150th Birth Anniversary of Ram Chandra Maharaj

Ram Chandra Maharaj (1873-1931) of Fatehgarh, UP was the first spiritual master or the Adi-Guru of the Sahaj Marg of Raja Yoga meditation. He was affectionately known as Lalaji Maharaj. He imparted yogic training through transmission, where the master transmits divine energy into the heart of the seeker to accelerate spiritual progress and achieve the highest expansion of consciousness.

Ram Chandra Maharaj rediscovered the art of yogic transmission that had been practiced in India for thousands of years. His simple approach to spiritual training, original research on spiritual processes, the knowledge of self and his insight into the human condition helps seekers of spirituality on their path to self-realization and find the divine within. Lalaji Maharaj emphasized meditation on the heart and shifted the search of the truth from an outer practice to a purposeful inner quest.

The teachings and spiritual work done by Ram Chandra Maharaj has now expanded, across the world through the Sahaj Marg of spirituality and the Heartfulness movement. Through the heartfulness movement, this ancient yogic form of heart-based meditation has reached millions of practitioners across 160 countries to help live a meaningful and balanced life.

Ram Chandra Maharaj was born on 2nd February 1873, on the auspicious day of Basant Panchami at Mainpuri, Uttar Pradesh. Lalaji Maharaj offered spiritual training to seekers from all walks of life without discrimination, ensuring highest stages of realization to be within the reach of all humanity. People of any caste or creed, followers of any religion who had a quest for ultimate reality received training from him. His personality, mode of living, and generous behavior earned Lalaji Maharaj the affection and respect of everyone. Finding a great change in themselves, these seekers told others about the change reflected in their personalities and thus this brought a large number of seekers to Lalaji Maharaj. This resulted in a snowball effect resulting in spiritual upliftment of millions.

Revered Lalaji Maharaj led a simple and pious life. He lived the life of a family man and attained heights of spiritual perfection. According to him, grihastha or family life was most conducive to the self-development and any sincere seeker could progress up to the highest level of spiritual attainment while fulfilling the duties of a householder. Lalaji Maharaj brought the highest spiritual approach to the reach of all those who wished to receive it amid worldly responsibilities. He simplified the method of spiritual training and system of meditation and adjusted it to suit the requirements of the time. He directed the seekers to make friends of their enemies and the persons whom they dreaded and guided them not to do unto others as they would not wish others to do unto themselves. He considered love to be the greatest tapas or penance. According to Lalaji Maharaj, the ultimate state is one of perfect balance of heart and mind, and the real sadhana is one that leads to such balance through meditation on the heart.

Lalaji Maharaj was trained in Urdu, Persian, and Arabic and had a sound knowledge of Hindi and Sanskrit. He was in favour of remarriage of widows as well as the education of women. After his retirement, he began giving all his time to spiritual work, spending two to three hours every day dictating books, articles, and letters. He has written more than a dozen books on spirituality and self-realization. He left his mortal body on 14th August 1931.

The art of yogic transmission of divine energy or pranahuti was passed from Lalaji Maharaj to his most devoted disciple, Babuji Maharaj. In 1945, Babuji Maharaj founded the Shri Ram Chandra Mission in honor of Lalaji Maharaj and formalized the Sahaj Marg system of spiritual practices and further refined his master's teachings into the current practice of Sahaj Marg or the Heartfulness Movement. The mission has established branches in many countries of the world offering various programs to the children, youth, and to millions of spiritual seekers worldwide. Heartfulness practices and meditation trainings are available at thousands of locations in over 160 countries.

Heartfulness trainers are available for individual and group meditation sessions both in-person and remote. The training in heartfulness meditation is offered free of charge. Shri Ram Chandra Mission or the Heartfulness movement strives to connect all of humanity through a daily practice of yoga and meditation, thus offering the precious gifts of human transformation and human integration. Heartfulness movement continues to grow adding new seekers all over the world.

Department of Posts is delighted to issue Commemorative Postage Stamp on 150th Birth Anniversary of Ram Chandra Maharaj and appreciates his contribution in imparting the knowledge of Sahaj Yoga and Meditation and hence contributing to the spiritual upliftment of missions at a global scale.

Credits:

Stamp/FDC/Brochure	:	Ms. Anjali
Cancellation Cachet	:	Smt. Nenu Gupta
Text	:	Referenced from content provided by proponent

भारतीय डाक
India Post

डाक विभाग
Department of Posts

राम चंद्र महाराज की 150वीं जयंती
150th Birth Anniversary of Ram Chandra Maharaj

विवरणिका Brochure

राम चंद्र महाराज की 150वीं जयंती

फतेहगढ़, उत्तर प्रदेश के राम चंद्र महाराज (1873–1931) राज योग ध्यान (मेडिटेशन) के सहज मार्ग के प्रथम आध्यात्मिक गुरु अर्थात् आदि–गुरु थे। उन्हें सस्नेह लालाजी महाराज के नाम से जाना जाता था। वे संचरण विधि से यौगिक प्रशिक्षण प्रदान करते थे। इस क्रिया के तहत गुरु संचरण विधि से हृदय में दिव्य ऊर्जा का संचार करते हैं, जिससे साधक की आध्यात्मिक उन्नति का मार्ग प्रशस्त होता है और उसके चौतन्य का विशद विस्तार होता है।

राम चंद्र महाराज ने भारत में हजारों वर्षों से चली आ रही यौगिक संचरण की कला का पुनः प्रचलन प्रारंभ किया। आध्यात्मिक प्रशिक्षण के प्रति उनका सरल दृष्टिकोण, आध्यात्मिक प्रक्रियाओं पर मूल शोध, आत्मबोध और मानवीय अवस्था पर उनकी अंतर्दृष्टि, अध्यात्म के मार्ग पर अग्रसर साधकों को आत्मबोध के मार्ग की ओर अग्रसर करने तथा स्वयं में दिव्यता की तलाश में मदद करती है। लालाजी महाराज ने ध्यान की क्रिया को हृदय पर केंद्रित किया और सत्य की खोज को बाह्य क्रिया न बनाकर उद्देश्य पूर्ण रूप से अपने मन में तलाशने की राह दिखाई।

राम चंद्र महाराज के उपदेशों और आध्यात्मिक कार्यों का आज अध्यात्म के सहज मार्ग और हार्टफुलनेस अभियान के माध्यम से विश्वभर में प्रचार–प्रसार हो चुका है। हार्टफुलनेस अभियान की बदौलत हृदय पर आधारित ध्यान योग की यह प्राचीन कला 160 देशों के करोड़ों साधकों तक पहुंच चुकी है, जो इसकी मदद से सार्थक एवं संतुलित जीवन जी रहे हैं।

राम चंद्र महाराज का जन्म 2 फरवरी, 1873 को बसंत पंचमी के पावन अवसर पर मैनपुरी, उत्तर प्रदेश में हुआ। लालाजी महाराज ने बिना किसी भेदभाव के समाज के सभी वर्गों के साधकों को आध्यात्मिक प्रशिक्षण प्रदान किया और यह सुनिश्चित किया कि समस्त मानव जाति आत्मबोध की परम अवस्था का अनुभव कर सके। किसी भी जाति, वर्ग या धर्म के अनुयायी जिन्हें परम सत्य की खोज की लालसा थी, वे उनसे प्रशिक्षण प्राप्त कर सकते थे। उनके अद्भुत व्यक्तित्व, जीवन–शैली और उदार व्यवहार के कारण उन्हें सभी का स्नेह और सम्मान प्राप्त हुआ। स्वयं में व्यापक परिवर्तन महसूस करते हुए इन साधकों ने अपने व्यक्तित्व में आए बदलाव के बारे में दूसरे लोगों को भी बताया, जिससे लालाजी महाराज की शरण में आने वाले साधकों की संख्या में काफी वृद्धि हुई। इसके परिणामस्वरूप लाखों लोगों ने आध्यात्मिक उन्नति का अनुभव किया।

श्रद्धेय लालाजी महाराज ने सरल और पावन जीवन–व्यतीत किया। उन्होंने गृहस्थ का जीवन जीते हुए आध्यात्मिक साधना की परम ऊंचाइयों को छुआ। उनका यह मत था कि गृहस्थ जीवन आत्मोन्नति के लिए सबसे अनुकूल है और सत्यनिष्ठ साधक, गृहस्थ की भूमिका में अपने कर्तव्यों का पालन करते हुए आध्यात्मिक उन्नति के सर्वोच्च स्तर को प्राप्त कर सकता है। लालाजी महाराज ने उन सभी लोगों के लिए परम अध्यात्म मार्ग सुलभ कराया जो सांसारिक जिम्मेदारियों के बीच रहकर इसे प्राप्त करना चाहते थे। उन्होंने आध्यात्मिक प्रशिक्षण की पद्धति और ध्यान योग की प्रणाली को सरल बनाते हुए उसे समय की मांग के अनुकूल ढाला। लालाजी महाराज ने अपने अनुयायियों को यह सीख दी कि वे अपने शत्रुओं और ऐसे सभी व्यक्तियों को अपना दोस्त बनाएं, जिनसे उन्हें भय अनुभव होता था और यह उपदेश दिया कि हमें किसी के प्रति ऐसा व्यवहार नहीं करना चाहिए, जो हमें अपने लिए पसंद नहीं है। उनका विचार था कि प्रेम ही सबसे बड़ी तपस्या है। लालाजी के अनुसार, आध्यात्मिक चेतना की परम अवस्था वह है जब मनुष्य हृदय और मस्तिष्क का उत्तम संतुलन प्राप्त कर ले और वास्तविक साधना वही है जो हृदय पर केंद्रित ध्यान योग के माध्यम से ऐसा संतुलन प्राप्त करने में सहायक हो।

लालाजी महाराज उर्दू, फारसी और अरबी में प्रशिक्षित थे और उन्हें हिंदी एवं संस्कृत का अच्छा ज्ञान था। वे विधवा विवाह और महिलाओं की शिक्षा के भी पक्षधर थे। सेवानिवृत्ति के बाद उन्होंने अपना सारा समय आध्यात्मिक कार्यों के लिए समर्पित करना प्रारंभ कर दिया। वे प्रतिदिन दो से तीन घंटे पुस्तकें, लेख और पत्र लिखवाने में व्यतीत करते थे। उन्होंने आध्यात्मवाद और आत्मबोध पर 12 से अधिक पुस्तकें लिखी हैं। 14 अगस्त, 1931 को उनका देहांत हो गया।

लालाजी महाराज ने दिव्य ऊर्जा या प्राणाहुति के यौगिक संचरण की कला की अनमोल विरासत अपने परम भक्त बाबूजी महाराज को सौंपी। 1945 में बाबूजी महाराज ने लालाजी महाराज के सम्मान में श्री राम चंद्र मिशन की स्थापना की और आध्यात्मिक अभ्यासों की सहज मार्ग प्रणाली को औपचारिक रूप दिया। उन्होंने, अपने गुरु की शिक्षा को सहज मार्ग या हार्टफुलनेस अभियान के वर्तमान स्वरूप में ढाला। इस मिशन ने दुनियाभर के कई देशों में शाखाएं स्थापित की हैं, जहां बच्चों के साथ–साथ युवाओं और आध्यामित्क मार्ग पर चलने के इच्छुक लाखों लोगों के लिए कार्यक्रम संचालित किए जाते हैं। हार्टफुलनेस की पद्धतियां और ध्यान योग प्रशिक्षण कार्यक्रम 160 से अधिक देशों में हजारों स्थानों पर प्रदान किए जाते हैं।

हार्टफुलनेस प्रशिक्षक व्यक्तिगत और सामूहिक ध्यान योग कार्यक्रम में अपनी सेवाएं व्यक्तिगत रूप से और दूरस्थ, दोनों ही आधार पर प्रदान करते हैं। हार्टफुलनेस योग का यह प्रशिक्षण निःशुल्क प्रदान किया जाता है। श्री राम चंद्र मिशन या हार्टफुलनेस अभियान, योग और ध्यान के दैनिक अभ्यास के माध्यम से समस्त मानवता को जोड़ने का यत्न करता है और इस प्रकार मानवता को आंतरिक परिवर्तन और एकता का अनमोल उपहार देता है। हार्टफुलनेस अभियान पूरी दुनिया से नए साधकों को जोड़ते हुए उत्तरोत्तर विकास कर रहा है।

डाक विभाग, राम चंद्र महाराज की 150वीं जयंती पर स्मारक डाक–टिकट जारी करते हुए प्रसन्नता का अनुभव करता है और सहज योग तथा ध्यान के ज्ञान के प्रसार और इस प्रकार, वैश्विक स्तर पर लाखों लोगों के आध्यात्मिक उत्थान में उनके योगदान की सराहना करता है।

आभार :

डाक–टिकट / प्रथम दिवस आवरण / विवरणिका : सुश्री अंजलि

विरूपण कैशे : श्रीमती नीनू गुप्ता

पाठ : प्रस्तावक से प्राप्त सामग्री के आधार पर

तकनीकी आंकड़े

TECHNICAL DATA

मूल्यवर्ग	: 1500 पैसे
Denomination	: 1500 p
मुद्रित डाक टिकटें	: 327600 पैसे
Stamps Printed	: 327600 p
मुद्रण प्रक्रिया	: वेट ऑफसेट
Printing Process	: Wet Offset
मुद्रक	: प्रतिभूति मुद्रणालय, हैदराबाद
Printer	: Security Printing Press, Hyderabad

The philatelic items are available for sale at Philately Bureaus across India and online at http://www.epostoffice.gov.in/PHILATELY_3D.html

© डाक विभाग, भारत सरकार। डाक टिकट, प्रथम दिवस आवरण तथा सूचना विवरणिका के संबंध में सर्वाधिकार विभाग के पास है।

© Department of Posts, Government of India. All rights with respect to the Stamp, First Day Cover and Information Brochure rest with the Department.

मूल्य ₹ 5.00