निर्मला योग

द्विमासिक | वर्ष ३ अंक १४ | जुलाई-अगस्त १९८४

ॐ त्वमेव साक्षात्, श्री कल्की, साक्षात् श्री सहस्रार स्वामिनी,
मोक्ष प्रदायिनी, माता जी, श्री निर्मला देवी नमो नमः ॥

।। श्री माताजी प्रसन्न ।।

परमपूज्य माताजी श्री निर्मला देवी का गुरूपूर्णिमा और नवरात्रि के दिन अपने आत्मजों को दिया हुआ आशीर्वाद। १९७६-७७

सहजयोगी मंडली,

आप सब का 'गुरूपूर्णिमा' के दिन भेजा हुआ आपका टेलीग्राम मिल गया। बहुत ही सुन्दर व मार्मिक शब्दों में आप सभी ने जो भाव प्रदर्शित किए हैं वे हृदयस्थ हो गये।

लंदन में 'गुरूपूर्णिमा' मनाई तब मैंने आत्म-दर्शन (self-realization) क्या है और सहज-योग में आपको वह (self-realization) मिला या नहीं यह विस्तारपूर्वक समझा दिया। आप सब के लिए टेप किया हुआ भाषण हम भेज देंगे।

"आत्म-तत्व पर सोचिए" ऐसा मैंने बताया था। आप आत्म-स्वरूप हो, मतलब आपकी बुद्धि, मन और अहंकार सभी उस आत्म-ज्योति से आलोकित होने चाहिए। जब उस ज्योति का प्रकाश समग्र होता है तभी बुद्धि में wisdom (विवेक) का प्रकाश दिखाई देता है। मन में प्रेम की सुगंध फैलती है और अहंकार (विराट) से बड़े-बड़े कार्य घटित होते हैं। इन सभी घटनाओं में समग्रता चमकती है। अपने आत्मतत्व पर खड़ा होना आना चाहिए। परन्तु पहले इसे संजोना चाहिए। सहजयोगियों में बहुत से ऐसे हैं कि उन्होंने अनेक बीमारियाँ ठीक की हैं। उनका मुझसे तथा और लोगों से बहुत प्यार है। यह जिन लोगों से हुआ उन्होंने ये किया। मतलब उन लोगों की पूर्व-पुण्याई से ये कला अवगत हुई। परन्तु हम लोगों में बहुत से बुद्धिजीवी लोग हैं उन्होंने अभी तक अपनी बुद्धि के या wisdom के बलबूते पर विशेष तीर नहीं मारा (विशेष कुछ करके नहीं दिखाया)।

सहजयोग में पुस्तकों की कमी है। हर एक भाषा में किताबें लिखनी पड़ेंगी। बहुत से लोग भाषण वगैरा लिखकर मेरे पास भेजते हैं। वह सब एकत्रित करने चाहिए। उसी प्रकार मेरे पत्र भी छापने पड़ेंगे।

सारे देश-विदेशों में यह समाचार जाना चाहिए कि कलियुग में 'सहजयोग' ही साधन है। सारे विश्व को सहारा देने वाला यही एक मार्ग है। मैं एक किताब लिख रही हूँ। लेकिन वह सभी के लिए आज उपयोगी नहीं है। सभी को इस पर सोचना चाहिए। दूसरे केन्द्रों पर ये बातें बतानी चाहिएं।

सारे सहजयोगियों को माँ के अनेकानेक आशीर्वाद।

आपकी सदासर्वदा याद करने वाली,
आपकी निर्मला माँ

सम्पादकीय

परमपूज्य आदिशक्ति श्री माताजी कहती हैं कि पार होने के पश्चात आप सभी को कुण्डलिनी और सहजयोग के विषय में बहुत कुछ जानकारी हो जाती है किन्तु भक्ति के बिना समतोलन सम्भव नहीं है अतः अपने आपको भक्ति में समा देना चाहिए। भक्ति से ही भावना बढ़ती है। भक्ति से ही हम विराट में निमग्न हो सकते हैं।

परमपरमेश्वरी श्री माताजी से यही प्रार्थना है कि हम सभी सहजयोगियों को अनन्यभक्ति प्रदान करें।

निर्मला योग

४३, बंगलो रोड, दिल्ली-११०००७

संस्थापक : परमपूज्य माता जी श्री निर्मला देवी

सम्पादक मण्डल : डॉ शिव कुमार माथुर
श्री आनन्द स्वरूप मिश्र
श्री आर. डी. कुलकर्णी

प्रतिनिधि कनाडा : श्रीमति लोरी हायनेक
३१५१, हीदर स्ट्रीट
वैन्कूवर, बी. सी.
वी ५ जैड ३ के २

यू.एस.ए. श्रीमती क्रिस्टाइन पेंट्रूनीया
२७०, जे स्ट्रीट, १/सी
ब्रुकलिन, न्यूयार्क-११२०१

भारत : श्री एम० बी० रत्नान्नवर
१३, मेरवान मैन्सन
गंजवाला लेन, बोरीवली
(पश्चिमी) बम्बई-४०००९२

यू.के. श्री गेविन ब्राउन
ब्राउन्स जियोलॉजिकल इन्फ़र्मेशन
सर्विस लि.,
१३४ ग्रेट पोर्टलैण्ड स्ट्रीट
लन्दन डब्लू. १ एन. ५ पी. एच.

श्री राजाराम शंकर रजवाड़े
८४०, सदाशिव पेठ, पुणे-४११०३०

इस अंक में . . . . . पृष्ठ

१. सम्पादकीय ... १
२. ॐ मां (परमपूज्य माताजी के मराठी पत्र का हिन्दी रूपान्तर) ... ३
३. कुण्डलिनी और ब्रह्मशक्ति (परमपूज्य माताजी का प्रवचन) ... ५
४. देव्याः कवचम् ... १३
५. सहजयोग महिमा ... १६
६. जय श्री माताजी निर्मला देवी (मराठी में प्रार्थना) ... १९
७. जोगवा (माग, णे इच्छा) (,, ,,) ... २०
८. श्री माताजी प्रसन्न (माताजी का पत्र) ... द्वितीय कवर
९. श्री (माताजी का पत्र) ... तृतीय कवर
१०. भजन ... चतुर्थ कवर

॥ ॐ माँ ॥

नवरात्रि के दिन सभी सहजयोगियों को अनेकानेक आशीर्वाद।

नवरात्रि की शुरूवात का मतलब एक महायुद्ध की शुरूवात है। नवरात्रि का एक एक दिन प्रत्येक महापर्व की गाथा है। ये युद्ध अनेक युगों में हुआ है — केवल मानव के संरक्षणार्थ। परन्तु उस मानव का संरक्षण क्यों करना है? सारी सृष्टि ने उन्हें वरदान क्यों देना है? इसे सोचना चाहिए। मनुष्य को सर्वोच्च पद पर राज्य करने के लिए बिठाया परन्तु कलियुग में मनुष्य ने अत्यन्त क्षुद्र गति स्वीकार की है। अपने 'स्व' का साम्राज्य क्षुद्रता में कैसे होगा?

आप सहजयोगी एक विशेष जीव हैं। इस सारे संसार में कितने लोगों को चैतन्य लहरी का आभास है? और कितने लोगों को इस के विषय में ज्ञान है?

लोग जानते नहीं हैं तो वह दोष अज्ञानता का है। परन्तु जब आप अपने आप की महत्ता जानते हैं तो दोष किसका है? आँखे खोलकर जो गड्ढे में गिर जाता है उसे लोग मूर्ख कहते हैं और आँख ऊपर करके जो चढ़ता है उसे विजयी कहते हैं। आप क्यों गिरते हैं? आपकी आँखें कहां रहती हैं? वह देखिए तब समझोगे, आपका लक्ष्य (ध्यान) मार्ग पर है कि दूसरों की तरफ। यह देखना जरूरी है। घोड़े के आंख पर दोनों तरफ चमड़े की गद्दी डालते हैं ताकि लक्ष्य इधर उधर न हो पाए। परन्तु सहजयोग के आप सवार हो, घोड़े नहीं। सवार की आंख पर गद्दी नहीं डालते। घुड़सवार स्वतन्त्र है, आज़ाद है। वह जानकार है। वह घोड़े को भी जानता है और मार्ग को भी जानता है। कलियुग में महान घमासान युद्ध चालू है। यह आपातकाल का समय है। पीछे हटकर नहीं चलेगा। शैतानों का साम्राज्य हर एक के हृदय में प्रस्थापित है। अच्छे बुरे की पहचान नहीं रही। परमेश्वर और संस्कृति दोनों बाज़ार में राक्षस बेच रहे हैं। नीति नाम की चीज़ कोई मानता ही नहीं। चोरी-डाकाखोरी का नाम, अमीरी और वेश्या व्यवसाय शुरू है। इस समय हमारे घुड़सवार (सहजयोगीजन) आपस में गले काट रहे हैं, कुछ लोग लूटमार करके पैसे इक्ट्ठा कर रहे हैं। ऐसा जो सामने आएगा तो सहजयोग की दवाई कौन पीएगा? उसका परहेज करना ही पड़ेगा। आपने क्या कमाया वह देखना जरूरी है। कौन कौन से कलंक (दाग) छूटे और आप कैसे पवित्र हुए (निर्मल हुए) ये देखना चाहिए। दूसरों के अच्छे गुण देखिए और अपने दुर्गुण (बुराई) देखिए। फिर अपने आप आपका चित्त काम करेगा। ढाल का काम तलवार से मत लीजिए। तलवार का काम ढाल से लेकर कैसे लड़ाई जीतोगे? अपने आप से लड़ना है। जो आपकी मर्यादा है वही तोड़ के—अमर्यादा विसार कर—चेतना में एकरूप होना है—विशाल होना है।

प्रेम की खाली बातें नहीं चाहिए। मन से प्यार करना बहुत आसान है। क्योंकि जब वैराग्य आता है तब किसी को देना बहुत आसान लगता है (सहज लगता है)। परन्तु वैराग्य मतलब देने की उत्कंठा जागृत होनी चाहिए। पास से गंगा बह रही है। लेकिन वह बह रही है ये मालूम

परमपूज्य परमेश्वरी आदिशक्ति श्री माताजी के मराठी पत्र का हिन्दी रूपान्तर

होना चाहिए। उसका कारण आप खुद ही हैं, यह जान लीजिए। दूसरा कोई कैसे भी होगा तब भी आपकी लहरें रुकती नहीं हैं। परन्तु जब आप की मशीन ठीक होगी तो औरों की भी ठीक हो जाएगी और उनकी लहरें भी बढ़ जाएंगी। जो आपसे आगे हैं उनके संपर्क में रहिए। आपका ध्यान उस पर होना चाहिए।

सहजयोग कितना अद्भुत है ये जानना चाहिए और उसके मुताबिक अपने आप की विशेषता समझनी चाहिए। आप आगे जाते जाते बीच में क्यों रुकते हो? पीछे मत मुड़िए क्योंकि फिसलोगे और चढ़ाई मुश्किल हो जाएगी।

प्रेम की महत्ता हम क्या गाएं? उसके सुर आप सुनिए और मस्त हो जाइए। इसलिए यह सारी मेहनत, इतने प्रयत्न, संसार की रचना और अवतार, आखिर जिनको ये मधुर संगीत सुनाने बिठाया वो तो औरंगजेब निकले (जिनको इसकी कोई चाह नहीं उल्टे नफ़रत ही है)। ये दुर्भाग्य है कि आपकी समझ में नहीं आता।

परन्तु फिर भी हमें संतोष है क्योंकि आप लोगों में कई बड़े शौकीन लोग हैं। उन्होंने अनेक जन्मों में जो कमाया है उसे जानकर, समझकर सहजयोग को पक्के पकड़कर उसका स्वाद ले रहे हैं। आनन्द सागर में तैर रहे हैं। उन्हें विरह नहीं है, दुःख नहीं है। उनका जीवन एक सुन्दर काव्य बन गया है। ऐसे भी कई फूल हैं। कभी कभी उन्हें भी आप दुःख देते हो, कुचलते हो। अरे, ये कोई योगियों के लक्षण हैं क्या? आज ही प्रतिज्ञा कीजिये। अपने स्वयं के दोष, गलतियाँ देखनी हैं। अपने हृदय से सब कुछ अर्पण करना है, प्रेम करना है सबसे। जो मन दूसरों की गलतियाँ दिखाता है वह घोड़ा उल्टे रास्ते से जा रहा है, उसे सीधे-सरल रास्ते पर लाकर आगे का रास्ता चलना है।

हमने तो आप लोगों पर अपना जीवन अर्पण किया है और सारा पुण्य आप ही के उद्धार हेतु (अच्छाई लिए) लगाया है। आपको भी तो थोड़ा-थोड़ा पुण्य जोड़ना चाहिए कि नहीं?

सारे संसार के आप प्रकाश दीप हो, आपस में भाई-बहन हो। एकाकार बनिए, तन्मय हो जाइए, जागृत हो जाइए।

सभी को आशीर्वाद,

आपकी माँ निर्मला

"आप वही मांगिये जिसे मांगना चाहिए, और वह है परम्। वह परमतत्त्व आपके ही अन्दर है जिसे आपको पाना है।" —श्री माताजी

"लक्ष्मी तत्त्व की जागृति के पश्चात् ही लक्ष्मी जी का आगमन होता है। धन आना और चीज है और लक्ष्मी तत्त्व का जागृत होना और चीज है।" —श्री माताजी

"श्री माताजी प्रसन्न"

कुण्डलिनी और ब्रम्हशक्ति

आज का विषय है कुण्डलिनी और विष्णु-शक्ति तथा ब्रह्मशक्ति। वसे देखा जाय तो ये बहुत ही बड़ा विषय है। थोड़ी देर में इस विषय में बहुत ही थोड़ा सा जिसे प्रारंभिक ज्ञान कहते हैं उतना ही बता सकते हैं।

तब भी अगर आपने ध्यानपूर्वक ये विषय सुना तो आप के समझ में आएगा कि भाषण देते समय भी मेरा ध्यान आपकी कुण्डलिनी पर ही रहता है। इसलिए आप हाथ मेरी तरफ रखें जैसे कुछ मांग रहे हों, इससे पूरे भाषण का अर्थ समझ सकते हैं और तभी आप पार हो जाते हैं। नहीं तो उसका कुछ मतलब नहीं है। पाँव में जूते हों तो उतारकर रखिए। गले में काले धागे हों, कमर में कुछ बांधा हो, तो उसे भी उतारें तो अच्छा है। कल मैंने बताया परमेश्वर की शक्ति आप के बायें तरफ से इड़ा नाड़ी से बहती है। उस इच्छाशक्ति का थोड़ा सा हिस्सा कुण्डलिनी है। मतलब परमेश्वर की इच्छा ही आपकी इस त्रिकोणाकार अस्थी में रखी है। मनुष्य का पिंड तैयार होने के बाद जो बची हुई शक्ति है—वही ये शक्ति है।

इसे अंग्रेजी में Residual Energy (अवशिष्ट ऊर्जा) कहते हैं। परंतु ये शुद्ध शक्ति है। वैसे ही ये शुद्ध इच्छाशक्ति भी है। ये संपूर्णतया परमेश्वर की इच्छा होने के कारण अथवा इसमें अपनी इच्छा का कोई समागम न होने के कारण और उस पर आप की इच्छा का कोई परिणाम न होने के कारण वह अत्यंत शुद्ध है। उसी शुद्धता पर यह वहां पर बैठी हुई है। वह त्रिकोणाकार अस्थि की शक्ति जो बाहर से दिख रही है किन्तु अन्दर से वह साढ़े तीन बल दिए हुए हैं। उसका बहुत बड़ा गणित है परन्तु मैंने कहा कि मैं सभी बातों का केवल उल्लेख करूंगी उस पर जो किताबें लिखी गयी हैं वही आप पढ़िए। हमारे यहाँ 'दी अडवेन्ट' (The Advent) एक बहुत सुन्दर किताब है। वह आप पढ़ें तो आपको बहुत फायदा होगा। जैसे एक बीज में शक्ति है वैसे ही ये भी एक अपार शक्ति है। अब ये जो इच्छाशक्ति है ये जब आप इस्तेमाल करने लगे तब ये आप के इड़ा नाड़ी से बहने लगी। तब इच्छा को पूरा करने के लिए कुछ क्रिया करनी है। केवल इच्छा करने से कोई दृष्य नजर नहीं आएगा। इसलिए उस इच्छा को क्रिया में ढालना पड़ेगा और उसी इच्छा से क्रियाशक्ति निकली है। और वही क्रियाशक्ति आप के दायीं तरफ आयी है। वह आपके शरीर से पिंगला नाड़ी में से बहती है। यह दोनों नाड़ियां नीचे जहाँ मिलती हैं वहाँ श्री गणेश का स्थान है। इच्छाशक्ति भावनामय है, भावनात्मक है। मनुष्य की भावनाएं दिखाई नहीं देती है। उन भावनाओं को जब साकार रूप आ जाता है तभी उन का आविष्कार होता है। वह साकार रूप भी उसी शक्ति के कारण आता है। तभी यह दूसरी क्रियाशक्ति बाएं से दायें में आती है। इस क्रियाशक्ति को हम सहजयोग में महासरस्वती की शक्ति कहते हैं। पहली महाकाली की व दूसरी महासरस्वती की शक्ति। महासरस्वती की शक्ति आपके पिंगला नाड़ी में से बहती है। यही ब्रह्मशक्ति है। यह ब्रह्मशक्ति जब कार्यान्वित होती है अर्थात् क्रियाशक्ति जब कार्यान्वित होती है तब इसी को ब्रह्मशक्ति कहते हैं और इसके देवता हैं ब्रह्मदेव महासरस्वती, इस ब्रह्म-क्रिया को मदद करते हैं। यदि वह शक्ति उनमें से

होकर बहती है, तभी ब्रह्म कार्यान्वित होता है। अब जो कुछ आपने वेदान्त वगैरा पढ़ा है वह केवल ब्रह्मशक्ति से लिखा है। आश्चर्य की बात है जब मनुष्य संसार में आया तब उसे भी क्रिया करने की इच्छा हुई। इच्छाशक्ति तो उसमें थी परन्तु क्रिया करने की इच्छा हुई।

क्रिया करने के लिए मनुष्य को पहले पंचमहाभूतों से सामना करना पड़ा। ये पंचमहाभूत हमारे यहाँ कहाँ से आए ? उनकी पांच तन्मात्राएं होती हैं। उससे पहले महद् अहंकार (ego) कुल मिलाकर २४ गुण होते हैं। इन सब शक्तियों से ही ये २४ गुण प्रगट हुए। और उन्होंने इस संसार में पंचमहाभूतों का निर्माण किया। इन पंचमहाभूतों को कैसे हाथ में पकड़ना, उन पर मास्टरी (नियन्त्रण) कैसे प्राप्त करनी और उन्हें किस तरह उपयोग में लाना है ? उन्हें कैसे समझना ? तब एक अंदाज मिला कि इन पंचमहाभूतों के एक-एक देवता हैं और एक-एक कोई कोई शक्ति है और वही शक्ति उन्हें नियमबद्ध करती है। प्रत्येक पंचमहाभूतों की एक-एक शक्ति है और वे उन्हें संभालती हैं। और वही शक्ति उन में अविनाशी रहती है। तब उन्होंने अग्नि, वायु वगैरा प्रत्येक देवता की पूजा शुरू में की।

उसके बाद उन्होंने यज्ञ-हवन करके इन पंच-महाभूतों को जागृत किया। इन्हें जागृत करते समय उनको पता चला कि, इनमें सात शक्तियाँ हैं। उन सातों में से एक है गायत्री व दूसरी है सावित्री। ऐसी सात शक्तियाँ हैं। तब गायत्री मंत्र वेदों में से निकला है। गायत्री मन्त्र, ये भी पिंगला नाड़ी पर बैठे हुए सभी देवताओं को और पंचमहाभूतों के सारे देवताओं को विराट के दाएं तरफ के देवताओं को जागृत करने के लिए है।

एक महान शक्ति का मनुष्य ने निर्माण किया और जब उन्होंने पंचमहाभूतों को आहुति देकर उनके देवताओं को आह्वन किया तब वे देवता जागृत हुए। उन देवताओं की जागृत से वे सभी शक्तियाँ जागृत हो गयीं और तब उन से गुण जागृत कर के, मनुष्य ने सारी सुख-सुविधाएं निर्मित करके आज मानव उच्च स्थिति में पहुँच गया है। ये बहुत वर्षों पुरानी बात है। श्री राम चंद्रजी के जमाने में भी हवाई-जहाज थे। हवाई जहाजों से लोग घूमते थे। उन्होंने (रामचन्द्रजी ने) खुद लंका से अयोध्या तक सफ़र किया है। और अर्जुन के समय में अपने यहाँ चक्र व्यूह था। इस तरह विशेष साधन थे। ऐसे उपकरण थे कि जिससे आप लोग बड़े बड़े युद्ध जीत सकते थे। आयुध (लड़ाई का सामान) वगैरा सब कुछ अपने यहाँ था। और अब एटमबम्ब है, इस प्रकार के अस्त्र भी थे। उसी प्रकार अंतरिक्ष में जाने की सभी व्यवस्था थी। ये बात बिलकुल सच है।

उस समय हिन्दुस्तानियों की स्थिति बहुत अच्छी थी। "भारतीय वास्तुशास्त्र" आप कहते हो, उस समय आप उच्चतम स्थिति में थे। लोगों के पास अनेक प्रकार के वाहन थे। प्रासाद वगैरा बहुत ही सुन्दर बनाये हुए थे। ये सभी पिंगला नाड़ी की कृपा से मिले हुए थे। अंग्रेजी में हम इसे supra conscious area (सुप्रा कॉन्शस एरिया) कहते हैं। मतलब इस प्रांत में अगर मनुष्य आया और उच्च स्थिति में पहुँचा तो भू-गर्भ में क्या है, आकाश में क्या है, इसका विवरण दे सकता है। परंतु इस पिंगला नाड़ी की प्रार्थना करते समय अनेक बातों का ध्यान रखा जाता था। सर्वप्रथम आप की वर्णव्यवस्था कौन सी थी। वह वर्णव्यवस्था विशेष पद्धति से बनी थी। लड़का अगर २५ साल का हुआ तब लड़का या लड़की एक ही युनिवर्सिटी में जाते थे और उसे ही हम गोत्र कहते हैं। इस युनिवर्सिटी के लड़के-लड़कियाँ विवाह नहीं कर सकते थे। अगर उनकी ऐसी इच्छा हुई कि यहाँ विवाह कर लें तो यह रूढ़ी के विरोध में होता है। अभी भी अपने यहाँ सगोत्र विवाह नहीं होते। पूरे पच्चीस साल

ब्रह्मचर्य में रहना पड़ता था। उन के आत्म-साक्षात्कारी गुरू होते थे। वे उन लड़के–लड़कियों को हठयोग सिखाते थे।

आजकल का हठयोग सिनेमा ऐक्टर, ऐक्ट्रेस बनाने वाला है। कल ही मुझे सवाल किया गया था, "माताजी हठयोग और कुण्डलिनी का क्या संबन्ध है?" अब आजकल सब गंद होने के कारण पुराना जो पातंजली शास्त्र था उसमें जो अष्टांग योग कहा गया है उससे सारे आठों अगों पर जोर है। इसलिए केवल आसन करने से लोगों के दिमाग में ये आने वाला नहीं था। पूर्व समय में आसन वगैरा ये सब पच्चीस साल तक जब तक लड़का या लड़की जिनकी शादी नहीं हुई है और भाई-बहन बनकर एक साथ रहकर किसी आत्म-साक्षात्कारी पुरुष के पास रहकर आसनों की शिक्षा लेते थे। आजकल सिखाने वाले आसन झूठे है। अब सभी आसनों में मैं देख रही हूँ कुण्डलिनी को विरोध करने वाली घटनाएँ होती हैं। इन आसनों में से बहुत ही थोड़े आसन ऐसे हैं जो आत्मिक उन्नति के लिए पोषक है। पहले जमाने में सच्चे गुरू के पास जो लड़के होते थे वे गिने-चुने रहते थे। उन्हें बचपन से पच्चीस साल तक बहुत ही कड़ी मेहनत से योगाभ्यास सिखाना पड़ता था। इस स्थिति में साधक बच्चों की धार्मिकता बहुत अच्छी तरह से बनायी जाती थी। ऐसे बच्चों में भी कुछ ही गिने-चुने बच्चों को ही गुरू आत्मज्ञान देते थे। आजकल ऐसा ज्ञान लेने दो-चार लोग गए हुए हैं। हिमालय के सच्चे गुरू लोग उन को निकाल देंगे इसमें कोई आश्चर्य की बात नहीं है। इसके अलावा इस प्रकार हठयोग का ज्ञान समाज में फैलाने वाले जो अ-गुरू हैं उन के पास अगर धर्म का कोई मेल ही नहीं है तो आत्मज्ञान कहाँ से आएगा?

कुछ लोग कहते हैं कि ऐसे आसनों से हमें अच्छा लगता है। शारीरिक दृष्टि से आप को ठीक लगने लगेगा। पिंगला नाड़ी आपने ज्यादा उपयोग में लायी तो आप का शरीर बिलकुल ठीक होगा क्योंकि शारीरिक और मानसिक इन दोनों बातों के लिए इसमें से शक्ति बहती है। परन्तु शरीर को ठीक लगने लगा तो आपकी भावनाओं का क्या? इस मार्ग से चलने वाले लोग अत्यंत रूखे होते हैं, क्योंकि ये सूर्यनाड़ी है। कई बार ऐसे लोग इतने रूखे होते हैं कि, ऐसे लोगों का जीवन हमेशा खराब ही होता है। उनकी अपनी बीबी से कभी नहीं पटेगी और इससे घर में हमेशा अशांति। इस के अलावा इन लोगों में एक तरह वैराग्य होता है और कभी कभी ऐसे लोग इतने गुस्सैल होते है कि जैसे अपने यहाँ कुछ पुराने लोग होते थे। वे त्राहि त्राहि करके सताते थे। ये आपको मालूम भी नहीं होगा। "विश्वामित्र ऋषि" ये कोई कल्याणकारी थे? ऋषि विश्वामित्र बहुत पहुँचे हुए तपस्वी थे कि जिसे देखते उसे भस्म करके रख देते। ये कोई कल्याण का रास्ता है? ये मार्ग हमारा नहीं है और सहजयोग में आपको ये मार्ग अपनाकर नहीं चलेगा। इस मार्ग से कहते हैं कई लोग महर्षि बने हैं! बने होंगे!! परन्तु इनका मनुष्य को क्या फ़ायदा? इन्होंने इतना करके क्या प्राप्त किया? कभी कभी मुझे लगता है इस तरह के जो आधे पहुँचे लोग केवल सन्यासीपन का पाखंड रचाकर घूमते रहते हैं। इसीलिए सन्यासी का सहजयोग में कोई स्थान नहीं है। सन्यासी वृत्ति पिंगला नाड़ी की जागृति से होती है, परन्तु वह नाड़ी सहजयोग में आत्मज्ञान प्राप्त होने के बाद जागृत होनी चाहिए। उससे पहले की जागृति ठीक नहीं है। वह अधूरी, मतलब एकांगी होती है। इसलिए गलत है। मैं आप को स्पष्ट कहती हूँ सन्यासी लोग भगवी वस्त्र पहनने के लिए सन्यासी होते हैं। मतलब ये कि वयस्क होने के बाद भी उनकी नानाविध करतूतें छूटती नहीं हैं, और उसी में फँसे होते हैं। उसके लिए उन्हें अपना पूरा जन्म व्यतीत करना पड़ता है।

एक बार आप सहजयोग में आते ही आप के

धर्म का साँचा बन जाता है। आप को ज्यादा प्रयास भी नहीं करना पड़ता और मनुष्य में अपने आप शुद्धता, पवित्रता जागृत होती है। उसे औरतों के प्रति और दूसरी स्त्रियों के प्रति कोई आकर्षण नहीं रहता क्योंकि वह समाधानी हो जाता है।

जब वेद व श्रुति पंचमहाभूतों को जागृत किया उसी के मूर्तस्वरूप आज अपने यहाँ विज्ञान आया। विज्ञान भी कहां से आया। ये जो वेदमंत्र वगैरा बोलने वाले लोग थे उन्होंने पाश्चिमात्य देशों में जन्म लिया और उनका जो परमेश्वरी शोधकार्य अधूरा रहा था उसे उन्होंने पंचमहाभूतों को विज्ञान के जरिये जीतने का प्रयास किया और विज्ञान के बलपर उन्हें लगता है कि विज्ञान के कारण ही हम जीतेंगे और इसलिए वे अब चाँद पर, शुक्र पर कहाँ कहाँ जा रहे हैं। परन्तु ये दांयी साईड बहुत अजीब है। मनुष्य को उसी में ज्यादा महत्ता लगने लगती है। मतलब ये कि किसी ने आप से कहा आप आकाश में उड़ सकते हैं तो वे तुरन्त एक हज़ार पौंड देने के लिए तैयार हैं। ये एकदम मूर्खतापूर्ण बात है। अब आकाश में उड़ने की क्या है ? अजी अब पंछी बनकर क्या मिलने वाला है ? पंछी से ऊँची स्थिति प्राप्त करोगे ? अब पंछी बनने के लिए हमारे पास हवाई जहाज है, सब कुछ है। अब क्या पंछी बनने की स्थिति आप की आयी है ? और उड़कर भी क्या मिलने वाला है ? अमेरिका से अपने यहाँ कुछ साल पहले एक बड़े वैज्ञानिक आये थे। मुझे बहुत आश्चर्य हुआ। मैंने उन्हें कहा उड़ने की जो बात है वह हो सकती है, लेकिन उस में भूतबाधा होती है। उड़ रहे हैं ऐसा लगता है, वह आभास होता है। उसे लगता है सब लोग अलग हैं और मैं अलग हूँ। ऊपर से मुझे सब कुछ दिख रहा है। ये सब भूतबाधा है। इस दाँयी तरफ के ही बहुत से लोग होते हैं वे अत्यंत महत्वाकांक्षी होते हैं। ऐसे लोग जब मरते हैं तब उनकी आत्मा अतृप्त रहती है। उन्हें लगता है कुछ भी करके फिर से संसार में आ जाएं। वे मरने के लिए तैयार नहीं होते। इसलिए वे किसी मनुष्य में घुसकर कुछ करते रहते हैं। उनका एक गुण है कि लोगों को ठीक करना।

ब्रह्मशक्ति मतलब पाँच तन्मात्रा और उनमें से निकले हुए पंचमहाभूतों को जागृत करने की शक्ति। वह पिंगला नाड़ी पर है। मनुष्य जब कोई भी क्रिया करता है और आगे की सोचता है और अगर वह अपने शारीरिक कार्य के लिए उपयुक्त होता है, मतलब मेरा शरीर अच्छा रहना चाहिए, शरीर का आकार अच्छा रहना चाहिए, मेरी प्रकृति अच्छी रहनी चाहिए, इस तरह की बातें सोचता रहता है तब ये पिंगला नाड़ी की शक्ति बहने लगती है। उसके अलावा अपनी शारीरिक स्थिति का उपयोग करने लगता है तब भी ये शक्ति बहने लगती है। मतलब एक ही शक्ति ज्यादा बहने से इस मनुष्य में कभी कभी विकृति का निर्माण हो जाता है। जब आप दांयी तरफ ज्यादा इस्तेमाल करेंगे तब बांयी तरफ बेकार हो जाती है। अब दांयी तरफ ज्यादा उपयोग में लाने से कौन सी बीमारियाँ होती है; ये हम देखेंगे।

अब सर्वप्रथम ये देखिए हम जब ये शक्ति बहुत उपयोग में लाते हैं तब आप को जो मुख्य काम करना है वह हम नहीं कर सकते। स्वाधिष्ठान चक्र महत्वपूर्ण स्थान है क्योंकि 'ब्रह्मदेव' स्वाधिष्ठान चक्र पर बैठे हैं और वे इसे शक्ति देते हैं। तो इनका पहला कार्य ये है कि सृजन कार्य के लिए जो शक्ति चाहिए उसे देते हैं। अब देखिए अगर आप artist (कलाकार) हैं और सहजयोगी नहीं हैं तो आपको कौन सी बीमारी होने के chances (सम्भावनाएं) हैं।

पहली बीमारी ये कि आप बहुत कठोर स्वभाव के हो सकते हैं। आप में कोई प्रेम नहीं है। आपके साथ कोई मनुष्य खड़ा नहीं रह सकता। कोई कहता है वह बड़ा आर्टिस्ट होगा। फिर वह दाढ़ी बढ़ाएगा।

कुछ भी दिखावा, हम कोई संयासी वगैरा हैं, ये सभी दिखावा इत्यादि। इस तरह की हरकतें करने लग जाता है। आर्टिस्ट का मतलब आप इसे हज़ारों लोगों में पहचान लेंगे, "क्यों जी आप आर्टिस्ट हैं?" ऐसा कहते ही उन्होंने अपनी एक कालर ऊपर उठानी। ऐसा मनुष्य बहुत क्रोधी होता है। उसका कारण दायी तरफ ज्यादा उपयोग में लाने के कारण संतुलन नहीं आता है। उसकी भावनाएं कम हो जाती हैं।

अगर कोई मनुष्य बहुत दौड़ता है। हिन्दुस्तान में ये सब नहीं दिखाई देता, परन्तु बाकी सभी देशों में इस प्रकार की प्रतियोगिताएं बहुत चलती हैं। वहाँ के सारे लोग भागते रहते हैं। एक दिन हमारे यहाँ ऐसा एक आदमी आया और कहने लगा, मैं हमेशा भागता रहता हूँ, मुझे कोई सुख नहीं है और दुःख नहीं है, मैं सुख-दुख के परे हूँ। मैंने कहा ऐसा कुछ नहीं है। आनन्द एक चीज़ है और सुख-दुख के उस पार जाकर सहना, पत्थर का होना, इन्सानियत नहीं है। ये मनुष्य मनुष्यता को ही भूल जाता है। मतलब अब कई लोग अत्यंत स्पष्ट बोलते हैं। किसी को कुछ दुःख होगा, परेशानी होगी या हमारे बोलने से किसी को दर्द होगा, ये उस मनुष्य के दिमाग में ही नहीं आता है। क्योंकि कभी कभी वह बहुत विजयी भी होता है। जिसे हम विजय कहते हैं वह पांच तत्वों के जीतने से भी आ सकता है। मतलब कोई मनुष्य बहुत बड़ा अफसर है या वह कोई बड़ा सत्ताधीश बना, तो उसे खास पिंगला नाड़ी की बीमारी होगी मतलब ego की (घमन्ड की) बाधा होगी। इस प्रकार के मनुष्य के पास एक ढाल लेकर जाना पड़ता है। सीधे तरीके से आप मिलने जाओगे तो कब आप का सर टूटेगा इसका कोई पता नहीं। एक बार एक मनुष्य के पास एक आदमी मिलने आया। वहाँ पर एक और आदमी था। वे सभी पर चिल्ला रहे थे। मिलने गया हुआ आदमी बेचारा सीधा, गांव का आदमी, उसके समझ में कोई बात नहीं आ रही थी। उन्होंने चिल्लाने वाले से पूछा "आपको क्या चाहिए?" तो जवाब मिला "आप कौन होते हो पूछने वाले?" "मैं पी.ए. हूँ," "अरे पहले बताते तुम?' उन्होंने फिर से कहा 'मैं पी. ए. हूँ।" पी. ए. बन गये तो कौन बड़ी बात हो गयी? पिंगला नाड़ी पर जो बहुत कार्य करते हैं वे "हम ये करेंगे, वो करेंगे" ऐसा बोलते रहते हैं। उनके पीछे एक अत्यंत विचित्र प्राणी जिंदा होता है। वह है अत्यंत कठोर हृदय कि जिसको प्रेम का विचार ही नही होता है; अत्यंत कठोर हृदय जिसे किसी के भी सुख-दुख का ख्याल नहीं रहता।

अब अपने महाराष्ट्र में लोगों का कहना है कि महाराष्ट्रियन लोग जरा ज्यादा ही कठोर बोलते हैं। कठिन बोलने का रिवाज महाराष्ट्र में बहुत है। मीठा बोलना अपने यहाँ ज़रा कम है। उस का कारण मुझे लगता है, अपने साधु-सन्तों ने शब्दों के वार किये। तब हमें भी लगता है कि हम भी दो-चार चिकोटे काटें तो क्या हर्ज है? परन्तु साधु-सन्तों का अलग है। उनका परीक्षा लेने का वही तरीका था। तब भी हमें सब के साथ मीठी बोली बोलनी चाहिए। मीठी बात बोलने में आप किसी की चापलूसी नहीं कर रहे हैं। एक तो आप किसी की चापलूसी करेंगे, नहीं तो किसी को तोड़ देंगे। कुछ बीचों-बीच है कि नहीं? हमारा सहजयोग मध्यमार्ग में होता है। कहने का उद्देश्य है कि मनुष्य में एक तरह की मिठास होनी चाहिए। बोलते समय उस में कुछ भावना चाहिए। दूसरों की भी भावनाएं होती हैं। उन्हें दुखाते समय हमें सोचना चाहिए। विशेषत: औरतों को ज्यादा भावनाएं होनी चाहिएं। वही कभी कभी इतनी दुष्टता करती हैं कि आश्चर्य होता है। इतनी दुष्टता उन में कैसे आती है? उसका कारण है वे बड़ी विचित्र होती हैं। मतलब हमेशा आज खाना क्या बनाना है? अब लड़की के ऑफिस में खाना भेजना है, मेरे पति का ये काम करना है, इस तरह सारी भविष्य की बातें सोचनी हैं।

उस समय ये दांयी बाजू (तरफ) पकड़ी जाती है। दांयी तरफ जाने वाला मनुष्य एकदम दुखी जीव होता है। क्योंकि ऐसे मनुष्य को कोई भी अपने नजदीक नहीं आने देता। ये सबसे बड़ी बीमारी है। ये किसी को नजर नहीं आती। भारत में बड़े बड़े विजयी लोग हैं। परन्तु उनके रूखेपन के कारण उनका नाम कोई सवेरे लेने के लिए तैयार नहीं होता। ज्यादा से ज्यादा शाम को लेंगे और तुरन्त मुंह धो डालेंगे। ऐसी स्थिति है। अब इस तरह से चलने वाले लोगों का—मतलब जो अति पर उतरते हैं, माने अति काम करते हैं—वो समझते हैं हम बड़ा भव्य, दिव्य काम रहे हैं। ऐसी धारणा बनाकर बाकी सभी से वंचित रह जाते हैं। आपका परिवार है, बच्चे हैं, ये हो गया एक मार्गीपन। विशेषतः ये हमारे देश में बहुत है, औरतों का भी, पुरुषों का भी। उन्हें लगता है पूरा समय हमें बाहर कुछ करके दिखाना चाहिए, दुनिया में कुछ तो भी विशेष करना चाहिए। सब से महत्वपूर्ण बात पैसे कमाने चाहिए और किस तरह से कमाने चाहिए ये दूसरी महत्वपूर्ण बात। इसलिए सारी औरतें व पुरुष उसी के पीछे लगे हुए हैं। इस पैसे कमाने की धुन में कभी पति-पत्नी की पटती नहीं और किसी से भी किसी की पटती नहीं।

मैं लंदन गयी थी तो मुझे लगा सब कोई कुत्तों की तरह क्यों भोंक रहे हैं ? बात करते समय लड़ाई पर उतर आएंगे। टेलीविजन पर भी पति-पत्नी की लड़ाई दिखाएंगे, नहीं तो मां-बेटों की, नहीं तो भाई-बहनों की लड़ाइयाँ दिखाएंगे। लड़ाइयों के सिवाय और कुछ नहीं। कोई प्यार से किसी से बातें कर रहा है ये कभी नहीं दिखाई देता। हँसने लगेंगे तो इतने गन्दे हँसेंगे कि देखने को जी नहीं करता। आखिर आप को टेलीविजन बंद करना पड़ेगा। आपस में प्यार से रहना चाहिए। चिक चिक करना, दूसरों को नीचा दिखाना, किसी से बुरी तरह से बातें करना ये सभी मनुष्य के दोष हैं। ये बीमारियाँ फैलते ही सारे समाज का विनाश होता है। जब पिंगला नाड़ी अपने में बहुत बलशाली होती है तब मनुष्य में एक तरह की उन्मत्तता आ जाती है और उस वेग में उसे ये भी समझ नहीं आता कि हम दूसरों को बुरी बातें सुना रहे हैं व उनके साथ बेशरमों की तरह बर्ताव कर रहे हैं। दूसरों की भावनाएं दुखा रहे हैं। दूसरों को ठेस पहुँचायी है। अब इस पर क्या इलाज करना चाहिए ?

अगर मैंने लोगों से कहा आप नियोजन (planning) मत करिए तो उन को लगता है माताजी पुराने ख्यालात की है। पर मैं कहती हूँ आप नियोजन मत करिए। पहले परमेश्वर का नियोजन देखिए और उस के बाद नियोजन कीजिए। परमेश्वर का planning पहचानना चाहिए। जब तक परमेश्वर का नियोजन हम पहचानते नहीं तब तक आपके नियोजन का कोई मतलब नहीं। हर एक काम नियोजित है। हर एक नियोजन में परमेश्वर का हाथ है क्योंकि उनका कार्य बहुत बड़ा है। उन की शक्ति भी बहुत बड़ी है। उनके पास सभी प्रकार की शक्तियाँ हैं। अब ये जो ब्रह्मतत्व है ये हमारे हाथों से आता रहता है। इसका फ़ायदा सहजयोग में कैसा होता है ये अब मैं बताने जा रही हूं।

अब आप को आश्चर्य होगा कि सहजयोग से आप में ब्रह्मतत्व जागृत होता है। तब क्या होता है ? तो अपने हाथों से जो vibrations (चैतन्य लहरियां) आते हैं वे हमारे साथ बोलने लगते हैं। यहाँ बैठे बैठे आप बता सकते हैं कि आपके पिताजी की हालत कैसी है ? अपनी माता की स्थिति कैसी है ? देश का क्या हाल है ? Prime Minister (प्रधानमन्त्री) की स्थिति कैसी है ? वे कहाँ हैं ? उनकी कुण्डलिनी कहाँ है ? वे कहाँ पर बैठी हैं ? उन्हें क्या परेशानी है ? उन्हें कौन सी बीमारी होने वाली है ? और

कौन सी बीमारी हुई है ? यहाँ पर बैठे बैठे आप कह सकते हैं।

जब ब्रह्मतत्व जागृत होता है तब अपने पूरे कार्यक्षेत्र में जो कुछ भी हम करते हैं उसमें एक प्रकार की तेजस्विता आती है और उस कृति को एक प्रकार की (discipline) शिष्टबद्धता आ जाती है। उसका एक गुणकसंख्यांक है (coefficient) है। उसका गुणकसंख्यांक निकाला जाय तो उसके एकदम ठीक vibrations (चैतन्य लहरियां) शुरू होते ही दूसरा जो मनुष्य बैठा है उसकी आत्मा को आनन्द होने लगता है और उसे भी वह प्राप्त होता है। अब हमारे एक सहजयोगी थे, वे मेरे पास आये और कहने लगे "माताजी मैं क्या करूं?" तो मैंने कहा Interior Decorator (घर की भीतरी सजावट करने वाला) बनिए। तो वे कहने लगे "सरमेरा !" लकड़ी किस चीज से काटते हैं ये भी मुझे पता नहीं और आप मुझे Interior Decorator होने को बता रही हैं। मैंने कहा करके तो देखिए आप, केवल चैतन्य लहरियों पर ! और आज उन्होंने लाखों रूपये कमाये हैं। मतलब ये कि केवल vibrations पर मालूम होता है और जो vibrations पर मालूम होता है वह जागतिक (universal) है। जो चीज सारे संसार ने मानी हुई है उसे ही अच्छे vibrations आते हैं। सौंदर्य दृष्टी उसी से आती है अब यहाँ बैठे बैठे ही आप बता सकते हैं कहाँ अच्छे vibrations हैं, आप के गुरू कौन हैं ? कोई हर्ज नहीं वे अब इस संसार में नहीं है तब भी आप बता सकते हैं वे सच्चे हैं कि झूठे हैं। ज्यादा से ज्यादा आप लंदन फोन कर सकते हैं। लंदन में आप के मित्र बीमार हैं या कैसे हैं ये यहाँ बैठे बैठे कह सकते हैं और उसके लिए आप का एक पैसा भी नहीं लगता। उसका ये है कि वहाँ वे बीमार हैं तो यहीं से आप उन्हें बन्धन दीजिए तो वे वहां पर ठीक हो जाएंगे। ये सब आप से हो सकता है और उसके मजेदार खेल भी होते रहते हैं।

अहंकार ये चीज ऐसी है कि ये जब आप में फैल गयी तो वह आप को एकदम अन्धकार में खींच सकती है। अपने आप को साधक पहचान नहीं सकता इतने अंधकार में मनुष्य जाने लगता है। अब अहंकार कैसे आता है ये मैं बताती हूँ। ये इड़ा नाड़ी ये यहाँ से शुरू होती है और ये पिंगला नाड़ी ये जब कार्यान्वित होती है तब उनमें से निकाला हुआ धुआँ—कहिए किसी फैक्ट्री से धुआँ निकलता है न ?–या उसी का कोई by-product (उप-उत्पादन) कहिए, ये दोनों संस्थाए तैयार होती हैं। एक है अहंकार, दूसरा है प्रति अहंकार—मतलब हम जो क्रियाशक्ति उपयोग में लाते हैं उससे हमारे में अहंकार निर्माण होता है। वह ऐसे यहाँ से बांयी निकालकर उल्टी तरफ से निकलता है। और जब हम भावनात्मक (emotional) बर्ताव करते हैं तब प्रति-अहंकार आते हैं। इसमें जो लोग अति भावनात्मक होते हैं उनमें प्रति-अहंकार होता है। समझ लीजिए एक छोटा बच्चा माँ का दूध पी रहा है और दूध पीते समय उसे बिलकुल खुश रखना है। उस समय उसकी माँ कहती है "अब मत रोना। मैं तुझे दूसरी तरफ से पिलाती हूँ। माँ ने उसे ऐसे घुमाया तो उसमें अहंकार आ गया। इसलिए इन्होंने मेरे आनन्द में disturb (विघ्न) किया। अहंकार आते ही मां ने कहा- 'अब रोना नहीं, चुप रहो" तो वह चुप हो गया। अब प्रति-अहंकार आया। जब अहंकार दबता है तब प्रति अहंकार आता है। उसे ही condition-ing(संस्कारित, चित्रित होना) कहते हैं। हम जितना भी पढ़ते हैं, मतलब जितने अपने में संस्कार होते हैं वे सारे प्रति-अहंकार से होते हैं और जो अहंकार से हम कार्य करते हैं वह तो आप को मालूम है। परन्तु सुख, सुसंस्कार अलग बातें हैं। संस्कार करवाने के लिए बहुत से लोग कहते हैं, हम इसे मानते नहीं हैं, आपने कुछ अनुभव किया है ? आप

में मन का खुलापन नहीं है। दूसरा अहंकारी मनुष्य कहता है मेरा परमेश्वर पर विश्वास नहीं है। मैं परमेश्वर को ही नहीं मानता हूँ। मैं किसी को भी नहीं मानता। मतलब उस पर कोई संस्कार नहीं है। एक में अति संस्कार हुए हैं और दूसरे में कोई संस्कार नहीं है। उसे अहंकार और प्रतिअहंकार कहते हैं। अब ये शक्ति जो पिंगला नाड़ी में है वह हमारे दांयी Sympathetic nervous System (सिम्पेथेटिक नाड़ी तन्त्र) में आती है। जब हम वह शक्ति उपयोग में लाने लगते हैं—ज्यादा या बहुत ही कम करने लगते हैं — तब हमें कैंसर जैसी बीमारियाँ होने लगती हैं। कैंसर जैसी बीमारी कैसे होती है ये देखना बहुत जरूरी है। एक बांयी संस्था है, एक दांयी संस्था है। उस के बाद ये इड़ा नाड़ी का कार्य है व दूसरा पिंगला नाड़ी का, और बीच में सुषुम्ना नाड़ी है। अगर हमने ये दांयी बाजू ज्यादा इस्तेमाल किया तो बांयी बाजू बहुत भारी होती है और इस बाजू का चक्र है, वह टूट जाता है और हमारे उस चक्र पर के देवता एक तो सो जाते हैं या तो कभी कभी लुप्त हो जाते हैं। उसके बाद वह बाजू (इड़ा या पिंगला नाड़ी जो ज्यादा भारी हुई है वह) अपने आप चलने लगती है। उससे कैंसर जैसी बीमारी हो सकती है। तो किसी भी बात की वजह से आपकी sympathetic nervous system (सिम्पैथैटिक नाड़ी संस्थान) ज्यादा उत्तेजित नहीं होना चाहिए। वैसे भी गलत गुरू करने से व काली विद्या black magic की वजह से कैंसर होता है। आश्चर्य की बात है कैंसर के पीछे किसी न किसी गुरू का ही हाथ है। कितने प्रकार के गुरू हैं। मैंने जितने रोगी ठीक किये हैं उन सभी में किसी न किसी गुरू का प्रकार या काली विद्या, मतलब ये जो कैंसर की शक्ति है वह बांयी तरफ से शुरू होती है और बांयी तरफ डाक्टर नहीं जा सकते। वे ज्यादा से ज्यादा नाक काटेंगे, कान काटेंगे या आंख परंतु कैंसर वे ठीक नहीं कर सकते। अब जो बीच की शक्ति है वह है – विष्णुशक्ति। इस शक्ति के बारे में इतनी थोड़ी देर में मैं नहीं कह पाऊँगी।

तो इस शक्ति के बारे में मैं कल बताऊँगी। और इसी शक्ति के दम पर आप ने सहजयोग अपनाया है। अगर ये दोनों शक्तियाँ नहीं होतीं तो आप का evolution (उत्क्रान्ति) नहीं होता। हम अमीबा से मानव नहीं बनते और न आज इस स्थिति तक पहुँचते। परमेश्वर आप को सुखी रखे ये मेरा आशीर्वाद है।

(२३ सितम्बर १९७९ को श्री माताजी द्वारा दादर में अमर हिंद मंडल में दिये हुए भाषण पर आधारित)

गुरू वही है जो साहिब से मिलाए।

—श्री माताजी

सबके सामने नतमस्तक होना वर्जित है।

—श्री माताजी

देव्याः कवचम्

नमस्तेऽस्तु महारौद्रे महाघोरपराक्रमे।
महाबले महोत्साहे महाभयविनाशिनि ॥१॥

त्राहि मां देवि दुष्प्रेक्ष्ये शत्रूणां भयवर्द्धिनि।
प्राच्यां रक्षतु मामैन्द्री आग्नेय्यामग्निदेवता ॥२॥

दक्षिणेऽवतु वाराही नैर्ऋत्यां खड्गधारिणी।
प्रतीच्यां वारुणी रक्षेद् वायव्यां मृगवाहिनी ॥३॥

उदीच्यां पातु कौमारी ऐशान्यां शूलधारिणी।
ऊर्ध्वं ब्रह्माणि मे रक्षेदधस्ताद् वैष्णवी तथा ॥४॥

एवं दश दिशो रक्षेच्चामुण्डा शववाहना।
जया मे चागतः पातु विजया पातु पृष्ठतः ॥५॥

अजिता वामपार्श्वे तु दक्षिणे चापराजिता।
शिखामुद्योतिनी रक्षेदुमा मूर्ध्नि व्यवस्थिता ॥६॥

मालाधरी ललाटे च भ्रुवौ रक्षेद् यशस्विनी।
त्रिनेत्रा च भ्रुवोर्मध्ये यमघण्टा च नासिके ॥७॥

शङ्खिनी चक्षुषोर्मध्ये श्रोत्रयोर्द्वारवासिनी।
कपोलौ कालिका रक्षेत्कर्णमूले तु शाङ्करी ॥८॥

नासिकायां सुगन्धा च उत्तरोष्ठे च चर्चिका।
अधरे चामृतकला जिह्वायां च सरस्वती ॥९॥

दन्तान् रक्षतु कौमारी कण्ठदेशे तु चण्डिका।
घण्टिकां चित्रघण्टा च महामाया च तालुके ॥१०॥

कामाक्षी चिबुकं रक्षेद् वाचं मे सर्वमङ्गला।
ग्रीवायां भद्रकाली च पृष्ठवंशे धनुर्धरी ॥११॥

नीलग्रीवा बहिःकण्ठे नलिकां नलकूबरी।
स्कन्धयोः खड्गिनी रक्षेद् बाहू मे वज्रधारिणी ॥१२॥

हस्तयोर्दण्डिनी रक्षेदम्बिका चाङ्गुलीषु च।
नखाञ्छूलेश्वरी रक्षेत्कुक्षौ क्षेरत्कुलेश्वरी ॥१३॥

स्तनौ रक्षेन्महादेवी मनःशोकविनाशिनी।
हृदये ललिता देवी उदरे शूलधारिणी ॥१४॥

नाभौ च कामिनी रक्षेद् गुह्यं गुह्येश्वरी तथा।
पूतना कामिका मेढं गुदे महिषवाहिनी ॥१५॥

कट्यां भगवती रक्षेज्जानुनी विन्ध्यवासिनी।
जङ्घे महाबला रक्षेत्सर्वकामप्रदायिनी ॥१६॥

गुल्फयोर्नारसिंही च पादपृष्ठे तु तैजसी।
पादाङ्गुलीषु श्री रक्षेत्पादाधस्तलवासिनी ॥१७॥

नखान् दंष्ट्राकराली च केशांश्चैवोर्ध्वकेशिनी।
रोमकूपेषु कौबेरी त्वचं वागीश्वरी तथा ॥१८॥

रक्तमज्जावसामांसान्यस्थिमेदांसि पार्वती।
अन्त्राणि कालरात्रिश्च पित्तं च मुकुटेश्वरी ॥१९॥

पद्मावती पद्मकोशे कफे चूडामणिस्तथा।
ज्वालामुखी नखज्वालामभेद्या सर्वसन्धिषु ॥२०॥

शुक्रं ब्रह्माणि मे रक्षेच्छायां छत्रेश्वरी तथा।
अहंकारं मनो बुद्धि रक्षेन्मे धर्मधारिणी ॥२१॥

प्राणापानौ तथा व्यानमुदानं च समानकम्।
वज्रहस्ता च मे रक्षेत्प्राणं कल्याणशोभना ॥२२॥

रसे रूपे च गन्धे च शब्दे स्पर्शे च योगिनी।
सत्त्वं रजस्तमश्चैव रक्षेन्नारायणी सदा ॥२३॥

आयू रक्षतु वाराही धर्मं रक्षतु वैष्णवी।
यशः कीर्तिं च लक्ष्मीं च धनं विद्यां च चक्रिणी ॥२४॥

गोत्रमिन्द्राणि मे रक्षेत्पशून्मे रक्ष चण्डिके।
पुत्रान् रक्षेन्महालक्ष्मीर्भार्यां रक्षतु भैरवी ॥२५॥

पन्थानं सुपथा रक्षेन्मार्गं क्षेमकरी तथा।
राजद्वारे महालक्ष्मीर्विजया सर्वतः स्थिता ॥२६॥

रक्षाहीनं तु यत्स्थानं वर्जितं कवचेन तु।
तत्सर्वं रक्ष मे देवि जयन्ती पापनाशिनी ॥२७॥

पदमेकं न गच्छेत्तु यदीच्छेच्छुभमात्मनः।
कवचेनावृतो नित्यं यत्र यत्रैव गच्छति ॥२८॥

तत्र तत्रार्थलाभश्च विजयः सार्वकामिकः।
यं यं चिन्तयते कामं तं तं प्राप्नोति निश्चितम्।
परमैश्वर्यमतुलं प्राप्स्यते भूतले पुमान् ॥२९॥

निर्भयो जायते मर्त्यः संग्रामेष्वपराजितः।
त्रैलोक्ये तु भवेत्पूज्यः कवचेनावृतः पुमान् ॥३०॥

इदं तु देव्याः कवचं देवानामपि दुर्लभम्।
यः पठेत्प्रयतो नित्यं त्रिसन्ध्यं श्रद्धयान्वितः ॥३१॥

दैवी कला भवेत्तस्य त्रैलोक्येष्वपराजितः।
जीवेद् वर्षशतं साग्रमपमृत्युविवर्जितः ॥ ३२॥

नश्यन्ति व्याधयः सर्वे लूता विस्फोटकादयः।
स्थावरं जङ्गमं चैव कृत्रिमं चापि यद्विषम् ॥३३॥

अभिचाराणि सर्वाणि मन्त्रयन्त्राणि भूतले।
भूचराः खेचराश्चैव जलजाश्चोपदेशिकाः ॥३४॥

सहजा कुलजा माला डाकिनी शाकिनी तथा।
अन्तरिक्षचरा घोरा डाकिन्यश्च महाबलाः ॥३५॥

ग्रहभूतपिशाचाश्च यक्षगन्धर्वराक्षसाः।
ब्रह्मराक्षसवेतालाः कूष्माण्डा भैरवादयः ॥३६॥

नश्यन्ति दर्शनात्तस्य कवचे हृदि संस्थिते।
मानोन्नतिर्भवेद राज्ञस्तेजोवृद्धिकरं परम् ॥३७॥

यशसा वर्द्धते सोऽपि कीर्तिमण्डित भूतले।
जपेत्सप्तशतीं चण्डीं कृत्वा तु कवचं पुरा ॥३८॥

यावद्भूमण्डलं धत्ते सशैलवनकाननम्।
तावत्तिष्ठति मेदिन्यां सन्ततिः पुत्रपौत्रिकी ॥३९॥

देहान्ते परमं स्थानं यत्सुरैरपि दुर्लभम्।
प्राप्नोति पुरुषो नित्यं महामायाप्रसादतः ॥४०॥

लभते परमं रूपं शिवेन सह मोदते। ॐ ॥४१॥

卐 जय श्री माताजी 卐

सहजयोग–महिमा

सहजयोग की महिमा, अगणित अमित अपार ।
क्षुद्र मानव-मस्तिष्क भला, कैसे पाये पार ॥

वेद–पुराण उपनिषद, कर न सके बखान ॥
शारद शेष महेश भी, करते हैं गुणगान ॥

ज्ञान, भक्ति, कर्मयोग, क्रिया, राज, हठयोग ।
सब योगों में सहजयोग, ही है महायोग ॥

सहज में हरि मिले, सहजयोग में आय ।
सहजयोग से दूसरा, और न अन्य उपाय ॥

क्यों भूले हो संसार में, कर लो अपने कल्यान ।
सहजयोग में सहज ही, मिलते श्री भगवान ॥

माँ निर्मला के प्रेम की, सहजयोग है गंगा ।
सकल विश्व को तारने, आई हैं विश्व गंगा ॥

परमात्मा की सृष्टि सहज, सहज सृष्टि का ज्ञान ।
सहजयोग अन्तिम है, सहज सत्य को जान ॥

आओ स्वेच्छा से करें, सहजयोग का वरण ।
सहजयोग ही उत्क्रान्ति का, है अन्तिम चरण ॥

माँ निर्मला के प्रेम की, सहजयोग है देन ।
सहजयोग ही सबको, देगा सुख-चैन ॥

पुरजन, परिजन, सामान्यजन, कर सकते यह योग ।
सहजयोग के नियम सहज, होते नहि भवरोग ॥

उम्र, लिंग, वर्ण, धर्म, देश, जाति अनेक ।
बाल, वृद्ध, युवा, नर, नारि, मातृप्रेम में सब एक ॥

सहजयोग वर्तमान में, सब मंगलों का मूल ।
सब भव-बाधा हरे, मिट जाये जीवन शूल ॥

दुख-दर्द, व्याधि, भव रोग की, दवा है रामबाण।
अपनाकर सहजयोग, कर लो अपने कल्याण ॥

सहजयोग जीवन रक्षा की, एक मात्र परमौषधि।
भस्म हो जाते वाइरस सब, बढ़ जाती जीवनावधि ॥

चैतन्य चेतना, चैतन्य लहरें, सहजयोग की देन।
तन मन भावों को शुद्ध कर, देता यह सुख चैन ॥

अणुयुद्ध का निरंतर, मानवता को है भय।
केवल सहजयोग सबको, दे सकता आश्रय ॥

जड़-विज्ञान की प्रगति अति, मानव अहं न समात।
पर महासागर के सामने, बूंद की कौन बिसात ॥

क्षमता चैतन्य लहरों की, है असीम अपार।
आण्विक विकिरण सब, पल में होंगे क्षार ॥

पानी का बुलबुला, तेरा यह अभिमान।
फट जायेगा पल में, मूल्य समय का जान ॥

सहजयोग में ही, 'स्व' से होता पहिचान।
'स्व' से बढ़कर नाता, कोई न जग में आन ॥

सहजयोग से सहज में, मिट जाता वियोग।
प्रश्नहीन हो जाते सब, जब 'स्व' से होता योग ॥

झूठी जग की बातें, मिथ्या जग व्यवहार।
सहज सत्य की नाव से, हो भवसागर पार ॥

जग की चमक दमक में, जाओ मत भूल।
है बाहर केवल भटकाव, भीतर जीवन-मूल ॥

व्यर्थ न जाने दे बंदे ! यह जीवन अनमोल।
सींच कर मातृ प्रेम से, दे इसमें अमृत घोल ॥

कैसे समझावें तुझको, क्यों बनते अनजान।
सहज निहित सत्य में, है तेरा ही कल्यान ॥

आया अंत कलियुग का, सतयुग का हुआ विहान ।
जागी नव चेतना अब, जीवन बना महान ॥

सहजयोग चेतना का, है प्रयोग अद्भुत ।
करते रिकार्ड परम का, विज्ञानी जीवन्मुक्त ॥

सहजयोग ही है, परमधाम का पंथ ।
सरल सुगम इस पंथ से, जाते ज्ञानी संत ॥

सब जग जीवन का, अन्तिम यह सार ।
सहजयोग के मार्ग से, जाते प्रभु के द्वार ॥

दिव्य प्रेम की प्राप्ति, इस जीवन का अर्थ ।
सहजयोग में यह मिले, बाकी सब व्यर्थ ॥

धीरे धीरे सबमें, हो जाएगा सुधार ।
सहजयोग के अभ्यास से, हो जाओगे भवपार ॥

जो चाहे कर सकते, रख कर सहज का ज्ञान ।
सहज ज्ञान से हर क्षेत्र में, कर सकते कार्य महान ॥

निर्मला योग से अब, निर्मल होगा ज्ञान ।
सब शंकाओं का, सहजयोग समाधान ॥

जातीय, राष्ट्रीय, अंतर्राष्ट्रीय, सब प्रश्नों का निदान ।
सबकी सब समस्याओं का, सहजयोग समाधान ॥

तारे टूटे, सागर सूखे, चाहे सुमेरू जाये टल ।
पर बिन सहज न भव तरे, यह सिद्धान्त अटल ॥

—जय श्री माताजी—

—सी. एल. पटेल

जय श्री माताजी श्री निर्मला देवी

भगवती माता श्री निर्मला देवी ।
तवकृपेने झालो मी ।
सहजयोगी आज ।
ये वूदे ही चैतन्याची लाट ! ।।धृ।।

माता सुख कारीणी तू ।
माता दुःख हारीणी तू ।
उद्धारिणी सर्व जगताची हया ।
पार्वती, सीता, सती, मेरी तू ।
सुबुद्धी तूच दे, बंधूभाव तूच दे ।
पसरूनि भुवरी सहजयोगाची ही लाट ।
माई-माता-मम्मी–आई-माँ ।।१।। भगवती·····

होती परदेशी एक ग
नारायणी तव सहजयोगाने
दर्शन मानवा तू देशील ग ।
स्वामिनी थोर पुण्याईने ।
मोक्ष प्रदायिनी तू, अंबा, महाकाली तू ।
माई तव ध्यानात वेगळा आनन्द हा ।
माई-माता-मम्मी-आई माँ ।।२।। भगवती ·····

त्रिभुवनि वसता तुझे ध्यानात ।
पडे मला विसर जीवनाचा ।
दास तुझा हा रमेश देशमुख ।
सहजयोगी माते ग नेरचा ।
अर्पण ग आई हा देत तुझ्या ठायी ।
ओटीत घे हया सहजयोगी सुताला ।
माई-माता-मम्मी-आई मां ।।३।। भगवती·····

—जय श्री माताजी—

श्री रमेश देशमुख

जोगवा (मागणे, इच्छा)

आज मागतो जोगवा
सहज योगाच्या दरबारी ग·····
माता निर्मला सहस्त्रारी ॥धृ॥

सहज मार्गे जाईन
चैतन्यामृत घेईन
आईला हृदयी स्मरिन् ग
सहज ध्यान लावीन ॥१॥

सहज मार्गे जाईन
वाईट रूढी सोडीन
आईच्या शब्दां जागेन ग·····
सहज ध्यान लावीन ॥२॥

सहज मार्गे जाईन
सकल विपदा हारिन
अंतरी पावन होईन ग····
सहज ध्यान लावीन ॥३॥

सहज मार्गे जाईन
कृपा - शिर्वाद घेईन
निर्विचार होईन ग·····
सहज ध्यान लावीन ॥४॥

सहज मार्गे जाईन
चैतन्य धारा घेईन
परस्परांसी देईन ग·····
सहज ध्यान लावीन ॥५॥

सहज मार्गे जाईन
परम ज्ञान घेईन
साक्षात्कारी होईन ग·····
सहज ध्यान लावीन ॥६॥

सहज मार्गे जाईन
आत्म तत्व ते जाणीन
मोक्ष पदची मागेन ग·····
सहज ध्यान लावीन ॥७॥

—मोरेश्वर पाटील
ठाणे
२७-१-८४ (कालाष्टमी)

श्री

प्रिय निर्मला,

अनेकानेक आशीर्वाद

तुम्हारा प्यार भरा पत्र मिला। नवरात्रि के पूजन का अनुभव हमने भी खूब किया। परन्तु पूजा भी एक बाहरी उपादान है। तुम्हारे हृदय की ही निशानी और बोले हुए वाक्य हैं। परन्तु पूजा का फल और उसका आशीर्वाद व प्रसाद कैसे मिलता है ये बातें समझनी चाहिएं।

पूजा और प्रार्थना ये आपके हृदय की बढ़त हैं। मंत्र आपकी कुंडलिनी के शब्द हैं। परन्तु जब हृदय से पूजा नहीं होगी और कुण्डलिनी से मंत्र नहीं बोले जाएंगे तो उस पूजा को दिखावा व नाटकीयता का रूप आएगा। पूजा के समय अगर आप निर्विचार होंगे तब मानना कि हृदय ने साथ दिया। पूजा सामग्री एकत्रित करके सरल मन से अर्पण करिए। उस समर्पण में दिखावा नहीं चाहिए। कुछ भी बन्धन नहीं चाहिए। पानी से हाथ धोते हो हृदय तो नहीं धुले हैं, कि धुले हैं? अपना चित्त (लक्ष्य) हृदय पर होगा तब वह दूसरे की नहीं सोचेगा। आपने बाहर से मौन (शांत) पकड़ा है लेकिन फिर भी अन्दर से आप मौन (शांत) नहीं हैं। अन्दर कुछ सोच-विचार शुरू हैं। इसलिए बहुत देर गूंगे की तरह बैठना नहीं है। मनुष्य का हृदय साफ नहीं है, तब इस गूंगेपन से बड़ा नुकसान होता है। दूसरे बहुत इधर उधर की बातें भी बड़ी नुकसानदायक हैं।

अब पूजा में मंत्र बोलिए परन्तु अत्यन्त श्रद्धा से, श्रद्धा का दूसरा पर्याय नहीं। श्रद्धा में जब अत्यन्त आदर व दृढ़ता आती है तभी पूजा में बैठिए। तब हृदय ही सारी पूजा करता है। उस समय आनन्द की हवा ही बहती है, क्योंकि 'आत्म-तत्व' जागृत होता है। तब किस बात की चिन्ता? जैसे लोग मदिरा प्यालों में भरते हैं वैसे ही आपकी पूजा। उसमें मदिरा है, श्रद्धा और प्याले हैं, मंत्रोच्चार व साधना। वह मदिरा तन्मय होकर, जब आप पीते हैं तब कैसी विचार और चिन्ता? तब तो बस केवल आनन्द के सागर में तैरना है। वह आनन्द शब्दों में कैसे लाएं? जो मदिरा पेट में गयी वह प्याले में कैसे आए? (जिस आनन्द का मन में अनुभव किया वह ऊपर से कैसे बतायें?) ये मदिरा पीकर जो आनन्द आता है वह सदासर्वदा स्थायी रहने वाला है। वही आपको सम्पन्न बनाता है। ऐसी अनेक पूजा मेरे सामने हुई हैं और प्रत्येक समय एक विशाल लहर आकर आपको एक नये किनारे पर ले जाती है। उन सभी किनारों के अनुभव आपके स्वयं के होते हैं। वे आपके व्यक्तित्व को विशालता (बड़प्पन) प्रदान करते हैं और आनन्द के नये नये द्वार खोलते हैं।

सबसे अच्छा तो हृदय में पूजा करना है। अगर फोटो को देखकर वह हृदयस्थ कर लिया या पूजा होने के बाद वह दृष्य हृदयस्थ हो गया तब वह जो आनन्द है वह उसी समय तक सीमित न रहकर स्थायी व चिरकालीन हो सकता है।

यह पत्र सभी सहजयोगियों को पढ़कर बतायें और इसकी कॉपी बनाकर भेजें।

निर्मला आपकी माँ

Registered with the Registrar of Newspapers under Regn. No. 36999/81

卐 जय निर्मला माते 卐

भजन

मन रे, गा तू मातृ गुणगान।
हैं मां ही महान ॥ मन रे ॥

विश्व की माता, शक्ति कुण्डलिनी।
सहस्रार स्वामिनी, मोक्ष प्रदायिनी ॥
मां निर्मला को पहिचान ॥मन रे ॥१॥

करुणामयी मां, जीवन दायिनी।
क्षमामयी मां, जीवन दायिनी ॥
देती नव जीवन दान ॥ मन रे ॥२॥

मां निष्कलंका मां निर्मला।
जन कल्याणी, मां सर्वमंगला ॥
कर अपने कल्याण ॥ मन रे ॥३॥

मिथ्या जग में क्यों भरमाया।
कण - कण में हैं मां ही समाया ॥
सहज सत्य को जान ॥ मन रे ॥४॥

वेद - पुराण उपनिषद गीता।
बाइबिल गुरुग्रंथ कुरान ॥
गाते हैं मां की महिमा।
मां ही ज्ञान - विज्ञान ॥ मन रे ॥५॥

जीजस, बुद्ध, महावीर, नानक,
राम कृष्ण रहमान।
विश्व बंधुत्व, एकात्मा,
मातृप्रेम में जान ॥ मन रे ॥६॥

प्रारंभ सतयुग का, मां की महिमा,
आया समय महान।
मातृ चरणों से अमृत भरता,
कर तू अमृत पान ॥ मन रे ॥७॥

—सी० एल० पटेल

Edited & Published by Sh. S. C. Rai, 43, Bunglow Road, Delhi-110007 and
Printed at Ratnadeep Press, Darya Ganj, New Delhi-110002.
One Issue Rs. 7.00, Annual Subscription Rs. 30.00 Foreign [By Airmail £ 7 $ 14]