प्रार्थना एवं आशीर्वाद सत्संग ५

श्री गुरुमाई के साथ हुए सत्संग के अनुभव -१४ नवम्बर, २०१५

कल, प्रार्थना और आशीर्वाद सत्संग के पहले सत्र के दौरान, श्री गुरुमाई ने यह बताया कि किस प्रकार ऐसे आपातकालीन समय में, हम सभी एक सी स्थिति में होते हैं। यहाँ कोई भी ऊँचा या नीचा, अच्छा या बुरा, धनवान या निर्धन नहीं होता है। हृदय में हम सभी जुड़े हुए हैं। जब श्री गुरुमाई ने यह कहा, तब मैने सत्संग में उपस्थित सभी व्यक्तियों तथा समस्त विश्व के लिए हृदय में एक गहन लगाव की भावना तथा प्रेम का अनुभव किया। मुझे यह समझ आया कि मूलतः, हम सब एक सजीव व एकजुट मानवता हैं, जिसका उद्देश्य स्नेह तथा करुणा को बाँटना तथा अपने विश्व का उत्थान करना है।

बाद में, हमने नामसंकीर्तन किया और विश्व को आशीर्वाद प्रदान किए, गुरुमाई जी के कहने पर स्वामी ईश्वरानन्द जी ने बाबा जी की एक प्रार्थना प्रस्तुत की, जिसका समापन निम्न शब्दों के साथ होता है; *इस जगत में विश्वबन्धुत्व और परस्पर प्रेमभाव का अखण्ड साम्राज्य हो और चित्त को पूर्ण स्थिरता प्राप्त हो।* एक बार फिर, मैंने अनुभव किया और समझा कि, अन्ततः हमारे जीवन में सबसे अधिक महत्वपूर्ण है,- प्रेम बाँटना और उसका पोषण करना। यह सुनिश्चित करना कि सभी मनुष्यों के हृदयों का उत्थान हो, वे शान्ति का अनुभव करें, तथा उनमें अपने प्रति, परस्पर, एवं सम्पूर्ण विश्व के प्रति, करुणा और संवेदना का भाव हो।

एक सेवाकर्ता, श्री मुक्तानन्द आश्रम

कल, गुरुमाई जी ने हमें एक तरीका बताया जिससे हम विश्व को आशीर्वाद अर्पण कर सकते हैं, वह है जिनके सम्पर्क में हम आते हैं उनके लिए एक शुभ प्रतीक बनना, जिसका मुझ पर एक प्रबल प्रभाव हुआ। मैं जागरूक हुआ कि दिन भर में कई बार ऐसा होता है जब मैं नकारात्मक विचारधाराओं में घिर सकता हूँ और उस समय यह मेरे सम्पर्क में आने वाले लोगों के साथ मेरे आचरण को प्रभावित करता है।

अब मेरी कार्य योजना है : ऐसे समय में, अपने आप को दूसरों के लिए बन्द करने के बजाय मैं श्री गुरुमाई की सिखावनियों को अभ्यास में लाऊँ तथा हर उचित प्रकार से विश्व को अपना सर्वश्रेष्ठ अर्पित कर सकूँ, यह भले ही एक सच्ची मुस्कुराहट अथवा करुण शब्द भी हो सकते हैं।

धन्यवाद गुरुमाई जी, हमें यह मार्गदर्शन प्रदान करने के लिए कि हमारे पास दूसरों के तथा साथ ही स्वयं के उत्थान का सामर्थ्य है।

एक सेवाकर्ता, श्री मुक्तानन्द आश्रम

जब हम भगवान नित्यानन्द मन्दिर में नामसंकीर्तन कर रहे थे, मैंने अपने मानसपटल पर सम्पूर्ण फ्रांस को नीले प्रकाश से भरा हुआ देखा। यह प्रकाश का सभी दिशाओं में फैलना आरम्भ हो गया और शीघ्र ही सम्पूर्ण पृथ्वी इस शान्तिप्रद व संरक्षण की ऊर्जा से आच्छादित हो गई। कुछ गहरे चिन्ह थे, परन्तु वे भी इस सुन्दर नीले प्रकाश से शुद्ध व परिपूर्ण हो गए। इसके उपरान्त, जैसे-जैसे हम नामसंकीर्तन करते जा रहे थे, मैंने यह अनुभव किया कि प्रत्येक मन्त्र जप जो श्री मुक्तानन्द आश्रम से आ रहा था वह एक तरंग के रूप में विश्व के प्रत्येक कोने में पहुँच रहा था व सभी के लिए शान्ति ला रहा था।

गुरुमाई जी आपका धन्यवाद, यह शिक्षा प्रदान करने के लिए कि मुझमें आशीर्वाद अर्पित करने की शक्ति है।

एक सेवाकर्ता, श्री मुक्तानन्द आश्रम

हम श्री गुरुमाई के साथ एकाग्र चित्तता से विश्व को आशीर्वाद भेजने हेतु भगवान नित्यानन्द मन्दिर में एकत्रित हुए। नामसंकीर्तन के दौरान मैंने यह देखा कि जब विश्व के संकट का कोई समाधान प्रतीत नहीं होता है, तब किस प्रकार एक सिद्धयोगी वास्तविक परिवर्तन ला सकता है।

जब हमने नामसंकीर्तन किया, तब मैंने यह महसूस किया कि मन्त्र की ध्वनि से प्रकाश एवं कृपा की

अद्‌भुत शक्ति मन्दिर से उदित हो रही थी और समस्त संसार को संरक्षण के आवरण से आच्छादित कर रही थी।

एक सिद्धयोग स्वामी

पसायदान के इन पदों के लिए मैं बहुत अभारी हूँ। प्रायः मैंने विश्व को आशीर्वाद अर्पित करने के लिए इस पवित्र प्रार्थना का आश्रय लिया है। प्रत्येक बार जब मैं इसे पुनः पढ़ता हूँ, ऐसा प्रतीत होता है कि यह प्रथम अवसर है। ये शब्द पवित्र जल के सामान हैं जो हृदय को शान्ति व दृढ़ता प्रदान करते हैं।

एक सेवाकर्ता, श्री मुक्तानन्द आश्रम

१४ नवम्बर को नीचे की लॉबी तथा मन्दिर में विश्व के लिए गुरुमाई जी का प्रेम एवं करुणा स्पर्शनीय था। बाहर वायु के भीषण प्रवाह के कारण, गुरुमाई जी ने हनुमान जी का आभार व्यक्त किया, तथा मैंने यह पहचाना कि सम्पूर्ण विश्व तक समस्त आशीर्वाद पहुँचाने के लिए भगवान के ये महान सेवक हमारे साथ थे।

श्री गुरुमाई ने अपने दृढ़ विश्वास से हमें बताया कि सभी अच्छे व्यक्ति, अल्प परन्तु सार्थक तरीकों से, प्रत्येक क्षण में आगे आ सकते हैं। अपनी अच्छाई तथा प्रेम से हमारे आस पास के वातावरण को परिपूर्ण करने के लिए, उन्हें अवश्य आगे आना चाहिए, ताकि इस वातावरण में तथा हमारे चित्त में, शत्रुओं तथा राक्षसों के आने के लिए स्थान ही न रहे।

मैं यह महसूस कर पा रहा था कि किस प्रकार श्री गुरुमाई हमारे साथ थीं - अपने सभी भक्तों के साथ, और प्रत्येक स्थान पर सभी लोगों के साथ, सभी प्राणियों और हमारे सुन्दर प्राकृतिक विश्व के साथ। तथा मैं हमारी जगद्‌गुरु- श्री गुरुमाई के लिए कृतज्ञता से परिपूर्ण था ।

जब हमने मन्त्र के नामसंकीर्तन तथा पसायदान गाने से शक्ति एकत्रित कर ली, तब गुरुमाई जी ने हमें आरती के लिए खड़े होने के लिए आमन्त्रित किया। उन्होंने समझाया कि मंजीरे और नगाड़ों की ध्वनि से नकारात्मक शक्तियाँ दूर होती हैं। जब आरती होने लगी तब गुरुमाई जी शक्तिपूर्ण एवं लयबद्ध तरीके से ताली बजाने लगीं।

जब हम विश्व को अपनी स्वर्णिम प्रार्थनाएँ एवं आशीर्वाद अर्पित कर रहे थे तब मुझे ऐसा प्रतीत

हुआ कि श्री गुरुमाई हम सभी में उन्हीं सद्गुणों, दृढ़ विश्वास, करुणा, शक्ति एवं विनम्रता को उजागर कर रही थीं।

एक सेवाकर्ता, श्री मुक्तानन्द आश्रम

गत रात्रि सोने से पूर्व, मैंने अपनी प्रार्थना तथा ध्यान पेरिस की दुर्घटनाओं से पीड़ित व्यक्तियों को अर्पित की। रात को स्वप्न में मैं ऊपर नीले आकाश को एकटक देख रहा था। मुझे यह ज्ञात था कि यदि मैं अपने चित्त को एकाग्र तथा स्थिर करूँ तो मैं दिन के प्रकाश में भी तारों को देख सकता हूँ। निश्चित ही, जैसे ही मैंने चित्त को स्थिर किया, दिन के प्रकाश में झिलमिलाते और जगमगाते सभी अदृश्य तारे दिखने लगे। जगने के पश्चात मैं अचम्भित था कि इस स्वप्न का क्या अर्थ था।

अगली प्रातः, प्रार्थना एवं आशीर्वाद सत्संग में, श्री गुरुमाई ने बाबा मुक्तानन्द जी द्वारा रचित आरती से एक पंक्ति का उल्लेख किया : *इस जगत में विश्वबन्धुत्व और परस्पर प्रेमभाव का अखण्ड साम्राज्य हो और चित्त को पूर्ण स्थिरता प्राप्त हो।*

श्री गुरुमाई ने आगे सिखाया कि यह हमारा कर्तव्य है कि हम चित्त में पूर्ण स्थिरता को विकसित करें, ताकि हम आगे बढ़कर अपना सर्वश्रेष्ठ इस विश्व को अर्पित कर सकें।

श्री गुरुमाई के शब्दों पर मनन करते हुए, मैंने अपने चित्त के स्थिर होने पर दिन के प्रकाश में जगमगाते तारों के स्वप्न तथा श्री गुरुमाई की सिखावनी के बीच एक सम्बन्ध देखा। मुझे यह ज्ञात हो गया कि अपने चित्त को स्थिर करने के अभ्यास से, दिव्यता का प्रकाश सभी स्थानों पर दृश्यमान हो जाता है तथा चित्त की स्थिरता से, विश्व के साथ प्रकाश एवं अच्छाई बाँटने की मेरी सामर्थ्य बढ़ती है।

इस सिखावनी के लिए धन्यवाद गुरुमाई जी!

एक सिद्धयोग स्वामी

आज प्रातः, श्री गुरुमाई के साथ सम्पूर्ण विश्व को अपनी प्रार्थनाएँ और आशीर्वाद भेजने हेतु सत्संग की तैयारी करते समय, अपनी माँ के साथ श्री मुक्तानन्द आश्रम आए उस बच्चे सहित, मैं उन

सेवाकर्ताओं में से एक था जो विश्व में घटने वाली प्राकृतिक एवं मानवीय आपदाओं से पीड़ित लोगों के लिए अपने आशीर्वादों को परस्पर अर्पित करने हेतु एकत्र हुए थे।

प्रत्येक व्यक्ति के मन में एक शक्तिपूर्ण चित्र था जो यह दर्शा रहा था कि किस प्रकार मानव एवं प्राणी, अन्तर एवं बाह्य सम्बल प्राप्त कर रहे थे, जैसे कि मन्त्रों की आभा से परिपूर्ण विशुद्ध गुण ब्रह्माण्ड के प्रत्येक कोने में हर जीव तक पहुँच रहे हों। इस सभा की एक सदस्या, नौ वर्ष की बालिका ने बताया कि किस प्रकार वह अपने आशीर्वाद भगवान तक भेज रही थी और फिर भगवान उन्हें उन सभी लोगों तक भेज रहे थे जिन्हें उनकी आवश्यकता थी। उसने यह कितने विश्वास तथा ओजस्विता से कहा। यह देख कर मैं अत्यन्त प्रभावित और कृतज्ञ था कि सिद्धयोग पथ पर किस प्रकार बच्चे बड़े हो रहे हैं -इस बात की इतनी स्पष्ट समझ के साथ कि, उनकी प्रार्थना और आशीर्वाद विश्व तक पहुँच रहे हैं और उसे लाभान्वित कर रहे हैं।

हर जिज्ञासु को यह सिखाने के लिए कि हम चाहे जो भी हैं और जहाँ भी हैं, हम में से प्रत्येक के पास वह शक्ति है जो विश्व में और विश्व के लिए परिवर्तन ला सकती है, मैं अपने पूर्ण हृदय से श्री गुरुमाई को धन्यवाद देता हूँ।

एक सेवाकर्ता, श्री मुक्तानन्द आश्रम

सुबह के सत्संग में श्री गुरुमाई को सुनने तथा फ्रांस के सेवाकर्ताओं द्वारा अपनी कहानियाँ बाँटने के उपरान्त, हम भगवान नित्यानन्द मन्दिर में नामसंकीर्तन द्वारा अपनी प्रार्थनाएँ एवं आशीर्वाद अर्पित करने गए।

जब हमने मन्दिर में प्रवेश किया, हमने बड़े बाबा को सुनहरे तथा लाल रंग के वस्त्रों से सुशोभित, प्रकाशमान देखा, उनके चारों ओर गुलदानों में छोटे लाल तथा पीले ऑर्किड की लम्बी टहनियाँ रखी हुई थीं। एक संगीतज्ञ तुलसीदास जी का भजन "*रघुवर, तुमको मेरी लाज*" गा रहे थे, जो भगवान से संरक्षण के लिए एक प्रार्थना है।

हमने *पसायदान* गाते हुए आरम्भ किया। उसके बाद हमने दरबारी राग में *ॐ नमः शिवाय* का नामसंकीर्तन किया। यह नामसंकीर्तन इतना मधुर तथा शक्ति से परिपूर्ण था, की मैं अपने हृदय में निहित आशीर्वाद को संसार की ओर बाहर जाते हुए महसूस कर पा रही थी।

नामसंकीर्तन के पश्चात हमने खड़े होकर आरती गाई। आरती के उपरान्त, पाँच पुजारियों में से प्रत्येक पुजारी ने डमरुओं की ध्वनि के साथ आरती की। जब अगले पुजारी की आरती करने की बारी आई, तब पहले वाले पुजारी पीछे हो गए इस प्रकार अन्त में सभी पुजारी बड़े बाबा जी के समक्ष आरती कर रहे थे। अभी सब खड़े ही थे कि आरती के विशाल नगाड़ों की ध्वनि हुई और हम उसकी लय के साथ तालियाँ बजाने लगे। गुरुमाई जी बड़े बाबा जी के समक्ष आगे आइ-और एक नवीन दिए के साथ बड़े बाबा जी की आरती करने लगीं। मैं मन्दिर में व्याप्त कृपा और आशीर्वाद की ज्योति को अनुभव कर पा रही थी।

स्वामी ईश्वरानन्द जी ने बाबा जी की एक प्रार्थना पढ़ी, जिसका समापन निम्न शब्दों के साथ होता है; *इस जगत में विश्वबन्धुत्व और परस्पर प्रेमभाव का अखण्ड साम्राज्य हो और चित्त को पूर्ण स्थिरता प्राप्त हो।*

श्री गुरुमाई ने चित्त की पूर्ण स्थिरता के बारे में बताया, जिसे हमें प्रति दिन विकसित करना चाहिए। जब विश्व में एकता होती है, तब पराक्रम होता है। प्रत्येक छोटा कार्य जो हम करते हैं, उनमें हमारी अच्छाई के साथ हमें आगे आना चाहिए तथा दूसरों के लिए "एक शुभ प्रतीक" बनना चाहिए। मुझे यह ज्ञात हुआ कि यह हमारा कर्तव्य है कि हम अपनी प्रार्थनाओं, अपनी मुस्कान और अपनी अच्छाइयों को संसार में फैलाकर एक शुभ प्रतीक बनें।

एक सेवाकर्ता, श्री मुक्तानन्द आश्रम

१४ नवम्बर की सुबह हुए सत्संग के दौरान, श्री गुरुमाई ने तुलसीदास जी के भजन के अनुवाद को उच्च स्वर में पढ़वाया :

हे प्रभु, आप निर्बल के संरक्षक हो।
मेरी लाज आपके हाथों में है।

गुरुमाई जी ने हमें स्मरण कराया कि यह भजन वर्ष २००० में *द गोल्डन टेल्स* - एक अभिनय की शृंखला में प्रस्तुति के दौरान गाया गया था। जिसमें श्री मुक्तानन्द आश्रम में आए बच्चों ने सन्तों के जीवन पर अभिनय किए थे।

विश्व की हाल ही की घटनाओं के सन्दर्भ में, बच्चों के अभिनय की प्रस्तुति के साथ इस *भजन* को

सम्बन्धित करना अत्यन्त मार्मिक था। इस मर्मस्पर्शता को मैंने इस सत्संग में पहले ही महसूस किया था, जब श्री गुरुमाई ने विश्व की सुन्दरता के विषय में बताया। पेरिस में हुई दुर्घटनाओं में कार्यरत शक्तियों के प्रतिसंतुलन के रूप में, विशेषकर हमारे बच्चों की सुन्दरता का उल्लेख किया। उन्होनें कहा कि पृथ्वी पीड़ा उत्पन्न करने वालों की अन्धकार पूर्ण मानसिकता की तुलना में अत्यधिक सुन्दर है, और यह आवश्यक है कि हमारे बच्चे इस विश्व की सुन्दरता में नाच और गा सकें।

मेरे लिए, सुन्दरता इस सत्संग में प्रत्यक्ष थी, जैसे कि एक प्रबल प्रकाश विश्व की हाल ही के घटनाओं के अन्धकार को भेद रहा हो।

एक सेवाकर्ता, श्री मुक्तानन्द आश्रम

प्रार्थना एवं आशीर्वाद सत्संग की इस सुबह, श्री गुरुमाई ने पेरिस में हुई दुर्घटना जैसी परिस्थिति में आध्यात्मिक पथ पर समर्पित एक साधक, की प्रतिक्रिया के विषय में बताया। उन्होंने महत्त्व पर जोर देकर कहा, कि हमें अपनी साधना को सशक्त करना होगा ताकि हम उनकी सहायता कर सकें, जिन्हें हमारी मदद की आवश्यकता है। प्रार्थना एवं आशीर्वाद, नामसंकीर्तन और संकल्प, द्वारा यह मदद प्रदान की जाती है, तथा सभी व्यवहारिक तरीकों द्वारा भी हम यह कर सकते हैं।

प्रतिभागियों ने बताया कि पेरिस में हमलों के कारण हुए अवरोधों के फलस्वरूप जो व्यक्ति मार्ग पर भटक रहे थे, उन सभी के लिए अन्य लोग अपने द्वार खोल रहे थे। इसी प्रकार हवाई जहाज़ की उड़ाने रद्द होने के कारण जो फ्रांस के यात्री अपने घर वापस नहीं जा पाए थे, उन यात्रियों को न्यूयॉर्क में लोगों ने अपने घरों में स्थान दिया। अति संवेदनशील परिस्थिति होने पर, हर प्रकार से दूसरों की सहायता करने का भाव स्वाभाविक रूप से आता है।

एक सेवाकर्ता, श्री मुक्तानन्द आश्रम

प्रार्थना एवं आशीर्वाद सत्संग में, गुरुमाई जी ने हमें चित्त की स्थिरता को विकसित करने के लिए प्रोत्साहित किया।

मैं समझ गया कि वे हमें दूसरों के लिए “एक शुभ प्रतीक बनने” का मार्ग दिखा रही थीं। एकमात्र चित्त की स्थिरता के साथ ही मैं लोगों को सही अर्थ में तथा सर्तकता से सुन सकता हूँ। एकमात्र

चित्त की स्थिरता के साथ ही मैं लोगों को करुणा, दृढ़ता, प्रेम तथा सहायता प्रदान कर सकता हूँ।

धन्यवाद, गुरुमाई जी। मेरा हृदय कृतज्ञता से आप्लावित हो रहा है।

एक सिद्धयोग स्वामी

प्रार्थना एवं आशीर्वाद सत्संग में श्री गुरुमाई की इतनी सुन्दर सिखावनियों को सुनने के बाद, तथा मन्दिर में नामसंकीर्तन एवं मृदंगवादन मेरे सम्पूर्ण सत्ता में स्पन्दित हो रहा था। इन सब में मेरे चित्त में एक वाक्यांश जो सर्वप्रथम अंकित हो गया, वह था "एक शुभ प्रतीक बनो"। मैंने इसे कई बार सुना। मुझे ऐसा महसूस हुआ कि इस वाक्यांश में मेरे लिए श्री गुरु के वर्तमान आदेश का सार है।

जब मैंने इस वाक्यांश के अर्थ पर मनन किया, उस दिन जो भी सिखावनियाँ मैंने सुनी थीं, इस वाक्यांश ने उन सभी सिखावनियों को जोड़ दिया। इससे यह पुष्टि हुई कि मेरी साधना का वास्तविक प्रभाव उन सब पर पड़ता है जिनसे मैं मिलता हूँ, और अन्ततः सम्पूर्ण मानव जाति पर पड़ता है। मैं समझ गया कि जिनसे भी मैं मिलता हूँ, जहाँ भी मैं हूँ, और जिस प्रकार भी मैं कर सकूँ तथा सम्पूर्ण मानव जाति को, आशीर्वाद पहुँचाने का यह एक पवित्र मिशन है। यदि मैं अपने दैनिक जीवन में इस जागरुकता को बनाए रखता हूँ, तो मैं कभी भी मानव जाति के उत्थान के लिए, श्रीगुरु की कृपा से परिपूर्ण प्रार्थना की शक्ति पर कभी सन्देह नहीं करूँगा।

धन्यवाद, गुरुमाई जी, मेरे जीवन को एक नया अर्थ प्रदान करने के लिए।

एक सिद्धयोगी, न्यू यॉर्क, यू.एस.ए

१४ नवम्बर को आयोजित प्रार्थना एवं आशीर्वाद सत्संग में जब श्री गुरुमाई ने दूसरों के लिए एक शुभ प्रतीक बनने के बारे में हमें बताया तब मैं अचम्भित था। मुझे यह जानना था कि प्रतीक बनना क्या होता है?

आज सुबह वेबसाइट पर मुझे यह परिभाषा मिली – "यह माना जाता है कि प्रतीक वह प्रक्रिया है जो भविष्य बताती है, प्रायः यह आने वाले परिवर्तन की महत्ता बताती है। प्राचीन काल के लोगों

का यह विश्वास था कि इन प्रतीकों में उनके भगवान का दिव्य सन्देश होता था।" और एक चित्रण यह दर्शा रहा था कि कभी-कभी इन्द्रधनुष को शुभ प्रतीक माना जाता था।

मुझे यह महसूस हो रहा है कि श्री गुरुमाई हमें अपने दैनिक आचरण और अपनी मुस्कान के माध्यम से, भगवान का जीवन्त सन्देश बनने के लिए कह रही हैं - आशा का सन्देश तथा शुभता हेतु परिवर्तन की पूर्वसूचना।

एक सेवाकर्ता, श्री मुक्तानन्द आश्रम

प्रार्थना एवं आशीर्वाद सत्संग के दौरान, श्री गुरुमाई ने बताया कि किस प्रकार विश्व में परस्पर संघर्ष बना रहता है क्योंकि कोई भी पक्ष विनम्रता को अंगीकार नहीं करता है। यद्यपि वह गत दिवस की भयानक घटनाओं के बारे में बताते हुए प्रतीत हुईं, मैंने यह सोचा कि किस प्रकार यह सिखावनी प्रत्येक स्तर पर लोगों के पारस्परिक व्यवहार एवं हमारे आन्तरिक जीवन पर भी लागू होती है।

हम यह भूल जाते हैं कि हम सब अन्तर आत्मा का ही स्वरूप हैं, और विनम्रता के इस अभाव व अहंकार के विभिन्न आयामों से, विरोध उठते है एवं बने रहते हैं।

मैं यह समझ पाया हूँ कि हमारे विचार, धारणाएँ, एवं मान्यताएं दिव्य आत्मा की भेंट हैं, इनका उपयोग मानवता का उत्थान करने हेतु होना चाहिए - और दूसरों को हानि पहुँचाने हेतु कदापि नहीं।

एक सेवाकर्ता, श्री मुक्तानन्द आश्रम

गुरुमाई जी द्वारा, अपने निज अभिमान को त्यागकर सब के हित का ध्यान रखने, के सन्देश ने मेरे दिल को छू लिया। गुरुमाई जी ने कहा कि स्वयं के लिए रुदन मत करो, और यदि हम रोना चाहते हैं, तो हमें मानवता के लिए आँसू बहाने चाहिए। उन्होंने कहा कि हमें इसलिए नहीं रोना चाहिए क्योंकि हमें नाश्ता नहीं मिला या क्योंकि किसी ने हमें यह कहा कि हमने कार्य अच्छे से नहीं किया, हमें इस तरह की बातों पर अपने आँसुओं को व्यर्थ नहीं गँवाना चाहिए। मैंने महसूस किया कि गुरुमाई जी मुझे अपने सीमित रूप को छोड़कर तथा आगे बढ़कर अपने उच्च आत्मा का आलिंगन करने के लिए प्रेरित कर रहीं हैं।

अपने सीमित मैं के साथ अपना समय व ऊर्जा नष्ट करने की अपेक्षा, मैं दूसरों की भलाई हेतु कुछ शुभ करने पर केन्द्रण कर सकता हूँ। इसके लिए, मुझे स्थिर चित्त की आवश्यकता है। मुझे अपने चित्त को आत्म-निन्दा या विलाप के मार्ग पर गिरने से रोकने की आवश्यकता है। मैं अपने चित्त को परम उद्देश्य हेतु पुनः निर्देशित करने के अनुशासन के अभ्यास हेतु प्रेरित हुआ हूँ। मुझे प्रत्येक श्वास और प्रश्वास के साथ आशीर्वादों को भेजने वाली छवि अत्यन्त प्रिय है।

धन्यवाद गुरुमाई जी, आपकी कृपा एवं सिखावनियों के लिए ।

एक सेवाकर्ता, श्री मुक्तानन्द आश्रम