One a day

For a journey

From

Life to love to light

- By Harshad Shah

Certificate of Registration

This Certificate issued under the seal of the Copyright Office in accordance with title 17, *United States Code*, attests that registration has been made for the work identified below. The information on this certificate has been made a part of the Copyright Office records.

Maria A. Pallante

Register of Copyrights, United States of America

Registration Number
TXu 1-850-808

Effective date of registration:
February 15, 2013

Title

Title of Work: one a day

Completion/Publication

Year of Completion: 2013

Author

- **Author:** harshad r shah

Author Created: text

Work made for hire: No

Citizen of: United States **Domiciled in:** United States

Year Born: 1948

Copyright claimant

Copyright Claimant: harshad r shah

22-parker road, edison, NJ, 08820, United States

Rights and Permissions

Name: harshad r shah

Email: harshadfoundation@gmail.com

Certification

Name: harshad

Date: February 12, 2013

A GIFT TO MY BELOVED

NALINI-BHINISH AND ISHA FOR THEIR BIRTHDAYS OF DEC-2012/JAN-2013

DEDICATED TO….

MY PARENTS---GAJARA BA- RAMNIKLAL-BHAI--MANJULA-BHABHI

INTRODUCTION

First of all I would like to thank all the spiritual masters from whom I have learnt everything about LIFE-LOVE-LIGHT. And to many writers who kept brushing off the dust from my lethargic mind time to time and inspired me to write like them.

It is almost forty plus years of the journey to this present destination of love and light while experimenting various traditional and non-traditional ways of life to reach to this present stage with lots of ups and downs on every front of life be it physical-financial-emotional or spiritual.

This book is the essence of all the teachings I got while going through the various stages of my journey. it is short and simple pointing to the very point and nothing new than what has been said or written by many achievers as the truth has never changed-will never change but it is expressed in my way flowing from my inner which is the same offerings but different package.

Hope that you like it and helps you to unfold yourself and merge to that infinite power which leads you to the blissful journey of this beautiful mysterious life. As the title says ONE a DAY I would request all the readers to read one page a day only and try to digest it putting in practice for at least that one day if not more during normal life of everyday and find out its real joyous mystery by you only. I have also written this one a day to be real effective. Thanks for choosing this book to read among many millions floating around.

Harshad Shah

Index

Life

- Chasing Happiness Page 1
- Mind Problem Page 2
- Like Water Page 3
- Fear – Wisdom Page 4
- Be Sporty Page 5
- Keep Getting Page 6
- Rise to Top Page 7
- WOW!!! Page 8
- Heal Page 9
- Selection Page 10
- Spiritual Company Page 11
- Temporary – Permanent Page 12
- Youth Page 13
- Education Page 14
- Fear Page 15

Love

- Thoughts Page 16
- Love Page 17
- Melodious Life Page 18
- Root Source Love Page 19
- Expectations Page 20
- Experience Page 21
- Understanding Page 22
- Relationships Page 23

Light

- Inner self Page 24
- Life Page 25
- No Attachment Page 26
- Child Likes Page 27
- Sleepers – Awakened Page 28
- Uncluttered Mind Page 29
- Life Blooms Page 30
- Time Page 31

अगर आप सुख के पीछे दौड़ना बंद करेंगे तो दुःख आपके पीछे दौड़ना बंद करेगा

यह आपको चुनना है की आपको खुश रहने के लिए झुँझना है जो करते हुए आप दुख और गम को अपनी ओर आमंत्रति करते है क्यों की वे एक ही सिक्के के दो पहेलु है, या फिर बाहरी दुनिया की खुशियों का पीछा बंद करके आप अपने अन्दर झाँककर अपने पास क्या है ये जानकर खुश और समाधानी रहे। अपने ही अन्दर ऐसी शक्ति है जो हमेशा से ही है और रहेगी, उसे पाने के लिए बहुत प्रयास नहीं करना पड़ता, एक बार अगर हमने अपने आप को पा लिया तो ये ख़ुशी हमेशा ही रहेगी क्यों के इस सिक्के का कोई दूसरा पहेलु नहीं है।

इसी ख़ुशी और गम के फेरे में ज़्यादातर लोग घूमते है जो अपने आप में झाकने की कोशिश नहीं करते और अपने लिए ऐसी राह चुनते है जसिमे कुछ हासिल न हो। अगर आप पूरी प्रमाणकिता से सतर्क और जागरूक होकर जीवन की ओर देखे तो आप ख़ुशी और गम के फेरे को जान लेंगे और यही ज्ञान आप में बहेतर बदलाव लाएगा। आपको ख़ुशी और गम के फेरे से अपनी अंदरूनी शक्ति की ओर ले जाएगा जहासे सब कुछ उत्पन्न होता है जो शुद्ध है और अनंत है

IF U STOP CHASING HAPPINESS then UNHAPPINESS WILL ALSO STOP CHASING U.

So it is your choice weather u want to keep struggling to be happy while inviting unhappiness or sorrow which the other side of the same coin or stop chasing happiness in outer world and be content and aware of what u already have 'within' for which there is no need to chase anything anywhere as it is already there -'always'- and once u are established there, there is no other side as it is infinite.

So to keep hanging between happiness and unhappiness is what most of the people do who never try to look 'within' and thus live on the surface moving in circle following illusory path to no avail.while if u r alert and aware with all the sincerity to inquire in to life u will notice this pattern of happiness and unhappiness and that knowledge it self will bring in radical change from moving in the circle or on the surface to the deeper layer towards the center from where everything originates flawless as well as endless.

कभी भी मन पे कुछ मत लो मतलब कभी भी समस्या नहीं

कभी भी मन पे कुछ लिए बगैर उज्वल बनना और
रंग पंथ जाती जैसे चीजोंसे ऊपर उठना

कभी भी मन पे कुछ लिए बगैर बुद्धिमान होकर
काले या सफ़ेद वर्ण में कभी चुनाव नहीं करना

कभी भी मन पे कुछ लिए बगैर समजदार होकर
गलत और सही होने की नासमझी मत करना

कभी भी मन पे कुछ लिए बगैर आनंदित रहेना
जिंदगी के उतर चढाव के बावजूद

कभी भी मन पे कुछ लिए बगैर स्वस्थ रहेना
बीना किसी मेरे तेरे तनाव से

कभी भी मन पे कुछ लिए बगैर संपन्न होना
चाहे धन हो या न हो

कभी भी मन पे कुछ लिए बगैर नृत्य करना
चाहे आप नाचना जानते हो या नहीं

कभी भी मन पे कुछ लिए बगैर हमेशा हसते रहेना
क्यों की पूरा ब्रम्हांड हमेशा मजाक कर रहा है

कभी भी मन पे कुछ लिए बगैर हमेशा गुनगुनाते रहेना
जिंदगी का गाना चाहे अच्छा हो या बुरा

कभी भी मन पे कुछ लिए बगैर प्रेमी बने रहेना हर किसीके
चाहे वो आप से प्यार करे या नफरत

NEVER MIND means NEVER PROBLEM

NEVER mind -never mind to be bright
and rise above all color, creed and cast
never mind, never mind to be wise and
not to choose between black and white
never mind- never mind to be sane and
do not be insane to be wrong or right
never mind-never mind to be joyous
always weather ups or down
never mind-never mind to be healthy
without any stress of yours or mine
never mind-never mind to be rich
always having money or not
never mind-never mind dancing
weather u know how to or not
never mind -never mind laughing
as the whole universe is joking
never mind-never mind singing
the song of life good or bed
never mind-never mind to be lover
of every one who hate u or love u

I feel good today-it being the first ever try to write a sort of song which projects the same explanation like in previous discourses where it is plain text without the rhyme.

अगर राजा जैसा बनना हो तो पानी जैसे बनो

पघिल जाओ और बनो पानी जैसे
आतथ्यि पाने राजा जैसा

पघिल जाओ और बनो पानी जैसे
कही भी प्रवेश पाने रजा जैसे

पघिल जाओ और बनो पानी जैसे
लोगोंकी प्यास बुझाने राजा जैसे

पघिल जाओ और बनो पानी जैसे
जो सभी के अंदर रहेता है राजा जैसे

पघिल जाओ और बनो पानी जैसे
जो अलग अलग रूप धारण कर सकता है राजा जैसे

पघिल जाओ और बनो पानी जैसे
ताकि जीवन के सभी रंग पाओ राजा जैसे

पघिल जाओ और बनो पानी जैसे
जो बर्फ और बाफ बना सकता है राजा जैसे

पघिल जाओ और बनो पानी जैसे
गरीब और अमीरों में एक सामान प्यार बाटने राजा जैसे

पघिल जाओ और बनो पानी जैसे
सवारने या उजाड़ने के लिए राजा जैसे

BE LIKE THE WATER to BE LIKE THE KING.

Melt yourself and be like the water
To be welcome by everyone like the king

Melt yourself and be like the water
To enter easily anywhere like the king

Melt yourself to be like the water
To quench the thirst of the human like the king

Melt yourself and be like the water
To stay inside all the body like the king

Melt yourself and be like the water
To attain all the different forms like the king

Melt yourself and be like the water
To have all the colors of life like the king

Melt yourself and be like the water
To become the ice or steam like the king

Melt yourself and be like the water
To shower equally on the rich or poor like the king

Melt yourself and be like the water
To construct or destruct like the king

डर नरक का सर्जन करता है जब की ज्ञान स्वर्ग का

बनो ज्ञानी पढ़कर और नीडर बनकर
नरक में से स्वर्ग का सर्जन करो

बनो ज्ञानी प्रेम से और नीडर बनकर
नरक में से स्वर्ग का सर्जन करो

बनो ज्ञानी ध्यान करके और नीडर बनकर
नरक में से स्वर्ग का सर्जन करो

बनो ज्ञानी अध्यात्मकि प्रवचन सुनकर और नीडर बनकर
नरक में से स्वर्ग का सर्जन करो

बनो ज्ञानी सच्ची दोस्ती से और नीडर बनकर
नरक में से स्वर्ग का सर्जन करो

बनो ज्ञानी अच्छी शक्षा से और नीडर बनकर
नरक में से स्वर्ग का सर्जन करो

बनो ज्ञानी नसिर्ग के समीप रहकर और नीडर बनकर
नरक में से स्वर्ग का सर्जन करो

बनो ज्ञानी ज्ञान बाटकर और नीडर बनकर
नरक में से स्वर्ग का सर्जन करो

बनो ज्ञानी स्वतंत्र होकर और नीडर बनकर
नरक में से स्वर्ग का सर्जन करो

बनो ज्ञानी स्वास्थ्य से और नीडर बनकर
नरक में से स्वर्ग का सर्जन करो

बनो ज्ञानी सर्जकता से और नीडर बनकर
नरक में से स्वर्ग का सर्जन करो

बनो ज्ञानी सधन होकर और नीडर बनकर
नरक में से स्वर्ग का सर्जन करो

बनो ज्ञानी उत्सव मनाके और नीडर बनकर
नरक में से स्वर्ग का सर्जन करो

FEAR CREATES THE HELL while WISDOM CREATES THE HEAVEN

Become wise by the knowledge to be fearless
And create the heaven out of the hell

Become wise by the love to be fearless
And create the heaven out of the hell

Become wise by the meditation to be fearless
And create the heaven out of the hell

Become wise by the spiritual discourses to be fearless
And create the heaven out of the hell

Become wise by the right friendship to be fearless
And create the heaven out of the hell

Become wise by the right education to be fearless
And create the heaven out of the hell

Become wise by being close to the nature to be fearless
And create the heaven out of the hell

Become wise by the sharing to be fearless
And create the heaven out of the hell

Become wise by freedom to be fearless
And create the heaven out of the hell

Become wise by the physical fitness to be fearless
And create the heaven out of the hell

Become wise by the creativity to be fearless
And create the heaven out of the hell

Become wise by the financial fitness to be fearless
And create the heaven out of the hell

Become wise by celebrating to be fearless
And create the heaven out of the hell

मनचले रहो खुश और स्वस्थ रहेने

शारीरकि रूप से खुश और स्वस्थ होने
याद रखे हरवक्त मनचले रहेने की

आर्थकि रूप से खुश और स्वस्थ होने
याद रखे हरवक्त मनचले रहेने की

उत्सव करते हुए खुश और स्वस्थ होने
याद रखे हरवक्त मनचले रहेने की

कुछ सर्जन करते हुए खुश और स्वस्थ होने
याद रखे हरवक्त मनचले रहेने की

प्यार करते हुए खुश और स्वस्थ होने
अच्छे नतीजे के लएि हमेशा मनचले रहे

मनचले होकर नाचे खूब - खुश और स्वस्थ होने
मनचले होकर हसे खूब - खुश और स्वस्थ होने

खलिाडी वृत्ततिखुशहाल और स्वस्थ जीवन का नर्िमाण करती है

मनचला होने से तन मन और आत्मा एकरूप होते है
जो खुशहाल और स्वस्थ जीवन का नर्िमाण करता है

BE SPORTY to BE HAPPY AND HEALTHY

Physically to be happy and healthy
remember all day long everyday to be sporty.

Financially to be happy and healthy
remember all day long, everyday to be sporty.

While celebration to be happy and healthy
remember, all day long, every day to be sporty.

While creation to be happy and healthy
remember, all day long, everyday to be sporty.

While making love to be happy and healthy
for the best results always be sporty.

Dancing is sporty to be happy and healthy

Laughing is sporty to be happy and healthy,

sportsman spirit creates happy and healthy life.

Sportiness harmonizes body-mind and spirit to
create melodious happy and healthy life

Sport stops thoughts from wandering to focus
on action which creates happy and healthy life.

So be sporty on every chance.

पाते रहोगे अगर देते रहोगे

बहूत प्यार पाओगे
जब आप किसी को प्यार दोगे

बहूत धन पाओगे
जब आप किसी को धन दोगे

बहूत स्वस्थ हो जाओगे
जब आप अपनी सेहत को ध्यान दोगे

आमंत्रण पाते रहोगे उत्सव मनाने का
जब आप आमंत्रित करते रहोगे

सर्जकता पाओगे
जब आप सर्जकता बाटोगे

बहूत शांति पाओगे
जब आप किसीको शांति दोगे

बहूत हसी पाओगे
जब आप ओरोंको हसाओगे

बहूत मनोरंजन पाओगे
जब आप किसी का मनोरंजन करोगे

KEEP GETTING if U KEEP GIVING

Keep getting lots of love
When u keep giving the same

Keep getting lots of money
When u keep giving the same

Keep getting physically fit
When u keep giving attention to health

Keep getting invitations to celebrate
When u keep inviting to celebrate

Keep getting creations
When u keep giving to others

Keep getting lots of peace
When u give same to others

Keep getting lots of laugh
When u make others laugh

Keep getting entertainment
When u entertain others

पतंग उडाए और ऊँची उडान भरे

पतंग उडाए और ऊँची उडान भरे
जदिगी के कच्चे धागे से
वशिाल अंतरक्षि का अनुभव लेने
जो आपके जीवन का स्तर उच्च करने के लिए जरुरी है

पतंग उडाए और ऊँची उडान भरे
जदिगी के कच्चे धागे से
स्वतंत्रता की झलक पाने
जब आप ऊपर उठे - चूहे की दौड़ से

पतंग उडाए और ऊँची उडान भरे
जदिगी के कच्चे धागे से
ये नया अनुभव लेने
के दुनयिा अवसरोंसे भरी है

पतंग उडाए और ऊँची उडान भरे
जदिगी के कच्चे धागे से
ये महेसुस करने के झगड़ना बेकार है
उस जगह के लिए जो सर्वत्र अत्याधकि प्रमाण में उपलब्ध है

पतंग उडाए और ऊँची उडान भरे
जदिगी के कच्चे धागे से
आनंद लेने सभी रंग रूप का
अंतरक्षि के और उस में बसे प्राणयिों के (हम)

ख़ुशी से भरा पतंग दनि मनाइये और पतंग उड़ाइए और
इस खेल का आनंद लुटे अपने मति्र का पतंग काटकर (और कसिी का नहीं)

FLY THE KITES and RISE TO THE TOP

Fly the kites and rise to the top
through the fine thread of life
to view how tiny is the world
below for which we struggle every day.

Fly the kites and rise to the top
through the fine thread of life
to experience the vast space
very much necessary for the elite life

Fly the kites and rise to the top
through the fine thread of life
to have the glimpse of freedom
once u rise above from the rat race

Fly the kites and rise to the top
through the fine thread of life
to know with firsthand experience
that the world is full of opportunities

Fly the kites and rise to the top
through the fine thread of life
to realize that it useless to fight
for a place which is in abandon everywhere.

Fly the kites and rise to the top
through the fine thread of life
to enjoy all the colors and forms
of the universe and its creatures[we]

have a happy kite day and do fly kites and enjoy the sport by cutting your friend's kite[not anyone else]

इसी वक़्त से ही रचनात्मक बन जाइये
और
अपनी अंदरूनी सुंदरता बाहर लाइए
जसिसे
सब उसे देखके कहे - वाह !!!

रचनात्मक कार्य जैसे लेखन - चत्रिकला - गायन - छायाचत्रिकिरण इत्यादि सहज पूरा करे
जसिसे आपको एक गहेरा संतोष मलिेगा जो आपके
जीवन को उच्च स्तर पर ले जाएगा
पर
दुर्भाग्यवश रचनात्मक कार्य अक्सर कल करने के लिए छोडा जाता है
क्यों की आज रोजी रोटी कमानी है और यह अज्ञान फैला हुआ है
के रचनात्मक कार्य अपना पेट नहीं पाल सकते

हा
रचनात्मक कार्य थोडा कठनि है और थोड़ी देर भी लग सकती है परिणाम
पाने के लिए पर आखरि में कसिी भी सामान्य कार्य से ज़्यादा फायदेमंद होता है
हमेशा हमेशा

इसी वक़्त से ही रचनात्मक बन जाइये
और
अपनी अंदरूनी सुंदरता बाहर लाइए
जसिसे
जसिसे आपको सुखी और समाधानी जीवन मलिेगा

BE CREATIVE STARTING NOW
And
BRING OUT YOUR INNER WOW
So that
EVERY ONE SCREAMS - WOW!!

Creative action to accomplish any task
be it-writing-painting-singing- filming etc..
Gives you a deep satisfaction and elevates
life to a higher level from the mediocrity

But

Unfortunately creative actions are always
put on hold for future to earn bread/butter today
due to the ignorance that creativity does not feed us

Yes

it could be little harder and longer to get the results
but creative work will outperform overall from any angle
Always-always

SO BE CREATIVE STARTING NOW
And
BRING OUT YOUR INNER WOW
So that
YOU HAVE DEEP SATISFIED luxurious LIFE.

नया/ताज़ा खून अंदरसे ठीक करता है - उन शारीरकि ज़ख्मोंको जो - बाहारुनी होती है

इसीप्रकार

नयी/ताज़ी उर्जा अंदरसे ठीक करती है - उन मानसकि ज़ख्मोंको जो - बाहारुनी होती है

चाहे वो

अपनो से बछिड़ना हो - थोडेही समय या हमेशा के लिए

या फरि कसिी रश्ति का टूटना हो

बहूत दर्द होता है जब हमरे अपने हमसे हमेशा के लयिा बछिड़ जाते है

पर यह एक कड़वी सच्चाई है

और जदिगी का सबक है

जो हमें जीवन और मृत्यु, जो कायाकल्प के लिए जरुरी है, वो समझाता है

इसीलिए

अपने भीतर जाकर एक नया द्वार प्रेम का खोल दे जसिका प्रबल प्रवाह

उस जख्म को भर देगा और बहेता रहेगा हर वक़्त - हर जगह -

बीना कसिी शर्त या रश्ति - या नाते के जो आपको भवष्यि में

फरि कभी दर्द नहीं देगा क्यों की आपके पास सार्वभौम प्यार है

ना के व्यक्तगित प्यार जो आता जाता है

NEW/FRESH BLOOD HEALS FROM THE INSIDE - THOSE WOUNDS WHICH OCCURRED IN LIFE PHYSICALLY - FROM THE OUT SIDE

Same way
NEW/FRESH ' ENERGY 'HEALS FROM THE INSIDE - THOSE WOUNDS WHICH OCCURRED IN LIFE PSYCHOLOGICALLY -FROM THE OUT SIDE

Be it of
DEPARTING BELOVEDS -TEMPORARILY OR PERMANENTALY
OR THE BREAKING OF RELATIONSHIP.

It does hurt badly when our beloveds
Depart forever but that is the reality
And a lesson from the life for us
About the birth and the death which
Is essential for the rejuvenation
So
To come out of that tragedy the best
And permanent way is to go within
And open up a new door for love to
Rush to the wound to heal it and
Flow everywhere- every time
Irrespective of the relationship
Which will never hurt again in
The future because now u
Have the universal love flowing through
U-instead of the individual one which
Comes and goes.

सब नयी चीजे खुशयिा लाती है चाहे वो शारीरकि - मानसकि या अध्यात्मकि हो

बशर्ते

हम उसे पूरी तरह से बनिा छाटे स्वीकार करे

छाटना हमारे मन का कम है, जो मन पहेले से ही कुछ संकल्पनाओमे बंधा है

जैसे हा या ना - अच्छा या बुरा - सफ़ेद या काल इत्यादि

और

इस संकल्पनाओमे बंधे मन से जीवन काफी वशिाल है

जो हरपल एक नवीनता देता है, यदि आप उसे बनिा छाटे स्वीकार करे

उसका आनंद ले और वपिुल खुशयिा पाए

जो

सार्वभौम उर्जा से चारो ओर फैली हुई है

यदि

आप अपने छाटने के तरीके से खुशयिा पाना चाहते है

तो आप

महान उर्जा से लढ़ रहे हो जहा आप हार जाओगे - थक जाओगे और अंत में दुखी होकर मर जाओगे

नश्चिति ही

इसीलएि होशयिार बनएि - सच्चा जीवन जानने के लएि ध्यान कीजयि

ना के काल्पनकि जीवन जो अपना छोटा मन सोचता है

स्वीकार करे वो अनंत उर्जा जो आपको प्रदान कर रही है

और

उसके बाद हमेशा के लएि खुश रहयि

ALL NEW ARRIVALS BRING HAPPINESS be it PHYSICAL - MENTAL OR SPIRITUAL.
Provided
WE ARE COMPLETELY OPEN TO RECEIVE IT WITHOUT ' SELECTION'

'selection' is done by mind as per its ,cultivation
which has yes and no-good and bed -black and white etc..
And
life is much larger than a cultivated timid mind
who offers novelty every moment if u r receptive
without 'selection'
to enjoy and have that happiness which is in
Abundant
everywhere distributed by that universal energy.
by
'selecting' your method or material for happiness
you are
fighting with the giant to loose the battle -get
exhausted and die unhappy at the end
guaranteed.
So be 'wise'-meditate on the working of 'real' life
and not imaginary by a timid mind to
accept graciously
what that giant offers new-bees every time
and
be happy for ever after that.

जैसे शारीरकि और मानसकि स्वास्थ्य के लिए छुट्टियों के लिए समय नकिलना जरुरी है
वैसे ही
अध्यात्मकि स्वास्थ्य के लिए सत्संग और आश्रम जरुरी है

जब अध्यात्मकि संबंधो की चाह रखनेवाले समवचिारी व्यक्ति एकत्रति होते है
तब ऐसा वातावरण नर्िमाण होता है जो एक अकेले व्यक्ति के अध्यात्मकि
प्रगति को बढ़ावा देता है क्यों की उनका सामूहकि प्रयास उस
उत्प्रेरक का कार्य करता है जो आसपास का माहोल उत्तेजति करता है

और आश्रम ही ऐसी जगह है जहा ऐसे अध्यात्मकि प्रगति की चाह
रखनेवाले लोग एकत्रकि होते है जन्हिें शांत जीवन की ओर नर्िदेशति कयिा जाता है

* * * * * * * * * * * *

जहा आश्रय ये ऐसी जगह है वहा अध्यात्मकि प्रगति प्राप्त करने
थोडा ज़्यादा वक़्त देना पड़ता है, वही सत्संग के जरयि यही शक्षिा थोड़े थोड़े समय के
लिए परंतु बारबार और अलग अलग जगह पर पाया जा सकता है

* * * * * * * * * * * *

आश्रम और सत्संग दोनों ही बहूत महत्तत्वपूर्ण है जसिसे जीवन की
गेहेराई समझी जा सके और जीवनकी जीवन - मृत्यु से परे
गुणवत्ता बढ़कर जीवन फूल जैसा खलि उठे

और
ये दोनों हमेशासेही वशि्व के हर स्थल पर प्रचलति है - जरुरत है
तो सर्फि इनमे दलिचस्पी एवं रूचि की, जसिसे ऐसी स्थानों पे
सम्मलिति होने की इच्छा नर्मिति हो

तो 'समय नकिाले' ताकि सत्संग और आश्रम के जरयि
एक आनंदमय जीवन की यात्रा का प्रारंभ कर सके

AS THE TIME FOR VACATION IS A MUST FOR PHYSICAL AND MENTAL HEALTH
so does
THE TIME FOR 'SATSANG'(SPIRITUAL COMPANY) AND 'ASHRAM'(MONASTERY) IS A
must
FOR THE SPIRITUAL HEALTH.

An atmosphere created by many likeminded
individuals seeking the same spiritual connection
does make a lot of difference in the spiritual progress
of an individual because of the collective action
which charges the surrounding that works as
the catalyst
and the place like this is 'ashram' where seekers
get together and are guided to a serene life.

* * * * *

While 'ashram' is a little longer period-time wise
and is a kind of permanent place
'satsang' is a shorter versions of get together
for the same spiritual learning for a shorter
period -time wise but more frequent and at
different places.

* * * * *

Both of above are very important to understand
the life in depth and improve its quality by moving
beyond the "sos" and bloom like a flower.
And
in every corner of the world both of the above
are always there-it is a matter of interest
and u will definitely find it to go to.

So take out some time and begin the journey
to the 'satsang' and 'ashram'for the blissful life.

युवक बाहर के बदलाव अपनाते है जैसे वेशभूषा प्रवृत्तियां इत्यादि
जो अस्थायी है
जब के उस भीतरी उर्जा का प्रयोग करना भूल जाते है जो अंदरूनी काया में बदलाव लाती है
जो स्थायी है

ऐसी मान्यता प्रचलित है ज़्यादातर लोगों
खास कर युवकों के मन में
के
अंदरूनी बदलाव के लिए जो भी करना है वह जीवन के
उत्तर काल में मतलब वृद्धत्व में किया जा सकता
है जो के सच नहीं है
क्यों की
असलियत में ऐसे बदलाव के लिए बहूत साहस
और उर्जा की जरुरत होती है जो आमतौर पर उम्र के
साथ घटती है अनेक घटकों और परिस्थितियों के वजह से
तथा
वह शोध अपने आप को खोजने की जीवन को
सार्थक बनाती है बजाय पीछे भागकर और उसके टूटने पर दुखी हो जाना
जिसमे अपने जवानी की सारी शक्ति वृथा खर्च करके,
जो शक्ति निरंतर शांति और आनंद दे सकती थी,
उसके बदले वही अस्थिर मन पाते है दूसरी प्राप्ति के पीछे भागते हुए
दुर्भाग्यवश
ज़्यादातर शैक्षिक संस्थाएं इसी बाहरी दुनिया को हासिल
करने के लिए पीछा करने - स्पर्धा करने - लढने की शिक्षा देती है
गवा देती है वो वास्तविक स्त्रोत
उर्जा का जो युवकों के अंदर की शक्ति को इंधन देता है
जिस शक्ति का उन्हें एहेसास ही नहीं है क्यों की
कोई शिक्षक उन्हें ये सिखाता ही नहीं
इसीलिए
हमारे शिक्षा प्रणाली का यह एक महत्त्वपूर्ण और
अविभाज्य हिस्सा होना चाहिए के यह सिखाया जाए
कैसे अपने अंदर झांककर अंदरूनी सच्चाई जानी
जाए उसी तरह जिस तरह बाहरी दुनिया की सच्चाई
जाननी सिखाई जाती है
तभी
संपूर्ण शिक्षा होगी सुंदर विश्व के लिए

YOUNG PEOPLE MAKE CHANGES ON OUTER SURFACE-LIKE FASHION, TRENDS ETC...
Which is temporary
WHILE MISSING OUT TO USE THAT GREAT ENERGY TO CHANGE THEIR 'INNER' SELF
Which is permanent

It is a big myth prevailing among most
Of the people specially the young ones
that
any thing to do with the inner or deeper
self can be done at the later years of the life
meaning at an older age which is not true
as
the reality is to be one with the deeper self
requires lots of courage and energy which
generally declines as the age grows due
to various factors/circumstances of the life.
also
that search for the true self makes life
much more enjoyable and meaningful
rather than chasing some unreal dreams
and be depressed on breaking up-
losing all that young energy which
could have given lasting peace and joy
instead of restless mind running after
another unreal dream of achievements.
Unfortunately
most of the education institutes teach
to chase-compete-fight to achieve outer
world while missing out on the very
source
of the energy which fuels the strength in
the young ones of which they are totally
unaware as it is never taught by the educator.
So
it should be most important/integral part of
the education system to teach also how to go
Inside and find out
the 'truth'- the way it is taught to
go out to find the facts of outer world.
Then
only it is a real complete education for
beautiful earth.

मैं जवान हूँ और शौक़ीन हूँ इसीलिए मैं वभिन्नि रंगबरिंगी कपडे पहनता हूँ
पर
मैं यह नहीं जानता भुषाचार कैसे शुरू और ख़त्म होता है
क्यों की
मैं मेरे अंदर झांककर ढूंढ़ता नहीं हूँ

*

मैं जवान हूँ और शौक़ीन हूँ इसीलिए मैं "स्टार बक्स" की कॉफ़ी पिता हूँ
पर
मैं यह नहीं जानता मुझे ऐसी लत कैसी लगी
क्यों की
मैं मेरे अंदर झांककर ढूंढ़ता नहीं हूँ

*

मैं जवान हूँ और आधुनकि हूँ इसीलिए मैं "चीपोटल" खाता हूँ
पर
मैं यह नहीं जानता मैं इसमें कैसे फसा
क्यों की
मैं मेरे अंदर झांककर ढूंढ़ता नहीं हूँ

*

मैं जवान हूँ मलिनसार हूँ इसीलिए मैं शराब पिता हूँ या धुम्रपान करता हूँ
पर
मैं यह नहीं जानता मुझे ऐसी लत कैसी लगी
क्यों की
मैं मेरे अंदर झांककर ढूंढ़ता नहीं हूँ

I am young and fashionable so I wear checkered shirt/tight jeans
But
Don’t know how does fashion starts and ends
As
I don't go deeper or inside me to find out.

*

I am young and trendy so I drink 'star bouccs’ coffee
But
Don’t know how I got addicted to it
As
I don't go deeper or inside me to find out.

*

I am young and modern so I eat 'chipotle'
But
don't know how I got hooked up to it.
As
I don't go deeper or inside me to find out.

*

I am young and social so I drink alcohol
* SAME WITH SMOKING *
But
Don’t know how I got addicted to it
As
I don't go deeper or inside me to find out.

पुरस्कार या सजा के बिना की शिक्षा ही सही शिक्षा है

सही सोचा - जाना - और आजमाया आज के
ज़माने के महान तत्वज्ञानी जे. कृष्णमूर्ति ने
और इसी विचारो से प्रेरित उन्होंने एक पाठशाला शुरू की

अगर आप गहराई से सोचे तो यह जान लेंगे के
जो स्पर्धात्मक - लढाउ - अहंकार/डर को बढानेवाली
मनोवृत्ति है वो पुरस्कार या शासन के वजह से है

क्यों की

पुरस्कार लालच / आकांक्षा / अहंकार को जन्म देती है
और
शासन डर / हीन भावना को

दोनों ही एक जहर जैसे है जो जहर बालक के
मन में घुल जाता है और स्वस्थ और शांतिमय जीवन और
भविष्य के विकास को दूषित करता है

* * * * *

बहूत कठिन है ऐसे शिक्षक खोजना जो
इन विचारों को जानकर उन्हें आज़मा सके
परंतु
जहा चाह है वहा हमेशासे ही राह होती है
इसीलिये हम सब को बन पड़े वो करना चाहिए

RIGHT EDUCATION IS THE EDUCATION without ANY AWARD or PUNISHMENT

Very truly thought - understood and put
in practice by opening the schools based
on the same policy by the great philosophizer
of today's time j.krishnamurty.

If u think deeply u will realize that the root
cause of the mentality to compete-fight-
nourishing ego/fear etc...arises due to awards
given out or the punishment given......
because
the awards create greed/desire/ego
and
the punishment create fear/complex....

both of which are like a slow poison
entered in to children's mind which
corrupts the development of healthy
serene life of the future .

* * *

the hardest part for this type of education
is to find the right educators who understand
this process and practice it in their life
but
when there is a will there is a way-always.
So let us help in whatever way we can.

डर है? - भागिए मत - वही पास रहकर पूरी सतर्कता से निरिक्षण करे
इसी निरिक्षण के गर्मीसे वह बर्फ की तरह पिघल जाएगा

किसी भी प्रकार के डर से भाग जाना या उसे नजरंदाज करना
जीवन को प्रगति करने नहीं देगा क्यों की गहरा डर
जीवन के एक हिस्से को अंकुश की तरह जकड लेगा जो
जीवन को प्रगति की ओर उड़ान नहीं भरने देगा
इसीलिए
जब तक उस डर को पहेचाना ना जाए जो की संभव है हिम्मत से
डटकर सतर्कता से उस डर का निरिक्षण करे, पूरी जगारुकतासे
बीना किसी विचारों के, जो विचार विचलित करते है जागरूकता को

आमतौर पर ज़्यादातर लोग डर को नजरंदाज करने का
आसान और छोटा रास्ता अपनाते है - दूसरे कार्यों में व्यस्त होकर अपना
मन उस डर से मोड़ देते है पर उस डर का सफाया नहीं होता वह और गहेरा
हो जाता है और जब भी जीवन आगे बढ़ने की कोशिश करता है तब उभरता है
तो
अंततः सभी आसान और छोटे रास्ते और भी कठिन और लंबे हो जाते है

HAVE FEAR? -D'ONT RUN AWAY - STAY NEAR AND OBSERVE WITH FULL ALERT
IT WILL MELT LIKE ICE BY THE HEAT OF THAT ALERT OBSERVATION

Running away from any kind of fear or avoiding it
does not allow life to be free to progress as deep
down that fear holds a portion of the life like an anchor
which never let go the life to fly higher for the progress
So
unless that fear is understood which is possible only
by staying with it courageously and observe it fully
awakened without any thought which distract the
awareness.
Usually most of the people adopt a short cut of
avoiding the fear -substituting with some other
activities and divert the mind from that fear but it
is never eliminated and goes down deeper to stay
and surfaces every time when life tries to move forward.
So
ultimately all the short cuts become longer cuts than it should be.

ज़्यादा विचार मतलब कम प्यार

जब मन विचारोंसे भरा हो
तो प्यार के लिए जगह कहा

जब मन विचारोंसे भरा हो
तो प्यार करने का आदेश कौन देगा

जब मन विचारोंसे भरा हो
तो आप प्यार के स्पर्श का एहेसास कैसे लेंगे

जब मन विचारोंसे भरा हो
तो आप भूतकाल या भविष्य में होते है
और प्यार तो वर्त्तमान में ही है

ज़्यादा विचार दिशाहीन होते है
या समाधान तलाशते है
और प्यार के मीठे लम्हे गवा देते है

तो, जो ज़्यादा सोचते है
वो कम प्यार कर पाते है

सिर्फ प्यार कीजिए - सोचिये मत

MORE THOUGHTS means LESS LOVE.

when mind is full of thoughts
where is the space for love

when mind is full of thoughts
who will order an action to love

when mind is full of thoughts
how can u feel the touch of love

when mind is full of thoughts
u are in the past or the future
and love is in the present only.

More thoughts are random without
direction or seeking the solutions
while missing the lovely moments.

Thus more thinkers
are less lovers.

Love only -no thinking.

अगर आप प्यार में नहीं तो आप ज़िंदा नहीं है

हम में से ज़्यादातर लोगों का यह मानना है के हम ज़िंदा है क्यों की हम साँस ले रहे है और रोजाना अपना पेट पालने काम करते है जब की यही सब जानवर भी करता है, तो क्या हम ऐसी जिंदगी जीकर अपने आप को ज़िंदा कहेंगे? जब हम हररोज यांत्रिक जीवन या जानवरों जैसा जीवन जीते है

हम में और जानवरों में यह फर्क है के हम इन्सानोमे ऐसी क़ाबलयित होती है जिसे पाके हम ऐसी आत्मीयता की स्थिति में होते है जो हमें समग्र जिंदगी के लिए प्यार में पूरी तरह से डूबे होते है और ना के किसी विशेष व्यक्ति- चीज या घटना के प्यार में और यही सच्चा प्यार है बाकी सब प्यार किसी व्यक्ति या चीजों के टुकड़े में बटा होता है इसीलिए संपूरण नहीं होता उसके फायदे अच्छे या बुरे भी हो सकते है और इसी अच्छे बुरे के दुष्चक्र में ज़्यादातर लोग फसे है

तो हमें पूरे प्रेम में रहेना है जैसा भी जीवन हो उसी के और जीवन जो अनावरित करता रहेता है हमारे सामने बीना किसी पसंद या नापसंद के क्यों के पसंद नापसंद हमारे मन का खेल है जो मन भूतकाल में घटी घटना और मिली जानकारी या फिर भविष्य की इच्छाओं से पहेले से ही ढाला जा चूका है जो हमें उस दुष्चक्र में ले जाता है जो कृत्रिम जीवन बनाता है जिस जीवन का स्त्रोत जहा शुद्ध ऊर्जा का अनंत प्रवाह है उसके साथ कोई संबंध नहीं है

इसीलिए प्यार करो और जिंदा रहो - हर पल - हर वक़्त ना के कभी कबार

IF U ARE NOT IN LOVE then U ARE NOT ALIVE.

Most of us are thinking that we are alive because we are breathing and doing day to day activities mostly for earning the bread and butter which all of animals also do the whole day-so can we call that a life or our selves alive? When we are doing mechanical work day in -day out, like a machine or at the most like animals.

What sets apart human from animals is the capacity human have to achieve the state of being which could always be in love with the life in its entirety and not to any particular person-thing or situation and that is the only true love -all other love for someone or something is fragmented and so not complete which will have its cons like its pros, which is a vicious circle where most of us are stuck.

So if we want to be alive every hour of everyday then we have to be in love with the whole life 'as it is' and as it 'unfolds' every moment before us without any prejudice or likes and dislikes because all likes and dislikes are the product of our mind which is conditioned by the past acts and information or future desires and this is the same thing that also keeps us in that vicious circle to lead a superficial life without any connection to the very source of life where an infinite flow of pure energy occurs every moment..

SO BE IN LOVE EVERY MOMENT IRRESPECTIVE OF ANY PARTICULAR PERSON, THINGS OR CIRCUMSTANCES AND BE ALIVE EVERY MOMENT not once in a while.

प्यार से भरा गुनगुनाता दलि पाता है मधुर जीवन

आपका पसंदीदा गाना दलि से गुनगुनाओ
और आसपास के उदास जीवन प्यारसे भर जाएँगे

आपका गाना प्यार भरे दलि से गुनगुनाओ
और सबको मधुर जीवन के लएि प्रेरति करो

आपका गाना दलि से गुनगुनाओ
प्यार से वस्मियति साथयीों का समर्थन पाने

अपनी बातें दलि से गुनगुनाओ
सब का दलि प्यार से जीतने के लएि

पूरा दनि प्यार से गुनगुनाओ
और भगवान से जुड़ जाओ

दलि से गुनगुनाओ शारीर के नृत्य के लएि
जो प्यार से भरे सच्चे साथी को ढुंढेगा

गुनगुनाना और नाचना जीवन का उत्सव मनाना है
जसिमे शामलि होने सब के जीवन अधीर है

प्यार भरा गुनगुनाना आनंद का प्रमाणपत्र है
उसे और पुष्ठी की जरुरत नहीं

प्यारभरे दलि से गुनगुनाना और नाचना
ऐसी प्रक्रयिा है जसिका नतीजा प्यारे लोगों का जुलुस है

प्यारभरे गुनगुनाते आत्मा के पास अफसोस या शकिायत के लएि वक़्त ही नहीं होता
इसीलएि वह हमेशा प्रेम से भरे और समय से परे आनंदति जीवन बतिाते है

प्यार से गुनगुनाना हर धर्म में कहा गया है
प्रार्थना के रूप में या भजन - कीर्तन के रूप में

तो चलो हम प्रेम के गीत गाते और नाचते उत्सव मनाए
जो महान प्रकृतनि ने हमें प्रदान कयिा है

HUMMING HEART FULL OF LOVE has MELODIOUS LIFE.

Hum your favorite song from the heart
and dull lives around will be charged with love

Hum your song with your heart full of love
and inspire all to a melodious life

Hum your song full of heart
to be supported by chorus in awe and love

Hum your talk from the heart
to win all other hearts with love

Hum all day long with love
and fine tune with god

Hum with heart for body to dance
which will find true companions full of love

Humming and dancing is celebrating the life with love
to which all the lives are eagerly waiting to join

Humming with love is the certified happiness
which does not need any endorsement

Humming and dancing by the heart full of love
is very factious which results in the procession of the lovely people.

Humming soul full of love have no time for complains or regrets
so it is always in love (time less) zone living blissfully.

Humming with love is endorsed by all the religions
in the form of the prayers or bhajan-kirtan

so let us sing -love- hum and dance to celebrate what existence has offered us.

अपने मूल स्त्रोत प्यार से संपर्क खो दे
और
मौत से पहेले ही मर जाए

जब आप बीना जागरूकता के बाहरी खुशियों का पीछा करते है तब
आप शायद अपने मूल स्त्रोत प्यार से संपर्क खो दे
और मौत से पहेले ही मर जाए

जब आप अपने आप की पहेचान भौतकि दुनयिा से करते है
तब आप शायद अपने मूल स्त्रोत प्यार से संपर्क खो दे
और मौत से पहेले ही मर जाए बीना शुद्ध उर्जा के प्रवाह के

इच्छाओं और महत्वाकांक्षाओं के साथ जुड़े होते है
तब आप शायद अपने मूल स्त्रोत प्यार से संपर्क खो दे
और मौत से पहेले ही मर जाए उस शुद्ध उर्जा से वंचति होकर

अहंकार और वलिासता के लएि वासना आपको
दूर करती है शुद्ध उर्जा के मूल स्त्रोत प्यार से और
आप मौत के पहेले ही जीना छोड़ देते है

भ्रामक लाभ के पीछे भागते हुए थक जाते है
तब आप शायद अपने मूल स्त्रोत प्यार से संपर्क खो दे
और मौत से पहेले ही मर जाए

इसीलएि अपने नीवं पर बने रहे - प्यार से संपर्क न छोड़े

LOOSE YOUR CONNECTION TO THE ROOT SOURCE LOVE
and
DIE BEFORE THE DEATH

While chasing outer pleasure without awareness
u may loose your connection to the root source-love
and die before the death.

When u identify yourself to the material world
u may loose your connection to the root source-love
and die before the death without the inflow of fresh energy

When your desires are farfetched and identified with
u may loose you connection to the root source-love
and die before the death deprived of that pure energy

Ego and lust for the luxury cuts u off from
the root source of pure energy--love- and u stop
being live before the real death.

Running after the illusory gains and getting exhausted
u may loose your connection to the root source-love
and die before the death.

SO HOLD ON TO THE BASE -NOT TO LOOSE THE CONNECTION-LOVE.

अगर आप अपने प्यार के बदले किसी से कुछ पाने की अपेक्षा करते है तो ये प्यार नहीं है

जब आप किसी से प्यार करते है और बदले में प्यार की अपेक्षा करते है
तो फिर
क्या फर्क है पैसा देकर बदले में कुछ हासिल करने और प्यार देकर प्यार हासिल करने में
और फिर
जब आप पैसा देकर कुछ खरीदते हो उसमे वही संतोष हो भी सकता है या नहीं भी
जब की
किसी के लिए निस्वार्थ प्रेम आपसे उभरता हुआ आनंद है
जिसे कोई अपेक्षा नहीं

अगर आप किसी के खूबसूरती से प्यार करते है - यह समय की बात है - जब खूबसूरती ढल
जाएगी तब प्यार भी कम हो जाएगा - क्या ये प्यार है?

अगर आप किसी से पैसों के लिए प्यार करते है और खुशकिस्मिती से वो पैसे पूरी जिंदगीभर
साथ रहे तब भी, आप बहूत निराश हो जाएँगे जब आपको यह एहेसास होगा के पैसों से सिर्फ अस्थायी
आनंद ख़रीदा जा सकता है कभी कबी चिरस्थायी प्यार नहीं ख़रीदा जा सकता
यही निराशा और दुःख होगा जब तक प्यार किसी 'कारण' से होगा चाहे वो ताकत,
रुतबा, शोहोरत इत्यादि हो
असल में ये आप की पवित्र मनस्थिति है जहा प्यार उभरता है
बिना किसी कारण
रोजमरहा के जिंदिगी में प्यार की बाते एक लें दें का सौदा है जो बाजारू लेन देन से थोड़े ज़्यादा समय टिकिती है
और इसमें भावनाएं जुडी होती है - जिसका सच्चे प्यार से कोई वास्ता नहीं है, सच्चा प्यार किसी भी समय
बीना किसी कारण या बिना किसी शर्त हो जाता है और वो अपने आप में एक मुक्ति का अनुभव है जो बहूत प्यारा है

और इस स्थिति को पाने की हर एक इन्सान की क्षमता है

IF U EXPECT 'ANY THING' OUT OF YOUR LOVE FOR SOMEONE OR SOMETHING IT IS ' NO LOVE' AT ALL .

When u love someone and expect them to love u in return
then
what is the difference between paying for something and getting return.
Also
when u pay to buy something- it may or may not have that full feeling.
While
an unconditional love for some one is an over flowing pleasure from u
expecting no returns.

If u loves someone for its beauty-it's a matter of time -when beauty fades
love fades -is it love?

If u love someone for money and even if it stays there whole life [luckily]
u will be sorely disappointed once u realized that money can buy only
temporary pleasure and never- ever lasting love which is a real pleasure.

same disappointment and misery as long as there is a 'reason' for love-
be it power , position, fame, etc....

actually it is a state of your being which has to ooze love irrespective
of
'any reason'.

All the talk about love in everyday life is give and take arrangements
made for little a longer term than market place and some emotion attached
to it -which has nothing to do with true love which is a liberating experience
in itself any given time for no reason or any condition for it to be so loving.
And
that is the state every human has a potential to unwrap to.

अपने सच्चे अंतरात्मा के मिलन का अनुभव

आपको

यौन - क्रीडा के अवरोध करेने की विक्रति से मुक्त करता है

जो के

सभी धर्म 'ब्रम्हचर्य' के नाम से लादते है

प्रतिज्ञा ब्रम्हचर्य की जो आत्मसाक्षात्कार करने के लिए पली जाती है
बीना जाने यौन - क्रीडा के संपूर्ण तंत्र को और उसका वैयक्तिक जीवन पर होनेवाला असर
जो करता था और करता रहेगा
"उत्पत्ति" यौन घोटालों की सभी जगह सभी तरह के धार्मिक स्थानों पर

****

ऐसी भ्रामक कल्पना है के तथाकथित ब्रम्हचर्य का पालन
करने से और यौन क्रीडा की कामना का अवरोध करने से
आपको जीवन के सभी दुखों से मुक्ति मिलेगी और ख़ुशी मिलेगी
जब के सच्चाई बिलकुल विपरीत है
अवरोध करने से आपको दुखोंसे मुक्ति नहीं मिलती पर गहेरी
समझदारी और सच्चा अनुभव जो आपने खुद ने किया
हो किसीके बताने या सिखाने से नहीं अंत में आपको
मुक्ति देगा - जब आप पूरी निष्पक्षतासे और ईमानदारी के साथ
पूरी प्रक्रिया का निरिक्षण करते है उसका प्रयोग करते
हुए - सभी मायनो में - शारीरिक - मानसिक और सबसे महत्त्वपूर्ण अध्यात्मिक

क्या ये सामान्य समझ नहीं है के हर एक जीवन को जो
भी आनंद मिलता है उसे पकड़ कर रखना चाहिए जब तक
उससे भी बहेतर या ऊँचा आनंद न मिले

जो नैसर्गिक कामना (यौन क्रीडा की) है उसे दबाकर व्यर्थ में
प्रतीक्षा करते हुए मन को ज़्यादा दूषित करते है बीना अंदरूनी
आत्मिक मिलन की आल्हदाकता का स्वयं अनुभव किये बीना

जो अपने आप उस यौन क्रीडा की भावना को गिरा देगा बीना किसी अवरोध के
जैसे
आप जब फुलोंका अनुभव लेते है तो कांटे अपने आप गिर जाते है

इसीलिए - तथाकथित गुरु के बेहेकावे में मत आइये और
यौन क्रीडा के बारे में भ्रामक कल्पनाओं के वजह से गुमराह ना हो जाइये

AN EXPERIENCE OF THE UNION WITH YOUR INNER TRUE SELF
WILL
FREE U FROM THE PERVERSION OF THE SUPPRESSED SEX
IN THE
NAME OF 'CELIBACY' IMPOSED BY ALL THE RELIGIONS.

Wow for celibacy to attain the ultimate without understanding the
Entire mechanism of the sex and its effect on personal life
Which has and will
Create all the sex scandals in all kind of religious places everywhere.

* * * * *

It is a big myth that by observing the so called celibacy and suppressing
The urge for sex will liberate u from all the miseries of life and attain the joy
While the truth is the other way round -
It's not that suppression which liberates u from all the miseries of the life
But the deep understanding and real experience by u and only u-
Not told or taught by others-
Will eventually liberate u -when u observe the whole process impartially
And sincerely while experiment with it -
In all the ways - physically-mentally and most important spiritually.

* * * * *

Is it not very common sense to understand that every life should
And would hold on to whatever pleasure they have until better or higher
Pleasure they get-
Instead of living what they have - (natural sex) - and wait in vain and agony
For the better or higher one without understanding and personal experience of
'It'-first.
Which automatically will drop the urge for sex without any suppression.
Just like
Thorns are dropped when you experience the flowers.

* * * * *

So don't get carried away by so called guru and become more miserable by the
myth about sex.

दूसरों से शारीरिक निकटता गहरी समझ बनता है
और
आपस में स्नेह सभी का जीवन अधिक जीने योग्य बनाता है - अधिक प्यारा

सच्चाई यह है की जब आप किसीसे शारीरिक रूप से निकट होते है
तो आपस में एक रिश्ता बनता है वह कहा पैदा हुए उनकी श्रेणी क्या है
ये मायने नहीं रखता और ऐसे रिश्ते जो शारीरिक निकटता से बने है
वो लंबे अरसे तक निभते है जिसकी वजह से बाहरी उपलब्धियों को
हासिल करने की दौड़ कम हो जाती है
इसप्रकार बहेतर दुनिया और बहेतर समाज के लिए बहेतर वातावरण
निर्माण होता है पर साथ रहेने का नुकसान यह हो सकता है के हम खुद
की पहेचान शायद गवा दे तो फिर उस पवित्र उर्जा के निरंतर प्रवाह
का द्वार बंद हो जाता है
आसपास के सभी जीवन आनंद से स्वीकार करने की अपेक्षा करते है
इसीलिए अगर लोग शारीरिक रूप से दूर है तो उनको बहेतर
जीवन का मौका कम मिलता है
यह मानवी वृत्ति है वह अपने आसपासही सुविधाएँ चाहता है
ताकि आसानी से उसका उपभोग किया जा सके
अगर शारीरिक रूप से एक दुसरे से दूर रहेते है तो स्वर्ग बनाने
में कठिनाई होती है क्यों की उस स्वर्ग को बनाने
के लिए बहूत उर्जा की आवश्यकता होती है जो सब के साथ रहेने
से ही बनती है

यह हमेशा खयाल रहे के हर व्यक्ति को खिलने के लिए उनके बीच सही अवकाश होना उतना ही जरुरी है

'PHYSICAL' NEARNESS WITH OTHER LIVES CREATES - DEEPER UNDERSTANDING AND AFFECTION AMONG ALL WHICH MAKES LIFE MORE LIVABLE - SO MORE LOVABLE

The reality is that when u r living physically
close to any life -it does create a relationship
between them irrespective of their origination
or category and the relation built due to the
physical closeness lasts longer and more fulfilling
which may reduce the urge to run more for outer
achievements.
thus creating a better environment for a better
society and a better world but it is very crucial
to be aware of all the pitfalls of leaving together
and hold on to ones individuality which is the door
to that never ending flow of energy/love-which will be
gladly accepted by all lives living physically around.
So - if people leaving far away physically from each
other-they will have much lesser chances of a better life.
It is human tendency to create the comfort
and heavenly environment around their physical presence
which would materialized easily if they don't have to live
far from each other physically as lot of energy is needed
to create that paradise.
Also it is very important to have enough physical space
between each life to grow.

रिश्तों के बीच का अवकाश रिश्तों को मजबूत बनाता है

कोई भी नए रिश्ते की शुरुआत में एक दुसरे के प्रति प्रखर भावनाओं के वजह से
एक दुसरे से थोडा सा भी अवकाश नहीं होता और अगर कोई उस रिश्ते को
कैद या बांधकर रखने की कोशिश करता है तो वो रिश्ता नीरस हो जाता है
क्यों की उसे खिलने के लिए जरुरी अवकाश नहीं होता बीना अवकाश के
उस रिश्ते का दम घुटता है और धीरे धीरे वो रिश्ता टूट जाता है

तो रिश्तों को खिलने के लिए और हमेशा के लिए
मजबूत करने के लिए रिश्तों में अंदरूनी और बाहरी अवकाश होना बहूत जरुरी है

बाहरी अवकाश तो स्पष्ट है और आसानी से समझा जा सकता है के
दो या ज़्यादा लोगों का बीना अवकाश एक साथ
शारीरिक रूप से बंधे रहेना मुमकिन नहीं है
पर
आमतौर पर लोगों को अंदरूनी अवकाश का महत्व
समझ में नहीं आता जो हर एक इन्सान के विकास
और स्वतंत्रता जीवन प्रवाह में आसक्ति के साथ या बीना किसी आसक्ति
के बहने के लिए जरुरी है और अगर उस अवकाश के ना होने को
बहूत समय तक नजरंदाज किया तो रिश्तों का अंत
नजदीक आता है - वोही रिश्ते जिन्हें निभाने कसकर पकड़ के रखना था

तो अगर अवकाश का महत्व हरवक्त समझकर उसका आदर किया जाए तो रिश्ता हमेशा के लिए स्थायी बनता है

रिश्तों में जरुरी अवकाश हो के हर कोई मुक्त होकर उड़े और फिर भी हमेशा के लिए दृढ़ता से संबधित रहे

SPACE CREATES LASTING RELATIONSHIPS.

In the beginning of any new relationship
very little or no space is left between
the two-due to over whelming feelings
and if some one tries to cage and protect
that relationship it starts becoming stale
due to the lack of the space needed to nurture
it and gradually it may also die due to suffocation
while waiting to breath fresh air through the
space.
so it is very crucial to have a space inner/outer
between any relationship for it to grow strong enough
to last forever.
Outer space is very obvious and easily understandable
that it is not possible for any two or more lives to be
tied together physically without any space between them.
but
many times people do not understand the importance
of the inner space needed by each individuals for their
growth and freedom to flow with the life with or without
the attachments and if that lack of space is ignored for
the prolong time might result in the very end of it -which
was hold so tight to keep it going...
so if the importance of the space is understood t hourly
and honored by each-other will result in real lasting
relationship..
Let there be enough space for all to fly high and yet
remain strongly related to each other for ever.

अपने मन सागर के साथ रहो उसमे उठती लहरों के नहीं

यहाँ हम मन सागर की बात कर रहे है
जसिमे पानी के सागर की तरह अमाप क्षमता और उर्जा है और
उसमे वचिारों की लहेरे हरपल उठती और मटिती रहेती है पर हम उस लहर के साथ जुड़ जाते है और
अपना जीवन उस वचिार के आस पास बुनने लगते है और
ये करते समय हम उस लहर से जुड़ने के वजह से जो मुख्य स्त्रोत “मन सागर" को भूल जाते है और
आप के इसी सागर के एक छोटेसे हस्सि की आसक्ति के कारण आप कभी शांत नहीं होते और
पानी के बहार फेके हुए उस मछली की तरह तड़पते है जसिने अपने आप को एक लहर के साथ जुड़ लयिा था और
पुरे सागर को भूल गयी थी, कभी शांत नहीं होगी तड़प तड़प के अंत में मर जाएगी

BE WITH YOUR INNER OCEAN and NOT WITH ITS WAVES.

Here we are referring to the ocean of our mind which has infinite capacity and energy just like an ocean which creates constant waves in it in the form of thoughts which arise and subside in a matter of time unless u get attached to it and try to build life around it and doing so you you are becoming one with the fragment of an entire ocean and forget the root source which is ocean and because of this attachment to the fragment you are never at ease or peace just like fish is thrown out of water who tried to attach it self with the wave and forgot the ocean can never be at peace and ultimately die after all the jumping done to survive.

सहज जीवन ही जीवन है

हम सब जीते तो है पर वो जीवन नहीं जो उर्जा - बल - प्यार - सुंदरता और शांति से भरा है और इसका प्रमुख कारण ये हे के हम अपना जीवन पूरी तरह से नहीं जी रहे क्यों की हम सोचते है के हमारे पास हमारे जीवन का पूरा नियंत्रण है और हम उसे आपने इच्छा या कामना के हसिाब से ढाल सकते है और जो चाहे वो पा सकते है जो कभी भी मुमकिन नहीं क्यों की हमारा जीवन दुसरे जीवनों से स्वतंत्र नहीं है

क्यों की सभी लोग एक दुसरे से बंधे है सार्वभौमिक धागे से जो हरएक में हरपल मौजूद है

तो सुखी जीवन पाने के लिए अपने आप को सब से अलग करना एक भूल होगी जो हम करते है

इस सार्वभौमिक बंधन के अज्ञान की वजह से और

उस बंधन को नजर अंदाज करके हम अंधेरे में बहेतर जीवन खोजते है और

खो देते है उस सहज जीवन को जो हमेशा से यही है

पाठशाला या समाज की गलत शिक्षा के वजह से हम कामना और

वैयक्तिक प्राप्ति के जंगल में खोते रहेते है

तो अगर हम जीवन के प्रवाह के साथ केवल बहे बजाय तैरे या लढे उस प्रवाह से कही पोहोचने जिसकी वजह से हम अपने लिए दुःख ही निर्माण करेंगे और कुछ भी हो यह सफ़र कब्रस्थान में ही ख़त्म होगा

तो आप को यह चुनना है के जीवन का सफ़र हसते हुए जो भी जीवन सामने पेश करे उसे विनम्रता से स्वीकार करे या फिर ज़्यादा और ज़्यादा प्राप्त करने के लिए लढे या प्रयास करते रहे और

इस लढाई से आखिर में ज़्यादा पाने के बजाय ज़्यादा गवाना ही होगा

JUST LIFE is THE LIFE.

we all live life but not 'the' life which means life full of energy-vitality-oozing with love-beauty and peace, and one of the main reason is we are not living life at its fullest because we think that we have full control of our life and we can mold it as per our whims and desire and get the results we want from it which is never possible as our own life is not independent of other lives which are all connected by a common universal thread and inter twined with each other - so cutting off our self in order to achieve happier life from other lives is the mistake we make due to lack of the knowledge of this universal bond that we are part of and that ignorance of existentialism leads to a miserable life where we are groping in the dark to achieve better life and missing out on 'just' life which is already there always but due to wrong education by school/society we get lost in the jungle of desires and personal achievements.

so if we can 'just' flow with the stream of life instead of swimming and fighting the stream of life to reach somewhere while creating misery for us and no matter what the journey ends at cemetery only-now it is our choice to do the life journey while dancing and graciously excepting 'just' what life offers us or fighting and striving to achieve more and more ceaselessly which takes up much more life than it gives.

आसक्ति नहीं मतलब चिंता नहीं

घर पर आसक्ति मत रखो
तो उसे खोने की चिंता नहीं होगी

धन पर आसक्ति मत रखो
तो उसका संरक्षण करने की चिंता नहीं होगी

परिवार पर आसक्ति मत रखो
तो रिश्तों की चिंता नहीं होगी

पत्नी पर आसक्ति मत रखो
तो कमाई करने की चिंता नहीं होगी

संतानों पर आसक्ति मत रखो
तो उनके परवरिश की चिंता नहीं होगी

सेहत पर आसक्ति मत रखो
तो कसरत की चिंता नहीं होगी

अपने आप पर आसक्ति मत रखो
तो अपने आप को बनाए रखने की चिंता नहीं होगी

आसक्ति पर भी आसक्ति मत रखो
तो आसक्ति होने की चिंता नहीं होगी

NO ATTACHMENT means NO TENSION.

Do not attach to the house
And no tension of losing it

Do not attach to the money
And no tension of protecting it

Do not attach to the family
And no tension of relations

Do not attach to wife
And no tension to earn

Do not attach to children
And no tension to grow them

Do not attach to health
And no tension to exercise

Do not attach to your self
And no tension to maintain it

Do not attach to the attachment
And no tension of attachment

बच्चे जैसे मतलब फूल जैसे

बच्चे जैसे बनो और
अपना जीवन फूल के जैसे खिला दो

बच्चे जैसे बनो और
सबका दिल जीत लो

बच्चे जैसे मासूम बनो और
सच्चे दोस्त पा लो

बच्चे जैसे इमानदार बनो और
शांतमिय जीवन बिताओ

बच्चे जैसे खिलाडी बनो और
सब खेल जीत लो

बच्चे जैसे नम्र बनो और
जो चाहे वो हासिल करो

बच्चे जैसे स्फुर्तीले बनो और
जिंदगी के किसी भी मुकाम पर पहुँच जाओ

बच्चे जैसे नर्तक बनो और
सब से वाहवाही पा लो

बच्चे जैसे अभिनेता बनो और
निर्देशक का दिल जीत लो

बच्चे जैसे प्यारे बनो
ताकि सभी गले लगा ले

बच्चे जैसे आधुनिक बनो
ताकि सभी आपका अनुगमन करे

बच्चे जैसे योद्धा बनो
पूरी दुनिया को जीतने के लिए

बच्चे जैसे भावुक बनो
सब से सुख दुःख बाटने के लिए

बच्चे जैसे बनो बड़े हो जाने के बाद भी
दोबारा जीवन जीने और जीवन की नयी शुरुवात के लिए

बच्चे जैसे बनो और
जीवन के सारे खिलौने का आनंद लो

CHILD LIKES are FLOWERS LIKE.

Be a child like and bloom
your life like flower

Be a child like and win
every body's heart

Be a child like innocent
and get true friends

Be a child like honest
and live peaceful life

Be a child like sporty
and win all the games

Be a child like polite
and get what u want

Be a child like busting with energy
and reach anywhere in the life

Be a child like dancer
and get an applause from everyone.

Be a child like actor
and win directors heart

Be a child like cute
to be hugged by all

Be a child like trendy
to be followed by others

Be a child like fighter
to conquer the world

Be a child like sensitive
to share joy and sorrow with all

Be a child like when grown to adult
to re live and start the fresh life

Be a child like and
enjoy all the toys of the life

सोने वाले ऊपर से शांत लगते है पर अंदर से बेचैन होते है
जब की
जागृत ऊपर से सक्रीय होते है और अंदर से शांत होते है

एक बार आप जागृत हो गए तो पूरी दुनिया को उलटा काम करते देख कर हैरान हो जाएँगे
और
आप हसते बुद्ध जैसे हसना शुरू करेंगे क्यों की सभी एक चक्र में भाग रहे है
उस
शांति और स्थिरता के खोज में बीना रुके और बीना अपने अंदर झांके जहा वो पहेले से ही मौजूद है

तो ठहेरो बस ठहर जाओ
बीना पूछे क्यों और कैसे

जैसे आप प्यार करते है
तब आप नहीं पूछते क्यों और कैसे

जैसे आप खेलते है
तब आप नहीं पूछते क्यों और कैसे

जैसे आप सर्जन करते है
तब आप नहीं पूछते क्यों और कैसे

जैसे आप मनचले बनते है
तब आप नहीं पूछते क्यों और कैसे

जैसे आप हसते है
तब आप नहीं पूछते क्यों और कैसे

तो ठहेरो बस ठहर जाओ
ख़ास कर भीतर से

SLEEPERS SEEMS QUITE ON THE SURFACE BUT ARE RESTLESS AT THE BOTTOM
While
AWAKENED ARE ACTIVE ON THE SURFACE AND WELL RESTED AT THE BOTTOM

Once u are awakened u will be amazed to see the whole world working upside-down

And

You will start laughing like the laughing BUDDHA as everyone is running in circle

To

Find the lasting peace and rest without stopping and looking within where it already

EXISTS

so just stop-simply stop
don't ask what or how

like u don't ask when u
love-what or how

like u don't ask when u
play-what or how

like u don't ask when u
create -what or how

like u don't ask when u
are sporty-what or how

like u don't ask when u
laugh-what or how

SO JUST STOP-SIMPLY STOP.

व्यवस्थति मन ही आतंरकि धुल को साफ़ करके हीरे की तरह चमकता है

अव्यवस्थति मन पे ध्यान लगाए

शांत करने उस वचिारों की लहेरों को जो भूत और भवष्यि से अशुद्ध करती है भीतरी अस्तत्वि को

हीरे जैसा वर्त्तमान खो के

****

अव्यवस्थति मन पे ध्यान लगाए

ताकि ध्यान की वह सतर्कता छेद कर सके उस भूतकाल की परतों को और भवष्यि की इच्छाओं को

प्रस्थापति होने

हीरे जैसे चमकते वर्त्तमान में

****

अव्यवस्थति मन पे ध्यान लगाए

अंदरूनी जात से शांति बिनाने

जो अन्यथा अशांत होती है

डर या लालच की वजह से

और धुल की परते बनाता है

जो

हीरे जैसे चमकनेवाले सच्चे आत्मा को ढक देता है

****

अव्यवस्थति मन पे ध्यान लगाए

ताकि विचार कम हो जाए

और अवकाश का सर्जन हो

जो सर्जकता हीरे जैसी चमक जाए

****

अव्यवस्थति मन पे ध्यान लगाए

वचिार को अलग करने

और एकचत्ति से कयिा काम

जो आपको बनाएगा स्वामी

सच्चे और अध्यात्मकि दोनों हीरों का

UNCLUTTERED MIND ONLY CAN DUST OFF THE INNER AND SHINE LIKE A DIAMOND

Meditate on cluttered mind
To settle the ripples of thoughts
In the ocean of being which is
Dusted by the past and future
While
Missing the diamond like present.

* * * * *

Meditate on cluttered mind
So that awareness of being
Can penetrate through the impressions
Of the past and the desires of the future
To be
In the shining present like a diamond

* * * * *

Meditate on cluttered mind
To be at peace with your inner self
Which is in turmoil otherwise
Due to the fear or the greed and
Creates the layers of the dust
Which
Covers the shining of diamond like
True self.

* * * * *

Meditate on cluttered mind
So that thoughts subside
And space created for creation
To occur
And shine like the diamond.

* * * * *

Meditate on the cluttered mind
To single out one thought of action
Which will enable you to be the
Owner
Of physical as well as spiritual diamond.

जब कुछ माइने नहीं रखता - जीवन खलि जाता है

यह व्यवहारकि रूप से जए हुए जीवन का सार है
जहा बहूत उतार- चढाव हुए
जहा बहूत हसना - रोना हुआ
जहा बहूत शांति और अशांति हुई
जहा बहूत धन कमाया और गवाया
जहा बहूत रश्िते बने और टूटें
जहा बहूत उत्साह और दमन हुआ
जहा बहूत स्वास्थ्य और अस्वास्थ्य का अनुभव हुआ
जहा बहूत नर्िमाण और वनिाश कयिा गया
जहा बहूत उत्सव और शोक मनाया गया
जहा बहूत भागना और थकना हुआ

अंत में
सच्चाई सामने आई के कुछ माइने नहीं रखता
और
लो!!! खलिने लगा जीवन अपने आप

WHEN NOTHING MATTERS - LIFE BLOOMS.

This is the essence of a practically lived life
where lots of ups and down occurred
where lots of crying and laughing happened
where lots of turmoil and peace occurred
where lots of money earned and lost
where lots of relations built and broke
where lots of excitement and suppression occurred
where lots of health and sickness experienced
where lots of creations and destruction done
where lots of celebration and mourning happened
where lots of running and tiring happened

At the end
Truth reveled that ' nothing ' matters
And
Lo!!! Life started ' blooming ' on its own.

काल मिटता है जब की कालातीत अमर है

ये सही कहा गया है के काल हत्यारा है क्यों की थोड़े कालावधि
के बाद उस काल के दायरे में जो है वो सब मर जाता है
और उसी के साथ वो काल भी मर जाता है
क्यों की वो उस जमीन को हारता है जिस पर उसका अस्तित्व टिका था

यहाँ हम घडी में दिखानेवाले काल जिसकी जरुरत
हमें हरदिन जीवन में होती है उसकी बात नहीं कर रहे है
और हम मानसिक काल के बारे में बात कर रहे है

मानसिक काल खुद मरता रहेता है अपने आप क्यों की वह
मूल कालातीत स्थिति की एक लहर है जिस कालातीत स्थिति
को प्रबुद्ध व्यक्ति अनुभव कर चुके है - तो वे अपने व्यक्तित्व
के अनुसार अलग अलग तरीके से उस स्थिति के तरफ इशारा करते है

कालातीत स्थिति का मुश्किल भाग यह है
के जिस पल उसके महत्व को स्वीकार किया जाता है
उसी पल से उसे हासिल करने या तो उसे समझने के
बारे में इन्सान सोचने लगता है जो मुमकिन नहीं है
क्यों की यही सोच की प्रक्रिया भूतकाल से या भविष्य की कल्पनाओ
पर आधारित होती है जो समय के अवधि में संचित की है
जो मृत है विपरीत उस ओजस्वी निरंतर सार्वभौम उर्जा के
जिसको सिर्फ महसूस किया जा सकता है और
मन समझे ऐसे तरीके से समझाना मुश्किल है

और इसी समस्या की वजह से गुरुओं की पुरानी परंपरा
प्रचलित हुई क्यों की कालातीत स्थिति को समझना
मुश्किल था जो स्थिति गुरु जी अनुभव कर चुके थे और हररोज
उस स्थिति में जी रहे थे - इसी वजह से बहूत से उत्सुक लोग
जो वैसे ही शांतिमय और निर्मल जीवन जीना चाहते थे वे आकर्षित हुए
और उन्होंने उस गुरु का शिष्य बनने का फैसला किया
बीना किसी मानसिक तर्क के सिर्फ दिल पर भरोंसा
रखकर उस कालातीत स्थिति के शक्तिशाली आकर्षण की वजह से

आजकल के तथाकथित आधुनिक समय में
ज़्यादातर लोगों को मानसिक तर्क के बीना कार्य करना मुश्किल है
बजाय सिर्फ दिल की मान के

इसीलिए वह गुरु - शिष्य की परंपरा पुरानी पड गयी और
अकेले खड़े होने का सिलसिला शुरू हुआ वो भी ठीक है
जब तक वोही कालातीत मनस्थिति का भेद खोलता है

जहा मन का अस्तित्व ही नहीं है

यह फिर से वोही मुश्किल काम है जहा समझाना मुश्किल है उस कालातीत मनस्थिति को

सिर्फ प्यार का अनुभव उस कालातीत स्थिति की एक झाँकी दे सकता है

TIME DIES ALWAYS while TIMELESS LIVES FOREVER

It is well said that the time is a killer
because over a period everything
dies within the perimeter of time
and with the death of that thing
time also dies as it looses the very
ground on which it existed.

Here we are talking about the psychological
time and not the time by the clock which is
needed for everyday life.

That psychological time keeps dying itself
as it is just a wave of the original timeless
state which the enlightened ones have experienced
them selves-so they keep pointing towards it
in different ways as per their personality.

the tricky part of time less state is that
the moment its importance is agreed -
one starts thinking about achieving the
same or to understand it which is not
possible because the very process of
thinking is based on thoughts arising
from the past or the future imagination
which is accumulated over a period of
time which is a dead thing against
that live never ending universal energy which
can only be felt and very hard to explain
in the way mind can understand.

and because of this problem an old
tradition of guru came in existence as
it was very difficult to explain this timeless
state of the mind which guruji has experienced
and live with it every day- that attracted many
curious fellows who were eager to live the same
peaceful serene life and decided to be the followers
without any logic of mind but relying on their heart
for that powerful attraction of the timeless state.

in today's so called modern time it is very difficult
for most of the people to act without mind's logic
and heart's feeling -
so that very tradition of guru-disciple is obsolete
and new trend of stand alone has emerged which
too is fine as long as it unfolds to the same timeless
state of mind where mind itself does not exist.

This is that irony of unable to explain- again.

An experience of love is the glimpse of that 'timeless state'

Harshad Shah is presently living at New jersey-U S A

Can be reached via e-mail;
harshadfoundation@gmail.com

To understand the writings of this book in detail

-He is available by appointment at his place or your place.