चैतन्य लहरी

मराठी आवृत्ती

खंड ३ अंक ८ व ९

सहजयोगाचं तप फक्त हे आहे की माझं चित्त कुठे जात आहे! माझं मन कुठे जात आहे ?
जर हे तप तुम्ही केलं तर तुम्ही लोक आज्ञाला गेलातच.

- प. पू. श्री. माताजी निर्मला देवी

महाशिवरात्रीची पूजा

दिल्ली ९.३.९१

शिवांच्याविषयी असं सांगितले जातं की ते एकदम भोळे आहेत, खूप सरळ आहेत, त्यामुळे त्यांना समजून घेणं अतिशय कठीण आहे. कुंडलिनीचं कार्य जे आहे, ते देवींचं कार्य आहे. देवीच या चराचर सृष्टीची निर्मिती करते आणि शेवटी आपल्यामध्ये कुंडलिनी होऊन शिवापर्यंत पोहोंचवून देते. शिवांचं पूजन होत असतांना शिवांचे गुणधर्म आपल्यामध्ये विकसित आले की नाही. हे लक्षांत ठेवले पाहिजे. यासांठी सर्वांत आधी कुण्डलिनीच्याच गतिला समजून घेतले पाहीजे. जेव्हां कुण्डलिनीची जागृति होते, त्यावेळी ती सर्वप्रथम आपल्या शरीराला स्वाथ देते. कारण शरीराचं स्वास्थ्य जरूरीचं आहे. आणि यामुळे आपले चित्त पहिल्यांदा आपल्या शरीराकडे जातं. सुरुवातीला सगळे मला हेच सांगतात की मला ही शारिरिक व्यथा आहे, मला हा रोग आहे. किंवा कांही लोक शरिराने इष्ठपुष्ठ असतात, तेव्हां ते मला त्यांची कौटुंबिक व्यथा सांगतात. कारण जेव्हा आपण लोक जागृत अवस्थेमध्ये असतो, तेव्हा आपलं चित्त , या सर्व गोष्टींकडे आकर्षिलेलं असतं. आणि यामुळें आपण लोक ब-याच त्रासांत असतो.

जसं जसं आपण सहजयोगांत याल, तसं तसं आपल्याला हेच दिसेल की आपण आपल्या शरीराची किंवा संसारिक गोष्टीची किंवा मानसिक दुःखाचीच चर्चा करीत असतो. यासांठी पहिल्यांदा ही व्यवस्था केली गेली कीं शरिराचा पूर्णपणे त्याग केला जाईल. त्याच्याकडे लक्ष देतां नये. त्याला कष्ट दिले पाहिजेत. जर आपण पलंगावर झोपत असलो तर खाली उतरून आपण लाकडाच्या पलंगावर झोपा. मग त्यावरून आपण चटईवर झोपा. मग आपण जमिनीवर झोपा. मग दगडांवर झोपा. नंतर आपण दलदलीवर झोपा. अशा अनेक प्रकारे शरीराला पक्कं केलं जातं. ज्यायोगे शरीर नंतर त्रास देणार नाही कोणत्याही प्रकारे शरीराचा आराम मान्य केला जात नाही.जसं की, एक रात्र जागरण झालं, तर त्रास झाला, तर सात रात्री जागरण करा, मग त्रास झाला तर चोवीस रात्री जागरण करा. तशाच प्रकारे खाण्यापिण्याचं जर माणसाला खाण्याची खूप लालसा आहे, तर आपण एक दिवस उपवास करा, मग सात दिवस उपवास करा, मग चाळीस दिवस उपवास करा. जी गोष्ट आपल्याला आवडत नाही, ती गोष्ट खा. बाकी सर्व गोष्टी आपण सोडून द्या, इथवर की, आपण अन्न खाऊं नका, फळबिळं खा. मग जर आपल्याला कपडयांचा खूप शौक आहे, तर आपण साधे कपडे वापरा. नंतर आपण हल्के कपडे वापरा. मग हिमालयावर जा आणि तिथे सर्व कपडे उतरवून थंडीत कुडकुडत रहा. याचप्रकारे कोणाचा असा नखरा असतो की मला चांगलं घर हवं. हल्ली जशा सगळ्या गोष्टी फार जास्त येऊ लागल्या तशा आम्हां लोकांच्या इच्छा आणि प्रवृत्या वाढल्या, आमचं चित्त तिथे जास्त लागत जातं. तर असं सांगीतलं होतं की आपण मोठया महालांत राहातां तर आतां येऊन आपण झोपडीत रहा. मग झोपडीतही बाज घालत होते, त्यांतही ते आपल्याला असुरक्षित समजत होते, तर आतां तुम्ही जंगलांत येऊन राहा किंवा कोण्या तीर्थक्षेत्री जा, जसा कोंचीची व्यक्ति तिर्थक्षेत्राला गेली तर काशीला जाईल, आणि काशीची गेली तर कोंचीला जाईल. रस्त्यांत त्याला वाघ खाऊन टाकेल, वाघाने सोडलं, तर साप चावेल. सापाने सोडलं, तर मगर खाऊन टाकेल। आणि तिथे पोहोचेपर्यंत हजारांमधून एखादी व्यक्ति तिथे पोहोचेल. अशा रितीने लोकांना कमी कमी करून मग आत्मसाक्षात्काराची विषय काढला.

सहजयोगामध्ये उलटा हिशोब केला आहे. सहजयोगांत तुम्हांला ना घर सोडायचं आहे, ना दार, ना खाणं पिणं सोडायचं आहे, ना वस्त्रांचा प्रश्न तुम्ही सगळे जसे आहांत, तसेच राहायचं आहे. आणि यामध्येच तुमच्या कुंडलिनीचं जाग्रण होणार आहे. या स्थितीतच कुंडलिनी जागृत होईल. पूर्वी मृगाजिन घालून, त्यावर बसून साधना करून मग तुमची तपश्चर्या व्हायची. मग खूप दिवस उपाशी मरायचं, जोपर्यंत तुमची हाडं बाहेर यायची, त्यानंतरही तुमची परिक्षा व्हायची, उलटं टांगलं जात होतं, विहीरीत टाकलं जायचं तुम्ही कुठल्या स्थितीत असता हे बघीतलं जात होतं. दोन-तीन वेळां पाहीलं जायचं कीं कशा स्थितीत तुम्ही आहांत, त्यानंतर कुठे जाऊन चर्चा व्हायची।

आतां सहजयोगामध्ये उलटा कारभार आहे. पहिल्यांदा तर आम्ही वरचं शिखर तयार केलं. त्याला उघडलं-सहस्त्रार उघडलं, सहस्त्रार उघडून सांगीतलं कीं आतां आपण लोकांनीच आपल्याला ठीक करा. तरीसुध्दां आम्ही लोक समजूं शकत नाही. सहजयोग फार कठीण गोष्ट आहे. जितकी

सरळ आहे, तितकीच कठीण आहे. कारण आपल्या आंतमध्ये अनेक नाडया आहेत आणि त्या नाडयांना उघडण्याची एकच पध्दत आहे की, आपलं चित्त जे आहे, ते इकडे तिकडे भटकतां नये. तर, सहजयोगांत हे तर कोणी सांगत नाही, कीं तुम्ही खाणं पिणं सोडून द्या, तुम्ही उपवास करा आणि हिमालयांत थंडीत बसा.

पण काय केलं पाहीजे, ज्यामुळे आपली प्रगती होईल? तर सर्वात आधी आपल्याला आपल्या अंतर्मनांत जाऊन विचार केला पाहिजे कीं हे मी काय करतो आहे? जसे आपण कुठे गेलात आणि पाहिलं की आपल्याला झोपायला जागा मिळत नाही, तर ताबडतोब आपण जाऊन तक्रार करायला सुरूवात करणार कीं श्री माताजी, झोपायला जागा नाही मिळाली त्यावेळी असा विचार केला पाहिजे की मी असं कां सांगतो आहे? कारण माझ्या शरीराविषयी मी चिंता करतो आहे कीं, मला झोपयला जागा मिळाली नाही? मला नीट जागा मिळाली नाही आणि मी माझं चित्त त्यांतच घालत चालली आहे! आतां अशावेळी असा विचार केला पाहिजे की, चांगलं झालं की, मला जागा मिळाली नाही आता झोपा जसे झोपायचे आहे तसे! आतां इथेच झोपा. आपल्या शरीराला झोपण्यासांठी चांगली जागा का पाहिले? जगांत किती लोक आहेत जे रस्त्यावर झोपतात. तूं कोण मोठा लागून गेलास, कीं तुला झोपायला चांगली जागा पाहिजे. बाकी लोक तर उभ्याउभ्या झोपतात. तूं उभ्याउभ्या कां नाही झोपत? आणि झोपणं सुध्दा काय जरूरी आहे? आपल्याला काय समजतो आहेस तूं? असा प्रश्न शरीराला करा. कोणी एक वेळ जेवलं नाही तर एकदम आपत्ति येणार. जर एक दिवस जेवण मिळालं नाही तर फार चांगलं झालं असा विचार केला पाहिजे. तसं शरीराला धिक्कारलं पाहीजे. आज काल तर शरीराचे चोचले फारच जास्त निघाले आहेत. जसं आम्ही हे कपडे घातले तर याचं हे मॅचिंग झालं पाहिजे. अशा तऱ्हेच्या आधुनिक गोष्टी निघाल्या आहेत आणि त्याचे जे परिणाम आहेत ते इतके जास्त कृत्रिम आहेत की आपल्याला समजत नाही की आपण लोक या कृत्रिमतेचे पूर्णपणे गुलाम होत चालली आहोत याचा अर्थ असा नव्हें की आपण विक्षिप्त व्हा. याचा असा अर्थ नाही की की आपण विचित्र कपडे घालून फिराल, आपण हिप्पी व्हाल, असा याचा अर्थ नाही, पण समजून घ्या. एखाद्या स्त्रीला एक मॅचिंग ब्लाऊज मिळाला नाही, तर तिला वाटतं ती कामातून गेली! एकदम खतम! पहिल्या जमान्यांत तर कोणी मॅचींग घातलच नव्हतं. आतां तर त्याला मॅचिंग स्वेटर मिळालं नाही तर खैर समजा! कोण आपल्याला बघतंय आपण काय घातलंय म्हणून? आणि आपण कोण अशा विभुति लागून गेला की आपल्याला पाहून आज्ञाचक्र उघडेल? उलट आपल्याला बघून कोणा माणसाला पकडच यायची! कलियुगांत जितका आघात झाला आहे एवढा झाला नाही. अशा प्रकारे एखादी गोष्ट सुरू होते. जशी विलायतेत आहे की आपले केस एकदम उल्टे असले पाहिजेत, तर सगळे तसे केस घेऊन फिरतात.

पण तुम्ही सहजयोगी आहांत कोणी विशेष आहांत. तुम्ही असं का करता? मी माझ्या शरीराचा इतका विशेष आराम कां पाहाता मी तर एक विशेष आहे. विशेषचा अर्थ हा कीं आपल्या चित्तामध्ये ही जी चलबिचल आहे, तिला थांबावायचं. चित्ताला लीन करायचं चैतन्यामध्ये पण चित्त जर इकडे तिकडे जात असेल तर ते चैतन्यामध्ये कसं लीन होईल? आपल्या ह्रदयामध्ये, जिथे श्री शिवांचा वास आहे तिथे चार नाडया आहेत. त्यामधून एक नाडी मूलाधारापर्यंत जाते आणि त्याच्यापुढे नरक. तर लोग असं म्हणतात, यांत काय वाईट आहे? पण आपण सहजयोगी आहांत. आपण नरकामध्ये कशाला जाता? तर आपल्या चित्ताकडे लक्ष दिलं पाहिजे कीं, मला ही वासना कां आहे? जी मला नरकाकडे घेऊन चालली आहे. मी तर एक पाऊल वर ठेवून आहे आणि एक कबरीमध्ये. त्याची दूसरी नाडी आहे, ती नाडी आपल्याला इच्छाकडे घेऊन जाते. म्हणून बुध्दांनी साफसाफ सांगितलं होतं की कोणतीही इच्छा करणे हेच आपल्या मृत्यूचे कारण आहे. आपली इच्छा बिलकुल संपली पाहिले. पण ती संपत नाही. फक्त शुध्द इच्छा राहीली पाहिजे. ते कसं होणार? शुध्द इच्छा अशा प्रकारे होऊ शकते की, आपण विचार करा, मला अशी इच्छा कां होते? या इच्छेकडे मी का धावतो आहे? अशा मला अनेक इच्छा झाल्या त्याचा मला काय फायदा झाला? तर, ते कांही मिळतं आहे त्यांतच आनंद मानणं हे एका सहजयोग्याचं कर्तव्य आहे. कोणाला इच्छा झाली की मी आईच्या एकदम जवळ जाऊन बसावं. किंवा कोणाला इच्छा होते की आम्ही पहिल्यांदा तिथे जाऊन उभ रहावं. अशी इच्छा कां झाली? कारण अज्ञानीत हे जाणलं नाही की आई प्रत्येक ठिकाणी आहे कुठे जायची गरज काय?

तर, शुध्द इच्छेची जेव्हा आपण इच्छा करता, तेव्हां कुडलिनी जेव्हां चढते तेव्हां, ही जी इच्छेची नाडी खालच्या बाजूला झुकलेली असते ती उर्ध्वगती होते. त्यांत शुध्द इच्छा भरली जाते. इच्छा माणूस करतो या विचाराने की, यावेळी मला सुख मिळेल, आनंद मिळेल, मिळत कांही नाही,

तर, या इच्छेला आपण आनंदामध्ये लीन करायचं आहे. कारण श्री शिवांचं तत्व जे आहे . त्यांचा स्वभाव 'आनंद' आहे. म्हणून प्रत्येक गोष्टीमध्ये आनंद शोधला पाहिजे. तर कोणत्याही गोष्टीची त्रुटी वाटणार नाही, दोष बघायचे किंवा प्रत्येक गोष्टीमध्ये हे असं असतं तर चांगलं होतं, खूप लोकांना संवय आहे. तो जो आपण विचार करीत आहांत असं व्हायला पाहिजे, तो कार्यान्वित होऊ शकत नाही. त्याच्याशी जसं, कोणी सिनेमाला जातो, तिथे पहातो की कोणी डोंगरावरून पडणार आहे. तर सांगतो की, 'अरे, तूं डोंगरावरून पडणार आहेस'. तर तो सिनेमा आहे. तो काय तुमचं बोलणं ऐकूं शकतो? अशा प्रकारे प्रत्येक गोष्टीचा ठेका घेऊन बसतात. आणि अशा तऱ्हेने आपल्या बुध्दीमध्ये पूर्णपणे फक्त विचारशृंखला तयार करतात. पण जे काही आपण बघता ते नुसत बघतो, ते नुसतं बघणं आलं. एका कटाक्षांतसुध्दां निरिक्षण होऊन जातं आणि आपल्या आंत चित्ताप्रमाणे होतं. पण ते बघण नसतं. त्याला निरंजन पहाणे म्हणतात. त्यांमध्ये कांही रंजन नसतं. त्याबाबतीत कांही प्रतिक्रिया नसते. तर निरंजन बघणं हे सुध्दा शिवाचंच तत्व आहे. शिवाच्या स्थानावरही पोहोचल्या आणि त्यांच्या मूर्तिचं दर्शनसुध्दां झालं. पण जो पर्यंत त्यांचा प्रकाश आमच्याआंत आला नाही तर ते सगळं व्यर्थच आहे.

आता तिसरी नाडी आहे ज्यामध्ये प्रेम उभारून येतं. 'माझा मुलगा, माझी बहीण, माझे वडिल, माझा नवरा' सगळी जगभराची नाती! यांतही बरेच लोक गुंतून राहातात. सहजयोगांतही वर्षानुवर्षे ते सुटत नाही. त्याच त्याच गोष्टी! आतां हे सागायचं की ही नाती व्यर्थ आहेत ही गोष्ट ठीक नाही. तर इतकं ममत्व की, आपल्या मुलांसाठी तुम्ही कोणाचा खूनही करून टाकाल- कांहीहीकरूं शकाल या ममत्वांसाठी, कोणी पतीसांठी, कोणी पत्नीसाठी अशाप्रकारे माणूस आपलं जीवन व्यर्थ करतो आणि नंतर बघतो की ज्यांच्यासाठी इतकं केलं तेच आपले दुश्मन आहेत. तेच आपल्याला त्रास देत आहेत. सर्वात जास्त दुःख तेच देत आहेत. आणि आपल्याला जास्त दुःख यामुळेच होत की यांच्यासाठी आम्ही इतकं केलं आणि यांनी आमच्यासाठी काय केलं? पूर्वीच्या जमान्यांत सांगत होते की सगळयांचा त्याग करा. घराचा त्याग करा. मुलांचा त्याग करा. पत्नीचा त्याग करा. सगळं सोडून जंगलामध्ये जाऊन एकांतवास करा. सहजयोगांमध्ये असं नाही. सहजयोगांमध्ये कोणाचा त्याग करायचा नाही. सगळयांना आपलं करायचं आहे. कारण सहजयोग एक व्यक्तिगत कार्य नाही कीं आपण जाऊन एकांतात बसले आणि तपस्या केली आणि खूप उच्च झाले तर काय फायदा झाला? आपण अवधूत झालांत तर काय फायदा झाला? हा एक असा माणूस असला तर तो चांगलं भाषण देऊ शकतो. असं होऊ शकत की थोडी फार चैतन्याची वर्षा करू शकतां. पण त्यामुळे सारं जग तर ठीक होऊ शकत नाही.आपल्याला तर सारं जग ठीक करायच आहे. तर असा विचार करायचा की मी आपलेपणा फक्त थोडया लोकांमध्ये सिमीत कां करून ठेवतो?

एका झाडामध्ये जर पाणी सोडलं, तर त्याचं जे सत्व येत ते झाडाच्या प्रत्येक फांदीमध्ये, प्रत्येक फूलांमध्ये, प्रत्येक फळामध्ये जातं आणि परत येतं. आणि परत आलं नाही तर ते उडून जातं. पण जर ते एका फूलांतच अडकलं तर ते फूलही मरेल आणि झाडही. तर ज्याला निर्व्याज्य प्रेम म्हणतात की, देवी जेव्हां कोणासांठी कांही करते तेव्हा त्यांच्या हे लक्षात राहात नाही कीं हे काही केलं होतं, असं त्याने कां केलं. करायला नको होतं. ते करूणामय आहे. करूणेच्या सागरामध्ये लीन झालं आहे. ज्याला त्रास आहे असं कोणी आलं की तो म्हणतो याचा त्रास ठीक करा, खरं तर मला माहीत असतं काळजी करण्यांत अर्थ नाही पण त्याचं खूप गंभीरतेने ऐकते. त्यांच्या मध्ये मी उतरूं शकत नाही.तर तो त्यांचा दोष नाही. त्यांना उतरलं पाहिजे. या करूणांमध्ये उतरलं पाहिजे. करूणा करूणेंसाठी असते. कांही काम, कारण अथवा नात्यांसाठी नसते. कोणी असेल मोठी असामी किंवा छोटी व्यक्ति किंवा भिकारी, कोणीही असेल, जसा समुद्र कुठेही खडडा झाला की तो पाणी भरून टाकतो. कुठेही कांही त्रुटी असूंदे. भरून टाकतो. करूणा यासांठी नाही की त्याच्याकडून मागायचं आहे, घ्यायचं आहे. ती यांसाठी की, तो स्वभावच आहे तो स्वभाव असल्याने 'स्व' म्हणजे आत्मा. आत्म्याचा भाव. जेव्हां तो आत्म्याचा भाव आपल्यामध्ये येईल-फक्त करूणा. मग या सर्व गोष्टी तूटून जातील की दिल्लीत राहाणारे -मुबंईत राहणारे वगैरे. कांही लक्षात रहात नाही. कांही महत्व राहात नाही. आणि प्रत्येक व्यक्ति कोण आहे हे जरूर आपल्या लक्षात रहातं. की हा कोण आहे. त्याला काय त्रास आहे, एकदम पाहिल्याबरोबर लक्षांत येईल. आपली नजर कुठे गेली? नजर जर हे शोधात असेल की दिल्लीवाला कोण आहे. कलकत्तेवाला कोण आहे, जर ही आपली नजर शोध घेत असेल की करूणा कुठे कुठे चालली आहे. कोणाकडे खेचते आहे मला तर समजेल कीं दुःखी आहे. कोणी साधक. फार मोठा साधक असतो. एकदम ह्रदय खेंचलं गेलं पाहिजे त्या व्यक्तिकडे आणि ही करूणा तुम्हांला सुमतिपण देते आणि स्मृतिसुध्दां देते. कारण जितकी निकटता करूणेमुळे येत, तेव्हढी दुसऱ्या कसल्याही नात्याने येत नाही. अशी विशेष गोष्ट आहे करूणा. आणि या करूणेमध्ये

स्वतःला लीन करा. या ममत्वाला लीन करा. हा सहजयोगामध्ये उन्नतिचा मार्ग आहे. कारण मी कधी सांगीतलं नाही. आपली मुलं सोडून द्या, घर सोडून द्या. हा सहजयोग आहे. तुम्ही कसेही असला. कुठेही असला आंतल्याआंत वाढत जा. ते आंत पहिल्याशिवाय तर नाही होणार. तर मग असा विचार करायचा की काय मी करूणामय आहे कां? कोणाला जर कांही असेल, आणि त्याला सांगीतलं यावेळी होऊ शकत नाही. खूप वाईट वाटून घेतात. म्हणजे सगळं ममत्व स्वतःच्याच बद्दल. मला काय मिळणार आहे? मी काय मिळवेन? मला काय लाभ होईल. पण ममत्व बाहेर नाही. कोणीही या दर्शेत, कसंही असूंदे करूणा आपला रस्ता स्वतःच शोधून काढते, खूप सुंदररित्या आणि फार आनंददायी आहे करूणा मिळवणं. त्यांत वाहून जाणं. करूणेमध्ये अनेक प्रकारची कार्य होणे. आनंदायीतर आहे पण या आनंदात लोभ असत नाही की हा आनंद मला परतपरत मिळेल. त्याची जाणीव नसते, केलं. केलं. झालं. झालं. याच प्रकारे जसं कांही काम आहे. केलं.

आतां चौथी नाडी आपल्यामध्ये जी आहे, ती अत्यंत महत्वपूर्ण आहे. हृदयामध्ये ती चौथी नाडी. कुंडलिनीच्या जागरणानेच जागृत होते. आणि डाव्या विशुध्दीमधून निघून मस्तकांत जाऊन कमळाला उमलविते. जेव्हा आपलं चित्त या सगळया गोष्टीमध्ये लीन होऊन जातं जसा कांही या कमलामध्ये जीव येतो, त्यामध्ये शक्ति येते किंवा असं समजा की, एक झाडावर पाणी पडलं तर ते जसं आपोआप वाढतं, त्याप्रमाणे असं शुध्द चित्त ज्या माणसाचं होतं, त्याच्या हृदयाची कळी उमलते आणि ते कमलरूप होऊन सहस्त्रावर आच्छादून राहतं. मग त्याचं तत्त्व, त्याचा सुगंध, चारी बाजूला पसरतो. आणि अशी व्यक्ति एकदम नतमस्तक होऊन जाते. एकदम नतमस्तक होऊन सर्वासमोर वाकून रहाते. कोणी जर त्याला म्हणाले की तुम्ही माझं मोठं काम केलं, मोठा चमत्कार केला तर ती गोष्ट त्याला स्पर्श करीत नाही. जशा आनंदाच्या लाटा बाहेर काठावर जाऊन नाद करतात पण परत येत नाहीत. त्याच प्रकारे ज्या व्यक्तिची ही स्थिती होते त्याचं सारं कार्य बाहेर नाद करतं. आवाज करतं. त्याचा परिणाम बाहेर दिसून येतो. काठावर त्याच्या आंतमध्ये त्याचा कांही परिणाम येत नाही. ध्यानही येत नाही. विचारही येत नाही. जे काही आपले निनाद आहेत ते दुसऱ्या काठाला जाऊन स्पर्श करतात. मला स्पर्श करीत नाहीत. मला येत नाहीत. त्यामुळे असं होऊ शकतं. आंत बसलेल्या देवीदेवता खुष होतात आणि त्या चैतन्य वाहवूं लागतात. किंवा काही तुम्ही माझा जयजयकार गात आहांत. कदाचित मी तिथे नसतेसुध्दां, जेव्हां आपण स्तुति गाता, खुष होतो, आपल्या आंतल्या देवतासुध्दां प्रसन्न होतात आणि आपल्यासांठी अनंत नाडयांमधून कितीतरी, जसे तेजःपुंज प्रकाशाचे किरण आपल्यामध्ये सोडतात. किती मेहनत करतात आपल्यांसाठी. तर आपल्यांसाठीपण आवश्यक आहे, की जर आपल्यासाठी एवढी मेहनत करतात. तर आपणही या शुध्दतेला मिळवंले पाहिजे. तर पहिल्यांदा जे शरीर ज्याला आपण धिक्कारत होतो. त्याला आपण मानत नव्हतो, तेच शरीर एक यज्ञ होऊन जातं. यज्ञ म्हणजे असा की, आतां आपलं शरीर आहे, होतेय त्रास, तर याला त्रास होणारच आहे, कारण हा यज्ञ आहे ना, चांगली गोष्ट आहे. ज्याप्रमाणे यज्ञांसाठी काष्ठांचं जळणं आवश्यक आहे त्याचप्रकारे या शरीराचं चालणं देखील यज्ञामध्ये आवश्यक आहे.

सहजयोगामध्ये सर्वांत मोठी गोष्ट ही आहे की, हे जे कृतयुग सुरु झालं. तुमच्या पूर्वपुण्यांमुळे, आपल्याला जास्त त्रास तर काही होतंच नाही. सगळ्या गोष्टी समोर येऊन उभ्या राहतात. सगळा साक्षात्कार होत राहतो. तुम्ही म्हणतां चमत्कार होत आहे. सगळ्या गोष्टी तुम्हाला सुलभतेने मिळतात. तुमची बहुतेक कामं सरळ सहज होउन जातात. शोभना सुलभा गति ! म्हणजे आपली शोभा आणि मान या प्रकारचा आहे; जीवनांत अत्यंत सुलभ रित्या आपण याला प्राप्त करु शकता. कोणतंही अशोभनीय काम करण्याची गरज नाही. तर ही एक प्रकारची एक फार सूक्ष्म मायासुद्धा आहे. यांत असा विचार करता नये की हे सगळे चमत्कार आपल्यांसाठी होत आहेत कारण आपण कोणी फार मोठे सहजयोगी आहोत. पण असा विचार केला पाहिजे आपल्या अंतर्यामी परमात्म्याबद्दल, शिवाबद्दल, कुंडलिनीबद्दल विश्वास दृढ होईल. यांसाठी चमत्कार होत आहेत. आणि याला दृढ करण्याचं कारण हे आहे की, आपण आपल्या चित्ताला शुद्ध करायला पाहिजे. कारण शिव चित्तस्वरुप आहे. त्यांच्या चित्ताच्या शक्तीला 'चित्ती' म्हणतात. ते चित्त आहे. म्हणजे, ज्या चैतन्याबद्दल आपण जाणता, त्या चैतन्याचं जे चित्त आहे तो श्री शिवांचा प्रसाद आहे. ते शिवाचं तत्व आहे. याचा अर्थ साऱ्या जगामध्ये त्याचं चित्त पसरलं आहे. आणि जेव्हां तुम्ही म्हणता, चमत्कार झाला, ही गोष्ट घटित झाली, तेव्हा हे जाणलं पाहिजे, हे जे चित आहे, ज्याला आपण चित्ती म्हणतो, त्याने हे कार्य केलं आहे. अणू, रेणू प्रत्येक गोष्टींत त्याचं चित आहे. पण चित्ताचा अर्थ असा होतो की ते साक्षी आहेत. पहात आहेत. आणि कार्यान्वित जे आहे ते ब्रह्मचैतन्य आहे. पण जसा संगीतकार समोर बघून वाजवितो, तशा प्रकारचं ब्रह्मचैतन्य आहे. चित्ताच्या दृष्टीला पाहूनच कार्यान्वित होतं. त्या चित्तीला ब्रह्मचैतन्य जाणतं. आणि या कार्याला तेव्हा करतो जेव्हा त्या चित्तीला बघून ते योग्य

समजतं. ब्रह्मचैतन्य देवीची शक्ति आहे आणि ती कार्यान्वित आहे आणि ती त्या बघणाऱ्याला जाणते आणि त्या शक्तीची पूर्ण वेळ हीच लीला आहे की त्या बघणाऱ्याला खूष ठेवायचं आहे. म्हणून कधी कधी तुम्ही म्हणता, की श्रीमाताजी अशी गडबड कां झाली ? अशांसाठी झाली की ती जी चित्ती होती त्याचं रुप बदललं होतं.

जर आपण आज शिवाची पूजा करीत आहांत तर या मी ज्या चार नाड्या सांगितल्या त्यांच्याकडे लक्ष द्या. आणि ज्या प्रकारे मी तुम्हाला सांगितलं आहे, की कशा प्रकारे आपल्याला या चार गोष्टींमध्ये चित्ताला लीन केलं पाहिजे, ही कांही मोठी गोष्ट नाही पण सूक्ष्म आहे. आणि नंतर तुम्ही मला सांगा. या प्रकारे मन शांत करुन स्वतः स्वतःला विचारा. तपस्या केली आहे. वार्तालाप केला आहे आणि जे आपल्या चित्ताला शुद्ध केलं आहे. त्यामुळे आपल्याला एकदम कळेल की तुम्ही शिवाच्या सागरामध्ये पूर्णपणे बुडून गेला होता. आणि अशा दशा आपणा सर्वांची व्हावी, अशीच माझी एक शुद्ध इच्छा आहे.

होळीच्या दिवसाचे भाषण

दिल्ली - २८-२-९१

आपण तर इतिहास जाणतां आणि पौराणिक गोष्टीसुद्धां जाणता की होलिका जाळल्यामुळेच होळी जळली. त्यांमध्ये शेतकऱ्याचंसुद्धा सर्व काम संपलं आणि असा विचार करुन की जे काही होत होतं आणि फळं वगैरे खाऊन. आतां आरामांत बसले आहेत तर थोडा आनंद उपभोगला पाहिजे. आणि याहूनही आधीची गोष्ट ही आहे की होळीची सुरुवात जी आहे ती त्या मुहूर्तामध्ये बसवलेली गोष्ट आहे हे कामसुद्धा श्रीकृष्णांनी केलं. कारण श्रीराम जेव्हा जगामध्ये आले तेव्हा श्री रामांनी स्वतः आपल्या जीवनाने मर्यादा उभारल्या आणि आपल्या वागणुकीने, आपल्या आदर्शाने आपल्या व्यवहाराने की माणूस जो आहे, तो मर्यादा पुरुषोत्तम आहे. हा जो मर्यादा पुरुषोत्तम, हे एक चरित्र, एक महान आदर्श आम्हां लोकांपुढे ठेवला गेला, की जो राजा आहे तो हितकारी असायला हवा. ज्याला सॉक्रेटिसने 'बेनोव्हेलंट किंग' म्हटलं आहे. त्या आदर्श स्वरुपामध्ये श्रीराम या जगामध्ये आले आणि इतका मोठा आदर्श त्यांनी सर्वांसमोर ठेवला की, लोकांच्या हितासाठी, लोकांसाठी त्यांनी आपल्या पत्नीपर्यंतचा त्याग केला. वास्तविक त्यांची पत्नी साक्षात महालक्ष्मी होती. त्यांना माहीत होतं की तिला काही होऊ शकत नाही. तरीसुद्धा लोकाचारामध्ये, जगासमोर त्यांनी आपल्या पत्नीचा त्याग केला. ज्यायोगे आपल्याविषयी लोकमत विक्षुब्ध होणार नाही आणि लोकमताचा मान राहील.

आता वर्तमानपत्रामध्ये आपण बघतो, आपल्याकडे लोकमताचा जरासुद्धा विचार केला जात नाही. लोक बिलकुल निर्लज्जतेने राज्य करतात आणि त्याच्याकडे लक्ष देत नाहीत. याचे कारण हे आहे की 'मर्यादा पुरुषोत्तम' च्या बाबतीत त्यांना माहिती नाही किंवा माहिती असेल, तर ते त्यांना समजत नाही आणि समजत असेल, तर ते त्याला आत्मसात करीत नाही. ही किती आवश्यक गोष्ट आहे की, जे राज्य करतात त्यांनी आपल्या मर्यादेमध्ये राहिलं पाहिजे. आपल्या मर्यादांना बांधलं जाईल. राज्यकर्ते कांही मर्यादा, कांही आदर्श किंवा काही विशिष्ट प्रणालींच्या शिवाय चालू लागले तर समाज तर घातक होईलच पण सर्वात जास्त जे राजकीय आणि विश्वबंधुत्व आहे ते सर्व नष्ट होऊन जाईल.

आज मनुष्य जो आहे तो आपल्या देशातसुद्धा संकीर्ण होत चालला आहे. कारण आपल्याला आपल्या मर्यादा ज्या बांधायला हव्या होत्या त्या बांधल्या नाहीत. जसं 'मुंबईवाले' आणि 'दिल्लीवाले' आहेत. मग 'मुंबई शहर वाले झाले परत 'जुनी दिल्लीवाले ' झाले. मग 'मुंबई शहर'वाले झाले परत 'जुनी दिल्ली'वाले झाले. परत 'नॉयडावाले' झाले. करत करत याप्रकारे आपण आपल्या सीमा बांधत चाललो आहोत, जेव्हां आपण विश्वबंधुत्वामध्ये उतरलो. जेव्हां आपण जगाचे एक नागरिक झालो तेव्हांसुद्धा, आपण या प्रकारच्या छोट्या छोट्या मर्यादांमध्ये बांधले गेलो आहोत. आणि ज्या मर्यादा आपण आपल्या व्यक्तित्वामध्ये बांधायला पाहिजेत त्या आपण बांधल्या नाही. ज्या श्रीरामांनी ठेवल्या होत्या, कारण श्रीराम विश्वासाठी एक आदर्श राजाच्या रूपामध्ये आले होते. पण त्यांचं स्वतःचं जीवन एक आदर्श आणि मर्यादांनी बांधलेलं होतं.

ज्या मर्यादा आपण बांधल्या आहेत त्यांनी तर आपण क्षुद्र होणार, लहान होऊन जाणार, संकीर्ण होऊन जाणार पण ज्या मर्यादा श्रीरामांनी आपल्या चारी बाजूला बांधल्या होत्या त्यामुळे आपण सबल होऊन जाणार. जसं एक विमान आहे आणि त्याच्या आतले स्क्रू वगैरे नीट बांधले नसले आणि ते नीट जोडलं नसलं, तर ते कार्यान्वित होत नाही तर जेव्हां हे विमान उठतं तेव्हां त्याची सर्व शक्ती नष्ट होऊन जाते. ज्या मर्यादा आपल्या शक्तीला नष्ट करतात, त्या आपण खूप सहजतेने बांधून घेतो. परंतु ज्या मर्यादा आपल्या शक्तीला वाढवितात. आपलं हित करतात, इतकंच नाही, आपल्याला एक प्रभुत्व देतात. एक अस्तित्व देतात, एक मोठेपण देतात, त्याला आपण मानत नाही. आमचे विचार आणि आमची जाण यांचा हाच एक मोठाच दोष आहे. पण तरीसुद्धा या मर्यादामंध्ये बांधलेल्या लोकांनी त्यांच्याप्रमाणे वागणं जेव्हां सुरु केलं आणि मर्यादांचा अर्थ कर्मकांडामध्ये घुसणं, एक दुसऱ्यांपासून वेगळं होणं असा करून जेव्हां आम्ही आपल्याला याप्रमाणे संकीर्ण करत राहिलो त्यावेळी आपण आपल्याबद्दल थोडा विचार केला पाहिजे की आम्ही कोणत्या मर्यादा बांधल्या आहेत? आणि कोणत्या मर्यादा आहेत ज्या आम्ही बांधल्या पाहिजे होत्या ज्या बिल्कुल राखल्या नाहीत त्यामुळे आपलं सारं सामाजिक, राजकीय जीवन, विश्वबंधुत्वाच्या भावना सगळ्या एकदम विस्कळित झाल्या, ढिल्या झाल्या. पण ज्या मर्यादा, श्रीरामांनी बांधल्या होत्या त्यामुळे अशा प्रकारच्या मर्यादा ज्या लोक बांधू लागले होते, ज्या मी तुम्हाला सांगितल्या आणि याप्रकारे कर्मकांडामध्ये जाऊ लागले. आणि धर्म म्हणजे अशी गोष्ट, नाही की, ज्यामध्ये तुम्ही हसूं शकत नाही; बोलूसुद्धां शकत नाही.

आपण उपासतापास करा, एकांतात रहा, अशा प्रकारचे त्या काळचे ब्राह्मणाचार होते आणि ज्या पंडितांनी या प्रकारच्या चुकीच्या गोष्टी सांगितल्या की हाच धर्म आहे. या तऱ्हेच्या धारणा ज्या लोकांनी केल्या होत्या, त्यांना तोडण्यासाठी श्रीकृष्णांनी जन्म घेतला जे साक्षात श्रीरामच होते. आणि तेव्हां त्यांनी लीला रचल्या आणि सर्व जगांत लीलेचा प्रचार केला आणि दूसरी गोष्ट ही की, श्रीरामांनी लोकांच्या गहनतेला कशा प्रकारे स्पर्श करायचा, याबाबतीतही खेळ रचला. श्रीकृष्णांची जी लीला होती ती वेगळ्या प्रकारची होती आणि श्रीरामांचा जनतेसाठी जो त्याग होता तो वेगळा होता.

तुम्हाला माहीत आहे विशुद्धी चक्रावर 'जन' सामुहिकता होते,. आणि नाभी चक्रावर धारणा होते. विशुद्धी चक्रावर तुम्ही सामूहिकतेमध ये येतां, तर आता जेव्हा सामूहिकतेमध्ये आला, तर सामूहिकतेमध्ये कशा तऱ्हेने श्रीकृष्णाने लीलेनेच लोकांना जागृत करण्याचा प्रयत्न केला, जेव्हा लहान होते, पांच वर्षाच्या वयाचे होते तेव्हा स्त्रीयांचे , ज्या आंघोळ करीत होत्या, कपडे लपविले. चारपांच वर्षांच्या वयात मुलांना काय समजतं? आजकालची मुलं जरा जास्त हुषार आहेत त्या काळांत तर वीस वर्षांपर्यंतसुद्धा मुलांना काही अक्कल नसायची आजकाल सगळ्या गोष्टी लोकांना फारच जास्त कळू लागल्या आहेत. अशा तऱ्हेने एका मोठ्याच अबोधितेमध्ये त्यांनी बायकांचे कपडे लपविले. आणि हे लोक जेव्हा यमुनेमध्ये नहात होते त्यावेळी सीताजी ज्या साक्षात महालक्ष्मी होत्या, महालक्ष्मीतूनच उत्थान होतं. महालक्ष्मी तत्वामधूनच तुम्ही मंडळींनी सहजयोगामध्ये जे काही प्राप्त केलं आहे ते आहे. तर त्यांच्या पाठीवर बसून बघत होते की कशा प्रकारे त्यांची जागृती होईल. दृष्टी त्यांच्या पाठीवर ठेवीत होते. मग ज्या बायका घडा घेऊन चालत होत्या त्यांचे घडे मागून तोडत होते म्हणजे ते पाणी, यमुनेचं ते पाणी जे चैतन्यमय झालं आहे ते ते घडे फोडल्यावर त्यांच्या पाठीवर पडत असे तर त्यानेसुद्धा त्यांची जागृती व्हायची. त्यानंतर रास रा म्हणजे शक्ती स म्हणजे सहित जसं 'सहज' आहे. तेव्हा रास खेळत होते, हात पकडून. तेव्हा सर्व लोक थकून जात होते. श्री राधाजी सांगत होत्या मी तर दमले. रा धा म्हणजे शक्ती धारण करणारी. श्रीकृष्ण सर्वांना नाचवित होते आणि रासमध्ये नाचून श्रीराधाजींची शक्ती सर्वांमध्ये संचरित करीत होते. मुरली वाजवित होते. मुरली पण एक प्रकारे कुण्डलिनी आहे. कारण त्यांच्यात भोकं अशा रितीने आहेत जशी कुण्डलिनीमध्ये चक्रं असतात आणि त्या नृत्यामधून राधाजींची शक्ति सर्वांच्या हातांमधून वाहावत होते. अशा प्रकारे त्यांनी लीला रचली.

पण नंतर होळीचा सुद्धा त्यांनी एक सुंदर उपाय शोधून काढला की पाण्यामधये रंग मिळवायचा. पूर्वी आजच्या सारखे घाणेरडे रंग नसाचे. पूर्वी इतके सुगंधित रंग असायचे, खूप करून खूप पवित्र गोष्ट समजून प्रत्येक सण, आमच्या काळीसुद्धां जेव्हां साजरा होत असे तेव्हा पवित्र गोष्ट समजून. आतां तर अपवित्र गोष्टच चांगली मानली जाते. हल्ली लोक जे चिखल वगैरे खेळतात तो तर अनादर आहे. अशा प्रकारचं चैतन्ययुक्त पाणी ते सर्वांच्या अंगावर फेकीत होते. ज्यामुळे, सर्वांचं अंगप्रत्यंग चैतन्यमय होईल. हा त्यांचा विचार होता. क्रीडा होती. असं नाही की तुम्ही लोक अशा

गोष्टी फेकाल त्याने ऐकलं होतं, कोणाचे प्राण गेले! त्यांच्या तोंडावर पाण्याचा फुगा मारला गेला . किती लाजेची गोष्ट आहे. कोणत्याही अवतरणाने सुंदरात सुंदर गोष्ट तयार केली त्याची कशा प्रकारे वाट लावायची हे फक्त मानवाकडूनच होऊ शकतं. जनावरंही नाही करु शकत. मानव तर रंग खेळता खेळता रंग संपला तर चिखल उचलेल, नंतर शेण उचलेल, त्याच्यानंतर टार (डांबर) उचलेल. त्यांना जोर चढला. अरे, कोणत्या गोष्टींसाठी होळी होत आहे ? त्याचं तत्वच नष्ट करायचं आणि त्याच्या बरोबर जे सौंदर्य आहे. ज्यामुळे आपल्यामधील प्रेमाला वाव मिळेल. चैतन्यमय पाणी उडविलं जाईल. आणि त्याहूनही जास्त आपल्यामध्ये मेळ होईल. ज्या काही दुष्ट भावना आपल्यामध्ये आहेत त्या संपतील. एक प्रकारे स्वच्छंद होऊन, तन्मय होऊन एकमेकांबरोबर होळी खेळाल. त्यात कोणतीही पापाची भावना असता नये. हृदयामध्ये कांही खराबी असतां नये. याप्रकारे इतकी सुंदर गोष्ट बनवली गेली होती आणि या गोष्टीचा जो विपर्यास आपण पहातो तर फार आश्चर्य वाटतं. जशी आजकाल गणपतीची आराधना होतं तिथे घाणेरडी घाणेरडी सिनेमाची गाणी दारु पिऊन त्यांच्यासमोर ओरडणे.

गुजराथमध्ये आजकाल रास फार जोरांत चालली आहे. नवरात्रींत तर दारू पिऊन सगळे लोक येतात स्त्रिया आणि पुरुष दारू पिऊन, चांगले चांगले कपडे घालून आणि काय काय चालू होतं ! एकदा लंडनमध्ये पाहिलं रासलीलेमध्ये स्त्रिया, पुरुष, मुलं, मुली सर्व दारु पिऊन इतक्या अश्लील तऱ्हेचे व्यवहार करत होते, की तिथे तर सर्व भुतंच नाचत होती. त्याच्या दुसऱ्या दिवशी पेपरमध्ये आलं यांच्याकडे रास असते, ती अशी असते त्यात असं असं होतं. म्हणजे पाश्चात्य लोक जिथे जे काम करायला लाजतील! ते तर नैतिकतेमध्ये आपल्यापेक्षा पुष्कळच कमी आहेत. तेसुद्धां जिथे लाजतील अशी हिंदुस्थानी करतात रास ! ही फार शरमेची गोष्ट आहे. काय हे हिंदुस्थानी इथे येऊन हे प्रदर्शन करीत आहेत ! दुसऱ्या दिवशी पेपरमध्ये आलं की हे लोक करीत असलेली रास अनैतिकतेचा एक बहाणा आहे.

ज्या मर्यादा नैतिकतेच्या आहेत, प्रेमाच्या, आदराच्या आहेत त्यांना सोडून आपण होळी खेळाल, तर आपण एक बहाणा शोधून काढला होळीचा, जो आपल्यामध्ये लपलेली घाण तिला आपण काढत आहोत त्याची शोभाच संपली. अशोभनीय कामामध्ये मजा येऊच शकत नाही. खास करुन सहजयोगी मंडळींनंतर येता कामा नये. सारं काही शोभनीय झालं पाहिजे. राससुद्धा तालबद्ध, स्वरबद्ध असते. रास ही नाही की ढमाढम वाजवित आहेत आणि एकमेकांवर पडून जात आहेत. यामध्ये शुद्ध चित्त असलं पाहिजे. यांसाठी रास असते कारण नृत्य करतेवेळी माणसाचं लक्ष लय आणि सुरावर असतं आणि त्यामुळे त्याचं चित्त शुद्ध होते.

हा होळीचा सण, जो श्रीकृष्णाने, लीलाधराने बनविला त्याची विशेषता हीच होती की, मनुष्याने याला फक्त लीला समजावी. सारं जग एक लीला आहे. आणि सहजयोगामध्ये येऊन लोक लीलामय झाला आहांत. संगीतात, प्रत्येक गोष्टीत आपण तन्मय होऊन जाता आणि आनंदाने त्याचा लाभ घेतात. आपापसांत इतकं प्रेम आणि खूप शुद्ध भाव आहे. आणि खूप नैतिकतेने आपण सगळं काम खूप सुंदरतेने करतात यामध्ये कांही शंका नाही.

पण लीलामय होणं हे विशुद्धीवर थांबणं असेल. विशुद्धीवर लीलामय आहे आणि त्याच्यापुढे आज्ञावर जायचं आहे. जे आज्ञाचं चक्र आहे हे तप आहे तेव्हां आपल्याला होलिकेच्या जळण्यावर विचार केला पाहिजे की प्रल्हादाच्या तपामुळे होलिका जळली होती. तर आपणही या तपामध्ये पुढे गेलं पाहिजे कारण विशुद्धी वरतर आपण आलो समजा की सगळे आपापसांत प्रेमामध्ये राहतात. कधीकधी यामध्येसुद्धा असे लोक खूप आहेत जे खूप गहनामध्ये उतरले आहेत पण असेदेखील खूप लोक आहेत जे अजूनही आपल्या लहानसहान गोष्टींचा विचार करीत राहतात. की मी कोणत्या जातीचा आहे. कोणत्या जागेचा आहे आणि मग असं कसं होऊ शकेल ? आणि विश्वबंधुत्वामध्ये तर आपली जातपात देशविदेश सगळं सुटून जातं. त्या ज्या छोट्या मर्यादा झाल्या आहेत की, आपण आज अमेरिकेमध्ये जन्मलो तर आपण अमेरिकन होतो, इथे जन्मलो तर हिंदुस्थानही होतो, माझा म्हणण्याचा असा अर्थ नाही आपण हिंदुस्थानात जन्मलो तर आपलं नातं अमेरिकनांशी नाही आता सगळे तर एकाच आईची मुलंमुली आहेत. त्यामुळे विश्वबंधुत्वामध्ये उतरले आहेत.

पहिल्यांदातर विचार केला पाहिजे, आपल्याला विशुद्धी जागृत आहे का नाही. जेव्हां आपण होळी खेळतो त्यावेळी आपण मर्यादेमध्ये आहोत की नाहीं ? आतां कोणीतरी विचारलं होतं की, माताजी स्त्रीयांबरोबर पुरुषांनी होळी खेळली पाहिजे की नाही ? मी म्हटलं की, सहजयोगात नाहीं, कारण भाऊ बहिणीत होळी खेळली जात नाही. कारण श्री कृष्णाने आपल्या मर्यादा जशा वहिनी आणि दीर. त्यांच्यामध्ये एक प्रकारची मर्यादा आहे. पण भाऊ बहिणीचं नातं किती सुंदर आहे. पूर्ण मर्यादा, पूर्ण प्रेम आहे. पण भाऊ बहीण एक दुसऱ्याचा हात पकडून बसणार नाहीत. आपल्या देशाची जी विशेष गोष्ट आहे, ती आपली संस्कृती आहे. भाऊ आणि बहीण दोघे बरोबर कधी बसणार नाहीत. पण प्रेम भाऊ बहिणींमध्ये फार जास्त असतं. आपल्या स्वतःहून आपापसांत भांडतील पण कोणी त्याच्या बहीणीला काही म्हटलं तर रक्त सांडून येईल. या प्रेमाची जी विलक्षण प्रकृति आहे, विशेष प्रकृति आहे भावाबहिणींत आणि जी निसर्गातून मिळाली आहे. नैसर्गिक आहे. तर बहीणभावात नितांत श्रद्धा आहे. भांडणं करतील, 'तूं तूं मी मी ' करतील पण आंतून खूप जास्त प्रेम आहे. आणि अत्यन्त शुद्ध प्रेम आहे. या शुद्ध प्रेमाची होळी आपण खेळू शकत नाही. कारण कदाचित आपल्या बहिणीचा आपल्या हातून अपमान तर होणार नाही ना. भाऊबहीणीत फार सुंदर, गोपनीय, मर्यादित बांधले गेलेले प्रेम आहे आणि त्याच्या संगोपनामध्ये अतिशय नैतिकता आहे तेव्हा भाऊ बहीणीत होळी खेळणं मना आहे.

या लीलामय जीवनामधून आपल्याला जर वर यायचं असेल तर आपल्याला आज्ञावर उतरणं जरुरी आहे. कारण या प्रकारच्या सणांमधून जो आनंद मिळतो. आपापसांत जी शुद्धता मिळते, चांगुलपणा मिळतो. विश्वबंधुत्व येतं त्यामुळे आपण पसरल्यासारखे होतो. गहनतेला स्पर्श करण्यासाठी तपस्वितेची जरुर आहे. तपाचा अर्थ असा नाही की, बसून तुम्ही उपवास करा पण आपलं चित्त जर खाण्यावर असलं तर ते तिथून उठवलं पाहिजे. माझं चित्त कुठे आहे हे पहाणं हीच तपस्वितता आहे. कारण चित्तामुळेच आपण आपली आज्ञा खराब करतो. कुठे आहे माझं चित्त ? मी काय विचार करतो आहे ? यावेळी मी काय करतो आहे ? हे जर आपलं चित्त आपण पाहिलं. अंतर्मनाला नेहमी आपल्यासमोर ठेवाल, तर आलं चित्त जे आहे ते आज्ञेमध्ये प्रकाशित होईल. हीच तपस्या आहे की, आपल्या चित्ताचा निरोध, चित्ताचं अवलोकन, चित्ताचा विचार, नेहमी माझं चित्त कुठे गेलं? इतकं विचलित चित्त आहे. मी बोलते आहे आणि तुमचं चित्त आहे कुठे ? तेव्हा चित्तावर लक्ष ठेवा. चित्ताचा निरोध म्हणजे जबरदस्ती नाही. आत्म्याच्या प्रकाशात आपल्या चित्ताला पाहिल्यास, आपलं चित्त जे आहे ते आलोकित होऊन जातं. एकाग्र होऊन आपलं चित्त पाहिलं पाहिजे. जसा हा खांब आहे, यात सुंदरशी फुलं लावली आहेत. आता प्रत्येक कटाक्षात हे निरीक्षण होऊन जातं. हे सर्व माझ्या लक्षात आहे. चित्ताप्रमाणे झालं आहे. कारण चित्ताची एकाग्रता आहे. त्यापासून हे चित्त बनतं. त्यामुळे आपली स्मृती चांगली होते. सर्व गोष्टी पूर्णपणे आपण जाणू शकता. चित्तानेच सगळ्या गोष्टी जाणू शकता. पण चित्त विचलित झाल्यास आपण कुठलीही गोष्ट गहनतेत धरू शकत नाही. मी बघते, जास्त करुन विलायतेत वीस वर्षाच्या माणसाला विचारलं, तुझं नाव काय? तर खूप वेळ विचार करुन, त्या प्रश्नाचं उत्तर देऊ शकतात. जसं कांही त्यांनी मादक पदार्थ घेतला आहे. खरं तर मादक पदार्थाने नाही, इतकं चित्तामुळे झालं. चित्त इतकं विचलित झाल्याने कांही गोष्टी लक्षातच रहात नाहीत. शुद्ध चित्त जे असतं ते एकाग्र असतं. आणि एकाग्र चित्त तीच गोष्ट ग्रहण करतं जी घ्यायची असते. जी घ्यायची नसते तिकडे बघतही नाही. आपणहून तिथून निघून जातं. कारण ते इतकं शुद्ध आहे की त्याला मलिन व्हायचंच नसतं. सहजयोगाचं तप फक्त हे आहे की माझं चित्त कुठे जात आहे ! माझं मन कुठे जात आहे ? जर हे तप तुम्ही केलं तर तुम्ही लोक आज्ञाला गेलातच.

सहस्त्रारामध्ये काही प्रश्नच नाही कारण आम्ही बसलो आहोत. तर बरं आपण आज्ञेला उल्लंघिलं नाही तर सहस्त्रारामध्ये आम्हाला फार मुश्किल होतं कारण आज्ञेचं चक्र फार जास्त संकीर्ण आहे. त्याला खेचून काढणं फार कठीण आहे. बरं आज्ञेसाठी जरुर आहे, तप करणं आणि जसं तुम्ही तप करणं चालू कराल तसं आपल्या आज्ञेला स्पर्श कराल. नाहीतर सहजयोगामध्ये एक साहेब सांगत होते. एका सहजयोगिनीला कॅन्सर झाला. तो प्रोग्रॅममध्ये येत असेल पण चित्त त्याचं इकडे तिकडे असेल. असं कसं झालं ? कॅन्सर तर होऊ शकत नाही. याचं कारण हे की, प्रोग्रॅममधे आल्या होत्या पण कांही ना कांही विपत्तीचा विचार करीत होत्या. जे काही सांगितलं जात आहे ते न समजता स्वतःच्याच आंतल्या गोष्टीचा विचार करुन करुन आपण त्यातच गेलात आणि त्यामध्येच आपल्याला कॅन्सरचा रोग झाला. आपण मनापासून काय विचार करतो. मनामध्ये कोणते विचार येतात. हेच की आम्हाला हे दुःख आहे. ते दुःख आहे, हा पर्वत आहे पण count your blessings आपले आशिर्वाद मोजा . पण विचार करा. आपल्याला किती आशिर्वाद आहेत. दिल्ली शहरात कोटीकोटी आहेत. कितीजणांना सहजयोग मिळाला आहे ? आपण कोणी विशेष व्यक्ति आहोत. कोणी

असेततसे नाही की आपलं चित्त बेकार करूं. आम्हाला सहजयोग मिळाला आहे. याची धारणा झाली पाहिजे आंतमधून आणि त्या अंतःर्मनामध्ये उतरलं पाहिजे. त्यामुळेच खोट्या मर्यादा तुटून जातील. जर आपण तोडल्या नाहीत तर कुठल्या ना कुठल्या प्रकारे असे कांही आपल्याला अनुभव येतील की त्या तुटतच जातील. ज्या गोष्टीबाबत तुम्ही विचार कराल ही माझी आपली आहे, आपण म्हणाल दिल्लीवाले आहात, असा एक दिवस येईल की दिल्लीवाले तुमचं तुम्हांला ठिकाणावर पोचवतील किंवा आपण नॉयडावाले असाल तर नॉयडावाले तुमच्या मागे बंदूक घेऊन लागतील. तेव्हा आपल्या ध्यानांत येईल मी नॉयडावाला का म्हणाते ते मग ' ना घर का ना घाट का ' जोपर्यंत आपण या गहनतेमध्ये उतरत नाही तोपर्यंत तुम्ही स्वतःला सहजयोगी म्हणाल पण मी मानत नाही या गोष्टीला.

कारण की, सहजयोग्यांचं पहिलं लक्षण हे की तो शांतचित्त असतो आणि अत्यंत सबल. कोणाला घाबरत नाही. त्याचं जीवन अत्यंत शुद्ध असतं. त्याचं शरीर शुद्ध असतं, मन शुद्ध असतं आणि आत्म्याच्या प्रकाशाने साऱ्या दुनियेमध्ये तेज पसरवितो. जी व्यक्ति प्रेम करूं शकत नाही ती आमच्या विचारानुसार सहजयोगी बिल्कुल नाहीच. तो तर अजून पहिली पायरीपण चढला नाही. अशा तऱ्हेने जर आपण समजला की, आज होळी आहे. होळीच्या दिवशी तर आपण खूप मजा करणार, कांही हरकत नाही. श्रीकृष्णानी जेव्हां सांगून टाकलं, खेळा, सगळी दुनिया लीला आहे. आणि लीलेवर ज्या मर्यादा आहेत त्या मिळविण्यासाठी आज्ञेवर आपल्याला तप केलं पाहिजे. जसं आपण आकाशात पाहता की खूप पतंग उडत असतात. पण दोर त्याच्या हातांतच असतो आणि कोणताही पतंग हातातून सुटून गेला तर कोण जाणे कुठे जाईल. तोच हात आत्मा आहे. तर आपल्या चित्ताला आपल्या आत्म्याकडे ठेवा. आपल्याला शुद्ध करत जाणंच आहे सहजयोगामध्ये 'तपस' रूप आहे आज आपण हवन केलं हे तप आहे. कारण अग्नि सर्व गोष्टींचं भस्म करतो. त्याचप्रमाणे आपल्या तपाने आपल्यामधील जे कांही या प्रकारचे दुर्विचार आहेत किंवा चुकीच्या मर्यादा आहेत त्या सर्व तुटतील. आनंद मिळवणं हा तुमचा अधिकार आहे आणि तुम्ही आनंद मिळवूं शकता, आणि मिळवला आहे पण आपला आनंद वाटायला आपल्यामध्ये गहनता असली पाहिजे.

जर आपण गंगेमध्ये जर छोटीशी वाटी घेऊन जाल तर आपण फक्त वाटीभर पाणी घेऊन येऊ शकता. पण जर आपण घागर घेऊन गेलात तर घागरभर घेऊन येऊ शकता पण कशाही प्रकारे तुम्ही व्यवस्था केली की, पूर्णपणे पाणी वाहत येईल. तुमच्याकडे, तर आपल्या चारी बाजूला गंगाच वाहत राहील. तर आपण कोणत्या स्थितीमध्ये आहोत हे पाहिलं पाहिजे. काय आपण सहजयोगामधून वाटीभरच पाणी घेत आहात ? का आपण सीमित आनंदातच आहात ? का सर्वांच्या आनंदासाठी आहांत ? आणि आपण स्वतःच त्याचं स्त्रोत आहात का ? मग तुमच्या लक्षात येईल की, होळी साजरी करण्यासाठी गहनता पाहिजे. आणि या आनंदाचा सदैव उपभोग घेण्यासाठी देखील गहनता पाहिजे. म्हणून आज्ञा आणि विशुद्धीचं फार जवळचं नातं आहे. हे तर पितापुत्राचं नातं आहे. तोंड वाकडं करुन रहायचं, बेकारच्या गोष्टी बोलायच्या किंवा अजिबातच बोलायचं नाही. या दोन्ही प्रकारांमुळे विशुद्धी खराब होते. पण दुसऱ्यांना सुख देण्यासाठी चांगले बोलणे, दुसऱ्याचं प्रेम जोडण्यासाठी चांगले बोलणे. आपापसां - मधली भांडणं मिटवण्यासाठी सुंदररित्या बोलणे या सर्वांमुळे विशुद्धी चक्र ठीक होत जातं. आणि या प्रकारे जेव्हा आपली विशुद्धी ठीक होत जाते तेव्हा परत आपण पहातांच की जेव्हा मी कोणाशी बोलतो, तेव्हां वरुन लोक खूष असतात. आंतमधून होत नाहीत. तेव्हा आपल्या लक्षात आलं पाहिजे की माझी गहनता अजून आली नाही. एक छोटसं फूलसुद्धा कोणी छोट्या ह्दयाने दिलं तर खूप प्रभाव सहजयोगामध्ये होऊ शकतो. तेव्हा पूर्ण ह्दयाने कोणतंही कार्य करा. कोणतीही मैत्री असेल, वरवर ठेऊ नका. अंतर्यामीची ठेवा. जोपर्यंत विशुद्धीमध्ये आज्ञेची गहनता येणार नाही. तोपर्यंत तुमची विशुद्धी खूपच उथळ राहून जाईल. आज्ञेची गहनता असणं फार आवश्यक आहे. याचा अर्थ असा की, विचार करुन, त्याचं गणित करुन आपण कोणतीही गोष्ट करु शकत नाही. की जर मी पांच रुपये दिले तर मला शंभर रुपये मिळतील. किंवा असं केलं तर हे होईल. नाही. आंतूनच मला वाटतं आहे की केलं पाहिजे. मला दिलंच पाहिजे. मी अजूनपर्यंत काहीच केलं नाही. दाखवायला किंवा पेपरांत छापून येईल म्हणून, आपण जे कांही केलं आहे ते ह्दयापासून जेव्हा ही स्थिती आपल्यामध्ये येईल तेव्हा आपल्याला समजेल की आपली गहनता विशुद्धीवर काम करूं लागली आहे. आणि गहनतेमध्ये जेव्हा आपण विशुद्धी प्राप्त कराल तेव्हा आपलं जनहित, जनसंबंध आणि विश्वबंधुत्व आहे त्यामध्ये कांही येणार नाही.

आज होळीच्या दिवशी आपल्याला त्या सर्व गोष्टी, जाळून टाकल्या पाहिजेत ज्यांच्यामुळे आपलं चित्त खराब होतं. ज्यामुळे आपली आज्ञा खराब होते. तर दोन्ही गोष्टी, हे चित्तसुद्धा साफ होईल. आणि आनंद आणि बोध यांमध्ये आपण होळी साजरी करू. ज्या दिवशी या दोघांची पूर्ण जोडणी होईल, दोन्ही चक्रांमध्ये एकरुपता येईल तेव्हा सहस्त्रारावर कांही प्रश्न येणार नाही. पण ही दोन्ही चक्रे गडबड करतात आणि विशुद्धीतूनच निघून आपण जाणतां की दोन्ही नाड्या वर जाऊन आणि आज्ञावर क्रॉस करतात. ओलांडतात. जेव्हा विशुद्धीकडे आपलं चित्त जातं तेव्हा श्रीकृष्णांची विशेषता राधाजींची शक्ती जी आल्हाददायिनी आहे – आनंद देणारी आहे., त्यांना पाहून लोकांना आनंद होतो. ती आल्हाददायिनी शक्ती, जी फुलांमध्ये आहे, मुलांमध्ये आहे, ती आपल्या आंत जागृत होऊ शकते. पण जोपर्यंत त्यामध्ये गहनता येत नाही, तोपर्यंत ही आल्हाददायिनी शक्ति वरवरची तोंडापुरती राहून जाईल. तर या दोन्हींचा मेळ आपण विचार केला पाहिजे. आपल्यामध्ये गहनता येणं फार जरुरी आहे. आणि गहनतेने कोणत्या गोष्टीचा आनंद देणं सुद्धा फार जरुरी आहे.

आपणा सर्वांना अनंत आशिर्वाद

प्रवचन

नॉयडा दिल्ली ४.३.९१

आपणा सर्व साधकांना आमचा नमस्कार. सत्याविषयी लोकांच्या अनेक कल्पना आणि धारणा असतात पण एक विषयाची गोष्ट आपल्याला सांगते की सत्य परमात्म्याचं प्रेम आहे. प्रेम हेच सत्य आहे आणि सत्य हेच प्रेम आहे. आणि तेच ज्ञान आहे. आजपर्यंत खूप कमी लोकांनी प्रेमाविषयी सांगितलं कारण प्रेमाचा अर्थ ते नीट लावू शकले नाहीत. प्रेमाला जाणूं शकत नव्हते. परमात्मा प्रेममय आहेत आणि ते सर्वांसाठी प्रेम वाटतात. ते रहीम आहेत सर्वांवर दया करतात. ते करुणेचे सागर आहेत. प्रेमाचे सागर आहेत. अशा गोष्टी तर सर्वांनी केल्या. पण हे प्रेम काय आहे या बाबतीत खास चर्चा झाली नाही. कारण लोक प्रेमाला ममत्व समजतात यामुळे कदाचित खूप करुन जाणण्याचा प्रयत्न या मोठ्या महाभागांनी हे जरुर सांगितलं की परमात्मा प्रेमाचे सागर आहेत. पण जर ते प्रेमाचे सागर आहेत तर ते आहेत तरी काय? सागराला तर सर्वांनी प्रेमाने पाहीलंच असेल. जर कोणी शोधत असेल तर सागर त्याचं शोधणंच देईल. सागरामध्ये प्रत्येक प्रकारचे भयंकर प्राणी राहतात. आणि त्यांचं स्वतःचे काही कर्तृत्वसुद्धा नाही. जेव्हा चंद्रमा त्याला ओढतो त्यावेळी त्या बाजूला ओढला जातो. तर हे प्रेमाचे सागर परमात्मा आहेत. अंतःर्यामी परमात्मा आहेत जे सर्वांना जाणतात. साऱ्या सृष्टीला त्यांनी बनविलं आहे. मानवाला बनवलं आहे. एका छोट्या अमीबापासून उचलून या प्रकारचं बनविलं. त्या परमात्म्याला आम्ही जाणतो. ते ज्ञानाचे सागर आहेत. पण त्यांना जे ज्ञान आहे, ते प्रेमाचं ज्ञान आहे. ते जाणतात की प्रेम कसं केलं जातं. आपल्याला जे प्रेमाचं ज्ञान आहे ते संकुचित आहे. सीमित आहे. आपल्यासाठी आपलं मूल, आपला धर्म, थोडं विस्तारित झालं तर आपला गांव. गांवाहून थोडं वाढलं तर आपला देश. या प्रकारे प्रेमामध्ये थोडे सीमित भाव येतील. आणि थोडा स्वार्थ सुद्धा. आपण लढू आपल्या अपत्यासाठी. आपण लढू कोणा गोष्टींसाठी. त्यामध्ये स्वार्थाची भावना असते. पण परमात्म्याचं जे प्रेम आहे ते ज्ञानी आहे. ते आपल्या बाबतीत सर्व काही जाणतात. आपण कोण आहोत. आपल्या काळज्या काय आहेत आपण किती उंचावर राहतो. आपल्यामध्ये कोणते दोष आहेत, सर्व काही जाणतात. तरीसुद्धा ते आपल्यावर प्रेम करतात, कारण त्यांना हे माहित आहे की या प्रेमशक्तीला कशा प्रकारे उपयोगात आणलं पाहिजे.

मानवाच्या प्रेमामध्ये कोणतीच शक्ती नसते. परमात्म्याच्या प्रेमामध्ये शक्ति आहे आणि ती शक्ती स्वतःच ज्ञानी आहे. जशी की एक आई आहे. ती आपल्या मुलांवर प्रेम करते. आपल्या मुलाला बिघडवलेल. दुसऱ्याच्या मुलाला त्रास देईल. एक बाप आहे जो आपल्या पत्नीचं बोलणं ऐकेल, आपल्या घरवाल्यांना त्रास देईल जर इतरांचे मानेल तर पत्नीला त्रास देईल. त्यांच्यामध्ये संतुलन नाही. त्यांच्यामध्ये ही समज नाही, कारण ज्ञान नाही, त्याच्या प्रेमाच्या शक्तीमध्ये ज्ञान नाही. परमात्माचं जे प्रेम आहे. ते आपल्या विषयी जाणतं आणि ज्यावेळी समजू इच्छितं त्यावेळी जाणू शकतं. जिथे त्यांची दृष्टी गेली, जिथे त्याचं चित्त गेलं, ते समजू शकतात की, काय गोष्ट आहे. पण आपण समजूं शकता. आपल्या चक्रांवर। पण हेसुद्धा त्यांना कळतं की यांना ठीक कसं करायचं. पण पद्धत इतकी सुंदर आहे, आणि मधुर आहे. की त्याला समजण्यासाठी आपल्याकडे हृदय असलं पहिले जशी शबरीची बोरं।

शबरी एक भिल्ल स्त्री होती. जातीने हलकी, वृद्ध होती, तिचे दात तुटलेले होते.चार दोन दांत बिचारीकडे होते. जेव्हा श्रीराम येत होते. तेव्हा आपले दांत लावून लावून प्रत्येक बोर तिने चाखून पाहिलं. आणि आंबट बोरं फेकून दिली. फक्त गोड ठेवली. तिने जेव्हा श्रीरामांना दिलं तेव्हा त्यांनी त्यामध्ये प्रेमाची झलक पाहिली. ओळखलं की हे प्रेमाचं दर्शन आहे. श्री सीताजींनी खाल्ली. उष्टी तर आपण कोणतीही गोष्ट खात नाही आणि एका भिल्लीणीची उष्टी बोरं खात आहेत दोघे. लक्ष्मणजींना फार राग येत होता. त्यांनी विचार केला, हा काय वेडेपणा आहे! इतकी महान साक्षात अवतरणं आणि ही उष्टी बोरं खायला देते आहे. पण जेव्हा सीताजींनी म्हटलं की अशी बोरं मी कधी खाल्ली नाहीत. तेव्हा त्यांनाही ती खावीशी वाटू लागली. बोरं खातांच त्यांचा राग उतरला. एकदम थंड झाले. कशा प्रकारच्या या छोट्या छोट्या गोष्टींनी मनुष्याला वर उठविण्याचा प्रयत्न आहे परमेश्वराचा ! फक्त या प्रेमाच्या लहरींमध्येच तो वर उठू शकतो. दुसरी कोणतीही पद्धत त्याला वर उठवूं शकत नाही. तुम्ही काठी घेऊन उभे रहा, त्यांना सांगा, सकाळी ४ वाजतां उठा, आंघोळ करा, डोक्यावर उभे रहा, हे करा, ते करा, मिलिटरी लावा, हे परमात्माच जाणतात की प्रत्येक माणसाला कशा तऱ्हेने ठीक केलं पाहिजे!

थोडं फार आम्ही सुध्दां जाणतो. जेव्हां एकदां गगनगिरी महाराज, जे खूप रागीट होते त्यांनी सर्वांना सांगितले, "आदिशक्ति आल्या आहेत. त्यांना जाऊन भेटा. माझ्याकडे कशाला येता?" जेव्हां मी कोल्हापूरला गेले तेव्हां मी सुध्दा विचार केला कीं मी या महाराजांना बघून येते. ते खूप उंचावर रहात होते, मोठी चढण होती. सर्वांनी मला सांगीतलं, 'आपण तर कोणा गुरूकडे जात नाही,' "तेव्हां मी म्हटलं, हात तर पुढे करा आणि पहा बरं!" त्यांना चैतन्याच्या लहरी येऊं लागल्या. जेव्हा आम्ही वर चढत होतो तेव्हा खूप जोराचा पाऊस आला. आणि हे गुरूजीमहाराज सांगत होते. त्यांचा पावसावर मोठाच अंमल आहे! आणि पाऊस पडतच राहीला आहे. आणि त्यांचं नियंत्रण माहित नाही कुठे गेलं! जेव्हा मी वर गेले तेव्हां ते मान हलवित रागांत बसले होते. मी तर पूर्ण भिजले होते. त्यांचा तर रागच उतरत नव्हता. त्यांचे दोन्ही पाय गेलेले आहेत त्यामुळे ते चालू शकत नाहीत. त्यांना उचलून आणलं आणि समोर बसविलं. म्हणू लागले, "श्री माताजी, काय माझा अहंकार उतरविण्यासाठी आपण हा पाऊस पाडला?" मी म्हटलं, मला कशाला आपला अहंकार उतरवायचा आहे?" "आपण येणार होता माझ्याकडे बातमी आली. देव देवता येऊन बसले. आणि आपण भिजत माझ्याघरी आलांत, किती शरमेची गोष्ट आहे माझ्यासाठी! तर माझा अहंकार तोडण्यासाठीच आपण हे केलं मी म्हटलं." खरी गोष्ट तर ही आहे कीं तुम्ही संन्यासी आहांत. आणि माझ्यांसाठी तुम्ही साडी आणली आहे. आणि संन्याशाकडून मी साडी घेऊं शकत नाही. पण आतां भिजले आहे. तर तुमच्याकडून घ्यावीच लागेल." हे सांगताच त्यांच्या डोळयातून अश्रू वाहूं लागले. सगळा राग गेला आणि जी वर्षा बाहेर होत होती, ती डोळयांतून होऊ लागली आई, तुम्ही कसं ओळखलं की माझ्याजवळ आपल्यांसाठी साडी आहे, मी म्हटलं, "मी पाहिली, जेव्हां तुम्ही ती विकत घेतली तेव्हां मी तिथेच होते." तेव्हा त्यांना गोष्ट समजली. मी म्हटलं, बघ बाळा, मी जेव्हां येते आहे आणि माझ्यावर पाऊस पडला तर साऱ्या सृष्टीत चैतन्य नाही कां पसरायचं? जेव्हां इतकं सुंदर होतं तेव्हां एकदा मी भिजले तर काय होतं?"

तर परमात्माला समजण्यासाठी पहिल्यांदा आपल्या अहंकाराला एका बाजूला केले पहिजे . अहंकाराचा आजार जेव्हां मानवाला ग्रासतो तेव्हां प्रथम त्याला राग येतो की आपण हा विचार केला होता. असं झालं नाही. आमची असं करण्याची इच्छा होती, ते झालं नाही. जेव्हां अहंकार चढतो तेव्हां परमात्मा या प्रेमाच्या ज्ञानाला अशा रितीने खेळवितात की त्या अहंकार जो असतो तोच विरला जातो. याचा इलाज परमात्माच करू शकतात. अशा तऱ्हेने करतात की आपल्याला पत्तादेखिल लागत नाही की आपल्यामध्ये अहंकार आहे. पण आपण ठीक होऊन जाता. अहंकारामुळे मानव जे वास्तविक आहे. ते बघूंच शकत नाही. आणि जे खोटं आहे. त्याच्याकडे धांवतो. कोणीतरी मला विचारलं की, जर ते पैसे घेतात, ते जर दगा देतात, जर शिष्यांना कांही मिळालं नाही तर हे सगळे लोक खोटया गुरूंच्यामागे कशाला धावतात? याचं कारण आहे त्यांच्यात सुद्धा अहंकार आहे. याचं कारण आहे त्यांच्यां सुध्दां अहंकार आहे आणि ते सुध्दा अहंकाराचं प्रदर्शन करीत, असतात कीं त्यांनी पैसे केले आहेत तर त्यांनी रोल्स रॉइस ठेवावी, प्रेमाचा विचार करीत नाहीत. ती पैशाची शक्ति आहे. विशेष करून अमेरिकेंत प्रत्येक गोष्ट पैशावंर चालते. जे लोक पैशांमागे धावतांत ते परमात्म्याच्या प्रेमाला समजू शकतच नाहीत. पण पैसेवाला सारी रात्र झोपूं शकत नाही. त्याला चैन नसते, त्याची मुलं वगैरे खराब होतात. पैसे तर असतात पण त्यांचं डोकं ठिकाणावर नसतं जोपर्यंत मनुष्य धर्मामध्ये उभा रहात नाही तोपर्यंत त्याला पैशाचं ओझं उचलणं येणारच नाही. मानवाला स्वतःवर निर्व्याज्य प्रेम केलं पाहिजे. आणि हा विचार केला पाहिजे की परमात्म्याने जर मला पैसे दिले आहेत तर मी याचं काय करूं, ज्यायोगे मला

लाभ होइल? खरा लाभ होइल. मी असं कोणतं काम करू ज्यामुळे मला पुण्य मिळेल. पण पैसे देवाच्या दरबारामध्ये चालत नाहीत. परमात्याला पैसे समजत नाहीत. पैसे मानवाने बनविले आहेत. पैशांमुळे मनुष्याने धर्माला सोडलं आहे आणि प्रत्येक प्रकारची अशी कृत्ये करतो जी मानवाला लज्जित करतील. अशा व्यक्तिचा मान ही थोडया दिवसाचाच असतो. सर्व लोक त्याच्या पाठीमागे त्याबद्दल वाईट बोलतात. मनुष्य त्याचाच मानसन्मान करेल ज्यामध्ये खरोखर प्रेम आहे, धर्म आहे. जसा एका पीराच्या समाधीवर अकबर बादशहाच्या कालापासून आतांपर्यंत दीप जळतो आहे. आज सुध्दां जगामध्ये आपण त्याच लोकांचं नांव ऐकतो ज्यांनी अशा प्रकारचं जीवन व्यक्त केलं जे त्यांच्या जीवनामध्ये बाहेर, आंतमध्ये प्रत्येक ठिकाणी, एक स्वच्छ, सुंदर, निर्मळ, स्वरुपाचं जीवन होतं.

आपली इच्छा झाली पाहिजे की आपण निर्मल होऊन जावं कारण परमात्म्यांच प्रेम अत्यंत स्वच्छ आणि निर्मल आहे. आणि जर आपण सत्या मध्येच उभे असाल, कोणतीही सत्य गोष्ट तुम्ही जर सांगितली तर परमात्मा, त्या सत्याचा खूप मोठा आधार, त्याला आपल्या हातोहातीच उचलून घेइल, त्याला वांचवेल. जेव्हां हिटलर आला तेव्हां तो एक शिकवण होऊन गेला की कोणी हिटलर होऊ नये. जे हिटलरचे झाले होते. आतां जर्मनीचे लोक इतके शांत आणि कोमल झाले आहेत. त्यांचा स्वभाव इतका चांगला झाला आहे, की आमच्या सहजयोगांमध्ये सर्वात चांगले लोक आहेत जर्मन, सद्दामचं वर येणं, लढाईत हार होणं आणि याप्रकारे तोंड दाखविणं हे सुद्धा परमात्म्याचं काम आहे यामुळे लोक समजतील कीं, जे मूलतत्त्ववादी आहेत ते आम्ही धर्मोन्मादामध्ये उतरलो, किती अयोग्य गोष्ट झाली. हे आंधळेपण आपण सोडून दिलं पाहिजे. यामध्ये दोष मानवाचा आणि मनुष्याचा आहे कारण त्यांनी सर्वांना मोठया चांगल्यापासून बनविलं. संघटित केलं. जर निवंत क्रियेमध्ये विश्वास ठेवतो, तर आमचं संघटन प्रेमाचं आहे. प्रेमाने सर्व गोष्टी होतात. तेच जर एक सांभाळणार बसले आहेत तर आम्ही कांही कां करावा त्यांचे लोक धावत आहेत, चारी बाजूला, आणि आपण लोक सुध्दां आतां उभे राहीलांत. तुम्हांला सुध्दां मदत करीत आहेत, तुम्हांला सुध्दां सहाय्य करीत आहेत. आनंद देत आहेत, समजावित आहेत. बस, निश्चींत व्हा तुम्ही. एक कार्य या प्रेमाचं हे की, आपल्याला बरोबर रस्त्यावर आणून सोडतं जो आला नाही तो राहिला.

रजनीशजवळ पंचवीस रोल्सराईस होत्या. तो मेला तेव्हां अर्ध्या तासाच्या आंत त्याला सगळयांत जवळच्या स्मशानांत पटापट जाळलं काय इज्जत मिळाली? असंच सगळया गुरूघंटांचं व्हायच आहे. जसं हिटलरचं, मुसोलिनीचं झालं, सर्वांचं हेच व्हायचं आहे . कारण यामधे परमात्म्याचा हात आहे. आणि हा आपल्यांसाठी एक मार्गदर्शक आहे कीं हे केल्यामुळे काय झालं. त्यांच्या रस्त्यावर आपल्याला जायचं नाही. आपल्याला कोणत्या रस्त्यावर जायचं आहे? या रस्त्यावर कीं जेव्हा आमचा मृत्यु झाला तरी सुध्दां शरीरातून आमचा सुगंध येइल. आमच्या स्मृतिस्तंभावर नेहमी उजेड असेल. लोक येऊन तिथे डोकं टेकतील. हे फक्त प्रेमामुळेच होऊ शकतं. आणि त्या प्रेमामध्ये कोणत्याही प्रकारच स्वार्थ नाही. कोणत्याही प्रकारची छोटेपणाची गोष्ट नाही. कोणत्याही प्रकारचे खेचणे नाही. आतां असं सांगून की तुम्ही मोह सोडून द्या मोह सुटणार नाही. असं सांगून की तुम्ही माया सोडून द्या, माया सुटणार नाही. सांगून जर झालं असतं तर सगळे डोकी फोडून फोडून गेले. रोज वाचतात गीता वगैरे, पण कांही परिणाम नाही झाला. जसे होते तसेच आहेत. हे होणार तेव्हांच जेव्हा आपण आत्मसाक्षात्कार घ्याल. हे पुस्तकांत लिहीलेलं सत्य आहे की ते फक्त आत्म्याच्या प्रकाशांतच आंत उतरणार आहे. त्याशिवाय होत नाही. पण आपल्या आंत जी शक्ति जागृत होते ती प्रेमाची शक्ति आहे.

जो मनुष्य सहजयोगामध्ये येऊनही प्रेम करणं जाणत नाही तो सहजयोगी नाही. प्रेम एक क्षमेची शक्ति आहे. सहजयोगीयांचं पहिलं लक्षण हे की, ते प्रेमळ असतात. सर्वाबद्दल एक चित्त, एक जाणीव असते. जसं जर बाजारांत गेलं, काही गोष्ट घेतली तर दुसऱ्यांची पसंत आहे या भावनेने विकत घेतली जाते. या ज्या संसारिक गोष्टी आहेत या फक्त अशासांठी की आपलं प्रेम जतन करू शकू. शेवटी छोटया छोटया गोष्टींत प्रेम कसं करतां येइल. हे श्रीरामांनी भिल्लीणीची बोरं खाऊन दाखविलं. श्रीकृष्ण सुध्दां दासीपुत्र विदुराच्या घरी जाऊन जेवत होते पण दुर्योधनाचा मेवा खात नव्हते. हे एक सहजयोग्याचं लक्षण आहे की, प्रेमाचा आदर करणं. म्हणजेच सत्याचा आदर करणं आहे. जेव्हा मनुष्य प्रेम करतो तेव्हा तो हळू हळू निर्मळ होत जातो. त्यांच्यामधले सारे मोह, लोभ एकदमच नष्ट होऊन जातात. कोणा व्यक्तिला मोह होतो कारण त्याच्यामध्ये निर्व्याज प्रेम नाही. मद होतो तो स्वतःविषयी विचार करतो की मी मोठी असामी झालो आहे. असा विचार करणारा तर वेडा होतो. पण ज्याला प्रेम मिळतं तो कसा विचार करेल की यांच्यापेक्षा कोणी मोठी व्यक्ती झालो आहे. पण प्रेमात प्रत्येक व्यक्तिची छोटी छोटी गोष्टही माहीत असते. त्याची आवड माहीत असते.

कोणती गोष्ट त्याला खुष करते. जेव्हा हे परमेश्वरी प्रेम आपल्या आंत वाहू लागतं त्यावेळी सर्व गोष्टींबद्दल असं काही ज्ञान येतं जसं हजारो वर्ष तुम्ही या लोकांना जाणता, जेव्हां आपण आपल्या आत्म्यामध्ये त्या प्रेमाला मिळवून तृप्त होता त्यावेळी हे होऊ शकतं. तेव्हां त्या प्रेमामध्ये सगळी तृप्तीच. मानवस्थितीमध्ये असं असतं की बक्षिस द्यायला सर्वांत वाईट गोष्ट असेल ती आणायची. सर्वात चांगली आपल्यासाठी, सर्वांत स्वस्त दुसऱ्यांसाठी. पण जेव्हां सहजयोगी आपल्या आत्म्याच्या आसनावर स्थित होतो तेव्हां राजा होतो. आणि छोटया छोटया गोष्टी सांठी रडणं संपून जातं. आणि आत्म्याच्या आनंदामध्ये त्या प्रेमाला सामोरं जातो. आणि हेच प्रेम आपल्याला आनंद देतं, चोहोबाजूंनी वर्षाव करीत राहातं. दुःखी व्हायची कांही गोष्टच नाही आणि जेव्हा तो परमात्मा आपल्यावर प्रेम करतो, त्याचा पूर्ण विश्वास होतो, आणि आपण त्याची स्वतःची मोठी मुलं आहोत याबद्दलची ही पूर्ण विश्वास होतो, तेव्हां कसलीच चिंता नाही. कांही काळजी नाही. सगळया गोष्टी समोर चालत येतात. काम होत जातं. आपण चकीतच होऊन जाता, की हे सगळं झालं कसं? मी तर देवाकडे सांगीतलंही नाही, मागीतलं सुद्धा नाही, माझ्या मनामध्ये इच्छासुध्दां झाली नाही आणि त्या आधीच परमात्याने गोष्ट पूर्ण करून टाकली. आणि नंतर हे कळेल की यावेळी मला या गोष्टीची गरज होती आणि माझ्या लक्षांत आलं नव्हतं, पण त्यांच्या लक्षांत आलं. इतक्या बारीक बारीक गोष्ट त्यांना कळतात कशा? त्यांच्या प्रेमाचे कण हे चैतन्य होऊन चारी बाजूला पसरले आहे जे प्रत्येक गोष्ट जाणतात, विचार करतात, समजून घेतात आणि परमात्म्याचं प्रेम त्या जाणीवेप्रमाणे, त्या जाणीवेनुसार कार्य करतं.

ही चारी बाजूची सृष्टी परमात्म्याने आपल्या प्रेमाची रचली आहे. ज्याला आपण परमचैतन्य म्हणतो. याला कधीकधी ऋतंभरा प्रज्ञा म्हटलं आहे. ज्या शक्तिमुळे सारे ऋतु बदलतात. प्रज्ञा-प्र म्हणजे प्रकाशित, चेतित. ज्ञ म्हणजे ज्ञान. ही जी सगळी रंगीत फूलं उगवतात, ही दृश्ये, आकाशांत ढग बदलतात, त्यांत वेगवेगळे रंग येतात. एकाहून एक मनोरम दृश्ये रोज दिसतात. आणि हे बघून फार सुंदरशी वेळ चारी बाजूला घटीत होते. ती ऋतंभरा प्रज्ञा, तेच ते परमचैतन्य आहे. ही कोणती शक्ति आहे, जी ऋतु बदलते आहे? कधी आकांशात ढग फिरत असतात. कधी जगामध्ये फूलं पसरली असतात. आणि कधी उन्हाळा असा दिसतो आकाशांत जसं काही चित्र तयार होतं आहे, जेव्हा सगळी पानं झडून जातात. जर ही पानं गळली नसती तर या पृथ्वीतत्वाला नायट्रोजन कसा मिळाला असता? यासांठी सगळया गोष्टीसाठी ही सृष्टी समर्पित आहे. जनावरसुध्दां जंगलाच्या सगळ्या कायद्यांनुसार राहातात. जिथे वाघ बसलेला असेल तिथे पक्षीसुध्दां बोलणार नाहीत. वाघसुध्दां रोज कोणत्याही जनावराला मारत नाही. पंधरा दिवस किंवा एका महिन्यांत एका जनावराला मारतो. वाघ पहिल्यांदा खातो. मग कायद्यानुसार वाघाची पिल्लं खातात. मग एकामागून एक जनावरं ते खातात. सगळयांत शेवटी कावळा, मग गिधाडं. जंगलामध्ये जा. तुम्हांला कुठेही दुर्गंध येणार नाही. पण चार माणसं जंगलांत सोडा ताबडतोब कळेल, माणूस नांवाचं जनावर फिरत गेलं आहे इथून!

तर सारी सृष्टी या परमात्म्याच्या पाशामध्ये आहे. त्यामुळे त्याला पशू म्हणतात. आरामांत चालली आहे. पण या सांठी ज्ञान नाही. कारण ती पाशामध्ये आहे. त्यानंतर तुम्हांला सगळी स्वतंत्रता आहे. स्वतंत्रता या करितां दिली गेली, कारण मोठी स्वतंत्रता आपल्याला मिळणार आहे तिला आपण जाणूं शकू. पण ही स्वतंत्रता नंतर आपण त्याच प्रकारे गमावता, जशी सृष्टीने गमावली आहे. अशाप्रकारे की आपण परमात्म्याच्या पाशांत येता आणि हा परमात्म्याचा पाश आहे हे जाणून आणि आईच्या पदरामागे लपलं असल्यासारखी सुखाची संवेदना आणि आराम आहे हे जाणून असं दर वेळी वाटतं आणि जाणल्यानंतर समर्पण होतं. आणि असं समर्पण त्या दशेप्रत पोहोचवत ज्याला आपण प्रेम-मय होणं म्हणतो प्रयत्न ही पण एक गोष्ट असते जी या प्रेमाला बांधत जाते. त्यामध्ये व्यक्ति प्रेम जास्त समजूं शकते, जसं कुठे दुखत असेल आणि त्यावर कोणी हात फिरवला आणि त्यामुळे आराम पडला. त्या आरामाची आपल्याला जास्त आठवण राहाते.

प्रयत्न मानवाला जास्त गहनतेमध्ये उतरवते आणि त्यामुळे ज्यांनी परमात्म्याची आठवण केली. त्यांची भक्ति होती, त्यांचा प्रयत्न होता त्याला शोधत होते. तुम्ही कोणत्याही मार्गाने जा, कांहीही चूक करा त्यामुळे कांहीही फरक पडणार नाही. कारण तो प्रेमाचा सागर आहे. ते जरूर आपल्याला स्वतःच्या हृदयामध्ये स्थान देतील. आपल्याकडे खेचून घेतील कारण ते सुध्दा प्रेमाचा आदर करतात. म्हणून आजपासून आपण समजून घ्या की सहजयोगामध्ये सर्वप्रथम प्रेम करायला शिका. एकमेकांवर जर कोणी असे म्हटलं ही व्यक्ति ठीक नाही, ती व्यक्ती बरोबर नाही तर त्रास असल्यासारखं होतं. पण जेव्हां कोणी कोणत्या सहजयोग्याची प्रशंसा करतो तेव्हा माझं हृदय आनंदीत होतं. दुसऱ्यांचे दोष बघता नये. दुसऱ्यांचे

गुण बघूनच आपल्यामध्ये गुण येतात. आपण जसे दुसऱ्यांचे दोष पाहुं तसे त्यांचे दोष सरळ आपल्यामध्ये येतील. जेव्हां लोक माझ्याकडे कोणाविषयी तक्रार करतात. तेव्हां मी सांगते ते तर आपली मोठी प्रशंसा करीत होते आणि मग पाहिलं तर दोघे एकमेकांच्या गळयांत गळे घालून आहेत, तर आपल्या आकलनामध्ये प्रेमाला भरा आपल्या दृष्टीमध्ये प्रेम भरा. आपल्या जीवनामध्ये प्रेम भरा. कोणावर प्रेम करणंसुध्दा खूप मोठी शक्तिशाली गोष्ट आहे. आणि ही शक्ति जी आहे ती- आंतमधून येते. आणि या प्रेमाच्या ज्या अनंत आशिर्वादात शक्त्या आहेत, त्याला आपण समजूं शकणार नाही. कोणाबरोबर आपण प्रेमाने कांही करा आणि ते विसरून जा. त्यांची आठवण ठेवली तर त्रास होऊ शकतो. प्रेम करण्याची मजा लुटा. कांही हेतूसांठी नाही फक्त प्रेमांसाठी प्रेम असू दे. तेच परमेश्वरी प्रेम आहे.

आतां जी प्रेमाची गोष्ट सांगीतली आहे ती धन्य आहे. आणि या हृदयानेच सर्वांना हे प्रेम वाटायचं आहे. ज्यामुळे सर्वजगाला समजेल की सहजयोगी जे आहेत ते प्रेमयोगी आहेत. प्रेमांत बसलेले आहेत. अत्यंत मधुर आहेत.

परमात्म्याचा आपणा सर्वांना आशिर्वाद असो.

वाढदिवसानिमित्त पूजा

मुंबई २१.३.९१

आमच्या जन्मदिवसाचा आनंद मानला जात आहे आणि हे सर्व पाहून हृदय भरुन येत आहे. की काय सांगावं, आज आपण लोकांनी दिलं तेव्हढं प्रेम आजवर कोणत्याही मुलांनी आपल्या आईला दिलं नसेल. हा श्री गणेशांचा महिमा आहे, जे आपल्या आईला सर्व देवतांपेक्षा उच्च समजतात. तिच्या सेवेमध्ये रत असतात. त्यामुळे ते सर्व सिद्धी प्राप्त करुन बसले.

आम्हाला जर आपल्याविषयी प्रेम आहे, तर ते नैसर्गिक आहे. प्रत्येक आईचं आपल्या मुलांवर प्रेम असतं. प्रत्येक आई आपल्या मुलांसाठी प्रत्येक प्रकारचा त्याग करते आणि तिला त्यापासून कांही अपेक्षाही नसते. पण प्रत्येक आईची इच्छा असते की त्यांनी पुढे यावं, चरित्रवान व्हावं, शुद्ध अंतःकरणाचं व्हावं, नाव कमवावं, पैसाही कमवावा. एका सांसारिक आईच्या या अशा प्रकारच्या इच्छा असतात. पण अध्यात्मिक आई, जे स्थान तुम्ही मला दिलं आहे. मला तर काहीच इच्छा नाही. मी विचार करीत होते, कुठली गोष्ट सांगु, कारण मला ना कसली इच्छा, तर कोणती गोष्ट सांगू !

इच्छेशिवाय सगळं कार्य होत आहे. इच्छेचा उद्भव होण्याआधीच आपण लोक सर्व गोष्टी करीत आहांत. तर मी आतां कोणत्या गोष्टीची इच्छा करू? माझी जशी मनःपूर्वक आवड होती, विचार होता की, माझी मुलं अत्यंत चरित्रवान, उज्वल स्वभावाची, दानशूर, मेहनती, साऱ्या विश्वाचं कल्याण करणारी, अत्यंत दैदिप्यमान अशा व्यक्तित्वाची महान गुरुअसतील, ते तर मी बघते आहे. होतंच आहे. कोणामध्ये कमी होत आहे, कोणामध्ये जास्त होत आहे. दुनियेमध्ये फिरुन, जगभर जाऊन, जगांतील सर्व प्राण्यांचा उद्धार करण्यासाठी मेहनत करतील, तेसुद्धा मी बघते आहे, होत आहे. आणि हे पण दिसतं आहे की कितीतरी लोक कलेमध्ये उतरले, इतके प्रवीण झाले, ज्या लोकांकडे जे जे गुण होते त्यांचा उपयोग सहजयोग वाढविण्यासाठी झाला. कांही सांगावं लागलं नाही. कांही दाखवावं लागलं नाही. त्यांनी कोणजाणे कसं हे व्रत घेतलं की सहजयोग पसरवायचा. सहजयोग पसरण्यामध्ये काही त्रास होता नये कारण तुम्ही आशिर्वादित आहांत. असे आशिर्वाद कोणत्याही संतांना मिळाले नाहीत. संतांनी तर खूप त्रास काढले. तुम्हाला तर कांहीच अडचण नाही. पण आपल्या आंतमध्ये अनेक शक्त्या आहेत. त्या सर्व शक्तींना जाणून घेतलं पाहिजे. त्या सर्व शक्तींना पूर्णपणे उपयोगांत आणलं पाहिजे. एखादं मशीन जर उपयोगात आणलं नाही तर सडून जातं त्याप्रमाणे शक्तीसुद्धा सडून जातात. या शक्ती आपल्यामध्ये जागृत झाल्या आहेत. जागृतच नाही तर कोणाकोणामध्ये त्यांचा प्रादुर्भाव खूप जास्त आहे. आणि त्या कार्यान्वितही झाल्या आहेत. पण त्यासाठी आपण काय करायचं, ही गोष्ट जर तुम्ही मला विचारली तर ती गोष्ट मी सांगू इच्छिते.

सर्वात आधी तर आपल्याला स्वतःकडे लक्ष दिलं पाहिजे की, सहजयोगासाठी आम्ही काय करतो. सकाळपासून संध्याकाळपर्यंत फक्त आपली मुलं, आपलं घर हेच पहात असतो की आणि काही करीत असतो ? आणि हे देखील पहायला हवं की या वयांतही आपली आई किती फिरते. इकडून तिकडे जाते. सगळ्यांसाठी इतकं करते. कमीत कमी आपण आपल्या शेजारी पाजारी, इकडे तिकडे जाऊन थोडंफार आपल्या शहराबाहेर जाऊन, लोकांना ही गोष्ट सांगितली पाहिजे. जर तुम्ही ही गोष्ट त्यांना सांगितली नाही तर ते तुम्हालाच दोषी ठरविणार. कारण तुम्ही ही पहिल्यांदा मिळवल्यामुळे तुमच्यावर एका बाजूने त्याची जबाबदारीपण आली आहे. जर आम्हाला आधी सांगितलं असतं तर आम्हीही हे अमृत मिळवलं असतं. असं ते म्हणणार! ही गोष्ट दुसऱ्यांना देणं हे फार जरुरीचं आहे. तुम्ही म्हणतां, मी तुमच्यासाठी असं केलं, तसं केलं. पण मी काहीच केलं नाही. मला नाही वाटत मी खास काही केलंय असं. पण आपल्यामधील शक्ती जरुर जागृत आहेत. आणि या शक्ती अशा प्रकारे कार्यान्वित होतात की तुम्ही सर्व आश्चर्यचकीत होता. आणि म्हणता, " हा कसा चमत्कार झाला, हा कसा चमत्कार झाला. ही गोष्ट कशी काय झाली, ती गोष्ट कशी काय झाली !" कारण आता परमेश्वराच्या साम्राज्यामध्ये आला आहांत. सर्व काम आपलं आपणच झालंय!

तरीसुद्धा आपण विचार केला पाहिजे की परमात्म्याच्या साम्राज्यात आपण काय करतो आहोत ? जसं राजकारणात असतं एका मतदारसंघातून एक व्यक्ती निवडून येते. आणि सभागृहामध्ये जाऊन बसते. की लोकसभेमध्ये बसल्यास लोकसभेचे अधिकार त्याला मिळतात. तिथल्या ज्या कांही सुविधा आहेत त्या सुद्धा सहजपणे मिळतात. पण त्याला एक बंधनही लागू पडतं. ज्या मतदारसंघातून तो आला आहे त्यामधील लोकांना मधूनमधून जाऊन पाहणं, त्यांचा संभाळ करणं, त्यांना पुढे आणणं, त्यांची प्रगती करणं. आता तुम्हीसुद्धा आपण एका मतदारसंघातून आलो आहोत असं समजा. असा विचार करा की या साऱ्या शक्ती तुम्हाला मिळाल्या आहेत. आता त्या शक्तींना वाढविणं, त्याची प्रगती करणं, त्यांना पुढे चालविणं हे फार जरुरीचं आहे. जर तुम्ही हे केलं नाही, तर या शक्ती हरवून जातील. आणि ते लोक ज्यांना तुम्ही या शक्ती प्रदान करणार आहात ते अर्धवटच रहातील त्यांना काही मिळणार नाही. म्हणून आपल्याला हे समजून घेतलं पाहिजे की, आता आम्हाला काय करायचं आहे. काय आजमावायचं आहे ज्यायोगे आमची गहनता वाढेल. सहजयोगांत ध्यान केलं, धारणा केली त्यामुळे आपली गहनता वाढली. पण जोपर्यंत तुम्ही केलं नाही तोपर्यंत ही गहनता एका सीमेपर्यंत पोहोचू शकते.

बरेचसे लोक खूप छान गाणं म्हणतात. घरांतही गाणं म्हणतात, बोलतातही चांगलं पण हे गाणं बाहेर का नाही घेऊन जात ? इतरांना कां नाही ऐकवत. कांही कार्यक्रम आयोजित करा. तिथे जाऊन ऐकवा, ऐकलं तर लोक खूप आनंदित होतील. आणि त्यांना जे मिळवायचं आहे, ते मिळेल. अशा प्रकारच्या अनेक गोष्टी आहेत लोकांकडे. पण ते घरातच बसून सारं काही करतात, जास्तीत जास्त इथे सहजयोगाचा एक प्लॅटफॉर्म आहे. तेव्हढं करतात. बरेचसे लोक फार छान भाषण देऊ शकतात. त्यांना मी म्हटलं, तुम्ही मुंबई शहरांत नाहीतर दिल्ली शहरांत कां करता, तुम्ही जरा बाहेर जा, बाहेर जाऊन प्रयत्न करा. तिथे जाऊन भाषण ऐकवा. फार चांगलं वाटेल. सहजयोगात जे नेहमीच भाषण ऐकतात त्यांना ऐकवून काय फायदा ?

आपल्याला जितके बाहेर पसरायचं आहे तेव्हढंच गहनतेमध्ये उतरायचं आहे हे समजलं पाहिजे. बाहेर पसरण्याची जी सामूहिकता आहे ती समजून घेतली पाहिजे. त्यांत अनेक प्रकारचे प्रश्न उभे राहू शकतात. अनेक तऱ्हेचे लोक आपल्याला आव्हान देऊ शकतात. अशा लोकांना भेटण्याची जरुर नाही. त्यांना सरळ सांगितलं पाहिजे की तुम्हाला कुंडलिनीची जागृती पाहिजे तर या आणि बेकारच्या गोष्टी करू नका जर ते ओरडू लागले तर सांगा, ओरडू नका तुमचं विशुद्धी चक्र खराब होईल. अशा तऱ्हेने बरीचशी खबरदारी घेऊन त्यांच्याशी बोलणं करा.

आता समजण्यात आलं की, अल्वरमध्ये सहजयोग जोरात चालला आहे. कसा कोण जाणे ! अल्वरमध्ये तर मी कधीच गेले नाही! असं समजलं एका साहेबांची बदली झाली नी ते अल्वरला गेले तिथं सांगितलं आणि सुरु झालं. पाटण्यामध्ये दोनशे सहजयोगी आहेत ! फार आश्चर्य वाटलं. मुझफ्फरपूरमध्ये इतके सहजयोगी आहेत एक शा॰ि॰ी॰ कडे गेले. त्यांनी इतक्या लोकांना आत्मसाक्षात्कार दिला. पूर्ण वेळ हे कार्य करीत राहिले. याला ठीक कर, त्याचं काही कर. एक मिनिट ही असा विचार नाही की मला बसायचं आहे किंवा मला हे करायचं आहे. अशाच प्रकारे रात्रंदिवस सहजयोगाच्याबद्दल आपल्याला विचार केला पाहिजे. अशा प्रकारे आपण प्रगति करू.

आपण लोक माझा जन्मदिन कां साजरा करता कोण जाणे! आपल्याला वाटतं की माझ्या जगांत येण्यामुळे मोठी गोष्ट झाली तर मला नाही वाटंत. मी तर असा विचार करते की ज्या दिवशी तुम्ही लोक पार झालांत, तेव्हां मी मोठं काम केलं! कारण जेव्हा माझा जन्म झाला त्यावेळी चारी बाजूला अंधःकार होता आणि कशा तऱ्हेने मी ही गोष्ट सांगू ? बुद्धी कुंठित झाली होती. संत साधू तर कोणीच नव्हते. जास्त करुन लोक असे होते. ज्यांच्या आंतमध्ये अज्ञानच होतं. त्यांच्याबरोबर मी कशा तऱ्हेने बोलणं करू? यांना मी काय शिकवू ? आणि मग समजलं की जोपर्यंत सामूहिक चेतनेमध्ये जागरण करीत नाही, तोपर्यंत कोणीही माझी गोष्ट ऐकणार नाही. त्यावर मी विचार केला, प्रयोग केले. पहिल्यांदा सामूहिक चेतना जागृत करण्याची पूर्ण व्यवस्था केली. लोकांच्या चक्राचं निरीक्षण केलं. ती चक्र कशा प्रकारे ठीक होऊ शकतात याचा विचार केला की सामूहिकतेमध्ये आल्यास सगळेच्या सगळे पार होऊन जातील. पण जर कोणी म्हणेल की अशा प्रकारे की मोठी तपस्या केली, तरी मला कधीच असं वाटलं नाही. आणि सकाळी चार वाजता उठायची तशीसुद्धा सवय होतीच. विचार करत बसत होते. विचार आत घालून बघत होते की कशा तऱ्हेने कुंडलिनीचं जागरण होईल. या ज्या पद्धती आहेत त्या कदाचित अजून तुमच्याकडे आल्या नाहीत. पण हळू हळू आपल्या मनांत हे विचार येतील आणि हळूहळू हे विचार आपल्या चित्तामध्ये टाकण्याची व्यवस्था आहे ती आपण शिकाल. मग जो विचार येईल तो तुम्ही चित्तामध्ये टाकू शकता. आणि चित्तामध्ये घातल्यावर जसा कम्प्यूटरमध्ये आपण प्रोग्रॅम घालतो त्याप्रमाणे, आपल्यासाठी सहजयोगी हेच एक कम्प्यूटर आहेत आणि त्यांच्यातही आपण प्रोग्रॅम घालू शकतो आणि तो प्रोग्रॅम घातला की तो कार्यान्वित होतो. यासाठी कम्प्यूटरसुद्धा तशा प्रकारचा हवा प्रगल्भ आणि जे करायचं आहे ते पण बिल्कुल बरोबर. समजा कम्प्यूटरमध्ये जर कांही खराबी असेल तर काही उपयोग नाही. त्यासाठी आपल्याला खूप स्वच्छ निर्मळ व्हायला पाहिजे.

सर्वात मोठी गोष्ट तर ही आहे की 'विश्वनिर्मलाधर्माची' स्थापना झाली. कमीत कमी आजपासून पाच सहा वर्ष झाली. तेव्हापासून विश्वनिर्मलाधर्म वाढतो आहे. लोक यात पूर्णपणे सामील झाले आहेत. पहिल्यांदा जे मानत नव्हते तेच तेच सांगत राहिले होते. मंदीर, मशिदीमध्ये फिरत राहिले होते ते आता पूर्णरित्या जमून गेले आहेत आणि म्हणत आहेत की आमच्या आत पूर्णपणे आम्ही या धर्माला मिळविलं आहे. 'जो विश्व-निर्मलाधर्म' आहे. हा नवा धर्म असा आहे की ज्यामध्ये सारे धर्म सामावले आहेत. या धर्मांत प्रत्येक धर्माबाबतची माहिती कळते आणि त्यांची तत्वेसुद्धा समजतात. कारण ही सगळी तत्वे एकाच धर्माची आहेत आणि सर्व तत्वे या धर्मात पूर्णपणे विलीन झाली आहेत. प्रत्येक व्यक्ती जाणते की ही सारी तत्वे एकाच धर्माची असून त्याच्याच तळाशी आहेत. तेव्हा आमची नवी दृष्टी उघडते. आपण अशा प्रकारे आपण पहातो की इतर लोक कोणत्यातरी धर्माचं अवलंबन करुन त्याच्यामागे वेड्यासारखे धावतात. ते वेगळेच आहेत. आणि आपण वेगळे आहोत. या धर्मात आल्यावर आपल्यामधील अहंकार निघून गेला. वाईट भावना निघून गेल्या आणि सर्वात जास्त म्हणजे आपल्यामधील अंधविश्वासही निघून गेला. कारण हा धर्म प्रकाशाचा आहे. प्रेमाचा आहे. आणि हा धर्म शक्तीचा आहे. आणि शक्तीशिवाय कोणतंही कार्य होत नाही. आणि शक्तीमध्ये जर प्रेम आलं तर ते प्रेम जास्त कार्यान्वित होते आणि शक्ती अशा प्रकारे धावते. ज्यामुळे अशी कोणतीही गोष्ट होऊ शकत नाही, जी परमात्म्याच्या दृष्टीने बेकायदेशीर असेल, आपली आपण शक्ती कार्य करते कारण या शक्तीमध्ये ज्ञान आहे. या शक्तीमध्ये प्रेम आहे. आणि पूर्णपणे समजून उमजून ही शक्ती कार्यान्वित होते. जे लोक सहजयोगामध्ये येऊन या शक्तीने संपन्न होतात, या शक्तीला इतकं ज्ञान आहे, त्यांच्या आंतला अहंकार जाऊन अत्यंत नम्र; अत्यंत सौम्य, अत्यंत माधुर्यसुद्धा येतं आणि जेव्हा या सर्व गोष्टी होतात तेव्हा माणूस स्वतःच विचार करतो हे सगळं कसं आलं? हे सगळं मी कसं काय प्राप्त केलं ? हे सर्व तुम्ही होताच. हे सर्व तुमच्या आंतच होतं. वास्तव्य करुन होतं. त्यावेळी तुम्ही अंधारात होता. स्वतःला जाणत नव्हता. आता स्वतःला जाणत आहात.

वाढदिवसाच्या दिवशी हाच विचार येतो की एक आई मुलाला जन्म देऊन कृतार्थ होते. हाचा विचार करते की हवा तर मला वाटेल तेव्हढा त्रास होऊ दे,माझ्या मुलाला थोडासुद्धा त्रास होता नये. कसंही असू दे माझं मूल आहे. त्याला देवानं कोणत्याही प्रकारचा त्रास देऊ नये. अशा प्रकारे जेव्हा तुम्ही विचार करता कधीकधी माझं हे चुकलं, माझं ते चुकलं, आपल्यामध्ये एक प्रकारची न्यूनतेची भावना जेव्हा आणता, तर मला हेच सांगायचं आहे, की अशी कोणतीही मोठी चूक तुम्ही करू शकत नाही. जी मी माफ करू शकत नाही. त्यामुळे अशा प्रकारची न्यूनतेची भावना आणण्याची काही गरज नाही पण जर तुम्हाला स्वतःचा गौरव वाढवायचा असेल, स्वतःचं सहजीवन एक विशेष करायचं असेल, तर हे आवश्यक आहे की आपण स्वतःला याच भावनेने, त्याच मोठेपणाने पाहिले पाहिजे जो आपल्याला जाणून घ्यायचा आहे आम्ही फक्त श्री माताजींना मानतो असं म्हणायचं, त्यांचा

फोटो लावायचा, बॅच लावायचा आणि आम्ही श्री माताजींचा (कोणाला मानतो म्हणायचं ठीक आहे. कोणत्याही मोठ्या माणसाला आपण मानतो, पण त्या माणसाचं थोडंसं काही व्यक्तित्व आपण घेतलं पाहिजे आपण.)

मी भाषणात सांगितलं होतं की कोणाला मानून होत नाही. कमीत कमी एकदा या गोष्टीला तर जाणा की आपण कोणा चांगल्या व्यक्तीला मानतो. त्या चांगल्या व्यक्तीचं जे काही व्यक्तित्व आहे ते आपल्यामध्ये किती वाढलं ? तुम्ही त्याच्यासाठी कोणता त्याग केला, हा विचार केला पाहिजे. समजा एक गव्हर्नर आहेत आणि त्यांना आपण खूप मानता आणि त्यांना तुम्ही भेटायला गेला तर ते तुम्हाला आंत यायला देणार का ? आतां एक आई आहे. जी मुलाला सांगते, "बाळा, दूध पिऊन घे." मूल ऐकत नाही तर आई सांगते, "बाळा पी, स्वास्थ्य ठीक होईल. हे कर? ते कर" जर मुलाला आपलं हित समजण्यात आलं नाही तरी, आई पूर्ण वेळ या कामांत राहते की, या मुलाला त्याचं हित समजेल. माझं हे कर्तव्य आहे की, तुम्ही काय प्राप्त केलं पाहिजे हे मी तुम्हाला सांगितलं पाहिजे.

आतां बरेचसे झगडे संपले आहेत. बऱ्याच गोष्टी संपल्या आहेत. यांत काही शंका नाही. आणि लोक बऱ्याचशा प्रेमाच्या बंधनामध्ये पडलेले आहेत. आणि खूप आनंदात सुद्धा आले आहेत. आणि तरीसुद्धा एक गोष्ट मला वाटते. सहजयोगाबद्दल आम्हाला जे काही मिळालं आहे. ते देण्याची एक उत्कट इच्छा पाहिजे. की हे मी कोणाकोणाला देऊ या भावनेने नाही की, मी पैसा कमवूं शकेन, नांव कमवू शकेन. पण यासाठी की, मी काही देऊ इच्छितो, अशी आंतून शुद्ध इच्छा झाली पाहिजे. मग बघा की कशी कुंडालिनी वाढते. जेव्हा शुद्ध इच्छेचं स्वरुप दिसतं पहिलं तर शुद्ध इच्छेचं स्वरुप असतं घेण्याचे की श्रीमाताजी, माझी शुद्ध इच्छा आहे की, आम्हांला आत्मसाक्षात्कार मिळावा. आतां शुद्ध इच्छेचं स्वरुप आहे देण्याचं. मी याला देऊ शकतो, त्याला देऊ शकतो, कोणती व्यक्ती याला घेऊ शकते. अशा गोष्टी आपल्याला दर वेळी विचार केला पाहिजे. या लोकांना कशा प्रकारे पार करायचं अशी एक आंतमध्ये जबरदस्त भावना होते आणि जेव्हा मनुष्य त्या भावनेत अग्रेसर होतो तेव्हा आपल्याला आश्चर्य वाटेल. की जगातले लोक पैसा वगैरे ज्या गोष्टींचा विचार करतात, त्यांचा तो विचार करीत नाही. जगाचे प्रश्न सोडविण्यात मी कसा हातभार लावीन याचा विचार करतो. जबरदस्त इच्छा ही असते की, हे देण्याची इच्छा माझं सर्वस्व आहे आणि त्या प्रकारची आवड उत्पन्न होते. अशी जबरदस्त इच्छा सहजयोगामध्ये झाली पाहिजे की कशा प्रकारे सहजयोगाचा प्रसार करू. खूप नियमबद्धतेने त्याला पसरविले पाहिजे. आता तुम्हाला सगळं सांगितलेलंच आहे. आता तुम्ही याचा प्रचार करा. सहजयोग काय आहे. त्यामुळे काय काय फायदे होतात मुख्यतः गावात जाऊन आपण लोक कार्य करु शकता. जे लोक मुंबई शहरात बसले आहेत, त्यांना माझी विनंती आहे की गावागावांतून जा, तुम्हाला असं नाही वाटत की कमीत कमी भारतवर्षातील गावांमध्ये माझा संदेश पोहोचला पाहिजे. त्या लोकांना या गोष्टीची माहिती समजली पाहिजे ? कां फक्त तुम्हीच या गोष्टीची मजा उपभोगणार आहात. तेव्हा कृपा करुन आज सर्व मंडळींना माझं सांगणं आहे की आपल्या रोजच्या दिनचर्येमध्ये आपण मंडळींनी या गोष्टीकडे लक्ष द्या. की सहजयोगांसाठी आज आम्ही काय केलं ? किती लोकांना पार केलं ? किती लोकांना भेटलो, त्यांच्याबरोबर सहजयोगासंबंधी बोललो ? आणि जेव्हा वीकएण्ड असतो तेव्हा मित्रांना घेऊन ही गोष्ट सांगितली. सहजयोगी मिळून तर ही गोष्ट करू शकतात की इतके लोक इकडे जातील, इतके लोक तिकडे जातील. या प्रकारे आपली जी शक्ती आहे. तिला नवं रुप येईल. आपल्यामधील चैतन्यलहरी वाढतील. तुम्ही जिथे जाल तिथे लोक म्हणतील हा काय एअरकंडिशनर चालत येतोय.

पण त्यासाठी तुम्हाला पाहिजे मी जे सांगितलं ते-देण्याची इच्छा ! देण्यासाठी खूप आहे चैतन्यलहरी अशा वाहतात की जशी सूर्याची किरणं उत्सर्जित होतात. असे लोक येऊन सांगतील मी हे केलं. हल्ली असं आहे की, कोणाकडून काय मिळू शकतं त्याच्याकडे माणसाचं लक्ष आहे. मी तुम्हाला सांगते आहे. कोणाला काय द्यायचं आहे त्याकडे आपण दृष्टी ठेवा. स्पायनल कॉर्डमध्ये खराबी आहे तर त्याचं कोणतं चक्र खराब आहे. त्याकडे लक्ष द्या. अशा प्रकारचे अनेक रुग्ण आहेत, ज्यांना तुम्ही सहजरित्या थोडी मेहनत घेऊन ठीक करु शकता, तुम्हाला समजतं आहे की प्रत्येक माणसाला मी ठीक करू शकत नाही. पण जर आपण सुरुवात केली तर आपल्याला समजेल आपण स्वतः शक्तीशाली व्हाल. आपल्या मेहनतीनेच आपल्याला समजेल की, आपली शक्ती नव्या नव्या रुपांत प्रकटू लागेल. आणि आपण बसल्याबसल्या इथूनच लोकांबद्दल सांगू शकाल या विचाराने

मी आपल्याला हे चैतन्याचं दान दिलं आहे. भारतवर्षातच काय पूर्ण जगामध्ये हे झालं पाहिजे. पूर्ण जगच ठीक झालं पाहिजे. माझा तुमच्यावर पूर्णतया विश्वास आहे. की जेव्हा तुम्ही लोक या उत्कट इच्छेबरोबर जर यामध्ये उतराल तेव्हा कोणी कांहीही म्हणू शकणार नाही ते वाढतच जाईल, वाढतंच जाईल. तुमच्याबरोबर परमात्मा साक्षात चालत आहेत. सगळे देवदूत चालत आहेत. सगळे गण चालत आहेत. म्हणून तुम्ही प्रयत्न करुन पहा. एखादा माणूस असेल निगेटीव्ह, नंतर पॉझिटिव्ह होऊ शकतो. अशा प्रकारे आपल्याला विचार केला पाहिजे. एकाच गोष्टीचा की सहजयोगांसाठी काय केलं पाहिजे. काय करतो आहे आणि सारं अशा तऱ्हेने की आम्ही सगळे एका जाळ्यांत बांधलेले लोक आहेत. कोणी आत्म साक्षात्कार देतंय. कोणी काही वाटतं आहे. आणि सगळ्यांविषयी माहिती आहे. जशी मला आहे. त्याप्रमाणेच प्रत्येकाला एकमेकांची. एकेक नवे पैलू आपल्याला दिसतील आणि आश्चर्य वाटेल हे कुठून आले ? सगळे आपल्यामुळेच आहेत.

या प्रगतीनंतर आपण आणखीदेखील प्रगती करू शकाल. माझी तर होऊन गेली आहे. प्रगती. या प्रगतीच्या माध्यमातून आपण आणखी प्रगती करूं शकू.

जेव्हा सहजयोगांत येता तेव्हां वाटतं मी एका नव्या जगतात आलो आहे. मी कसा आलो, किती बदललो. हे सगळं कशांसाठी ? कोणी केले. आपल्याला कोणी बदललं ? हे परिवर्तन कां झालं? आपण बदललो तर त्याचं काही कारण असलं पाहिजे. आपण बदललात तर अशासाठी की आंतमध्ये तुम्ही जे आहात ते बाहेर झालात आणि बदलल्याचा अर्थ असा की आपल्याला जे मिळालं ते दुसऱ्यांना दिलं पाहिजे.

आज आपणा सर्वांना माझे अनंत आशिर्वाद. आपली आई या नात्याने मी म्हणेन माझी मुलं तर खूप लाडकी आहेत. आणि आयुष्यमान व्हा, जगाचं कल्याण करा. हा माझा आशिर्वाद तुम्हा मंडळींना आहे.

रामनवमी पूजा

कलकत्ता २५-३-९१

आपल्याला माहीत आहे की आपल्या चक्रांमध्ये श्रीराम खूप महत्वपूर्ण स्थान घेऊन आहेत. आपलं कर्तव्य किंवा प्रेमामध्ये कांही कमी राहणार असेल तर हे चक्र पकडतं. श्रीरामांनी पूर्णपणे मनुष्यरूप धारण केलं होते. ते हेसुद्धा विसरले होते कीं, मी श्रीविष्णूचा अवतार आहे. त्यांना विसरायला लावलं होतं. पण सर्व जगासाठी ते एक पुरुषोत्तम राम होते. आपल्याला सहजयोगामध्ये हे समजलं पाहिजे की, आपण कोणत्याही देवतेला मानतो, आणि तिला आपलं आराध्य मानतो, तेव्हा, त्या देवतेचं वैशिष्टय आपल्यामध्ये आलेलं असतं. कोणते गुण आपण मिळवले? श्रीरामचंद्रांचे तर अनेक गुण आहेत. ते पुरुषोत्तम होते. त्यांचा एक गुण होता की ते जे राजकारण करीत होते, त्यामध्ये जनमत सर्वोच्च ठेवलं होतं. आपली पत्नी, आपली मुलं यांचा विचार नव्हता. जर आपल्या राजकारणी लोकांनी ही गोष्ट समजून घेतली, तर त्यांच्यामधला स्वार्थ निघून जाईल. ते निस्वार्थी होतील. धर्मपरायण होतील. आजपर्यंत कोणीही श्रीरामांची ही जी सीमा आहे तिला आपलीशी करण्याचा प्रयत्न केला नाही. उलट त्यांची भजनं गायली. त्यांच्या नावाने अनेक मोठ्या संघटना झाल्या आहेत. राममंदिर करतील. पण हे सर्व केल्याने का श्रीराम आपल्या आंतमध्ये प्रवेश करणार आहेत ? आपल्या जीवनामध्ये त्यांचा प्रकाश येऊ शकतो की नाही, हे फक्त सहजयोगीच करू शकतात की, आपल्या आंतमध्ये वसत असलेल्या श्रीरामांना आपल्या चित्ताच्या प्रकाशात आणणे.

ते अत्यंत निरपेक्ष होते. तसं तर सर्व देवता कोणत्याही पापपुण्यविरहित आहेत. कोणतंही पाप, ज्याला आपण पाप म्हणतो ते केलं, तर पाप नसतं. जसं श्रीकृष्णांनी इतक्या लोकांना मारलं. श्रीरामांनी रावणाचा वध केला. हे आपल्या भौतिक दृष्टीनेच पाप होऊ शकतं. पण परमात्म्याच्या दृष्टीने होऊ शकत नाही. कारण त्यांनी दुष्टांचा नाश केला. त्यांनी वाईटाला हटवलं. आणि त्यांना अधिकार आहे, हे कार्य करण्यासाठी जे कांही करू

शकतात ते करण्याचा ! जसा देवीने राक्षसांचा संहार केला, तर कोणी म्हणेल की देवीने पाप केले. पण त्यांचं कार्यच हे आहे की, राक्षसांचा संहार करणे आणि जे साधू आहेत त्या लोकांना संभाळणे.

श्री रामचंद्रजींच्या जीवनांत अहिल्योद्धार एक खूप मोठी गोष्ट आहे. त्यांनी अहिल्येचा उद्धार केला कारण पतीने तिला शापित केलं होतं. त्या कालामध्ये कोणतीही स्त्री कोणत्याही मार्गाने वाममार्गात गेली तर तिचा पती जर साधू असेल, आणि त्याची स्थिती जर उच्च असेल, तर तिला शापित करीत असे. पण त्यांनी अहिल्येवर खोटाच आरोप लावला होता आणि अशा प्रकारे तिला शीला बनवलं. तर त्या अहिल्येचा सुद्धा श्रीरामांनी उद्धार केला. विशेषकरून त्यांचं जे एका पत्नीवरील प्रेमाचं जे व्रत होतं. ते खूप समजावून घेण्यासारखं आहे. खरं तर सीताजी महालक्ष्मीस्वरुप आहेत हे ते जाणत होते. पण मनुष्यरुपांत त्यांनी आपल्या पत्नीशिवाय दुसऱ्या कोणा स्त्रीकडे डोळे उघडून पाहिलंच नव्हतं. जेव्हां आपण रामाची गोष्ट सांगतो तेव्हा आपल्या मधील 'पती'त्व सुद्धा स्वच्छ असलं पाहिजे. जर कुठल्याही स्त्रीने रामाच्या बाबतीत विचार केला, तर तिलासुद्धा आपल्या पतीविषयी तशीच श्रद्धा असली पाहिजे जी सीतेला आपल्या पतीविषयी होती. आणि पतीलासुद्धा श्रीरामांप्रमाणे एकपत्नीव्रत असलं पाहिजे. सहजयोगामध्ये हे व्रत कठीण नाही. स्त्रीचा मान ठेवला पाहिजे. आपल्या पत्नीला मानाने ठेवलं पाहिजे. रावण त्यांना उचलून घेऊन गेला तेव्हासुद्धा श्रीरामांनी हे कर्तव्य समजलं की सीताजींना तिथून सोडवून आणणं आणि जनमत राखण्यासाठी, किती त्याचं संतुलन होतं. त्याच सीतेसाठी, जिच्यासाठी इतकी वर्ष मेहनत करून तिला सोडवलं, तिचा त्यांनी त्याग केला. अर्थात सीताजी स्वतः साक्षात देवी होत्या. त्यांच्यावर त्याग केल्याचा कांही विशेष परिणाम होणार नव्हता. आणि त्यांचा त्यांनी त्याग केला. कारण लोक अशा प्रकारे बोलतात जे लोकहिताच्या विरुद्ध असतं. कारण त्यांचा आदर्श कशा प्रकारे असा होता नये, ज्यामुळे लोक आपल्या इथे पालन करतील, यांच्यावरही लोक त्यांच्याबद्दलही लोक शंका करतात जरी त्या निष्कलंक होत्या आणि देवीस्वरुप स्वच्छ आणि निर्मल होत्या. त्यांनी त्याग केल्यावर सीताजींनीसुद्धा एक प्रकारे त्यांचा त्याग केला. त्यांनी स्त्रीप्रमाणे रामचंद्राचा त्याग केला आणि श्रीरामांनी पुरुषाप्रमाणे त्यांचा त्याग केला. सीताजी स्वतःच पृथ्वीमध्ये सामावून गेल्या आणि शेवटी श्री रामांनी शरयू नदीमध्ये देहत्याग केला.

अशा प्रकारे त्याचं जीवन अत्यंत घटनात्मक आणि चमत्कारपूर्ण आहे. साऱ्या जीवनांत बघाल तर सीता आणि राम यांचा आपसांमधील व्यवहार आणि एकमेकांबद्दल श्रद्धामय रहाणं. जरी त्यांनी सीताजींचा त्याग केला होता, तरी सीताजींनी विचार केला होता की, हे त्यांचे परमकर्तव्य आहे. आणि त्यांनी त्यांच्याबद्दल कधीही वाईट बोललं नाही. आणि खूप सहनतेने मुलांचे केलं. त्यांना वाढवलं, त्यांचं पोषण केलं. या श्रीरामांची जी मुलं झाली ज्यांना आपण लव आणि कुश म्हणतो. ते सुद्धा भक्तस्वरुप संसारात आले. त्यांना आपण शिष्यांसारखे पहातो. ते शिष्यांच द्योतक आहेत. आपल्या आंत शिष्याची एक शक्ती आहे. त्यामुळे आपण कोणाचे शिष्य होतो. शिष्यस्वररूप या लोकांनी खूप छोटया वयांत धनुर्विद्या शिकली. आणि या लहान वयांतच त्यांनी रामायण आणि संगितामध्ये खूप प्राविण्य मिळविलं होत. याचा अर्थ असा आहे की, शिष्याने पूर्णपणे आपल्या गुरूला समर्पित झालं पाहिजे. हे शिष्यांचे जे स्वरूप ते आपल्यामध्ये सुध्दां आहे. आणि आई, जी शक्ती आहे, तिला पूर्णपणे समर्पित होते. त्यावेळी श्रीरामांशी लढाई करण्यासाठी तयार झाले. आपल्या आईसांठी तर आईला त्यांनी जगामधील सर्वोच्च गोष्ट मानली. आणि त्या आईनेसुध्दां आपल्या मुलांचं पालन करणं, समर्थन करणं, त्यांना धर्ममध्ये उभं करणं. त्यांची पूर्ण प्रगति करणं, आपलं एकमेव कर्तव्य मानलं. नाहीतर आपल्या आजकालच्या बायका-रात्रंदिवस रडत राहतील की, माझ्या पतीने मला सोडलं. आणि जेव्हां पती मिळेल. तेव्हा त्याच्याशी भांडत राहतील. सोडलं तर हरकत नाही। माझी मुलं आहेत, म्हणून मला संभाळायचं आहे. आणि त्यांच्याबाबत अशी कोणती गोष्ट होतां नये की ज्यामुळे माझ्या मूलांचं कांही कमी पडेल. सीताजीचीही एक विशेष पैलू वनांतली आहे की त्यांची आणि त्यांचं साहस. हे प्रत्येक स्त्रीला आपल्यामध्ये जोपासलं पाहिजे. की जर पतीपासून दूर जरी जावं लागलं कोणत्या प्रकारे दूर गेलं तरी पतीसांठी आपलं नुकसान करतां नये. आपल्या मुलांचं नुकसान करतां नये. कारण त्यांच्यासांठी आपलं जे कर्तव्य आहे तीच परम गोष्ट आहे. त्यावरच सलग्न राहीलं पाहिजे.

श्री रामाचं जीवन सुध्दां अत्यंत शुध्द आणि निर्मल होतं. आणि जेव्हांपासून त्यांची पत्नी वनवासांत राहू लागली तेव्हांपासून त्यांनी आपल्या पत्नीसाठी सर्व गोष्टींचा त्याग केला. जगांमधील जितक्या आरामाच्या गोष्टी होत्या त्या सोडल्या. ते गवतावर झोपत होते. जमीनीवर झोपत होते. आणि अनवाणी रहात. साधू पुरूषा सारखे कपडे घालीत. या गोष्टी नाहीत- हे सत्य आहे. आपल्या भारतवर्षात, जगात असे अनेक लोक झाले आहेत

त्यांचं जीवन एक फार उच्च प्रकारचं होतं आणि त्यांनी कधी अशा छोटया छोटया गोष्टींचा विचार केला नाही पण या साऱ्या व्यक्ति आपल्या देशांमध्ये आल्यानंतर असं झालं की जेव्हां आपण या आदर्शांना बघतो तर आपल्या आंत ढोंग उद्भवल. जसं आपण रामाला मानतो, आपण रामाचं भजन केलं आणि झालं. हा तर एक प्रकारचा ढोंगीपणाच आहे. ज्या देशांमध्ये असे आदर्श नाहीत ते प्रयत्न करतात की आम्ही आदर्श कसे होऊ.

आमच्यामध्ये जर श्रीराम आहेत तर त्यांचा प्रकाश आमच्या चित्तमध्ये कां येऊ शकत नाही? आम्ही त्याला कां प्राप्त करं शकत नाही? ज्या स्थिती मध्ये श्रीराम या जगतांत आले त्या स्थितीला जाणण्याचा प्रयत्न आपण कां करीत नाही? एक सहजयोग्याला असा विचार केला पाहिजे की, रामाची स्थिती आपण प्राप्त केली, तर आपल्यांकडचं राजकारणच संपून जाईल. आपल्याकडचे सर्व त्रास संपतील. ज्या दिवशी सहजयोगी आपल्या मनामध्ये हे पक्कं करतील की, आपण रामचंद्रजीसारखे आहोत. आपल्या देशामध्ये जिथे ते राज्य करीत होते, त्यांचं ते एकदम निरीच्छ भावाने, विदेह रूपाने पालन करीत होते. आणि सर्व प्रकारचं चांगुलपण लोकांमध्ये आलं. त्याच्यामध्ये धर्म यावा. त्यांच्यामध्ये शिक्षण यावं. त्याची उन्नति व्हावी, त्यांच्या आंत महान आदर्शांची स्थापना व्हावी, असा त्यांनी पूर्णवेळ प्रयत्न केला त्यांसाठी आपलं जीवन पूर्ण आदर्शमय केलं. जर समजा, एखादी व्यक्ति कांही सांगते आहे आणि ती स्वतःच तशी नाही तर आपल्याला त्याच्याबद्दल कधी श्रध्दाच होऊ शकत नाही आणि आपण तिचे गुण घेऊच शकत नाही. पण खूप लोक नेहमी म्हणतात की आम्ही यांना मानतो, आम्ही त्यांना मानतो. पण मी बघते तर त्याच्या एकदम उलट होत आहे. जे रामाला मानतात, ते सर्व मोठे चोर राजकारणी असतात किंवा त्यांच्या दहा-दहा बायका असतात. तर मग रामाला कसं मानतात?

अशाच प्रकारे एका सहजयोग्याचं कर्तव्य काय आहे की, आपल्याला पण या देवतांचे प्रकाश आपल्या चित्तामध्ये आणले पाहिजेत. प्रत्येक गोष्टीमध्ये अशा प्रकारे पाहिलं पाहिजे जसं श्रीराम. श्री राम काय करतील? असं 'जर असा प्रश्न उद्भवला तर सीताजी काय करतील?' सीताजींनी अनेक जन्म घेतले. तर फातिमाच्या रूपाने गृहलक्ष्मीचं स्थान केलं. त्या घरामध्ये पदर ओढून पडद्यांत रहात होत्या पण सारं धर्माचं कार्य त्या शक्तिने केलं. आपण घरांत राहून ही हे कार्य करूं शकतां. आपली मुलं आहेत. आपली इष्ट मंडळी आहेत. त्या सर्वांमध्ये आपण सहजयोग पसरवा. पण प्रथम आपल्यामध्ये ही गोष्ट आली पाहिजे. त्यानंतर हे सर्व कार्य झाल्यावर आपण समाजांतही येऊं शकता. पहिल्यांदा स्त्रियांमध्ये सीताजींप्रमाणे शुध्द आचरण असलं पाहिजे.

शुध्द आचरणांत पहिली गोष्ट आहे ममता आणि प्रेम. त्या जेव्हां जंगलात, आपल्या पतीबरोबर रहात होत्या, त्यांनी कधीच असं म्हटलं नाही की माझे पती हे पैसे कमवित नाहीत, ते करीत नाहीत जशी इथे स्त्रियांची सवय असते. हे विकत घेत नाही. ते विकत घेत नाही. ते जंगलांत आहेत तर मीसुध्दां जंगलांत आहे. ते जे खातात, ते मी खाते, ते जेवायच्या आधी मी जेवेन असं कधी करीत नाहीत. ते जेवतील. त्यांना जेवण द्यायचं त्यानंतर मी जेवेन. यावर स्त्रिया असा विचार करतात, आमच्यावर फार जास्त दबाव येत आहे. ही पृथ्वीतत्वाप्रमाणे स्त्री असते. तिच्यामध्ये इतकी शक्ति असते की ही खूप दबावाला खेचूं शकते. आणि साऱ्या जगाला पहा किती फळं फूलं आदि उत्पादन देते. आपण स्त्रिया या पृथ्वातत्वाप्रमाणे आहोत. आपल्या आंत इतक्या शक्त्या आहेत की आपण सर्व तऱ्हेच्या गोष्टी आपल्या आंत सामावून घेऊ शकतो आणि आपल्या आंतून नेहमीच प्रेमाचा वर्षाव करूं शकतो. ही शक्ति आपल्या आंत परमात्म्याने दिली आहे. ही शक्ति आपल्यामध्ये जर असेल, तर समजा, पंखा चालला आहे, तर त्याची शक्ति जिथून येते ते शक्तिचं स्थान जास्त मोठं की पंखा? जर आपण असा विचार कराल, हा पंखा चालत होता किंवा समोर दिसत होता हे मोठं आहे, तर आपण समजू शकतां हे चूक आहे. स्त्री ही शक्तिस्वरुपिणी,अनेक शक्तींचा सागर आहे आणि तिच्याद्वारेच पुरूष जो आहे तो कार्य करत आहे. जसं एक पोटेन्शियल आणि एक कायनेटिक. स्थितिजन्य शक्ति आणि गतिजन्य प्रेरणा. स्थितीजन्य ही स्त्री आहे आणि गतिजन्य -कायनेटीक पुरूष. पण पुरूषाला पाहून कारण तो पळून जाऊ शकतो. स्त्रीसुध्दा पळूं लागली, तिला तर बसण्याची गरज आहे. दोघांचीही क्रियाच वेगवेगळी आहे. आणि या क्रियांमध्ये दोघांचं समाधान झालं पाहिजे. आणि दोन्ही क्रियांमध्ये स्त्रीचं खूप पोषणं होऊ शकतं. आणि जेव्हां वेळ पडते तेव्हां स्त्री पुरूषांपेक्षांसुध्दां जास्त काम करूं शकते.

महाराष्ट्रांत ताराबाई नावांची सतरा वर्षांची एक विधवा होती. शिवाजीमहाराजांची ती छोटी सून होती. सगळयांनी औरंगजेबाकडून हार

खाल्ली. आणि तिने औरंगजेबाला हरविलं, सतरा वर्षाच्या वयांत! आणि त्याची औरंगाबादेत कबर बनविली. तर आपण समजूं शकतां की जेव्हां स्त्री आपल्या शक्तिला पूर्णपणे एकत्रित करते. तेव्हां ती मोठी प्रचंड होते आणि जर ती अशी इकडे तिकडे आपल्या शक्तिला फेकत राहिली, कुठे लढण्यांत गेली, कुठे भांडण्यात गेली. वाईटपणांत गेली. हलकेपणांत गेली तर तिची सारी शक्ति नष्ट होऊन जाते. स्त्री जी आहे, ती इतकी शक्तिशालिनी आहे की तिची इच्छा होईल तर पुरूषांहून अधिक कार्य करूं शकते. पण सर्वात प्रथम गोष्ट आहे की, आपल्या शक्तिचा मान राखला पाहिजे. ती इकडे तिकडे फेकल्याने, ती शक्तिं नष्ट केल्याने, ती मग शक्तिहीन होऊन जाते. तर, स्त्रीचं कार्य अत्यन्त महत्वपूर्ण आहे, गौरवपूर्ण आहे. आणि खूप लज्जायुक्त आणि खूप समज असणारी असली पाहीजे. जसे पुरूष शिव्या देत आहेत. देऊं दे स्त्रिया देऊं शकत नाहीत. पुरूषांचं मोठं भांडण झालं तर मारामारी होइल. बायका करणार नाहीत. त्यांचं कार्य शांती देण्याचं आहे. त्यांचं कार्य आहे संरक्षणाचं. त्यांचे काम आहे लोकांना वांचविण्याचं जशी कांही एक ढाल तलवारीचं काम करूं शकत नाही. पण ढाल मोठी की तलवार? ढालच मोठी आहे. जी तलवारीचा वार सहन करते ती मोठी की तलवार मोठी? तलवारसुध्दां तुटते पण ढाल तुटत नाही. म्हणून स्त्रियांनाही आपल्या शक्तिमध्ये सामावून गेलं पाहिजे. आणि या शक्तिची सगळयांत मोठी धूरा आहे नम्रता. नम्रतापूर्वक आपल्या शक्तिला आपल्यामध्ये समावलं पाहिजे. हे कार्य कठीण नाही सहजयोगामध्ये. मी बघते की बहुतशा सहजयोगिनी स्त्रिया इतक्या वायफळ गप्पा करीत असतात. कुठे गेल्या तर पुरूषांबरोबर बडबड करतात. पुरूषांबरोबर जास्त गप्पा करायची जरूर नाही. वायफळ गप्पा करण्याची जरूरच काय आहे? स्त्रियांसमवेत देखील उगाच चकाटया पिटत राहाण्याची कांही गरज नाही. सहजयोगांत मी पाहिलं आहे, पुरूष शिकतात तसंच स्त्रियांनीही शिकलं पाहजे. सहजयोग काय आहे, त्याची चक्रं काय आहेत. कोणत्या चक्रामुळे माणूस कार्य कराते, कोणत्या चक्रामुळें त्याची काय स्थिती होते. याचं पूर्ण ज्ञान असलं पाहिजे. हे सारं पुरूष शिकतील तर स्त्रिया मागे राहातील. हे सर्व स्त्रियांनी शिकलं पाहीजे.

आतां पुरूषांची गोष्ट सांगायची तर श्रीरामचंद्रांचा आदर्श आपल्यासमोर येतो. मला वाटतं या बाबतीत मुसलमानांनी आपल्यावर मोठा गहजब केला आहे. मी त्यांना वाईट म्हणत नाही. त्यांच्या देशांत ही गोष्ट नाही. जसं आपण जर रियाधला गेलांत, तर कोणी मुसलमान डोळे वर करून आपल्याकडे पाहणार नाही. कोणी स्त्री असेल तर तिचा मोठा आदर राखतील. रस्त्यावरून जर कोणी स्त्री जात असेल तर गाडी थांबवितील. तिथे स्त्रियांचा इतका मान राखतात. आणि आपल्याकडे याचा उलट प्रभाव पडतो. आपण विचार करतो की स्त्री ही उपभोगाची वस्तु आहे. प्रत्येक स्त्रीकडे पाहिलं पाहिजे! प्रत्येक स्त्रीकडे दृष्टी वळविणे महापाप आहे. आणि सहजयोगांत निषिध्द मानलं जातं. यामुळे आपले डोळे खराब होतील. सहजयोगांततर अधिकच नुकसान होइल. जर ते नाही झालं तर आंधळे सुध्दां होऊं शकतां. जेव्हा डोळे इतकडे तिकडे फिरतात तेव्हां यामुळे सर्वात जास्त नुकसान जे आहे ते आपलं चित्त आहे. आपलं चित्त इकडेतिकडे चलबिचल होत आहे. ते चित्त जर चलबिचल झालं तर आत्मसाक्षात्काराचा फायदा काय होणार ? जर चित्त एकाग्र नसेल तर ते कार्यान्वित होऊं शकत नाही. एकाग्र चित्तच कार्यान्वित होतं. एकाग्रतेला साध्य केलं पाहिजे. आता परदेशात हा रोग खूप जास्त लोकांना आहे. स्त्रियांना सुद्धा आहे. जे परदेशी सहजयोगी आहेत ते याला फार चांगली गोष्ट समजत नाहीत. मी त्यांना सांगितलं, तुम्ही लोक फक्त जमिनीकडे बघत चला आणि तीन फुटांच्यावर बघण्याची जरूर नाही. तीन फुटापर्यंत सगळ्या चांगल्या गोष्टी दिसतात. फुलं, मुलं सगळी तीन फुटापर्यंत असतात. अशा प्रकारे आपल्या चित्ताला काबूत ठेवलं पाहिजे. आता श्रीरामांना तर गरज नव्हती, पण श्रीरामांना तुम्ही मानता तर आपल्याला त्यांच्यासारखं चित्त ताब्यांत ठेवलं पाहिजे आणि आपल्या पत्नीलासुद्धां हे समजावलं पाहिजे की तूं शक्ती आहेत. आणि मी तुझा आदर करतो पण तुलासुद्धा त्याच्या योग्य झालं पाहिजे. ' यत्र नार्यापूज्यते तत्र रमन्ते देवताः। जिथे स्त्रीपूज्य असते तिथेच देवता राहतात. पण ती पूजनीय असली पाहिजे, एखाद्या घाणेरड्या स्त्रीची दुष्ट स्त्रीची किंवा राक्षसी स्वभावाच्या स्त्रीची कोणी पूजा करेल काय ? हे सुद्धां जाणलं पाहिजे की ही आपल्या मुलांची आई आहे. पती जर आपल्या पत्नीला मुलांसमोर रागवायला, फटकारायला सुरुवात करेल, तिचा कांही आदर ठेवणार नाही तर मुलं सुद्धा कधीही तिचा मान राखणार नाहीत.

पत्नीनेसुद्धा पतीचा कधी अपमान करता नये जर तुम्ही दोघेही एकाच प्रकारचे असाल, बायकोला वाटत असेल आपलं चालावं, नवऱ्याला चालवता येत असेल तर कधी भांडण होणार नाही. पण जे समजलं पाहिजे नवऱ्याला कुठं ठेवू आणि कुठे नको असे आहे. सोपी गोष्ट आहे. कारण बिल्कुल मुलांसारखे असतात. त्यांचा स्वभाव मुलांसारखा असतो. भोळेभाबडे असतात. त्यांना बेकारच्या गोष्टींनी त्रास देऊन त्यांना चालवूं शकत

नाही. पण त्यांना सुद्धा एका मुलाप्रमाणे माफ केले गेलं तर. बाहेर जातात, सर्वांशी भांडण करतात, घरी येऊन बायकोवर चिडले नाहीत तर बाहेरच्या लोकांवर चिडतील आणि मार खातील. चला, चिडले तर काय झालं? अशा तऱ्हेची पत्नीची भावना पतीबद्दल नसेल तोपर्यंत आपापसांत प्रेम आणि आनंद येऊ शकत नाही. पण पतीने सुद्धा पत्नीला काय हवं, काय नको त्याचा विचार ठेवला पाहिजे.पण असं नाही की पत्नी आहे ती काही चुकीची गोष्ट सांगेल, कांही चुकीचा सल्ला देईल. त्यावर पतीने जरुर सांगितलं पाहिजे की हे अयोग्य आहे. असं करू नको. पण छोट्याछोट्या गोष्टींवरुन भांडण्याची कांही गरज नाही. हे सहजयोग्यांना मुळीच शोभा देत नाही आणि मला खूप आश्‍चर्य वाटतं सहजयोगीपण आपापसांत खूप भांडत राहतात. जर दोन सहजयोगी लोक एकाच जगात एकत्र राहू शकत नाही , मी तर सगळ्या जगाला सांगते आहे प्रेमाने रहा तर मला सांगा आपण सगळे प्रेमाने कसे राहणार ?

तर पहिली गोष्ट आहे, पतीला पूर्णपणे पत्नीबद्दल जागरूक राहिलं पाहिजे आणि हे जाणून घेतलं पाहिजे की जगांतल्या सगळ्या स्त्रिया ज्या आहेत त्या सगळ्या आई, बहिणींसमान आहेत. हे जर सहजयोगांत येऊन झालं नाही तर कुठेच होणार नाही.

आता एक साहेब स्वीस होते. एका मुलीचे वडील होते. सहजयोगी नव्हते असेच होते. सहजयोगांतही आले. पत्नी त्यांची खूप चांगली. ते जिथे जातील तिथे हे धंदे करीत राहिले. तर त्यांचे वडील जे सहजयोगी नव्हते त्यांनी सांगितलं, 'बाळ तूं हे सोडूनच दे' कारण जो सहजयोगामध्ये येऊन असलं धंदे सोडत नाही तो कधीच ठीक होऊ शकत नाही. थोडा ठीक होतो पण पूर्ण ठीक होत नाही तर तो सहजयोगी नाही आणि सहजयोगांत येऊनही याचे डोळे ठीक होत नाहीत, त्याचं चित्त स्थिर होत नाही. ही तर चुकीची गोष्ट आहे. आपल्या संस्कृतीची जी विशेषता आहे की स्त्री पुरुषांचं आपसांमधलं वागणं भाऊ बहिणीसारखं असलं पाहिजे. पण असं होत नाही मी बघते लगेच कोणी बाई बडबड करायला चालू करते. स्त्रियांबरोबर बसत नाही. पुरुषांसमवेत बसते. असे काही लोक आहेत स्त्रीलंपट. त्यांना स्त्री दिसली की लागले तिच्या मागे. कांही आपला आत्मसम्मानच नसतो आणि याला ते पुरुषार्थ समजतात. अरे बाबा पहिल्यांदा जे पुरुषोत्तम आहेत ते सुद्धा राम आहेत. तर ते पुरुषार्थी आहेत आणि जे बिल्कुल पाताळांत आहे ते आपल्याला पुरुषार्थी समजतात.नाहीतर रामालाही मानू नका. एका सैतानाला माना. जर श्रीरामाला मानीत असाल तर त्यांच्या आदर्शावर चाला आणि यामुळेच आपल्याकडे आपली मुलंसुद्धा बिघडू लागली आहेत. स्त्रियापण बिघडूं लागल्या आहेत.

तर भारतीय संस्कृतीचं वैशिष्ठ्य हे की स्त्रीयांनी खूप सांभाळलं आहे. जर अमेरिकनांसारख्या स्त्रिया असत्या तर सगळ्यांना पोहोचवलं असतं ठिकाणाला ! जर पुरुषाची दोन तीन लग्नं झाली तर झोळी घेऊन फिरतो. आणि स्त्रीची दोन तीन लग्न झाली तर ती तिथे महाल उभे करते. पण तिथे काय ? तिथल्या समाजाची अवस्थाच काय ? मुलं सोडून पळून जातात. आपल्या हिंदुस्थानी स्त्रियांचं हे वैशिष्ठय आहे. कारण भारतीय ढंगाने राहिल्या आहेत त्या आपल्या घराला संभाळतात. मुलांना आणि पतीला सांभाळतात. पण ही गोष्ट बदलूं लागली आहे. आता त्यासुद्धा बघू लागल्या आहेत. की जर आपला नवरा असा आहे तर आपण का नाही करायचं. तो जर घाणेरडी कामं करतो तर त्याच्या आधी मी नरकांत जाईन. धर्माची धुरा जी आहे, ती स्त्रियांच्या हातांत आहे. स्त्रीला सांभाळायचं असतं. स्त्रीलाच पतीला धर्माच्या रस्त्यावर आणायचं असतं. सांगून समजावून त्याला आपल्याजवळ ठेवायचं असतं. ते स्त्रीचं मोठं परमकर्तव्य आहे. ही तिच्या आंतली शक्ती आहे. जर ती स्वतः धर्मामध्ये बसली असेल. आणि धर्मामध्ये सर्वात मोठा धर्म आहे क्षमा. क्षमा करणं जर स्त्रीला आलं नाही तर तिने कोणताही धर्म केला तरी त्यापासून फायदा नाही. पहिली गोष्ट तिच्यामध्ये क्षमा असली पाहिजे. मुलांना क्षमा करायची, पतीला क्षमा करायची. घरामध्ये नोकरांना आश्रय देणं स्त्रीचं कर्तव्य आहे.

असं होत आहे की, आम्ही जे कार्य करीत आहोत ते रामही करू शकत नव्हते, कृष्णही करू शकत नव्हते. जीझस क्राइस्टही करू शकत नव्हते. जर राम असते, तर त्यांनी सर्वांना मारलं असतं की तुम्ही बेकार आहात. तुम्ही अधर्मी आहांत तुम्ही स्त्रीलंपट आहात. कृष्ण आले असते, तर त्यांनी सुदर्शन चक्र चालविलं असतं तरीसुद्धा गडबड झाली असती. जीझस आले असते तर त्यांनी स्वतःला क्रॉसवर चढवलं असते. हे तर आईच करू शकते. तिच्या आत प्रेमाची शक्ती इतकी जबरदस्त आहे, की कोणतीही गोष्ट असू दे, ती प्रेमशक्तीच्या आधाराने पार होते. ती सर्व गोष्टी उचलून घेते. आणि तिच्या पद्धती इतक्या गोड असतात की, मग मुलं तिला वाईट म्हणत नाहीत. काही गोष्ट झाली, गडबड झाली तर आईच जाणते, कशा

प्रकारे रागवायचं ते कारण मुलांना माहित असतं, आईमध्ये प्रेम आहे. ती आपल्या हितासाठी सांगत आहे, तेव्हा त्याचं त्यांना वाईट वाटत नाही. जर पित्याने दम दिला तर असं होऊ शकतं की मुलं तोंड वाकडं करतील. आईचं प्रेम तर निर्व्याज आहे. ती स्वतःसाठी कशाचीच इच्छा करीत नाही. ती एव्हढीच इच्छा करते की माझी मुलं नीट व्हावी. माझ्या सर्व शक्ती त्यांनी प्राप्त कराव्या. आपल्यामध्ये हे काही चांगलं आहे सर्व प्राप्त करावं. असं जर आईला वाटत असेल तर मुलं ठीक होतील. पण बऱ्याचशा आया खूप फॉरवर्ड असतात. सगळ्या गोष्टीत घुसायला जातात. सर्व गोष्टीत बोलायला जातात. तिचा पती तर बिचारा गुपचुप बसून राहील, या देवीजी समोर उभ्या राहतील असं जेव्हा होतं तेव्हा मुलं खराब होतात. जेव्हा अशा स्त्रियांना मुलं होतात ती फार संवेदनाशील आणि हानीकारक सुद्धा होऊ शकतात.

स्त्रीने मागे राहिलं पाहिजे आणि पतीला पुढे ठेवलं पाहिजे. हे योग्य की जे कांही आहे ते पतीने करावं आणि मागून त्याला मदत करावी. त्या शक्तीचं उगमस्थान स्त्री आहे. हे समजलं पाहिजे की एका स्त्रीला किती शुद्ध झालं पाहिजे. किती मेहनत केली पाहिजे. तुम्ही म्हणाल की, माताजी सर्व स्त्रियांवर सोडता – कारण मी जाणते तुम्ही शक्तीशाली आहात. मी जाणते तुमच्यामध्ये मोठ्या शक्ती आहेत. कारण मी आई आहे. बघा, माझ्यावर सगळ्यांनी सोडून दिलं की तुम्ही सर्व लोकांना पार करा. इतक्या जणांचे आजार ठीक झाले असं कोणी काम केलं होतं का ? एका उद्धार केला ते झालं. त्यानंतर कोणाचा उद्धार केला ? जीझस क्राइस्टने सगळे मिळून एकवीस लोकांना ठीक केले. जगभर फिरा, सगळ्यांचे हे करा, ते करा, सगळं चाललं आहे पण कांही वाटत नाही, कारण ती शक्ती आहे ना, प्रेम ! ती प्रेमशक्ती माझ्यापुढे धावते आहे. मी बाहेर निघायच्या आधी विचार करते, बंधन घालावं पण विसरून जाते. आणि जेव्हा सगळ्या कटकटी समोर येतात मी आंत खेचून घेते. तर प्रेमशक्ती अशी आहे की ती आपल्या आपणच कार्यान्वित करते. तेव्हां मी काही वाईट मानत नाही, जे कांही होत आहे ठीक आहे. त्रास झाला तर होऊं दे कांही हरकत नाही. हे सगळं आईच करु शकते आणि यामुळे मला तुम्हाला असं दाखवायचं आहे की तुम्ही समाधान आणि स्थितीसमवेत कार्य करा. आणि आतां पुरुषांनीसुद्धा आपल्या स्त्रियांना पूर्ण मदत करा. त्यांना समजून घ्या. त्यांचा आदर करा. जोपर्यंत रथाची दोन्ही चाकं एकसारखी असत नाहीत तोपर्यंत रथ फिरतच राहतो. पुढे जात नाही. दोन्ही एकासारखीच असली पाहिजेत पण एक डावीकडचं आहे एक उजवीकडचं. डावीकडचं उजवीकडे लागणार नाही. उजवीकडचं डावीकडे लागणार नाही. अशा प्रकारची ही दोन प्रकारची चाकं आहेत. आणि ही दोन्ही प्रकारची चाकं चालत राहिली आहेत. यामुळे कारण की, ती एकासारखी आहेत. सुद्धा आणि एकसारखी नाहीतसुद्धा. अशाच प्रकारे आपल्या जीवनांतही होतं.

श्रीरामचंद्रजींनी फक्त पती पत्नीचा विचार केला नाही. मुलांचा किंवा आपल्या कुटुंबव्यवस्थेचा विचार केला नाही. आपले भाऊबहीण, आईवडील सर्वांचा विचार केला, जसा एका माणसाला केला पाहिजे. आणि त्यानंतर त्यांनी समाजाचाही विचार केला. जन, देश, राज्य यांचा विचार केला, त्याप्रमाणे एका माणसाच्या साऱ्या गतिविधी असतात त्या साऱ्या गतकर्मांमध्ये त्यांनी दाखविलं की माणसाने कसं असलं पाहिजे. जी व्यक्ति आपल्या पत्नीवर इतकं प्रेम करीत होती. आणि ती संपूर्णपणे शुद्ध आहे, हे जाणत होती, तिचा त्यांनी त्याग केला. हल्ली पत्नीसाठी हा बनाव आहे. हे देणं आहे. आणि म्हटलं गरिबाला थोडे पैसे द्या तर देणार नाहीत. नाहीतर आपल्या मुलांना द्या. भाच्यांना द्या. हा राजकीय मंडळींचा रोग आहे. आणि यांनी आपली पत्नी जी साक्षात देवीस्वरुप अत्यंत शुद्ध होती. तिचा त्याग केला . मग आपण परत विचार केला पाहिजे. हे आमचं ममत्व आहे, नातं आहे. हे माझं घर इत्यादि. परदेशामध्ये तर कांही लोकांबाबत – आधी पतीपत्नीचं ठीक नव्हतं. आता सहजयोगांत ठीक झालं तर पत्नी सर्व काही झाली. आमच्याइथे कमीत कमी चार ते पांच लीडर पत्नीमुळे निघून गेले. कारण पत्नी ठीक झाली नाही. पती ठीक होते. पत्नीने शिकवून शिकवून लीडर्सचा सत्यानाश केला. इथेही मी म्हणेन, पत्नीने समजून घेतलं पाहिजे. सहजयोग कसा आहे. आणि त्यामध्ये आपलं काय स्थान आहे. आणि अशा बाबतीत पतीनेसुद्धा पत्नीशी जराही सहमत होता नये, तिला सांगितलं पाहिजे तू खूप जास्त बोलतेस, धांवतेस. चूप बस. तूं काही कामाची नाहीस. तुझी चक्र ठीक नाहीत. अशा प्रकारे जर पतीने तिच्याशी व्यवहार केला तरच ना, ती ठीक होइल. सहजयोगामध्ये आल्यावरही काही सूक्ष्म वाईट गोष्टी आपल्याला चिकटतात. तिकडे आपण खूप चांगल्या तऱ्हेने लक्ष दिलं पाहिजे.

तर आजच्या रामाच्या सणावर तर आपल्याला हनुमानजींवर विशेष विचार केला पाहिजे. हनुमानजी कशा प्रकारे श्रीरामांचे दास होते. आणि कशा प्रकारे त्यांच्या सेवा करीत गुंतून रहात होते. आणि दर वेळी त्यांच्या सेवेत राहण्यानेच त्यांना माहित होतं, त्यांचं पूर्ण सार्थक होणार होतं. त्यांच्या

सारखी वृत्ती सुद्धा सहज योगात आपण आपलीशी केली पाहिजे. याचा अर्थ असा नाही की आपण माइ यासाठी खाणं बनवून, बनवून पाठवावं, कारण मी तर खाणं खात नाही. आणि माइ यासाठी खाणं करून करून आणखी त्रासांत टाकता. कोणती गोष्ट पाहिजे ? सेवा करण्यात तत्परता. हनुमानजी काय जेवण करून पाठवत होते रामचंद्रजींसाठी ? दिल्लीवाल्यांनी मला इतका त्रास दिला आहे खाणं तयार करून, बनवून मी तर एक अटच टाकली. तुम्ही जर खाणं केलं तर मी येणार नाही. जी गोष्ट करायची असते ती करा. ही तर बेकारची गोष्ट आहे. जो माणूस खाणं खात नाही. त्याला आपण जबरदस्ती खाणं खिलवून राहिलोय. कोणत्याही गोष्टीची जरुर नाही तुमच्या आईला. सगळं भरून पडलं आहे. मी कंटाळले आहे. इतकं मी सांगते, माइ यासाठी कोणतीच गोष्ट आणूं नका. फक्त फुलंच आणा आणि फुलंही आणायची असली तर हजार रुपये लावू नका जे काही करायचं आहे ते संतुलनात. जसं आईला पसंत आहे ते . हनुमानजींकडून शिकायचं आहे की ते सेवेत होते. सेवेमध्ये तत्परता काय असते. माझी तर अशी काही खास सेवा नाही. पण जी माझी सेवा करायची आहे ती सहजयोगाची सेवा करा.

किती लोकांना आपण आत्मसाक्षात्कार दिला ? किती जणांना पार केलं ? प्रोग्रॅममध्ये जसं कोणी आलं की बस ! तुझ्या अंगात भूत आहे. लागले त्याच्या मागे ! ते पळून गेले. मी एका साहेबांना विचारलं," आपण पार झाला होता, सहजयोगातून पळून का गेला ?" सांगू लागले," कोणी सहजयोग्याने सांगितलं, तुमच्यामधे तीन भुतं बसली आहेत." मी म्हटलं," तुम्ही कसा विश्वास ठेवला ?" म्हणूं लागले, " ते तर तिथले मोठे महारथी दिसत होते." 'राम काज करने को तत्पर' काम कोणतं आहे आपलं ? माझं काम आहे सहजयोग. माझं कार्य आहे सहजयोग. कुंडलिनीचं जागरण करायचं, लोकांना पार करायचं, त्यांच्या आत शक्ती आणायची, प्रेम आणायचं, प्रेमाच्या गोष्टी करायच्या त्यांना सहजयोगाविषयीच सारी चक्र इत्यादींच वर्णन करायचं. त्यांना जे पाहिजे ते समजवायचं. याचा अर्थ असा नव्हे की व्याख्यान देणं, सुरु करणे, दोन दोन तास व्याख्यान देतात. मग आपलं भाषणही आम्ही ऐकू शकत नाही. तर त्यांनी सांगितलं मी जातो तरी माझं मन म्हणतंच व्याख्यानच देत राहीन. याला कसं ठीक करुं ? मी म्हटलं, तोंडात एक सुपारी ठेवा तर विचारू लागले केव्हढी मोठी ठेवू? मी म्हटलं," तुम्हाला हे माहीत नाही की तोंडात किती मोठी सुपारी ठेवायची, तर सहजयोगाबद्दल कसं काय बोलणार? याची सुद्धा आपल्याकडे अक्कल नाही. लोकांना सहजयोगावर व्याख्यान द्यायला फार चांगलं वाटतं. त्यांच्या माईकच सुटत नाही. एकदां पकडला तर सुटत नाही. हा पण एक नवा रोग आहे!

तर समजलं पाहिजे. कशाला इतकं व्याख्यान द्यायचं? श्रीमाताजींची इतकी व्याख्यानं आहेत. तीच ऐकवावी तेव्हा आता जेव्हा तुम्हा लोकांचा कसला प्रोग्रॅम असेल तेव्हा तुम्हाला हवं तर एक व्हिडिओ लावा किंवा टेप ऐकवा. त्यानंतर एक कागद पेन्सिल द्या. त्यात तुम्हाला काय लिहायचं आहे ते लिहा कांही प्रश्न असतील, तर विचारा आणि त्यानंतर त्यांची जागृती करा आणि त्यांना सांगा. पुढच्या वेळी तुमचे जे काही प्रश्न असतील ते घेऊन या. कोणाला रोग आहे, कोणाला त्रास आहे, आता असेही लोक आहेत. एक व्यक्ति आहे जी कोणाला बरं करायला कलकत्त्यालासुद्धा येईल. आतां त्याला रशियाला बोलवताहेत. एकच व्यक्ति हनुमानासारखी धावत राहते इकडून तिकडे. आपण सगळे लोक ठीक करू शकता. स्त्रिया ठीक करु शकतात पण कोणी हात लावत नाही. कोण जाणे काय गोष्ट आहे, की अजूनपर्यंत एकच व्यक्ती साऱ्या हिंदुस्थानात आहे जी लोकांना ठीक करू शकते. लंडनमध्ये १५-२० लोक आहे जे लोकांना ठीक करतात. ही ठीक करण्याची पद्धत काय आहे ती शिकून घेतली पाहिजे. आणि बंध न घेऊन ठीक केलं पाहिजे लोकांना त्यासांठी काय बाहेरून बोलावणार सहजयोगीयांना ? तुम्ही बॅच लावून फिरता, तुम्ही ठीक नाही करू शकत ? मग बॅच काढून टाका. स्वतःला ठीक करू शकत नाही तर इतरांना काय करणार ?

तर, सर्वांना ठीक करण्याची शक्ती सगळयांना दिली गेली आहे. ती आपण लोकांनी शिकून घ्या. तिच्यावर प्रभुत्व मिळवा. कलकत्याला दुसऱ्या कोणाला ठीक करण्याशिवाय कोणी कलकत्याला पोहोचलं तर पहा ! यात हिंमत असण्याची थोडीशी गोष्ट आहे. तुम्हाला कांही होणार नाही. तुम्ही आजारी पडू शकत नाही की काही होणार नाही. जे लोक सहजयोगांत जितकं कार्य करतील तेव्हढ्या गहनतेमध्ये उतरतील. जसा वृक्ष जितका पसरेल तेव्हढा गहनतेमध्ये उतरेल.

सहजयोगांत आणि अवतरणांच्यामध्ये फार मोठा फरक आहे. पहिल्यांदा त्यांनी सामाजिकतेसाठी अध्यात्म केलं नव्हतं. या शक्ती कोणाला

दिल्या नव्हत्या. समाजासाठी मिळाल्या नव्हत्या. एखाद्या माणसाला शक्ती मिळाली होती. जसा राजा जनकाने नचिकेताला आत्मसाक्षात्कार दिला होता. पण आतां तर तुम्हा सर्वांना या शक्ती मिळाल्या आहेत. बस, यांनाच अशा वाढवा की तुम्हाला कोणत्याही गोष्टींची जरुरच राहणार नाही. तुम्ही आपली तब्येत ठीक करा. दुसऱ्यांची तब्येत ठीक करा. आपण सहजयोग समजून घ्या. सगळं काही आपल्याकडे आहे पण अजूनही तुमचं चित्त कोण जाणे कुठे फिरत आहे. आता तुम्ही या गोष्टीला पकडलंच नाही. श्रीरामांच्या माध्यमांतूनच आपण चिार बदलू शकतो. त्यांच्या माध्यमांतूनच स्वभाव बदलू शकतो. कारण आपल्यासाठी ते एक आदर्श आहेत. त्यांच्या आदर्शापर्यंत पोहोचल्यानंतरच इतर तुमच्या आदर्शापर्यंत पोहोचू शकतात. कारण ते मनुष्याचे आदर्श आहेत. किती मोठी गोष्ट आहे की परमात्मा मनुष्य होऊन या जगतामध्ये आले. यासाठी की आम्ही आदर्श व्हावं. आणि सगळ्या संकटांना विपत्तींना तोंड द्यावं. हे दाखविण्यासाठी की, कोणतीही संकटं आली विपत्ती आली तरी मनुष्याने आपला धर्म सोडता नये. विश्वध र्म सोडता नये. आणि जो आपला योग आहे त्यांत गुंफून राहिलं पाहिजे.

तुम्हा सर्वांना माझे अनंत आशिर्वाद

जय श्री माताजी
ऋतंभरा प्रज्ञा

लॉंजहिन सेमिनार २३-७-८३.

(निर्मल योग जाने-फेब्रु. ८४)

जगाच्या निरनिराळया भागातून तुम्ही सर्वजण हया ठिकाणी आलेले बघून मला अतिशय आनंद होत आहे. तेव्हा प्रेमाने ह्रदय इतके भरुन येते की शब्द त्याची तीव्रता व्यक्त करण्यास अपुरे पडतात. तुमच्या ह्रदयात याची तीव्रता समजावयास पाहिजे. हया अश सुंदर नैसर्गिक वातावरणांत आपण एकत्र भेटतो आहोत, यात मला वाटतं अशी परमेश्वराची व्यवस्था आहे की यावेळी काहीतरी वेगळं मोठं घडावयाचं आहे. हयावेळी आपण कांही तरी फार मोठं मिळवलं पाहिजे, आता वेळ थोडा आहे. तेव्हा मी तुम्हाला ध्यानाबद्दल काही गोष्टी सांगते व त्यानंतर मला वाटतं आणखी दोन भाषणे होतील.

"मेडिटेशन" हा एक सर्वसाधारण शब्द आहे. ध्यानामध्ये ज्या तीन पायऱ्या आहेत त्या शब्दांतून स्पष्ट होत नाहीत. परंतु संस्कृत भाषेत तुम्ही ध्यानात कसे जायचे हया संबंधी स्पष्टपणे सांगितले आहे.

प्रथम ध्यान म्हटलं आहे, दुसरी धारणा सांगितली आहे व तिसरी समाधी, सुदैवाने सहजयोग असा आहे की तुम्हाला या सर्व गोष्टी एकत्र एका बंडल मध्ये मिळतात. तुम्ही बाकी सर्व वगळून समाधीत जाता आणि हेच त्यातील सौंदर्य आहे. प्रथम ध्यान घ्या. प्रथमतः तुम्ही जेव्हा साध क असता तेव्हा तुम्ही ज्याची पूजा करता त्यावर तुमचं चित्त ठेवता, त्याला ध्यान म्हणतात. आणि धारणा म्हणजे तुम्ही केलेले सतत प्रयत्न. तुमचे सर्व प्रथम त्यावरच केंद्रित करणे. परंतु जे लोक जागृत नाहीत त्यांच्या करिता हे केवळ नाटक ठरतं. ते केवळ फक्त अभिनय करत असतात. परंतु जागृत व्यक्तीसाठी ते सत्य आहे.

तेव्हा प्रथम तुम्हाला ध्यान केलं पाहिजे. कुणी मूर्तिचे ध्यान करतात तर कुणी अमूर्तीचे करतात. परंतु तुम्ही इतके नशिबवान आहात की अमूर्त सुध्दा तुमच्या समोर प्रत्यक्षात मूर्त स्वरूपात आले आहेत. तुम्ही आता मूर्ती कडून अमूर्ताकडे किंवा अमूर्ताकडून मूर्तता हे सर्वच येथे आहे. एका बंडल मध्ये, तेव्हा तुम्ही काही देवतेवर एकाग्रता करता किंवा त्या संबंधी विचार करता किंवा काही ठिकाणी निराकार की जो अमूर्त स्वरूपात करतात किंवा सर्वस्वी निराकारावर चित्त एकाग्र करतात. जोपर्यंत तुम्ही जागृत नाहीत तोपर्यंत सर्व बुध्दिचा खेळ आहे. परंतु एकदा का तुम्ही जागृत झालात की तुम्ही ज्याचे ध्यान करणार आहात त्याचा फक्त विचार करता.

पण जेव्हा तुम्ही एखाद्या व्यक्तीवर ध्यान करता तेव्हा तुमचं चित्त विचलीत होत असतं. ते जागृती नंतरही शक्य आहे. ते एका बंडलमध्ये आहे. तरी सुध्दा काही लोक ते काही थोडे थोडे करीत घेतात, तेव्हा जरी तुम्ही ध्यान करता तरी तुमचे चित्त घटकेघटकेला विचलित होत असतं. तेव्हा तुम्ही किती एकाग्रचित्त होऊ शकता त्याच्यावर ते अवलंबून असतं. तेव्हा मी काही असे सहजयोगी पाहिलेत की काही स्वयंपाक करतात तर काही ध्यान करतात तेव्हा ध्यान करणारा म्हणतो की काहीतरी जळण्याचा मला वास येतो आहे.

तेव्हा अशा ठिकाणी धारणा नसते. धार याचा अर्थ प्रवाह. प्रवाह थांबल्यास त्या ठिकाणी धारणा नाही, ध्यान आहे पण धारणा नाही, हयातील दुसरा भाग फार महत्वाचा आहे. तुम्हाला तुमचं चित्त सतत तुमच्या देवतेवर ठेवावयास पाहिजे. तेव्हा तुम्ही एक स्थिती मिळविता कि ज्याला धारणा म्हणतात की, ज्यात तुमचं चित्त त्या देवतेशी एक होतं आणि जेव्हा हे परिपक्व होतं तेव्हा तुम्हाला समाधी अवस्था प्राप्त होते. आता ज्या लोकांना असं वाटतं की जागृती शिवाय ते हे कसं करू शकतात तर ते पूर्णतया चूक आहे. परंतु जागृति नंतर जेव्हा तुमची धारणा प्रस्थापित होते तेव्हा तुम्हांला अशा अवस्थेत जावे लागते की ज्यामध्ये तुमची समाधी लागेल. आता ही अवस्था काय आहे? जेव्हा तुम्ही या अवस्थेत असता तेव्हा तुम्ही जे काही करता, तुम्ही ज्या देवतेला पूजता ते दैवत तुम्ही तुमच्या कामांत बघता. तुम्ही असं म्हणू शकता की जे काही तुम्ही बघता तुम्हाला तुमचे दैवतच ते करत आहे असं दिसतं तुम्ही जे काही ऐकता, तुम्हाला तुमचे दैवतच सत्य सांगत आहे असं वाटतं. जे काही तुम्ही वाचतां त्यात तुम्हाला दिसेल की तुमच्या दैवतेनेच तुम्हाला सांगितले. तेव्हा तुम्ही तुमच्या डोळयांनी, नाकांनी आणि इतर सर्व अवयवांनी जे काही कराल ते सर्व काही तुम्ही ज्या दैवताची पूजा करता त्याच दैवताचं दर्शन तुम्हाला आपोआप घडतं, तुम्हाला आता, मला एकाग्रता करावयाची आहे असा विचार करावयास नको, आता मला हा विचार नको, मला आता हा विचार करायला पाहिजे, हे सर्व काही आपोआप घडतं, तुम्ही एखादं पुस्तक वाचाल आणि तुम्हाला त्यात सहज योगसाठी काय चांगलं ते सापडलं आहे. जर परमेश्वराविरुद्ध लिखाण केलेलं पुस्तक असेल तर ते तुम्ही टाकून दयाल, जर तुम्हाला काही अडचणी आल्या असतील ते असं समजा की त्या तुम्हाला काही धडा शिकविण्याकरिता घडलेल्या आहेत, "मला काही अनुभव शिकविण्या करीता" हा सर्व त्या दैवताच्या अनुभूतीची प्रचिती आहे. आता उदाहरणार्थ एखाद्या स्त्रीला गर्भपात होत आहे असे वाटते तेव्हा एक व्यक्ति की जी समाधी अवस्थेला गेली नाही, किंवा सवयीचा गुलाम आहे ती म्हणेल "मी माताजीसाठी एवढं केलं, मी इतक्या लांब गेले आणि असं असूनसुद्धा ही अडचण मला आली" पण दुसरा म्हणेल की "ठीक आहे मला प्रयत्न करुन बघू दे, मी जाऊन माताजींच्या फोटोसमोर सांगेन किंवा टेलिफोन करेन" आणि त्याला असे आश्चर्य दिसेल की ते सर्व काही झालेले आहे आणि एकदम योग्य असेच.

तुम्ही जर जागृत असलात तरच या गोष्टी शक्य आहेत. अन्यथा नाही. तेव्हा ही जी अवस्था तुमच्यात जागृत झाली आहे ही एक नवीन स्थिती आहे. संस्कृतमध्ये तिला सुंदर नांव आहे फार कठीण नांव आहे "ऋतंभरा प्रज्ञा" ऋतंभरा हे निसर्गाचे नांव आहे आणि एखाद्याला तो निसर्ग प्रकाशित झालेला जाणवतो. मी तुम्हाला एक उदाहरण देते, ज्यावेळी मूल जन्माला येत असतं, त्यावेळी त्याच्या आईला आपोआप दूध येते. निसर्ग मुलांच्या जन्माकरिता आपोआप कार्यान्वित होत असतो.

त्याचप्रमाणे फक्त सहज योगाच्या ठिकाणी ही ऋतंभरा प्रज्ञा जेव्हा कार्यरत होते तेव्हा काम कसे चटकन घडतं हे बघितलं तर तुम्हाला आश्चर्य वाटेल. आता वेळ थोडा आहे. पण मी तुम्हाला एक उदाहरण देते. मी ब्रायटनला आले आणि जॉन्सन म्हणाला "माताजी ब्रायटनमध्ये गुरुपूजा करु या" मी म्हटलं ठीक आहे करा परंतु जागा शोधून काढा. तेव्हा तो युनिव्हर्सिटीत गेला म्हणाला की युनिव्हर्सिटीचे लोक मदत करतील परंतु जागा लहान आहे आणि मी म्हणाले "परंतु त्यांना विचारुन तर बघा" मग तो म्हणाला "नाही ती जागा गुरुपूजेच्या दिवशी रिकामी नाही" मग मी म्हणाले तुम्ही काय करु शकता? तो म्हणाला माताजी आता काय करायचं? मी म्हणाले दुसरे कुठेतरी आत्ताच्या आत्ता प्रयत्न करा. फोनवर कुणाला तरी विचारा नंतर त्यांनी जाऊन त्यांना फोन केला. आणि त्यांनी सांगितलं की आमच्याकडे जागा आहे, फारच चांगली जागा आहे आणि तुम्ही ताबडतोब या. जेवायलाच या. तो लगेच तेथे गेला. त्यांने तेथे उत्कृष्ट जेवण केले. ते सर्वजण खूप खूष होते. ते सर्वांनाच जागा देणार होते. ते फारच चांगले लोक होते. आणि ह्या सर्व गोष्टी इतक्या चांगल्या रितीने कशा घडल्या यांचे त्याला आश्चर्य वाटले.

तेव्हा ऋतंभरा प्रज्ञा ही तुमच्या मदतीसाठी कार्यान्वित होत असते. तुम्ही सर्व मला सांगता की माताजी हे आश्चर्य घडले ते घडलं आणि आम्हाला समजलं नाही की ते कसं घडलं. मी एक तुम्हाला उदाहरण देते. काल आम्ही काहीतरी सिमेंटचे काम करीत होतो. तेव्हा इटालियन मुलगा म्हणाला की आपल्याला दोन पिशव्या सिमेंट लागेल. मी म्हणाले तू काम चालू ठेव ते संपणार नाही. मी जाण्याच्या अगोदर सुद्धा ते काम चालू होतं आणि सिमेंट संपलं नव्हतं. आता बघा एवढी सिमेंटसारखी गोष्ट.

तेव्हा ही एक विशेष गोष्ट आहे की निसर्ग तुमच्याशी एकरुप झाला व तुम्ही निसर्गाशी एकरुप झालात तेव्हा या दैवी शक्तीचे प्रेम, संरक्षण आणि तुमच्या प्रती चित्त ह्या काही घटना घडतात ज्यात काही परिस्थिती निर्माण होते त्यातून प्रदर्शित होतं आणि हयाला अंत नाही. जे फक्त घडतं असतं पण लोकांना ते कसं घडतं हे समजत नाही. पण तीच समाधीची स्थिती आहे. परंतु असे काही लोक असतील की मी जर त्यांना विचारलं की तुम्ही हे कराल का? ते म्हणतील माताजी आता दुकान बंद झाली असतील. ते काही बरोबर नाही. ते करणार नाही अशा तऱ्हेने ते सांगत रहातील. आणि काही असेही लोक आहेत की ते म्हणतील नाही. मला बघू द्या. जर माताजी म्हणत आहेत तर ते होईलच.

मी आता अगदी साधे उदाहरण देते. फारच बाहयातले आहे. पण ते सत्य आहे. श्री. श्रीवास्तव हे काही विशिष्ट प्रकारे चहा घेतात. फारच इंग्लिश. आणि त्यांना दुसरा चहा आवडत नाही. तेव्हा ते मला म्हणाले अरे बापरे! आपला चहा संपला. आणि उद्या सकाळी काय करायचे. तेव्हा मी म्हणाले ठीक आहे. चला आपण चहाच्या दुकानात जाऊ. तेव्हा ते म्हणाले आता रात्रीचे आठ वाजले आहेत. ते सर्व आपल्याला हसतील. व आता रात्री आठ वाजता कुठलेही टी सेंटरचे दुकान उघडे नसेल. मी म्हणाले बघू तर जाऊन, त्यात अडचण काय आहे. मी म्हणते चला जाऊ या. परंतु ते म्हणाले काय विचित्र गोष्ट तुम्ही सांगत आहात. मी म्हणाले ठीक आहे. विचित्र किंवा काहीही असो. चला तर खरं. परंतु ते ऐकेनात. तेव्हा मी ड्रायव्हरला सांगितले चला आपण तिकडे गाडीने जाऊया. आम्ही तेथे गेलो आणि सर्व दिवे लागलेले होते. आम्ही म्हणालो हे सर्व दिवे कसे लागलेले आहेत? तेव्हा आम्ही आत गेलो, फारच ओशाळलेले आणि ते सर्वजण उभे होते. "आम्ही सर्वजण आपल्यासाठी केव्हाची वाट पहात आहोत आणि तुम्ही सर्वात शेवटी आलात". पहा कल्पना करा. तेव्हा मी माझ्या पतिना विचारले, ते म्हणाले "मी विसरलो आपल्याला आज येथे स्वागत समारंभ होता. आणि ते म्हणाले "तुम्ही सर्वात शेवटी आलात" आणि म्हणाले, "काही हरकत नाही. तुम्ही तुमचे प्रेझेन्टस घ्या." तेव्हा त्यांनी प्रत्येकी दोन चहाचे डबे प्रेझेंट दिले.

माझा म्हणण्याचा अर्थ असा की अशी हजारो उदाहरणे देता येतील. आजच कुणीतरी पलंग सरकविण्याचा प्रयत्न करीत होते. तिघेजण प्रयत्न करीत होते. मी म्हणाले "ठीक आहे", मी सरकवते, "मी फक्त माझी नाभी तेथे लावली, मी काही ढकलले नाही. ते असंच पुढे सरकलं ते केवळ ऋतंभरा प्रज्ञेमुळे. परंतु हा काही चमत्कार नाही. हे ईश्वराचे तुमच्यावरील प्रेम प्रदर्शित करणे, तुम्हांला, तुम्ही कोणी खास निवडलेले आहात, हे दाखविण्यासाठी आहे. परंतु ही परिस्थिती तुम्ही मान्य केली पाहिजे.

पण तुम्ही जर सर्वसाधारण लोकांसारखे वागलात की "अरे देवा, दुकाने बंद असतील, तो माणूस किती विचित्र आहे, मला वाटत नाही की ते काम होईल", तेव्हा ते कधीच होणार नाही. पण तुम्हाला हे समजलं पाहिजे की निराकार व साकार मी अशा तुम्हाला जन्म दिलेला आहे, तुम्ही निवडलेले साधूसंत आहांत तेव्हा ही प्रज्ञा प्रदर्शित होत असते. प्रत्येक क्षणाला प्रदर्शित होत असते. तुम्ही तयारीला रहा, आनंदी रहा आणि तिचं स्वागत करा. आणि विश्वास ठेवा की तुम्ही जिथं आहात त्याची पातळी वेगळी आहे.

आता वेळ झालेली आहे की सहजयोग्याने आपली पातळी बदलली पाहिजे. आपण बदललं पाहिजे. आपण आपली उन्नती केली पाहिजे. पातळी उंचावली पाहिजे. परंतु सहजयोग असं काही मिश्रीत आहे की एकाच प्लेटवर आपल्याकडे अत्यंत खराब अशा भूता पासून अगदी वरच्या दर्जाचे लोक आहेत. आता काही जण गेले आहेत. फार अहंकारी आहेत. ते सारखे गडगडत असतात. आपल्याला समजत नाही की ही प्लेट उंचावयाची कशी? जर तुम्ही ती प्लेट उंचावली तर ते गडगडत खाली येतील.

तेव्हा तुम्ही घाबरलेले आहात तुम्हाला त्यांना धरुन ठेवलं पाहिजे. आणि काही असे आहेत की ते चौरस आहेत व दुसऱ्याच्या समस्या भुताप्रमाणे आपल्या डोक्यावर घेतात. जर तुम्ही त्यांची उन्नती करण्याचा प्रयत्न कराल तर ते खाली घसरत येतील किंवा सर्व भूते पडतील. परमेश्वराला माहित. पण तिसऱ्या प्रकारचे लोक आहेत की जे लोकच आहेत मनोऱ्यासारखे की जे अगदी चांगल्या रितीने स्थिर झालेले आहेत. तुम्ही ज्या उंचीवर त्यांना न्याल तेथेच ते टिकून राहतील.

तेव्हा जे लोक अजून काठावर आहेत ते मला नक्कीच त्रासदायक आहेत. कारण माझ्या प्रेमामुळे मी त्यांना बाहेर फेकू शकत नाही आणि आपल्याला त्यांना मदत करावयास पाहिजे. त्यांची उन्नती करावयास पाहिजे. खरे पहातां त्यांना त्यातून बाहेर यावयास पाहिजे. आपण त्यांच्यासाठी किती वाट पहायची. प्रत्येकांनी बघितलं पाहिजे की जे काठावर आहेत त्यांना नीटपणे आत आणलं पाहिजे. म्हणजे ते सहजयोगातून बाहेर जाणार नाहीत. जिव्हाळा ठीक आहे. पण आपली सहजयोगाची पातळी खाली करुन चालणार नाही. कधीच नाही.

जे लोक सहजयोगात चांगले प्रस्थापित झाले आहेत त्यांची पातळी उंचावयास पाहिजे. तेव्हा प्रत्येकाने किमान पातळीपर्यंत येण्याचे व स्थिर करण्याचे प्रयत्न करावे. नाहीतर मला सांगण्यास खेद वाटतो की ते चाळणीतून गळले जातील.

धन्यवाद.

धन्यवाद माताजी - शिष्य म्हणाले.

शूडी कँप येथे परमपूज्य श्री. माताजींनी दिलेला उपदेश

दिनांक १८ जून १९८८ रोजी परमपूज्य श्री. माताजींनी शूडी कँप येथे सहजयोग्यांना उपदेश केला होता. त्या उपदेशाच्या शेवटी खालील क्रिया करण्यांस सांगितले. या क्रिया डावा हात श्रीमाताजींच्या फोटोकडे करुन उजवा हात निरनिराळया चक्रांवर, ज्याप्रमाणे श्रीमाताजी सामूहिक कुंडलिनी जागृतीचे वेळी करुन घेतात, त्याप्रमाणे करावयाच्या.

डावे हृदय : डाव्या हृदयामध्ये श्री शिवांचा वास आहे. ते आत्मा आहेत म्हणून तुमच्या आत्म्याचे आभार मानायचे कारण त्यांनी तुमचे चित्त प्रकाशित केले आहे.

तुम्ही संत आहात आणि म्हणून तुमच्या हृदयात जो प्रकाश आला आहे त्या प्रकाशाने तुम्हाला सर्व विश्वाला प्रकाशित करावयाचे आहे. म्हणून आता तुमच्या हृदयात पुढीलप्रमाणे प्रार्थना करावयाची की "माझ्यातील ईश्वरी प्रेमाचा हा प्रकाश सर्व जगभर पसरु दे!" हे सर्व स्वतःमध्ये पूर्णपणे विश्वास ठेवून सर्व समजून घेऊन व पूर्ण सिन सीरीटी ठेवून करायचे आणि जी तुम्ही इच्छा कराल ते घडून येईल.

डावे भवसागर : हे तुमच्या धर्माचे स्थान आहे. ह्या स्थानावर तुम्ही प्रार्थना करायची की, "विश्व निर्मल धर्म सर्व जगांत पसरु दे, आमच्या धार्मिक जीवनातून व धार्मिकतेतून लोकांना प्रकाश प्राप्त होऊ दे. लोकांना ते दिसू दे व त्यांना जागृति व कल्याणप्रद उच्च जीवन देणाऱ्या विश्व निर्मल धर्माचा स्विकार करु दे व स्वतःची उन्नत्ति घडवून आणण्याची त्यांना इच्छा होऊ दे."

डावे स्वाधिष्ठान : हे शुद्ध विद्येचे केंद्र आहे. या ठिकाणी सहजयोगी म्हणून तुम्ही म्हणायचं की "आमच्या आईने ईश्वरी कार्य कसे घटित होते त्याची आम्हाला पूर्ण कल्पना दिली आहे. त्यांनी आम्हाला सर्व मंत्र दिले आणि सर्व शुद्ध ज्ञान दिले, ते आम्ही जाणू शकतो व सांभाळू शकतो. त्याचे मला संपूर्ण ज्ञान होऊ दे. या ज्ञानात मला तरबेज होऊ दे म्हणजे मी इतरांना जागृती देऊ शकेन व त्यांना हे समजावून देईन की ईश्वरीकृत्य काय आहेत, कुंडलिनी म्हणजे काय व चक्रे म्हणजे काय आहेत. माझे चित्त इतर भौतिक गोष्टीपेक्षा सहजयोगामध्ये जास्तीतजास्त रममाण होऊ दे."

डावी नाभी : "श्री माताजींनी मला आत्मा दिला आहे आणि आत्मा हाच माझा स्वतःचा गुरु आहे. मी स्वतःचा गुरु झालो आहे. मी स्वतःचाच स्वामी आहे. यापासून मी कधी दूर जाऊ नये. माझ्या चारित्र्यात डिग्निटी येऊ दे. माझ्या वागण्यात औदार्य येऊ दे व इतर सहजयोग्यांसाठी प्रेम व अनुकंपा असू देत. मला देखावा करण्याची बुद्धि होऊ नये, परंतु ईश्वरी प्रेम आणि त्याचे कार्य याचे सखोल ज्ञान मिळू दे. म्हणजे जेव्हा लोक माझ्याकडे येतील तेव्हा मी त्यांना सहजयोग सांगू शकेन व हे महान ज्ञान अतिशय प्रेमाने व नम्रतेने प्रदान करीन."

डावे हृदय : इथे तुम्ही परमेश्वराचे आभार मानावेत कारण तुम्ही आनंदाचा सागर अनुभवीला आहे. क्षमेचा सागर अनुभवीला आहे आणि तुमच्या आईप्रमाणेच क्षमा करण्याची क्षमता अनुभवीली आहे. तुमची आई किती प्रचंड क्षमा करते ते तुम्ही पाहिले आहेच. "माझे हृदय मोठे होऊ दे आणि त्यांत संपूर्ण विश्व सामावू दे आणि माझ्या प्रेमातून ईश्वराचे नांव निनादू दे. प्रत्येक क्षणी हृदयातून परमेश्वराच्या प्रेमाचे सौंदर्य व्यक्त झाले पाहिजे".

डावी विशुद्धि : " मी अपराधी पणाच्या असत्यामध्ये रहाणार नाही कारण ते असत्य आहे हे मी जाणतो. मी माझ्या दोषांपासून पळून जाणार नाही तर त्यांना तोंड देईन आणि ते मूळातून काढून टाकीन. मी दुसऱ्याचे दोष पहाणार नाही तर माझ्या स्वतःच्या सहजयोगाच्या ज्ञानातून मला त्यांचे दोष काढून टाकू देत. किती तरी मार्गांनी कोणालाही न समजता आपण दूसऱ्याचे दोष काढू शकतो. माझी सामूहिकता इतकी महान होऊ देत की संपूर्ण सहयोग वंश हाच माझे कुटुंब होऊ दे. माझी मुले होऊ दे, माझे घर होऊ देत, त्यातच माझे सर्व काही असू देत. माझ्या अंतर्मनी अशी भावना वृद्धिंगत होऊ दे की मी एक संपूर्णत्वाचा (Whole) एक अविभाज्य घटक आहे, कारण आम्हा सर्वांची एकच आई आहे. संपूर्ण जगाचे प्रश्न काय आहेत आणि माझ्या खऱ्याखुऱ्या इच्छाशक्तितून मी ते कसे सोडवू शकतो हे समजावून घेण्याकडे माझे लक्ष लागू दे. संपूर्ण जगाच्या समस्या मला माझ्या हृदयाच्या अंतर्यामी जाणवू देत व जेथून त्यांची उत्पत्ति झाली तेथून त्याचे मला उच्चाटन करू देत. ह्या सर्व समस्यांच्या तत्त्वाकडे जाऊन माझ्या सहजयोगाच्या शक्तिमधून व संतपणाच्या शक्तीतून मला त्या समस्यांचे निराकरण करु दे."

आज्ञा (कपाळ): सर्वांत प्रथम इथे तुम्ही म्हणायला हवं " जे लोक अद्याप सहजयोगात आले नाहीत त्यांना मला क्षमा करायची आहे, जे लोक अजून पूर्णतया उतरले नाहीत, जे येतात आणि जातात, जे आंत - बाहेर करतात त्यांना मी क्षमा केली आहे. सर्वांत प्रथम मी सर्व सहजयोग्यांना क्षमा केली आहे कारण ते माझ्यापेक्षा चांगल्या स्थितीमध्ये आहेत. मी त्यांच्यातील दोष पहाण्याचा प्रयत्न करतो. परंतू मीच सर्वात खालच्या पातळीवर आहे आणि मी त्यांना क्षमा करायला हवी कारण मला अजून बरेच पुढे जायचे आहे. माझ्यात फारच कमकुवतपणा आहे. मला स्वतःला सुधारायचे आहे."
ही नम्रता स्वतःमध्ये यायला हवी म्हणून तुम्ही म्हणायला हवे की, " माझ्या हृदयातील खऱ्याखुऱ्या नम्रतेमुळे, दिखावटी नव्हे, क्षमतेची भावना निर्माण होऊ देत. म्हणजे मी सत्यापुढे, परमेश्वरापुढे व सहजयोगापुढे नतमस्तक होईन."

मागचीआज्ञा : " श्री मातानी जो काही आम्ही आपल्याला आतापर्यंत त्रास दिला, आमच्या मनांत जे काही वाईट विचार येत असतात, जो काही कोतेपणा आम्ही दाखविला, ज्या ज्या प्रकारे आम्ही आपल्याला त्रास दिला, आपल्याला चॅलेंज केले त्याची आम्हालाक्षमा करा". तुमच्या बुध्दिने मी कोण आहे तुम्ही जाणायला हवं. पुनः पुनः तुम्हाला ते सांगायला लागू नये.

सहस्त्रार : " आता सहस्त्रारात तुम्ही माझे आभार मानायला हवेत. तुमचा तळहात सहस्त्रावर दाबून ठेवून सात वेळेला हळूहळू फिरवावा आणि माझे सात वेळा आभार मानावेत." " श्री माताजी आम्हाला साक्षत्कार दिल्याबद्दल आम्ही ऋणी आहोत. आपण आम्हाला आमची महानता समजावून दिलीत यासाठी आम्ही आपले ऋणी आहेत. आपण परमेश्वराचे सर्व आर्शिर्वाद आम्हाला दिलेत त्यासाठी आम्ही आपले ऋणी आहोत. आपण आम्हाला उन्नत केलेत. ज्या स्थितीमध्ये आम्ही होतो त्याहून फारच उच्च स्थितीला आपण आम्हाला नेलेत त्यासाठी आम्ही आपले ऋणी आहोत. आपण आम्हाला टिकवून ठेवलेत, आमच्यात सुधारणा घडवून आणलीत. आमच्या चुका दुरूस्त केल्यांत त्यासाठी आम्ही आपले ऋणी आहोत. याशिवाय श्रीमाताजी आपण पृथ्वीवर अवतार घेऊन आमच्या-साठी, आम्हा सर्वांसाठी इतकी मेहनत करीत आहांत त्याबद्दल आम्ही आपले ऋणी आहोत."

स्वतःची कुंडलीनी एकाग्र चित्तने चढवून स्वतःला सात बंधने द्या व श्री माताजींना नमस्कार करा.

- जय श्री माताजी -
- ध्यान धारणा -

(श्री माताजी यांच्या ध्यान धारणेवरील निर्मला योग जानेवारी / फेब्रुवारी ८४ मध्ये प्रसिध्द झालेल्या भाषणाचा अनुवाद)

तुम्ही सकाळी उठा, स्नान करा, बसा, चहा घ्या परंतु बोलू नका. सकाळी बोलू नका, बसून ध्यान करा कारण त्यावेळी ईश्वरी शक्तिचे किरण येत असतात, सूर्य त्याचेनंतर उगवतो. त्यामुळे पक्षी जागे होतात त्यामुळे फुले उमलतात. ते सर्व त्यांच्यामुळेच जागे होतात आणि जर तुम्ही संवेदनाशील असाल तर तुम्हाला असे वाटेल की, सकाळी उठल्यामुळे तुम्ही कमीतकमी दहा वर्षांनी तरी लहान दिसाल. खरोखर सकाळी उठणे इतके चांगले आहे आणि त्यामुळे तुम्ही आपोआपच लवकर झोपता. हे झाले उठण्याबद्दल झोपण्याबद्दल तुम्हाला काही सांगायला नको कारण ते तुमचे तुम्ही कराल. नंतर सकाळच्या वेळी फक्त ध्यान करा.

ध्यानामध्ये विचार थांबविण्याचा प्रयत्न करा. डोळे उघडे ठेवून माझे फोटोकडे बघत रहा. आपले विचार थांबताहेत इकडे लक्ष द्या. प्रथम तुम्ही विचार थांबवा व मग ध्यानात जा. विचार थांबविण्यासाठी सर्वात सोपा उपाय म्हणजे ईश्वराची प्रार्थना कारण विचार हा आज्ञा चक्राची स्थिती आहे. म्हणून सकाळी ईश्वराची प्रार्थना किंवा श्री गणेशाचा मंत्र म्हणा. दोन्ही एकच. किंवा असेही म्हणा की, मी सर्वांना क्षमा केली आहे. तेव्हां सुरुवातीला गणेशाचा मंत्र म्हणा. ईश्वराची प्रार्थना म्हणा आणि मग म्हणा मी सर्वांना क्षमा केली आहे. हयाचा उपयोग होईल. मग तुम्ही जाणीवेतल्या निर्विचार स्थितीमध्ये जाता. आता ध्यान करा. त्याचे आधी ध्यान होऊच शकत नाही. जेव्हा विचार येत असतात किंवा असे वाटत असते मला चहा प्यायचाय, मी काय करावे, आता मला काय करायचे आहे, हे काय, ते काय हे सर्व त्यावेळी असते तेव्हा प्रथम तुम्ही जाणिवेतल्या निर्विचार स्थितीमध्ये जा. मग अध्यात्मिक उन्नतीला सुरुवात होते. जाणिवेतल्या निर्विचार स्थितीमध्ये आल्यानंतर, त्याचे आधी नाही. तुम्हाला हे समजायला पाहिजे की, बुध्दिच्या पातळीवर तुम्ही सहजयोगामध्ये प्रगती करू शकत नाही. म्हणून पहिल्यांदा जाणिवेतल्या निर्विचार स्थितीमध्ये तुम्ही स्थिर व्हा. तरीसुध्दा एखाद्या चक्रावरती पकड आहे असे वाटेल. परंतू तिकडे दुर्लक्ष करा. अगदी दुर्लक्ष करा. आता तुम्ही शरण जावयास सुरूवात करा. जर एखादे चक्र पकडले असेल तर म्हणा श्री माताजी मी हे आपल्यावर सोपविले.

इतर काही करण्यापेक्षा तुम्ही फक्त एवढेच म्हणा. परंतु शरण जाणे बौध्दिक स्वरुपाचे नको. तुम्ही जर अजूनही तर्क वितर्क करीत असाल आणि विचार करीत असाल की असं का म्हणायचं, तर त्यामुळे काहीही होणार नाही. जर तुमच्या ह्रदयात शुध्द प्रेम आणि पावित्र्य असेल तर फारच उत्तम आणि शरणागती हा त्याचा मार्ग. सर्व चिंता, काळज्या तुमच्या आई वर सोडून द्या. अगदी प्रत्येक गोष्ट, परंतू शरण जाणे ही एकच गोष्ट अहंकार प्रधान समाजात अवघड झाली आहे. त्याचेसंबंधी नुसते बोलताना सुध्दा मला थोडी काळजी वाटते. पण जर विचार आलेच किंवा चक्रवर पकड आलीच तर शरण जा, आणि लगेच चक्रे मोकळी झाली आहेत असे तुम्हाला कळून येईल. सकाळच्या वेळी इकडची बाजू तिकडे वगैरे काही करूँ नका. सकाळी फार हात हलवू नका. ध्यानात तुमची सर्व चक्रे सुटल्याचे तुम्हाला जाणवेल.

ह्यदयात स्वतःचे प्रेम ठेवायचा प्रयत्न करा. तुम्च्या ह्यदयात प्रयत्न करून बघा आणि त्याच्या अगदी मध्ये गुरूंना स्थापित करायचा प्रयत्न करा. आपल्या ह्यदयात प्रस्थापित केल्यानंतर अत्यंत भक्तिने आणि समर्पणाने त्यांना नमस्कार करा. साक्षात्कारानंतर जे काही तुम्ही तुमच्या मनात कराल ते काही काल्पनिक असणार नाही. कारण तुमचे मन, तुमची कल्पना हे प्रकाशित झाले आहेत. म्हणून अशा तऱ्हेने पुढे जा की तुमच्या गुरूंच्या, तुमच्या आईच्या चरणांशी अगदी नम्र व्हा. आता ध्यानासाठी आवश्यक असणारे वातावरण किंवा आवश्यक असणारा स्वभाव यांच्यासाठी प्रार्थना करा. जेव्हा तुम्ही ईश्वराशी एकरूप होता ते ध्यान होय.

आता जर विचार येत असतील तर अर्थातच पहिला मंत्र म्हणा आणि मग आत लक्ष द्या. शिवाय तुम्ही गणेशाचा मंत्र जरूर म्हटला पाहिजे, काही लोकांना त्याचा फायदा होईल. आणि नंतर आत लक्ष दिले पाहिजे आणि स्वतःच सर्वात मोठा अडथळा कोणचा १ ते बघितले पाहिजे. पहिली अडचण म्हणजे विचार, त्यासाठी निर्विचारतेचा मंत्र म्हटला पाहिजे. "ॐ त्वमेव साक्षात् श्री निर्विचारता साक्षात श्री आदिशक्ती माताजी श्री निर्मला देवो नमो नमः ।"

आता आपल्या अहंकाराचा अडथळा बघा. तुमच्या लक्षात येईल की विचार निःसंशय थांबलेत, परंतू डोक्यावर अजून थोडासा दबाव आहेच, म्हणून जर अहंकार असेल तर हा मंत्र म्हणा :- " ॐ त्वमेव साक्षात् श्री महत अहंकार साक्षात् श्री आदिशक्ती माताजी श्री निर्मला देवी नमो नमः."

"महत्" म्हणजे मोठा. हा मंत्र तीन वेळा म्हणा. अजून सुध्दा अहंकार आहे असे तुम्हाला आढळून आले तर डावी बाजू उचलून उजवी खाली दाबा. एक हाते फोटोकडे करून दुसऱ्या हाताने डावी बाजू वर उचला आणि उजवी खाली करा म्हणजे अहंकर आणि मन (Ego & Super Ego) याचे संतुलन होईल. हे सात वेळा करा. आणि आता कसे वाटते ते बघा.

तेव्हा एकदा स्वतःला संतुलनांत आणल्यानंतर आपल्या भावनांकडे म्हणजे मनः शक्तीकडे लक्ष देणे सर्वात योग्य, तिकडे लक्ष द्या. तुम्ही तुमच्या भावना तुमच्या आईचा विचार करून प्रकाशित करू शकता. ठीक. असे त्यांना प्रकाशित करा. हयाच्या बरोबर तुमच्या मनाचे जे प्रश्न आहेत ते संपून जातील. तेव्हा तुम्ही ध्यानामध्ये त्यांचेकडे बघता तेव्हा तुम्ही असे बघाल की हया भावना तुमच्या अंतरंगात निर्माण होतात आणि जर तुम्ही त्या तुमच्या आईच्या चरण कमळी अर्पण केल्या तर त्या भावना विरघळून जातील आणि विशाल होतील. तुम्ही अशा तऱ्हेने त्यांचे प्रसारण कराल की तुम्हाला त्यांचेवर पूर्ण नियंत्रण आले आहे असे वाटेल आणि त्या भावनांवर नियंत्रण आणल्यामुळे तुमच्या भावना फारच विस्तृत, प्रकाशित आणि शक्तिमान झाल्या आहेत असे समजून येईल.

आता तुम्ही काय करा. तुमच्या श्वासोच्छवासाकडे लक्ष द्या. तुमचा श्वासोच्छवास कमी कराचा प्रयत्न करा. हयाचा अर्थ, तुम्ही श्वास बाहेर सोडा, थोडा वेळ थांबा, मग श्वास आत घ्या. थोडा जास्त वेळ श्वास तसाच ठेवा, मग श्वास सोडा म्हणजे एका मिनिटामध्ये तुमचे श्वसन नेहमीपेक्षा कमी होईल. ठीक. प्रयत्न करून बघा. लक्ष भावनांवर असू द्या. म्हणजे संबंध प्रस्थापित होतील.

आता बरे आहे. बघा कुंडलिनी चढते आहे. आता तुमचा श्वासोच्छवास चालू असेल तेव्हां तुमच्या लक्षात येईल की काही काळ असा जाईल की त्यामध्ये जाणिवेसकट निर्विचारता असेल, श्वास घ्या तो तसाच ठेवा. आता श्वास बाहेर सोडा आणि सोडत रहा, परत श्वास घ्या. आता अशा तऱ्हेने श्वास घ्या की खरोखर तुमचे श्वासोच्छवास कमी कराल. तुमचे चित्त तुमच्या ह्यदयावर असावे किंवा तुमच्या भावनांवरही असूं शकेल. काही वेळ श्वास आत ठेवणे चांगले. रोखून ठेवा, मग बाहेर काढा आणि बाहेरच ठेवा. मग थोडा वेळ बाहेरच ठेवा. मग परत घ्या. नंतर तुम्हाला कळून येईल की थोडा वेळ तुम्ही श्वास घेणारच नाही. छान ! बघा आता तुम्ही स्थिर झालात. तुमचा प्राण आणि तुमचे मन यांच्यात लय आला आहे. दोन्ही शक्ती एक होतात. आता तुम्ही कुंडलिनी चढवून वर आणा बांधा. पुनः तुमची कुंडलिनी चढवा डोक्याचे वर आणा आणि बांधा. पुनः एकदा कुंडलिनी चढवा आणि तीन वेळा बांधा. आता सहस्त्राराचा मंत्र तीन वेळा म्हणा :-

" ॐ त्वमेवा साक्षात् श्री कलकी साक्षात् श्री सहस्त्रार स्वामिनी मोक्ष प्रदायिनी माताजी श्री निर्मला देवी नमो नमः "

आता तुमचे सहस्त्रार उघडेल. अशा तऱ्हेने तुम्ही सहस्त्रार पुनः उघडू शकाल आणि तिथेच स्थिर व्हाल, असे बघा, एकदा हे झालं की ध्यानात जा. श्वासोच्छवास कमी करा. हे उत्तम. तुम्ही श्वास इतका कमी करा की जणू बंदच केला आहे. मात्र त्यामध्ये कोणताही त्रास नसावा.