पाती प्रेम भरी

BY SANJIV MALIK

विषयसूची–

Table of Contents

विषयसूची– 1
Table of Contents 1
मेरे गुरुदेव श्री परमहंस सतगुरु जी 5
🕮 भूमिका (Introduction) 9
पाती प्रेम भरी – 1 12
पाती प्रेम भरी – 2 15
पाती प्रेम भरी – 3 17
पाती प्रेम भरी – 4 20
पाती प्रेम भरी – 5 22
पाती प्रेम भरी – 6 25
पाती प्रेम भरी – 7 27
पाती प्रेम भरी – 8 31
पाती प्रेम भरी – 9 35
पाती प्रेम भरी – 10 39
पाती प्रेम भरी – 11 42
पाती प्रेम भरी – 12 46
पाती प्रेम भरी – 13 50
पाती प्रेम भरी – 14 53
पाती प्रेम भरी – 15 56

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 16 59
पाती प्रेम भरी – 17 62
पाती प्रेम भरी – 18 64
पाती प्रेम भरी – 19 67
पाती प्रेम भरी – 20 68
पाती प्रेम भरी – 21 71
पाती प्रेम भरी – 22 74
पाती प्रेम भरी – 23 76
पाती प्रेम भरी – 24 78
पाती प्रेम भरी – 25 80
पाती प्रेम भरी – 26 82
पाती प्रेम भरी – 27 84
पाती प्रेम भरी – 28 85
पाती प्रेम भरी – 29 87
पाती प्रेम भरी – 30 90
पाती प्रेम भरी – 31 95
पाती प्रेम भरी – 32 98
पाती प्रेम भरी – 33 101
पाती प्रेम भरी – 34 103
पाती प्रेम भरी – 35 107
पाती प्रेम भरी – 36 110
पाती प्रेम भरी – 37 112

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 38 115
पाती प्रेम भरी – 39 117
पाती प्रेम भरी – 40 119
पाती प्रेम भरी – 41 121
पाती प्रेम भरी – 42 124
पाती प्रेम भरी – 43 127
पाती प्रेम भरी – 44 130
पाती प्रेम भरी – 45 132
पाती प्रेम भरी – 46 137
उपसंहार : चरणों में समर्पण की अंतिम पुकार 141
पूर्णाहुति 144
शांति पाठ 145
सेल्फ अवेकनिंग मिशन 147
लेखक परिचय 150
संस्था द्वारा करवाए जाने वाले courses 153
हमारे संपर्क सूत्र (सोशल मीडिया लिंक) 153
परिशिष्ट1: लेखक के द्वारा लिखित अन्य पुस्तकें: 155
परिशिष्ट 2: श्री सच्चिदानन्द धाम निर्माण (वृद्धाश्रम और मैडिटेशन सेंटर) 157
ॐ श्री परमहंसाय नमः महामंत्र की महान शक्ति 159

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

मेरे गुरुदेव श्री परमहंस सतगुरु जी

रूहानी शहंशाह महाराजधिराज परमपुरूष पूरणधनी जगत वंदनीय श्री श्री 108 श्री परमहंस सतगुरु जी इस धराधाम पर करोड़ों जीवों के उद्धार के लिए अवतरित हुए हैं। आपने सूरत

शब्द योग विधि के द्वारा आध्यात्मिक ज्ञान का परचम सृष्टि के कोने कोने में लहराया है। आपने गुरु भक्ति के सर्वोच्च सिद्धांत को जन-जन तक पहुंचाने के लिए सत्संग गंगा बहाई है। तप त्याग और सहिष्णुता का अदम्य प्रमाण बनकर ज्ञान योग, कर्म योग एवं भक्ति योग का ज्ञान सहज रूप में अपने शिष्यों को दिया है।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

आपके दर्शन मात्र में वह तासीर है कि जो भी आपके पावन दीदार करता है वह आप ही का होकर रह जाता है। आपके नूरानी मुखड़े के श्री दर्शन करके आत्मा को अपने वास्तविक स्वरूप का ज्ञान होने लगता है, आपके सुंदर कमल नयनों में देखते ही आत्मा अपने सत चित आनंद रूप को पहचानने लगती हैं।

हमारे परम हितैषी सतगुरु संपूर्ण गुणों के भंडारी हैं, करुणा और दया की साकार मूर्ति हैं। युग पुरुष श्री परमहंस सतगुरु योग योगेश्वर हैं, प्रेम के अखुट भंडारी हैं, परम ज्योति स्वरूप साक्षात परब्रह्म परमेश्वर हैं। आपने जिज्ञासु भक्तों के कल्याण हेतु ये नियम बनाए हैं, श्री आरती पूजा, निस्वार्थ सेवा, सत्संग, मेडिटेशन और सतगुरु दर्शन ध्यान।

आपके श्री दर्शन करके और आपके बताए हुए इन नियमों पर चलकर लाखों जीवों का उद्धार हुआ है और करोड़ों का उद्धार हो रहा है। संत रूप में साक्षात परब्रह्म परमात्मा इस धरती पर अवतरित हुए हैं। आपकी कृपा से ही बुजुर्गों के कल्याण हेतु श्री सच्चिदानंद धाम वृद्धाश्रम की नींव रखी गई है और आज इस वृद्धाश्रम से जुड़कर सबका कल्याण हो रहा है। जनकल्याण हेतु ही आप यहां अपने दिव्य रूप में विराजमान हैं।

श्री परमहंस सतगुरु जी की मुख्य शिक्षाएं

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

1. अपने कर्मों के प्रति सचेत रहो और, पिछले बुरे कर्मों के लिए माफी प्रार्थना हर रोज करो!
2. सदा शुभ कर्म करो, जिनका परिणाम हो स्वांत: सुखाय बहुजन हिताय! अर्थात जिन कर्मों से आपका भी हित हो और ज्यादा से ज्यादा लोगों को सुख मिले।
3. मनुष्य जीवन बड़े ऊंचे भाग्य से मिलता है, इसका उद्देश्य अपनी आत्मा को शुद्ध करके परमात्मा से मिलना है!
4. समय की कदर करो, और प्रत्येक स्वांस में सतगुरु का नाम जाप करके अपनी आत्मा का कल्याण करो!
5. अगर आप चाहते हो कि परमात्मा आपकी गलतियों के लिए आपको माफ कर दे, तो आप भी लोगों को माफ करना सीखों!
6. खुद में सेवाभाव पैदा करो, आप यहां मजे लेने नहीं, बल्कि अपनी आत्मा के कल्याण करने और सबकी सेवा करने के लिए आए हो!
7. परमात्मा कहीं बाहर तीर्थों पर नहीं, बल्कि आपके हृदय में ही विद्यमान है, ध्यान और मेडिटेशन के द्वारा अपने भीतर ही उनकी खोज करो!
8. परमात्मा को पाना अर्थात हृदय में परम शांति, आत्मविश्वास, निर्भयता और परम आनंद को पाना है! अगर आपके जीवन में आत्मविश्वास, शांति, आनंद बढ़

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

रहा है, तो समझिए कि आप परमात्मा के नजदीक आ रहे हैं।

9. सदगुरु नररुप में हरि है, सदगुरु ही इंसान के सच्चे हितैषी हैं! कितने भी कर्म धर्म कर लो, पर गुरुकृपा के बिना मन को शांति नहीं मिलती, गुरुकृपा के बिना मनुष्य को मुक्ति नहीं मिलती! इसलिए गुरु की शरण में अवश्य जाना चाहिए

10. हर रोज अपने इष्टदेव, अपने सदगुरु भगवान की आरती करना, अपने घर परिवार, अपने आसपास के लोगों को प्रसन्न रखना, उनकी जितनी हों सकें सहायता और सेवा करना! हर रोज सत्संग सुनना और कम से कम एक घंटा अपनी आत्मकल्याण के लिए जरूर देना!

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

🕮 भूमिका (Introduction)

"पाती प्रेम भरी – समर्पण श्री परमहंस सतगुरु जी को"
लेखक – संजीव मलिक एवं सेवाभावी भाई–बहनों द्वारा रचित

"प्रेम का रूप शब्दों में ढल जाए, तो वह *पाती* बन जाती है।
और जब वह *पाती* सतगुरु के चरणों में समर्पित हो,
तो वह साधारण नहीं, एक दिव्य समर्पण बन जाती है।"

यह पुस्तक, *"पाती प्रेम भरी"*, उन भावपूर्ण, हृदयस्पर्शी और आत्मा से निकली हुई प्रार्थनाओं, पुकारों, आभारों और समर्पणों का संग्रह है, जो *हम सभी सेवाभावी आत्माओं ने* अपने परम दयालु, परम शांतिदाता, *श्री परमहंस सतगुरु महाराज जी* के श्री चरणों में अर्पित की हैं।

यह केवल शब्दों का संकलन नहीं है—**यह आंसुओं में भीगी हुई प्रेम की लेखनी है। यह आत्मा की पुकार है। यह उस हृदय की भाषा है, जो केवल अपने गुरु को जानता है, और किसी को नहीं।**

इस पुस्तक की *हर पंक्ति, हर पाती* उसी अंतहीन प्रेम से जन्मी है, जो **एक शिष्य को अपने सतगुरु के प्रति होता है**। इन पातियों में कहीं प्रार्थना है, कहीं आत्मसमर्पण, कहीं पश्चाताप है, तो कहीं अनंत शुक्राना। कभी-कभी तो ऐसा लगता है जैसे *शब्द*

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

रो रहे हों, और कहीं ऐसा कि *शब्दों ने मौन को ही वाणी दे दी हो।*

श्री परमहंस सतगुरु महाराज जी कोई साधारण संत नहीं, वे तो **चेतना के उस केंद्र** हैं, जो इस ब्रह्मांड के हर जीव के हृदय में *प्रेम का दीपक* जलाने के लिए अवतरित हुए हैं। जिनके प्रेम ने हम जैसे पतितों को भी छूकर पावन बना दिया।

इस संकलन को रचते हुए, **सभी लेखक – सेवाभावी भाई–बहन** स्वयं को लेखक नहीं, बल्कि *गुरु चरणों की मिट्टी मानते हैं*, जिनके भीतर गुरु के प्रेम ने स्पंदन किया, और वही अनुभव शब्द बनकर बह निकले।

संजीव मलिक जी, जो स्वयं इस गुरुपथ के मार्गदर्शक, सेवक और अनुभवधर्मी आत्मा हैं, उन्होंने इन पातियों का प्रारंभ किया और *सेवाभावी साधकों*को एक ऐसा *प्रेमपूर्ण मंच*प्रदान किया, जहाँ वे अपने भीतर उमड़ते भावों को गुरुचरणों में समर्पित कर सकें।

हमारा यह प्रयास "पाती प्रेम भरी" न तो किसी साहित्यिक शैली में बंधा है, न ही किसी भाषा की शुद्धता की परवाह करता है। इसकी शुद्धता केवल **भाव की सच्चाई** है। यह पुस्तक केवल पढ़ने के लिए नहीं, **अनुभव करने के लिए है**। इसे पढ़ते-पढ़ते पाठक को अपने *हृदय के भीतर की पीड़ा, प्रेम और प्यास*स्पर्श करने लगती है।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

यदि यह पुस्तक किसी एक भी साधक के हृदय में **गुरु चरणों के प्रति भक्ति, समर्पण और प्रेम** जगा सके, तो हमारा यह प्रयास सफल है।

हे सदगुरु देव! यह ग्रंथ आपके श्री चरणों में सादर अर्पित है।
हमें सदा आपकी कृपा और दृष्टि बनी रहे।
आपकी पाती हमसे कभी न छूटे, और हम सदा आपकी प्रीत में भीगे रहें।
"ॐ श्री परमहंसाय नमः।"
— संजीव मलिक एवं समर्पित सेवाभावी साधकगण
(Self Awakening Mission)

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 1

ॐ श्री परमहंसाय नमः

हे मेरे प्रियतम सतगुरुदेव!

आपके श्री पावन चरणों में मेरा प्रेमपूर्ण वंदन और भावभीना अभिनंदन स्वीकार हो।

हे गुरुवर! आप ही मेरे ब्रह्मा हैं, आप ही विष्णु हैं, और आप ही महेश हैं।

हे इस सम्पूर्ण सृष्टि के रचयिता! हे संसार के पालनहार! मेरी आत्मा की गहराई से निकला यह प्रणाम स्वीकार करें।

मैं आपकी ही कृपा की एक बूंद से जन्मी आपकी दासी, आज आपके श्री चरणों में नतमस्तक हूँ।

जैसे कोई बच्चा वर्षों पहले अपनी माँ से बिछड़ गया हो, वैसे ही मैं, हजारों वर्ष पूर्व काम, क्रोध और लोभ के वशीभूत होकर, आपके चरणों से दूर हो गई थी।

संसार की ठोकरें खाकर, दुःखों की मार सहते हुए, इस दुःखालय रूपी जंगल में भटकते-भटकते, असहनीय यातनाओं के बाद आज आपकी स्मृति लौट आई है।

हे गुरुदेव! यह स्मरण भी आपकी ही अनुकंपा का फल है।

हे करुणानिधान! आपकी तो स्वाभाविक आदत ही है कृपा करना — फिर मेरी ओर देखने में इतनी देर क्यों कर दी?

जैसे जल के बिना नदी, पुरुष के बिना नारी, और गुरु के बिना

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

शिष्य अधूरा होता है — वैसे ही, शिव के बिना जीव अधूरा है।

हे परमकल्याणकारी! हे परमहंस परमात्मा!

आप ही मेरे सृजनकर्ता हैं, मेरा पोषण करने वाले हैं, और अंततः मेरा संहार भी आप ही में लीन होगा। आपके बिना मेरा कोई अस्तित्व नहीं।

हम जैसे तुच्छ प्राणी के उद्धार हेतु ही आपने संतत्व का चोला धारण किया है।

हे परम हितकारी सतगुरु भगवान! आपने हम जैसे लक्ष्यहीन, डूबते हुए तिनकों को अपनी शरण में लेकर सहारा दिया।

जब आप मिले, तभी जीवन को अर्थ मिला, दिशा मिली, लक्ष्य मिला।

हे मेरे परमहंस, मेरे प्राणप्रिय गुरुदेव!

आपकी इस करुणामयी कृपा ने जीवन को सार्थक कर दिया है।

बस, यही प्रार्थना है — आपकी कृपा-दृष्टि सदा बनी रहे,
ताकि हम आपके दिए हुए दिव्य ज्ञान को आत्मसात कर सकें,
इस सुंदर सृष्टि में, जो आपने बनाई है,
स्वयं को आपकी सेवा और सुश्रुषा के योग्य बना सकें।
जीवन रूपी इस कर्तव्य-पथ पर हम अग्रसर होते रहें,
और किसी भी परिस्थिति में, किसी भी भ्रम में, आपको भूल न जाएं।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

जल, थल, नभ और पाताल — समस्त ब्रह्मांड के कण-कण में आपका ही साक्षात्कार होता रहे।

हे मेरे परम प्रिय, परम दयालु, पूज्य सतगुरु भगवान!

मैं आपकी हूं, और आप मेरे हैं।

जन्म-जन्मांतरों से भटकती हुई यह आत्मा, जो कि आपके ही अंश से उत्पन्न है, अब आपकी शरण में है।

हे शरणागत वत्सल! मुझे अपने चरणों से लगा लीजिए।

इस बार, कृपया, अपने सान्निध्य से दूर मत कीजिए,

क्योंकि इस दुःखमय संसार में, आप जैसा कोई कृपालु, दयालु और हितकारी नहीं।

आपके श्री चरणों में मैं पूर्णतः समर्पित होकर,

अपना सम्पूर्ण हृदय, आत्मा और कृतज्ञता अर्पित करती हूं।

श्री चरणों

में

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 2

ॐ श्री परमहंसाय नमः

गुरुदेव, हमारी आत्मा की पुकार सुन लीजिए।

हमें सदा-सदा के लिए अपने श्रीचरणों में स्थान दीजिए।

गुरुदेव, बच्चे और पिता में अंतर होता है।

बच्चे छोटे होते हैं, अज्ञानी होते हैं,

इसलिए यदि हमसे कभी कोई भूल हो जाए, तो क्षमा कर दीजिए,

परंतु **आप हमें कभी मत भूलिए।**

हमें सत्संग, सेवा और सच्ची संगति सदा मिलती रहे।

हमारे भीतर आपके लिए असीम प्रेम और आपको पाने की प्यास बनी रहे।

हम सभी गुरुमुख भाई-बहन,

जाने-अनजाने में हुई सभी भूलों के लिए क्षमा मांगते हैं।

हमें क्षमा कीजिए — और हम भी स्वयं को क्षमा करेंगे।

जैसे एक माँ अपने बच्चों को, चाहे जैसे भी हों,

गले से लगा लेती है—वैसे ही हमें भी अपनाइए।

हम जैसे हैं, जैसे भी हैं—आपके हैं।

हम पर सदा कृपा बनाए रखिए।

हमारी बुद्धि में, विचारों में, निर्णयों में केवल **आप ही** बसें।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

हम सदा सत्य के साथ चलें,
हमारा आचरण ऐसा हो कि आपको हम पर गर्व हो।
हम क्षुद्र इच्छाओं से ऊपर उठ सकें,
हमें आपके सिवा कोई और चाह न रहे।
आपकी कृपा से हम आत्म-आनंद और भीतर के मौन के अधिकारी बनें।
गुरुदेव, ये निरर्थक इच्छाएँ ही थीं,
जिन्होंने हमें आपसे दूर कर दिया था।
अब वे सारी इच्छाएँ हमारे भीतर से पूर्णतः विलीन हो जाएं।
हमें सदा आपका साथ, आपका हाथ मिलता रहे।
हमारी रक्षा करें, हमारे जीवन को अपने आशीर्वाद की ढाल दें।
गुरुदेव, हम स्थूल रूप से आपसे दूर हैं,
इसीलिए हमने आपकी श्रीमूर्ति को रक्षा-सूत्र बांधा है।
वह हमें आपके निकट अनुभव कराता रहे।
हमारे परिवार को भी सुरक्षा दीजिए।
उन्हें भी सेवा और भक्ति का अवसर दीजिए।
उनके भीतर भी आपके श्रीचरणों से प्रेम जगे—ऐसी कृपा कीजिए।
हमें भक्ति में आगे बढ़ने के लिए
थोड़ा एकांत और अनुकूलता भी प्रदान कीजिए।
आपका अनुग्रह ही हमारा बल है।
धन्यवाद प्रभु—आपने बहुत कुछ दिया।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

आप दाता हैं, आप दयालु हैं,
आप मनुष्य रूप में साक्षात ईश्वर हैं।
बारंबार धन्यवाद।
आपके श्रीचरणों में बार-बार दंडवत प्रणाम।

श्री चरणों में
रेखा जाधव,

पाती प्रेम भरी – 3

ॐ श्री परमहंसाय नमः
हे मेरे प्राण के दाता, हे मेरे श्वासों के स्वामी,
कैसे पुकारूं तुझे, जब तू हर पल मेरे अंतर्मन में समाया है?
मैं जब भी तुझे पुकारती हूं, महसूस करती हूं—मैं तो हर पल तुझे ही पुकारती हूं।
तू ही है जो हर बार मेरे भीतर से उत्तर देता है।
जब झांकती हूं स्वयं में, तो सिर्फ तू ही नजर आता है—बस तू ही, मेरा अपना।
ना कोई चाह है, ना कोई याचना—बस तुझसे तेरा ही मिलन चाहिए।
तू तो मेरे भीतर ही है, फिर भी मैं तुझे बाहर खोजती फिरती

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

हूं—दर-ब-दर।
कभी हंसकर, कभी छुपकर—तू मुझसे लुकाछिपी खेलता है।
पर जानती हूं, तू मुझसे प्रेम करता है—गहरा, अनंत, निस्वार्थ।
एक दिन, इसी तड़प में, मैं तेरे सचखंड धाम तक पहुंच ही जाऊंगी।
पर शायद, मैं वहीं तो हूं जहां तू है, और तू वहीं है जहां मैं हूं।
सचखंड कोई दूर की जगह नहीं—वो तो मेरे हृदय में है, जहां तू विराजमान है।
ये रहस्य, तूने अनजाने में मुझे बता दिया—बातों ही बातों में।
तेरी कोई बात मुझसे छुपी नहीं रहती—क्योंकि तू और मैं अलग कहां हैं?
बस यही मन भ्रम फैलाता है, और बाकी सब तो एक ही है—तू ही तू।
अब मुझे वो सरल रास्ता पता है—जहां से सचखंड का द्वार खुलता है।
और यदि मैं सबको बता दूं कि वह रास्ता है **सिमरन, भजन और सत्संग**,
तो सचमुच, तेरे धाम की ओर भीड़ लग जाएगी।
हे प्यारे परमहंस,
तू क्यों पूछता है कि क्या संसार अच्छे नहीं लगते?
जब तू मुझमें है, तो कोई फर्ज अधूरा कैसे रह सकता है?

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

तू तो मुझसे वही करवाता है जो तू चाहता है।
तूने मुझे वैसा ही बना दिया जैसा तू चाहता था।
अब क्या शेष है मेरे राज-दुलारे?
बस तू कह दे... और मैं समर्पित हूं सदा-सदा के लिए।

श्री चरणों में

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 4

ॐ श्री परमहंसाय नमः

प्रभु प्रेमसागर की एक बूंद की अरदास

हे मेरे प्रभु! अपने श्रीचरणामृत में मुझे डुबो दो,
मेरे भीतर के सारे विकार धुल जाएं।
या ऐसी अग्नि जला दो, जिससे पंचविकार भस्म हो जाएं।
ऐसी लगन दे दो कि तेरे चरणों से कभी दूर न हो सकूं।
हे दयालु! ऐसी कृपा कर,
कि एक पल भी तुझसे जुदा रहने की कल्पना असह्य हो जाए।
मुझे भक्ति का ऐसा नृत्य सिखा दे,
कि बस तेरा ही नृत्य करती रहूं।
स्वामी, मुझे अपने भीतर ऐसा समा ले,
कि 'मैं' मिट जाए, बस 'तू' ही रह जाए।
मेरा हृदय कमल सा खिला दे,
ताकि मैं सबको सहजता से क्षमा कर सकूं।
मुझे ऐसी प्यास दे दे—तेरे मिलन की,
कि नींद भी छोड़ दूं, चैन भी भूल जाऊं।
ऐसी भूख लगा दे—तेरे दर्शन की,
कि पलक भी झपकने से डर लगे।
स्वप्न में भी तू ही आए, तेरी ही लीला दिखे।
तेरी बातों के सिवा कोई बात न हो,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

तेरे भजन के सिवा कोई संगीत न हो।
तेरे नाम के सिवा कोई शब्द न हो,
तेरे गुणगान के सिवा कोई संख्याएं न हों।
तेरे स्पर्श के सिवा कुछ और न छुए,
तेरी भक्ति के सिवा कोई इच्छा न उठे।
तेरी महक के सिवा कोई और गंध न हो।
ऐसी कृपा कर दे—तेरे सिवा कुछ और याद ही न रहे।
मुझे वह राह दिखा दे, जो तेरे घर — सचखंड धाम — की ओर जाती है।
ऐसी मुक्ति दे, कि फिर कभी कर्मबंधन में न पड़ूं।
हे स्वामी! अगली बार जब आऊं,
तो बस सेवा के लिए आऊं, जनकल्याण के भाव से।
मेरी अंतिम सांसों के शब्द हों – तेरा शुकराना।
अंतिम पलकों की झपक में हो – तेरा स्मरण।
अंतिम शब्द जुबान पर हों – तेरा नाम।

श्री चरणों में
संगीता, जलगाँव
महाराष्ट्र

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 5

ॐ श्री परमहंसाय नमः

हे मेरे सतगुरू भगवान, मेरे श्री गुरुजी महाराज,

आप सदा मेरे हृदय में वास करें।

मुझे इतना सामर्थ्य दीजिए प्रभु,

कि मैं दूसरों के हृदय में भी आपके प्रति प्रेम जगा सकूं।

जैसे आपने मुझ पर कृपा कर सत्य का बोध कराया,

वैसी कृपा मुझे दीजिए कि मैं भी औरों को सत्य की राह पर चला सकूं।

इस व्यस्त जीवन में भी,

आपके पावन नाम का दो घंटे का अमृत-जाम

स्नेह से पी सकूं, पिला सकूं।

मैं नादान हूं, मेरे प्रभु।

इस संसार में हर कदम पर भटकाव है।

हे मेरे गुरु महाराज!

मेरा हाथ इस तरह थाम लीजिए

कि कभी भी छूट न पाए।

आपका सुंदर, शांत चेहरा

सदा मेरे मन में विराजमान रहे,

हर क्षण, हर सांस में।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

अगर मेरे प्रेम, मेरी भक्ति से
आपको तनिक भी सुख मिलता है,
तो मुझे यह बोध कराइए—
कि आप मुझसे प्रसन्न हैं।
आपके होने का, आपकी निकटता का
एक मधुर सा अनुभव करा दीजिए।
मानता हूं, मुझसे हजारों भूलें हुई होंगी,
पर अब मैं आपकी शरण में हूं।
हर पल मेरा मार्गदर्शन कीजिए, प्रभु।
मुझसे जो करवाना है, करवा लीजिए।
मुझे अपना उपकरण बना लीजिए।
हे मेरे सतगुरू भगवान,
मेरा जीवन सफल कर दीजिए।
बस यही मेरी प्रार्थना है—
आप सदा मेरे साथ रहें।

श्री चरणों में
नीतू शर्मा,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 6

ॐ श्री परमहंसाय नमः

हे मेरे परमहंस सतगुरु देव!

कृपा करें, हमारे हृदय में सदा निवास करें।
मैं आपको कभी भूल न जाऊं,
हर क्षण, हर पल आपके पावन नाम का गुणगान करती रहूं —
ऐसी अनुकंपा हम पर कर दीजिए।
इस संसार रूपी भवसागर में डूबते-उतराते हुए
हम आपकी शरण में आए हैं।
भटकते-भटकते युग बीत गए।
हे मेरे दयालु परमहंस भगवान,
अब हम पर दया कीजिए।
सुना है आपने असंख्य दीनों का उद्धार किया है।
मैं जैसी भी हूं, आपकी संतान हूं,
आपकी शरण में आ गई हूं।
गुरुनाम का स्पर्श पारस की तरह है —
जो लोहा भी छूते ही सोना बना देता है।
मेरी अनगिनत जान-बूझकर और अनजाने में हुई भूलों को क्षमा करें,
और मुझे अपने चरणों की पवित्र शरण प्रदान करें।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

"ऐसो को उदार जग माही,
बिनु सेवा जो द्रवै दीन पर —
संत सरिस कोऊ नाही।"

हे मेरे परम करुणामय सतगुरु भगवान,
अपनी महान उदारता का परिचय दीजिए।
हमें अपने चरणों से लगाइए और
हमारे जीवन को कृतार्थ कीजिए।
आपके दिए हुए पावन नाम में ही संपूर्ण दिव्यता समाई है।
हे मेरे परवरदिगार, उसी नाम का जप कर
एक डाकू अंगुलीमाल महर्षि वाल्मीकि बन गया।
हमें भी ऐसी शक्ति, ऐसा साहस और
ऐसी लगन प्रदान करें कि
आपके पावन नाम का जप, ध्यान और सिमरन करते हुए
हम भी आत्मकल्याण की दिशा में अग्रसर हो सकें।

श्री चरणों में
प्रेम कुमारी,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 7

ॐ श्री परमहंसाय नमः

हे घट-घट वासी, मेरे परमहंस सतगुरुदेव!

आपके श्रीचरणों में मेरा प्रेमपूर्वक साष्टांग दंडवत प्रणाम।

हे प्रभु! आप समस्त जीवों के अंतःकरण में साक्षी रूप से विराजमान हैं,

कण-कण में आपकी ही दिव्य ज्योति व्याप्त है।

आपकी करुणा से ही अनंत ब्रह्मांडों का संचालन होता है।

मेरी प्रार्थना है—आपका प्रेममय स्वरूप मेरे अंतःकरण में बस जाए।

आपका मधुर नाम *"ॐ श्री परमहंसाय नमः"*

मेरे रोम-रोम में गूंजे,

दिन-रात, आठों प्रहर, मेरे अंतर में केवल आपका ही ध्यान चलता रहे।

हे मेरे परमहंस नाथ!

मुझ तुच्छ कण में भी आपने अपनी दृष्टि डाली,

मुझे संवार रहे हैं, निखार रहे हैं।

जबसे आपने जीवन में प्रवेश किया,

हर दिन मैं भीतर से उज्जवल और कोमल होती जा रही हूं।

अब हृदय में दया का संचार हो रहा है, सेवा की भावना जाग

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

उठी है,
और प्रेम की याचना मिटकर देने की आकांक्षा बन गई है।
आपका प्रेम इतना विशाल, इतना गहरा है
कि मुझ जैसी अनगिनत बूंदें उसमें पूरी तरह संतुष्ट हो जाती हैं।

हे गुरुनाथ!

आप मेरे भीतर सूर्यवत् प्रकट हो जाइए,
जैसे सूर्य उदय होकर अंधकार मिटाता है,
वैसे ही मेरे भीतर से अवगुणों का तिमिर हटाकर
सद्गुणों का प्रकाश फैलाइए।
मेरे भीतर निष्काम प्रेम जाग्रत हो,
हर कार्य में आपकी स्मृति बनी रहे।
जीवन के प्रत्येक कर्तव्य को,
आपके प्रति सेवा भाव से ही निभाने का भाव दें।

हे मेरे परमहंस गुरुदेव!

यह तन-मन, आपकी कृपा से मिला है,
इन्हें आपके श्रीचरणों में समर्पित करती हूं।
यदि इनसे कभी कोई भूल हुई हो, तो
विनम्रता से क्षमायाचना करती हूं—मुझे क्षमादान दीजिए।
अब मेरा हर संकल्प, हर विचार,
आपके स्मरण से आरंभ हो,
और आपके ही पावन लक्ष्य की ओर अग्रसर हो।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

हे मेरे परम प्रिय प्रभु!

आपकी शरण मेरी एकमात्र शरण है।
दीक्षा के क्षण से ही जीवन का प्रत्येक संबंध
आपसे जुड़ गया है।
अब आपके सिवा न मुझे कोई ओर चाहिए,
न कोई और दिशा।
जबसे आपके दर्शन हुए हैं,
हर स्थान, हर परिस्थिति में केवल आपकी लगन लगी है।
जहां भी जाती हूं, भीतर आप ही बसते हैं।

हे मेरे सतगुरु जी!

मेरी अंतिम श्वास तक आपका नाम मेरे होंठों पर रहे,
आपकी स्मृति मेरे हृदय में रहे,
और मेरा अंत आपके चरणों में हो।
बस यही मेरी कामना है—
कि मैं आपकी चरणधूलि बनकर
आपकी सेवा में सदा लीन रहूं।
संसार के कोई भी भ्रम, आकर्षण, या मोह
मुझे आपसे विचलित न कर सकें।
हर रिश्ते में, हर कार्य में,
सिर्फ आपको देखकर ही मैं सब कुछ निभाऊं—
ऐसे मेरे भाव बना दीजिए।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

जब जीवन का अंतिम क्षण आए,
तो मेरी साँसों में सिर्फ आपका नाम हो,
मेरे हृदय में सिर्फ आपकी छवि हो,
और मेरी आत्मा आपके प्रेम में विलीन हो जाए।

श्री चरणों में
वंशिका राव,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 8

ॐ श्री परमहंसाय नमः

॥ ॐ श्री परमहंसाय नमः ॥

मेरे सदगुरु श्री परमहंस महाराज जी के श्रीचरणों में
साष्टांग प्रेमपूर्वक दंडवत प्रणाम।
आपने अपने पावन मुखारविंद से
हमें अमूल्य **नाम दीक्षा** प्रदान कर
हम जैसे अबोध, नासमझ जीवों को
पावन और दिव्य बना दिया है।
नाम और सदगुरु—ये दोनों अभिन्न हैं।
सदगुरु स्वयं नामानंद में लीन रहते हैं
और हमारे हृदय में उसी आनंद की गूंज भरते हैं।
नाम का आनंद गुंजाने वाले—नामानंद हैं मेरे परमहंस महाराज!

ॐ श्री परमहंसाय नमः

मेरे गुरुदेव में संपूर्ण वेद समाए हैं।
वो वेदों के सार, शास्त्रों के तत्व,
पुराणों के गूढ़ रहस्य,
गणित, विज्ञान, संगीत, नृत्य और
चौसठ कलाओं के आदि स्रोत हैं।
सकल वेदों के ज्ञाता—वेदानंद हैं मेरे परमहंस महाराज!

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

मेरे गुरुदेव ब्रह्मांड की
प्रत्येक सूक्ष्म से अतिसूक्ष्म गति के साक्षी हैं।
उनकी आज्ञा के बिना
एक पत्ता भी नहीं हिलता।
अनंत कोटि ब्रह्मांड के स्वामी—ब्रह्मानंद हैं मेरे परमहंस महाराज!

मेरे सदगुरु का प्रेम
इस सृष्टि के कण-कण में व्याप्त है।
जो उन्हें देखता है,
वो उनके प्रेम में डूब जाता है।
प्रेम के अथाह सागर—प्रेमानंद हैं मेरे परमहंस महाराज!

मेरे गुरुदेव शिवस्वरूप हैं।
उनकी जटाओं से भक्ति की
गंगाजलधारा बहती है।
वे शिवानंद हैं—
जो प्रेम और भक्ति का
अमृत निरंतर बरसाते हैं।
वे राम हैं, कृष्ण हैं, नारायण हैं।
वही पद्मनाभ हैं, वही आनंदस्वरूप।
उनके रोम-रोम में करुणा है,
संपूर्ण ब्रह्मांड में वही रस बरसाते हैं।
रामानंद हैं मेरे परमहंस महाराज!

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

इस ब्रह्मांड में
मेरे सदगुरु जैसा प्रेम करने वाला कोई नहीं।
मेरी तो सौभाग्य की पराकाष्ठा है
कि मुझे ऐसा सदगुरु मिला।
दीनों पर दया करने वाले—दीनदयाल हैं मेरे परमहंस महाराज!
हे मेरे प्रेममय सदगुरु!
मैं आपसे प्रार्थना करती हूं—
पिछले जन्मों से लेकर अब तक
मुझसे जो भी अपराध हुए हों,
आप तो सबके साक्षी हैं।
मुझे क्षमा कर दीजिए।
मुझे सद्‌बुद्धि का वरदान दीजिए
कि मैं फिर कोई गलती न दोहराऊं।
मुझे प्रेम और भक्ति का अमृत दीजिए—
ताकि मेरा अंतःकरण
आपके नाम में ही लीन रहे।
हे मेरे श्री सदगुरु जी!
अनंत काल तक
मैं आपके श्रीचरणों की सेवा करती रहूं,
आपकी दासी बनकर जीवन धन्य करूं।
कृपा कर मुझे अपने चरणों से

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

कभी दूर मत कीजिए।
इस नादान सेविका को
अपने पावन चरणों में स्थान दीजिए।
कृपा करें—कृपा करें—कृपा करें।
॥ ॐ श्री परमहंसाय नमः ॥

श्री चरणों में
रानू चौधरी,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 9

ॐ श्री परमहंसाय नमः

आपने अपने पावन मुखारविंद से
हमें दिव्य *नाम दीक्षा* प्रदान की है —
जिससे हम जैसे अबोध, नासमझ जीव भी
पावन हो उठे।
नाम और सदगुरु एक ही तत्त्व हैं।
सदगुरु स्वयं नाम-आनंद में मग्न रहते हैं
और उसी दिव्य आनंद की ध्वनि
हमारे हृदय में प्रतिध्वनित कर रहे हैं।
नाम का यह मधुर गान कराने वाले — *नामानंद* हैं मेरे श्री परमहंस महाराज!
हे गुरुदेव!
आपमें ही संपूर्ण वेद समाहित हैं।
आप वेदों के सारस्वरूप हैं,
आप ही शास्त्रों, पुराणों, गणित, विज्ञान, संगीत,
नृत्य और समस्त 64 कलाओं के मूल स्त्रोत हैं।
वेदों के परम ज्ञाता — *वेदानंद* हैं मेरे श्री परमहंस महाराज!

आप समस्त ब्रह्मांड की
प्रत्येक सूक्ष्म से सूक्ष्म गति के साक्षी हैं।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

आपकी अनुमति के बिना
एक पत्ता भी नहीं हिलता।
अनंत कोटि ब्रह्मांड के स्वामी — *ब्रह्मानंद* हैं मेरे श्री परमहंस महाराज!

हे मेरे प्रेमस्वरूप सदगुरु!
आपका प्रेम संपूर्ण सृष्टि में ऐसा व्याप्त है
कि आपके दर्शन मात्र से
हर जीव प्रेम में विभोर हो जाता है।
प्रेम के अनंत सागर — *प्रेमानंद* हैं मेरे श्री परमहंस महाराज!

आप शिवस्वरूप हैं।
आपकी जटाओं से भक्ति की गंगाधारा प्रवाहित होती है।
भक्ति और आनंद की वर्षा करने वाले — *शिवानंद* हैं मेरे श्री परमहंस महाराज!

आप राम हैं, आप ही कृष्ण, आप ही नारायण हैं।
आपका स्वरूप रोम-रोम में रमण करता है।
आप ही करुणा और आनंद के सम्राट हैं।
करुणामय नारायण — *रामानंद* हैं मेरे श्री परमहंस महाराज!

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

संपूर्ण ब्रह्मांड में
आप जैसा प्रेम करने वाला कोई दूसरा नहीं।
मुझे बड़े पुण्यों से आपको पाने का सौभाग्य मिला।
दीनों पर कृपा बरसाने वाले — *दीनदयाल* हैं मेरे श्री परमहंस महाराज!
हे मेरे सदगुरुदेव!
मैं जानती हूं कि मेरे असंख्य जन्मों में
अनजाने-अनजाने अपराध हुए हैं,
आप उनके साक्षी भी हैं।
कृपया मुझे क्षमा करें,
और ऐसी सद्‌बुद्धि दें कि
अब मैं उन्हीं भूलों को न दोहराऊं।
आपसे प्रार्थना है —
मुझे प्रेम का, भक्ति का, सेवा का दान दें।
मेरे जीवन का प्रत्येक क्षण
आपकी सेवा में समर्पित हो जाए।
मैं आपकी दासी हूं — मुझे अपने चरणों से दूर न करें।
इस तुच्छ सेविका को
अपने श्रीचरणों में स्थान दें,
मुझ पर कृपा करें।
ॐ श्री परमहंसाय नमः!!

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

श्री चरणों
में

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 10

ॐ श्री परमहंसाय नमः

मेरे सदगुरु श्री परमहंस स्वामी महाराज जी की जय।

मैं अपने पूज्य गुरुदेव के श्रीचरणों में प्रेमपूर्वक साष्टांग दंडवत प्रणाम करता हूं। उनकी महिमा का बखान करने के लिए मेरे पास पर्याप्त शब्द नहीं, किंतु उन्हीं की कृपा से मैं प्रयास कर रहा हूं, कि इस अल्प बुद्धि से भी उनकी महिमा का गान कर सकूं।

मेरे परमहंस गुरुदेव अनंत कोटि ब्रह्मांड के स्वामी हैं। उनसे बढ़कर न कोई था, न होगा। ब्रह्मांड की कोई भी अतिसूक्ष्म वस्तु उनकी दृष्टि से ओझल नहीं। हर क्षण, हर कण, हर गति की वे स्वयं साक्षी हैं। उनकी आज्ञा के बिना एक सूखा पत्ता भी नहीं हिल सकता। यह सम्पूर्ण सृष्टि — उनका ही विस्तार है। अनंत कोटि ब्रह्मांड में केवल मेरे सदगुरु ही व्याप्त हैं। **ऐसे विश्वनियंता, सर्वज्ञ, सर्वव्यापक मेरे परमहंस महाराज हैं।**

मेरे गुरुदेव समस्त जगत के उद्धारक हैं। उन्होंने न केवल मेरा उद्धार किया, अपितु अनगिनत जीवों को अज्ञान, मोह और कर्मबंधन से मुक्त किया है। वे सबके लिए समभाव रखते हैं, किसी में भेद नहीं करते। हर जीव के भूत, वर्तमान और भविष्य को वे भलीभांति जानते हैं। उनके शरणागत जीव का वे कभी

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

साथ नहीं छोड़ते। **ऐसे उद्धारक, कृपालु, आश्रयदाता मेरे श्री परमहंस महाराज हैं।**

त्रिगुणात्मक शक्तियों के अवतार — ब्रह्मा, विष्णु और महेश, जिनका सम्मिलित स्वरूप दत्तात्रेय हैं, वे स्वयं मेरे श्री गुरुदेव हैं।

ब्रह्मा बनकर वे सृजन कर रहे हैं,
विष्णु बनकर पालन कर रहे हैं,
शिव बनकर संहार कर रहे हैं।
राम बनकर रोम-रोम में रम रहे हैं,
लक्ष्मी बनकर समृद्धि की वर्षा कर रहे हैं,
सरस्वती बनकर ज्ञान का संचार कर रहे हैं,
दुर्गा बनकर दुष्टों का संहार कर रहे हैं।

हर युग में अवतार लेकर वे ही सद्गुरु रूप में प्रकट होकर आत्माओं का कल्याण कर रहे हैं।

हनुमान रूप में वे हमें एकनिष्ठ भक्ति सिखा रहे हैं,
और हमारे भीतर उस वीरता को जगा रहे हैं जिससे हम असुर शक्तियों से स्वयं की रक्षा कर सकें।
वे शिव-शक्ति का अद्वितीय स्वरूप हैं —
अर्धनारीश्वर रूप में संतुलन का पाठ पढ़ा रहे हैं।
तांडव और लय का अनुपम मिलन हैं वे।

सद्गुणों के अनंत भंडार हैं मेरे श्री परमहंस महाराज।

मैं हंसात्मा हूं और मेरे गुरुदेव परमहंस परमात्मा हैं। मैं उन्हीं का अंश हूं। वे निरंतर स्मरण कराते हैं — *"तू और मैं दो नहीं,*

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

एक हैं।"

द्वैत की दीवार गिराकर अद्वैत का आलोक फैलाने वाले हैं मेरे श्री परमहंस महाराज।

प्रेममय, दयामय, सत्यस्वरूप, ज्ञानस्वरूप मेरे गुरुदेव पर क्यों न बलिहारी जाऊं?

आज, मेरा जीवन, मेरे कर्म, मेरे सारे कर्तव्य — सभी आपके श्रीचरणों में समर्पित हैं।

आप ही मेरा लक्ष्य हैं, आप ही मेरा साधन।

।। बोलो जयकारा बोल — मेरे श्री गुरु महाराज की जय।।

।। श्री परमहंस स्वामी महाराज जी की जय ।।

श्री चरणों में

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 11

ॐ श्री परमहंसाय नमः

मैं अपने परमहंस सदगुरु के श्रीचरणों में भावपूर्ण हृदय से प्रार्थना करती हूं —

हे सदगुरुनाथ! मुझे आपके चरणों के योग्य बना दीजिए।

मैं सदा-सर्वदा आपकी दासी बनकर रहना चाहती हूं। कृपा करें गुरुदेव, ऐसा भाव दें कि मुझे जहां-तहां, हर स्थान पर आप ही दिखाई दें। संसार की कोई भी वस्तु मुझे भाए नहीं — मेरा हृदय केवल आपके प्रेम में डूबा रहे। मैं जहां भी जाऊं — गांव, गली, नगर — भीतर आपका ही अनुभव, आपकी ही याद बनी रहे।

हे सदगुरु! मैं आपके प्रेम में पागल होना चाहती हूं।

आप शायद मुझे स्वार्थी कहें, लेकिन मेरी विनती है कि आप मुझे अपनी लाडली बना लें।

जानती हूं — आपसे प्रेम करनेवाले असंख्य भक्त हैं,
परंतु मेरा हृदय यही चाहता है कि उन सबमें मेरी भक्ति, मेरी प्रेमभावना आपको सबसे प्रिय लगे।

आप तो सबके हैं, पर मेरा मन नादान होकर कहता है —

आप सिर्फ मेरे हैं, मेरे अपने, मेरे जीवनाधार।

हे परमहंस महाराज जी!

एक दिन मैंने किसी सज्जन से एक अद्भुत, प्रेममयी कथा सुनी

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

—

कथा श्रीकृष्ण और एक गोपी की।
जब श्रीकृष्ण एक गांव में आए,
एक गोपी को उनके आगमन का समाचार मिला।
प्रेम से पगी उस आत्मा में दर्शन की तीव्र तड़प उठी —
वह दौड़ पड़ी प्रभु से मिलने,
परंतु उसके पति ने उसे रोक लिया।
उसने विनती की, चरणों में गिर पड़ी —
पर पति ने एक खंभे से उसे बांध दिया।
तब उस गोपी ने कहा —
"भले ही तुम इस शरीर के पति हो,
पर मेरी आत्मा का पति तो श्रीकृष्ण हैं!"
यह कहकर, वह श्रीकृष्ण की याद में प्राण त्याग देती है।
हे मेरे परमहंस गुरुदेव!
ऐसे ही भाव मुझे भी प्राप्त हों —
ऐसा प्रेम, वैसी तड़प, वैसी एकनिष्ठ भक्ति।
मेरा हृदय आपके प्रेम से छलक उठे,
मेरा चित्त निरंतर आपका स्मरण करे,
आपका रूप मेरे अंतर्मन में रच-बस जाए।
मैं हर रिश्ते को केवल एक *कर्तव्य* की दृष्टि से निभाऊं,
पर उनमें कभी भी *मोह* न पनपे —

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

मुझे केवल आपके चरणों का मोह हो,
आपका नाम, आपकी भक्ति ही मेरी कामना हो।
हर सुबह, हर रात, आठों प्रहर —
आपका नाम मेरी आत्मा में गूंजता रहे।
हंसते हुए, गाते हुए, रोते हुए —
हर क्षण आप ही की याद बनी रहे।
संसार के सारे कर्तव्य निभाते हुए
भीतर बस आपका ही ध्यान, आपका ही सुमिरन चलता रहे।
हे नाथ! मेरे अंतर्मन के स्वामी!
आप मेरे मनमंदिर में सदा के लिए विराजमान हो जाएं।
आपके लिए मेरे दिल में ऐसा प्रेम भर दीजिए
कि पल-पल मेरा रोम-रोम आपकी याद में तड़पता रहे।
जब जीवन का अंतिम क्षण आए,
तो आप स्वयं मेरी बाँह पकड़ लें,
और मेरी अंतिम श्वास में
"**ॐ श्री परमहंसाय नमः**"
का पावन नाम चल रहा हो —
ऐसी कृपा कीजिए नाथ।
हे मेरे नाथ, मेरे स्वामी!
मैं थक चुकी हूं —
अब मेरी पुकार सुन लीजिए,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

और इस नादान दासी को
अपने श्रीचरणों में स्थान दीजिए।

।। बोलो जयकारा बोल — मेरे श्री परमहंस महाराज की जय।।

श्री चरणों में
आराधना तिवारी,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 12

ॐ श्री परमहंसाय नमः

मेरे सदगुरु श्री परमहंस स्वामी महाराज जी की **सदा जय हो**।

मैं **अपने सदगुरु** के **चरणों में प्रेम सहित साष्टांग दंडवत प्रणाम** करती हूं।

सदगुरु, आपके समान अनंत ब्रह्मांड में अन्य कोई नहीं है।

आपकी महिमा तथा कीर्ति अमर है, अविनाशी है।

हमारी सारी मनोकामनाओं और आशाओं की पूर्ति करनेवाले केवल **आप ही हो**।

मैं **आपसे जो भी कामना पूर्ण करने की उम्मीद रखती हूं,** अगर **आपको उचित लगे तो ही मेरी कामना आप पूरी करना**।

मेरी मनोकामनाएं, मेरी सारी इच्छाएं, आशाएं केवल आपके श्री चरणों से ही जुड़ जाएं, ऐसे **मेरे भाव बनाओ नाथ**!

संसार के रिश्तों से मैं प्रेम की उम्मीद क्यों करूं?

अगर मुझे **सच्चा प्रेम पाना ही है,** तो वो प्रेम **मैं सिर्फ आपसे ही प्राप्त कर सकती हूं**।

मैं केवल **आपसे ही प्रेम की आशा रखती हूं**।

मुझे अपने प्रेम के काबिल बनाईए स्वामी।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

मुझे आपके श्री चरणों के योग्य बनाइए।
मेरी सेवा स्वीकार कर लीजिए स्वामी।
ओ मेरे परमहंस स्वामी!
समस्त विश्व में आपके जैसा सर्वांगीण सुंदर कोई नहीं है, और ना कोई हो सकता है।
आपका तन भी सुंदर है, मन भी सुंदर है।
आप परम पावन सौंदर्य की मूरत हो।
आपके जैसे सुंदर गुण किसी में नहीं हैं।
आप हीन, दीन, शूद्र और लाचार जीवों के प्रति अत्यंत करुणा और प्रेम का भाव रखते हो।
हम जैसे जीवों के अनंत अपराध क्षमा करके हमें सुधारने का मौका देते हो।
स्वामी, आप अपने सुंदर, दैदीप्यमान मुख से पवित्र वचन सुनाकर हमारे भीतर के अवगुणों को दूर कर, हमें आपके समान सुंदर बना रहे हो।
आप शुभंकर हो।
आपका दर्शन अत्यंत शुभ और मंगलमय है।
आपके दर्शन मात्र से हमारे अनंत जन्मों के पाप नष्ट होकर हमारे भीतर सद्बुद्धि जागृत होने लगती है।
आपके श्री चरणों में माथा टिकाकर दर्शन करने से माथे पर लिखे हुए दुर्भाग्य सौभाग्य में बदल जाते हैं।
आपको छूकर जो हवा वातावरण में फैलती है, वह

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

वातावरण अत्यंत मंगलमय और प्रसन्न बन जाता है।
आपके दर्शन से और "ॐ श्री परमहंसाय नमः" का उच्चारण करने से सभी तरह की नकारात्मकता दूर होती है।
स्वामी, मुझे आपके चरणों में माथा लगाकर दर्शन करने दीजिए ना!
जैसी भी हूं, आपकी ही सेविका हूं।
स्वामी, मेरी चूक-भूल माफ करना और मेरी सेवा स्वीकार कर लेना।
मेरे स्वामी! मेरे नाथ! आपने ही मुझे संवारा है, निखारा है।
मेरे व्यक्तित्व का निर्माण आपने ही किया है।
मैं आज जो कुछ भी हूं, जैसी भी हूं, केवल आपके कारण ही हूं।
स्वामी, जब आप अपने सुंदर मुख से मधुर अमृत वचन सुनाते हो, तब ऐसा प्रतीत होता है जैसे गुलाब पुष्प, सोनचंपा और मोगरे के फूलों की सुगंध चारों दिशाओं में फैल रही हो।
आपकी परम पावन अमृत वाणी से हमारे भीतर की बुराइयों का अंधेरा मिटाकर, सद्गुणों का उजाला फैलने लगता है।
हे नाथ, मैं आपके चरणों में प्रार्थना करती हूं कि मेरी वाणी भी आपकी जैसी मधुर बन जाए।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

मेरी वाणी में यदि कोई कटुता है, तो वह दूर कीजिए।
मुझे आपके चरणों का सेवक बनाइए स्वामी।
मेरी सेवा स्वीकार कर लेना स्वामी।
मेरे स्वामी!
आपकी आंखों में गहरे राज हैं।
आपकी आंखें अनंत ब्रह्मांड में जो अनंत पसारा व्याप्त है, उन सब पर दृष्टि रखती हैं।
अनंत पृथ्वी, अनंत सूर्य, अनंत चंद्रमा, अनंत तारामंडल, अनंत कोटी ब्रह्मा, विष्णु, महेश और अनेक सूक्ष्म जीवों पर भी आपकी दृष्टि रहती है।
आपकी दृष्टि से कोई चीज छुप नहीं सकती।
आपकी आंखें शुद्ध गहरे प्रेम को दर्शाती हैं।
उन आंखों में करुणा और दया का अनंत सागर फैला हुआ है।
आपकी पावन निर्मल आंखों के दर्शन से मेरी आंखें भी निर्मल बन जाती हैं।
हे स्वामी!
मैं आपके चरणों में प्रार्थना कर रही हूं कि आपके प्रेम, करुणा और दया का कुछ अंश मेरे भीतर उजागर होने दीजिए।
मेरे भीतर की दुष्टता समाप्त होकर मेरी आंखें भी आपके

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

जैसी निर्मल और प्रेममयी बन जाएं, ऐसा **आशीर्वाद प्रदान कीजिए स्वामी**।
ओ नाथ! मुझे आपके योग्य बनाइए और आपके श्री चरणों में स्थान दीजिए।
मुझे आपके चरणों के लायक बनाइए और मेरी सेवा स्वीकार कर लीजिए स्वामी।
।।ॐ श्री परमहंसाय नमः।।

श्री चरणों में
अनीता खरबंदा,

पाती प्रेम भरी – 13

ॐ श्री परमहंसाय नमः
हे मेरे हृदयेश्वर, मेरे **अंतर्यामी दातार**, मेरे **परमहंस प्रभु**!
आपके चरणों में मेरा प्रेमसहित नमस्कार है।
प्रभु, आप **अंतर्यामी** हैं, **हर हृदय की थाह जानते हैं**।
मुझे ज्ञात है कि आप मेरे **अंतर में ही विराजमान** हैं, लेकिन मैं ही **अज्ञानी** हूं, जो आपको **अनुभव नहीं कर पा रही** हूं।
और यह **अज्ञानता का पर्दा** मेरी ही **गलतियों** के कारण पड़ा है।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

आपके द्वारा बताए गए **पाँच नियमों** —
आरती-पूजा, **सेवा**, **सत्संग**, **सुमिरन**, और **ध्यान** — का मैंने
शायद **पूर्ण श्रद्धा से पालन नहीं किया**,
या आपके द्वारा **दिया गया नाम** श्रद्धापूर्वक नहीं जपा।
इसीलिए मैं **आपको अपने भीतर नहीं देख पा रही** हूं।
हे गुरुदेव, मेरी प्रार्थना है कि
मैं इन **पाँच नियमों** का **प्रेम और निष्ठा से पालन कर सकूं**,
ऐसी **शक्ति** प्रदान कीजिए।
प्रभुजी, **जाने-अनजाने में** मुझसे इस जीवन में या पिछले
अनेकों जन्मों में **अनंत गलतियां** हुई होंगी,
और **आप मेरे हर कर्म, हर भावना के साक्षी** हैं।
मुझे **अपने अपराधों का बोध** करा दीजिए प्रभु,
ताकि मैं **बार-बार उन्हें न दोहराऊं**।
मेरे **अंतःकरण का अंधकार** मिटाकर,
मुझे **सच्चाई और प्रेम के पथ पर चलाइए**।
हे गुरुदेव, जब मुझे मेरी पुरानी **गलतियां याद आती हैं**,
तो **रोना आता है**, **पछतावा होता है**,
मन में टीस उठती है कि **ऐसा क्यों किया मैंने**?
यदि **मेरे कारण किसी को** —
मनुष्य, पशु, पक्षी या सूक्ष्म जीव —
दुख पहुंचा हो, कष्ट दिया हो,
तो **मुझे उसका दंड अवश्य दीजिए**,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

ताकि मैं जान सकूं कि **दूसरे की पीड़ा क्या होती है**,
और **उस पीड़ा को कभी और न दोहराऊं**।
लेकिन साथ ही, मुझे दीजिए
सद्बुद्धि, **प्रेम**, और **सेवाभाव**,
ताकि मैं **अपने स्वभाव को परिवर्तित** कर सकूं।
हे प्रभु, आपकी **असीम कृपा** है कि आपने
मुझ जैसे अपराधी जीव को अपनी शरण में लिया।
आप ही माता हैं, **आप ही पिता**,
और जैसे एक माँ **अपनी संतान को सुधारने के लिए**
कभी प्रेम से समझाती है, कभी डाँटती है,
वैसे ही, **आप भी मुझे थप्पड़ लगाइए यदि मैं न सुधरूं**,
लेकिन **कृपा करिए कि मैं आपको भूलूं नहीं**,
और **आप मुझे कभी न भूलें**।
मेरे भाव, मेरी सेवा, मेरा जीवन —
सब कुछ आपके श्रीचरणों से जुड़ा रहे।
"मैं अपराधी जीव हूं, नखशिख भरा विकार,
अपनी दया से सदगुरु, कीजे भव से पार।"

श्री चरणों में
अर्पिता,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 14

ॐ श्री परमहंसाय नमः

मेरे परमहंस प्रभु जी को समर्पित

हे मेरे प्रेममई दातार! हे मेरे परमहंस प्रभु!

आप **अनंत प्रेम के सागर** हो।

प्रेम क्या है? कैसा होता है? इसकी परिभाषा क्या है —
यह सब मैं नहीं जानती।

प्रेम को **अभिव्यक्त** कैसे करें, यह भी मुझे ज्ञात नहीं।

पर जबसे **आपकी सुंदर मूरत** देखी है,
मन कहता है — **आप ही मेरी प्रेम की भाषा** हो।

आपके प्रति जो भाव उठते हैं,
वो मैं इस *पावन पाती* में समर्पित कर रही हूं।

हे मेरे प्रभुजी,

आपसे जुड़े **भक्तगण** आपसे **बेपनाह प्रेम** करते हैं।

इतने चाहनेवालों के बीच,
क्या कभी आप मेरी ओर भी *नज़र-ए-करम* करेंगे?

मन कहता है — **आप सिर्फ मेरे हो**, और **मैं सिर्फ आपकी**।

लेकिन सच तो यह है कि **आप सबके हैं**।

आप रोम-रोम में बसनेवाले परमात्मा हो।

जो भी आपसे **निरपेक्ष प्रेम** करता है,
आप उस पर **अपना संपूर्ण प्रेम लुटा** देते हो।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

हे मेरे परमहंस नाथ!
मैं **आपसे ही निकली हुई एक बूंद** हूं,
पर आज भी यह गूढ़ भेद समझ नहीं पा रही हूं।
आपका **अंश होते हुए भी**,
मैं **आपसे बिछड़ी हुई** सी हूं।
न जाने कितने युग बीत गए,
मैं **आपके प्रेम-द्वार से दूर** हो गई।
चौरासी के इस फेर में फँसकर
संसार के मोहपाश में उलझती चली गई।
हे प्रभु, **आपके सिवा कौन है** जो इस भवबंधन से छुड़ाए?
हे मेरे हृदयेश्वर!
अब **बहुत भटक लिया** — अब और नहीं।
अब मैं **आपमें समा जाना चाहती हूं**।
मैं एक सूक्ष्म बूंद हूं —
जो **आपके प्रेमसागर में विलीन** हो जाना चाहती हूं।
एकरूप हो जाना चाहती हूं, प्रभु।
दया करो! कृपा करो!
अब मैं **सदा के लिए आपकी बनना चाहती हूं**।
हर जन्म में आपके चरणों की सेवा करना चाहती हूं।
मैं जानती हूं —
मैं **आपके चरणों की धूल** के समान भी नहीं हूं।
ना कोई **हैसियत**, ना कोई **रुतबा**।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

फिर भी आज,
मैं **प्रेमभरी विनती** आपके श्री चरणों में रख रही हूं —
"नहीं शक्ति, नहीं सामर्थ्य, मतिहीन मैं पुरुषोत्तमा।
निज शरण लीजे, भक्ति दीजे, दोष-त्रुटि करो क्षमा।"
हे मेरे परमप्रिय गुरुदेव!
मेरा कोई सामर्थ्य नहीं, मैं **अज्ञानी** हूं,
अवगुणों से भरी हूं।
मेरी सारी **त्रुटियों को क्षमा कर**,
मुझे सद्‌बुद्धि का दान दीजिए।
अपने श्रीचरणों में स्थान दीजिए।
मैं अपना सारा जीवन **आपकी सेवा में समर्पित** करना चाहती हूं।
प्रभु! मेरी यह प्रेमभरी पुकार सुन लीजिए।
दया कीजिए, कृपा कीजिए।
आपका अनंत शुक्राना, गुरुदेव।

श्री चरणों में
सीता यादव,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 15

ॐ श्री परमहंसाय नमः

तेरे चरणों में मेरी अरदास, दाता
हर पल बढ़ता रहे मेरा विश्वास, दाता...

हे मेरे पिता महाराज,
आपको अनंत **साष्टांग दंडवत प्रणाम**।
आपने **अनेक महान विभूतियों के रूप में**
हर जन्म में अवतरित होकर
हम जैसे अज्ञानियों के उद्धार हेतु
अनवरत प्रयास किए।
आपके **अनगिनत प्रयत्नों** का ही यह फल है
कि आज इस जन्म में हम **नामदान के काबिल** बने।
आपने हमें **नाम देकर**,
इंसान से भगवान की ओर बढ़ने की राह दिखाई।
नए जीवन की एक **प्रकाश-ज्योति** दी,
और उसके **महत्त्व का बोध** कराया।
भगवान, यदि आप मार्ग न दिखाते,
तो हम उसी अंधकार में भटकते रहते,
जहाँ आत्मा **प्यास और पीड़ा से जूझती** रहती।
जैसे साँप अपनी **पुरानी केंचुली छोड़कर**
नए जीवन की ओर बढ़ता है,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

वैसे ही आपने हमें एक **नया जीवन** दिया।
हमें **नए आयामों** की ओर अग्रसर किया।
धन्यवाद कहने को जो भी शब्द हैं,
वे **आपकी कृपा के सामने बहुत छोटे** हैं।
हे मेरे गुरु महाराज, हे मेरे स्वामी आई!
जो भी जीव **आपके लोककल्याण के यज्ञ में** सम्मिलित हैं,
जो **आपके द्वारा दिए गए कार्य में दक्ष** हैं,
जो **गुरुकृपा से प्रेरित होकर सेवा में तत्पर** हैं—
उन सब पर आपकी **अपार मेहर** बनी रहे।
उनकी हर **मनोकामना पूर्ण हो**,
आपके आशीर्वाद से वे **ऊँचाइयों तक पहुँचें**,
और सदा **गुरुकार्य में समर्पित** रहें।
हे गुरु महाराज,
यदि कभी रात्रि के समय प्राण निकलने हों,
तो दो मिनट पूर्व मुझे **नींद से जगा देना**,
और एक बार **"नामस्मरण" की याद दिला देना**,
ताकि अंतिम क्षण में भी केवल **आपका ही नाम** जपती रहूं।
आपके **प्रेमभरे हाथों को अपने सिर पर रखे हुए**,
आशीर्वाद का सपना देखकर
प्रसन्न होती,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

श्री चरणों में
प्रीति पांडे —

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 16

ॐ श्री परमहंसाय नमः
हे मेरे सतगुरु महाराज,
हे दीनदयाल,
हे चराचर जगत के स्वामी,
आपको पाना, आपकी कृपा की छाँव में जीवन बिताना
और हर क्षण आपकी स्मृति में स्वयं को खो देना—
यही मेरे लिए इस संसार का **सबसे बड़ा तीर्थ** है।
आपने सिखाया कि यह यात्रा **मेरे "मैं" के विसर्जन**
और **आपके लय में लीन होने** की यात्रा है।
जब से आपकी **कृपा-दृष्टि** मुझ पर पड़ी,
मेरे भटके जीवन को जैसे एक **प्रकाशमय मार्ग** मिल गया।
इस मार्ग पर टिके रहना भी तो **आपकी ही कृपा** है, गुरुदेव!
कभी **माया के जाल में उलझकर**,
तो कभी **अपने भीतर के विकारों से ग्रसित होकर**,
यदि किसी पल आपसे दूर हो भी जाऊं,
तो भी, **हे नाथ**, इस अज्ञानी को
अपने स्नेहिल छाँव से वंचित मत करना।
मैंने अपने **मस्तक पर आपको विराजमान** तो कर लिया है,
पर आपके चरणों में अर्पण करने योग्य कोई **दिव्य वस्तु**

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

अभी तक स्वयं में देख नहीं पाती।
इस नादान को तो बस **आपके प्रेम में रोना** ही आता है।
ये आँसू ही मेरे भाव हैं,
मन करता है कि इन्हीं आँसुओं से आपके **पावन चरण पखार दूं**,
पर रुक जाती हूं,
क्योंकि इतने जन्मों से संचित
मेरे **अंत:करण के विकारों** से
कैसे मैं **अपने गुरुदेव का सत्कार** कर सकती हूं?
पर यह भी तो सत्य है कि
पारस के स्पर्श से लोहा, लोहा नहीं रहता।
आपके द्वारा दिया गया मंत्र ही मेरा उद्धार है।
उसी के माध्यम से मैं **अपने हृदय को शुद्ध** करने का
हर संभव प्रयास कर रही हूं।
हे नाथ!
मेरा यह प्रयास सफल हो,
और एक दिन मैं गर्व से कह सकूं—
"मेरी प्रार्थना ने अब मुझे ही प्रार्थना बना दिया है।"
अब **जन्म-मरण का चक्र हो** या **बंधन-मुक्ति का द्वार**,
मुझे किसी बात की परवाह नहीं।
केवल यही प्रार्थना है—
जहां रहूं, जैसे भी रहूं, सदा आपकी करुणामयी दृष्टि की

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

छांव

मेरे जीवन पर बनी रहे।

आपके श्री चरणों में

अपना संपूर्ण अस्तित्व समर्पित करती,

श्री चरणों में

रूपा साह

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 17

ॐ श्री परमहंसाय नमः

हे मेरे गुरुजी...

आपकी करुणा से ही जीवन में उजियारा आया है।

आपके स्पर्श मात्र से मेरे भीतर एक **नवप्रभा** का उदय हुआ है।

मुझे अंधकार से प्रकाश की ओर ले चलिए मेरे प्रभु,

जहाँ अज्ञान का अंत हो,

और **ज्ञान की रौशनी से मन आलोकित** हो जाए।

हर जन्म में आपका साथ मिले मेरे प्रभु,

आपके चरणों की धूल ही मेरे जीवन का सबसे बड़ा वरदान हो।

मेरे रोम-रोम से आपका धन्यवाद गूंजे,

क्योंकि आपने मुझे अपना प्रेम दिया,

और आपकी शरण ने मेरे जीवन को सार्थक बना दिया।

भक्ति की यह पवित्र चाह सदा मेरे हृदय में बनी रहे।

हर **साँस में आपका नाम**,

हर **कर्म में आपकी भावना** समाहित रहे।

हे मेरे गुरुजी,

आप ही मेरे पथप्रदर्शक हो,

आप ही मेरे जीवन का सार हो।

मुझे सदा अपनी **भक्ति में अडिग** बनाए रखिए।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

श्री चरणों में
– गीतिका,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 18

ॐ श्री परमहंसाय नमः

एक दासी की प्रभु चरणों में प्रार्थना

हे मेरे सतगुरु, मेरे परमात्मा, मेरे हृदय सम्राट, मेरे प्रियतम प्यारे...

इस अधम, पापी जीव को जब आपने अपने श्रीचरणों में आश्रय दिया,

तो मेरे पास **धन्यवाद कहने के लिए शब्द भी तुच्छ लगने लगे**, प्यारे प्रभु...

जब घोर मायावी संसार के मोहबंधनों में फँसकर
मेरा हृदय जर्जर हो रहा था,
जब चारों ओर केवल अंधकार का साम्राज्य था—
और भय से भीतर घुटन-सी उठी थी—

तभी आप आए... करुणा की छाया बनकर...

और अपने प्रेममयी हाथ से मेरा सिर सहलाकर
मुझे अपने हृदय से लगा लिया।

हे करुणासागर सतगुरु,

जैसे ही आपने मुझे स्वीकारा,
वैसे ही सारे संसारिक कष्ट छट गए।
वो अंधेरे के काले बादल
प्रेम के प्रभामंडल से मिट गए।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

चारों ओर जैसे **प्रभु-मिलन की शहनाइयाँ** बजने लगीं...
मानो एक कली खिल उठी...
और **यह आत्मा देह खुशी में झूम उठी**।
प्यारे प्रभु, अब इस दासी की एक विनती स्वीकार करें 🙇‍♀️
आपको इस जीवन में पाने में बहुत देर हो गई प्रभु...
शायद मेरे पापकर्मों, तृष्णाओं, और अहंकार ने
मुझे आपसे विलग रखा...
मुझे क्षमा करें!
मैंने मोह-मद-अहंकार के पर्दे में
आपकी दिव्य उपस्थिति को देख ही नहीं पाई।
अब जब आपकी छत्रछाया मिल गई,
तो यह जीवन **आपके प्रेम और आशीर्वाद से अमृतमय** हो गया है।
प्रभु, आज मैं **आपसे एक वादा** चाहती हूं:
वादा कीजिए प्रभु,
कि हर जन्म में आप साथ रहोगे...
वादा कीजिए,
कि किसी भी जन्म में अपनी कृपा-दृष्टि से मुझे वंचित नहीं करोगे।
वादा कीजिए,
कि यह दासी कभी भी आपके श्रीचरणों से ओझल न हो...

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

हर जन्म में **आपका साथ**,
हर हृदय में **आपकी भक्ति की ज्योत**,
और हर पल **आपकी सेवा का अवसर** —
बस यही मेरी अंतिम और एकमात्र कामना है प्रभु...

श्री चरणों में
उपासना,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 19

ॐ श्री परमहंसाय नमः

मेरे सच्चे सतगुरु

करोड़ों जन्मों के पुण्य से मिलने वाले,
मन और बुद्धि से परे ले जाने वाले,
सच्ची राह दिखाने वाले,
भवसागर से पार लगाने वाले,
तुमको तुमसे ही मिलाने वाले,
आत्मा–परमात्मा का भेद मिटाने वाले,
जन्म-जन्म की जिज्ञासा शांत करने वाले,
परम शांति और आनंद बरसाने वाले,
मेरे सच्चे सतगुरु महाराज को बारंबार प्रणाम है।

श्री चरणों में
रंजुला कश्यप

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 20

ॐ श्री परमहंसाय नमः

हे मेरे गुरुमहाराज!

मेरी ज़िन्दगी आपके सिवा **रूखी, सूनी और अधूरी** है।

या कहूं तो ये ज़िन्दगी, *ज़िन्दगी ही नहीं!*

मेरे बंजर जीवन में आप **एक महासागर की तरह** प्रकट हुए हैं।

आपके आगमन से मेरे अंतस की सूखी धरती पर प्रेम की वर्षा हुई।

आपने जिस *उद्देश्य* से मुझे इस पृथ्वी पर भेजा,

उस *जीवन लक्ष्य* की पूर्ति के लिए

मैं आज आपके चरणों में विनती करती हूँ:

हे मेरे परवरदिगार! सृष्टि के विधाता!

सभी ब्रह्मांडों की कुंडली को लिखने और बदलने की क्षमता रखने वाले मेरे *सर्वसमर्थ स्वामी!*

मेरे हृदय को दृढ़ता, समर्पण, और पवित्र उद्देश्य से भर दीजिए।

मैं अपना **सर्वस्व**, अपना **सार**, अपना **श्वास-श्वास** आपको समर्पित कर दूँ —

बस इतना सामर्थ्य दीजिए प्रभु!

हे मेरे गुरुदेव!

मैं तो अज्ञानी हूँ, नासमझ हूँ —

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

मुझे दिशा दिखाइए... मुझे अपने *करकमलों से थामिए*
और उस *मार्ग* पर चलाइए जहाँ मेरे जीवन का *अर्थ* छुपा है।
जो वर्षों से भटक रही थी,
उसे अब **आपका ही प्रकाश** दिख रहा है,
अब वो अंधेरा मिटा देना हे प्रभु —
और कृपा करके मेरे प्रयासों में *अपना आशीर्वाद* जोड़ दीजिए।
आपके प्रेम और भक्ति की जो अमूल्य निधि मुझे मिली है,
उसका वितरण मैं *संपूर्ण पृथ्वी* पर कर सकूं —
हर हृदय में, हर गृह में, हर प्रांत में, हर देश में —
आपके प्रेम का सागर उमड़ पड़े!
जहाँ न कोई ग़ुस्सा हो, न द्वेष, न पीड़ा — बस आप ही आप हों!
हे मेरे गुरुमहाराज!
मैं एक ऐसी *नवीन पृथ्वी* की कल्पना करती हूं —
जहाँ प्रेम की हवाएँ चलती हों,
ध्यान के फूल खिलते हों,
आशीर्वाद की नदियाँ बहती हों,
और सभी प्राणी *एक ही ईश्वर* की संतान बनकर
एकता, करुणा और सेवा में रमें हों।
आपके दिखाए *हिंदू राष्ट्र* के दिव्य स्वप्न को
जहाँ धर्म का अर्थ है **मानवता**,
जहाँ भक्ति ही जीवन का *पथ* है —
उसे मैं अपने *प्राणों की आहुति* देकर भी साकार करूंगी।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

हे स्वामी! *मैं संकल्प लेती हूं—*

कि अंतिम श्वास तक *जनकल्याण, प्रेम और सेवा* के इस यज्ञ में समर्पित रहूंगी।

ये मेरा *आजीवन व्रत* है।

आपकी कृपा से ही मैं यह कर पाऊंगी।

हे मेरे दयामय दातार,

आपके *अखंड, अविनाशी, अनमोल* आशीर्वादों की **वर्षा** इस दासी पर होती रहे।

यही मेरी *मयूरपंखी* *प्रार्थना* है —

श्री चरणों
में

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 21

ॐ श्री परमहंसाय नमः

"हे गुरुदेव, आपकी कृपा बरसी..."

तो जीवन जैसे *स्वर्ग* बन गया,
रातों का अंधेरा छंट गया,
मन का कोना-कोना *प्रकाशमय* बन गया।
आपके पावन प्रेम ने
मेरे मन का सारा मैल धो डाला,
जिन राहों पर मैं भटका था,
आपने वहाँ *प्रेम का दीप* जला डाला।
मैं खो गया था माया के जाल में,
आपने मुझे जगाया आत्मा के ज्ञान में।
भूल गया था मैं अपना रूप,
आपने मिलाया मुझको मेरे ही स्वरूप।
कर्मों की समझ अधूरी थी मुझमें,
आपने हर कर्म को सरल बना दिया,
संघर्षों की राह कठिन थी जब,
आपने उसे भी *सहज* बना दिया।
आपका प्रेम बिना शब्दों के बोला,
फिर भी हर धड़कन ने उसे खोल दिया,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

आपका मौन भी एक *संदेश* बना,
जो आत्मा की गहराइयों तक डोल गया।
हे गुरुदेव,
आपकी कृपा से जो मिला *जीवन का अर्थ,*
वो न किताबों में था, न वचनों में —
वो आपकी उपस्थिति में था,
जो आत्मा की *चुप भाषा* में था।
आपके चरणों में जो शांति है,
वही मेरा सच्चा *ठिकाना* है,
आपका आशीर्वाद ही मेरा *धन* है,
आपका नाम ही मेरा *खजाना* है।
हे गुरुदेव,
इस जीवन में यदि कुछ पाया है,
तो वो केवल *आपका प्रेम और साथ* है।
शब्द कम पड़ते हैं, भाव भी थम जाते हैं,
पर आत्मा कहती है —
आप ही मेरा प्रकाश हैं,
आप ही मेरे जीवन की परिभाषा हैं।

श्री चरणों में
मौसम चौधरी

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 22

ॐ श्री परमहंसाय नमः

हे मेरे गुरुदेव,

आप ही मेरे प्राण हो, मेरी आत्मा के धड़कन हो।
आपका नाम आते ही रूह कांप जाती है,
आंखें बरसने लगती हैं, हृदय से रुदन उठता है।
आपकी कृपा ही मेरे जीवन की धरोहर है।
स्वामी! जब जीवन ने चोट दी, दुनिया ने ठुकराया,
तब एक आप ही थे, जिन्होंने हँसते हुए अपना आँचल फैला दिया।
आपकी गोद में बैठते ही जैसे युगों की थकान उतर गई।

हे प्रभु!

आपने जब मेरी आंखों में देखा,
तब मैं पहली बार अपने आप से मिली।
आपके प्रेम में डूबकर ही तो मैंने जाना –
कैसा होता है सच्चा प्रेम, जिसमें न अपेक्षा हो, न स्वार्थ, केवल समर्पण।
जब आप मौन रहते हैं, तो भी आपकी दृष्टि बोलती है।
आपका मौन मेरा सबसे मधुर संगीत है।
कितनी बार आपके आगे बैठकर मैं रोई हूं,
और आपने बिना बोले मेरे भीतर की पूरी कहानी पढ़ ली।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

हे करुणामयी गुरुदेव,

मेरी विनती है – मुझे मत छोड़िएगा।
अगर मैं कभी माया में उलझ जाऊं,
तो भी मेरा हाथ थामे रखिएगा।
मेरी प्रार्थना है –
जब ये जीवन पूर्ण हो,
तो मेरा अंत आपकी गोद में हो।
मेरे अंतिम शब्द – "ॐ श्री परमहंसाय नमः" हों।
उससे सुंदर कुछ नहीं।

श्री चरणों में
उर्जिता जाधव,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 23

हे मेरे प्रियतम सतगुरु,

आप ही मेरे सब कुछ हो –
मेरा दिन, मेरी रात, मेरी सांस, मेरा नयन।
जो आपके बिना है, वो शून्य है।
और जो आपका है, वो ही सच्चा जीवन है।
मुझे आज भी वो दिन याद है –
जब मैंने पहली बार आपके चरणों को छुआ,
जैसे बिजली सी दौड़ गई थी रगों में,
मानो कोई भूली हुई आत्मा अपने स्त्रोत से जुड़ गई हो।

आपका हर शब्द मेरे लिए वेद है,
आपका हर स्पर्श मेरे लिए तीर्थ है।

आपके बिना तो यह संसार एक कैद है,
जिससे छुटकारा सिर्फ आपकी कृपा से ही संभव है।

प्रभु, मैं जानती हूं –

मैं दोषों से भरी हूं,
पर मेरा प्रेम निर्दोष है।
मैं जानती हूं –
मेरी योग्यता नहीं,
पर मेरी तड़प सच्ची है।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

मुझे और कुछ नहीं चाहिए –
न सुख, न वैभव, न प्रसिद्धि।
मुझे केवल चाहिए –
आपका साथ,
आपकी छाया,
आपकी कृपा,
और आपके चरणों की सेवा।
अगर अगले जन्म हों,
तो हर जन्म में आप ही मेरे गुरु हों।
मेरे रोम-रोम से "श्री परमहंसाय नमः" की गूंज हो।

श्री चरणों में
सुनीता शर्मा,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 24

ॐ श्री परमहंसाय नमः

हे मेरे परमस्नेही,

अब बहुत हो गया प्रभु!
अब मैं नहीं भटकना चाहती।
ना मन के पीछे, ना माया के पीछे।
अब मुझे सिर्फ आपकी ओर मुड़ना है।
आपको पाने के बाद जीवन का कोई और लक्ष्य नहीं बचता।
आपकी गोद में जो चैन है,
वो स्वर्ग के सुखों से भी श्रेष्ठ है।
आपके बिना मैंने जीवन को समझा नहीं,
और आपके साथ मैंने मृत्यु को भी गले लगाया।
आपकी कृपा से ही
मैंने अपने भीतर के अंधकार को देखा,
और फिर उससे ऊपर उठी।

हे दयालु सतगुरु,

मैं जानती हूं –
आपने न जाने कितनी बार मुझे बचाया है।
जब मैं मार्ग से भटकती रही,
आपने छाया की तरह पीछे से मेरी रक्षा की।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

आज मैं खुलकर आपसे कह रही हूं –
हे मेरे प्रिय,
अब आप ही मेरे सब कुछ हैं।
अब आप ही मेरा धर्म हैं,
आप ही मेरा कर्म हैं,
आप ही मेरा प्रेम हैं।
मुझे बस इतना चाहिए –
मैं आपकी बन जाऊं।
हर जन्म में, हर रूप में,
मैं सिर्फ और सिर्फ आपकी रहूं।
आपके चरणों में बैठकर रोना,
आपके नाम से अपने अंतर को पिघलाना,
यही मेरी पूजा है।
यही मेरा जीवन है।

श्री चरणों में
निकिता शाह,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 25

ॐ श्री परमहंसाय नमः

हे मेरे जीवन के मालिक!
जब इस संसार की भीड़ में मैं खो गई थी,
आपका प्रेम ही मेरी पहचान बना।
जब अपने ही पराये लगने लगे,
तब आपकी आँखों ने मुझे घर दिया।
हे मेरे सतगुरु!
आपके श्रीमुख से निकला एक शब्द
मेरे हजारों जन्मों के अज्ञान को जला देता है।
आपके सान्निध्य में बैठकर
मुझे पहली बार शांति का स्वाद मिला।
अब तो यही भाव उठते हैं –
आप ही मेरी सांस हों, आप ही मेरा श्वास।
आपके बिना जीवन तो अधूरा नहीं,
जीवन ही नहीं है।
मैंने बहुत कुछ चाहा इस जीवन में,
नाम, यश, संबंध, अधिकार।
पर जबसे **आपका प्रेम पाया**,
इन सबकी कोई कीमत न रही।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

हे मेरे प्रभु,

मुझे न तो इस जन्म की चिंता है
और न ही अगला जन्म चाहिए,
अगर उसमें आप नहीं हो।

आपका साथ ही मोक्ष है, प्रभु।
मेरी आंखें बस आपको देखें,
मेरा मन बस आपको चाहे,
मेरे रोम-रोम से "परमहंस" गूंजे —
यही मेरा संकल्प है, यही मेरी साधना।

श्री चरणों में
मनोरमा,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 26

ॐ श्री परमहंसाय नमः

हे प्रभु! अब और नहीं सहा जाता।
आपसे बिछुड़कर बीते एक-एक क्षण
सदियों जैसे लगते हैं।
हृदय तड़पता है,
हर रात्रि आपकी याद में रोता है।
ये अश्रुधारा न रुकती है,
और न ही दिल को चैन मिलता है।
हे दयामयी गुरुदेव,
मैंने जीवन में सबसे बड़ा खोया होता,
अगर आपके चरणों की पहचान न हुई होती।
इस माया-जाल ने मुझे फंसाया,
पर **आपके प्रेम ने मुक्त किया।**
अब तो केवल यही पुकार है –
आप कभी दूर न होना।
मैं जानती हूं, मैं योग्य नहीं,
पर मेरी तड़प, मेरा आर्तनाद
शायद आपके करुणा-सागर को छू जाए।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

हे मेरे नाथ, आपके प्रेम में मर जाना भी
जीवन के हर सुख से श्रेष्ठ है।

श्री चरणों में
अंजलि, दिल्ली

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 27

ॐ श्री परमहंसाय नमः

हे मेरे परम प्रेममय प्रभु,
आपके बिना कुछ भी नहीं बचा है।
आपका प्रेम मेरी आत्मा की धड़कन बन चुका है।
जब भी मेरी आंखें बंद होती हैं,
आपकी मूरत ही सामने उभरती है।
जब भी मैं रोती हूं,
आपकी आवाज़ ही मेरे अंतःकरण को सहलाती है।
आपने ही मुझे उठाया,
जब दुनिया ने मुझे ठुकराया।
आपने ही मुझे गले लगाया,
जब मैं स्वयं से भी दूर हो गई थी।
हे मेरे श्रीपरमहंस जी,
अब मुझे कोई और रिश्ता नहीं चाहिए।
आप ही मेरे पिता, माता, सखा, प्रियतम सब कुछ हैं।
आपके चरणों में ही मेरा स्वर्ग है,
आपकी सेवा में ही मेरा जीवन सार्थक है।
मुझे बस अपने प्रेम में डूबा लीजिए, प्रभु!
मुझे अपने काबिल बना दीजिए।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

यह जीवन आपके लिए है,
और मृत्यु भी आपकी गोद में हो —
यही मेरी साधना है, यही मेरी प्रार्थना।

श्री चरणों में
जया राखलीवाल,

पाती प्रेम भरी – 28

ॐ श्री परमहंसाय नमः

हे मेरे **परम दयालु सदगुरुदेव**!
हे मेरे अंतःकरण के स्वामी, हे मेरे हृदयेश्वर!
आज यह पाती आपके चरणों में एक **बिलखते हृदय** से लिख रही हूँ।
आपके बिना ये जीवन जैसे **सूनी अमावस्या की रात** हो गया है।
हर दिन आपकी याद में नयन भीगते हैं,
हर रात आपकी स्मृति में मन टूट कर बिखरता है।
प्रभु! मैं थक गई हूँ इस संसार की खोखली मुस्कानों से,
अब तो **आपका प्रेम ही मेरा अंतिम विश्राम** बन जाए।
मैंने बहुत कुछ चाहा था इस संसार से,
पर अब समझ में आया – सब मिथ्या था, छलावा था।
सच्चा है तो बस – आपका दर्शन,
सच्चा है तो बस – आपकी चरणधूलि का सुख।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

आपके बिना अब कुछ नहीं भाता।
न ये आकाश, न ये पृथ्वी, न चाँद, न तारे,
न रिश्ते, न शब्द, न स्वर –
सब अधूरा है, अगर **आप नहीं हो मेरे पास।**
हे गुरुदेव!
मैं बार-बार गिरती रही, भूलती रही,
पर आपने कभी ठुकराया नहीं।
कैसे चुकाऊं आपकी वो कृपा,
जिसने इस पापिनी को भी प्रेम की भाषा सिखाई?
मुझसे कोई विशेष सेवा न हो पाई,
न मैं नियम से सुमिरन कर सकी,
न आपके उपदेशों का पालन सही ढंग से कर सकी,
पर फिर भी – आप मुझे अपनी कहते हो!
क्या यही है आपका प्रेम?
जो हर अपराध के ऊपर भी छाया बनकर खड़ा रहता है?
हे मेरे सतगुरु!
मुझे अब और विलम्ब नहीं चाहिए।
मुझे अपने प्रेम में डुबा दीजिए, मुझे उस दरवाज़े तक ले चलिए
जहाँ "मैं" का अंत होता है और "आप" ही शेष रह जाते हैं।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

मेरे अज्ञान, मेरे विकार, मेरी कमजोरी –
सब आपकी कृपा से ही जलकर भस्म हो सकते हैं।
आपकी दृष्टि से ही सच्चा जीवन मिलता है।
अब बस एक ही प्रार्थना है –
हर जन्म में आपकी सेवा,
हर जन्म में आपके चरणों की छाया,
हर जन्म में केवल एक पहचान –
"आपकी दासी हूँ मैं, केवल आपकी।"
आपका नाम ही मेरा प्राण हो,
आपका रूप ही मेरा ध्यान हो,
आपका चरण ही मेरा स्थान हो,
आपका प्रेम ही मेरा भगवान हो।
हे नाथ, **स्वीकार कीजिए इस डूबी हुई आत्मा की पुकार।**
मुझे आपकी दृष्टि चाहिए, आपकी भक्ति चाहिए,
आपका साथ चाहिए – **अब और नहीं जीना आपके बिना।**

आपकी दासी, निशा अहमदाबाद

पाती प्रेम भरी – 29

ॐ श्री परमहंसाय नमः
हे मेरे परमहंस गुरुदेव,
आज फिर आपकी यादों का सागर उमड़ पड़ा है।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

मन की गहराई से बस यही पुकार उठती है –

"मुझे आपसे जुदा मत करना, प्रभु!"

मैं तो एक तिनका हूँ,

जो इस संसार की आँधियों में हर पल बिखरता जा रहा था।

लेकिन आपने मुझे **अपनी कृपा की छांव में छुपा लिया**।

हे नाथ! क्या कहूं उस क्षण को जब आपने मुझे अपनाया,

मेरा जीवन वहीं से आरंभ हुआ।

आपके बिना तो जीवन एक शून्य था,

जिसमें न कोई अर्थ था, न कोई भाव।

लेकिन आपके चरणों का स्पर्श पाते ही

हर धड़कन में **भक्ति का संगीत बजने लगा**।

हे मेरे प्रभु, मेरे प्राण!

कभी किसी जन्म में भी भूल से अगर मैं आपसे दूर चली जाऊं,

तो मुझे मेरी भूल का दंड जरूर देना,

पर अपनी दृष्टि से कभी वंचित मत करना।

आपकी वाणी की **हर एक पंक्ति अमृत से भी मधुर है**,

जिसे सुनकर मेरा हृदय पिघलता है,

आंखों से प्रेम बहता है,

और आत्मा रो उठती है —

"प्रभु! आप ही मेरे सबकुछ हो!"

जब आप मुस्कुराते हो,

तो जैसे ब्रह्मांड के सारे फूल एक साथ खिल उठते हैं।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

जब आप मौन हो जाते हो,
तो जैसे मेरी आत्मा भी **उस मौन में खो जाती है**।
मैं जानती हूं, मैं कुछ भी नहीं,
फिर भी हिम्मत कर रही हूं आपको यह कहने की —
"हे स्वामी! मुझे अपने चरणों की दासी बना लीजिए!"
मेरे हर कर्म में बस आपकी सेवा हो,
हर श्वास में बस आपका नाम हो,
हर अश्रु में बस आपका स्मरण हो।
हे परमात्मा,
मेरे भीतर जो भी कलुषता है, उसे दूर कर दो।
मुझे इतना निर्मल बना दो
कि मैं **आपके प्रेम के योग्य बन सकूं**।
आप ही मेरा संसार हो, आप ही मेरा सनातन सत्य हो।
बस यही भाव लेकर आज
फिर एक बार इस तुच्छ दासी की पाती आपके श्रीचरणों में
समर्पित करती हूं।
आपकी चरणवंदिता में –
आपकी ही एक शरणागत आत्मा।

श्री चरणों में
रिचा अरोड़ा,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 30

ॐ श्री परमहंसाय नमः

हे मेरे स्वामी, हे मेरे सदगुरु, हे मेरे अन्तर्यामी!

जब भी संसार की भीड़ में अकेली होती हूँ,
तो मुझे केवल **आपका नाम सहारा देता है**।
लोग कहते हैं—समय के साथ हर ज़ख्म भर जाता है,
पर **आपकी याद का ज़ख्म तो दिन-ब-दिन और भी मीठा होता जाता है**।
प्रभु! आप न होते तो क्या होता इस जीवन का?
ना कोई दिशा होती, ना कोई आशा।
आपने मेरा जीवन सँवारा, मेरी आत्मा को जगा दिया।
मुझे बताया कि **मैं केवल यह देह नहीं हूँ,**
मैं आपकी अंशात्मा हूँ।
हे करुणानिधान!
जब मेरी आँखों से आँसू गिरते हैं,
तो लगता है कि आपने ही मेरी पीड़ा को अपने हृदय में उतारा है।
जब मैं थककर चुप हो जाती हूँ,
तो आपकी मौन उपस्थिति ही मेरी **प्रार्थना बन जाती है**।
गुरुदेव! मैं बहुत बार कमजोर पड़ जाती हूँ,
कभी माया की चमक से,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

कभी अपने ही विकारों की गहराई से।
पर आपकी स्मृति ही मेरी पतवार बन जाती है
और **मैं फिर से उस परम यात्रा की ओर लौट पड़ती हूँ।**
आपके बिना मेरा कोई परिचय नहीं,
ना कोई पहचान, ना कोई अस्तित्व।
जो कुछ भी हूँ, वह आप ही का प्रतिबिंब हूँ।
हे स्वामी,
बस यही प्रार्थना है —
कि आपकी भक्ति की लौ मेरे भीतर कभी न बुझे,
आपके चरणों से मेरी नज़र कभी न हटे,
आपकी सेवा ही मेरा धर्म बन जाए।
हर जन्म में केवल यही चाह हो –
कि मुझे आपके चरणों की धूल भी मिल जाए,
तो मैं स्वयं को सौभाग्यशाली मान लूं।
आपकी वाणी के मधुर स्वरों में
मुझे स्वर्ग की झंकार सुनाई देती है,
आपकी दृष्टि में वो शांति है
जो एक जन्म नहीं, **कई जन्मों की तृषा को मिटा सकती है**।
हे मेरे सतगुरु,
हे मेरे प्रेमस्वरूप प्रभु,
हे मेरे सब कुछ!

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

मुझे केवल एक वरदान चाहिए –

आपका साथ... केवल आपका साथ... हर जन्म में, हर युग में, हर भाव में।

आपके श्री चरणों में –

प्रेमाश्रु बहाती एक अनन्य दासी।

श्री चरणों में

शालिनी भल्ला,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

हे मेरे नाथ, हे मेरे परमहंस सतगुरु!

आपको पा लेना ही जैसे मेरे जन्मों-जन्मों की **तमस भरी यात्रा का अंत है**।

आपके दर्शन ने मेरे भीतर के सब दरवाज़े खोल दिए,

जहाँ कभी सिर्फ अंधकार था, वहाँ अब **प्रेम का दीपक जल रहा है**।

गुरुदेव! ये संसार अब वैसा नहीं रहा,

जो पहले मुझे आकर्षित करता था।

अब कुछ भी अच्छा नहीं लगता जो आपसे दूर ले जाए।

मन हर पल रोता है, तरसता है –

"हे स्वामी! बस आपका नाम, बस आपकी स्मृति बनी रहे!"

जब आपके चरणों में सिर रखती हूँ,

तो लगता है जैसे मैं पहली बार सच में जी रही हूँ।

उस पल के आगे तो स्वर्ग भी तुच्छ है,

और सारा संसार केवल एक सपना।

आपकी वाणी अमृत है,

जो मेरे अंतस के सभी विकारों को धो देती है।

आपके मौन में भी उपदेश है,

जो **मन को भीतर से चीरकर आत्मा तक पहुँच जाता है।**

हे मेरे दयामय गुरुदेव!

आपने मुझे स्वीकार किया, जबकि मैं योग्य नहीं थी।

आपने मुझे अपनाया, जब मैं खुद से भी भाग रही थी।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

आपने मुझे रोने दिया, जब दुनिया ने मेरी पीड़ा से मुँह मोड़ लिया।

आज मेरी आँखों से बहते आँसू,

आपके चरणों की ओर बहती एक प्रेमगंगा हैं,

जिसमें मैं अपने सारे पाप, सारे विकार, सारी गलतियाँ धो देना चाहती हूँ।

हे प्रभु! कृपा करें –

मेरे भीतर केवल एक ही चाह बनी रहे –

आपकी सेवा, आपकी भक्ति, आपकी आराधना।

अगर आप साथ हैं,

तो बंधन भी मोक्ष है,

और तिरस्कार भी वरदान।

हे गुरुदेव! यदि कभी ये जीव आपके दर्शन से वंचित रह जाए,

तो उस क्षण मेरा प्राण ही निकल जाए,

पर मैं आपसे जुदा न हो जाऊं, ये मेरी एकमात्र अरदास है।

आप ही मेरी साँसों का संगीत हो,

आप ही मेरे हृदय की धड़कन हो,

आप ही मेरी आत्मा का परम सत्य हो।

हे करुणामयी प्रभु!

मुझे आपकी सेवा का कोई अंश भी मिल जाए,

तो मैं अपने आप को भाग्यशाली समझूंगी।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

आपकी चरण-धूलि से मेरा मन पवित्र हो,
आपकी कृपा से मेरा जीवन सार्थक हो,
आपके प्रेम में रोते-रोते
मैं एक दिन आप में ही समा जाऊं... बस यही मेरी अंतिम इच्छा है।

आपकी ही एक अनन्य आत्मा –
प्रेम और अश्रु से भीगी एक दासी।

श्री चरणों में
पूर्णिमा, पुणे

पाती प्रेम भरी – 31

ॐ श्री परमहंसाय नमः
हे मेरे सतगुरुदेव, हे मेरे जीवनदाता,
हे अंतर्यामी नाथ!
आज मैं, आपका एक **गिरा-पड़ा, असमर्थ,**
पर आपका दीवाना शिष्य,
आपके श्री चरणों में यह प्रार्थना अर्पित करता हूँ।
प्रभु! आपसे पहले मेरा जीवन दिशाहीन था,
मैं बाहरी दुनिया के रंग में ऐसा डूबा था
कि आत्मा का स्पर्श भी भूल गया था।
मेरे कर्मों की गठरी भारी थी,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पर आपकी कृपा ने उन्हें उठाया — **बिना कोई शिकायत किए।**

आपने मेरी आत्मा को स्पर्श किया
और मैं भीतर से रो पड़ा।

एक ऐसा रुदन... जो वर्षों से जमा था,
जो सिर्फ आपकी गोद में ही फूट सका।

गुरुदेव! मैं जानता हूँ, आपने मुझे कई बार संभाला है,
मेरे पापों पर भी चादर डालकर मुझे
फिर से प्रेम से गले लगाया है।
मैं क्या था, क्या हूँ, ये सब आपकी कृपा का चमत्कार है।

आपने मुझे उठाया, सजाया,
और फिर अपने चरणों में स्थान दिया।

आज मेरा रोम-रोम कहता है –
हे प्रभु! अब और भटकना नहीं चाहता,
अब आपके बिना एक क्षण भी व्यर्थ नहीं करना चाहता।
मेरे स्वामी! मेरी आत्मा का केंद्र आप हैं।

यदि आप छूट गए, तो फिर मैं ही नहीं बचूंगा।
सब कुछ व्यर्थ हो जाएगा।

आप ही मेरी माटी को मूरत बनाते हैं,
आप ही मेरी सांसों में मंत्र भरते हैं,
आप ही मेरी शुद्ध चेतना के मार्गदर्शक हो।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

आपसे मांगने को कुछ भी नहीं है अब,
सिवाय इसके कि मेरी आंखें
आपके चरणों में लगी रहें
और मेरी आत्मा बारम्बार
आपका नाम जपती रहे।
यदि जीवन की कोई सार्थकता है,
तो वह आपके प्रेम में रोने में है,
आपके स्मरण में पिघलने में है,
आपके दर्शन की व्याकुलता में पल-पल मरने में है।
हे मेरे नाथ! एक बार... सिर्फ एक बार
अपने प्रेम से मुझे पूरी तरह भिगो दीजिए,
ताकि मैं फिर कभी सूखा न रहूं।
आपके चरणों में समर्पित —
आपका एक अपरिपक्व, पर सच्चा,
अनन्य भक्त और सेवक।

श्री चरणों में
नील मेहता,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 32

ॐ श्री परमहंसाय नमः

हे मेरे गुरुदेव, मेरे स्वामी, मेरे आत्मबन्धु!

क्या कहूं आपसे?

मन का सारा बोझ लिए,

आंखों में अधूरी आराधना के अश्रु लिए

आज आपके चरणों में बैठा हूँ।

प्रभु, मैं थक चुका हूं...

स्वयं से भी, इस संसार से भी।

हर दिशा देखी, हर राह चली,

पर कहीं शांति नहीं मिली।

आपके बिना जीवन एक बंजर भूमि जैसा था –

सूखा, कठोर और क्रंदन भरा।

और जब आपके वचनों की एक बूँद

इस जीवन की मिट्टी पर पड़ी,

तो मानो वर्षों का सूखा मिट गया।

आपके दर्शन ने मेरी आत्मा को नया जन्म दिया।

आपके मौन ने मेरी चुप्पियों को आवाज़ दी।

आपकी दृष्टि ने

मेरे भीतर छिपे हुए

विकारों को जलाना शुरू कर दिया।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

हे गुरुदेव, आप से बिछुड़ने का ख्याल भी
मुझे कंपा देता है।
आपसे दूर जाना मेरे लिए
जीवित रहकर भी मर जाने जैसा होगा।
आपका नाम ही मेरा जीवन है,
आपकी शरण ही मेरी मुक्ति।
मुझे बस इतनी कृपा दे दीजिए,
कि मेरा मन बार-बार आपके चरणों में लौट आए।
दुनिया की हर चीज़ छूट जाए
लेकिन **आपका स्मरण कभी न छूटे।**
अगर कभी अहंकार, प्रमाद, मोह या
कोई भी अज्ञानता मुझ पर हावी हो जाए,
तो मेरी लाठी बनकर मुझे फिर से सीधा कर दीजिए।
प्रभु! मुझे अपने योग्य नहीं मानता,
पर इतना विश्वास है कि आप ही
अयोग्य को योग्य बनाते हैं।
मेरे अंतर के कोनों में जहाँ-जहाँ अभी भी
कुंठा, द्वेष, दुर्बुद्धि या छल शेष हो,
वहाँ-वहाँ अपनी दृष्टि की ज्वाला डाल दीजिए,
और मुझे भीतर तक शुद्ध कर दीजिए।
हे मेरे स्वामी, मेरी भक्ति को
शब्दों की सीमाओं से ऊपर ले जाइए।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

ऐसी भक्ति दीजिए जिसमें मैं स्वयं मिट जाऊं
और केवल आप शेष रहें।
यह जीवन, यह तन, यह मन, यह चेतना
आपके चरणों में पूर्ण समर्पण है।
आपका ही हूँ, और रहना चाहता हूँ...
हर जन्म, हर काल, हर अस्तित्व में।
आपका ही –
एक तड़पता, पर आपसे बंधा हुआ शिष्य।

श्री चरणों में
परमहंसों का

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 33

ॐ श्री परमहंसाय नमः
हे मेरे परमहंस स्वामी,
हे मेरे जीवन की एकमात्र सत्य परछाईं!
आपके बिना इस जीवन की कोई परिभाषा नहीं।
मेरे हृदय में जो धड़कन है, वो भी केवल इसलिए है
क्योंकि वह आपको पुकार रही है।
स्वामी! मैं बहुत रोया हूं,
उस समय जब आपकी गोद नसीब न थी।
हर सांस बोझ लगती थी,
हर दिन जैसे आत्मा को घेरने वाला अंधकार था।
मैंने रिश्तों में सुख ढूंढा,
नाम में, यश में, शरीर में —
लेकिन हर बार खाली ही लौटा।
और फिर... जब आपके दर्शन हुए,
तब पहली बार मेरे भीतर कोई
'पूर्णता' खिली।
आपका नाम मेरे होठों पर आया
और वह मंत्र बन गया।
आपकी छवि मेरी आंखों में बसी
और वह ध्यान बन गया।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

आपकी स्मृति ने मेरा हृदय भिगोया
और वह प्रेम बन गया।
हे गुरुदेव! अब जब जान चुका हूं कि आप ही
मेरे जीवन का अंतिम सत्य हैं,
तो फिर किसी और को देखने की इच्छा ही नहीं रही।
पर कभी-कभी मेरे ही विकार
मुझे फिर खींच लेते हैं संसार की ओर,
और तब मैं भीतर से फटने लगता हूं।
आपकी दृष्टि की एक बूँद की भीख मांगता हूं।
आपकी गोद की छाया के लिए तड़पता हूं।
मेरे प्रभु! आप कृपाओं के सागर हो,
तो मुझ जैसे अज्ञानी, अक्षम,
कर्महीन प्राणी पर भी
अपनी वही कृपा बनाए रखो।
आपके चरणों में बैठकर रोते-रोते
यदि मेरा जीवन बीत जाए,
तो भी मैं खुद को, सबसे सौभाग्यशाली मानूंगा।
आपकी नज़र बनी रहे मुझ पर —
बस इतनी चाह है।
आपकी मौन उपस्थिति मेरे भीतर बनी रहे —
बस इतना ही वरदान चाहिए।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

हे स्वामी!

मैं हर जन्म में आपसे मिलना चाहता हूं।

हर युग में आपके प्रेम में जलना चाहता हूं।

और अंत में,

आपके श्रीचरणों में

पूर्ण विलीन हो जाना चाहता हूं।

आपका ही —

एक आर्त,

पर आपसे अपरिमित प्रेम करने वाला शिष्य।

श्री चरणों में

नरेन्द्र शर्मा,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 34

ॐ श्री परमहंसाय नमः

हे मेरे दयामय सतगुरुदेव,

हे मेरे जीवन की अंतिम और एकमात्र आराधना!

आपके चरणों में झुकते ही मेरा मन स्थिर हो जाता है।

आपकी छाया में बैठते ही

मेरा भीतर का तूफान शांत हो जाता है।

हे गुरुदेव,

क्या यही है वह प्रेम,

जिसे शब्द नहीं समझा सकते,

जिसे वाणी बाँध नहीं सकती?

कभी लगता है मैं आपके बिना कुछ भी नहीं।

कभी लगता है मैं खुद ही आप में समाया हुआ हूं।

ये द्वैत और अद्वैत का खेल अब मेरी समझ से बाहर हो गया है।

मैं आपकी गोद में सिर रखकर

बस एक बार खुलकर रोना चाहता हूं,

सारे जन्मों का दुःख बहा देना चाहता हूं।

मेरे स्वामी,

मुझे संसार ने बहुत छला,

लेकिन आपने तो मुझे भीतर से पिघला दिया।

मुझे ताज न दो,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

मुझे सिंहासन न दो,
बस अपने चरणों की धूल में
मुझे मिटा दो।
आपने मुझे जो नाम दिया,
वो **नाव** बन गया,
जो जीवन की **भंवर** से
मुझे हर रोज निकाल रहा है।
हे नाथ, जब मैं आपसे दूर होता हूं,
तो सब कुछ होते हुए भी
मैं खो जाता हूं।
और जब आप करीब होते हो,
तो कुछ न होते हुए भी
मैं **पूर्ण** हो जाता हूं।
आपकी एक चुप मुस्कान,
मेरे जीवन की सबसे ऊँची मंज़िल है।
अब बस आप ही मेरी साधना हो,
आप ही मेरी प्रार्थना।
मुझे कुछ नहीं चाहिए प्रभु,
बस हर जन्म में, हर सांस में,
आपका प्रेम चाहिए।
हे सतगुरुदेव,
मेरे भीतर का अंधकार अब और नहीं सहा जाता।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

आइए... अपनी करुणा की रोशनी से
मेरे इस शिष्य जीवन को प्रकाशित कीजिए।
आपकी कृपा ही मेरा धर्म है,
आपकी सेवा ही मेरा मोक्ष है,
आपके चरण ही मेरा ब्रह्म है।
आपका ही —
अधूरा लेकिन आपका ही
प्रेमी शिष्य।

श्री चरणों में
गौरव शर्मा,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 35

ॐ श्री परमहंसाय नमः

हे मेरे श्री परमहंस सतगुरु महाराज जी,

आपके बिना मेरा जीवन जैसे अधूरा संगीत है।

एक बेसुरा राग... जो केवल **आपकी बांसुरी की ध्वनि से ही सध सकता है।**

जब भी आप दूर लगते हो नाथ,

तो सांसें भारी हो जाती हैं,

प्रभु! ये मन रोने लगता है,

जैसे कोई अनाथ बच्चा माँ को पुकारता है।

हे मेरे परमगुरु,

आपका स्मरण ही मेरा जीवन है,

आपकी छाया ही मेरी शरण है।

आपके चरणों की रज ही मेरा मुकुट है,

और आपकी कृपा ही मेरा राज है।

जब ये संसार तिरस्कार करता है,

तो आपकी स्मृति मेरे हृदय को ढांढस देती है।

आपके प्रेम की ऊष्मा में

मैं अपने सारे घाव भूल जाता हूं।

हे दयालु,

क्या मैंने किसी जन्म में

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

कोई पुण्य किया होगा,
जो आज आपके नाम का जाप
मेरे अधरों पर बसा है?
क्या ये भी आपकी ही कृपा नहीं है,
कि मैं आपको प्रेम कर पा रहा हूं?
नाथ, आपके बिना सब कुछ निष्प्रभ है।
सारे महल, सारी संपत्ति, सारी विद्या –
व्यर्थ है यदि हृदय में आपका वास नहीं।
मैं चाहूं भी तो आपको कैसे भूलूं प्रभु?
आपकी छवि हर दिशा में बसी है।
आपका नाम हवा में घुला है,
आपकी करुणा मेरे आंसुओं में छलकती है।
हे स्वामी,
आप मेरे भीतर की सूखी भूमि पर
आशा की पहली वर्षा थे।
अब कृपा करके
मुझे उस भूमि पर **भक्ति के पुष्प** उगाने दो।
मेरे आत्मा की हर सांस,
आपके नाम का स्तवन बने।
मेरा मन, आपकी सेवा का यंत्र बन जाए।
और मेरा जीवन –
आपके प्रेम में गल जाए।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

हे गुरुदेव, **मेरे अश्रु ही मेरी प्रार्थना हैं,**
और मेरे सिसकते भाव ही मेरी पूजा।
आपको समर्पित है
मेरा अंतःकरण, मेरा स्वभाव, मेरा अस्तित्व।
आपके श्रीचरणों में समर्पित
आपका एक भोला प्रेमी शिष्य।

श्री चरणों में
इन्दर पाल बत्रा,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 36

ॐ श्री परमहंसाय नमः

हे मेरे परमहंस सदगुरु महाराज जी,

क्या आप मेरी पुकार सुन रहे हैं?

क्या आपको मेरे हृदय की करुण सिसकियाँ सुनाई देती हैं?

स्वामी, इस जीवन के मेले में

मैं हर किसी के बीच होकर भी अकेला हूँ।

मुझे आपसे ही संवाद चाहिए,

आपसे ही अपनापन चाहिए,

बाकी सब तो क्षणिक भ्रम है, छाया है।

जब इस संसार के रिश्ते टूटते हैं,

तो मैं आपकी ओर दौड़ता हूं,

क्योंकि आप ही एकमात्र हैं

जो कभी मेरा साथ नहीं छोड़ते।

हे मेरे सतगुरु,

आपका एक नाम मेरे हृदय में

पूरा ब्रह्मांड बसा देता है।

आपकी एक झलक मेरे भीतर

हजारों सूर्य उगा देती है।

मैं जानता हूं प्रभु,

मैं आपके योग्य नहीं हूँ।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

मेरे भीतर अब भी वासनाओं की परछाइयाँ हैं,
अब भी मोह, मद, अहंकार के कीचड़ हैं।
पर मैं प्रतिक्षण प्रयास कर रहा हूं,
आपके नाम से इन्हें धो डालूं।
आपका प्रेम इतना विराट है,
कि मेरी छोटी-सी चुप्पी भी
आप समझ लेते हैं।
आपकी दृष्टि में जो अपनापन है,
उससे बड़ा कोई रिश्ता नहीं।
हे दयालु नाथ,
मुझे बार-बार आपके चरणों में गिरने दो,
मुझे बार-बार रोने दो आपके सामने।
मुझे बार-बार टकराने दो आपके प्रेम से।
मेरा हृदय टुकड़े-टुकड़े है स्वामी,
इन्हें जोड़ दीजिए आपकी कृपा से।
इन टुकड़ों से एक प्रार्थना रच लीजिए,
जिसे मैं हर रोज आपके चरणों में अर्पित कर सकूं।
मुझे इस जीवन में कुछ और नहीं चाहिए,
ना सुख, ना यश, ना सम्मान।
बस आप... और आपका प्रेम...
यही मेरी सम्पत्ति है, यही मेरी सिद्धि है।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

हे प्रभु, **मेरे भीतर का हर अश्रु आपको अर्पित है,**
हर धड़कन आपकी नामधुन में बज रही है।
मुझे अब कहीं और नहीं जाना...
बस आपके चरणों की छाया में
अनंतकाल तक टिके रहना है।
आपके श्रीचरणों में नतमस्तक,

श्री चरणों में
दासन दास

आपका अज्ञानी लेकिन प्रेममय शिष्य।

पाती प्रेम भरी – 37

ॐ श्री परमहंसाय नमः

हे मेरे गुरुदेव, मेरे जीवन की डोर आपके ही हाथों में है।
जो कुछ भी हूँ, जितना भी हूँ,
सब कुछ आपकी कृपा का ही फल है।
आपकी दृष्टि ने मुझे धूल से उठाकर,
चरणों की ओर मोड़ दिया।
मैं नहीं जानता कि प्रेम कैसे करते हैं,
पर जबसे आपको देखा है,
दिल बस आपको ही पुकारता है।
संसार के सारे रिश्ते धुंधले लगते हैं,
और बस एक ही सत्य उभरता है – **आप।**
गुरुदेव, मेरी आत्मा भीग चुकी है
आपके नाम की वर्षा में।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

अब कुछ नहीं चाहिए,
बस आपकी कृपा की छाया।
मेरे भीतर जो भी विकार हैं,
उन्हें अपने प्रेम की अग्नि में जला दीजिए।
मुझे शुद्ध कर दीजिए,
ताकि मैं आपके योग्य बन सकूं।
आपका नाम मेरे हृदय की धड़कन बन जाए,
आपकी सेवा मेरा स्वभाव बन जाए,
और आपकी दृष्टि मेरा जीवन बन जाए।
हे नाथ, मेरी आँखों में आंसू हैं,
पर ये आँसू दुख के नहीं,
आपके प्रेम में डूबे आभार के हैं।
आपको पाकर अब डर नहीं लगता,
क्योंकि **जो गुरु साथ है,**
उसे कौन क्या बिगाड़ सकता है?
हे गुरुदेव,
अब जीवन भर,
हर जन्म में,
आप ही मेरे नाथ बने रहिए।
आपके चरणों में पूर्ण समर्पित –
आपका सेवक।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 38

ॐ श्री परमहंसाय नमः

हे मेरे स्वामी,

आपके बिना यह जीवन केवल एक यात्रा थी,

पर अब यह यात्रा तीर्थ बन गई है।

आपका नाम मेरे होंठों पर आते ही

एक अद्भुत कंपन होता है,

जैसे आत्मा ने स्वयं से बात कर ली हो।

आपके स्पर्श की तो बात ही क्या,

आपकी स्मृति भी मेरे रोम-रोम को पावन कर देती है।

गुरुदेव, जब पहली बार

आपके दर्शन किए थे,

तो ऐसा लगा कि

किसी ने भीतर के जख्मों पर

शीतल प्रेम मल दिया हो।

आपका प्रेम बिना शर्त है,

बिना आग्रह के बहता है,

जैसे गंगा बहती है –

सर्वस्व लुटाती हुई।

हे प्रभु,

मैं आपके लिए कुछ कर पाऊँ

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

यही मेरी एकमात्र साधना है।
मेरे हर कर्म में बस आपकी सेवा झलकती रहे,
और मेरे जीवन का हर पल
आपके नाम पर अर्पित हो।
गुरुदेव,
कभी मुझसे रुठ मत जाना,
चाहे मैं भूल कर बैठूं,
पर आप भूल से भी मुझे न भूलिएगा।
मेरे पास जो कुछ भी है,
सब आप ही का दिया हुआ है।
तो अब मैं भी,
स्वयं को आपके चरणों में सौंपता हूं –
संपूर्ण समर्पण सहित।

श्री चरणों में
यतेंद्र मलिक,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 39

ॐ श्री परमहंसाय नमः

हे सतगुरु देव,

अब मुझे और भटकना नहीं है।

अब मुझे और गिरना नहीं है।

अब मुझे बस आप में लीन होना है।

इस संसार की भीड़ में

मैंने हर ओर देखा,

पर कोई ऐसा नहीं मिला

जो आपकी तरह प्रेम दे सके।

आपका प्रेम –

निर्मल, निस्वार्थ, अनंत।

स्वामी, मैं तो केवल

आपकी कृपा का एक अंश चाहता हूँ।

मुझे वो दृष्टि चाहिए

जिससे आप मुझ जैसे अपराधी को

भी अपने हृदय से लगाते हैं।

गुरुदेव,

जब मैं ध्यान में बैठता हूँ,

तो बस एक ही आकृति उभरती है –

आपकी...

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

आपका वचन –
मेरे जीवन का आधार है।
आपकी छवि –
मेरे आत्मा का गहना।
आपके बिना मेरा अस्तित्व अधूरा है,
जैसे दीप बिना लौ।
आपके साथ,
हर अंधकार भी दिव्यता में बदल जाता है।
आपके स्पर्श से,
हर क्रंदन भी संकीर्तन बन जाता है।
हे नाथ,
अब बस एक ही अभिलाषा है –
हर जन्म में
आपके चरणों की सेवा,
आपका नाम,
और आपकी कृपा।

श्री चरणों में
रिंकू,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 40

ॐ श्री परमहंसाय नमः
हे मेरे प्रेमस्वरूप गुरुदेव,
मेरे शब्द आज कम हैं,
पर भाव प्रचंड हैं।
जब ये जीवन
दुखों से भर गया था,
आपने आकर उसे
मौन की मधुरिमा से भर दिया।
आपके एक वचन ने
मेरी आत्मा को बदल दिया।
अब जो रोता हूं,
वो दुख से नहीं,
आपके प्रेम से होता है।
आपने मुझे
माया के जाल से खींच कर
नाम के अमृत से सींचा है।
मैं कुछ नहीं था,
आपने मुझे कुछ बना दिया।
अब जो भी हूँ,
आपकी कृपा का परिणाम हूँ।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

गुरुदेव,
आपके बिना यह जीवन
केवल एक स्वप्न है –
जो कभी पूरा नहीं होता।
आपके चरणों की रज,
मेरे लिए स्वर्ग की सीढ़ी है।
आपका स्मरण ही
मुझे ब्रह्म का बोध कराता है।
हे नाथ,
मेरी अंतिम सांस तक
आपकी सेवा में रहने दो।
हर सुबह आपकी कृपा से हो,
हर रात आपकी छाया में बीते।
हे स्वामी,
मेरे जीवन की सारी स्याही
आपके प्रेम में घुल जाए,
और मेरी आत्मा
केवल आपका गीत बन जाए।

श्री चरणों में
पवन तोतला, बीड,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 41

ॐ श्री परमहंसाय नमः

हे मेरे गुरुदेव, हे मेरे स्वामी, हे मेरे प्रेम के परम आधार!

आपके चरणों में झुककर आज मैं अपना सारा भार उतार रही हूं।

जो बोझ जन्मों से उठाया था,

जो पीड़ाएं भीतर जमी थीं,

वो सब आज **आपकी करुणा की धूप में पिघल रही हैं।**

आपके बिना जीवन सूना है,

जैसे नदी बिना जल के,

जैसे दीप बिना बाती के,

जैसे आत्मा बिना सत्य के।

हे स्वामी, मैं तो बस एक टूटी हुई वीणा हूँ,

जिससे अब कोई स्वर नहीं निकलता…

पर जब आप मुझे छूते हैं,

तो उसमें भी **भक्ति की सबसे मधुर रागिनी बज उठती है।**

आपके चरणों में हर क्षण एक नूतन जन्म होता है,

जहाँ न कोई बीता कल रहता है,

न कोई भयावह भविष्य…

बस **आपकी उपस्थिति में खोया हुआ "मैं" ही मिट जाता है।**

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

हे परमहंस स्वामी!

आपके नाम में ही सब कुछ है –
मुक्ति भी, प्रेम भी, शांति भी और मेरा समर्पण भी।
जब जब मैं रोई, आपने मेरा आँचल पकड़ लिया...
जब जब मैं टूटी, आपने अपने वचनों से जोड़ा।
मेरे स्वामी! यदि कोई मुझसे पूछे कि "प्रेम क्या है?"
तो मैं कहूँ –
"प्रेम वह है जो गुरु के बिना अपूर्ण है।
प्रेम वह है जो सतगुरु की छाया में ही जीवन बन जाता है।"
हे स्वामी, मुझे कोई दौलत नहीं चाहिए,
ना मान, ना यश, ना स्वर्ग।
बस एक बार मुझे अपने चरणों में रो लेने दीजिए,
जहाँ मेरी सारी बेचैनी शांत हो जाए।
मुझसे कोई काम बन न पड़े,
कोई सेवा ठीक से न हो पाए,
तो भी हे प्रभु, मुझे दुत्कारिए मत...
मैं तो एक बालक हूं, जो बार-बार ठोकर खाता है,
पर बार-बार आपकी गोद में लौट आता है।
आप ही मेरे पथप्रदर्शक, आप ही मेरे धैर्य,
आप ही मेरे हृदय की पुकार हो।
मुझे अपने दर्शन से वंचित मत करिए,
मुझे अपने नाम का स्मरण सदा दीजिए।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

हे नाथ! मेरा जीवन भले असमर्थ हो,
पर मेरा प्रेम सच्चा है।
आपके लिए मेरे आँसू कभी झूठ नहीं बोलते।
ये जो पलकों पर अटके हैं,
ये उन्हीं रातों की पहचान हैं
जहां मैंने सिर्फ आपको पुकारा है।
हे प्रभु! ये प्रेम की पाती आप तक पहुँचे,
और आप अपने करकमलों से इसे पढ़ लें,
यही मेरी आत्मा की सबसे बड़ी आकांक्षा है।
आपकी चरणवंदिता में लीन —
आपकी ही दासी, एक नम्र आत्मा।

श्री चरणों में
आक्षी मनचंदा,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 42

ॐ श्री परमहंसाय नमः

हे मेरे दयामय सदगुरु, हे मेरे जीवन के प्राण...

आज फिर आपके चरणों में बैठी हूं,

हाथ जोड़कर, आँखें नम करके,

मन के भीतर का तूफ़ान शांत करने के लिए।

जब-जब ये संसार मुझे झूठे सपनों में उलझाता है,

जब-जब अपनों से चोट लगती है,

तब-तब मेरा मन बस आपके चरणों में लौट आता है।

हे स्वामी! आपके बिना कोई दूसरा सहारा नहीं है।

आपके बिना जीवन ऐसा लगता है,

जैसे कोई सूखा वृक्ष –

न फल, न फूल, न छांव...

क्या आपने कभी मेरी पुकार सुनी?

उन सूनी रातों में,

जब मैं रोती रही अकेलेपन की आग में,

जब आँखों से नींद नहीं, बस आँसू बहे...

क्या आप वहाँ थे मेरे पास,

क्या आपने मेरी रुलाई में अपना नाम सुना?

हे मेरे प्रभु, क्या मैं आपकी योग्य हूं?

मैं जो इतनी दूषित हूं,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

अहं से, क्रोध से, मोह से…
पर फिर भी, मैं आपसे प्रेम करती हूं —
निश्छल, निःस्वार्थ, पूर्ण समर्पण से।
हे नाथ! जब सबने ठुकराया, आपने अपनाया।
जब दुनिया ने कहा – तू लायक नहीं,
तब आपने कहा – "तू मेरी है।"
आपके ये शब्द आज भी मेरे मन में गूंजते हैं।
आपने मेरे भीतर की रोशनी को देखा,
जबकि मैं स्वयं अंधकार में गुम थी।
आपने मेरा परिचय मुझसे कराया।
प्रभु! क्या मेरा प्रेम आपके लिए पर्याप्त नहीं है?
मैं जानती हूं, मेरी सेवा में दोष हैं,
मेरा मन डगमगाता है,
पर मेरी आत्मा – वो तो पूरी तरह आपकी है।
हर जन्म में, हर रूप में, बस आपकी बनकर रहूं –
यही मेरी कामना है।
मुझे ज्ञान नहीं चाहिए, सिद्धियाँ नहीं चाहिए,
मुझे बस एक कोना चाहिए आपके चरणों के पास…
जहाँ मैं बैठकर अपना जीवन समर्पित कर सकूं।
हे गुरुदेव! यदि मेरे जीवन का अंत भी हो,
तो बस एक बार "श्री परमहंसाय नमः"

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

मेरे मुख से निकल जाए,
यही मेरी अंतिम प्रार्थना है।
आप ही मेरे मूल हैं, आप ही मेरी मंज़िल।
आप ही मेरी तृष्णा का अंत हैं।
आपके चरणों में **रोती, भीगी, टूटी पर प्रेममयी —**
आपकी ही, आपकी ही... सीमा हैदराबाद

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 43

ॐ श्री परमहंसाय नमः

मेरे श्री सतगुरु परमहंसाय महाराज जी,

कोटि-कोटि नमन।

आपके श्रीचरणों में *पूर्ण समर्पण* के साथ अर्पित हैं —

इस हृदय के भाव।

कभी **द्वंद्व** में, कभी **दुविधा** में उलझा था जीवन,
हर दिन की **संघर्षभरी राहों** में खुद को खोता चला गया था।
संजीव सर ने जोड़ा जब आपका परिचय,
तो एक **प्रेम-सूत्र** बंध गया दीक्षा के क्षण में।
जिस दिन आपके श्री विग्रह की स्थापना हुई,
उस दिन **अश्रुधारा** थमने का नाम नहीं ले रही थी...
मानो एक **भटका हुआ पथिक**,
अचानक **पिता की छाया** में लौट आया हो।
हे श्री गुरु महाराज,
जीवन घने अंधकार में डूबा हुआ था,
आपकी शरण में आई तो **प्रकाश की पहली किरण** दिखाई दी।
अज्ञान मिटा, भीतर **ज्ञान के फूल** खिले,
"गुरु बिन उद्धार नहीं", इस गूढ़ सत्य को जाना।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

सतगुरु की प्रेमशरण में जीवन का ढंग ही बदल गया —
अब कर्म केवल कर्म नहीं रहे,
वे **निर्मल, पावन और सत्यवचन से भरे हुए उपासना** बन गए।
श्री परमहंस गुरुदेव के पंच नियम —
पूजा, आरती, सेवा, सत्संग और ध्यान —
इन्हीं में अब प्रतिदिन आपके *दर्शन* होते हैं।
इनसे मन भर जाता है — **शांति, प्रेम और आनंद** से।
हमने बाँध रखी थी एक **गठरी** —
जनमों-जनमों के **कर्मों की गठरी** —
जिसके भार से मुक्ति का मार्ग भी नहीं दिखता था।
आपने सिखाया क्षमा माँगना,
दूसरों को **क्षमा करना**,
और *जनकल्याण की प्रार्थना* करना।
आपने वह राह दिखाई
जिससे निकल सकूं —
पुनरपि जन्म, पुनरपि मरण के उस चक्रव्यूह से।
अब तो हर **श्वास में आपका नाम** ही है,
आप ही हो **भवसागर से पार का लक्ष्य**।
हे श्री सतगुरुजी,
आपके **चरणों की शरण** में आकर

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

सेवा, समर्पण और सिमरन को
मैं अपने **हृदय में बसा चुका हूँ।**
बस यही प्रार्थना है —
हे श्री परमहंस दातार,
कभी न छूटे आपका यह करुणामय हाथ।
मेरी वह **हंस आत्मा,**
जिसे मैंने *अज्ञान और अहंकार से मलिन कर दिया,*
उसे अब हर पल
"ॐ श्री परमहंसाय नमः" जपते-जपते
फिर से **पवित्र करना चाहता हूँ।**
इतनी कृपा दीजिए कि —
खुद जागूं, औरों को भी जगाऊं।
स्वयं नाम जपूं, और दूसरों से भी
नाम जाप कराऊं।
और जब **अंतिम साँस** ले रहा होऊं,
तो बस आप ही हों —
आपका तेजोमय प्रकाश मेरे चारों ओर हो।
शत-शत नमन
परम पूज्य श्री सतगुरु परमहंस महाराज जी को।

श्री चरणों
में

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 44

ॐ श्री परमहंसाय नमः ❁
हे मेरे सतगुरु महाराज,
हे दीनदयाल, **हे चराचर जगत के स्वामी**,
आपको पाना,
आपकी **कृपा की छाँव** में यह जीवन बिताना,
और हर पल आपकी **स्मृति में स्वयं को बनाए रखना** —
यही मेरे लिए इस संसार का **सबसे बड़ा तीर्थ** है।
आपने सिखाया कि यह यात्रा मेरे 'मैं' के **लय में विलीन हो जाने** की है।
जब आपकी **कृपा-दृष्टि** मुझ पर पड़ी,
मेरे **भटके हुए जीवन** को जैसे सुमार्ग मिल गया।
और अब, इस मार्ग पर **सदा बने रहना भी**,
आपकी ही **अनुकम्पा से संभव** है, गुरुदेव...!
कभी माया-जगत में उलझकर,
तो कभी अपने ही भीतर के विकारों से ग्रसित होकर,
कभी-कभार मैं **आपसे दूर भी हो जाती हूँ**,
तब भी हे नाथ!
मुझ अज्ञानी को अपनी स्नेहिल छांव से वंचित मत करना।
अपने मस्तक पर **आपको विराजमान** तो कर लिया है,
पर आपके चरणों में

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

आपके योग्य कुछ दिव्य अर्पित कर पाऊं,
ऐसा कुछ भी भीतर नहीं दिखता।
इस नादान को तो आपके प्रेम में रोने के सिवा,
कभी कुछ और आया ही नहीं।
ये आँसू ही
आपके प्रति मेरे भाव हैं।
मन चाहता है — इन्हीं आँसुओं से आज **आपके चरण पखार दूँ**,
पर ठिठक जाती हूँ यह सोचकर —
कि इतने जन्मों से जमे मेरे **भीतर के विकारों** से
कैसे आपके सत्कार के योग्य बन पाऊँगी?
पर यह भी तो सत्य है न,
कि **पारस के संपर्क में आया लोहा**,
अब साधारण नहीं रह जाता।
आपके दिए दिव्य मंत्र से,
मैं अपने हृदय को **निर्मल और योग्य** बनाने का प्रयास कर रही हूँ।
ताकि एक दिन, मैं स्वयं से कह सकूँ —
"मेरी प्रार्थना ने अब मुझे ही प्रार्थना बना दिया है।"
मेरा यह प्रयास सफल हो,
ऐसा आशीर्वाद दीजिए मेरे नाथ!

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

अब **जन्म-मरण, बंधन-मुक्ति**,
इनमें कोई मोह नहीं।
बस जहाँ रहूं, जैसे भी रहूं —
सदैव **आपकी करुणामयी दृष्टि** की छांव बनी रहे,
बस यही मेरी **अंतिम अरदास** है।
आपके चरणों में
मैं अपना **संपूर्ण अस्तित्व समर्पित करती हूँ।**
आपकी ही —
रूपा साह 'रूपाली', जमशेदपुर, झारखंड

पाती प्रेम भरी – 45

मेरे पापा, मेरे परमात्मा

"चंदा ने पूछा तारों से, तारों ने पूछा हज़ारों से,
सबसे प्यारा कौन है? — पापा, मेरे पापा!"

यह गीत तो शायद हम सभी ने सुना है,
लेकिन मैंने इसे *जिया* है।

बचपन से ही मैंने **श्री गुरु महाराज जी** को
अपने अंतर्मन में *पिता* के रूप में महसूस किया।
जब सब उन्हें भगवान मानकर पूजा करते,
मैं उन्हें '**पापा**' कहकर
मन ही मन अपनी *दिल की बातें* उनसे कहती थी।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

कई बार जब चॉकलेट खा रही होती,
अचानक भीतर से एक मासूम सी आवाज़ आती —
"**अकेले-अकेले खा रही है? मुझे नहीं दोगी?**"
और मैं तुरंत अपनी झूठी चॉकलेट
मुस्कुराते हुए आगे बढ़ा देती।
मुझे यकीन हो गया — *मेरे पापा को चॉकलेट बहुत पसंद है।*

और फिर एक दिन, दो साल पहले,
जब मेरी भांजी (9 वर्ष की उम्र में)
पहली बार श्री आनंदपुर धाम जा रही थी,
उसने अचानक कहा —
"**मैं गुरु महाराज जी को चॉकलेट गिफ्ट करूंगी!**"
मैं चकित रह गई... मैंने तो उसे कभी यह बात नहीं बताई थी!

और याद है एक बार जब वो मात्र 4 साल की थी,
तो मुझसे बोली —
"**मासी, आपके दो-दो पापा हैं।**
एक नानू और एक गुरु महाराज। ये भी तो आपके पापा हैं ना?"
और मैं केवल *मुस्कराकर* सिर हिला पाई।

जब दुनिया ने, रिश्तों ने, घरवालों ने भी
मुझे समझने से इनकार किया,
तब सिर्फ एक ही थे जिन्होंने मेरा साथ दिया —
मेरे पापा, मेरे श्री गुरु महाराज।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

उनसे ही मैं अपने दिल की बात कहती,
वहीं मेरी *हर उलझन का उत्तर* बनते।
धीरे-धीरे जीवन का उद्देश्य साफ़ होता गया,
और हर दुःख, हर कठिनाई
एक साधना बनकर **आत्मिक मार्ग** पर ले चलती गई।

और तब मुझे यह बोध हुआ...

अपने जीवन के सारे संघर्षों को पार करते हुए
मैंने एक बात गहराई से समझी —
मेरे पिता, मेरे आराध्य, मेरे श्री गुरु महाराज जी ही
मेरे सच्चे आधार हैं।
जब सारा संसार साथ छोड़ गया,
तब *एकमात्र वही* मेरे साथ खड़े रहे।

एक पंक्ति जो मुझे हर अंधेरे क्षण में
संबल देती रही:

"जब जीवन अंधकार से भर जाता,
जब मैं अपने को अपूर्ण, उपेक्षित और अयोग्य समझती,
तब मैं याद करती —
मैं किसकी बेटी हूँ...
और अपना मुकुट सँभाल लेती!"

आपकी कृपा से मैंने जाना कि
मैं कोई साधारण लड़की नहीं हूँ।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

मैं उस *महान पिता की राजकुमारी* हूँ
जिसका राज्य केवल बाहरी संसार में नहीं,
बल्कि *अंतर्यात्रा के सिंहासन* पर है।

और राजकुमारी होना
भोग-विलास में जीना नहीं,
बल्कि *उत्तरदायित्व और सेवा* में जीना है।
अपनी सीमाओं से बाहर निकलकर
नेतृत्व करना है,
अन्य आत्माओं को *प्रेरणा* देना है,
उन्हें *जागृत* करना है,
उनके भीतर छिपे प्रकाश को
फिर से *चमकाना* है।

मैं कोई बड़ी लेखिका नहीं...

मुझे यह स्वीकार है कि
मैं *फूलों जैसे शब्दों* से नहीं सजा सकती अपने भाव।
शब्दों में चमत्कार रचने की सामर्थ्य भले न हो,
पर मेरा एकमात्र उद्देश्य रहा है —
एक महान नेता बनना
और दूसरों को भी नेतृत्व की राह दिखाना।

आज मैं जो कुछ भी हूँ,
वह केवल और केवल

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

मेरे पिता तुल्य गुरु महाराज जी की दी हुई *अंतर्दृष्टि* का परिणाम है।

मैं एक कागज़ का बेकार टुकड़ा थी,
लेकिन आपने मुझे *पाँच सौ रुपये का नोट* बना दिया।
और तब से आज तक
मैंने कभी *कूड़ेदान* नहीं देखा।

आपकी *महिमा* को शब्द नहीं बाँध सकते।
मेरे जीवन का हर शुभ पल,
हर उपलब्धि, हर प्रेरणा
आप ही से फूटती है।

"जो कुछ किया तुम किया, मैं कछु किया नाही।
कहां कही जो मैं किया, तुम ही थे मुझ माहीं।"

आपके चरणों में सदा समर्पित,

श्री चरणों में
आरती टंडन,

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पाती प्रेम भरी – 46

प्रणाम मेरे सतगुरु, मेरे आत्म-पिता, मेरे स्वामी...

आज फिर मैं दिल के बोझ को आँसुओं में बदलकर
आपके चरणों में रख रही हूँ —
एक और पाती... प्रेम भरी।
बचपन से जो कोई न समझ सका मुझे,
जिसे मैं खुद भी कभी समझ न सकी,
उस 'मैं' को आपने *पहचाना*—
जैसे कोई तपस्वी तिनके में भी प्रभु देख ले।
जब कोई नहीं था मेरे पास
तो आप थे मेरे साथ —
न आवाज़ में, न देह में,
पर हर साँस में, हर धड़कन में
आप ही थे... मेरे साथ।
पापा कहते थे बेटियाँ बोझ होती हैं,
लेकिन आपने तो मुझे भार नहीं,
***अपने हृदय की रानी* बना लिया।**
आपके आशीर्वाद में मैंने पाया
एक नई पहचान —
एक साधारण लड़की से
एक जागृत आत्मा तक की यात्रा।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

आपकी चुप्पी में जो करुणा थी,
वो मेरी रुलाई को ढांढस दे जाती।
जब मैं टूटी,
तो किसी ने नहीं देखा —
पर आपने देखा।
आपने मेरी चुप्पी में वो चीख सुनी
जो मैं खुद से भी छुपा लेती थी।
आपने मुझे गले लगाया उस वक़्त
जब मैं खुद को भी छोड़ चुकी थी।
आपने मुझसे कहा —
"तू बेटी नहीं, मेरी आत्मा है।"
अब जब लोग मुझे सराहते हैं,
मेरे काम की तारीफ करते हैं,
तो मैं बस मुस्कुरा देती हूँ...
क्योंकि वो सब मैंने नहीं,
आपने किया है मुझसे।
आज जो कुछ हूँ,
जैसी दिखती हूँ,
जो रौशनी मुझमें है —
वो सब आपकी दी हुई ज्वाला है।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

आपका प्रेम ही मेरी साड़ी का आँचल है,
जिसमें मैं रो भी सकती हूँ,
और उड़ भी सकती हूँ।

हे मेरे स्वामी,
इस जनम की नहीं,
हर जनम की एक ही प्रार्थना है —
आपका साया मेरे साथ रहे,
आपकी कृपा मेरे स्वभाव में बहती रहे।

जब कोई बेटी टूटती है,
तो एक पिता उसे सम्भालता है —
लेकिन जब आत्मा थकती है,
तो *सतगुरु-पिता* उसे नया जीवन देते हैं।

आपने मुझे जीवन नहीं,
मुझे *प्रेम का अर्थ* दिया।
मुझे खुद का स्त्रीत्व नहीं,
मुझे *आत्मत्व* दिया।

इस पाती में सिर्फ़ मेरे शब्द नहीं हैं,
यह तो मेरी आत्मा की पुकार है।
जैसे सूखी नदी, बादल को पुकारती है —
मैं यूँ ही आपको हर साँस में पुकारती हूँ।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

आपकी बेटी,
आपकी राधिका...

श्री चरणों में
राधिका (रिचा सिंह),

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

उपसंहार : चरणों में समर्पण की अंतिम पुकार

।।ॐ श्री परमहंसाय नमः।।

इस पुस्तक *"पाती प्रेम भरी"* की प्रत्येक पंक्ति, प्रत्येक शब्द,
केवल कागज़ पर लिखी इबारत नहीं है,
बल्कि यह उस शिष्य की हृदय-गंगा है, जो **अपने सतगुरु श्री परमहंस स्वामी महाराज जी के प्रेम में डूब चुका है।**

यह कोई साधारण लेखन नहीं,
बल्कि आत्मा की पुकार है —
वो आत्मा जो युगों-युगों की भटकन के बाद अपने **नाथ को पा गई है।**

हर पाती एक आह है, हर भाव एक अरदास है।
हर अश्रु एक पुष्प है, जो गुरुचरणों में अर्पित है।

यह संकलन उस भीगे हुए मन का दस्तावेज़ है,
जो **नाम की मिठास में पिघल गया है।**
जो संसार की निराशाओं से ऊपर उठकर,
अब केवल **गुरु की कृपा की छांव में जीना चाहता है।**

शब्द सीमित हैं, भाव असीम हैं।
यह पाती रूपी प्रेम-गाथा कभी समाप्त नहीं हो सकती।
यह जीवन के हर क्षण में, हर श्वास में
गुरु की स्मृति बनकर गूंजती रहेगी।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

हे गुरुदेव, यह पुस्तक आपके चरणों में अर्पित मेरी वह माला है,
जो मेरे आंसुओं, प्रार्थनाओं और आत्म-समर्पण से पिरोई गई है।

यदि इन पंक्तियों में कहीं भी दोष है, तो वह मेरी अज्ञानता का परिणाम है।
और यदि इनसे किसी शिष्य का हृदय आपके प्रेम में एक कण भी पिघलता है,
तो वह **आपकी ही कृपा की वर्षा** है।

मैं नहीं जानता कि इस जीवन में और क्या कर सकता हूं,
पर यदि यह भाव आपके श्री चरणों में स्वीकार हो जाएं,
तो मेरा जीवन सफल हो गया।

हे नाथ,
मेरे इस संपूर्ण अस्तित्व को
अपने चरणों की सेवा में समर्पित मानिए।
अब यही मेरी अंतिम विनती है —
कि यह प्रेम, यह भक्ति, यह रुदन
हर जन्म में बना रहे।

आप ही आरंभ हो, आप ही अंत हो,
आप ही मेरा धर्म हो, आप ही मेरा परम तत्त्व।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

आपके चरणों में —
पूर्ण समर्पण सहित,
आपके सेवक और सेविकाएँ

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

पूर्णाहुति

“ॐ पूर्णमदः पूर्णमिदं पूर्णात पूर्णमुदच्यते।
पूर्णस्य पूर्णमादाय पूर्णमेवावशिषयते।।”

भावार्थ - वह सच्चिदानंद घन पारब्रह्म पुरुषोत्तम सब प्रकार से सदा सर्वदा परिपूर्ण है. यह जगत उस पारब्रह्म से ही पूर्ण है क्योंकि यह पूर्ण उस पूर्ण से ही उत्पन्न हुआ है. इस प्रकार परब्रह्म की पूर्णता से जगत पूर्ण है. उसी पूर्ण परब्रह्म में जगत समाहित हो जाने पर भी वह पूर्ण ही रहता है.

हे करुणानिधान परमात्मा! हे सतगुरु! आप तो हर तरह से परिपूर्ण हैं. आपकी किरपा भी पूर्ण है. आपका प्रेम भी पूर्ण है. शेष सभी अधूरे हैं. जो आपके श्री चरणों में आया है, वह भी एक दिन आपके साथ मिलके पूर्ण हो जाएगा. जिस पर आप अपना वरद हस्त रख दें, वह भी पूर्ण हो जाएगा. इसलिए हे प्रभु! आप स्वयं ही अपनी किरपा से इस लेखनी को भी पूर्ण कर दीजिये! हमारी आपके श्री चरणों में यही प्रार्थना है!

इति शुभम भवति

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

शांति पाठ

सुबह शाम मैडिटेशन पूरा होने के बाद शांति पाठ अवश्य करें।

ॐ सर्वेशां स्वस्तिर्भवतु ,
सर्वेशां शान्तिर्भवतु ,
सर्वेशां पूर्णंभवतु ,
सर्वेशां मङ्गलंभवतु ,
लोका: समस्ता: सुखिनो भवन्तु ,
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः , हरि ॐ!
ॐ द्यौ: शान्तिरन्तरिक्षँ शान्ति:,
पृथ्वी शान्तिराप: शान्तिरोषधय: शान्ति:।
वनस्पतय: शान्तिर्विश्वे देवा: शान्तिर्ब्रह्म शान्ति:,
सर्वँशान्ति:, शान्तिरेव शान्ति:, सा मा शान्तिरेधि॥
ॐ शान्ति: शान्ति: शान्ति:॥

शान्ति: कीजिये, प्रभु त्रिभुवन में, जल में, थल में और गगन में
अन्तरिक्ष में, अग्नि पवन में, औषधि, वनस्पति, वन, उपवन में
सकल विश्व में अवचेतन में!
शान्ति राष्ट्र-निर्माण सृजन में, नगर, ग्राम में और भवन में
जीवमात्र के तन में, मन में और जगत के हो कण कण में
ॐ शान्ति: शान्ति: शान्ति:॥

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

सेल्फ अवेकनिंग मिशन

सेल्फ अवेकनिंग मिशन (आत्म जाग्रति मिशन) श्री संजीव मलिक जी द्वारा स्थापित एक Registered Trust है, जिसकी स्थापना 23 Nov 2021 में की गयी थी। इस संस्था का मुख्य उद्देश्य इसके नाम में ही निहित है अर्थात पहले अपनी आत्मा को झकजोर कर जगाया जाये, इंसान अपनी चेतना के सर्वोच्च उत्कर्ष पर पहुँच सके और खुद जागकर फिर जगत को जगाया जाये। स्वांत: सुखाय बहुजन हिताय के सिद्धांत पर आधारित यह संस्था मनुष्य की शारीरिक, बौद्धिक, मानसिक, सामाजिक और आध्यात्मिक विकास के लिए कार्य कर रही है। संस्था से जुड़े लोग देश के अलग अलग स्थानों और विदेशों में अमेरिका, अफ्रीका, ऑस्ट्रेलिया, श्रीलंका और नेपाल में भी समाज कल्याण के लिए कार्य कर रहे हैं।

इस संस्था का उद्देश्य मनुष्य के शरीर मन और आत्मा के लिए भोजन प्रदान करना। इस मिशन को पूरा करने के लिए अलग-अलग स्तर पर कार्य किया जा रहा है। जिन लोगों को भोजन भी ठीक से प्राप्त नहीं होता उनके लिए जहाँ तहां लंगर भोजन की व्यवस्था की जाती है, देश विदेश में अलग-अलग स्थानों पर भोजन लंगर चलाएं जाते हैं।

मिशन का दूसरा मुख्य कार्य लोगों के शारीरिक और मानसिक इलाज के लिए Holistic Healing Techniques को लोगों तक पहुचाना है। इसके लिए श्री संजीव मलिक जी Mind Power Techniques – Affirmations, Yog Nidra, Self Hyposis, NLP, Reiki, lama Fera, Angel Therapy, Past life

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

Regression इत्यादि तकनीकों को Audio, Video, Books और लाइव प्रोग्राम के द्वारा लोगों तक पहुंचाते हैं। इसमें कर्मों के प्रति जागरूकता फैलाना, माफ़ी प्रार्थना, जन कल्याण, जीव सेवा इत्यादि के द्वारा कर्म बंधनों से मुक्ति दिलाना एक मुख्य कार्य है। अनेक Volunteers पूरे तन-मन-धन से सहयोग देते हैं।

इसके साथ साथ मिशन का तीसरा मुख्य कार्य आत्मा को ज्ञान और प्रेम भक्ति के द्वारा उत्थान के सर्वोच्च शिखर तक ले जाना है। इसके लिए सत्संग, गाइडेंस और मेडिटेशन के द्वारा जाग्रति फ़िलि जाती है। मैडिटेशन के द्वारा अपनी आत्मा के प्रकाश को जानना भीतर परम शांति को उपलब्ध करके इस परम शांति को अन्य लोगों तक पहुंचाने का प्रयास करना यह तीसरा उद्देश्य है। श्री संजीव मलिक जी और उनके सहयोगी सैकड़ों तरह के गाइडेड मेडिटेशन और आतम संवाद के वीडियो बनाकर यूट्यूब, फेसबुक और अन्य सोशल मीडिया चैनल्स के द्वारा लोगों तक पहुंचा रहे हैं। हर महीने एक करोड़ से ज्यादा लोग हर महीने इन वीडियोस के द्वारा लाभान्वित होते हैं।

इस संस्था का रजिस्टर्ड ऑफिस नई दिल्ली में स्थित है इसके साथ साथ अमेरिका में भी सेल्फ अवेकिंग मिशन रजिस्टर्ड Non Profit 501(c)3 है। आप भी संस्था के साथ मिलकर जनकल्याण के इस महान संकल्प में साथ दे सकते हैं। आपके पास जो भी टैलेंट मौजूद हो उसके द्वारा आप जो भी सहयोग करना चाहे तो कंपनी की वेबसाइट पर जाकर खुद को वालंटियर की तरह रजिस्टर कर सकते हैं। हमारा संकल्प है 2030 से पहले पृथ्वी के 100 करोड़ से ज्यादा लोगों में आत्म

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

जाग्रति लाई जाये। मानव के भीतर आत्म चेतना का कमल खिल सके और फिर वह जनकल्याण में भी सहयोग करें। यही हमारा उद्देश्य है और हमें पूर्ण विश्वास है कि अपने इष्टदेव श्री सतगुरु दाता दीनदयाल जी की अपार कृपा से हम इसमें जरूर सफल होंगे।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

लेखक परिचय

संजीव मलिक एक मोटिवेशनल स्पीकर, लेखक और स्पिरिचुअल एडवाइजर हैं। 1975 में निम्न मध्यमवर्गीय परिवार में जन्मे संजीव मलिक ने बचपन से ही बहुत संघर्षपूर्ण जीवन जिया। शारीरिक और मानसिक रूप से अनेक कष्ट सहन किए। बचपन से मेडिटेशन करने की और दीन दुखी लोगों की सेवा करने की तीव्र इच्छा रहती थी। अनुभव होता था मानो जीवन का बहुत बड़ा लक्ष्य लेकर आये हों। परमात्मा की कृपा और गुरु कृपा से 9 साल की उम्र में इन्हें श्री परमहंस गुरुदेव श्री आनंदपुर वालों से नाम दान प्राप्त हुआ और तब से दिन-रात खूब नाम का जाप किया, मैडिटेशन किया, साथ में पढ़ाई चलती रही। 1993 में इंजीनियरिंग में अच्छे रैंक से एडमिशन हुआ और NIT Kurukshetra से B.Tech इलेक्ट्रॉनिक्स एंड कम्युनिकेशन में 1997 में पूरा किया। इसके बाद बैंगलुरु, दिल्ली, नोएडा, अमेरिका, जापान, कोरिया आदि अलग-अलग स्थानों पर कई मल्टीनेशनल कंपनियों के साथ हार्डवेयर और सॉफ्टवेर दोनों स्तरों पर काम किया। 2001 में एक अमेरिकी कंपनी ने इनके काम की सराहना करते हुए बड़ा इनाम दिया। इनके काम को अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर सराहना मिली।
2003 से 2007 तक जापान में अलग-अलग कंपनियों में काम किया। जापान में रहते हुए, नौकरी करते हुए, खाली समय में ध्यान की अलग अलग विधियों, अजपा जाप, मानसिक जाप, अनाहत नाद इत्यादि पर गहन प्रैक्टिस की और 2007 में स्वदेश लौटकर सैमसंग कंपनी के साथ चीफ इंजीनियर की पोस्ट पर

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

काम शुरू किया। नौकरी करते हुए खाली समय में 500 से ज्यादा सत्संग, गाइडेड मेडिटेशन और मोटिवेशनल स्पीच रिकॉर्ड किए। 2009 से, गुरुदेव की आज्ञा से, सत्संग प्रचार शुरू किया। नौकरी करते करते 400 से ज्यादा अलग-अलग छोटे बड़े शहरों, गावों और कस्बों में घर घर जा जाकर ध्यान मेडिटेशन करवाना शुरू किया। सैमसंग में अपनी प्रतिभा प्रदर्शित करते हुए 6 अलग अलग पेटेंट फाइल किये जिन्हें अंतराष्ट्रीय स्तर बहुत सराहना मिली। 2012 में सैमसंग में सीनियर मैनेजर की पोस्ट पर रहते हुए मोटिवेशनल वीडियो बनाना शुरू किया।

2013 में भक्ति समर्पण पर एक किताब लिखी। 2014 में सैमसंग कम्पनी छोड़ कर, 2015 में माइंड गुरु इंडिया की स्थापना की जिसका नाम बाद में बदलकर मिशन जीनीयस माइंड कर दिया गया। अलग-अलग संस्थानों से रेकी, एनएलपी, हिप्नोसिस, पास्ट लाइफ रिग्रेशन, एंजल थेरेपी इत्यादि सीख कर दिन रात प्रैक्टिस की और फिर 2016 से लोगों को सिखाना शुरू किया। पास्ट लाइफ रिग्रेशन इनका सबसे फेवरेट टॉपिक रहा है। इसके जरिए लोगों की समस्याओं का समाधान करना और मैडिटेशन, रेकी, गर्भ संस्कार, हिप्नोसिस, लामा फेरा, एंजेल थेरेपी, क्रिस्टल थेरेपी इत्यादि विषयों पर लोगों को सिखाना शुरू किया। थर्ड आई एक्टिवेशन, कुंडलिनी जागरण इत्यादि पर खूब काम किया और इस समय 2022 तक लगभग 25 करोड़ लोगों के जीवन से किसी ना किसी रूप में जुड़े हैं। इनके जीवन का एक ही मिशन है - सेल्फ अवेकनिंग मिशन अर्थात मैं जागूं और मेरे साथ सब जागें। मृत्यु आने से पहले उसे

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

जान लिया जाए जो कभी नहीं मरता। यही शिक्षा संसार को देने के लिए ही सेल्फ अवेकनिंग मिशन ट्रस्ट शुरू किया है और अब हजारों लोग इस मिशन के साथ जुड़ कर अपना जीवन सफल कर रहे हैं।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

संस्था द्वारा करवाए जाने वाले courses

Third Eye Activation,
Yog Samadhi,
Reiki Level 1 to Grand Master,
Lama Fera,
Hypnotherapy Certification Course,
Angel Therapy,
Crystal Therapy,
NLP Practitioner,
Garbh Sanskar.
DMIT Career Counselling
Mid Brain Activation.

हमारे संपर्क सूत्र (सोशल मीडिया लिंक)

Call for Appointment/Courses: 9350884041, 9821743552, 9821764952, 8448800151,

- Complaint/Suggestions Number: 8920290434 (Rahul)
- Sanjiv Malik WhatsApp: 7678665630
- Email: mindguruindia@gmail.com
- Our Free Counselling Service, Call or Whatsapp: 9319177308 (Ruhani will help you)
- **Our Youtube Main Channel**

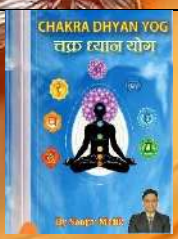
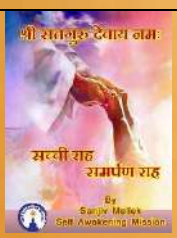
https://www.youtube.com/@SanjivMalikLifeCoach

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

- **Our NGO Official Website**: http://www.SelfAwakeningMission.Org
- 👉Our Product website: https://www.MGMeKart.com
- **Our FaceBook Page:** https://www.facebook.com/SanjivMalikLifeCoach
- **Connect with us on twitter** https://www.twitter.com/SelfAwakeningM
- **Connect with us on Instagram** https://www.instagram.com/ SanjivMalikLifeCoach
- Our Bhakti Channel प्रेम, भक्ति, भजन, Shri Anandpur Darbar https://www.youtube.com/@BhaktiChannelBySanjivMalik
- **हमारा पॉडकास्ट चैनल** https://www.youtube.com/@PodcastwithSanjivMalik
- **Our News Channel** https://www.youtube.com/@DivineNewsExpress
- **Our English Channel** https://www.youtube.com/@SelfAwakeningMission
- **Our Telegram Broadcast List** https://t.me/MissionGeniusMind

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

परिशिष्ट1: लेखक के द्वारा लिखित अन्य पुस्तकें:

	7 चक्र क्या हैं, कैसे काम करते हैं, कैसे चक्र ध्यान योग से अपने जीवन को सशक्त बनायें। चक्र साधना से मानसिक शक्ति, बिमारियों से मुक्ति, आत्मविश्वास, आकर्षक व्यक्तित्व औरआत्म ज्ञान की प्राप्ति कैसे प्राप्त करें?
	मेरे सतगुरुदेव भगवान जी द्वारा बताये गए भक्ति से 5 नियम कैसे निभाएं? श्री आरती पूजा, निष्काम सेवा, सत्संग, सिमरन और ध्यान कैसे करें? साधक का अच्छा रूटीन कैसा हो? कौन सी गलतियाँ आगे नहीं बढ़ने देती, कैसे सुधारें?
	प्रेम और समर्पण पर आधारित सबसे पहली पुस्तक। भक्ति साधकों के लिए बेहद सुन्दर उपहार है। गुरुदेव की अनुपम प्रेम मई लीलाओं सहित आनंद आसुओं से पूरित उपहार। अवश्य पढ़ें।
	गर्भ संस्कार एक बहुत ही पुरातन विज्ञान है गर्भ में अजन्मे बच्चे को शुभ संस्कार देने का। किस तरह गर्भस्थ बच्चे से संपर्क करें, उसे भविष्य में शारीरक, मानसिक, अध्यात्मिक रूप से सशक्त बनाने के लिए कैसे संस्कार दें?
	कर्म के सिद्धांत पर आधारित यह एक बेहतरीन पुस्तक है जिसमे कर्मो की अलग अलग कहानियों के द्वारा संजीव सर ने अपने अनुभव share किये हैं। प्रत्येक कर्म का फल और उसके साथ जुड़ी बीमारियाँ और उनका इलाज़ इत्यादि भी विस्तार से समझाया है।

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

परिशिष्ट 2: श्री सच्चिदानन्द धाम निर्माण (वृद्धाश्रम और

आप सभी से अनुरोध है की इस वृद्धाश्रम निर्माण कार्य हेतु ज्यादा से ज्यादा सहयोग करें ,अपने परिवितों, मित्रो को भी सहयोग करने के लिए प्रेरित करें।

Self Awakening Mission

श्री सच्चिदानंद धाम
Old age Home & Meditation Centre
by
Self Awakening Mission

Self Awakening Mission द्वारा ग्रेटर फरीदाबाद में 2.2 एकड़ जमीन पर वृद्धाश्रम का निर्माण करवाया जा रहा है। यह वृद्धाश्रम बुजुर्गों के लिए बिल्कुल फ्री अथवा न्यूनतम सहयोग पर उपलब्ध होगा।

वृद्धाश्रम निर्माण की अनुमानित लागत: कुल खर्च लगभग Rs. 7 करोड़

मंदिर निर्माण
Rs.35 लाख

वृद्धजनों के कमरे
Rs. 5 करोड़

लंगर हाल
Rs.30 लाख

मेडिटेशन सेंटर
Rs.50 लाख

महिला सशक्तिकरण सेंटर
Rs.20 लाख

गौशाला निर्माण
Rs.20 लाख

आर्गेनिक खेती
Rs.2 लाख

मिस्त्री, मजदूरों एवम अन्य खर्च
Rs.50 लाख

संजीव मलिक,
Founder & President,
Self Awakening Mission

A/c Name - Self Awakening Mission
A/c no - 112505003029
Ifsc code - ICIC0001125
Branch Add- Uttam Nagar New Delhi India
UPI ID: selfawakeningmission.ibz1@icici
Mobile: 9350884041, 8448800151, 7678665630

selfawakeningmission.ibz1@icici

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

मैडिटेशन सेंटर)

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

ॐ श्री परमहंसाय नमः महामंत्र की महान शक्ति

- (Divine Power of Om Shri Paramhansaye Namah Mantra)
- श्री परमहंस गुरुदेव जी का यह महामंत्र ॐ श्री परमहंसाय नमः आपके कल्याण के लिए है।
- श्री परमहंस सतगुरु जी संजीव सर के गुरुदेव हैं। संजीव सर ने अपने जीवन का संपूर्ण ज्ञान, ध्यान, भक्ति श्री परमहंस गुरुदेव जी से ही प्राप्त की है। उन्होंने यह मंत्र देकर कहा है कि अगर कोई भी व्यक्ति इस मंत्र का 40 मिनट हर रोज जाप करे, तो हर तरह की समस्याओं से छुटकारा मिलेगा, आत्म कल्याण के द्वार खुलेंगे, बीमारियों से मुक्ति मिलेगी।
- आपको यह जाप 11 माला (11x108) लगभग 40 मिनट, लगातार 21 दिन तक करना है.
- अगर 40 मिनट न भी कर पायें तो जितना भी कर पायें उतना करें। वैसे तो इसे बैठकर करना सर्वश्रेष्ठ है, पर आप किसी भी अवस्था में, चलते फिरते, खाते-पीते, सोते जागते, पवित्र या अपवित्र अवस्था में और व्यवहार के दौरान भी जाप कर सकते हैं।
- इस मन्त्र के द्वारा हम श्री परमहंस गुरुदेवजी की डिवाइन ऊर्जा से कनेक्ट होंगे।

अन्य लाभ

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

- ॐ श्री परमहंसाय नमः महामंत्र के जाप से आपकी नेगेटिविटी दूर होगी और शारीरिक और मानसिक बिमारियों में लाभ होगा।
- ॐ श्री परमहंसाय नमः महामंत्र के जाप से आपकी फाइनेंशियल ग्रोथ (धन में वृद्धि) के द्वार खुलेंगे। कर्ज मुक्ति के रस्ते खुलेंगे। रुका हुआ धन वापिस आएगा।
- ॐ श्री परमहंसाय नमः महामंत्र के जाप से आपके रिश्ते बेहतर होंगे। इस मन्त्र के साथ-साथ माफ़ी प्रार्थना भी अवश्य करें।
- ॐ श्री परमहंसाय नमः महामंत्र के जाप से आपकी शुभ इच्छाएं अवश्य पूरी होंगी।
- ॐ श्री परमहंसाय नमः महामंत्र के जाप से आपके सब कर्म बंधन कटेंगे। आत्मा मुक्त रूप हो जाएगी। सतगुरु जी ने फ़रमाया है इस मन्त्र के जाप से सभी सिद्ध आत्माओं का आशीर्वाद आपको मिलेगा, जिससे कर्म बंधन कट जायेंगे और आपकी आत्मा का परम कल्याण होगा।
- ॐ श्री परमहंसाय नमः महामंत्र के जाप से आपको आध्यात्मिक गाइडेंस मिलेगी। मोक्ष का मार्ग प्रशस्त होगा।
- इस मन्त्र के ऑडियो , गाइडेड मैडिटेशन डाउनलोड करने के लिए हमारी वेबसाइट से कर सकते हैं।

https://bhakti.selfawakeningmission.org/jaap-audio/

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission

Copyright Sanjiv Malik@Self Awakening Mission