"भले ही -
आप एक दिन खाना ना खाएँ,
आप एक दिन ना सो एँ,
आप एक दिन दफ्तर ना जाएँ,
आप एक दिन वो कुछ भी ना करे जो आप प्रतिदिन करते है,
पर ध्यान - मनन आपको प्रतिदिन अवश्य करना है।"

- श्री माताजी

मोर बंदना *

आज दिवस मैं वही बनूँ, जो आप बनाना चाहें ।
आज दिवस मैं वही कहूँ, जो आप कहलवाना चाहें ।।
आज दिवस मैं अंश बनूँ, सम्पूर्ण ब्रम्ह - तत्व के ।
आज दिवस मैं प्रेम करूँ, सम्पूर्ण मानव जाति से ।।
आप कृपा से विचार हो मेरे, एक साक्षात्कारी आत्मा के
श्रीमाताजी बसें हृदय और, मन मे निशदिन मेरे

प्रार्थना *

माँ, कृपया मेरे हृदय में आइए,
शुध्द कर लूँ हृदय अपना, आप वहाँ बस जाइए ।
मेरे हृदय में चरण रख लें,
कर सकूँ मैं चरण पूजा ।
हो न पाये भ्रम मुझे अब,
दूर कर दे सब भ्रमों से ।
रख दे केवल वास्तविकता में,
दिखावट की चमक मुझसे दूर कर दें।
आनन्द लूँ चरणों का अपने हृदय में
निहारूँ चरणो को अपने हृदय में

* अनुवादित

श्री माताजी

श्री माताजी - "ध्यान धारणा" पर

सवेरे आप उठिए, स्नान कर लें, बैठ जाएँ, थोडी चाय ले लें, बोले नहीं, बैठ जाएँ पर सवेरे बोलें नहीं, ध्यान लगाएँ - क्योंकि उस समय दैवी किरणे पहले आती हैं, सूर्य बाद में आता है। इसी प्रकार चिडियाँ जागती है। इसी प्रकार फूल खिलते हैं। वे सब उसीसे जागृत होते हैं और अगर आप संवेदनशील हैं तो आप को महसूस होगा कि सवेरे उठने से आप की उम्र दस साल कम लगने लगेगी। सचमुच, सवेरे उठना कितनी अच्छी बात है, और फिर स्वतः ही आप जल्दी सोएँगे। ये उठने के लिए है, सोने के लिए मुझे बताने की आवश्यकता नहीं है, क्योंकि वो आप स्वयं कर लेंगे। फिर सवेरे आपको केवल ध्यान लगाना चाहिए।

ध्यान में अपने विचारों को रोकने का प्रयत्न कीरए। मेरी फोटो को खुली आँखो से देखिए, देखेंगे, विचार रोक पायेंगे। जब आप विचार रोकले, तब आप ध्यान में जाएँ। सबसे सरल चीज विचार रोकने के लिये है "लौर्डस प्रेयर" (भगवान की प्रार्थना), क्योंकि वह आज्ञा स्थिति में है। तो सवेरे आप वह प्रार्थना या गणेश मंत्र कहें। एक ही चीज है। या आप कहिए "मैं क्षमा करता हूँ।" अतः आप गणेश मंत्र से आरम्भ कर सकते हैं, "लौर्डज् प्रार्थना" कहिए और फिर कहिए "मै क्षमा करता हूँ।" यह कार्यवान्वित होता है। तब आप निर्विचार जागरूक स्थिति में होंगे। अब आप ध्यान लगाएँ। उससे पहले कोई ध्यान नहीं है। जब विचार आते हैं या "मुझे चाय पीनी है", "मैं क्या करूँ", "अब मुझे क्या करना हैं?" यह कौन है और वह कौन है?" यह सब होगा, अतः पहले आप निर्विचार रूप से जागरूक हो जाइए और उस निर्विचार जागरूकता के पश्चात् ही, पहले नहीं, आपका आत्मिक उत्थान आरम्भ होगा, यह जान लेना चाहिए। तार्किक स्तर पर आप सहज योगा में नहीं बढ सकते। तो पहली चीज है कि आप अपनी निर्विचार जागरूकता को स्थापित करें, तब भी आपको इधर-उधर चक्र फँसते महसूस होंगे, भूल जाइए। बस भूल जाईए। अब अपना समर्पण आरम्भ कीरए। अब अगर आपका चक्र पकड रहा है, तो कहना चाहिए, "माँ, ये मैं आपको समर्पित करता हूँ।" कुछ भी करने के बजाय आप केवल यह कह सकते हैं। पर उस समर्पण का कोई तार्किक कारण सोचना नहीं चाहिए। अगर आप तब भी तर्क करेंगे या चिन्ता करेंगे - मैं ये क्यों कहूँ, तो कभी नहीं होगा। अगर आपके हृदय में शुध्द प्रेम और पवित्रता है तो वह सबसे अच्छी चीज है, वो करना ही समर्पण है। सब चिन्ताएँ अपनी माँ पर छोड दीजिए। सब कुछ माँ पर। पर इस अहम् से भरे समाज में, समर्पण ही बहुत कठिन है। उसकी बात करते हुए भी मुझे चिन्ता होने लगती है। पर अगर आपको कोई विचार आ रहे हैं या कोई चक्र पकड रहा है तो बस समर्पण कीरए और आप देखेंगे कि चक्र खुल जाएँगे। सवेरे आप

इधर उधर कुछ मत करिए, सवेरे बहुत अधिक अपने हाथ पैर ना हिलाएँ। आप देखेंगे कि आपके अधिकतर चक्र ध्यान में खुल जाएँगे।

हृदय में प्रेम बसाने का प्रयत्न करिए। बस, हृदय में प्रयत्न करिए, और वहाँ गुरु को बसाने का प्रयत्न करिए - अपने अंतरतम में। हृदय में स्थापित करने के पश्चात् पूरी श्रध्दा और जी - जान से उनके सामने नत मस्तक हो जाना चाहिए। साक्षात्कार के बाद जो भी आप अपने चित्त से करते हैं, वह कल्पनिक नहीं होता, क्योंकि अब आपका चित्त, आपकी कल्पना, आलोकित है। तो अपने आप को इस प्रकार लाइये कि आप अपने गुरु और माँ के चरणों में नम्र हो जाएँ। और अब माँगिए वह स्वभाव और वह वातावरण जो साधना के लिए अनुकूल हो। परमात्मा से एक हो कर रहना "ध्यान-धारणा" है।

परमपूज्य श्री माताजी के साथ ध्यान :-

बुडी कैम्पज में गोष्ठी 18 जून 1988

कृपया अँखि बन्द कीजिए। आप सब अँखि बन्द कीजिए। अब हम सब वैसे ही मनन करेंगे जैसे कि हम हर जगह करते आए हैं जहाँ जहाँ सार्वजनिक कार्यक्रम हुए हैं।

बाँया हृदय - हम बाँई ओर पर कार्य करेंगे और बाँया हाथ मेरी ओर होगा। सबसे पहले आप अपना दाँया हाथ अपने हृदय पर रखिए। हृदय में बसते हैं शिव, जो आत्मा हैं। आपको आत्मा को धन्यवाद देना है कि वो आपके चित्त में प्रकाश लाई है क्योंकि आप संत है और जो प्रकाश आपके दिलों में आया है उसे पूरे विश्व को आलोकित करना है। तो अब आप कृपया अपने हृदय में प्रार्थना करें।

"मेरे इस दैव्य प्यार के प्रकाश को समस्त संसार में फैलने दीजिए"। इस लगन और समझ के साथ कि आप दैव्य से जुडे हैं और जो भी आप चाहेंगे वह होगा, इस सम्पूर्ण विश्वास के साथ।

बाँया भवसागर - अब अपना दाँया हाथ अपने पेट के ऊपरी भाग के बाँई ओर रखिए। यहाँ है आपके धर्म का केन्द्र। यहाँ आपको प्रार्थना करनी है कि :

"समस्त संसार में विश्व निर्मला धर्म फैले।

लोग हमारे धार्मिक जीवन से और हमारी सत्यनिष्ठा के द्वारा प्रकाश देखे।

लोग उसे देखे और अपनाएँ विश्व निर्मला धर्म, जिससे उन्हे प्रकाशमयता {इनलाइटमेंट} भलाईभरा उच्च जीवन और उत्थान की इच्छा प्राप्त हो।"

बाँया स्वाधिष्ठान - अब अपना दाँया हाथ, पेट के निचले भाग के बाँई ओर ले जाइए। उसे दबाईए।

ये शुध्द विद्या और ज्ञान का केन्द्र है। यहाँ, सहजयोगियों की भाँति, आपको कहना है "हमारी माँ ने हमे ये सब समझा दिया है कि दैव्य कैसे कार्य करती है। उन्होंनें हमें सब मंत्र और सब शुध्द ज्ञान दिया है जो हम सह सकते है और समझ सकते है। हम सबको उन के विषय मे पूर्ण ज्ञान होना चाहिए।" मैने देखा है कि अगर एक आदमी लीडर है, उसकी पत्नी को सहजयोग के विज्ञय में एक शब्द नही आता, और उसका पति यह जानता ही नही है। कहें "मैं इस ज्ञान में प्रवीण और निपुण होऊँ ताकि मैं लोगों को आत्म साक्षत्कार दे सकूँ, उन्हे समझा सकूँ कि दैविक नियम क्या है, कुन्डलिनी क्या है और चक्र क्या है।"

"मेरा चित्त सहज योग पर अधिक और इन सांसारिक वस्तुओं पर कम होवे।"

बाँई नाभी - जब अपना दाँया हाथ अपने पेट के ऊपरी भाग पर रखिए और आँख बन्द कर लीजिए। अब यहाँ बाँई ओर दबाइए। "माँ ने मुझे आत्मा दी है और मेरे अपने गुरू है जो आत्मा है। मैं स्वयं का गुरु हूँ।

कोई परित्याग न होवे।

मेरे चरित्र में प्रतिष्ठा होवे।

मेरे आचरण में उदारता होवे।

अन्य सहजयोगियों के लिए प्रेम और समवेदना हो। मैं दिखावा ना करूँ, पर ईश्वर के प्रेम और उनके कार्य का मुझे गहरा ज्ञान हो, जिससे कि जब लोग मेरे पास आएँ, तो मैं उन्हे सहज योग के विषय में बता सकूँ और प्रेम और नम्रता से उन्हें ये महान् ज्ञान दे सकूँ।"

बाँया हृदय - अब अपना दाँया हाथ हृदय पर उठाइए। यहाँ आप भगवान को धन्यवाद देंगे कि आपने हर्ष के सागर का अनुभव किया है और क्षमा के सागर को महसूस किया है और हममे क्षमा करने की क्षमता है जैसे हमारी माँ में है, जो हमने देखा है, विशाल है। यहाँ कहे -

"मेरा हृदय विशाल हो ताकि उसमें संपूर्ण ब्रम्हाँड समा जाए और मेरा प्रेम भगवान के नाम को प्रतिध्वनित करे और हृदय हर पल ईश्वर के प्रेम की सुन्दरता को व्यक्त करें।"

बाँई विशुध्दी - अब अपना दाँया हाथ बाँई विशुध्दी पर ले जाइए, गर्दन और कन्धे के कोने पर।

मैं दोष की मिथ्या में लिप्त नहीं होऊँगा क्योंकी मैं ये जानता हूँ की ये मिथ्या है।

मैं अपनी त्रूटियों से भागूँगा नही, पर उनका सामना करके उन्हे नष्ट करूँगा।

मैं दूसरों में दोष नही निकालूंगा, पर अपने सहजयोग के ज्ञान से मैं उनके दोष हटाऊँगा। हमारे पास कितने ही तरीके है जिनसे हम चुपचाप दूसरों के दोष हटा सकते है।

मेरी सामूहिकता इतनी महान हो जाए कि संपूर्ण सहजयोग जाति मेरा परिवार, मेरे अपने बच्चे, मेरा घर और मेरा सर्वस्व बन जाए।

मुझमें पूर्णतः यह भाव आ जाए और अंततः (इनेटली) मेरे अन्दर बस जाए कि मैं एक संपूर्ण का अंश हूँ क्योंकि हमारी एक ही माँ है और हमारा ध्यान पूर्ण विश्व की ओर जाए जिससे कि हम ये जान लें कि उनकी समस्याएँ क्या हैं और मेरी शुध्द इच्छा शक्ति इन समस्याओं का कैसे समाधान कर सकती है।

संसार की समस्याएँ मुझे हृदय में अनुभव हों और मैं अंततः प्रयत्न कर के उन सब को मिटा दूँ और उनकी जड़ें ही समाप्त कर दूँ।

मैं इन समस्याओं के मूल तक जाऊँ और अपने सन्त होने की शक्ति से और अपनी सहजयोग शक्ति द्वारा इन्हें हटाने का प्रयत्न करूँ।

माथा - अब अपना हाथ मेरे माथे पर रखिए। यहाँ पहले कहना है:

मुझे उन सब को क्षमा करना है जो सहजयोग में नहीं आए है, जो बाहरी सीमा पर खड़े हैं और कभी बाहर है तो कभी अन्दर।

पर सबसे पहले तो मुझे सब सहजयोगियोंको क्षमा करना है, क्योंकि वे सब मुझसे अच्छे है। मैं ही हूँ जो उनमे दोष निकालता हूँ और मैं ही सबसे नीचे हूँ और मुझे ही उन्हे क्षमा करना है क्योंकि मुझे ये अवश्य जानना है कि अभी मुझे बहुत आगे जाना है। अभी मैं बहुत कम हूँ और मुझे अपने आप को सुधारना है। नम्रता लाने के लिए यहाँ कहना है -

"नम्रता हमारे हृदय मे बसे, सच्चाई में, केवल दिखावे के लिए नहीं।

क्षमा के भाव पर कार्य करे ताकि हम वास्तविकता, ईश्वर और सहजयोग के सम्मुख नतमस्तक हो जाएँ।"

पिछला आज्ञा :- अब आपको अपना हाथ अपने सिर के पीछे रखना है और सिर को पीछे करना है और यहाँ कहना है :

"हे माँ। जो भी हमने आपके साथ अबतक गलती की है या जो गलत बातें हमारे मन मे आई हैं, जो ओछापन हमने आपको दिखाया है, जैसे भी हमने आपको परेशान किया है या ललकारा है, उस सब के लिए आप हमें क्षमा कर दे।"

सहस्त्रार - आपको क्षमा माँगनी चाहिए। आपको अपनी समझ में ये जान लेना चाहिए कि मैं क्या हूँ। अब सहस्त्रार पर मैं आपको बार बार नहीं बताऊँगी। सहस्त्रार पर आप मुझे धन्यवाद दें, अपना हाथ वहाँ रख कर सात बार घुमाएँ और सात बार मुझे धन्यवाद दें।

"श्रीमाताजी, आत्म साक्षात्कार प्रदान करने के लिए कोटि कोटि धन्यवाद।

श्री माताजी कोटि धन्यवाद कि आपने हमें समझाया कि हम कितने महान हैं और धन्यवाद कि आपने हम पर दैविक आशीर्वाद बरसाया और धन्यवाद कि आपने हमें ऊपर उठाया, वहाँ से ऊपर जहाँ हम थे। इसके लिए भी धन्यवाद कि आपने हमें सम्भाले रखा है और हमें सुधारने में और सही रखने में हमारी सहायता की है।

अंतमे श्री माताजी, इस बात का भी धन्यवाद कि आप इस पृथ्वीपर आई, यहाँ जन्म लिया, और हम सब के लिए आप इतनी मेहनत से कार्य कर रही हैं।

जोर से दबाइए। जोर से घुमाइए। अब हाथ नीचे कर लीजीए। सिर सब बहुत गरम हैं। अब अपने आप को एक अच्छा सा बन्धन देंगे। माँ के बन्धन में बाँए से दाँए जाइए। एक बार अच्छी प्रकार समझिए कि आप क्या हैं। आपका आभा {औरा} क्या हैं। अब दूसरी बार। अब तीसरी बार। अब चौथी बार और अब पाँचवी, छठी और सातवी।

अब अपनी कुन्डलिनी उठाइए धीरे से, बहुत धीरे, पहली बार उठाइए, बहुत धीरे से करना हैं। अब सिर को पीछे करिए और एक गाँठ दीजिए, एक गाँठ। दुसरी बार, बहुत धीरे से करिए और ये जान कर करिए कि आप क्या हैं - आप एक सन्त हैं। ठीक से करिए, जल्दी में नही। सिर पीछे करिए और वहाँ दो गाँठे दीजिए, एक और दो। अब तीसरी बार करते हैं। फिर तीसरे वाले में तीन गाँठे देनी हैं। बहुत धीरे से करिए। बहुत धीरे। अब ढंग से करिए। अब सिर पीछे करिऐं। अब तीसरी गाँठ लगाइए। तीन बार। अब अपनी वाइब्रेशन्ज़ {चैतन्य लहरियाँ} देखिए। वाइब्रेशन्ज़ ऐसे देखिए। सब बच्चे अपनी वाइब्रेशन्ज़ ऐसे देखें, हाथ रखिए। सुन्दर। मुझे आपसे वाइब्रेशन्ज़ चैतन्य लहरी मिल रही है।

भगवान आपको आशीर्वाद दें।

बहुत धन्यवाद।

श्री महादेवी के 108 नाम

श्री ललिता सहस्त्रानाम में महादेवी के 1000 नाम दिए हुए हैं और ये उन नामों में से 108 नाम हैं। ये महान देवी, एक छोटे बच्चे की भाँति सरल और निरीह हैं और उनकी थाह पाना कठिन हैं, चारों ओर वही हैं, एकदम पकड में नहीं आने वाली, अनुभव की हर श्रेणी को पार करती हुई, सारे जाने और अनजाने विश्वों में। नाम केवल उनके कुछ पहलुओं का दर्शन देते हैं। वे पूज्य हैं।

श्री माताजी निर्मला देवी पर ध्यान रख कर, इन मन्त्रों द्वारा हम उनके नाम जप सकते हैं।

"ओम् साक्षात् श्री माता नमो नमः"

एवमस्तु। उनको प्रणाम जो वास्तव में पावन माँ हैं।

"ओम साक्षात् श्री महाराज्ञी नमो नमः।

एवमस्तु। उनको प्रणाम जो वास्तव में महान साम्राज्ञी हैं।

ये मन्त्र हमें याद दिलाते हैं कि, अन्त में, हृदय की निष्ठा और आराधना द्वारा ही श्री माताजी निर्मला देवी की सही प्रकृति का ज्ञान हो सकता है।

कृपया, दया की सागर, आपका आशीर्वाद सदा हम पर हो।

श्री माता	पावन माँ। न केवल ये हर अच्छी वस्तु प्रदान करती हैं, जो कि एक प्रेममयी माँ अपने बच्चे को देती है, पर हम सब भक्तोंको उच्च विद्या प्रदान करती हैं, ब्रम्ह विद्या, एवं दैवी चैतन्य लहरियों की विद्या भी प्रदान करती है।
श्री महाराज्ञी	महान साम्राज्ञी
देवकर्या समुद्यता	दैवी कार्य के लिए प्रकट होती हैं। जब समस्त दैविक बल असहाय हो जाते हैं और दुष्टता का अन्त नहीं कर पाते तब इनका आगमन महान वैभव से होता हैं।
अकुला	जो कुल, यानि कि नापने योग्य विस्तार से परे हैं, जो सिर और सहस्त्रार में वास करती हैं।
विष्णू ग्रंथी विभेदिनी	वे श्री विष्णू की माया की गाँठ काटती हैं। तब ही भक्त अपने व्यक्तित्व की अवास्तविकता को देखता है अपने शरीर, मन एवं आज के अवतार में। वह अपने सीमित अहमत्ता के अस्तित्व के प्रति सचेत रहना समाप्त कर देता हैं।
भवानी	भव की रानी, यानि कि शिव, जो समस्त संसार को जीवन प्रदान करते हैं।
भक्ती प्रिया	भक्तों को प्यार करने वाली
भक्ति गम्या	भक्ति से जो प्राप्त होती है।
शर्म दायिनी	सुख की दाता, दैविक आनंद के साथ।

निराधार	वे विश्व की संपालक हैं और उन्हें किसी आधार की आवश्यकता नहीं। वे शुध्द चेतना हैं जिन्हे व्यक्त नहीं किया जा सकता और उन्हें पृथक नहीं किया जा सकता।
निरन्जना	जिन्हे किसी प्रकार की सीमाओं का बन्धन नहीं हैं।
निर्लेपा	अनेक कर्मों से और अनेक सिध्दान्तों की मान्यताओं से अनछुई।
निर्मला	शुध्द, पवित्र, पावन
निष्कलंका	अत्रुटिपूर्ण दीप्त
नित्या	अनन्त
निराकार	वे आकारहीन हैं।
निराकुला	कभी व्याकुल न होने वाली
निर्गुणा	निगुर्ण। तीन गुणों और तीन नाडियों (ईडा, पिंगला एवं सुषुम्ना) के परे। वे वो चेतना हैं जो मनकी विशेषताओं से मुक्त हैं।
निष्कला	पूर्ण - अविभाज्य
निष्काम	कोई इच्छा नहीं, सब कुछ है उनके पास।
निरुपप्लवा	जो कभी नष्ट नहीं हो सकती
नित्य मुक्ता	सदा स्वतंत्र, उनके भक्त भी सदा स्वतंत्र हैं।
निर्विकारा	वे कभी नहीं बदलतीं, वरन् हर परिवर्तन का कभी ना बदलने वाला आधार हैं।
निराश्रय	उनका कोई आधार नहीं क्योंकि वे ही सब कुछ हैं
निरन्तरा	अन्तर रहित
निष्कारणा	कारण रहित, अर्थात् सब कारणों की कारण
निरुपाधी	अकेली, माया रहित, अनेकत्व का आधार
निरीश्वरा	सर्वोच्च
निरागा	बंधन से मुक्त
निर्मदा	अहंकार रहित
निश्चिन्ता	चिंता रहित
निरअहंकारा	अहम् रहित
निर्मोहा	भ्रम रहित, जैसे कि अवास्तविकता को वास्तविकता समझ लेना।

निर्ममा	स्वार्थ रहित
निष्पापा	पाप माने अज्ञान या अविद्या वे इससे रहित है।
निःसमशया	कोई सन्देह नहीं हैं।
निर्भावा	अजन्मी
निर्विकल्पा	कोई मानसिक क्रियाएँ नहीं है।
निर्बाधा	चिंतारहित
निर्नाशा	अनश्वर
निष्क्रिया	सब कार्यों से परे, किसी कार्य में उलझी हुई नहीं
निष्परिग्रह	कुछ 'नहीं लेती, क्योंकि उन्हें किसी चीज की आवश्यकता नहीं है, क्योंकि वे पूर्णकामौर हैं और उनके पास सब कुछ है। भक्त भी निष्परिग्रह बन जाते है।
निस्तूला	कोई उनके समान नहीं है
नीलचिकुरा	काले केशों वाली
निरुपाया	संकटों से परे
निरत्यया	उनको पार करना या उनका उल्लंघन करना असम्भव है।
सुखप्रदा	वे सुख, आनन्द और मोक्ष प्रदान करती है, जो कि मुक्ति का आनन्द हैं।
सान्द्रकरुणा	भक्तों के प्रति अत्यन्त करुणाशील
महादेवी	सर्वोच्च देवी, असीमित
महापूज्या	सर्वोच्च पूजित, जैसे त्रिमूर्ति (ब्रम्हा, विष्णु, शिव)
महापातक **नाशिनी**	बडे से बडे पापों का नाश करने वाली
महाशक्ति	महान शक्ति
महामाया	बडे से बड़े देवताओं को भी भ्रम, माया एवं अव्यवस्था में डालने वाली सर्वोच्च सृजनहार।
महारथी	पूर्ण आनन्द - अर्थात् इन्द्रिय सुखों से परे।
विश्वरुपा	विश्व उनका आकार है एवं जो व्यक्तित्व "विश्व" जागरुक है, वो भी उनका आकार है।
पदमासना	उनका कमलों में आसन है, यानि कि चक्रों में।
भगवती	वे विश्व की आधात्री हैं। देवता सहित सब उनकी पूजा करते है।

रक्षाकारी	उध्दारक
राक्षसाग्नि	जो राक्षस हैं उन अनिष्ट शक्तियों की संहारिणी हैं
परमेश्वरी	अन्तिम शासक
नित्य-यौवना	सदा तरुण, समय उनको छू नहीं सकता क्योंकि वे उन्ही की सृष्टि है।
पुण्य-लभ्या	प्रशंसा के योग्य और सत्यनिष्ठ को ही प्राप्त होने वाली। पूर्व जन्मों के सद्कार्यों के फल स्वरुप ही उनकी आराधना की प्राप्ति।
अचिन्त्य-रुपा	विचार तक न पहुँच सकनेवाली, क्योंकि मस्तिष्क, जो विचार का उपकरण है, वे उन्ही की सृष्टि है।
परा शक्ति	अंतिमशक्ति। वे हर कण में प्रकट होने वाली ऊर्जा हैं और सर्वप्रथम चैतन्य लहरी (वाइब्रेशन) हैं।
गुरुमूर्ति	गुरु के आकार की । हर गुरु स्वयं ही देवी है।
आदि शक्ति	सर्वप्रथम कारण एवं आदिकालीन और मौलिक शक्ति।
योगदा	योग की दात्री एवं "जीवात्मा" (व्यक्तिगत आत्मा) से "परमात्मा" (विश्वक) के मिलन की दात्री।
एकाकिनी	अकेली। विश्व के अनेकत्व की एकांकी आधार।
सुखाराध्या	इनकी पूजा बडे आराम से की जा सकती है एवम् शरीर को अधिक श्रम नहीं करना पडता।
शोभना-सुलभागति	आत्म साक्षात्कार की सबसे सरल राह।
सच्चित आनन्द रुपिणी	"सत्" यानी पूर्ण सत्य। "चित्" यानि चेतना और आनन्द। ये परम के तीन, अंग है और इसी कारण वे उनके रुप है।
लज्जा	शर्मीली नम्रता। वे हर प्राणी में नम्र शुध्दता के रुप में वास करती हैं।
शुभकरी	दयालु। सबसे महान अच्छाई है परम का अनुभव और वे ये अनुभव अपने भक्तों को प्रदान करती हैं।
चण्डिका	अनिष्ट शक्तियों से क्रुध्द रहती हैं।
त्रिगुणात्मिका	जब वे स्वयं सृष्टि बन जाती हैं। वे तीन गुणों का आकार ले लेती हैं : सत्व गुण, रजो गुण, तमो गुण। ये तीनों गुण मानव शरीर के स्वैच्छिक नाडी-मंडल के तीन मार्गों के अनुरुप हैं।
महती	ध्यान और पूजा के योग्य महान् और अपरिमित एवं सर्वोच्च हस्ती।

प्राण-रूपिणी	जीवन की अलौकिकता के आकार की।
परमाणु	सूक्ष्म अणु, इतनी सूक्ष्म कि समझ से परे।
पाशहन्त्री	जो "पाश" या बन्धनों का नाश करती हैं और मोक्ष प्रदान करती हैं।
वीर माता	"वीर" का अर्थ है वे भक्त जो मानवीय शक्तियों के विरुध्द संग्राम का नेतृत्व कर सकते हैं। वे उनकी माँ हैं। श्री गणेश को भी "वीर" कहते हैं।
गम्भीरा	अथाह गहराई। शास्त्रों में, माँ को, चेतना की एक अथाह और महान झील के रूप में देखा गया है, जिसका अनुमान समय और अवधि दोनों ही नहीं लगा सकते।
गर्विता	अभिमानी क्योंकि विश्व की सृष्टिकर्ता हैं।
क्षिप्रप्रसादिनी	वे अपने भक्तों पर शीघ्रही अनुग्रह बरसाती हैं।
सुधाश्रुति	सहस्त्रार में महान देवी पर ध्यान लगाएँ तो आनन्द की अमृत धारा बहती हैं।
धर्माधारा	हर युग में सदियों से चला आ रहा है कि सही आचरण का संकेत है धर्म। वे सही आचरण का आधार हैं।
विश्वग्रासा	प्रलय के समय विश्व को निगल जाने वाली
स्वस्था	"स्व" माने "स्वयं"। "स्त" यानि स्थापित। वे स्वयं में स्थापित हैं, वे स्वयं को भक्तों में भी स्थापित कर लेती हैं।
स्वभाव मधुरा	प्राकृतिक मिठास, यानि आनन्द। वे अपने भक्तों के हृदयों में आनन्द रूप में वास करती हैं।
धीर-समर्चिता	बुध्दिमान और वीर ही उनकी पूजा करते हैं। कायर और मूर्ख उनकी पूजा कर ही नहीं सकते।
परमोदरा	सर्वोच्च उदारता। वे झट अपने भक्तों की पुकार और प्रार्थना स्वीकार कर लेती हैं।
शाश्वती	सदा उपस्थित, लगातार।
लोकातीता	सभी रचित विश्वों से सर्वोपरि। वे सहसरार के ऊपर विराजमान हैं।
शमात्मिका	शान्ति उनका सत है। जिन भक्तों के मन मे शान्ति होती है, वे ही उनका वास हैं।
लीला विनोदिनी	विश्व जिनका खेल हैं, सृष्टि का कार्य उनका खेल है।

श्री सदाशिवा	सदाशिव की पावन अर्धांगिन
पुष्टि	पोषण। वे ही जीवन का पोषण दैविक चैतन्य लहरियों से करती है।
चन्द्रनिभा	चाँद की तरह आलोकित
रवि-प्रख्या	सूर्य के प्रकार ज्योतिर्मय
पावनकृति	पावन आकार। सबसे शुध्द जो सर्वस्व पाप धो देता है।
विश्व-गर्भा	सर्वस्व विश्व उनमें है क्योंकि वे विश्व की माँ हैं।
चितृशक्ति	चेतना की शक्ति जो अज्ञान और अव्यवस्था को भगा देती हैं।
विश्वसाक्षिणी	विश्व की क्रियाओं की मूक साक्षी।
विमला	साफ,, पवित्र, अनछुई
वरदा	त्रिमूर्ति को लाभांश देने वाली।
विलासिनी	विश्व उनके आनन्द के लिए है, या वे, अपनी मर्जी से, आत्मसाक्षात्कार का पथ खोलती या बन्द करती हैं।
विजया	सब क्रियाओं में सफलता का तत्व।
वन्दारुजन वत्सला	अपने भक्तों को अपने बच्चों की भाँति प्यार करती हैं।
सहजयोग दायिनी	स्वैच्छिक आत्म साक्षात्कार प्रदान करती हैं।

श्री माताजी का नवरात्रि पूजा सन्देश

प्रतिष्ठान 1988

कैसे आराधना करें

पूजा इस भाव से करनी चाहिए कि आप देवी से मोहित हैं। कि आप देवी की प्रशंसा कर रहे हैं। ये बौध्दिक क्रिया नहीं है। ये सब आप प्रसन्न करने को कह रहे हैं........ जैसे आप किसीको प्यार करते है तो उसे प्रसन्न करने के लिए कुछ कहते हैं वैसे ही। उसी प्रकार आप देवी से निवेदन कर रहे हैं।

ये बाते सन्तों ने लिखी थीं जिससे कि वे अपने आप को व्यक्त कर सकें - कि आप देवी हैं, आप ऐसी हैं और आप वैसी हैं। मेरे पास कितने ही ऐसे पत्र आते हैं जो लोगों की भावनाएँ व्यक्त करते हैं। पर ये कोई व्याख्यान या पाठयक्रम या कुछ और नहीं है। ये उस ह्रदय की भावना है। पूर्ण भक्ति में ये करना चाहिए।

जो भी कहा जाता है नम्रता से उसे, , दिल में महसूस करने का प्रयत्न कीजिए। जो शब्दयोजना है, प्रार्थना ही है, प्रार्थना ही होनी चाहिए। ये कोई बौध्दिक वाद-विवाद नहीं हैं। ये

देवी को प्रार्थना है। जब तक आप ये रूख नहीं अपनाएँगे, तब तक आप अधिक दूर नहीं जा पाएँगे।

अपने हृदय से, पूर्णतः उँडेलते हुए - हृदय खोल दिजिए - उसे अपनी प्रार्थना में उँडेल दीजिए। उसमें विश्लेषण करने को कुछ नहीं है, अगर वह आपके हृदय से नहीं निकलता तो जो आप कहते हैं वह केवल मुँह जुबानी है। अपने हृदय को आलोकित करने के लिए आपको देवी की प्रशंसा करनी पड़ेगी। अपने आपको व्यक्त कीजिए, ऐसा होना चाहिए कि आपका मन करता हो ये सब कहने को। जब आप ये सब बातें कह रहे हो, तो उनसे एक हो जाइए।

जब आप फोटो के सम्मुख ध्यान लगाएँ तो फोटो को हृदय में रखने का प्रयास कीजिए। कहिए माँ मै आपसे प्रेम करता हूँ, कृपया मेरे हृदय में आइए। इस हृदय में बहुत ज्ञान है, इस में बहुत सामर्थ्य है, सब कुछ हृदय द्वारा ही जन्मता है। पर अगर आप हृदय बन्द कर लेंगे तो मस्तिष्क निरंकुश हो जाता है और आप बाहर चले जाते हैं। हृदय आत्मा का सिंहासन है। ये सब कुछ नियोंत्रित करता है - स्वायक्त, सिम्पथैटिक, पैरा - सिम्पथैटिक, उत्क्रांती ज्ञान और सब कुछ। तो पहली चीज है कि अपने हृदय को विकसित करने का प्रयत्न कीजिए।

"डिव्हाइन कूल ब्रीज" की ओर से दीवाली की शुभकामनाएँ।

दिवाली पूजा 26 अक्तूबर 89 को फ्लौरेन्स में होगी।