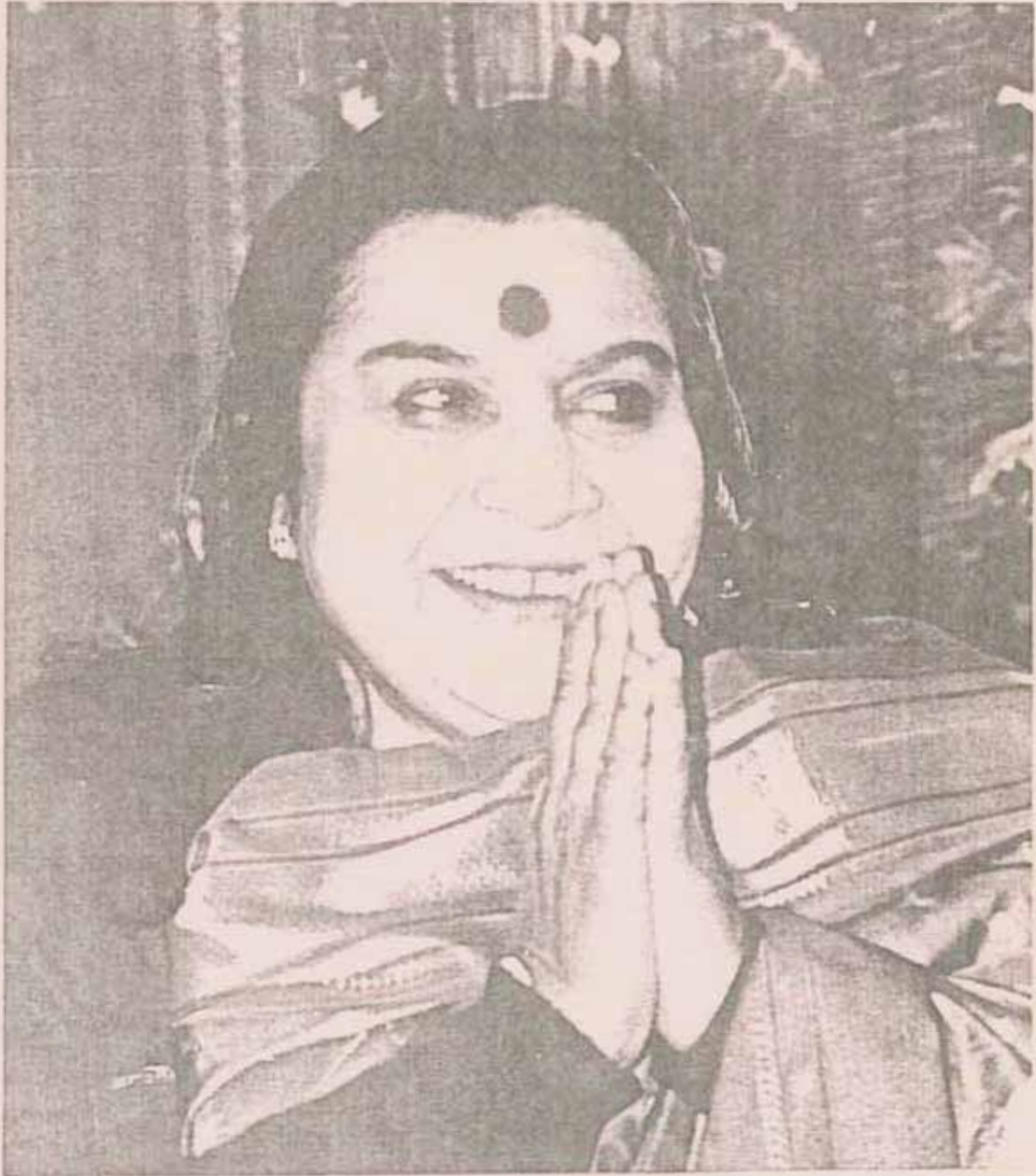


चेतन्य लहरी

हिंदी भाषा

बंद । अंक 8



परमपूज्य माताजी श्री निर्गलादेवी

देवी पूजा {मेतून, फौस}

श्री कृष्ण भाव, आन्हाद वायनी {श्री राधा} संक्षेप में

सामूहिकता की नींव बहुत गहरी है। गहरी समझ ही आपको बता सकती है। सामूहिकता का आधार असक्त प्रेम है। सिर्फ प्रेम ही एक मार्ग है। बिना असक्त प्रेम के सामूहिकता संभव नहीं। फौस के लोगों ने इस विषय पर कई प्रेम उपन्यास लिखे हैं। लेकिन जैसा की हम समझते हैं, निर्मल प्रेम अब सहज योगियों को आपस में व्यक्त करना है। हम सब एक परमात्मा द्वारा बनाये गये हैं, और एक माँ द्वारा रचित सहज योगी हैं इसलिये हमारे बीचमें किसी प्रकार का मतभेद नहीं होना चाहिए। हमें यह समझना चाहिए हम में ऐसा कोई विशेष अंतर है। अगर हम इस समस्या को समझ लें, तो हमारे लिये यह समझना और आसान हो जायेगा कि हमारा प्रेम इतना बधन क्यों बन जाता है। और छोटा होता जाता है जिसकी वजह से मनुष्य अंत में सिर्फ अपने आप से प्यार करने लगता है।

हमारे संस्कार एक मुख्य कारण हैं जिसकी वजह से हम में यह समस्या उत्पन्न होती है। हमें इस तरह का संस्कार दिया गया है कि हम यह जानते ही नहीं कि प्रेम कैसे किया जाता है। लोग पूरब और पश्चिम की बात करते हैं लेकिन दोनों के बीच सीमा रेखा कहां है, नहीं जानते क्योंकि दुनिया गोल है।

संस्कार दो तरह के होते हैं। पहली है प्रतिशोध की। संतुष्टी पाने का सबसे अच्छा तरीका प्रतिशोध है। हमें किसी को क्षमा नहीं करना चाहिए इस प्रकार के संस्कार हमें बाहर से मिलती है। अगर हम प्रतिशोध नहीं लेंगे तो हमारा महत्व नहीं रह जायेगा। इतिहास भी हमें यही दिखाता है कि जब तक प्रतिशोध नहीं लिया जाता तब तक कोई आराम नहीं कर सकता। मुझे लगता है कि यह एक साँप का लक्षण है। साँप प्रतिशोध लेने के लिए जिंदगी भर किसी का पीछा कर सकता है। अगर कोई गलती से साँप के ऊपर पाँव रख दे तो साँप कपट से उसका पीछा करता है। इसी तरह मनुष्य उसको नुकसान पहुँचाने का प्रयत्न करता है जिसने उसको कुछ तकलीफ पहुँचायी हो। अगर इस तरह यह सिलसिला चलता रहता तो इसका कभी अंत ही नहीं होगा।

यह बहुत ही मूर्खता पूर्ण बात है। एक बार किसी ने बुद्ध का अपमान किया था। जब वे चले गए तो उस व्यक्ति को बहुत पश्चाताप हुआ और अगले दिन वह बुद्ध के निकट गया और क्षमा माँगी। पर बुद्ध ने कहा कल तो अब बीत चुका है। आज तुम मेरे साथ

हो तुम कल की बात क्यूँ कर रहे हो।

फ्रांसीसी लोग फ्रांस में हुआ राजद्रोह मना रहे है। मुझे लगता है की मॉरी अैनटयोनैट को मारने की कोई जरूरत नहीं थी। फ्रांस के लोगों के हिसाब से उसने बहुत सा पैसा वरसाईट्स में खर्च किया और यह सब सुंदर फर्नीचर बनवाया, लेकिन आज ये लोग सिर्फ यही फर्नीचर दिखाते है। राजद्रोह जीतकर उन्होंने एक नयी सरकार स्थापित की। उनको उससे आगे नहीं बढ़ना चाहिये था। क्या दुनिया उस राजद्रोह से सुधार गई? राजद्रोह सत्ता बदलने के लिए होना चाहिए। लोगों की हत्या करने के लिए नहीं। इसलिए हमारा दूसरा संस्कार यह है कि जब हम प्रतिशोध लेते है, हम मानवता की हर सीमा को पार कर जाते है। अगर मॉरी अैनटयोनैट जिंदा रह जाती तो उन लोगों को संतोष नहीं मिलता। इसका यह मतलब नहीं है कि देश के लोगों के प्रति जो अन्याय करे, उसे अन्याय करने का मौका मिलता रहे। पर आप अपने क्रोध को किस हद तक ले जाते है, यह देखना है।

सहजयोग का विवेक यही समझ लेने में है, कि आप किस हद तक अपना क्रोध या प्रतिशोध किसी पर व्यक्त कर सकते है। पर सबसे अच्छा तरीका है उसे दिव्य शक्ति पर छोड़ देना। हम सब देवी शक्ति के भीतर जीते है। कुछ भी उसके बाहर नहीं है। यह देवी शक्ति दया और प्रेम की शक्ति है जो सब कुछ करती है। पर जब हम कोई उत्तर दायित्व लेते है, जब हम निश्चय कर लेते है कि हमको कुछ करना है और दिव्य शक्ति के विरुद्ध जाने की कोशिश करते है, तो हम मूर्ख बन जाते है। सहजयोगी को यह दिव्य शक्ति के हाथों छोड़ देना चाहिए। और सिर्फ उसका साधन बन जाना चाहिए। दिव्य प्रेम और करुणा इतनी अधिक है कि वह पूर्ण प्रज्ञा है।

जिस मनुष्य में दया नहीं, वह बुद्धिमान नहीं हो सकता। वह दुनियादारी हो सकता है पर बुद्धिमान नहीं। इसलिये जो यथार्थवादी होने में विश्वास रखते है, उन्हें यह पता होना चाहिए कि दिव्य शक्ति उसका निषेध करेगी। मनुष्य का स्वभाव चंचल और शिथिल होना चाहिए। उदाहरण के लिये अभी मे अचानक पहुँच गयी। शायद आप लोगों को बताया नहीं गया था और आपकी तैयारिया पूरी नहीं हुई थी। आप फौज की तरह लाईन में खड़े नहीं थे। मुझे उससे कोई फर्क नहीं पडता। मैं किसी भी रूप में व्याकुल या दुखी नहीं हूँ। मैं आप लोगों को देखकर बहुत प्रसन्न हुई क्यूँकि मैं आप सब से प्रेम करती हूँ और आप सब मुझसे। हम सब एक परिवार की तरह है और परिवार में शिष्टाचार नहीं होता। आपके और सर्वशक्तिमान परमात्मा

के बीच में कोई शिथिलता नहीं है। लेकिन हमें यह समझ लेना चाहिये कि हम क्या कर रहे हैं। मनुष्य या तो अत्यन्त शिथिल हो जाता है या बहुत ही आलसी। या फिर *misfit*

भ्रम में पड़ जाता है। दूसरा पड़लू है बहुत ज्यादा शिथिलता। धी माताजी आ रही है, हमें उन्हें कुछ देना है, कुछ कमी रह गयी हो। पर कोई बात नहीं। उससे कुछ फर्क नहीं पड़ता। आप लोगों को तनाव में नहीं रहना चाहिए। अगर आप तनाव में हैं तो आप मेरे चैतन्य लहरों को ग्रहण नहीं कर सकते। या आप अगर आलसी स्थिति में हैं तो भी आप उन्हें ग्रहण नहीं कर सकते। आपको मध्याह्न में रहना है। मध्याह्न प्रति ग्रहणीय अवस्था है। जैसे एक बच्चा होता है। आपको हर्ष और आशापूर्वक चैतन्य लहरे ग्रहण करनी हैं। हमें माँ का स्वागत करना है। लेकिन तनाव के साथ नहीं, कि यह नहीं हुआ, तो नहीं हुआ। मुझे तो सब बड़े सुन्दर ढंग से किया हुआ नजर आ रहा है। यह सारी कल्पनाएँ आपको प्रेम व्यक्त करने का साधन हैं, तनाव व्यक्त करने का नहीं।

क्या हम इसीलिए तनाव में हैं क्योंकि हम अत्याधिक सावधान हैं। या इसीलिए कि हम भागने की कोशिश कर रहे हैं। इन दोनों के बीच का मार्ग है सहजयोग। आप बहुत देर से व्याकुलता से इंतजार कर रहे हैं। आप अपने दिल से कुछ करने की इच्छा रखते हैं और जब आप वह कार्य कर लेते हैं तो आपको संतुष्टि मिलती है जिसका आप आनन्द उठाते हैं। लेकिन जब मैं जाती हूँ मैं देखती हूँ कि आप लोगों को तनाव के बजड़ से सिरदर्द है तो मुझे आप लोगों से कहना पड़ता है कि आप सब पहले अपना सिरदर्द दूर करिये तब मैं आप सबसे बात करूँगी। हम लोगों के बीच में शिथिल संबंध होना चाहिए। शिथिल का मतलब आलस्य नहीं है। इस प्रकार से हमारा एक संस्कार यह है कि हम चाहते हैं कि लोग या तो अधिक सावधान हो या किन्कुल ही सावधान न हो। हमारे संस्कार का यही दोष है कि हम हद से बाहर चले जाते हैं।

अगर आप किन्कुल आलसी, बिस्वरे हुये, पबराये हुए हैं तो आप मध्ये में नहीं हैं। और अगर आप बहुत दृढ़ हैं जिबरातलटर के चट्टान की तरह या फिर हिटलर की तरह - समय से पहले हर जगह पहुँच जाना। हर काम कायदे से करना तो यह सहजयोग नहीं है। इन फूलों को एक एक करके देखिये, ये कितने सुन्दर हैं। हर फूल अनेक है। एक पत्ता दूसरे पत्ते से मिलता जुलता नहीं है। एक पंखुड़ी दूसरी जैसी नहीं है। यह सब एक दूसरे से भिन्न है लेकिन कितने शिथिल हैं। सुन्दर हैं, और हमें कितना आनन्द देते हैं। ये भिन्न हैं लेकिन इनमें एकता है कि ये सब हमें आनन्द देना चाहते हैं। आप तनाव में हैं तो आप आनन्द नहीं दे सकते।

पश्चिम में तनाव होना बहुत सामान्य बात है। इस प्रकार के संस्कार भूतकाल के रहने सहने के ढंग से आये हैं। अब फिर कभी वाटरलू का युद्ध नहीं होने वाला। अंग्रेज कहते हैं कि वे वाटरलू का युद्ध इसलिए जीत गये क्योंकि वे समय पर पहुँच गये, लेकिन यह बात नहीं है। वे युद्ध दिव्य शक्ति के कारण जीत गये। अगर वे देर से पहुँच जाते तो भी जीत जाते। जो भी होता है दिव्य शक्ति के द्वारा होता है। इसलिए तनावपूर्ण स्थिति में रहने की कोई जरूरत नहीं। अब आप लोग कहेंगे चलो बैठकर आराम करते हैं, क्योंकि सब कुछ दिव्य शक्ति द्वारा हो जाएगा। दिव्य शक्ति आपके मध्यम से आपको अपना साधन बनाकर काम करेगी। इसलिये आप लोगों को चौकन्ना रहना चाहिए। जो व्यक्ति शिथिल हो जरूरी नहीं कि वो आलसी भी हो। आप चौकन्ना और शिथिल दोनों हो सकते हैं। क्योंकि आप सहजयोगी हैं। आप दूसरे लोगों के तरह नहीं हैं। जब कोई हवाई अड्डे का नाम लेता है तो दूसरे लोग बिल्कुल पागल जैसे हो जाते हैं। समझिये कि आप तनाव पूर्वक हैं और आपकी उड़ान छूट जाती है। तो क्या हुआ। ज्यादा से ज्यादा आपकी मौत ही हो जाएगी। यह अनिवार्य है क्योंकि हम जन्म लेते हैं तो हमें मरना तो है ही यही एक सत्य है बाकी सब मजाक है। इस बात से कोई फर्क नहीं पड़ता कि आप तनाव पूर्वक हैं या नहीं। लेकिन जब तनाव कम होता है तब हृदय खुलता है। और हम परम सुख और आनन्द के समुद्र बन जाते हैं। फिर हमें तनाव क्यों होना चाहिए।

हर देश के संस्कार उनके वाग्व्यवहार के अनुसार होते हैं। फ्रांस में यह संस्कार है कि आपको खुश नहीं दिखना चाहिए। यह संस्कार इतना मूर्खतापूर्ण है कि इसके अनुसार जो कुछ भी कुरूप है वह सुंदर बन गया है। यह तिरछा तनावपूर्ण नजरिया हमें वास्तविकता नहीं देखने देता। हम बुलबुले के बारे में ऐसा चिन्ता करते हैं जैसे कि वे परमाणु बम्व हो। ऐसे अनावश्यक चीजों के बारे में हम चिन्ता करते रहते हैं। जब हम निरन्तर चिन्ता करते रहते हैं तो जो भी हमारे करीब आता है हम उस पर टूट पड़ते हैं। आप किस बारे में चिन्तित हैं? आपकी क्या समस्या है। मैं तो चिन्ता करती ही नहीं। अगर मुझे कोई चिन्ता है तो यही कि मेरे बच्चों को एक दूसरे से प्रेम होना चाहिए।

अगर हमें कोई चिन्ता है तो सबसे अच्छा तरीका यही है कि हम अपने किसी मित्र को बता दें। मैत्री ऐसा सम्बन्ध है कि आप अपने गुप्त बातें भी बाँट सकते हैं। अगर आप लीडर भी हैं तब भी आप पहले मित्र हैं। आप अपनी समस्या या कष्ट मुझसे बाँटते हैं तो आप आपस में क्यों नहीं बाँट सकते? सब सहजयोगी एक दूसरे के मित्र हैं। मुझे लगता है कि

मित्रता का रिश्ता बाकी सब रिश्तों से ऊँचा है क्योंकि मित्र एक दूसरे का लाभ नहीं उठाना चाहते। इसका कभी अन्त नहीं होता और आप सिर्फ अपनी मित्रता का आनन्द उठाते हैं। आपस के रिश्तों का यह सबसे निर्मल रूप है। सच मित्र वही है जो हमेशा अपने मित्र के बारे में चिंतित रहे।

निर्मल मैत्री का इतना सुन्दर रूप होता है कि आप दूसरे की खुशी में स्वयं आनन्द महसूस करते हैं। जब हम युवास्था में थे तब हमने ऐसी मित्रता देखी है। उन दिनों लोग खुले दिल के होते थे। मेरे पिताजी के मित्र पुराने विचारों के ब्राह्मण थे और जिस पाठशाला में मैं पढ़ती थी उसके समापित थे। जब मेरे पिताजी को कहीं दूर जाना पड़ा तब उन्होंने मुझे अपने मित्र की देखरेख में विद्यार्थीग्रह में रख दिया। ब्राह्मण कभी अंडों को हाथ नहीं लगाते, लेकिन उनके पता था कि मैं अंडे खाती हूँ, इसीलिये हर सुबह वे चुपचाप सुद अपने हाथों से मेरे लिये अंडा बनाकर लाते थे। मेरे मना करने पर भी वे अंडा बनाकर लाते थे और बड़े प्यार से कहते कि तुम्हारी परीक्षा के लिये तुम्हें पोष्टिक आहार की जरूरत है। तुम्हारे पिता चले गये हैं और मुझे तुम्हारा ब्याल रखना है। वे पाठशाला के समापित थे और मेरे लिए अपने बनाये हुए नियम खुद तोड़ रहे थे। मुझे ऐसी मित्रता पर ताल्लुब हुआ। मेरे पिताजी और उनके मित्र में शायद ही कुछ सामान्यता थी फिर भी वे बहुत अच्छे मित्र थे।

मैंने ऐसी मैत्री देखी है। जब मेरे पिताजी जेल में थे तब उनके मित्र हमें अपने घर ले जाते थे। मुझे उनके बच्चों में और अपने में कभी कोई अंतर नहीं महसूस हुआ। बल्कि हमें हमेशा यह महसूस हुआ कि अपने बच्चों से भी अधिक वो हमारा ब्याल करते हैं। किसी का मित्र होने के लिए बहुत बड़ा दिल चाहिए। एक पिता थे जिनका एक मित्र था। और उस पिता का एक बेटा था जिसका भी मित्र था। पिता ने पुत्र से कहा कि सच्ची मित्रता वही है जब हम अपने मित्र पर भरोसा कर सकें। बेटे ने गर्व से कहा कि उसके कई मित्र हैं। तब पिता ने कहा चलो हम दोनों अपने अपने मित्रों की परीक्षा लेते हैं। उन्होंने अपने बेटे से कहा कि तुम अपने मित्रों से कहो कि तुमने किसी की हत्या कर दी है। और तुम्हें मदद चाहिये। जब वे पहले मित्र के पास गये तो उसने जवाब दिया "तुमने कत्ल किया है" बाहर निकल जाओ।" दूसरेने कहाँ, "नहीं नहीं, किसी से कभी कहना भी मत कि तुम इस घर में आये थे, चले जाओ। वे फिर उसके पिता के मित्र के पास गये। मित्रने थोड़ी देर के बाद दरवाजा खोला और माफी माँगते हुए कहा "मुझे पता था कि कुछ गड़बड़ है तभी आप इतनी रात को मेरे घर आये हैं। इसीलिये मैं अपनी पत्नी के गहने इक्कठे कर रहा था कि कहीं आपको पैसे की जरूरत न पड़ जाए। इसीलिए मुझे दरवाजा खोलने में इतनी देर

हो गई। तुमने किसी का कत्ल किया है, कोई बात नहीं। तुम्हारे बच्चे है, मेरी कोई ज़ालिम भी नहीं है तो तुम कह दो कि कत्ल मैंने किया है। बेटा आश्चर्यचकित रह गया। एक सच्चा मित्र बीस बेकार के मित्रों से बहतर है। यही सच्ची मित्रता है।

मित्र के साथ आप तनावपूर्वक नहीं रह सकते। आप आराम से एक दूसरे के साथ में आनन्द पाते है। अगर आपको तर्क करना है तो तर्क करे। अगर आपके विचार अलग है तब भी कोई फर्क नहीं पडता। उसे अपने मित्र पर लादने की कोई ज़रूरत नहीं है। हमे एक दूसरे को समझने की कोशिश करना चाहिए। इसी तरह हम एक दूसरे से कुछ सीख सकते है। मैंने अपने मित्रों से बहुत कुछ सीखा है। उदाहरण के लिये मैंने फ्राँससी लोगों से बहुत कुछ सीखा है। संगीत, सभ्यता और कला संबंधी विचार जाने है। आपके अब हर जगह मित्र है। आप मेरा बैज लगाकर कही भी जाये, आपके लिये वे कुछ भी कर देंगे। यही मित्रता है। इस दुनिया में हमारे हजारो मित्र है लेकिन हमे भी खुद मित्रभाव रखना चाहिए। दो मित्रों के बीच में स्पष्टता होनी चाहिए। प्रेम का मतलब है अपने और दूसरों के प्रति पूर्ण स्वतंत्रता। यह प्रेम बहुत निर्मल होना चाहिए। अपने मित्रों पर गर्व करने के लिये आपको खुद ऐसी मैत्री का अनुभव करना पड़ेगा। आप अकेले नहीं है। जरा सोचिये इसके पहले हमारे यहा कितने साधु संत और महान आत्मार्ष पैदा हुई है, जिनको समझा गया और उन्हे सताया गया या मार डाला गया। वे अकेले थे। लेकिन आप अकेले नहीं है। एक दूसरे के मित्र है। आपका सबसे बड़ा मित्र दिव्य शक्ति है जो आपका स्याल रखती है और आपके लिये सब कुछ करती है। यह देश फ्राँस है जहाँ हमे मुक्ति मिली। आइये, हम आत्मा की सच्ची मुक्ति को पारें। जिससे हम हर बात का आनन्द ले सके बुध्दिमान होकर।

परमात्मा आपको आशीर्वाद दे।

सार्वजनिक कार्यक्रम [वियेना] 25-1-89 संक्षेप मे।

आरम्भ में ही हमें यह समझ लेना चाहिए कि सत्य विचारधारित नहीं किया जा सकता। यह कोई मानसिक कार्य नहीं है। मनुष्य के बुध्दि की अपनी सीमा होती है। हमें उसमें सीमा ^{तीव्र बुध्दि} सिद्ध करना पड़ेगा यदि हम अपना व्यक्तित्व उससे उँचे ले जाना चाहते है। मानसिक गति सीधी रेखाओं से निर्मित होती है। जब वो पीछे हट जाती है तो उसे अपने आपको सम्भालना नहीं आता। उदाहरण के लिये ^{रखीये} सीधी रेखा से निर्मित यह गति के कारण प्रकृति में जो असंतुलता आ गई है है उससे पोषों को हरे रखनावाला घर जैसा प्रभाव पड गया है। इसी तरह अेडस की बीमारी

break thru

जादि जैसे कष्ट हमें अपनी गलतीयों के कारण ही होते है। लेकिन जिसने इस सुन्दर सृष्टि की रचना की है, उन्होने कुछ और ही सोचा होगा और वे अपनी इस रचना को नष्ट नहीं होने दे सकते।

आपके अन्दर एक यंत्र है जिसके द्वारा आप सृष्टिकर्ता के साथ संयोग अनुभव कर सकते है। यह संबंध आप धर्म के द्वारा नहीं जोड सकते क्योंकि धर्म भी मानसिक होता है। हमारे अन्दर ऐसी कोई शक्ति नहीं है। जिससे हमे अपने परित्याग को दबा सके। उदाहरण के लिए हमारे अंदर ऐसी कोई शक्ति नहीं है जो हमें नशीली पदार्थ, शराब इत्यादि लेने से रोक सके। हमने कौन से गलती की है जिसकी वजह से हम दिव्य शक्ति को नहीं देख पाते। हर रोज हम बीज अंकुरित होते देखते है। फूलों को खिलते देखते है, फलों को फलते देखते है, लेकिन हम यह नहीं सोचते कि यह कैसे होता है। एक शक्ति है जो यह सब कुछ करती है। अब समय आ गया है कि हमारे अंदर जो साधन है उसके द्वारा हम इस शक्ति को अनुभव करें।

आपकी मानवीय चेतना में आपको एक उँचा परिमाण लाना है जो मानसिक विचारधारणा से ऊपर हो। यह एक होनी है। यह सबसे आखरी सीडी है। जो हमने पार करनी है। मानवीय चेतना में यह प्रवेशता लाना जरूरी है नहीं तो इस विश्व को बचाना असम्भव है। इस यंत्र का कोई अर्थ नहीं जब तक उर्जा के लाईन से जुड न हो। हमें अपनी क्षमता और सुन्दरता का ज्ञान ही नहीं है, पर एक बार आप विशेष लाईन से जुड जाएँ तो आप अपनी शक्ति और इसके प्रभाव पर आश्चर्यचकित रह जाएँगे। अपने आप को एक सुधार का साधन मानना ही सही पुर्नजीवन है।

दूसरे दिन का भाषण

संगीत के कोई शब्द नहीं होते, यह विचारों को जन्म नहीं देता। संगीत के द्वारा हम विचारों को अपने मन से निकाल सकते है। हम विचारों की शिक्षा पर रहते है। जब हम भूतकाल या भविष्यकाल में होते है तब हम वर्तमान में नहीं हो सकते। जब एक विचार समाप्त होता है तब दूसरा उभरता है। दूसरा उभरने से पहले, दोनो विचारों के बीच का जो अन्तर है वही वर्तमान होता है। जब कुंडलीनी जागृत होती है तब विचारों के बीच का अन्तर कम होता जाता है, और मध्य स्थिति फैलने लगती है, फिर हम निर्विचार स्थिति में पहुँच जाते है। उदाहरण के लिए अगर हम यह सोचते रहे कि हमारी कालीन खराब नहीं होनी चाहिए तो हम उसकी सुन्दरता का आनन्द नहीं उठा सकते। लेकिन जब कुंडलीनी जागृत

हो जाती है और हम विचारहीन हो जाते हैं तब हम उसकी सुन्दरता का आनन्द उठा सकते हैं। इसके लिए सबसे पहले हमें निर्विचार स्थिति में जाना होगा। यह तब हो सकता है जब हम आज्ञा चक्र को समझ लें। जब कुंडलिनी इसके बीच से गुजरती है तब वह उसके देवता येशु क्रिस्ट को जागृत कर देती है। वह सबसे पहले परमात्मा द्वारा मूलाधार चक्र में विचारधारित किये गए थे। वे भोलेपन का प्रतीक हैं, जिन्होंने इस धरती पर अवतार लिया। चैतन्य लहरी से क्रिस्ट के शरीर का निर्माण हुआ था इसलिये वे पानी पर चल सके। उन्होंने कहा है कि हमें क्षमा करना चाहिए। जैसे ही हम दूसरों को क्षमा करते हैं, यह देवता हमें जागृत हो जाते हैं और अहंकार और प्रति अहंकार को सोख लेते हैं। हमारा भेजा लिम्बिक स्थान में एक कमल की फूल की तरह खुल जाता है और कुंडलिनी सिर के नर्म हड्डी के स्थान से गुजर जाती है। पर इस चक्र को पूरी तरह खोलना है।

प्रश्न : हमारे कर्मों का क्या?

श्रीमाताजी : मनुष्य ही सोचते हैं कि वे कर्म करते हैं, जानवर ऐसा नहीं सोचते। हमने गलत किया है या सही। हम अपने अहंकार की वजह से सोचते हैं, जानवर यह नहीं सोचते। वास्तविकता यह है कि मनुष्य यह नहीं जानता कि सही क्या है और गलत क्या है क्योंकि हम सम्बन्धित दुनिया में रहते हैं। लेकिन पूर्ण सत्य क्या है, आप चैतन्य लहरी द्वारा ही जान सकते हैं। तब सब के सोचने का ढंग एक हो जाता है। सही और गलत साफ नजर आने लगता है। जैसे जानवर गंदी नाली से गुजर जाते हैं, लेकिन मनुष्य वहाँ से नहीं जा पाता। जब आप साधु बन जाएंगे तो आपको पता चल जायेगा सत्य क्या है और असत्य क्या है। आप कोई गलत कार्य नहीं कर सकते और आप एक नये परिमाण को समझने लगते हैं।

लेकिन उसके पहले आपके संस्कार होते हैं और आपके अहंकार के कारण आपका व्यक्तित्व बन्द हो जाता है। लेकिन क्रिस्ट आपके अहंकार और संस्कार को सोख लेते हैं। क्रिस्ट का हमारे पापों के लिए मरने का यही मतलब है जिसके लिए वे जागृत किये गए थे। अपनी शक्तियों के द्वारा वे हमारे सब पापों को सोख सकते हैं। इसलिये आपके अंदर अपराध भावना नहीं होनी चाहिए क्योंकि हमारे सब कर्म सोख लिये गए हैं।

दुखी रहने का विचार उन लोगों से शुरू हुआ जो आपको दुखी रखना चाहते हैं। उनका यह कहना है कि आपने पाप किया है तो आपको उसका हिसाब चुकाना होगा। पर परमात्मा ऐसे को नहीं समझते। क्या हम क्रिस्ट से अधिक पीड़ा सहनेवाले हैं? सेंट थॉमस सहजयोग के बारे में ही बात कर रहे थे जब उन्होंने कहा था कि सर्व शक्तिमान पिता जब इतने दयालु

और कृपालु है तब वे आपको दुखी रहने को कैसे कह सकते हैं। उन्होंने कहा है कि हमारे पिता बहुत उत्सुक है कि हम उनके साम्राज्य में प्रवेश करें। तो चलिए हम आनन्दित और सुखी रहें तथा दुखी रहने का विचार छोड़ दें। आपको दुखी और दोषी नहीं होना है।

प्रश्न : क्या मधुमेह का इलाज किया जा सकता है?

श्रीमाताजी : मधुमेह अधिक विचार करने से होती है। जब हम सोचते हैं तो स्वाधिष्ठान चक्र के सेल का निर्माण करता है। यह चक्र चरबी के सेल को भेजे के सेल में रूपान्तर करता है। आप अगर अत्याधिक विचार करेंगे तो यह चक्र केवल यही काम करेगा। लेकिन इस चक्र को कई और भी कार्य करने होते हैं। उसे जिगर का ध्यान रखना पड़ता है इत्यादि। जब आप बहुत ही ज्यादा सोचते हैं तब इन अंगों की उपेक्षा हो जाती है। भारत में लोग चीनी बहुत खाते हैं लेकिन ज्यादा विचार नहीं करते। इसलिये उन्हें मधुमेह की तकलीफ नहीं होती। लेकिन जब हमारा दिमाग आधुनिक हो जाता है तब विचार न करना बहुत ही कठिन हो जाता है। इसका इलाज करने के लिए विचारों पर प्रतिबंध लगाना चाहिये। जब आपके विचारों पर आक्रमण हो रहा हो तब आप तीन बार कहिये "मैं क्षमा करता/करती हूँ और शान्ति छा जायगी।"

वियेना आश्रम में सहजयोगियों के भाषण

सहजयोग आपके परोपकार के लिये है लेकिन यह एक अभ्यास भी है। आप कैसट टेपों का अध्ययन करें। किसी ने मुझसे एक बार कहा मेरा बच्चा बीमार है। इसका मतलब है कि आपने सहजयोग का अध्ययन नहीं किया। मैंने कई अवसरों पर बताया है कि आपको बच्चों के लिए क्या करना है। अगर आप वो सब करते रहें तो आपके बच्चे कभी बीमार नहीं होंगे।

यह गुरु तत्व का दूसरा रूप है। आपको बहुत ज्ञानी होना चाहिए। आपकी बातें सुनकर किसी को यह नहीं लगना चाहिये कि आप श्रीमाताजी के आधीन दास हैं। अगर आपके ज्ञान नहीं है तो आप गुरु नहीं हो सकते। सारा ज्ञान आपके अंदर आपके दिमाग में है बस आप ध्यान लगायें और मनोभावनाएँ खुद आपके दिमाग में आ जायेगी। लेकिन ध्यान शुद्ध और पूर्ण होना चाहिए।

समाचार

श्री माताजी की रूस यात्रा

4 अगस्त 1989 एक ऐतिहासिक दिन था। रूस ने श्री माताजी के प्रति अपना हृदय खोल दिया। श्रीमाताजी ने सोवियत कर्मचारियों और वर्तमानपत्र के लोगों को सहजयोग

के बारे में बताया और उन्हें जागृत भी दी। एक मुख्य भारतीय सोवियत संघ के सभापतिने उनके चरण स्पर्श भी किये। सबने चैतन्य लहरी को महसूस किया। उनके नियमित जीवन और वाग्व्यवहार के कारण उनके चक्र स्वस्थ और प्रबल है। सोवियत यूनियन आज्ञा चक्र का आगे का भाग है और चीन आज्ञा चक्र का पीछे का भाग है।

स्वास्थ्य मंत्रालय में डाक्टर, वैज्ञानिक और मनोवैज्ञानिक सहजयोग और सहजयोगियों के अनुभवों से बहुत प्रभावित हुए। सहजयोग के आरोग्यकर की खोज और प्रयोग के लिये सोवियत यूनियन और लाईफ इंटरनल ट्रस्ट के बीच एक मूललिपी पर मिलकर हस्ताक्षर किय गये। दुनिया में सोवियत यूनियन पहला देश है जिसने इस महायोग की महानता को पहचाना है। लव और कुश के वंश के कारण वे इस परम सत्य को आसानी से पहचान पाये है।

18 अगस्त को श्रीमाताजी ने 2000 से ज्यादा लोगों के जनसमूह को लेनिनग्राड के पैलेस ऑफ यूथ में सम्बोधित किया। लगभग तीन हजार लोगों को लौट जाना पडा क्योंकि हॉल पूरी तरह भर गया था। 20 तारीख को मॉस्को में भी ऐसा ही दृश्य देखने को मिला। रूस के लोग जा रहे है..... लेकिन हजारों की तदाद में।

पहिलिया व अधिक गर्म जिगर का आहार श्री माताजी द्वारा सूचित किया गया

1. रोज सुबह व शाम एक ग्लास मूली के पत्ते का चीनी के साथ उचाला हुआ रस पीजिए।
2. रोज सुबह एक ग्लास कोकम शरबत पीजिए।
3. बाये हाथ में पकड़ कर बर्फ कपड़े में लिपटा, जिगर पर रखे और दाये हाथ को प.प.श्रीमाताजी की तस्वीर की ओर करे। तस्वीर के सामने बिना कोई दिया या मेणबत्ती जलाकर ध्यान करे।
4. बंगाली मिठाईयाँ खा सकते है। {रसगुल्ला इत्यादि, मलाई के बिगैर}
5. चर्बी, तेल, लाल मिर्च और तला हुआ खान किसी भी स्थिति में नहीं खाना चाहिये।
6. मछली और दूध से बने पदार्थ मना है। मट्ठा {लस्सी} जिससे मक्खन निकाला हो, लिया जा सकता है।
7. टीन का पनीर क्लिकुल मना है।
8. लिय - 52 की गोलियाँ दिन में 3 - 4 गोलियाँ दो महीने तक
9. सब नींबू का सट (Citrus) फल खा सकते है। {आम सेब, केला, पपीता या चीकू मना है।}

10. गन्ने का रस व गन्ना बहुत अच्छा है।
11. मक्खन मना है।
12. उडद व अरहर इंतुअरइ दाल मना है।
13. उबले चावल, सब सब्जियाँ और मूँग डाल ठीक है।
14. खाने में मिर्च बिल्कुल नहीं।
15. अदरक, प्याज, आलू, काकडी इक्षीराइ ठीक है।
16. नियमित रूप से वाइब्रिटड चीनी को नीबू में डाल पीना है।
17. आईस क्रीम खाना मना है।
18. आवले का मुरब्बा अच्छा होता है, और सुबह शाम दोनो बार खाया जा सकता है।
19. खाने पर चींटी का बर्क अच्छा होता है।
20. धरती के नीचे पैदा हुए सब सब्जियाँ व फल खा सकते हैं।
21. मूँगफली व मूँगफली का तेल मना है। मूँगफली व मूँगफली का तेल गुर्वों के लिए बहुत खराब है। थोड़ी मात्रा में सूरजमुखी के तेल में पकाना ठीक है।