ਤੇਰੀ
70. ਹੁਣ ਕੌਣ ਗਰੀਬਾਂ ਦੇ ਦੁਕ੍ਖ ਕੰਡੇ
71. ਹੁਣ ਤਾਂ ਪ੍ਯਾਰੇਯਾ ਏਹੋ ਹੈ ਅਰਜ਼ ਮੇਰੀ

(ਗ) ਪੰਜਾਬੀ ਕਵਿਤਾਵਾਂ -ਗੁਰਮੁਖੀ ਲਿਪੀ ਵਿਚ
(**P 1 ਤੋਂ 71**)

(ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਦਾ ਕ੍ਰਮ ਭਾਗ 'ਖ' ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ)

1. ਅਸੀਂ ਪ੍ਰਦੇਸੀ, ਵੇ ਸਾਡਾ ਦਿਲ ਪ੍ਰਦੇਸੀ
2. ਅੱਖੀਆਂ ਰੱਜ ਨਾ ਦੇਖਿਆ ਮੂੰਹ ਤੇਰਾ
3. ਆਈ ਰੁੱਤ ਬਸੰਤ ਸਖੀ ਰੀ ਆਈ ਰੁੱਤ ਬਸੰਤ
4. ਆ ਕੇ ਵੇਖ ਸਤਿਗੁਰੂ ਜੀ ਹਾਲ ਮੇਰਾ
5. ਆ ਜਾ ਪਿਆਰੇ ਸਤਿਗੁਰ ਆ ਜਾ
6. ਆਪਣੇ ਪੀਆ ਦੇ ਕੋਲ
7. ਆਹਾਂ ਮੇਰੀਆਂ ਦਰਦਾਂ ਭਰੀਆਂ
8. ਇ ਕ ਦੇ ਪੇਚ ਕੁਵੱਲੇ
9. ਉਠ ਜਾਗ ਸਫਰ ਨੂੰ ਜਾਣਾ ਏ
10. ਏਹਾ ਕਰਮ ਕਰੀਂ ਤੂੰ ਆਪਣਾ
11. ਐ ਪ੍ਰੀਤਮਾ ਇਸ ਕੂਕਰ ਤਾਈਂ
12. ਉਹ ਸੁਹਣਾ ਏਨਾ ਸੁਹਣਾ ਸੀ
13. ਕਦ ਮਿਲਸੀ ਮੈਂ ਬਿਰਹੋਂ ਸਤਾਈ ਨੂੰ
14. ਕਿੱਥੇ ਵੱਸੇਂ ਕਿੱਥੇ ਮੈਂ ਲੱਭਾਂ ਤੈਨੂੰ
15. ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਤੇ ਗਲ ਪਈ ਨਿਭਾਣੀ ਲੋੜੀਏ
16. ਗੱਲਾਂ ਮਿੱਠੀਆਂ ਮਿੱਠੜੇ ਢੋਲਣੇ ਦੀਆਂ
17. ਚੰਗੀ ਮੌਤ ਵਿਛੋੜੇ ਦੇ ਦੁਖ ਕੋਲੋਂ
18. ਚੜ੍ਹਦੇ ਚੇਤ ਨੂੰ ਚਿੱਤ ਉਦਾਸ ਹੋਇਆ
19. ਚੱਲੋ ਨੀ ਸਈਉ ਸਰਸੇ ਨੂੰ ਚੱਲੀਏ
20. ਛੇਤੀ ਵੇਖ ਨਜ਼ੂਮੀਆਂ ਫਾਲ ਪਾ ਕੇ
21. f ਕਰ ਮਹਿਬੂਬ ਦਾ ਕਰਾਂ ਹਰਦਮ
22. ਜਿਸ ਕਿਸੀ ਆ ਸਾਵਣ ਦੀ
23. ਜੇਕਰ ਲਾ ਕੇ ਅੱਖੀਆਂ ਨੱਸ ਜਾਣਾ
24. ਜੇ ਕੋਈ ਪੁੱਛੇ ਮੇਰੇ ਪਾਸੋਂ
25. ਜੇ ਮੈਂ ਜਾਣਦੀ ਮਾਲੀ ਨਰਾ ਹੋਣਾ
26. ਡਾਚੀ ਵਾਲਿਆ ਵੇ ਇੱਧਰ ਮੋੜ ਡਾਚੀ
27. ਤੁਧ ਬਿਨ ਤੜਫਾਂ ਨਿੱਤ ਮਾਹੀ
28. ਤੇਰੇ ਦਰ ਨ ਬਾਝੋਂ ਹੋਈ ਹਾਂ ਕਮਲੀ
29. ਤੇਰੇ ਮਿਲਣੇ ਕਾਰਣ ਪਿਆਰਿਆ ਵੇ
30. ਦੱਸੋ ਸਈਉ ਜਾਨ ਮੇਰੀ ਵਿੱਚ
31. ਦਿਲਾ ਕੁਝ ਹੋ ਕਰ ਮਾਹੀ
32. ਦੀਨ ਦੁਨੀ ਦੇ ਵਾਲੀ ਮੇਰੇ
33. ਦੂਈ ਦੂਰ ਕਰੇਂ ਜੇ ਮੇਰੀ
34. ਨਾ ਕੋਈ ਸੁਖ ਸੁਨੇਹਾ ਪੱਤਰ
35. ਨ ਰ ਕਰੀਂ ਮੈਂ ਉੱਤੇ ਸਾਵਣ
36. ਨਾ ਮੈਂ ਸੁੰਦਰ ਨਾ ਗੁਣ ਪੱਲੇ
37. ਪਿਆਰੇ ਪਿਲਾ ਦੇ ਪਿਆਲਾ
38. ਪਾਸ ਪੀਆ ਦੇ ਜਾਵੇ ਕੋਈ
39. ਪੀਆ ਤ ਰੀਫ ਗਰੀਬ ਦੇ ਵੱਲ
40. ਪ੍ਰੀਤਮ ਆਵਸੀ ਨੀ ਸਈਓ ਅੱਜ ਮੇਰਾ
41. ਪ੍ਰੀਤਮ ਜੀ ਕਿਉਂ ਤਰਸਾਂਦੇ ਹੋ
42. ਪ੍ਰੀਤਮ ਜੀ ਤੁਸੀਂ ਹਰਦਮ
43. ਪੁੱਛਦੀ ਫਿਰਾਂ ਸਈਓ ਮੈਂ
44. ਪ੍ਰੇਮ ਪੀਆ ਦਾ ਾਹਿਰ ਬਾਤਿਨ ਛੁਪੇ ਨਾ ਮੇਰੇ ਭਾਈ

45. ਬਾਝੋਂ ਤੇਰੇ ਪੀਆ ਪਿਆਰੇ
46. ਮੇਘਾ ਵੱਸੀਂ ਤੂੰ ਭਾਗੇ ਭਰਿਆ
47. ਮੇਰੀ ਲੱਗੀ ਵੇ ਪ੍ਰੀਤ ਨੂੰ ਨਿਭਾਣ ਵਾਲਿਆ।
48. ਮੇਰੇ ਮਾਹੀ ਮੈਂ ਮੋਈ ਮੁਹਾਰ ਮੋੜੀਂ
49. ਮੇਰੇ ਪ੍ਰੀਤਮਾ ਪ੍ਰੀਤ ਦੇ ਵਾਲੀਆ ਵੇ
50. ਮੈਂ ਤਾਂ ਬਿਰਹਾ ਦੀ ਅੱਗ ਵਿੱਚ ਸੜ ਰਹੀ ਹਾਂ
51. ਮੈਂ ਰੋਂਦੀ ਨੂੰ ਛੋੜ ਸਦਾਏ
52. ਮੈਂ ਰੋਂਦੜੀ–ਕੁਰਲਾਂਦੀ ਨੂੰ ਲੈ ਚੱਲੇ
53. ਮੈਨੂੰ_ ਆਬ ਅੰਦਰ ਸੁਹਣਾ ਸਾਵਣ ਮਿਲਿਆ
54. ਮੈਨੂੰ ਤਰਸਦੀ ਨੂੰ ਕਈ ਬਰਸ ਗੁ ਰੇ
55. ਰਾਤੀਂ ਸੁਪਨੇ ਅੰਦਰ ਸਈਓ
56. ਲਾਮ ਲਿੱਖਣੇ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਰ ਛੱਡਾਂ
57. ਲਾਵਾਂ ਸੀਨੇ ਨਾਲ ਨਿ ਾਨੀ ਨੂੰ
58. ਵਾਰ ਘੱਤਾਂ ਮੈਂ ਆਪਾ ਉਸ ਤੋਂ
59. ਵਾਹ ਵਾਹ ਤੇਰੇ ਤੌਲੀਏ ਸਾਵਣ
60. ਵਾਹ ਵਾਹ ਯਾਰ ਨ ਾਰਾ ਤੇਰਾ
61. ਵੇ ਮੈਨੂੰ ਡਾਢੀਆਂ ਪਿਆਰੀਆਂ ਲੱਗਦੀਆਂ ਨੇ
62. ਸਾਜਨ ਤੇਰੇ ਆਪਣੇ ਕਿਉਂ ਨੈਣ ਭਰੇਂਦੀ
63. ਸਮਝ ਕਦੀ ਤੇ ਮਨਾ ਅਭਿਮਾਨੀਆ ਤੂੰ
64. ਸਾਨੂੰ ਮਾਹੀ ਦੇ ਮਿਹਣੇ ਨਾ ਮਾਰ
65. ਸਾਵਣ ਤੇਰਾ ਨਹੀਂ ਕੋਈ ਸਾਨੀ
66. ਸਿਮਰਨ ਮਾਹੀ ਦਾ ਕਰ ਕਰ ਸਦਾ
67. ਸਿਰ ਸਿਰ ਬਾਜੀ ਇ ਕ ਮਜਾਜੀ
68. ਹਾੜ੍ਹ ਹੈਰਾਨੀ ਲੱਗ ਰਹੀ
69. ਹਾਏ ਸੁੱਤਿਆਂ ਬੀਤ ਗਈ ਉਮਰ ਤੇਰੀ
70. ਹੁਣ ਕੌਣ ਗਰੀਬਾਂ ਦੇ ਦੁੱਖ ਵੰਡੇ
71. ਹੁਣ ਤਾਂ ਪਿਆਰਿਆ ਇਹੋ ਹੈ ਅਰ ਮੇਰੀ

(क) पुस्तक 'कृपाल ने ऐसे कहा' (Thus Spake Kirpal) से लिए वचन

जब किसी से मुकाबला करना ही हो तो किसी ऐसे व्यक्ति से करें जो आप से अधिक भजन करता है और फिर आप उससे ज्यादा भजन करें। अगर वह चार घंटे भजन करता है तो आप पांच घंटे का समय दें। बराबरी करने का यह सही ढंग है। है न? पर यह खेद की बात है कि हम ऐसा करते नहीं।

2. हमारे हजूर (बाबा सावन सिंह जी महाराज) एक मिसाल फरमाया करते थे कि जब आप एक नदी (भवसागर) पार कर रहे हों, तब सत्गुरु सभी यात्रियों को नौका में बिठाकर इस पार से उस पार ले जाता है। कोई पहले उस तरफ पहुंच गया और बाकी दूसरे लोग भी वहां पहुंचेंगे। वे वहां पर भी साथ मिलेंगे। यही परमात्मा की दया है जो हमारे सत्गुरु के ज़रिये हमें परमात्मा से जोड़ती है और हम ऐसे रिश्ते में बंध जाते हैं जो कभी टूटता नहीं, मौत के बाद भी नहीं। यह बात बढ़ा-चढ़ा कर नहीं कही जा रही है, यह पूर्ण सत्य आपके सामने रखा गया है। यही सच्चा रिश्ता है जिस में संत या सत्गुरु ने हमें जोड़ा है। हम सभी आपस में मित्र हैं तथा उसी एक प्रभु के पुजारी हैं। हमें अपनी आत्मा का मिलाप परमात्मा से करना है। मुबारिक है वह आत्मा जिसका परमात्मा से मिलाप हो गया।

3. इसलिए प्यारे भाइयो! मेरा कहना मान कर भजन करो, चाहे शुरू में थोड़ा ही समय दो और जो अनुभव आपको दिया गया है, उसे बढ़ाओ। प्रतिदिन के कार्यों पर नज़र रखो और डायरी भरो। भजन-सिमरन में कभी नागा मत करो। गलतियों को सुधारने के लिये रास्ता है परंतु जो लोग कहना नहीं मानते, उनके लिये रास्ता लंबा है। जिन्हें नाम मिला है, वे एक दिन परमात्मा तक ज़रूर पहुंचेंगे परंतु जो लोग कहना नहीं मानते, उनके लिये सफर लंबा हो जायेगा।

4. आत्मा जब नाम के संपर्क में आती है तो वह ज्योति के दर्शन करती है और ध्वनि को सुनती है। ये दोनों चीज़ें नाम के अंतर स्थित हैं। यही सच्चा अभ्यास है। सवेरे 3 से 6 बजे का समय भजन बैठने के लिये सबसे अच्छा है। पूरी तरह से चेतन्य होकर बैठो, ज़रूरत हो तो स्नान कर लो, परंतु अभ्यास में ताज़ा होकर और स्फूर्ति के साथ बैठो। जो नाम का अभ्यास करते हैं, उन के सब कष्ट मिट जाते हैं।

5. एक बार जब आपको रास्ते पर डाल दिया गया है, सुनो, सब (भाई-बहन) सुनो , अपने कान खोल कर सुनो। दायें-बायें मत देखो, पीछे कौन आ रहा है, यह भी मत देखो। अपने से आगे निकलने वालों से मुकाबला भी मत करो। पूरी ताकत अपनी मंज़िल को पाने में लगा दो। अगर आप पीछे रह गये भाइयों की मदद में लगोगे तो आपकी प्रगति में रुकावट आएगी। आपके साथ कौन दौड़ रहा है, इसकी परवाह मत करो। आप आगे बढ़ो, दायें-बायें मत देखो। आपको क्या करना चाहिये? जब आपको रास्ते पर डाल दिया गया है, अपने काम से काम रखो। मैं सख्त शब्द कह रहा हूं? अपनी खुद की तरक्की का ख्याल रखो।

6. सत्गुरु के वचन, प्रभु के वचन हैं हालांकि वे इंसानी गले से निकलते हुए मालूम होते हैं।

7. यह बदकिस्मती की बात है कि कई बार शिष्य के दिल में सत्गुरु के वचन उतरते नहीं और वह अपने आचरण को सुधारने की ज़रा भी कोशिश नहीं करता। इस लिए गुरु-पावर को शिष्य को रास्ते पर लाने तथा शब्दों में ब्यान की गई सत्य की महानता को शिष्य के

जीवन में उतारने के लिए सख्त कदम उठाने पड़ते हैं। अगर शिष्य तन-मन से अमल करे तो उसकी कठिनाइयां मिट जाएंगी। अगर छोटा बच्चा खुद गंदगी से इस कद्र भरा हो तो मां को उसे सख्त ब्रुश से ही साफ करना पड़ता है और उस समय यह नहीं कहा जा सकता कि इस कारवाई में बच्चा आराम महसूस कर रहा है? उसको आराम तभी महसूस होगा जब उसकी सख्त सफाई खत्म होगी और वह उजला तथा साफ होकर चमकेगा।

8. मैं आपको और अच्छी तरह समझाऊं? कभी-कभी आप देखते हैं कि एक शिष्य सत्गुरु से प्रेम करता है। दूसरे शिष्य सत्गुरु से प्रेम के लिए इस शिष्य से प्रेम करना शुरू कर देते हैं। इस प्रकार वह आदमी सत्गुरु के रास्ते में रुकावट बन कर खड़ा हो जाता है। आपने देखा? अपने सत्गुरु से प्रेम बढ़ाने की बजाय आप उस हस्ती से प्रेम करने लगते हैं। अगर आपका प्रेम आत्मा के स्तर पर है, तब तो ठीक है, आपको उससे लगाव नहीं बनेगा। अगर ऐसा नहीं है तो वह रास्ते में रुकावट बनेगा। दोनों ही खड्डे में गिरेंगे, एक वह जो प्रेम करता है और दूसरा वह जो रुकावट बनकर खड़ा है। मेरे विचार में आम तौर पर लोग यहां गलती कर बैठते हैं। उन्हें लगता है कि जिस हस्ती का सत्गुरु के साथ प्रेम है उस हस्ती से प्रेम करना ज़रूरी है और यही सत्गुरु का प्रेम है। ठीक है, अगर आप आत्मा के स्तर पर प्रेम रखते हो तो फिर बात सही है परंतु यदि आप शरीर से जुड़ेंगे तो कहीं के नहीं रहोगे। ये बहुत नाज़ुक बातें हैं और देखो, किताबों में इनका जिक्र नहीं है, परंतु मैं कहता हूं कि इन्हीं छोटी-छोटी चीज़ों में हम भटक जाते हैं।

9. बोलने से पहले दो बार सोचो, दो बार सोचो। तुम को क्या सोचना है? पहला, कुछ भी कहना क्या ज़रूरी है? दूसरा, इसका दूसरों पर कैसा असर होगा? क्या यह उनकी भलाई के लिए है या उनको कष्ट देगा? क्या यह अच्छी बात है? वाकई कुछ भी कहना क्या ज़रूरी है? अगर जरूरी नहीं तो खामोश रहिये। अपने काम में मस्त रहिए। और आपकी जबान से निकले हुए शब्दों का असर क्या होगा? ये दो बातें हैं। क्या आप इनको ध्यान में रखोगे?

10. सच्चा गुरु अपने बच्चों (शिष्यों) से कोई चीज़ लेना नहीं चाहता। वह प्रभु का धन्यवाद करता है कि एक और जीव मुक्त हो गया और अपने निज घर को लौट रहा है। सत्गुरु रूह से सच्चा प्यार करता है।

11. डायरी रखने का मकसद यही है कि आपको अपने अंतर के हालात की झलक मिले ताकि आपको मालूम हो कि आप कहां खड़े हो। यह एक औज़ार है जिसके सही इस्तेमाल से आप तराशे जाओगे और अंतर में सत्गुरु के प्रकट होने के पात्र बन जाओगे।

12. अपने मन के सहयोग द्वारा दृढ़ता से लगे रहो। अगर आप को (अंतर में) सत्गुरु के दर्शन एक काले पर्दे में हो रहे हों तो उसका यह मतलब नहीं कि सत्गुरु का स्वरूप काला हो गया। धीरे-धीरे गुरु के स्वरूप को ध्यान-पूर्वक लगातार देखते रहें। फिर निश्चित रूप से वह पर्दा हमेशा के लिए दूर हो जायेगा। कभी निरंतरता तथा कभी अविश्वास, कभी यह, कभी वह, इससे कोई फायदा नहीं होगा। इधर-उधर हिलते पत्थर पर कभी काई नहीं जमती। हमें अपने अंतर के इन्सान का विकास करना है। अगर गुरु सच्चा है जैसा कि मैंने उस की तलाश का ढंग बताया है, फिर तो आप उससे जुड़े रहो, उस के वचनों को सुनो और समझो। अगर अपने मन की तरफ से ध्यान हटाओगे तो तरक्की कर पाओगे।

13. पात्रता क्या है? आपके और सत्गुरु के बीच कोई चीज़ न रहे; न आपका शरीर, न मन और न ही बुद्धि। वह प्रभु अकेला है और चाहता है कि हर कोई उसके पास अकेला बन कर ही आए। अकेले का मतलब क्या है? आप अपना शरीर साथ ले जाएंगे या बुद्धि? नहीं!

स्थिर रहो, शारीरिक तथा बौद्धिक तौर पर स्थिर। परमात्मा के पास वापस जाने का यही ढंग है और यही आपकी तरक्की के लिये जमीन है। शारीरिक और बौद्धिक तौर पर स्थिर हो कर प्रभु का ध्यान करें। अगर आप थोड़ा सा अंतर ध्यान टिकाएंगे तो वह आपको ऊपर खींच लेगा।

14. इसलिये मैं सबको लिखता हूं कि आत्मिक स्तर से आप सीधे मुझ से जुड़े हैं। किसी दूसरे आदमी को शिष्य और सत्गुरु के बीच में नहीं आना चाहिये। हम अपना त्याग कर के दूसरों की मदद करने लगते हैं। नतीजा यह होता है कि उनकी अंतर की प्रगति मंद हो जाती है और वे खाली हो जाते हैं। इस लिये अपनी मंजिल तक पहुंचो। जब किसी को आगे बढ़ते हुए पाते हो, तो ठीक है, तुम भी आगे बढ़ो। जिसको नाम दान की जिम्मेदारी सौंपी गई हो, यह उसका काम है कि वह सब की मदद करे। एक बार जब आपने मंजिल को पा लिया, तब अगर आप काबिल पाये गये तो आप को भी यह काम सौंपा जा सकता है, नहीं तो नहीं। समझ रहे हो मेरी बात?

15. भजन के वक्त शांति से ग्रहणशील हो कर बैठें जिससे आप अंतर में काम कर रही दयालु गुरु सत्ता से जुड़ सकें। तब आप को अपने सवालों का जरूर जवाब मिल जाएगा।

16. हर कोई कहता है–पवित्र रहो, ब्रह्मचर्य का पालन करो। इसके लिये कौन सी कसौटी है तथा कौन सा साधन है? अपने आप में स्थित रहना। हम ही अपने मन को ताकत देते हैं और हम ही बाहरी इंद्रियों को ताकत देते हैं। हम ही हैं जो बाहर की अच्छाई या बुराई को देखते हैं। अगर आपका ध्यान स्थिर नहीं है तो आपके ऊपर उस का असर चढ़ेगा। इस लिए सभी महापुरुषों ने दोहराया है – किसी को मत छुओ, किसी की आंखों में मत देखो। अपने आपको बचाने के लिये यह बाहरी उपाय है।

17. हजारों लोग इस रास्ते पर चलना शुरू करते हैं। उनमें से बहुत से लोग रास्ते में ही भटक जाते हैं, ज्यादातर लोग लेकिन सब नहीं। हज़ारों में से कोई एक ही अपनी मंज़िल तक पहुंचता है। भजन–अभ्यास करना ही सबसे बड़ी सेवा है। अंतर में प्रगति करो– बाकी सब अपने आप हो जाएगा।

18. हमें कभी यह ख्याल नहीं आता कि गुरु सदा हमारे साथ है, वह हमारे सब कर्मों को देखता है। हमें लगता है कि हमारी हरकतों का उसे कुछ पता नहीं, इस लिए हम मनमानी करते हैं। इतना ही नहीं, उसके सामने हम झूठ भी बोलते हैं। काश! हम उसको उसके असली रूप में जान सकें।

19. प्रभु से प्रेम करो, सारी मानव जाति और समस्त रचना से प्रेम करो और एक दूसरे से भी प्रेम करो। आपको मुझ से प्रेम है और मेरे दिल में भी आपके लिये प्रेम है। अगर आप मुझ से प्यार करते हो तो मेरा कहना मानो। आप कहीं भी रहते हैं, मेरा प्यार और शुभ कामनाएं आप के साथ रहेंगी।

20. मैं आज आपको कोई नई बात नहीं कह रहा क्योंकि यही शिक्षा पहले आए सभी महापुरुषों ने दी है जिस को हम बार–बार भूलते रहते हैं और इसी आदि सत्य को वे ताज़ा करते रहते हैं। मुझे जो समझ आई , वह सब अपने सत्गुरु की दया–मेहर या उनके अंतर में स्थित परमात्मा के द्वारा आई या फिर धर्मों के समानांतर अध्ययन से मैंने सीखा है।

21. जिस इंसान ने किसी क्षेत्र में सर्वोच्च पदवी प्राप्त की हो, आरंभिक तौर पर देखने से वह साधारण आदमी ही नज़र आता है। वह पहले इंसान ही होता है और आखिर तक भी रहेगा परंतु जब आप उसके साथ मिल बैठेंगे तो आप उसको अपने क्षेत्र में मुकम्मल पाओगे। पूर्ण महापुरुष की बिल्कुल ऐसी ही स्थिति होती है। मेरी खुशकिस्मती थी कि मुझे अपने सत्गुरु के चरणों में बैठने का मौका मिला और मैं

आत्मिक स्तर पर तरक्की कर सका। जिन्होंने परमात्मा को पाने के रास्ते में चलना है, उनका भव्य स्वागत है।

22. शिष्य को सत्गुरु जब नामदान देता है तो वह तब तक उसे नहीं छोड़ता जब तक सतपुरुष की गोद में न पहुंचा दे। यही पद परमात्मा का सच्चा स्वरूप है। उसके बाद सतपुरुष उसे अलख, अगम और अनामी अवस्थाओं में पहुंचाएगा। सत्गुरु का काम बहुत बड़ा है। गुरु शब्द को सुनते ही रूह कांप उठती है परंतु आज कल लोगों को गुरु बनने की बड़ी इच्छा रहती है जैसे कि वे इसे मनोरंजन समझते हों। सच तो यह है कि गुरु स्वयं परमात्मा ही होता है। जिस शरीर में परमात्मा प्रकट हो गया, उसे साधु, संत या महात्मा के नाम से जाना जाता है।

23. अब बहार का मौसम आया है, भविष्य में इससे भी महान संत अपनी खुशबू बिखेरेंगे। मैं कहता हूं कि वे ऊपर उठकर प्रभु कृपा से हमें परमात्मा की इज़हार में आई ताकत का संपर्क देंगे। यही क्रांति है, आध्यात्मिक क्रांति जो चारों तरफ से आ रही है। आप देखेंगे, ये सब लोग (मेरे पास)क्यों आ रहे हैं? पुराने जमाने में ये चीजें लंबे समय के टैस्ट के बाद शिष्य के कानों में कही जाती थीं। अब खुले मंच से बिना किसी भेदभाव के दी जाती हैं। ये बातें लोगों तक पहुंच रही हैं। इसके लिये वे तैयार हों या न, उन्हें कुछ न कुछ ज़रूर मिलता है। इसी चीज़ की ज़रूरत है। अब समय बदल गया है और महापुरुष वक्त के अनुसार आकर लोगों को इसका अनुभव देते हैं क्योंकि केवल मानव तन में ही हम परमात्मा को पा सकते हैं, किसी और योनि में नहीं।

24. अब ज़माना बदल गया है। कोई भी व्यक्ति लंबे समय तक सत्गुरु के पास नहीं रह सकता। उन्हें कुछ न कुछ देना पड़ता है। उनको जो कुछ भी दिया गया है, उसे जीवन की पड़ताल कर के बढ़ाना चाहिए। नाम दान के समय ज्योति और नाद का जो अनुभव दिया जाता है, वह कुछ दिनों तक टिका रहता है परंतु अगर आपका जीवन गिरावट में जाता है तो वह खत्म हो जाता है।

25. जीवन की पड़ताल के लिए डायरी रखने का मकसद यही है कि आप अपने कर्मों की परख कर सकें। मैंने बहुत सावधानी से सोच विचार के बाद उसको लागू किया है। मैंने भी शुरू शुरू में डायरी रखी। अगर वाल्मीकि जैसा डाकू महात्मा बन सकता है तो तुम भी बन सकते हो। उधम सिंह नाम का एक डाकू हजूर (बाबा सावन सिंह जी महाराज) की शरण में आ कर पूरी तरह बदल गया। कुछ डाकुओं को आज भी नाम (संत कृपाल सिंह जी महाराज)द्वारा दिया जाता है। नाम एक बहुत बड़ी बरकत है। भक्ति की प्राप्ति के लिये केवल बुद्धि विचार द्वारा किए कर्म निष्फल हैं।

26. यह शिष्य होकर रहने का रास्ता है। आपको बहुत सावधानी बरतनी होगी और अगर आप रास्ते पर कुछ समय के लिए सही तरीके से चलोगे तो वही आपकी आदत बन जाएगी। फिर आप भजन सिमरन में लंबे समय तक बैठने लग जाओगे और यह आप के स्वभाव में शामिल हो जाएगा। इस लिए क्यों न हम मन की आदत का ठीक इस्तेमाल करें? आज एक काम करो, कल करो, एक महीना कर लो और बाद में क्या? फिर अपने आप मन का झुकाव आपको वहीं ले जाएगा। अपने मन को अपना मित्र बनाओ, देखो, हम यह कर लें। जब आदत बन जाएगी तब आप का बचाव हो जाएगा।

27. जब आपको नामदान मिल चुका है तो सत्गुरु के पास (अंतर) जाओ। मेरे प्रवचन हैं, मेरी टेपें हैं, उन्हें अपनाओ। परंतु अगर आप कर्ता बनोगे, अध्यापक की तरह बर्ताव करोगे तो आपका अहंकार बढ़ेगा और प्रगति धीमी हो जाएगी। इसलिए गुरु मत बनना।

28. अगर आप के घर में आग लगी हो तो आप का क्या फर्ज़ बनता है? यह पूछना कि घर में आग क्यों लगी या फिर किसने लगाई? पहले बाहर आओ। फिर (मंजिल पर) पहुंचो, पहुंचो, बस यही सब

कुछ करना है। परंतु आपको पता है, हम क्या करते हैं? हम दूसरों को राह दिखाना चाहते हैं, मार्गदर्शक बनना चाहते हैं।

29. याद रखो, जहां तुम्हारा ध्यान होता है असल में तुम वहां ही होते हो। मैं हमेशा सलाह देता हूं कि सौ काम छोड़ कर सत्संग में जाओ और हज़ार काम छोड़कर भजन करो। जहां एक से ज्यादा लोग उस (प्रभु) की याद में मिल बैठते हैं वहां प्रभु की दया धारा बरसती हैं जिस से तड़प बढ़ती है। एक छोटी सी दया की किरण भी तड़प को बढ़ाने में काफी मददगार होती है। इस लिए आप को जो चीज़ शुरुआत के लिए दी गई है, आप उसे बढ़ाने के लिये और मेहनत करो।

30. तीर्थों पर भटकने से शंकाएं बढ़ती हैं जिससे सत्यता का पूर्णतया नाश होने लगता है। सब पवित्र स्थान इसलिए पवित्र बने हैं क्योंकि कभी न कभी कोई महात्मा वहां रहा । महात्मा के अंतर में जो है वह आपके भीतर भी है। तो क्यों न अंतर में चलें जहां प्रभु हमारी राह देख रहा है? जब आर्किमडीज़ ने गुरुत्वाकर्षण के सिद्धांत की खोज की तब वह वास्तव में पृथ्वी के सैंटर की तलाश में था और उसने घोषणा की थी कि अगर वह केन्द्र उसे मिल जाये तो वह सारी दुनिया को हिला देगा। गुरुत्वाकर्षण का केन्द्र या पृथ्वी का सैंटर इंसान के भीतर है। अंदर प्रगति करोगे तो सारी दुनिया को हिलाने की ताकत तुम में आ जाएगी। जब महापुरुष आते हैं तो उनके साथ रूहानियत की बाढ़ आ जाती है। बाकी लोग खाली गला फाड़ते तथा कथा-ज्ञान छांटते हुए दम तोड़ देते हैं, सत्गुरु के मुख से निकला हुआ एक शब्द भी दिल पर मार करता है।

31. मैं चाहता हूं कि आप सब सत के दूत बनो। ऐसे आप तभी बन सकोगे जब आप मेरे कहने पर अमल करोगे। डायरी का मकसद बहुत बड़ा है। अगर आप अपने जीवन में ये बातें ढाल रहे हो, जैसा मैंने कहा है, मुझे कोरी डायरी भेजो, मैं उसे स्वीकार करूंगा। फिर कितने समय तक आप मुझे खाली डायरी भेजोगे? हर महीने खाली भेजने की जुर्रत नहीं करोगे। आपको लगेगा कि आप नैतिकता के स्तर पर ठीक नहीं कर रहे हो। आप सुधर जाओगे।

32. दिल साफ रखो तथा सच को धारण करो ताकि लोग आपको तरक्की करते देखें। इस के लिए आपको मेहनत करनी पड़ेगी। यह दोनों चीज़ों जरूरी हैं। इसी को प्रसाद कहते हैं। मुझे लगता है कि पिछली रात मैंने कहा था कि परमात्मा की दया है, वह परमात्मा जो इंसान में प्रकट है उसकी दया है और आखिरी दया? आप की,खुद की अपने ऊपर दया, आप देख रहे हो? हमारे हजूर कहा करते थे कि जो लोग अपने जीवन को पवित्र और नेक-पाक रखते हैं और भजन सिमरन के लिये वक्त निकालते हैं, वे अपने आप पर दया करते हैं और जो अपना जीवन इंद्रियों के भोगों में व्यतीत करते हैं, भजन-सिमरन के लिए समय नहीं देते, वे अपना गला अपनी ही छुरी से काटते हैं। इसलिए इन वचनों को दिल में धारण करो और इन पर अमल करो। आप बदल जाओगे, कुछ दिनों में ही आप बदल जाओगे।

33. जैसा मैंने आपसे कहा, ये कुछ बातें हैं, जो मेरे दिल की गइराई से उन लोगों के लिए निकली हैं जो मुझे अति प्यारे हैं। आप सब मुझे अपने पुत्रों से भी ज्यादा प्यारे हो, अपने परिवार से भी प्यारे हो। मैं आपको आध्यात्मिक तरक्की की शुभकामनाएं देता हूं। प्रभु-कृपा से आपको यह मानव तन मिला है और प्रभु-कृपा से ही आप को प्रभु की राह का संपर्क मिल गया है। जीवन पड़ताल की जो डायरी है उसे रोजाना रखते हुए आपने अपना विकास करना है, यह डायरी मुझे नियमित समय में, जैसे तीन महीने में एक बार अवश्य भेजें । अगर आप इस पर अमल करोगे तो सब कुछ ठीक हो जाएगा। अगर आप आग के आस पास बैठोगे तो ठंडक चली जाएगी। अगर आप बर्फ के समीप बैठोगे तो सब गर्मी चली जाएगी। अगर आपकी आत्मा ज्योति और

श्रुति के साथ जुड़ जाये तो सब शंकाएं मिट जाएंगी।

34. ये कुछ बातें मैं आपको बता रहा हूं जब मैं शारीरिक तौर पर आपके साथ हूं। जब मैं शारीरिक रूप से आपके साथ न रहा अथवा आप शारीरिक तौर पर मेरे साथ न रहे तो प्रभु-पावर, जो सच्चा सत्गुरु है, आप के साथ रहता है। इस दुनिया के अंत तक मैं आपको नहीं छोडूंगा। यह पावर आपको सच्चे पिता की गोद में पहुंचाएगी और फिर वह परम पिता आप को अनामी अवस्था में ले जाएगा। मेरी शुभ-कामनाएं आप के साथ हैं, मैं आपकी रूहानी तरक्की चाहता हूं। प्रभु कृपा तथा सत्गुरु कृपा से मैंने इस सर्वोच्च दौलत को पाया है और सत्गुरु कृपा से जो मैंने यह दात आप को दी है, इसको अपने जीवन में धारण करो। प्रभु ने जो सुनहरा मौका आप को बख्शा है उस से पूर्ण लाभ उठाओ।

35. आपका ध्यान एक कंपास की सुई की तरह होना चाहिए। आपकी सुरत की सुई हमेशा उत्तर दिशा में रहे, सत्गुरु की तरफ हो। फिर स्वाभाविक तौर पर आप काम करते हुए उस में लंपट नहीं होंगे, यही सब को नसीहत है। मैं आप से शारीरिक तौर पर अलग हो रहा हूं, रूहानी तौर पर नहीं। वह पावर हमेशा आप के अंग संग है, आप ने केवल अंतर्मुख होना है। चौबीस घंटे में से (भजन के लिए) कुछ समय निकालो।

(ख) जीवन का अमृत (Spiritual Elixir) पुस्तक से लिए वचन :

नोट : इस पुस्तक में अंग्रेज़ी भाषा में विभिन्न विषयों पर हजूर महाराज जी द्वारा विदेशी भाई-बहनों को लिखे गए पत्रों के सारांश छपे हुए हैं जिन में से अपनी बुद्धि अनुसार अति उपयोगी वचनों को परमार्थभिलाषियों के लाभ हेतु यहां पेश किया जा रहा है।

(1) सिमरन-ध्यान

36. आप किसी भी आरामदेह और अटल आसन पर बिना किसी शारीरिक या मानसिक तनाव के बैठ जाएं। आंखें बंद कर लें तथा शरीर, वातावरण, सांस के चलने तथा अन्य सभी ख्याल छोड़ दें। आप अपनी दृष्टि दो भौंहों के बीच में टिकाएं और सतनाम शब्द का बहुत धीरे-धीरे मन ही मन, ठहर-ठहर कर सिमरन करें ताकि ध्यान न हटे। इस शब्द का सिमरन काल के किसी भी विपरीत असर को दूर कर देगा। यदि आप को प्रकाश नज़र आए तो इस के बीच लगातार गौर से देखें। यह और तीव्र होता जाएगा, अंत में यह फट कर आगे रास्ता दे देगा। यदि आप को सत्गुरु का नूरी स्वरूप नज़र आए तो आप अपनी पूरी तवज्जो उस पर टिकाएं, इतना कि आप अपने आपको भूल जाएं। इस प्रकार आप में ग्रहणशीलता का विकास होगा और सत्गुरु आप से बातें करने लगेंगे।

37. आप कानों को अंगूठों से बंद कर के बैठो। केवल उस शब्द-धुन को सुनो जो दाईं ओर से आती हो। वह आवाज़ पास आती जाएगी, तीव्र हो जाएगी और अंत में ऊपर से आनी शुरू हो जाएगी। फिर इसे बिना काम बंद किए भी सुना जा सकेगा। आपको इसका पीछा नहीं करना, जहां से वह आ रही हो, नहीं तो आवाज़ मद्धिम पड़ जाएगी और धीरे-धीरे बंद हो जाएगी। आप को एक से ज्यादा प्रकार की आवाजें सुनाई पड़ सकती है पर आप बड़े घंटे, शंख, बादल की गर्जन, मृदंग या बांसुरी की आवाज़ पर ध्यान दें जो कि उच्चतर किस्म की आवाजें हैं और बाकी किसी ध्वनि पर ध्यान न दें।

38. जिंदा सत्गुरु के अंतर्मुख में दर्शन कर पाना एक दुर्लभ आर्शीवाद है। आप दृढ़ता से उसकी चमकदार आंखों और माथे पर ध्यान टिकाएं तथा अपनी ग्रहणशीलता बढ़ाने का प्रयास करें और मन ही मन चार्जड नामों का सिमरन धीरे-धीरे तथा ठहर-ठहर कर करें ताकि ध्यान न

हटे। दाईं ओर से आती घंटियों की पवित्र आवाज़ की धारा शुभ है और इसे एकाग्रचित्त होकर सुनना चाहिए। यह नज़दीक आती जाएगी, तीव्र हो कर अंत में ऊपर से आने लगेगी।

39. शिष्य को तब तक चैन से नहीं बैठना चाहिए जब तक कि वह अंतर में सत्गुरु के नूरी स्वरूप के दर्शन न कर ले और उससे उसी प्रकार बातचीत न करने लगे जैसे कि हम इस दुनिया में करते हैं। आप इस लक्ष्य की प्राप्ति के लिए अपने सभी विचारों को जल्दी से जल्दी समेट लें क्योंकि केवल तभी आपकी सारी परेशानियां खत्म होंगी।

40. अंतर में प्रकाश के पार जाने के लिए आप उसके बीच में टकटकी लगाकर देखते जाएं जिससे वह तेज़ हो जाएगा और फट कर आगे का रास्ता दे देगा। इसी प्रकार दाईं ओर से आने वाली शब्द-धुन को पूर्ण एकाग्र होकर अंतर में सुनने से मन का इधर-उधर दौड़ना रुक जाएगा।

41. ज्योति के पार जाने का सही तरीका यह है कि ज्योति या जो कुछ भी दिखाई दे, उसके बीच में एक टक देखते जाओ। रोशनी के पार जाने के लिए अपनी कोशिशों पर निर्भर मत रहो, बल्कि गुरु-पावर में श्रद्धा रखें कि वह तुम्हें रास्ता दे। इस प्रकार आपका मन भी काबू में रहेगा। मन तभी भागता है जब आप की आंतरिक दृष्टि हिल जाती है।

42. भजन-सिमरन के दौरान हमारा ध्यान पूर्ण रूप से दिव्य-चक्षु पर टिका रहना चाहिए और हमें अपने शरीर, सांसों, दिल की धड़कन इत्यादि की ओर कोई ध्यान नहीं देना चाहिए।

43. कृपया ध्यान दें कि सोते समय आप अपनी आंतरिक दृष्टि प्रेम पूर्वक दिव्य-चक्षु पर टिका कर पूर्णतया तनाव-मुक्त हो जाएं और अपने आप को सत्गुरु के हवाले कर दें। इससे आप को न केवल शांति मिलेगी बल्कि उसकी दया से सपने में दिव्य आंतरिक अनुभव बढ़ सकते हैं।

44. धुनी अथवा शब्द को सुनना एक अलग अभ्यास है। इसमें आपको पवित्र नामों का सिमरन नहीं करना, न ही आंतरिक दृष्टि को किसी बिन्दु पर टिकाना है। आप को केवल भौहों के पीछे रह कर आवाज़ (धुन) को, जहां से भी वह आती हो, ध्यान लगा कर सुनना है। आवाज़ पास आने लगेगी और आपकी आत्मा को उच्चतर मंडलों में ले जाएगी।

45. भजन सिमरन के समय आपका सारा शरीर सुन्न हो जाएगा, लेकिन आप इस ओर कोई ध्यान दें क्योंकि अगर आप ध्यान देंगे तो आप शरीर में दर्द महसूस करेंगे। आपका काम तो, जो कुछ भी आप को अंतर में नज़र आए, उसके मध्य में उत्सुकता के साथ देखना है। आपको अंतर में कई प्रकार के अनुभव होंगे। अगर आपको कोई आकृति दिखाई दे तो आप पवित्र नामों का सिमरन करें। यदि वह आकृति सिमरन के सामने टिकी रहती है तो उसे सत्कार दो।

46. जो आत्माएं एक रास्ते पर चल रही हैं, उनके बीच आकर्षण होना स्वाभाविक है। जो एक दूसरे से प्रेम करते हैं वे सत्गुरु को बहुत प्यारे हैं। यह पारस्परिक प्रेम सत्गुरु से प्रेम बढ़ाने में सहायक होना चाहिए और किसी भी हालत में यह उसमें बाधा न बने। इसके अलावा, शारीरिक भोगों में गिरने से बचो क्योंकि इससे अंतर में अंधेरा छा जाता है। सावधान रहो कि अंतर की रोशनी पर स्याही का पर्दा न पड़ने पाए।

47. बीमारी और बाहरी काम-काज से होने वाली कभी-कभार की बाधा से आप विचलित न हों क्योंकि यह आम जिंदगी का हिस्सा है। हम पानी में ही तैरना सीख सकते हैं। यह दयालु गुरु-सत्ता के प्रति हमारा आंतरिक प्रेम और भक्ति है जिसके कारण आत्मा मुक्त हो जाती है और हम उसकी दया से शांतिदायक वैराग्य को पा जाते हैं। उसकी इच्छा और खुशी पर सब कुछ छोड़ देना ही उसकी दया और खुशी को पाने की कुंजी है।

48. बाईं ओर की आवाज़ को नहीं सुनना चाहिए और अगर यह जारी रहती है तो अंगूठा बायें कान से हटा दें। यह आवाज़ हमारी तरक्की में बाधा डालती है।

49. अंतर में रूहानी तरक्की की कुंजी यह है कि जो कुछ भी (अंतर में) दिखाई दे, उसके मध्य में एकाग्रता के साथ देखते जाओ और उस पवित्र धुन को लगातार एक टक हो कर सुनो जो दाईं ओर से आती हो। बाकी सब कुछ सत्गुरु की दया से होता जाएगा।

50. यदि अंतर में तारे दिखाई दें तो उनमें से बड़े तारे को ढूंढ कर आप अपनी आंतरकि दृष्टि उसके बीच में टिका दें। यह तारा और तेज़ हो जाएगा और अंत में फट कर आपको आगे जाने का रास्ता देगा। अगर आप को अंतर में चन्द्रमा और सूर्य नज़र आएं तो उनके बीच में ध्यान टिकाएं, फिर वे भी आपको आगे का रास्ता दे देंगे। जब आप अंतर में सत्गुरु के नूरी स्वरूप को देखें तो आप प्रेम से उसमें इतना अधिक खो जाएं कि अपने आप को भूल जाएं। इससे आप में ग्रहणशीलता बनेगी और सत्गुरु आप से ऐसे बातें करेगा जैसे कि बाहरी दुनिया में करता है।

51. पवित्र चार्जड नामों में सत्गुरु की जीवन-शक्ति होती है और उनके एकाग्रता और अडिग विश्वास के साथ किए गए सिमरन से आत्मा को धीरे-धीरे चेतनता की खुराक मिलती है और उस पर एक अमिट छाप रह जाती है। अगर आपको भजन-सिमरण के समय अंतर में कुछ न भी दिखाई दे तो भी आप श्रद्धा के साथ सिमरण करते जाएं, जो कि खेत को जोतने जैसा काम करेगा ताकि रूहानियत की अच्छी खेती के लिए जमीन तैयार हो सके। इस जमीन को सत्गुरु की दया मेहर का पानी मिलेगा और समय आने पर इसमें नाम का बीज फले-फूलेगा।

52. अंतर में नूरी स्वरूप की चमकदार आंखें और माथे पर एकाग्रता से नज़र टिकाएं और पवित्र चार्जड नामों का मन ही मन ठहर-ठहर कर सिमरन करें ताकि ध्यान न हटे। अगर वह स्वरूप सिमरन के सामने ठहरता है तो निश्चित है कि वह आपका असली गुरु है और अंतर के शुद्ध परमांनद और शांति के मंडलों की यात्रा में आपकी सहायता करेगा।

53. बड़े घंटे की पवित्र शब्द-धुन को सुनना भी उतना ही शुभ है क्योंकि उसकी हर गूंज बहुत प्रेरणादायी और ऊपर खींचने वाली होती है। कृपया इसे एकाग्रचित होकर सुनें तो यह पास आ जाएगी, तीव्र हो जाएगी और अंत में ऊपर से आने लगेगी।

54. रूहानियत के लिए किया गया हर एक काम आपकी आंतरिक उन्नति में सहायक होता है। आपकी सारी भक्ति के फलस्वरूप समय आने पर सत्गुरु की दया से आपको बहुत अच्छा नतीजा मिलेगा।

55. आप विचलित या निरोत्साहित न हों, बल्कि अपने सिर पर कार्यरत गुरु-पावर में पूर्ण विश्वास रखें। इस समय आप इस महान कार्य में जितना भी योगदान दे सकें, दें। हमारा कर्तव्य अपनी तरफ से अधिक से अधिक कोशिश करना है, बाकी सब काम उस (गुरु-पावर) पर छोड़ दें। कर्मों का चक्र निरन्तर चलता रहता है। केवल भजन-सिमरन से ही उसका असर कम किया जा सकता है। जब आप आध्यात्मिक अभ्यास में लगें तो उसमें पूरा समय दें और उसे मन लगा कर करें। जब आप इस में न लगे हों तो अपने समय को ईमानदारी से उस उद्देश्य के लिए लगाएं जो आपके सामने है।

56. जब आप वातावरण को भूलना चाहें तो सबसे अच्छा तरीका है कि आप अपना ध्यान इधर-उधर से हटा कर पूर्णतया सिमरन में या शब्द को सुनने में लगा दें। यदि आप ऐसा करेंगे तो बाहरी परेशनियां आपको प्रभावित नहीं करेंगी। आध्यात्मिक अभ्यास के लिए शांत वातावरण सहायक होता है।

57. आप भजन-सिमरन के समय अपने विचारों को अवश्य काबू में करें। मन-बुद्धि को शांत करना, भजन-सिमरन के आखरी दुश्मन पर विजय पाना है। आप एक या दूसरी वस्तु को पाने की इच्छा न करें। केवल दरवाज़े पर बैठें और इंतजार करें तथा बाकी सब गुरु-पावर पर छोड़ दें। वह हितैषी शक्ति सदा आपके साथ है और आप की सच्ची कोशिशों से पूरी तरह वाकिफ है।

58. जब तक आप कर्ता हैं, आप खुद अपने रास्ते में बाधा बने हुए हैं और जब आप प्रेम से अपने आपको मिटा देंगे तो वह (प्रभु) दिव्य ज्योति और पवित्र धुनि के रूप में आपके सामने प्रकट हो जाएगा।

59. भजन के समय शरीर में फैली सुरत की धारा दिव्य चक्षु पर आकर सिमटने लगती है। यह शिष्य की स्वयं की कोशिशों का फल नहीं है बल्कि उसके सिर पर कार्यरत गुरु-पावर की प्रेम-भरी दया का नतीजा है। आप इस सिमटने की प्रक्रिया की ओर कोई ध्यान न दें बल्कि अपना ध्यान पूर्णतया, जो कुछ भी आप को अंतर में नज़र आए, उसके मध्य में टिका दें। सिमरन का अभ्यास एक धीमी प्रक्रिया है परंतु सत्गुरु की दया से जब यह पक जाता है तो हम बिना किसी कोशिश के दिव्य चक्षु पर पहुंच जाते हैं।

60. गुरु-पावर हर दुख-सुख में आप के साथ है। अत: अपने हर कार्य को, अपनी ओर से पूर्ण लगन से करो और बाकी सब उस पर छोड़ दो और कभी भी निरोत्साहित या चिड़चिड़े मत बनो। गुरु-पावर हर संभव सहायता और सुरक्षा प्रदान करेगी।

61. जब तक आप दोबारा जन्म नहीं लेते, आप प्रभु के साम्राज्य में प्रवेश नहीं पा सकते। दोबारा जन्म लेने का मतलब है, शरीर से ऊपर उठना और दूसरे संसार में प्रवेश करना, स्थूल मंडल से सूक्ष्म में।

62. जब आप भजन-सिमरन पर बैठें तो आंखों या माथे पर कोई दबाव न डालें और न ही सांस के चलने की ओर कोई ध्यान दें। सत्गुरु बहुत खुश होता है, जब उसके बच्चे अंतर में तरक्की करते हैं। वह वहां हमेशा दीक्षितों के साथ रहता है और ग्रहणशील बच्चों को खुशी-खुशी अपनी दया और आर्शीवाद देता है। वह चाहता है कि उसके सभी बच्चे इसी जीवन में अंतर में उस तक पहुंच जाएं।

63. वे गिने-चुने लोग धन्य हैं जो सत्गुरु के मिशन में भागीदार बनाये जाते हैं। एक उत्सुक तीर्थ-यात्री की तरह हमें हमेशा इस रास्ते पर चलते रहना है। वे लोग वास्तव में धन्य है जिन्होंने अपना-आपा प्रभु इच्छा को समर्पित कर दिया है। हमें प्रभु का सच्चा खोजी बनना होगा। शेष किसी भी चीज़ को हम अहमियत न दें।

64. जब आप पवित्र धुनि को सुनें तो आप इसके स्रोत को जानने के लिए इसका पीछा न करें क्योंकि इस से यह मंद हो जाएगी। आप केवल दिव्य-चक्षु पर एकाग्रता से इसे सुनते रहें। यह पास आ जाएगी, तीव्र हो जाएगी और अंत में ऊपर से आने लगेगी। ज्योति के मध्य में अंदरूनी नज़र को टिका कर आप प्रेम से इसमें प्रवेश करें। यह और तेज़ हो जाएगी और फिर सत्गुरु की दया से आगे रास्ता दे देगी।

65. दाईं ओर से आने वाली पवित्र शब्द धुन को सुनना बहुत जरूरी है और इसके लिए (सिमरन के) बराबर का समय देना चाहिए। यह सुनी जाने वाली ज़िंदगी की धारा है और इसको नियमित रूप से सुनने से आपको असीम शांति प्राप्त होगी।

66. आध्यात्मिक जिज्ञासु कभी-कभी भजन सिमरन में जो सूखेपन का दौर महसूस करते हैं, वह एक छिपा हुआ आर्शीवाद है जिससे आपकी आंतरिक भक्ति का विकास होता है। आप इसकी चिंता न करें, बल्कि एक नई ताज़गी और शक्ति के साथ अपने भजन-सिमरन में उत्साह के साथ लगे रहें। दयालु गुरु-शक्ति आपको हर संभव सहायता, दया और सुरक्षा प्रदान करेगी।

67. आप किसी भी आसन पर बैठ जाएं और अंतर में जो कुछ भी

नज़र आए, अंधेरा या प्रकाश, उसके बीच में टकटकी लगा कर देखते जाएं। बाकी सब सत्गुरु का काम है जो आपके सिर पर है और आपको हर प्रकार की सहायता दे रहा है।

68. जहां तक आप को अंतर में सुनाई देने वाली आवाजों का प्रश्न है, आप उनकी ओर ध्यान न दें। जो आवाज़ आप में दिलचस्पी रखे, उसे अपने सामने प्रकट होने के लिए कहें। यदि वह आता है तो पांच नामों का सिमरन जारी रखें। यदि वह सिमरन के सामने ठहरता है, केवल तभी उसकी बात को सुनें। आम तौर पर ये आवाज़ें काल-पावर की होती हैं तथा उनकी ओर कोई ध्यान नहीं देना चाहिए।

69. भजन-अभ्यास के समय बहुत सतर्क रहें। प्राणों या सांस की प्रक्रिया की ओर कोई ध्यान न दें। आप अपने शरीर को बिल्कुल भूल जाएं। गुरु-पावर आप के सिर पर है और आपको हर संभव सहायता देगी।

70. जब आप अंतर में कई प्रकार की धुनें सुनें तो कृपया यह पहचानने की कोशिश करें कि कौन सी आवाज़ दाईं ओर से आ रही है। आवाज़ पास आ जाएगी, अंत में ऊपर से आने लगेगी और तब आप उसे बहुत साफ-साफ सुन पायेंगे।

71. आप आंतरिक चन्द्रमा या सूर्य के बीच में एकाग्रता से देखते रहें और मन ही मन चार्जड नामों का सिमरन करें, बहुत धीरे-धीरे ठहर-ठहर कर, ताकिआंतरिक दृष्टि में कोई विघ्न न पड़े। ये फट कर आपको आगे का रास्ता दे देगी। संभव है कि आप सत्गुरु की दया से उसके पवित्र दर्शन का उपहार पाएं। दाईं ओर से आने वाली घंटियों और ढोल की पवित्र आवाजें सही हैं और उन्हें एकाग्रचित होकर सुनना चाहिए। इनको एकाग्र होकर लगातार सुनने से आपको दिव्य नशा और असीम आनंद मिलेगा। आपकी गहरी कृतझता से नतीजा अच्छा होगा।

72. अंतर में शिव नेत्र पर जो कुछ भी नज़र आए, ज्योति या अंधेरा, उसके बीच में टकटकी लगातार देखते रहें और मन ही मन चार्जड नामों का सिमरन ठहर ठहर कर करें ताकि ध्यान न हटे। नींद तभी आती है जब दृष्टि अस्थिर हो जाती है। इसके अलावा, ध्यान-अभ्यास से पहले तरो-ताज़ा होने के लिए आप कुछ हलकी-फुलकी कसरत भी कर सकते हैं।

73. जब हम ध्यान में बैठें तो हो सकता है हम पांच पवित्र नामों का सिमरन करना भूल जाएं। ऐसे समय मन और काल हमें धोखा दे सकते हैं। इसलिए सावधानी के तौर पर ध्यान के समय सिमरन करना न छोड़ें। यदि सत्गुरु का सा स्वरूप सिमरन के सामने ठहरता है तो शिष्य उसके वचनों को सत्य माने और उन्हें ध्यान से सुने। जब हम पांच चार्जड नामों का सिमरन करना भूल जाते हैं तो अक्सर मन हमें धोखा देने या पथभ्रष्ट करने के लिए सत्गुरु के भेष में हमारे सामने आ जाता है। जब असली सत्गुरु शिष्य के सामने आता है तो वह हर पूछे गए सवाल का जवाब देगा। कोई भी नकली स्वरूप सिमरन के सामने नहीं ठहर सकता। यदि सत्गुरु हमें सपने में कोई उत्तर दे तो वह सही नहीं हो सकता। सत्गुरु का नूरी स्वरूप तब आता है जब शिष्य जागृत अवस्था में हो और वह सिमरन के सामने ठहरता है। काल-पावर कभी-कभी हमें कुछ बातें बता सकती है, पर वह पांच नामों के आगे नहीं टिक सकती। वह हमारा सत्गुरु होने का ढोंग रच सकता है। ऐसे स्वरूप के वचनों पर कभी भरोसा न करो।

74. कोई भी शारीरिक या मशीनी काम करते समय या खाली क्षणों में आप पांच चार्जड नामों का सिमरन या कोई भी प्रार्थना प्रेम पूर्वक हर समय कर सकते हैं। आप महसूस करेंगे कि आप में एक नई शक्ति प्रवेश कर रही है और आपके साथ कोई और भी काम कर रहा है। दिन में मिलने वाला थोड़े से थोड़ा खाली समय भी भजन-सिमरन में लगाया जा सकता है और इससे आपको ताज़गी और अपने कार्य के

लिए शक्ति मिलेगी।

75. जब आप देहाभास से ऊपर उठते हो तो आप सूक्ष्म मंडल के नज़ारे देख सकते हो। उन नज़ारों में खो मत जाओ बल्कि पांच नामों का सिमरन करो। कभी-कभी आप को शेर और सांप नज़र आएंगे। ये सत्गुरु के रूप नहीं हैं। कई बार सांप का रूप धारण कर के काल-पावर प्रकट होती है। अत: इसकी ओर कोई ध्यान न दो। पांच डाकू यानि काम, क्रोध, लोभ, मोह और अहंकार हमें शेर या छोटे बच्चों की शकल में छोड़ते नज़र आ सकते हैं। ये चीज़ें उस आत्मा की तरक्की में रुकावट नहीं बन सकतीं जो पांच पवित्र नामों का सिमरन कर रही हो।

76. यदि आप किसी आवाज़ को अपनी ओर आता सुनें तो कृपया उस ओर कोई ध्यान न दें। ऐसी आवाजें आम तौर से काल-पावर की होती है। यदि आवाज़ जारी रहे तो उसे अपने सामने प्रकट होने के लिए कहें और पांच चार्जड नामों का सिमरन करें। यदि वह आपके सिमरन के सामने टिकी रहे तो वह आपकी सहायक होगी परन्तु अगर काल-पावर की आवाज़ होगी तो गायब हो जाएगी। सिमरन इन सब मुश्किलों को दूर कर देगा। आप निडर और साहसी बन जाएंगे। आप को अंतर में बहुत सी नदियां और पहाड़ नज़र आएंगे। आप उन्हें उड़ कर पार कर लेंगे। सिमरन आपको उनके ऊपर उड़ने में सहायता करेगा।

77. खाली क्षणों में (बिना कान बंद किए) आप को घंटियों की आवाज़ हमेशा सुनाई देते रहना ठीक है और यह दर्शाता है कि उसकी दया भरी सुरक्षा आपको प्रदान की जा रही है लेकिन कानों को अंगूठों से बंद कर के शब्द धुन को सुनना आपकी पवित्र रास्ते पर लगातार तरक्की के लिए बहुत ज़रूरी है। आपको सलाह दी जाती है कि आप कानों को बहुत जोर से न दबाएं ताकि आप को कोई आघात न पहुंचे। कृपया ध्यान दें कि मन आम तौर इस पवित्र शब्द-धुन को सुनने से बचना चाहता है, परंतु इसका गहरा आध्यात्मिक महत्व है और इसे निष्ठा के साथ सुनना चाहिए।

78. नामलेवा की सच्ची चाहत होनी चाहिए कि वह सत्गुरु के नूरी स्वरूप के अंतर में दर्शन करे और उसका आनंदमयी आशीर्वाद एवं दया निरंतर पाता रहे। सिर पर काम कर रही गुरु-पावर इस इच्छा की पूर्ति के लिए हर संभव सहायता देती है।

79. नींद में आप को यदि ऐसा कुछ नज़र पड़े जिसकी नींद खुलने पर केवल धुंधली सी याद रह जाए तो वह सपना कहलाता है। अगर आप उन सब अवस्थाओं, जिनका कि आपने जिक्र किया है, से गुजरते समय हर समय चेतन रहते हैं तो यह स्वप्न नहीं बल्कि चेतन अवस्था में मिला अनुभव है जिसे विज़न कहते हैं।

80. सत्गुरु के प्रति प्रेम-युक्त समर्पण कठिन परिस्थितियों को भी आसान बना देता है। भजन-सिमरन बहुत महत्वपूर्ण है और इस में कभी भी नागा नहीं करना चाहिए। टालमटोल करना समय की चोरी है। मन प्रकृति से आराम-पसंद है और इसे खाली नहीं छोड़ना चाहिए ताकि हमारे जीवन के लक्ष्य में कोई रुकावट न बने। भजन-सिमरन में अधिक से अधिक समय लगाओ।

81. सपनों पर भरोसा मत करो। सपनों में हमें पुराने जन्मों के दृश्य दिखाई दे सकते हैं। अंतर में बहुत बड़ी सृष्टि है, जिसकी ओर ध्यान देने की कोई ज़रूरत नहीं। हम अपना ध्यान सत्गुरु के दर्शन करने, उससे बातें करने और उसके साथ रहने में लगाएं।

82. शंख की आवाज़ फूंक मारने से पैदा होने वाली आवाज़ जैसी होती है और यह एक लंबी मधुर आवाज है। निर्मल नाम हर दीक्षित का सदा का साथी है। जैसे-जैसे शिष्य की अंतर में रसाई बढ़ती है वैसे-वैसे शिष्य गुरु शक्ति या निर्मल नाम से मिली सहायता की कद्र करने लगता है।

83. कृपया सावधान रहें कि भजन-सिमरन के समय आप को

नींद न आने पाए । यदि आप थके हुए हों तो भजन-सिमरन से पहले थोड़ा आराम कर लें। जागृत अवस्था में सुरत की धारा का ठिकाना दो आंखों के बीच में ठीक पीछे होता है, निद्रा के समय रूह वहां से नीचे गिर जाती है, सपनों वाली निद्रा में कंठ चक्र पर और गहरी निद्रा में नाभि चक्र पर। अत: नींद के समय आत्मा अपने स्थान से ऊपर उठने की बजाय शरीर में निचले चक्रों में आ जाती है। इसलिए इस बात पर जोर दिया जाता है कि भजन-सिमरन के समय नींद से बचा जाए।

84. कृपया ध्यान दें कि भजन-सिमरन में तरक्की हासिल करने के लिए आप दोनों अभ्यासों (सिमरन और भजन) को अलग-अलग करें, एक के बाद दूसरा जिस से पवित्र रास्ते पर आपकी तरक्की पक्की हो जाएगी।

85. आंतरिक ज्योति आती और जाती नहीं है, यह तो अंतर में हमेशा वहां स्थित है। यह तभी प्रकट होती है, जब हम एकाग्रचित होकर इस की ओर अपना ध्यान टिकाएं और ज़रा भी ध्यान हटने पर गायब हो जाती है। अगर आप अपनी आंतरिक दृष्टि को लगातार एक जगह टिका कर रखेंगे तो ज्योति गायब नहीं होगी। शायद आपको घंटी की आवाज़ बहुत ही हलकी सुनाई देती है, जैसे कि बहुत दूर से आती हो। जहां से यह आवाज़ आती है, आप वहां तक इस का पीछा न करें बल्कि आंखों के पीछे अपने स्थान पर टिके रहें और दाईं ओर से आती धुन को सुनते रहें। इस प्रकार यह पास आ कर तीव्र हो जाएगी और अंत में ऊपर से आने लगेगी।

86. पराविद्या का अभ्यास हमें ऊपर रूहानी मंडलों में शारीरिक चेतनता से परे, धीरे-धीरे प्रभु के सच्चे देश तक ले जाता है। कुंडलिनी को जागृत करना हमारा (संतमत का) उद्देश्य नहीं। वह सिर्फ उद्देश्य प्राप्ति का एक साधन है, इसमें सांस के नियंत्रण की जरूरत होती है और शरीर में बहुत गर्मी पैदा हो जाती है। बिना बढ़िया भोजन और हृष्ट-पुष्ट शरीर के इसे कोई सहन नहीं कर सकता। बहुत कम लोग यह रास्ता अपना सकते हैं। संत मत बहुत ही सहज रास्ता है और सब आसानी से इस पर चल सकते हैं।

87. भजन-सिमरन के समय हमें नींद आ सकती है। ऐसा तब होता है जब हमारी दृष्टि पूर्ण एकाग्रता के साथ एक जगह नहीं टिकी रहती। देखते समय आप अंतर में लगातार गौर से देखें। इस प्रकार आप नींद से बचे रहेंगे। अच्छा होगा कि आप भजन सिमरन में बैठने से पहले स्नान कर लें या कुछ देर टहल लें ताकि अंतर में आप पूर्ण रूप से जागृत रहें।

88. इंद्रिय-ज्ञान से ऊपर आने से ही आप सच की प्राप्ति कर सकते हैं। अंतर के सन्नाटे में प्रवेश करो, वहां शब्द धुन सुनने लगेगी। अपनी आंखों में तीव्र चाहत लिए बाहर से अंतर में प्रवेश करो। सभी पूर्ण पुरुषों का यही मुख्य संदेश रहा है। अपने घर (शरीर) में आप उसे देखेंगे। इसलिए मैं आपसे विनती करूंगा कि आप बिना इस लोक या परलोक के विचार के तीव्र तड़प के साथ अपने अंतर प्रवेश करें। परमात्मा की दया आप तक आएगी तथा अंदर की दृष्टि खुल जाएगी और वह (प्रभु) अपने आपको आपके सामने प्रकट कर देगा और आप अपने अंतर में उस के दर्शन करेंगे।

89. जब आप अंतर में चमकीला तारा देखें, जिसे ईसा मसीह ने दिन का तारा कहा है, तो आप एकाग्रता से अपनी आंतरिक दृष्टि इसके मध्य में टिकाएं। आप इसमें से गुजरते हुए इसे पार कर जाएंगे। कभी-कभी सत्गुरु भी वहां पर प्रकट हो जाता है। शब्द-धुन को सुनते समय आप इससे चिपकने की कोशिश न करें, बल्कि इसे ध्यान से सुनें। धीरे-धीरे आप धुन को साफ सुनने लगेंगे, जैसे मृदंग या बादलों के गरजने की आवाज़। गुरु-पावर आपके सिर पर है और आप को हर संभव सहायता, दया और सुरक्षा प्रदान करेगी।

90. जहां तक शरीर के सुन्न होने का प्रश्न है, इससे डरने की कोई बात नहीं है। हमें शरीर से ऊपर उठना है, यह प्रभु के रास्ते का पहला कदम है। इस सिमटने की प्रक्रिया की ओर कोई ध्यान न दें। यह अपने आप होती है। आपको अपने शरीर का ख्याल नहीं करना चाहिए। इस प्रकार आपको शरीर से सिमटते समय कोई डर नहीं लगेगा। यह जीते जी मरने की प्रक्रिया है और संतों ने हर देश और काल में इसका अभ्यास करने का आदेश दिया है। आप पूर्णतया गुरु-पावर के संरक्षण में हैं और आपको उसका सहारा लेकर परलोक में पहुंचना है।

91. अगर भजन-सिमरन में मन स्थिर हो जाता है तो वास्तव में यह मन पर एक महान जीत है। यह असलियत में उसकी (प्रभु/सत्गुरु की) दया से एक बड़ी उपलब्धि है और आप भाग्यशाली हैं कि आप इस पवित्र सचाई का अनुभव प्राप्त कर रहे हैं।

92. सत्गुरु अन्य सब चीज़ों से आपके ज्यादा नज़दीक है। पहाड़ों की ओर भागने की कोई जरूरत नहीं, हालांकि शांत वातावरण भजन-सिमरन में सहायक होता है। हमें अंतर्मुख होना सीखना होगा। अत: ज़रा भी निराश न हों। केवल अपना फर्ज अदा करने की कोशिश करो और जरूरी आंतरिक सहायता अवश्य मिलेगी।

93. भजन-सिमरन में दिए जाने वाले समय को धीरे-धीरे बढ़ाना चाहिए ताकि प्रतिदिन दो घंटे भजन-सिमरन करने का लक्ष्य पूरा हो सके, जो आपकी आध्यात्मिक उन्नति के महान उद्देश्य के लिए ज़रूरी है। इस दुनियावी जिंदगी का जो कीमती समय भजन-सिमरन में गुजरता है, वह समय का सर्वोत्तम उपयोग है और यह आंतरिक आध्यात्मिक उन्नति के लिए अति महत्वपूर्ण है।

94. एकांत जगह का शांत वातावरण भजन-सिमरन में सहायक सिद्ध हो सकता है। सत्गुरु की सेवा या उसके लिए की गई सेवा से शिष्य का बर्तन साफ होने में मदद मिलती है और अंतर्मुखता में सहायता मिलती है।

95. अंतर प्रवेश करना इस मार्ग का सबसे मुख्य अंग है। यह केवल सत्गुरु की दया से ही प्राप्त होता है और सत्गुरु की दया तब और ज्यादा मिलती है जब हम प्रेम, सेवा और ध्यान-अभ्यास की जिंदगी जीते हैं। इस प्रकार ये आपस में संबंधित हैं और एक दूसरे से जुड़े हैं।

96. जैसे-जैसे ध्यानाभ्यास में तरक्की होती है, नामलेवा का सोचने का तरीका बदलने लगता है। सिमरन के समय सांस के चलने की ओर ध्यान न दो क्योंकि इससे शरीर में गर्मी और दूसरे कुप्रभाव पैदा हो जाते हैं जिनसे सुरत की धारा को दिव्य चक्षु पर सिमटने में रुकावट आती है।

97. सिमरन का अभ्यास सत्गुरु द्वारा दिए गए चार्जड नामों का धीरे-धीरे ठहर-ठहर कर सोच कर सिमरन करने से शुरू होता है। पहले-पहल इस अभ्यास के लिए हमें कोशिश करनी पड़ती है लेकिन बाद में यह हमारी जिंदगी का हिस्सा बन जाता है। तब बिना किसी रुकावट के प्रभु की याद निरंतर बनी रहती है। एक बार यह शुरू हो जाए तो याद स्वत: ही सदा बनी रहती है और पक्की हो जाती है।

98. रूहानियत एक आंतरिक अनुभव है और इसकी क, ख, ग वहां से शुरू होती है, जहां सभी दर्शन और योगाभ्यास खत्म हो जाते हैं। यह आत्मा का अनुभव है। इसका प्रैकटीकल तब आरंभ होता है जब सच्चे सत्गुरु की कृपा से साधक पूर्ण रूप से शरीर से ऊपर उठ जाता है। बिना किसी सहायता के कोई भी भौतिक शरीर से ऊपर नहीं उठ सकता है, इससे अलग नहीं हो सकता।

99. सत्गुरु सच्चे चाहने वालों को रूहानियत की दात बांटने के लिए आते हैं। इसे खरीदा नहीं जा सकता । इसे पढ़ाया भी नहीं जा सकता। रूहानियत तो रूहानी लोगों के संपर्क में आकर ही पाई जा सकती है।

100. सत्गुरु आपका सदा का साथी है, आप को हर संभव सहायता,

दया और सुरक्षा प्रदान करता है। अंतर में जितनी अधिक तरक्की होगी, उतनी ही अधिक खुशी आप महसूस करेंगे और सत्गुरु के प्रति आपका प्रेम तथा विश्वास और बढ़ेगा।

101. जब आप सत्गुरु की उपस्थिति महसूस करें और आपको लगे कि वह आप से बातें कर रहा है, चाहे आप उसे देख न पाते हों तो कृपया चार्जड नामों का सिमरन अवश्य करें ताकि ऐसा न हो कि आप काल-पावर के असर में आ जाएं जो कि आपकी रूहानी तरक्की में रुकावट डालने की कोशिश कर रही हो।

102. किसी विचार में खोकर एक ही स्थिति में लंबे समय तक पड़े रहने के बाद शरीर में अनजाने में जो सुन्नपना महसूस होता है, वह ऐसा ही है जैसा भजन-सिमरन के समय सुरत के सिमटने से होता है। केवल फर्क यह है कि भजन-सिमरन के समय चार्जड नामों के मन ही मन सिमरन और ज्योति के मध्य में ध्यान टिकाने से हमारा ख्याल अंतर दिव्य-चक्षु पर स्थिर हो जाता है।

103. ध्यान की गहरी अवस्था के समय सांस के धीमे चलने से आप न घबराएं क्योंकि यह अंतर्मुख होने में आपकी सफलता को दर्शाता है। जब सुरत की धारा दिव्य चक्षु पर सिमटती है तो नीचे का शरीर सुन्न हो जाता है जिससे प्राणों की धारा सुव्यवस्थित ढंग से कार्य कर पाती है और सांस स्वत: ही धीमा हो जाता है। इससे डरना नहीं चाहिए और न ही इस की ओर ध्यान देना चाहिए, क्योंकि ऐसा अपने-आप होता है तथा इस दौरान कर्मों के फल पर आधारित चांदी की डोर बिना किसी खतरे के जिंदगी को बनाए रखती है।

104. अंतर में सत्गुरु के नूरी स्वरूप की असलियत की परख करने के लिए पांच नामों का सिमरन करें क्योंकि कभी-कभी काल-पावर भी इसी भेष में आ जाती है और पवित्र नाम का सिमरन आंतरिक स्वरूप की असलियत की पहचान करने का सही तरीका है। यदि यह स्वरूप सिमरन करने पर सामने ठहरता है तो पक्के तौर पर जान लो कि यह सत्गुरु है और आंतरिक यात्रा में आपकी सहायता करेगा।

105. जीवन-ज्योति आप के अंदर है, असल में आप उस ज्योति से ही जीवन पाते हैं, चाहे आप यह मानें या न मानें। आप में से हर एक को उस पवित्र ज्योति का अनुभव मिल चुका है। अब आप को सदा उस पवित्र ज्योति के संपर्क में रहना चाहिए। समस्त सृष्टि इसी ज्योति से उत्पन्न हुई और यही ज्योति हर एक के अंदर प्रकाशमान है।

106. सत्गुरु तथा कुछ उन्नत शिष्यों को छोड़कर, बाकी सब को अपने आंतरिक अनुभवों के बारे में दूसरों को बताने से स्वयं का नुकसान होता है और आंतरिक तरक्की में बाधा पड़ती है। इसकी अपनी अहमियत है। एक अमीर आदमी अपने मेहनत से कमाए धन को छिपा कर रखना चाहेगा ताकि दूसरों को इसका पता न लगे और वे उससे ईर्ष्या न करने लगें। इसी प्रकार शिष्य को प्राप्त हुए आध्यात्मिक खजाने का बहुत ध्यान रखना होता है ताकि वह दूसरों से छिपा और सुरक्षित रहे। एक छोटे से पौधे को पास से गुजरने वाली बकरी भी खा जाती है, लेकिन जब यह बड़ा पेड़ बन जाता है तो हाथी भी इसे नहीं उखाड़ सकता। इसके अलावा दूसरों के बुरे विचार भी शिष्य पर बुरा असर डालते हैं और वे लोग जो शिष्य से ईर्ष्या करने लगते हैं, वे उसको सही सलाह नहीं दे सकते। इस भौतिक संसार का नियम यह मांग करता है कि हर कोई शिष्टता से पेश आए और अपनी रूहानी तरक्की का दिखावा न करे। इस लिए शिष्य को सहनशीलता और नम्रता धारण करने की जरूरत होती है। वह कई बार गर्व महसूस करने लगता है तथा इस प्रकार उसे अहंकार आ जाता है और फलस्वरूप उस में गिरावट आ जाती है। इन कारणों से संतों के शिष्यों की अपने आंतरिक अनुभवों को सत्गुरु के सिवाय कभी किसी को नहीं बताना चाहिए।

107. पांच चार्जड नामों के सिमरन में शक्ति है और यह आपकी

ओर आती किसी भी विरोधी शक्ति या हस्ती से बचने का पक्का साधन है। आपको सिर्फ श्रद्धा और प्रेम के साथ आध्यात्मिक अभ्यास में नियमित समय देना है। जब आप सब कामों से खाली हों तो पवित्र नामों का सिमरन करें या सत्गुरु की मधुर याद में खो जाएं। गुरु-पावर सदा आप के साथ है और हर संभव सहायता प्रदान करेगी चाहे आपको इसकी खबर हो या न। अत: परेशान न हों और नये साल में नई उम्मीद के साथ इस मार्ग पर प्रतिदिन तरक्की करें। अपनी तरफ से अच्छे से अच्छा काम करो और बाकी गुरु-पावर पर छोड़ दो और सभी चिंताओं और तनावों से मुक्त हो जाओ। यह समय खुश और सुखी होने का है।

108. शाम को 8,9,10 या रात 11 बजे आप अपने व्यापार को पूरी तरह भूल जाएं यह मान कर कि आपने इसे किसी और अधिक शक्तिशाली शक्ति को सौंप दिया है। आप तनाव मुक्त हों जाएं, पूर्णतया तनाव मुक्त। आपके पास जो भी समय हो, उसे बिना व्यवधान के पूरी श्रद्धा और प्रेम के साथ आध्यात्मिक अभ्यास में लगाएं, उतनी ही गंभीरता और सही ढंग से, जितनी आप अपने व्यापार में लगाते हैं। मन में किसी अनुभव को पाने की चाहत न रखो, सब कुछ अपने सिर पर हमेशा आपके साथ रहने वाली गुरु-पावर पर छोड़ दो कि जो भी वह ठीक समझे, आप को दे। आप अपनी ओर से भजन अभ्यास में मगन हो जाओ और फल सत्गुरु पर छोड़ दो।

109. ज्योति और धुन एक साथ आ ही जाती है। भजन-सिमरन के समय अगर आप देखने के अभ्यास में लगे हैं तो धुनि की ओर कोई ध्यान न दें और अगर आप धुनि को सुन रहे हैं तो पूर्णतया धुनि की ओर ही ध्यान दें। अगर आप दोनों ओर ध्यान लगाओगे तो ध्यान बंट जाएगा। आपकी हर प्रकार से रक्षा करती गुरु-पावर लगातार आपके सिर पर काम कर रही है। यह सब हजूर बाबा सावन सिंह जी की दया है, जो काम कर रही है। कोई आश्चर्य नहीं कि आप लगातार महसूस करते हैं कि उनकी दया-दृष्टि आपकी रक्षा कर रही है। आपको सिर्फ ग्रहणशील बनना है ताकि आप सत्गुरु के प्रेम और दया को अधिक से अधिक प्राप्त कर सकें। कई जिज्ञासु कुछ उच्च आत्माओं के संरक्षण में होते हैं, जो महापुरुषों के चरणों में ले जाती हैं, ताकि इस रास्ते पर उनकी तरक्की हो सके। पुराने महापुरुषों का धन्यवाद है जिन्होंने आप को किसी ऐसे से मिलाया जिसने कि आपको प्रभु के सच्चे घर जाने के रास्ते पर डाल दिया। कृपया प्रेमपूर्वक सत्संग में लगे रहें और दूसरों से प्रेम करें ताकि आप में प्रेम भरी प्रतिक्रियाएं हों और प्रेम की तरंगें उठें जिनसे आपके भजन-सिमरन में सहायता मिले। सांसारिक लोगों की संगत से बचने की कोशिश करें क्योंकि उनकी संगत आपकी उन्नति में रुकावट डालेगी। अपने लक्ष्य को पाने के लिए पूरी मेहनत करो। प्रभु उनकी सहायता करता है जो अपनी सहायता आप करते हैं। आप सत्गुरु की शिक्षा के अनुसार जीवन बनाएं। इससे आप में नम्रता, प्रेम और समर्पण आ जाएंगे।

110. मुझे पता लगा कि भरसक कोशिशों के बावजूद भी आपको कोई खास आंतरिक अनुभव प्राप्त नहीं हुआ है। अपनी त्रुटि का पता लगाने के लिए कृपया निम्नलिखित बातों की ओर ध्यान दें:-

(1) क्या आप चार्जड नामों का सिमरन जबान से करते हैं? यदि हां तो इसे धीरे-धीरे मन ही मन के सिमरन में बदल दें। इसको और ज्यादा ठीक से इस प्रकार समझा जा सकता है - मान लो आप कुछ दिन पहले किसी व्यक्ति से मिले और उससे बातें की और अब आप उन बातों को दोबारा याद करना चाहते हो। आप न तो ज़बान का प्रयोग करेंगे, न ही दोबारा बोलेंगे, बल्कि मन ही मन उस सारे वार्तालाप को दोहराएंगे। यही सही प्रकार का सिमरन है। ध्यान-अभ्यास के समय पांच चार्जड नामों

का सिमरन मन ही मन करना है।

(2) क्या आपको अपने शरीर में चल रहे सांस का ख्याल रहता है? यदि हां, तो इस ओर ध्यान न दें क्योंकि सांस की प्रक्रिया नाभि चक्र से शुरू होती है और नासिका चक्र में समाप्त होती है। सांस का आभास होने से भजन सिमरन के समय आप शरीर में ही रहते हैं। आप इसे तभी भूल सकते हैं अगर आप दो भौहों के बीच पीछे के स्थान (शिव-नेत्र) पर प्रेम पूर्वक एकाग्र होकर ध्यान टिकाएं और नीचे शरीर में चल रहे सांस को पूर्ण रूप से भूल जाएं। आप सहमत होंगे कि आम तौर पर दिन भर कार्य करते हुए, लिखते-पढ़ते, चलते-फिरते, उठते-बैठते, खाते-पीते या बातें करते हुए हम कभी भी सांस की ओर ध्यान नहीं देते। इसी प्रकार भजन-सिमरन के समय आप इस ओर ध्यान न दें।

(3) क्या सिमरन के अभ्यास के समय आप शरीर में सुन्नपना या अकड़न महसूस करते हैं? अगर हां, तो जैसा कि ऊपर समझाया गया है, इसको भूलना भी उतना ही जरूरी है। नीचे शरीर से सुरत की धारा दिव्य-चक्षु की ओर सिमटती है। यह केवल शिष्य की कोशिश से ही नहीं होता, बल्कि सिर पर कार्यरत गुरु-पावर के प्रेम और दया का प्रताप है। अंतर में जाने के लिए आप सिमटने की प्रक्रिया की ओर कोई ध्यान न दें, बल्कि आंतरिक दृष्टि से अंतर में जो भी नज़र आए, आप उसके बीच में ध्यान टिकाएं। सिमरन का अभ्यास वास्तव में एक धीमी प्रक्रिया है लेकिन सत्गुरु की दया से जब यह पक जाता है तो साधक बिना किसी खास कोशिश के दिव्य चक्षु पर पहुंच जाता है। आप समझ लें कि प्रेमपूर्वक भक्ति और आत्मा की दुख-भरी पुकार से ही सत्गुरु की दया को प्राप्त किया जा सकता है।

(4) क्या ध्यानाभ्यास के समय आप अपने विचारों को स्थिर कर पाते हैं? स्वाभाविक है, आप कहेंगे नहीं। मन और बुद्धि को स्थिर करना भजन-सिमरन के आखरी शत्रु पर विजय पाना है। आप किसी चीज़ को पाने की चाह मन में न रखें। उसके दरवाजे पर बैठें और इंतजार करें। ऐसी परम शांति को पाने का सर्वोत्तम और आसान तरीका है, कृपालु गुरु-पावर में प्रेम और नम्रता से यह पूर्ण विश्वास रखना कि जो कुछ भी वह ठीक समझे, हमें दे । वह दयालु शक्ति सदा आपके साथ है और आपकी सच्ची कोशिशों को जानती है। जब तक आप कर्ता हैं, आप खुद अपने रास्ते में बाधा हैं और जब आप अपने आप को मिटा देंगे तो वह दिव्य ज्योति और पवित्र शब्द धुन के रूप में आपके सामने प्रकट हो जाएगा।

111. जब आप भजन-सिमरन में बैठें तो किसी वस्तु को पाने का ख्याल न करें। समय आने पर सत्गुरु का स्वरूप बिना मांगे अपने आप आता है। सपने तब आते हैं, जब हम गहरी निद्रा में नहीं होते और तब आत्मा ऊपर के अधिक चेतनता के मंडलों में जाने की बजाय नीचे गिर जाती है। गुरु-पावर सदा शिष्य के साथ रहती है और कभी-कभी नीचे आकर उसके सपने में प्रकट हो जाती है ताकि शिष्य को अपनी मौजूदगी और संरक्षण के बारे में एहसास करा सके, क्योंकि शिष्य उस समय तक महाचेतनता के मंडलों में ऊपर जाकर सत्गुरु तक पहुंचने में असफल रहता है।

112. अपने मन को खाली मत रहने दो। दुनियावी कार्य करते

समय पूरी तरह कार्य में खो जाओ क्योंकि काम ही पूजा है। जब आप खाली हों, तब भी मन को खाली न छोड़ो क्योंकि खाली दिमाग शैतान का घर होता है। इसको या तो सिमरन में लगाए रखो या सत्गुरु की मधुर याद या शब्द धुन को सुनने में । समय आने पर धुन हर समय बिना कान बंद किए सुनाई देने लगेगी।

113. (अंर्तमुख) सत्गुरु की असलियत को पहचानने की एक-मात्र कसौटी पांच चार्जड नामों के सिमरन की है। केवल असली स्वरूप ही ठहरेगा और सभी काल के स्वरूप गायब हो जाएंगे। कभी-कभी दोनों स्वरूप, एक अपने सत्गुरु का और दूसरा सत्गुरु के सत्गुरु का, एक साथ आ सकते हैं और कभी अलग-अलग। वे दोनों एक ही हैं, दो नहीं। जब एक बल्ब फ्यूज़ हो जाता है तो दूसरा लगा दिया जाता है जिससे वही ज्योति निकलती है क्योंकि ज्योति दोनों में एक है।

114. अंतर जाने पर दूसरे संतों के स्वरूप भी आ सकते हैं। हम हर एक का सत्कार करते हैं परंतु शिष्य का अपना सत्गुरु उसके इस जीवन में तथा मौत के बाद भी संभाल करता है। शिष्य का सत्गुरु अवश्य प्रकट होगा और यदि सत्गुरु का सत्गुरु आता है तो वह हमेशा सहायक होता है। आपको नामदान के समय जो कुछ भी बताया गया है, उसका पूर्ण रूप से पालन करो और किसी अधूरे के बहकावे में न आओ। हममें से बहुत से सत्गुरु बाबा सावन सिंह जी के कदमों में बैठे परंतु उन्होंने हर एक को नामदान का कार्य नहीं सौंपा। ईसा मसीह ने कहा, "यदि तुम मुझ में बसोगे और मेरा हुक्म मानोगे तो तुम जो भी मांगोगे, तुम्हें मिलेगा।"

115. सत्गुरु और उसके सत्गुरु के नूरी स्वरूप का प्रकट होना बहुत उच्च कोटि का वरदान है और यह दर्शाता है कि वे आपको अपनी प्यार भरी सुरक्षा, यहां भी और इसके बाद भी दे रहे हैं।

116. यह आपकी ग्रहणशीलता पर निर्भर करता है कि आप धुन सुनने में अंगूठों के बिना बेहतर और अंगूठों के साथ मुश्किल महसूस करते हैं। लगता है कि शब्द-धुन को सुनते समय आप का ख्याल अंगूठों की चेतनता पर रहता है जो यह दर्शाता है कि आपका ध्यान बंटा रहता है। कृपया यह पक्के तौर से जान लें कि शब्द-धुन केवल आपकी अपनी ग्रहणशीलता का ही फल नहीं है, बल्कि सत्गुरु की दया की वजह से है, जिस को कि प्रेममयी भक्ति और नम्रता से प्राप्त किया जा सकता है। अगर शब्द धुन दिन में सुनाई देने लगे तो वह अवश्य आपके ध्यान को व्यस्त रखेगी और इसे व्यर्थ की चीजों में घूमने से बचाएगी, पर जब भी संभव हो, आप दाईं ओर से आती शब्द धुन कान बंद करके सुनें क्योंकि ऐसा करने से आवाज़ पास आ जाएगी, तीव्र हो जाएगी और अंत में ऊपर से आकर आपकी आत्मा को ऊपर खींच लेगी।

117. एकाग्रचित होकर दिव्य चक्षु पर ध्यान टिकाएं, अंतर में प्रेम से देखते रहें और मन ही मन चार्जड नामों का सिमरन करें, बहुत धीरे-धीरे, ठहर-ठहर कर ताकि ध्यान न हटे। लगातार अभ्यास से यह आदत स्वभाव में बदल जाएगी। सिर पर कार्यरत गुरु-पावर आपका ध्यान रखेगी। प्रेम, तड़प और भक्ति प्रभु के रास्ते की चाबियां हैं।

118. झिंगुर की आवाज़ सबसे निम्न किस्म की आवाज़ है और आपको बाहरी आवाजों का सुनाई देना यह दर्शाता है कि आप शब्द धुन में पूरी तरह ध्यान नहीं टिका पाते हैं। आप किसी अप्रिय घटना की शंका न करें क्योंकि आपके मन की उलझनें ऐसा विचार पैदा करती हैं ताकि आपका ध्यान अंतर से हट जाए।

119. पांच शब्द अंतर में सुनी जाने वाली विभिन्न प्रकार की धुनें हैं, जो सचखंड तक के विभिन्न रूहानी मंडलों को दर्शाती हैं। वास्तव में पवित्र आवाज़ या शब्द धुन एक ही है, लेकिन आंतरिक मंडलों की घनता के आधार पर यह बदल जाती है। सचखंड पूर्णतया चेतन देश है। पारब्रह्मंड में चेतनता अधिक है और माया कम। ब्रह्मंड में चेतनता

और माया बराबर-बराबर हैं, अंड में माया चेतनता से अधिक है और पिंड में माया और भी ज्यादा है और चेतनता बहुत कम। पांच चार्जड नाम इन मंडलों को दर्शाते हैं।

120. मन कई प्रकार की धोखाधड़ी खेल कर नामलेवा को शब्द-धुन को सुनने से दूर रखना चाहता है। कभी यह मित्र बन कर शिष्य को उसकी पारिवारिक जिम्मेवारियां पूरी करने के लिए फुसलाता है और शिष्य को मोह के जाल में फंसा देता है। कभी जानी दुश्मन की तरह लड़ाई करता है। इसके अलावा सांसारिक सुखों के आकर्षण मन को लगातार इधर-उधर भटकाते हैं। केवल एक ही स्थान पर यह शांत हो सकता है, वह है आत्मा का ठिकाना या दिव्य चक्षु। शब्द-धुन के अभ्यास को छोड़ना मन की युगों पुरानी बीमारी है, जिसके इलाज के लिए सत्गुरु की दिव्य दया बहुत जरूरी है।

122. भजन-सिमरन निश्चित समय पर बिना कोई बोझ समझे करें जैसे कि आप प्रभु के दरवाजे पर कुछ मांगने के लिए खड़े हों।

123. नियम पूर्वक विश्वास के साथ सही प्रकार से किए गए भजन-सिमरन से शब्द धुन बिना कानों को बंद किए भी सुनने लग जाती है जिससे नामलेवा का ध्यान इधर-उधर नहीं भटकता। लेकिन इसे नियमपूर्वक कानों को बंद करके जरूर सुनना चाहिए जिससे यह पास आ जाएगी, तीव्र हो जाएगी और अंत में ऊपर से आकर रूह को ऊंचे मंडलों में खींच ले जाएगी।

124. आप जो कुछ भी अपने सामने देखें, उसके बीच में अपनी नज़र को लगातार एकाग्रता और उत्सुकता के साथ टिका कर रखें। आपकी तथाकथित कोशिशें एक या दूसरी वस्तु को पाने की चाहत की ओर इशारा करती हैं। तरक्की का ख्याल गुरु-पावर पर छोड़ दें ताकि जो वह ठीक समझे, हमें दे।

(2) सत्गुरु की जरूरत और कार्य

125. पूर्ण गुरु की पहचान में जहां साधारण इंसान के लिए सही और गलत में फर्क करना मुश्किल है, यह जरूरी सा हो जाता है कि सही वस्तु की पहचान के लिए कुछ खास-खास संकेत हों। पूर्ण सत्गुरु को जानना और पहचानना मुश्किल है। इमारत की सातवीं मंजिल पर रहने वाले इंसान को केवल उसी मंजिल पर रहने वाला इंसान ही देख और पहचान सकता है। यदि हम अंतर्मुख होकर खुद सत्गुरु की दया और महानता को कार्य करता देखें और पाएं कि कैसे वह इंसानियत की सहायता कर रहा है तो हम उसे कुछ थोड़ा समझ सकते हैं। इस प्रत्यक्ष अनुभव से हमें दृढ़ विश्वास हो जाएगा, परंतु जब तक ऐसा नहीं होता तब तक हम पुराने महापुरुषों द्वारा बताई गई निम्नलिखित कसौटियों का प्रयोग कर सकते हैं और किसी नतीजे पर पहुंचने के लिए उन्हें ध्यान में रख सकते हैं:-

(1) गुरु को अपनी व्यक्तिगत जरूरतों के लिए शिष्य के भिक्षादान पर निर्भर नहीं होना चाहिए बल्कि अपनी ईमानदारी की कमाई पर गुजारा करना चाहिए।

(2) वह कामिल (समर्थ) हो और पहली बैठक में ही अंतर की आंख खोल कर प्रभु की ज्योति और शब्द का कुछ अनुभव दे सके जिसे उसके मार्गदर्शन में दिन-प्रति-दिन बढ़ाया जा सके।

(3) इस भौतिक संसार में वह इंसान से इंसान के स्तर पर बातें कर के उनकी मुश्किलों, दर्दों और खुशियों को समझे और उनका सामाधान इस भौतिक मंडल में इसके नियमों के अनुसार और ऊंचे मंडलों में उन मंडलों के नियमों के अनुसार कर सके।

(4) वह आम तौर पर दिखावे से दूर रहता है और उस झूठे प्रचार को पसंद नहीं करता जिसमें राई का पहाड़ बना कर लोगों को पेश किया जाता है।

126. इंसान को समझाने के लिए इंसान की जरूरत होती है। संत इंसान के रूप में परमात्मा होता है और परमात्मा को चाहने वाले लोग उससे मिल सकते हैं। अदृश्य प्रभु का इस बारे में अपना ही नियम है। इसलिए संत, प्रभु + इंसान है। वह प्रभु का प्रवक्ता है या यों समझो कि वह इंसानी चोले में प्रभु है। वह पवित्र सदेह प्रभु है जिसके पास सभी अधिकार और शक्तियां हैं। उस के सामने इंसान प्रार्थना कर सकता है और जन्म से मृत्यु तक और उसके बाद की सभी समस्याओं का हल पा सकता है। इंसान की पहुंच में संत अकेला ऐसा स्रोत है जिसके द्वारा वह प्रभु से जुड़ सकता है।

127. सत्गुरु और शिष्य का रिश्ता इस संसार में सबसे पक्का रिश्ता है। इसे मौत भी नहीं तोड़ सकती क्योंकि यह सर्वशक्तिमान प्रभु की दिव्य इच्छा से जुड़ता है। सत्गुरु आत्मिक रूप से शिष्य के साथ रहता है चाहे शारीरिक तौर पर गुरु कहीं भी हो। मौत और दूरी सत्गुरु और शिष्य के संबंधों में कोई अर्थ नहीं रखते। वह सदा शिष्य के साथ रहता है, इस दुनिया में भी और अगली दुनिया में भी।

128. अपने साथियों से प्रेम करना, उनका सत्कार करना और उनके प्रति कृतज्ञ होना, प्रभु को प्रेम करना और उसका सत्कार करना है। इसी प्रकार जिंदा सत्गुरु के प्रति प्रेम, जो हमें प्रभु से जोड़ने वाली निकटतम कड़ी है, वास्तव में परम पिता प्रभु के प्रति प्रेम है। जिस वातावरण में एक सच्चा सत्गुरु विचरण करता है, वह प्रेम और शांति की तरंगों से भरपूर हो जाता है जो उसके संपर्क में आने वालों को प्रभावित करता है। **उसके द्वारा या उसकी ओर से लिखे गए पत्र भी परमानंद की खुशबू लिए होते हैं जो कि हृदय की गहराइयों तक अपना असर छोड़ जाते हैं।**

129. सत्गुरु उस का साथ कभी नहीं छोड़ता, जिस का एक बार हाथ थाम लेता है। उसकी मज़बूत पकड़ कभी ढीली नहीं पड़ती। सत्गुरु संसार के अंत तक न तो शिष्य को छोड़ेगा, न ही उसे भूलेगा। वह प्रेम का अथाह महासागर होता है। प्रेम केवल देना जानता है। अत: वह देता है और देता है। वह लगातार अपनी दया शिष्यों तक भेजता है। सत्गुरु सदा अपने शिष्यों के साथ है, उनके सिर पर कार्यरत है और उनकी आंतरिक प्रवृत्तियों और जरूरतों को जानता है। वह कर्मों का हिसाब चुकता करने में उनकी सहायता करता है ताकि उनको इस धरती पर दोबारा जन्म न लेना पड़े। सत्गुरु हर दुख-सुख में शिष्य को संभाले रखता है। उसके प्रति अपने प्रेम और श्रद्धा को कभी भी न डगमगाने दो। सत्गुरु शिष्य को तब तक नहीं छोड़ता, जब तक कि उसे परम पिता के सच्चे घर नहीं पहुंचा देता।

130. समर्थ सत्गुरु से नामदान के बाद शिष्य का अपने सच्चे घर लौटना पक्का हो जाता है। जो नामदान के बाद पापों और बुराइयों से भरी जिंदगी जीते रहते हैं और सांसारिक प्रलोभनों में फंस जाते हैं, उनको दोबारा मनुष्य जन्म लेना पड़ता है ताकि रूहानी रास्ते पर उनकी तरक्की होती रहे। जिनके जीवन का मुख्य लक्ष्य सत्गुरु हो जाता है और जिन्हें उसमें पूर्ण विश्वास है, उन्हें दोबारा जन्म नहीं लेना पड़ता। उनकी आत्माएं ऊपरी मंडलों में पहुंचा दी जाती है, जहां सत्गुरु की दया से वे उन्नति करती हैं और अंत में अपने सच्चे घर पहुंच जाती हैं। साधारणतया, एक नामलेवा को निजधाम पहुंचने के लिए चार जन्म लेने पड़ते हैं परंतु यह कार्य सत्गुरु की आज्ञा पालन से और उसमें श्रद्धा और विश्वास रखने से एक जन्म में भी पूरा हो सकता है। सत्गुरु सदा शिष्यों के साथ है, उनके सिर पर कार्यरत है। वह उनके विचारों और इच्छाओं से अनजान नहीं है और वह उनके कर्मों का हिसाब चुकाता है ताकि

उनको बार-बार इंसानी जन्म लेने के बंधन से मुक्त कर सके।

(3) सामाजिक आचरण और नैतिक जीवन

131. रूहानी कार्य में भागीदार बनना एक अनूठा आर्शीवाद है। सत्गुरु के प्रति आदर, नम्रता और समर्पण-भाव होने से आपको आंतरिक शांति मिलेगी।

132. सभी दीक्षितों की यह स्वाभाविक इच्छा होती है कि वे उच्च अंतरीय मंडलों में उड़ान भरें, अंतर में गुरु के नूरी और लुभावने स्वरूप के दर्शन करें, उसकी दया और आर्शीवाद प्राप्त करें और साथ ही साथ उन मंडलों के परमानंद और परम शांति का लुत्फ उठाएं।

133. पाप में गिरना इंसानी खासा रहा है लेकिन वहीं पड़े रहना हैवानी है। बुरी संगत से बचो तथा भजन सिमरन में नियमित समय दो। खुद अपनी तरफ से पूरी कोशिश करो, बाकी गुरु-पावर पर छोड़ दो और चिंता न करो। चिंता करने से तुम्हें कुछ नहीं मिलेगा, उसे (गुरु को) तुम्हारे लिए फिक्र करने दो। आप का छोटा सा काम तो नम्रता धारण करना है।

134. जो आज बेहतर हालत में है, हो सकता है कुछ समय पहले वह आप जैसा ही हो या इस से भी गया-गुज़रा हो। उस ने दृढ़ता से सही काम किया जिससे उसको शक्ति मिली। तुम भी ऐसा ही कर सकते हो। यह तो शुरुआत करने की बात है। अभी से शुरू कर दो। सत्गुरु तुम्हें तरक्की करता देखना चाहता है। वह चाहता है कि उसके दीक्षित ऊंचे उठें और उनके बर्तन प्रभु की चेतनता के अमृत से लबालब भर जाएं परंतु पात्र भी गंदगी रहित होने चाहिएं ताकि उनमें प्रभु का अमृत समा सके।

135. निष्काम सेवा के शिखर पर खुदी का नाश हो जाता है और इंसान अपने आप को प्रभु-सत्गुरु का एक विनम्र सेवादार समझने लगता है, तब अगर उसे कुछ खास कार्य सौंपा गया हो तो उसे अपना सर्वोच्च सौभाग्य मानने लग जाता है।

136. आत्म-निरीक्षण डायरी आपकी व्यक्तिगत वस्तु है जिस के द्वारा आप सत्गुरु को अपने बारे में बताते हैं। यह नामलेवा को प्यार भरी याद दिलाती रहती है ताकि वह रास्ते से भटक न जाए। यह उसकी हर रोज़ की तरक्की में भी सहायक होती है।

137. भड़काने के बावजूद भी आप शांत रहीं जिससे आपका तनाव और कम होगा। ऐसे मौकों पर यही अच्छा है कि आप उस जगह से हट जाएं और वातावरण को शांत होने दें ताकि घटित हुई बातों का जायजा लिया जा सके। एक गिलास ठंडे पानी का सेवन अक्सर हमें शांत करने में मदद करता है, इसे ले लेना चाहिए और एकदम चुप्पी साध लेनी चाहिए। यह एक अज़माई हुई दवा है ।

138. जब बाहरी परेशानियां ज्यादा महसूस होने लगती हैं तो उसकी आंतरिक दया बढ़ जाती है। यदि आपके बारे में कोई कुछ अप्रिय बात कहे तो आप ठंडे दिल से उस पर विचार करें। जो कुछ कहा गया है, यदि वह मुख्य रूप से या आंशिक रूप से सही है तो आप उन कमियों को दूर करने की कोशिश करें और उस व्यक्ति का धन्यवाद करें कि उसने आपकी कमियां बता कर आप पर कृपा की। यदि बातें गलत हैं तो आप यह मान लें कि उस व्यक्ति को पूरी बात का पता नहीं है और गलतफहमी की वजह से उसने यह सब कहा है। उसे मुआफ कर दो और उस बात को भूल जाओ। यदि उस गलतफहमी को दूर करने का मौका मिले तो उसे प्रेमपूर्वक दूर करो। इससे आप की आध्यात्मिक उन्नति होगी और उस बर्तन को साफ करने में मदद मिलेगी जिसे सत्गुरु की सदाबहार दया-मेहर से अभी भरा जाना है।

139. सभी आध्यात्मिक जिज्ञासु अनूठी सहनशीलता और नम्रता को धारण करें ताकि दूसरे लोग जान सकें कि वे एक जिंदा सत्गुरु के

पास जाने वाले हैं। एक संतुलित मन कभी भी छोटी सी बात से विचलित नहीं होता। हम पानी में ही तैरना सीख सकते हैं। इस लिए हम अपने दैनिक जीवन को ऐसा बनाएं कि हम रोजाना कोई न कोई नई चीज़ सीखें। धैर्य तथा नम्रता का होना और अहम् भाव का नाश होना ऐसे प्रभावशाली गुण हैं जिन्हें हरेक नामलेवा को धारण करना चाहिए।

140. जो व्यक्ति अपने बारे में दूसरों के विचारों से प्रभावित और विचलित हो जाता है, वह अवश्य ही अभी तक अपने अहम् के वश में है और वह रूहानियत की क, ख, ग को भी नहीं समझा है।

141. कृपया दूसरे लिंग की आंखों में देखने से बचें। एक सच्चा, विनम्र और आज्ञाकारी आध्यात्मिक जिज्ञासु अपनी कोशिश को अपने ऊपर काम कर रही दयालु गुरु-पावर को समर्पित करके किसी भी परिस्थिति को पार कर जाएगा।

142. सेवा इंसान के लिए आभूषण की तरह है जिससे हमारी आत्मा सजती है और साफ होती है ताकि उसकी दया को पा सके। सत्गुरु के चरण कमलों में की गई किसी भी प्रकार की सेवा लाभदायक है और उसे निभाना चाहिए, क्योंकि कर्मों के विधान के अनुसार, जो कुछ भी हम करते हैं, उसका फल हमें अवश्य मिलेगा।

143. निष्काम सेवा का रहस्य यह है कि हम किसी भी प्रकार के फल या इनाम की इच्छा न रखें, बल्कि अपने आपको दिव्य हाथों की, जो सारी सृष्टि को चलाते हैं, कठपुतली समझें। सारा श्रेय सत्गुरु को जाता है। सेवा करने वाले एक उच्च किस्म के दिव्य नशे से ओत-प्रोत हो जाते हैं।

144. सत्संग में जाना बहुत लाभदायक है। यहां शिष्य को रूहानियत का सही अर्थ समझ में आता है जिससे दयालु-गुरु-पावर के प्रति प्रेम और भक्ति का विकास होता है। इसके अलावा ऐसी संगत में आप गुरु-पावर से निकल रही प्रेम तरंगों का आनंद उठा सकते हैं।

145. प्रेम करो तो बाकी सब बरकतें आपको खुद-ब-खुद मिल जाएंगी। सर्वप्रथम, सत्संग का अर्थ आत्मा का परमात्मा से जुड़ना और उसमें खो जाना है। इसके बाद शब्द-स्वरूपी सत्गुरु द्वारा किये गये सत्संग का नंबर आता है। अगर यह उपलब्ध न हो तो सभी भाई-बहन एक जगह प्रभु और सत्गुरु की मधुर याद और भजन-सिमरन में बैठ सकते हैं। सत्संग अगर निस्वार्थ भाव से और सत्गुरु को समर्पित करके किया जाए तो उससे सत्गुरु की दया मिलती है। अगर यह किसी का निजी सत्संग बन जाए तो इसमें सत्गुरु की दया समाप्त हो जाती है।

146. सत्संग भजन की बाड़ है। वहां आप को जीवन का सही अर्थ समझ में आता है और ऊंची रूहानी जिंदगी के प्रति आपकी आंतरिक भक्ति में वृद्धि होती है। परमांनद और शांति के उन क्षणों में आप रूहानी तरक्की करते हैं और कृपालु गुरु-पावर द्वारा अपने बच्चों के लिए भेजी गई जीवनदायी तरंगों से लाभ उठाते हैं।

147. रूहानियत किसी एक धर्म की बपौती नहीं है। इस से कोई फर्क नहीं पड़ता कि आप किस धर्म से संबंधित हैं। आईये, हम सब प्रभु की सेना में भर्ती हो जाएं जिसके लिए सदाचार अर्थात् नेक विचार, नेक वचन और नेक कर्म ज़रूरी हैं।

148. यह उम्मीद करना कि नामदान के बाद आपका सांसारिक जीवन इस तरह से बदल जाएगा कि आपको मुश्किलों का सामना नहीं करना पड़ेगा, बिल्कुल गलत है। पिछले कर्मों के फलस्वरूप जीवन में उतार-चढ़ाव आते रहेंगे। उनका सामना करके आप को हिसाब चुकाना होगा। अगर हम इस से दूर भागेंगे तो हमारा कर्ज नहीं उतरेगा। सत्गुरु जो रास्ता बताता है, वह दो-तरफा असर करता है। एक तो इससे आंतरिक उन्नति होती है जिससे नम्रता और सहनशीलता बढ़ती है ताकि ज़िंदगी के उतार-चढ़ाव का सामना बिना विचलित हुए किया जा सके

और दूसरे, इन मुसीबतों की तीव्रता और अवधि बहुत कम हो जाती है।

(ग) फुटकल

149. शाप देने वाली शक्ति काल भगवान है। महापुरुष कभी शाप नहीं देते। वे तो हमेशा दया करते हैं। जितना अधिक पापी हो कर जायें उतनी ही ज्यादा दया करते हैं। काल भगवान हमेशा शाप देता है और संत जन हमेशा दया करते हैं। (सत्संदेश हिंदी - मई 1959)

150. गुरुद्वारे, मंदिर और धर्म-स्थानों पर जाना पहला कदम है, जाना चाहिए (जिनके अंतर की आंख नहीं खुली)मगर वहां जाकर यह समझ आ जानी चाहिये कि जिस को पाने के लिए हम यहां आए हैं वह तो हमारे अंतर में है।

151. संसार में जितने भी धर्म-ग्रंथ है अगर उन सब का अर्क (निचोड़) निकाल लो तो पूर्ण पुरुष की तालीम का केवल एक हज़ारवां हिस्सा भी नहीं बनता।

152. जब पूर्ण पुरुष से नाम मिल गया, उन के पावों में लोहे के मज़बूत बूट पड़ गये। अब दुनिया के कांटों का उनके ऊपर कोई असर नहीं पड़ेगा।

153. बंदगी के लिए नेक कमाई होनी चाहिए, तभी कुछ बनेगा। दूसरों का हक मारो और गले काटो तो प्रभु दर्शन कहां भई?

154. नम्रता में रहो भई। मिट्टी जब अकड़ जाये तो चलने वालों के पावों की ठोकरों खाती है किन्तु जब नर्म हो जाये तो धूल बन कर आसमानों पर उड़ती है। और बैठती कहां है? बादशाह के ताज पर।

155. गुरु की याद में जो आंसू बहते हैं, उन से जन्मों-जन्मों के संस्कार धुल जाते है जिस से दिल का हुजरा साफ हो जाता है और वहां प्रभु आ बैठता है। (सत्संदेश हिंदी - मई 1966)

156. गुरु उसे नहीं कहते जो लैक्चर, कथा, ज्ञान देकर किनारे हो जाए, बल्कि जो अंतर में दर्शन दे, बातें करे और ऊपरी मंडलों में साथ लेकर चले, वह सच्चा गुरु होता है।

157. विवेक बुद्धि हो, पूरवले कर्म हों और दिल में तड़प हो उस से मिलने की तो कोई कारण नहीं वह न मिले। जो पुकार दिल से निकलती है उसे मालिक ज़रूर सुनता है और अपने तक पहुंचाने का वसीला बना देता है।

158. नाम लेने के बाद, तन, मन और धन गुरु का हो गया। अब इन को गुरु का प्रशाद समझ कर सेवन करो। लालच और अहंकार तभी आते हैं जब किसी चीज़ को अपना समझ लो। अब शिष्य का फर्ज़ बनता है कि धन गुरु की सेवा में लगाए। तन से गिरावट की ओर न जाये और मन से गुरु के सिवा और किसी का चितवन न करे।

159. नाम मिलने के बाद शिष्य का जीवन ही प्रार्थना है। पहली बात तो यह है कि प्रार्थना वही करेगा जो कमजोर होगा और प्रार्थना उस के आगे करेगा जो अपने से ताकतवर होगा। शिष्य के पास प्रार्थना के सिवाय और चारा ही क्या है। (पुस्तक 'प्रार्थना')

160. ये हस्तियां (महापुरुष) जब संसार में आती हैं तो साधारण तरीके से दाखिल होती हैं। सादा लिबास पहनती हैं और सादा भोजन करती हैं। अपनी शान को इस लिये छिपा कर रखती हैं ताकि निर-अधिकारी लोग उन के दरवाज़े पर आकर खाह-म-खाह इकट्ठे न हो जायें।

161. यदि पहाड़ों का सारा सोना और सागरों के सारे हीरे इकट्ठे करके एक ढेर लगा दिए जायें तो प्रभु-भक्त उनकी ओर आंख उठा कर भी नहीं देखेगा।

162. महात्मा बनी बनाई जगह छोड़ कर क्यों डेरा बदल जाते हैं? ताकि यह बाहरी सामान बाहर ही रह जायें। नाम की महिमा वाला

तीर्थों का मुहताज क्यों होगा? जिस ने तीर्थ बनाये, वह आप उस भक्त के अंतर बस रहा है।

163. नाम की कमाई करने वाले की कुल खुदाई मुहताज है। संसार में रहते हुए शेर और सांप से बढ़ कर भयानक जानवर कोई नहीं। नाम में वह शक्ति है यदि आप एक मन होकर मालिक की मधुर याद में बैठ जाओ तो पास से गुज़रता हुआ शेर या सांप उस समय आपको नमस्कार करके जायेगा।

164. अगर अपने आप से गुज़र जाओ (शरीर से ऊपर आ जाओ) तब वह (प्रभु) आता है। वह नहीं आता जब तक तुम्हारा अपना आप है। जब तक आप दिल से तन, मन और धन का त्याग नहीं करते, वह नहीं आता।

165. कमांडर के हुक्म से सैंकड़ों को गोली से उड़ा दो, कोई नहीं पूछता भई। किन्तु अगर वैसे ही किसी पर गोली चला दो तो फांसी की सज़ा तैयार है। गुरु के साथ में रह कर जो करोगे, उसका गुरु रखवाला है किन्तु जो अपनी मर्ज़ी से करोगे, उसका हिसाब देना पड़ेगा।

166. जिंदा सतस्वरूप सत्गुरु की दया से ही हम अपने अंतर में स्थित परमात्मा से संपर्क कर सकते हैं। संत-मत में किसी वस्तु या मूर्ति पर ध्यान टिकाने की मनाही है क्योंकि यह क्रिया प्रगति के पथ पर रुकावट बनती है। सत्गुरु की फोटो मधुर याद और पहचान के लिए ही है। हमें किसी भी हालत में इन बाहरी रस्मों-रिवाजों में कतई अटकना नहीं है।