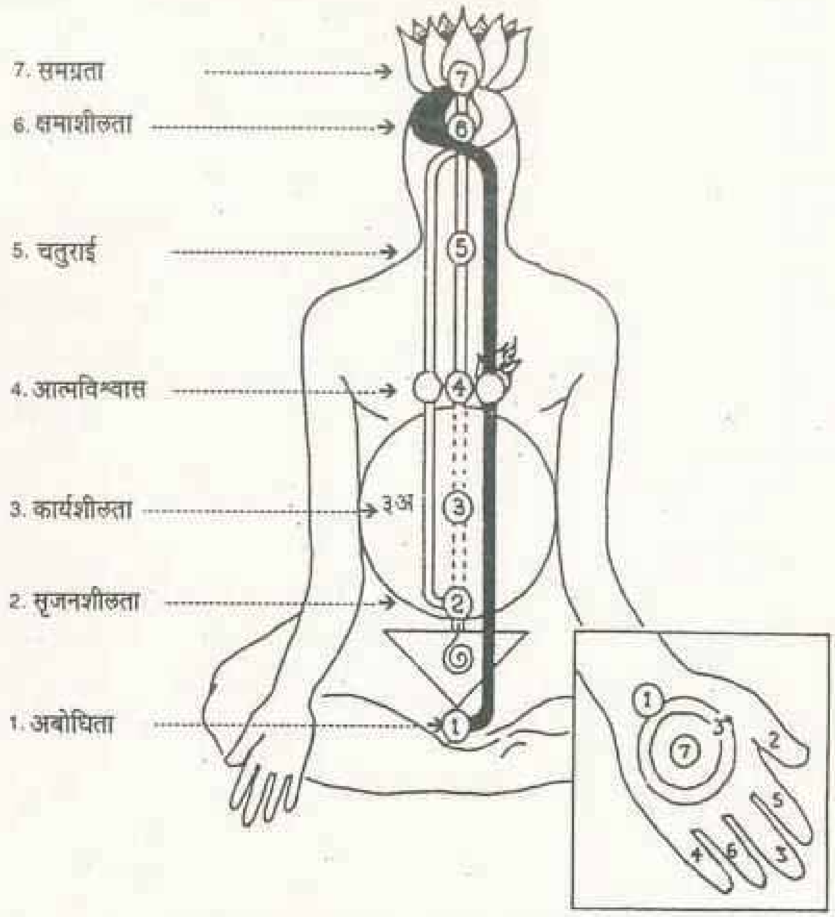
चैतन्य लहरी

अंक : ७ सन १९९८ जुलै

सहजयोगात आल्यावर आपले हृदय स्वच्छ झाले आहे का, इकडे प्रत्येकाने वारंवार लक्ष दिले पाहिजे.
हृदय साफ होत राहिले तरच परमात्म्याचे प्रेम त्यात प्रवेश करू शकेल.

श्री माताजी निर्मलादेवी



सुक्ष्म यंत्रणेव्दारे मुळाच्या व्यक्तिमत्वाचा विकास

१ - मूलाधार   २ - स्वाधिष्ठान   ३ - नाभी

३अ - भवसागर   ४ - अनहत   ५ - विशुध्दी

६ - आज्ञा   ७ - सहस्त्रार

अनुक्रमणिका

विषय	क्रमांक
१. श्रीगणेश पुजा कबेला ७ सप्टेंबर १९९७	२
२. सहज संगीत संदर्भ संगीत आणि सहजयोग लेखक : अरूण आपटे	७
३. सहजयोगाचे ज्ञान गाजियाबाद दि. २५/३/९२	८
४. सहज संस्कृती	१२
५. गाजियाबाद येथील कार्यक्रमानंतर श्री माताजींनी श्रोत्यांच्या प्रश्नांना दिलेली उत्तरे	१३
६. सहजयोग आणि नातेवाईक या संदर्भात श्री माताजींचे उपदेश	१५
७. युनिट इंटरनॅशनल फाऊंडेशन दिल्ली श्री माताजींचे भाषण ६ एप्रिल १९९७	१६
८. सहज समाचार	२०
९. आत्मा आणि मेंदू या संदर्भात श्री माताजींच्या शिवरात्री पुजेमधील उतारा	२४

श्री गणेश पूजा

प. पू. श्री माताजी निर्मला देवींचे भाषण, कबेला ७ सप्टेंबर ९७

आज आपण श्रीगणेशांची पूजा करणार आहोत. **श्रीगणेश ही श्रीआदिशक्तीने सर्वप्रथम निर्माण केलेली देवता आहे.** त्यांच्या जन्माबद्दलची कथा तुम्हाला माहीत आहेच, त्यांना हत्तीचे तोंड कसे लावले हेही तुम्हाला माहीत आहे. आज मी श्रीगणेश, कुण्डलिनी आणि भूमाता यांच्याबद्दल अधिक सूक्ष्म असे तुम्हांला सांगणार आहे. धरणीमातेमधून श्रीगणेशांची निर्मिती केली गेली. त्यांच्या आईच्या व्हायब्रेशन्समधून हे झाले. धरणीमातेचे महत्त्व नीट जाणून घ्यायला हवे. या धरणीमातेकडूनच वेगवेगळ्या रंगांची, तऱ्हेतऱ्हेच्या सुगंधांची, आकारांची अशी सुंदर-सुंदर फुले तयार होतात. तीच गोष्ट वृक्षांची. वृक्षांची वाढही अशी होते की त्यांच्या प्रत्येक पानाला सूर्यप्रकाश मिळेल. तसेच या धरणीमातेने आपल्याला सामूहिकतेची जाण कशी दिली ते पहा. ही धरणीमाता आपल्याला जे काही हवे आहे ते पुरवते. सूर्यही धरणीमातेला तिच्या कार्यामध्ये सहाय्य करतो आणि तिचे कार्य व्यवस्थित होईल अशी मदत करतो. आणखी खोलात जाऊन पाहिले तर कुण्डलिनी पृथ्वीच्या पोटातून बाहेर येत असलेले चित्र तुम्ही पाहिलेच आहे. आता ही कुण्डलिनी आपल्यासाठी काय करते? तसेच ही पृथ्वीमाता आपल्यासाठी काय करते? कुण्डलिनी प्रतिबिंब स्वरुपात भूमातेमधून बाहेर येते आणि आपल्यामधे आपल्या उन्नतीसाठी कशी व्यवस्था करते ते पहा. कुण्डलिनी ही पृथ्वीमातेमधून बाहेर आलेली आदि शक्ती आहे. पृथ्वीमाता आईसारखेच कार्य करते. ती तुमचा सांभाळ करते. तुमच्या गरजा पुऱ्या करते, आणखी एक चमत्कार असा की नारळाचे झाड–जे सर्वात उंच वाढते–पण त्याचे नारळ कुणा प्राण्याच्या वा माणसाच्या डोक्यावर पडला आहे असे होत नाही. याचा अर्थ हा की सर्व ज्ञान, चेतना व जाणीव ही धरणीमातेपासून मिळते. पण आपल्याला हे समजत नाही आणि तिचे सर्व कार्य आपण गृहीत धरुन चालतो. आता ही भूमाता मानवासाठी काय काय करते पहा. ती आदि(मूळ) शक्ति आहे. आणि तीच मानवामध्ये त्याचे मानवी मूलधर्म आणि त्याला अनुसरुन असलेली मूलभूत तत्वे प्रस्थापित करते. उदा. लोखंड, लाकूड, चांदी इ. चे विशिष्ट धर्म आहेत. त्यांच्यापैकी कुणीही एक दुसऱ्यासारखा चालत नाही म्हणजे ते आपापल्या धर्माप्रमाणेच वागणार. निसर्गातील प्रत्येक गोष्टीमध्ये असाच विशेष असा धर्म असतो. त्याचप्रमाणे वाघ, साप, मुंगुस इ. प्राण्यांमधेही आपापले धर्म आहेत; आणि आश्चर्य हे की ते प्रत्येकजण आपापल्या धर्माप्रमाणेच वागतात. एकदा प्रतिष्ठानमध्ये मी माझ्या बेडरुमकडे चालले असताना एक मोठा साप बिळातून बाहेर येत असलेला दिसला. तसा तो दूरच होता पण त्याला माझ्यामधील चैतन्य जाणवले असेल म्हणा पण तो पळत पळत दूर गेला आणि पोहण्याच्या तलावमध्ये गेला. बाहेरही येईना म्हणून कुणीतरी आत जाऊन त्याला पकडले व मारले. नंतर बाहेर काढले तर तो सहा फुटापेक्षाही लांब निघाला आणि आश्चर्य म्हणजे त्याने वेटोळे घालून घेतले. लोक म्हणाले त्याला सोडला तर परत पाण्यात जाऊन जिवंत होईल. म्हणून त्याने त्याला जाळून टाकले. काही दिवसांनी त्याची मादी तिथेच आली. जणू त्याला शोधत आली. लोकांनी तिला पाहिल्यावर तिलाही ठार केले. त्यावेळेस तिनेही त्याचप्रकारचे वेटोळे घालून घेतले. अगदी पहिल्या सापासारखे. मला आश्चर्य वाटले. मग मी जीवशास्त्राचा अभ्यास केला आणि मला कळून चुकले की प्रत्येक प्राण्यामध्ये एक विशिष्ट पण समान DNA असतो. उदा. म्हणजे कुत्रा पाण्यात पडला तर पोहतो पण मांजर तसे करु शकत नाही. हाच प्रत्येक प्राण्यांमधील मूळ धर्म (Taboos). मानवामध्येही असेच मूळ धर्म असतात. जन्मतःच असतात. म्हणून माणूस दुसरेच काही करु पाहतो तेव्हा कुठेतरी काहीतरी बिघडते. उदा. काचेचा ग्लास जमिनीवर पडला तर तो फुटणारच कारण तो त्याचा धर्म आहे. त्याचप्रमाणे **माणूस जेव्हा धर्माची वाट सोडून दुसरे करायला बघतो तेव्हा त्याचा त्रास सुरु होतो.** अर्थात हा प्रश्न फक्त मानवालाच पडतो कारण तोच धर्माविरुद्ध वागायचा प्रयत्न करतो आणि स्वतःच विकृत बनतो. आता उदा. एखादा माणूस आहे. त्याची चांगली बायको आहे, बंगला- कार आहे पण तरी तो एखाद्या बाईच्या नादी लागला आहे. हे तर अगदी मानवधर्माविरुद्ध आहे. एकपत्नीव्रत हा माणसाचा धर्म आहे अशा रुढी-नियमांविरुद्ध माणूस गेला की काहीतरी त्रास सुरु झालाच. त्याला हे संकटात टाकण्याचे, शिक्षा देण्याचे वा नष्ट करण्याचे कार्य कोण करत असेल तर हे परमचैतन्य. आत या हॉलमध्ये तुम्ही बसला आहात आणि त्याची तोडमोड करण्याची तुम्हाला इच्छा झाली तर मानव आल्यामुळे तुम्हाला ते शक्य आहे. आणि त्याची नासधूस होऊ शकेल. म्हणून आपण लक्षात घेतले पाहिजे की आपण मनुष्यप्राणी आहोत आणि

मनुष्यप्राण्याच्या धर्माविरुद्ध आपण काही करणे योग्य नाही.

आता कुणी म्हणेल हा धर्म कशासाठी आहे? तर धर्म हा आपल्या उन्नतीसाठी आहे. पण आज माणसाची स्थिति अशी आहे की त्याला वाटते आपल्याला काहीही करण्याचे स्वातंत्र्य आहे. त्यातून कुणी विचारले तर वर म्हणणार "मग, त्यात काय झाले?" पाश्चात्य लोकांमध्ये ही प्रवृत्ति जास्त आहे. जनावरांना हे ज्ञान उपजत आहे म्हणून ते त्यांच्या धर्माप्रमाणेच राहतात. ज्या संस्कृतीमध्ये मानवधर्माचे संस्कार जनत केलेले असतात त्यांना असे प्रश्न पडत नाहीत आणि ही जाण आदिवासी लोकांमध्ये होती. आता या ऑस्ट्रेलियामधे अजूनही आदिवासी लोक खूप आहेत. त्यांच्या बोलीमध्ये संस्कृत शब्द बरेच आहेत. कदाचित भारतातमधून ती भाषा इकडे आली असेल. भारतातही गोंड, भिल्ल अशा आदिवासी जमाती अजून आहेत. आमच्या घरी अशीच एक काम करणारी महिला होती, ती कधीच आपल्या मर्यादा सोडून वागायची नाही. माझे वडील समोर आले तर पदर पुढे ओढून घ्यायची . कुणी तिला सांगत नसे, त्यांच्या विवाह-पद्धती चांगल्या होत्या. तसेच मुलांबरोबर त्यांचे चांगले संबंध असायचे. तसे मी या लोकांना लहानपणापासून बरेच पाहिले आहे. कारण लहानपणी मला जंगलात हिंडायला फार आवडायचे. त्यांना दारुचा नाद नसे, फार संकोचाने रहायचे-बोलायचे. आपल्या मर्यादा पाळण्याबद्दल ते सतर्क असायचे. चोरी वगैरे प्रकारांचे नावच नको, हे लोक इतके धार्मिक कसे याचे मला आश्चर्य वाटायचे. ते झोपड्यात राहूनही समाधानी असायचे व स्वच्छतेने रहायचे. ही सर्व पन्नास वर्षांपूर्वीची गोष्ट. पण आता ते लोक पार बदलले आहेत. त्यावेळेस मात्र ते लोक पुण्यशील, सज्जन होते. धरणीमातेची ते पूजा करायचे. मी त्या बाईला त्याचे कारण विचारले तर ती म्हणाली, "ही भूमीच आमची आई आहे. ती आम्हाला सारं कमी देते, आम्ही जंगलात असलो तरी काही कमी पडू देत नाही. ही भूमि जणू जिवंत माणूस असल्यासारखी आम्हाला जाणीवपूर्वक सांभाळते." नुसती झाडांची पाने तोडायची तरी त्याचा विचार करुनच तोडण्याची त्यांची सवय होती, पण नंतर जेव्हा मिशनरी लोक आले तेव्हा त्यांनी कपडेलत्ते पुरवून या आदिवासींचे धर्मांतर केले. पण आमची बाई काही त्याला, त्यांच्यासारखे तोकडे कपडे घालायला तयार झाली नाही. कालान्तराने जसजसा त्यांचा या प्रगत लोकांशी संबंध वाढला तसतसे त्यांच्यात बदल होत गेले. स्वतंत्रतेच्या चुकीच्या कल्पना त्यांच्या डोक्यात भरवल्या गेल्या, पूर्वीपासूनच्या परमेश्वरी शक्तीबद्दलच्या त्यांच्या अढळ श्रद्धा बोथट झाल्या. जुगार, दारु या व्यसनांच्या प्रभावाखाली ते येऊ लागले. या सर्व परिवर्तनामधे मूलभूत कल्पना "मग, काय वाईट आहे?" हीच होती.

तुमच्यामधेही मूलधर्म प्रस्थापित केले गेले होते. कदाचित् त्यांची शक्ति सूक्ष्म असेल पण तुमच्यामध्ये हे Potential मुळातच आहे. तुम्ही त्या धर्माचे पूर्ण पालन करत नसाल किंवा काही नियम झुगारुन दिले असतील पण ते प्रत्येक मानवामधे आहेत. त्यांच्या मर्यादा तुम्ही पाळत नसाल पण ते धर्म तुमच्यामधे आहेतच यात शंका नाही. **या मर्यादा तुम्ही जेव्हा ओलांडता तेव्हा श्रीगणेशांचा तुम्ही अपमान करता.**

आदिशक्तीने विश्वनिर्मिति करताना सर्व प्रथम श्रीगणेशांना निर्माण केले. कारण मांगल्याची सर्वप्रथम जरुर होती. हे मांगल्य Auspiciousness म्हणजे काय हे नीट समजून घ्यायला हवे. त्याचा खरा अर्थ म्हणजे धर्माच्या मर्यादा आणि प्रोटोकॉल जाणणे. पूर्वी भारतामधे सकाळी उठून जमिनीवर उभे राहण्याचे आधी लोक प्रार्थना करायचे "हे भूमीमाते, आमचे पाय तुला लागत आहेत याची आम्हाला क्षमा कर." धरणीमातेचा व निसर्गाचा आदर करणे हा धर्म मानवामधे प्रस्थापितच आहे. त्याच्यामध्ये व सर्व विश्वातच हा धर्म अंगभूत आहे. **पण तुम्ही जेव्हा स्वतंत्रतेबद्दलच्या चुकीच्या व मूर्खपणाच्या गोष्टी करु लागता तेव्हा धरणीमातेपासून दूर होता. तुमच्यामधील गुरुत्वाकर्षण क्षीण होते.** ही धरणीमाता आपल्याला सदैव शिकवत असते. आपण काही चुका करतो, पर्यावरण इ. बद्दल बोलत असतो. पण जे बाहेर आहे तेच आत आहे. तुम्हाला तुमच्या आईला त्रास द्यावासा वाटत असेल तर या धरणीमातेलाही त्रास द्या. हा आपल्या प्रवृत्तीमधील बदल कशामुळे झाला म्हणायचे तर त्याचे एकमेव कारण म्हणजे आपण सर्व लक्ष "पैशा"कडे घातले. तुम्ही पैसा कमावण्यासाठी वृक्ष तोडता तेव्हा भूमातेला वेदना होतात. पण त्याच वृक्षाला शोभा वाढवण्यासाठी छाटले तर तिला आनंद होतो. तिची सौंदर्यदृष्टी आणि तारतम्य प्रचंड आहे. ती किती सुंदर-सुंदर प्रकारची फुले बनवते पहा. वेगवेगळ्या देशातील फुले पण वेगवेगळ्या तऱ्हांची. आमच्या देशातील फुलांना खूप सुगंध असतो. तिच्यामधे समजूतदारपणाही खूप आहे. एकदा मी ऑस्ट्रेलियामधे गेले होते, तेव्हा रंग बदलणारी हेबिस्कसची फुले पाहिली (तसेच सूर्यफूलही सूर्याच्या दिशेने सतत तोंड वळवत राहते. म्हणजे सूर्यफुल आणि सूर्य यांचा काही संबंध नाही असे कसे म्हणता येईल?) हेबिस्कस-जास्वंद-फुले-श्रीगणेशांना आवडतात. त्यावेळी श्रीगणेशपूजा होणार होती. तिथे जाताना रस्त्यात ठिकठिकाणी जास्वंदीची फुले बहरलेली दिसली. म्हणून मी पूजेसाठी ती फुले आणायला सांगितले. पण पूजेच्या हॉलमधे येऊन पाहते तो सर्व सहजयोग्यांनी जास्वंदीचीच खूप फुले आणलेली. त्यांना गणेशपूजेला ही फुले लागतात वगैरे काही

माहीत नव्हते. म्हणजे भूमिमातेनेच या पूजेच्यासाठी जास्वंदीची फुले निर्माण केली. आपल्यामधेच हे नैसर्गिक विचारधन कसे अंगभूत असते व योग्य वेळी ते कसे प्रगट होते हे कौतुकास्पद आहे. सहजयोगी हे विशेष लोक आहेत, धरणीमातेच्या अंतरंगात त्यांना स्थान दिले गेले आहे.धरणीमातेमधली विलक्षण बुद्धिमत्ता आहे, मी लहानपणापासुन त्याचा अनुभव घेतला आहे **निसर्ग आणि धरणीमाता यांच्या सांन्निध्यात राहण्यात फार आनंद असतो.** म्हणून सर्व ऋषी-मुनी, विशेषतः भारतामध्ये, जंगलात रहात असत. जंगलात राहिल्यावरच हा निसर्ग धरणीमातेबरोबरच्या आपल्या संबंधांना कसे निष्टापूर्वक संभाळतो हे समजून येते, पण आपल्याला हे अवघड जाते, उदा. स्त्रीने आपलया शरीराचे प्रदर्शन होणार नाही व संरक्षण होईल असा पेहराव करावा. त्यातून ती आपल्या शरीराचा आणि पावित्र्याचा आदर करते हे दिसून येते. पण हे कुणाला सांगायला गेले तर ते ऐकणार नाहीत. खरे तर हा मूर्खपणा आहे. शरीर किती उघडे ठेवायचे यालाच महत्त्व द्यायचे म्हणजे उलट्या खोपडीचा प्रकार. भारतातही ही फॅशन हळूहळु येत आहे. रस्त्यावर अजून फार बोकाळली नाही तरी सिनेमामधून तिचा अतिरेक चालला आहे. सिनेमात जे दाखवले जाते तसे प्रत्यक्षात कधीच होत नसते. सिनेमातल्यासारखे कपडे करायला गेले तर लोक दगड मारायला लागतील, दुसरा एक अश्लाघ्य प्रकार म्हणजे पुरुषांनी दुसऱ्या. स्त्रीबरोबर किंवा दुसऱ्या पुरुषाबरोबर किंवा स्त्रीने दुसऱ्या स्त्रीबरोबर अथवा मूलांबरोबर अनैतिक संबंध ठेवणे. पन्नास वर्षांपूर्वी असले प्रकार नव्हते मग आताच ते कसे चालू झाले? आपली लाजलज्जा या माणसांनी गुंडाळून ठेवली आहे का? त्यांच्या डोक्यात काही भूत जाऊन तर बसले नाही? असले हीन प्रकार अगदी निसर्गाविरोधी आहेत, मूर्खपणाची सीमा आहे. तसेच विवाहीत पुरुषाने दुसऱ्या स्त्रीकडे वाईट नजरेने बघणे किंवा अविवाहीत पुरुषांचे लैंगिक संबंध असणे. तशी अजूनही काही चांगली घराणी असतील जिथे हे प्रकार होत नसतील. कुणीतरी मला सांगितले की भारतातही एड्स आहे. त्याला कारण म्हणजे तिथे लोक नदीमधे स्नान करतात, ते बंद केले तर एड्स संपेल. मी स्वतः वैद्यकशाखेमध्ये शिक्षण घेत होते आणि आमचे घराणे तसे आधुनिक होते. पण आम्हाला त्यावेळेस या गोष्टींची कल्पनाही नव्हती. हा सारा मूर्खपणा आहे. भारतामधील वेड्यांच्या इस्पितळातही असले प्रकार घडल्याचे ऐकिवात नाही. लज्जा हे स्त्रीचे भूषण आहे. लहान मुलं स्वतः लाजाळू असतात. माझी नात दोन वर्षांची असताना एकदा एक मासिक बघत होती आणि त्यात तिला एक तोकड्या पोशाखातील स्त्रीचे चित्र दिसले. लगेच ती तिला म्हणाली, " हे काय करताय, माझ्या आजीने तुम्हाला पाहिले तर ती तुम्हाला रागवेल!" मुलांना जात्याच असले प्रकार आवडत नाहीत. आजकाल कसं आहे ते आता मला माहीत नाही. पण एरवी मुलांना बेशरमपणा माहीत नसतो. पण आजकाल ही बेजबाबदारपणाची प्रवृत्ति इतकी वाढली आहे की लोकांना त्याचे भूषण वाटते. ह्या विषयावर बोलण्याची सुद्धा किळस वाटते आणि मनुष्यप्राणी या थराला कसे जाऊ शकतात मला समजतच नाही.

अशा या काळात आपण सहजयोग सुरु केला आहे. आणि आता तुमच्यामधे जे अंगभूत धर्म आहेत त्यांची तुम्हाला जाणीव झाली आहे. तुमच्यामध्ये ते मुळातच होते. Potential म्हणून होतेच पण आता तुम्हाला प्रकाश मिळाला असल्यामुळे तुम्ही त्यांचा स्वीकार केला आहे. मलासुद्धा तुम्ही ही स्थिती मिळवू शकाल असे वाटत नव्हते पण तुम्ही ते खरे करुन दाखवले आहे. एवढेच नव्हे तर तुम्ही ते आचरणात आणले आहेत आणि त्याचा आनंदही घेत आहात.

मोठ्या-मोठ्या संतपुरुषांचे जीवन तुम्ही पाहिलेत तर हेच दिसून येते. आता डायनासारख्या स्त्रीला लोक संत म्हणू लागलेत म्हणजे काय म्हणायचे? तिच्याजवळ मर्यादा हा प्रकारच नव्हता. तिच्या नवऱ्याकडून तिला चांगली वागणूक मिळाली नाही म्हणून मला तिच्याबद्दल सहानुभूती वाटते पण तरीही स्त्रीला तिच्या मर्यादा सोडून चालणार नाही. मग तिला संत कसे म्हणता येईल? आता एखाद्या सामन्य माणसाने ह्या धर्मांचे पालन केले, त्यांचा अर्थ समजून घेतला आणि त्याबद्दल सतर्क राहिला तर लोक म्हणणार "वा, काय सज्जन माणुस होता!" तर तो तसा होताच, जन्मापसूनच होता. पण पाश्चात्य देशात अशा माणसांचे फार कौतुक करतात. याचा दुसरा भाग असा की बहुसंख्य लोकांना काय हवे ते बघतात. बहुसंख्य लोक जर मूर्ख असले तर तो सारा मूर्खपणा हा सद्गुण समजला जातो. कारण त्यांना बुद्धि नसते आणि अक्कलशून्य असतात. आता दारुचे उदाहरण घ्या. दारुमुळे कुणाचेही काहीही चांगले झाले नाही. तरीसुद्धा दारु न

> तुम्ही सत्यच बोलणार, दुसरे काही सांगणार नाही याबद्दल आत्मविश्वास बाळगा. तुम्ही स्वतः सत्य जाणले आहे हा दृढविश्वास तुम्हाला असला पाहिजे. ज्यांना व्हायब्रेशन्स अजून समजली नाहीत त्यांनी सहजयोगाबद्दल बोलू नये, त्यांना तो अधिकारच नाही. आजकालच्या युगामध्ये "आम्ही सत्य जाणले आहे" असं निर्भीडपणे सांगणे ही सहजयोग्यांची जबाबदारी व कर्तव्य आहे.
>
> — श्री. माताजी निर्मला देवी

पिणे हा कमीपणा समजला जातो. दारु प्यायल्याशिवाय बोलणं होत नाही असेच त्यांना वाटते, आणि आता ते इतके बोकाळले आहे की मी ज्या ज्या पार्टीला गेले त्या प्रत्येक वेळी मी व माझे पति हे दोघे सोडून इतर प्रत्येजण दारु पिणारे असत. आणि तीसुद्धा फुकट असल्यामुळे वाट्टेल तेवढी पिणारे. खरे तर दारु हे विष आहे आणि माणसाला अत्यंत अपायकारक आहे. तोच प्रकार धूम्रपानाचा, त्याची काय जरुरी आहे? मला तर ते समजतच नाही. आणि वाईट आहे हे माहित असूनही ती सवय सोडण्याइतकी मनाची तयारी नाही. नुसत्या "धूम्रपानास मनाई" अशा पाट्या लावायच्या! धूम्रपानाने माणसाची चेतना खराब होते हे प्रत्येकजण मानतो व जाणतो, दारुसारख्या प्रकारांवर बंदी आणली तर ही बेशरमपणाची वृत्ती नाहीशी होईल. एका दारुच्या आहारी गेलेला माणूस मला म्हणाला की "मी दारु घेतली की माझी बहीण मला बहीण वाटत नाही प्रेयसी वाटते." याचा काय अर्थ? पण तरीही सगळ्या पार्ट्या-समारंभामधे दारु घेतलीच पाहिजे हीच संस्कृति.

म्हणजे आपणच आपल्या मूलभूत धर्मापासून कसे च्युत होतो हे आपण लक्षात घेत नाही. स्वतःला नीट ओळखायचे असेल तर आपण काय काय मूर्खपणाच्या गोष्टी करतो ते बघत चला. मग तुमचा तुमच्यावरच विश्वास बसणार नाही इतके तुम्ही आश्चर्यचकित व्हाल. आणि वर त्याचे समर्थन करायचाही प्रयत्न, समाजात ते उच्च पोशाख करणार, विशेष भाषा, चालीरिती पाळणार आणि त्याप्रमाणे जो वागत नसेल त्याला बाजूला टाकणार.

श्रीगणेश कसे असतात पहा. त्यांचा चेहरा-मोहरा मॉडर्न माणसासारखा नाही. श्रीगणेशाजवळ क्षमा नाही. ते रागावून तुमच्याकडे बघू लागले तर वाटते आता आपल्याला परशु मारणार. ते जेव्हा ख्रिस्त म्हणून आले तेव्हा क्षमेचा गुण त्यांनी मिळवला. कसा ते मला माहीत नाही. पण एरवी श्रीगणेशाजवळ क्षमा हा प्रकार अजिबात नाही. त्यांच्याकडे कधी क्षमा मागू पण नका. कारण ते कधीच क्षमा करणार नाहीत. अगदी त्यांच्या आईने सांगितले तरीही नाही. पण त्या आईनेच तुम्हाला क्षमा केली असेल तर ते काही करु शकणार नाहीत. कारण आईच्या बाबतीत ते पूर्ण आज्ञाधारक आहेत. एरवी ते कधीच कुणाला क्षमा करणार नाहीत. म्हणूनच आजकाल हे भयानक आजार व रोग पसरायला लागले आहेत. तसेच जर तुम्ही त्यांचा आदर ठेवला नाही तर वंधत्व वगैरे इतर गुप्तरोग होऊ लागतात. या रोगांनी पछाडलेल्या लोकांकडून मला खूप त्रास झाला आहे. कारण मी जेव्हा क्षमा करते तेव्हा ते मानतात पण संधी मिळाली की पुन्हा ते आपला राग प्रगट करतात.

सगळ्या देव-देवतांना आपापला धर्म असतो. श्रीगणेश तुम्हाला सुज्ञता,विवेक, असे पुष्कळ काही देतात, पण तुम्ही त्यांचे आज्ञापालन केले नाही तर तुमची धडगत नाही. म्हणूनच कुणालाही अमुक करु नका असे सांगणे फार अवघड असते. पण निसर्ग आपले कार्य करतच रहतो. मूलाधार चक्र ठीक करणे फार अवघड असते. शेवटी ते ठीक होते पण मूलाधार चक्रामधील खराबीमुळेच बहुतेक सर्व असाध्य रोग होत असतात. श्रीगणेश बालक आहेत आणि निरंतर बालकच असतात. तसेच ते निष्पाप, अबोधित आहेत. पण तुम्ही जर तुमच्यामधील अबोधितेला मारक अशा गोष्टी करु लागला तर ते कधीच क्षमा करणार नाहीत. तुमची आई मात्र वेगळी आहे. तिला सदैव तुमचे रक्षण करायचे असते. पण श्रीगणेश तुम्हाला सरळ सांगतील की नरकात जायचे तर खुशाल जा. कारण दारु, धूम्रपान, अनैतिक संबंध यांच्या मागे लागणे म्हणजे नरकवास भोगणे आणि श्रीगणेश त्यातून तुमची सुटका कधीही करणार नाहीत. गणपतीच्या मराठी आरतीमधेही "निर्वाणी रक्षावे" असे शब्द आहेत म्हणजे आमच्या आत्मसाक्षात्काराच्या वेळी (उद्धाराच्या वेळी) आमचे रक्षण कर अशी आपण प्रार्थना करतो. कारण प्रत्येक चक्राकडे त्यांचेच लक्ष आहे. म्हणून इतर सर्व देव-देवता तुमच्या बाजूच्या असल्या तरी श्रीगणेश प्रसन्न असल्याशिवाय काही कार्य होत नाही. काही वर्क-आउट होत नाही.

आता तुमची मुलंबाळं आहेत. आजकाल जगामध्ये मुलांच्या बाबत अनेक भयंकर प्रकार चालले आहेत. जगामध्ये जी काही निगेटिव्हिटी आहे ती या अबोधितेच्याच विरोधात आहे असे मला वाटते. मुलांना वाईट सवयी लावणे, त्यांना गैरकामाला लावणे व बिघडवणे असले खूप प्रकार चालतात. म्हणून तुम्हाला खूप काळजी घ्यायला हवी. मुलांकडे डोळ्यात तेल घालून लक्ष द्यायला हवे. मुलांना योग्य मार्गदर्शन दिले पाहिजे आणि त्यांच्या अंगभूत धर्माचे रक्षण केले पाहिजे. कुणा मुलांनी चांगले काम केले तर त्यांचे कौतुक करा. थोडासा खोडकरपणा केला तर काही बिघडत नाही. पण श्रीगणेशाचा अपमान होईल अशा गोष्टी ते करु लागले तर गंभीर परिणाम होतील हे लक्षात घ्या. आणि लहान वयातच मुलं बिघडली तर पुढे फार अवघड जाते. तरीही मी म्हणते की ही अबोधिता पूर्णपणे नाहीशी होत नसते. जसे वय वाढते तसे आपण अबोधिता विसरुन जातो आणि आपल्या हातून चुकीची गोष्ट झाली आहे हे आपल्या लक्षात नाही. आणि हेच तुमचे कर्तव्य आहे. आज समाज फार वाईट अवस्थेला आला आहे. पुढची पिढी कशी होईल याची कल्पना करणे अवघड आहे. मला तर तो विचार करायचाच भिती वाटते. म्हणूनच तुम्ही मुलांच्या बाबतीत फार सतर्क राहून त्यांचे विचार, त्यांची

श्रीगणेशांबद्दलची प्रवृत्ती याबाबत गंभीरतेने काळजी घ्यायला हवी.

श्रीगणेश मुलांवर फार फार प्रेम करतात. त्यांचा सतत सांभाळ व रक्षण करण्यासाठी तत्पर असतात. आणि ते जे जे मुलांसाठी आहे त्याचेही रक्षण करतात. म्हणून मी जे काही सांगत आहे ते तुम्ही नीट समजून घेतले पाहिजे. तुम्हाला या मानवी जीवनात अध्यात्मिक जीवन जगायचे असेल तर सर्वप्रथम तुम्ही श्रीगणेशांना प्रसन्न करुन घ्यायलाच पाहिजे.

कुण्डलिनी जेव्हा जागृत होऊन वर येऊ लागते तेव्हा तिला आधार पूर्णपणे श्रीगणेशांचाच असतो. त्यावेळी तुम्हाला मार्गदर्शन करणारे, तुमची चूक दाखवणारेही श्रीगणेशच असतात. ते क्षमा करत नसले तरीही तुमची काळजी घेत असतात आणि हे अवघड नाही. आता लोक शारीरिक गरजांबद्दलही बेधडकपणे बोलताना दिसतात. जनावरेसुद्धा असं बोलणार नाहीत. **जे काही समोर असेल त्यातील आनंद मिळवण्याचा प्रयत्न करा. निसर्गाचा विध्वंस करण्यापेक्षा त्याचे संवर्धन करण्याचा प्रयत्न करा.** लहान-लहान बगीचे बनवा. मी जेव्हा जेव्हा इथे येते तेव्हा तेव्हा इथल्या या ओसाड जमीनीसाठी काय करता येईल याचाच विचार माझ्या मनात येत राहतो, ही जागा सुंदर कशी बनवता येईल हा प्रश्न सतत माझ्या मनात घोळत असतो. आणि अशा प्रयत्नात जेव्हा अबोधिता असते, स्पर्धा, स्वार्थ, स्वामित्व वा ममत्व यांचा अभाव असतो, पण फक्त निर्मितीचा आनंद लुटण्याची भावना असते, त्यावेळी केवळ समजूतदारपणाच्या गुणांमुळे अनेक लोक पुढे येतात. उदा. इथे युरोपमध्ये फळझाडे लावायला बंदी आहे. कारण म्हणे किंमती कमी होतील. फळे जास्त झाली तर बाहेर जिथे जरुर आहे तिकडे निर्यात करायला काय हरकत आहे? पण ते ऐकणार नाहीत. खराब झाली तरी फेकून देतील पण बाहेर पाठवणार नाहीत. याचा अर्थ दुसऱ्यांबद्दल प्रेम व आस्था नाहीच, शिवाय या भूमातेकडून जे आले आहे त्याचा नायनाट करायचा! वर किंमती कमी येऊ द्यायच्या नाही. पैसा-पैसा म्हणून किती निष्ठुरता? पण एक दिवस असा येईल की हे सर्व प्रकार थांबतील. तीच वाईट प्रथा मद्यसेवनाची, शिवाय त्याला प्रतिष्ठा देण्याची. खेडेगावात पब्स (Pubs) दिमाखाने चालवले जातात. हे सर्व उघड-उघड दिसते. म्हणून मला वाटते की तुम्ही सर्वांनी हे मद्यपान बंद व्हावे अशी इच्छा ठेवली तर काही तरी सुधारणा होईल. दारुच्या सेवनामुळे माणसामधे अनेक विकृती निर्माण होतात. सर्वसाधारण माणसाच्या डोक्यामधे विचित्र विचार येत नाहीत. खून, अत्याचार असल्या भानगडीत एरवी साधारण मनुष्य पडणार नाही.

श्रीगणेश तुम्हाला संतुलन देतात. तुम्हाला मार्गावर ठेवतात. तुम्हीच जर त्यांचे ऐकायचे नाही असे ठरवले तर तुम्ही फेकले जाणार. मला आशा आहे की तुम्ही निसर्ग, श्रीगणेश आणि कुण्डलिनी यांच्याबरोबरचे तुमचे संबंध पूर्णपणे एकरुप झाले आहेत हे लक्षात घ्याल. **निसर्गावर तुम्ही प्रेम करु लागलात की अबोधितेला मारक असणाऱ्या सर्व कल्पना नष्ट होतील.** मला कविता करायची फार आवड होती, तसेच निसर्गाबद्दल फार आकर्षण व प्रेम होते, पण त्यांच्यामागे लागले तर सहजयोगाचे कार्य कसे करणार असे मला वाटायचे, म्हणून ते सोडून दिले. तसेच खेळामध्येही मी प्रवीण होते, पदके मिळवली पण तेही नंतर सोडून दिले. मी जे काही करायचे त्यात जीव ओतून द्यायचे. वैद्यकीय शिक्षण घेत असतानाही विद्यापीठात माझा पहिला नंबर असायचा. हे सर्व का केले तर मी आदिशक्ति आहे आणि मानवामधील आदि-धर्म जागृत करायचा हेच माझे कार्य होते. म्हणून दुसऱ्या कशाच्या मागे लागण्यात अर्थ नव्हता. पण त्यासाठीही खरं पाहिले तर मी काही करत नाही. ते सर्व सहज घडून येत आहे. निसर्ग, श्रीगणेश, विष्णु, महेश इ. सर्वजण ते करत आहेत. पण त्यांच्याबरोबरचे माझे संबंध असे आहेत की त्या सर्वांना मी शरीरात धारण केले आहे आणि ते सर्व त्यांच्या-त्यांच्या धर्माप्रमाणेच कार्य करत असतात. हे संबंधच असे सिद्ध करुन ठेवले आहेत की ते क्षणाचाही विलंब न लावता सहजस्फूर्तिमधून कार्य करतात. जसा हा पंखा बटन दाबले की फिरु लागतो. त्यांचे माझ्याबरोबरचे संबंधच असे असल्यामुळे माझ्याबद्दल त्यांना प्रचंड आदर आहे. ह्या संबंधांचे ते काटेकोरपणाने संरक्षण करतात. मी काही म्हणण्याचाच अवकाश, त्यांना सर्व बरोबर समजते. हा सर्व विषय गहन असूनही मी तुमच्यासमोर उघड करत आहे. तुम्ही मानव असलात तरी तुमच्यामध्ये धर्म आता प्रस्थापित झाला असल्यामुळे त्या **धर्माच्या विरुद्ध तुम्ही वागू लागला तर तुमची हयगय केली जाणार नाही. हेच तुमच्यामधील Potential आहे आणि म्हणूनच तुमच्यावरील जबाबदारीचे तुम्ही सतत भान राखले पाहिजे** परमेश्वराचे तुम्हाला अनंत आशिर्वाद.

●●●

मानवाला आत्मा बनण्याचा हा काळ आहे. यालाच मी ब्लॉसम टाइम म्हणते. तुमची आध्यात्मिक उन्नति व्हावी हीच माझी इच्छा व आशीर्वाद आहेत. स्वतःची उन्नति अशी साध्य करा की विश्वाच्या कानाकोपऱ्यात त्याचा सुगंध पसरेल आणि त्याचे विश्व सुंदर बनेल.

– श्री. माताजी निर्मला देवी

सहज-संगीत

संदर्भ : संगीत आणि सहजयोग लेखक - श्री. अरुण आपटे (क्रमशः)

संगीताचा हेतु मनोरंजन हा आहे. संगीत-कलाकार श्रोत्यांचे मनोरंजन करतो आणि श्रोते त्या संगीताच्या आनंदाने न्हाऊन निघतात. संगीताच्या या मूळहेतूमधे थोडासा बदल होऊन तेच संगीत श्रोत्यांच्या आत्म्यापर्यंत पोचवण्याचे ध्येय जेव्हा कलाकार आत्मीयतेने बाळगतो त्यावेळी विश्वातील सर्वव्यापी प्रेमशक्तीला व्यापून ते बहरते. हे संगीत म्हणजे सहज संगीत.

सहज-संगीत हे प्रातःकाळच्या शुभसमयासारखे मंगलदायी, प्रफुल्लकारक व आत्म्याला पोषक असे असते. त्यामुळे कलाकाराच्या व श्रोत्यांच्या अंग-प्रत्यांगाला ते चैतन्य देते. ते चैतन्य परमेश्वराकडून येत असल्यामुळे कलाकाराची व श्रोत्यांची आत्मिक संवेदना ते जागृत व प्रकाशित करते. "वेद-विद्-वेदो-भवति" - वेद जाणणारा ज्ञानी होतो असे म्हटलेजाते, त्याप्रमाणेच सहज-संगीत श्रोत्याला परमात्म्याप्रर्यंत नेते आणि त्या योगातून "तत्-त्वम्-असि ह्या सनातन सत्याचा त्याला बोध होतो. सहजयोग आणि सहजसंगीत आदिशक्तीकडून आलेले आहे. चित्ताची प्रसन्नता व आत्मिक आनंदाचा अनुभव मिळत असल्यामुळे जगभरातील सहजयोगी सहज-संगीत कधी ऐकायला मिळेल याची वाट पहात असतात.

सहज-योग आणि सहज-संगीत मानवाला जन्मतःच प्राप्त झालेले असल्यामुळे एकमेकांस पूरक असतात व बरोबरच प्रगल्भ होऊन फुलतात, सहज-संगीताचा श्रोता हा निरानंदाकडे चाललेला, भाविक यात्रेकरु असतो.

सहज-संगीत सादर होत असताना काय व कसे घटित होते? कलाकार श्री माताजींना पूर्ण शरणागत असतो आणि श्रोतेही श्री. माताजींना व सहजसंगीताला पूर्णपणे शरण आलेले असल्यामुळे सारे वातावरण आनंदाने व उत्साहाने भारलेले असते. या तीर्थयात्रेच्या पुढच्या टप्प्यामधे कलाकार आतून पोकळ बनतो आणि श्री माताजींच्या चैतन्याचे माध्यम बनतो व अखंड आनंदाच्या प्रवासाला सुरुवात होते, हा आनंद शुद्ध असणारा निरानन्द. यामुळे संगीत चैतन्याचे वाहक बनून जाते, श्री माताजी गायकाला माध्यम बनवून संगीतामधून चैतन्य पसरवतात आणि श्रोत्यांना निर्विचार समाधीस्थिती प्रदान करतात. हाच त्या परमचैतन्याचा अनुभव आणि सहज-संगीताचा मुख्य उद्देश.

मधुर स्वर-स्पर्शातून कुण्डलिनी जागृत होते आणि त्याच स्वरांचा चक्रांवर आघात होऊन ती वर-वर येते. सहस्त्रावर येते, मग कुण्डलिनी सर्वव्यापी शक्तीमधे मिसळून जाते व चैतन्याचा प्रवाह सुरु होतो. त्यातूनच श्रोत्यांना निरानन्द मिळून ते उत्क्रान्तीच्या मार्गावर येतात.

पुष्कळ वर्षांपूर्वी, सन १९८२ मधे श्री माताजींनी पाश्चात्य सहजयोग्यांना नारायण वामन टिळकांचे "भय काय जया प्रभू त्याचा रे" हे गाणे शिकवले. श्रीमाताजींनी स्वतः "आम्ही वो घडलो तुम्ही वो घडा ना" हे काव्य पण लिहिले आहे.

१९७९ पासून श्रीमती वेणुगोपालन या सहजयोगिनी व प्रसिद्ध गायक कलाकार दिल्लीमधे श्री माताजींच्या पब्लिक कार्यक्रमात भजने म्हणून श्रोत्यांना मंत्रमुग्ध करत आहेत.

याच सुमारास युरोपियन देश, ऑस्ट्रेलिया, अमेरिका इ. देशात संगीत कलाकारांचे ग्रुप तयार झाले. आपापल्या भाषेतून पदरचना करत असताना त्यांनी मराठी व हिंदी याषेतील भजने शिकायला सुरुवात केली. जानेवारी १९८५ मधे श्री माताजींच्या चरणी श्री महालक्ष्मी पूजा अर्पण झाल्यावर लहान-लहान मुलामुलींना स्टेजवर येऊन भजन-गाणी म्हणून दाखवायला सांगण्यात आले. या निष्पाप मुला-मुलींनी म्हटलेल्या गाण्याचे श्रोत्यांना कौतुक वाटलेच पण स्वतः श्री माताजींनी त्यांची पाठ थोपटून, आशीर्वाद देऊन उत्तेजित केले.

सन १९८५ च्या सुमारास श्री. माताजींनी सहजसंगीताला पूर्णपणे कार्यान्वित करुन घ्यायचा विचार केला असेल. नाशिकच्या श्री. सोंदणकरांना संगीत-ग्रुप बनवण्यासाठी त्यांनी उद्युक्त केले. त्याचा उद्देश सहजसंगीतामधून सहजयोगाचा प्रचार करणे हा होता. श्री माताजींच्या पूजेच्या प्रसंगी ह्या संगीताचा बराच उपयोग सुरु झाला. श्री माताजींच्या पब्लिक प्रोग्राम्समधे व पाश्चात्ययोगी महाराष्ट्रात येत असत. त्यावेळी श्री. सोंदणकरांनी निवडक कविता व भजनांना संगीत देऊन त्यांची कॅसेट बनवून घेतली आणि तिचा प्रकाशन समारंभ १७ जाने १९८६ ला झाला. सहजसंगीताची ही पहिली कॅसेट. त्यावेळी रचलेली काही भजने अजूनही पूजाप्रसंगी गाइली जातात. उदा. ए गिरिनंदिनी, तेरे ही गुन गाते है तुझको निर्तादिन ध्याते है, नमोस्तुते श्री निर्मलादेवी नमोस्तुते. इ

दिल्लीमधील श्री. संजय तलवार यांनी सहजसंगीत रुजवण्याचे उल्लेखनीय कार्य केले आहे. दीपक वर्मा, सिम्पल, मुखिराम इ. कलाकारांनीही सहजसंगीत पसरवण्यासाठी विशेष रस घेतला.

श्री माताजींच्या कृपाशीर्वादामधून सहजसंगीत समृद्ध होत गेले. समूह-गीत, भक्ति-संगीत, शास्त्रीय संगीत, गझल, कव्वाली, जोगवा, वाद्य-संगीत, नृत्य व शास्त्रीय गायन इ. सर्व प्रकारांनी सहजसंगीत आता बहरत आहे. पाश्चात्य कलाकारांनीही सहजसंगीतामधे योगदान केले आहे

सहज-योग आणि सहजसंगीत अशा तऱ्हेने अविभक्त झाले आहे.

जो उभरा सो डूब गया जो डूबा सो पार.

●●●

सहजयोगाचे ज्ञान

प. पू. श्री माताजी निर्मला देवींचा उपदेश, गाजियाबाद : २५.३.९२

सत्याचा शोध घेणाऱ्या सर्व साधकांना नमस्कार.

मी नेहमच सांगत आले आहे की सत्य हे सनत आहे तसेच कायम आहे आणि आपण ते बदलू शकत नाही. सत्य आपल्या मानवी बुद्धीच्या पलीकडे असल्यामुळे आपण त्याची कल्पना करु शकत नाही. आणि म्हणूनच आपल्याला बुद्धीच्या पलीकडच्या अशा उन्नत स्थितीला यायचे आहे. मानवी चेतनेद्वारा आपण सत्य जाणू शकणार नाही. सर्व धर्मांमधून हेच सांगितले आहे की मानवाला पुनर्जन्म लाभणे फार जरुरीचे आहे. पण काही ना काही कारणामुळे धर्ममार्तण्ड लोकांनी माणसाला कर्मकाण्ड व धर्माचे अवडम्बर यांच्यामधे अडकवून ठेवले आहे. कारण त्यांना देवाच्या नावावर पैसा कमवायचा होता व स्वतःकडे सत्ता टिकवून ठेवायची होती. म्हणून कोणकोणत्या प्रकारे मानव आपली इच्छा पूर्ण करु शकेल याच विचाराला प्राधान्य मिळत गेले. म्हणून सामान्य लोकांना या परिस्थितीमध्ये ही प्रवृत्ति बरोबर आहे की चूक आहे हे समजणे कठीण झाले. लोक सांगतील तसे करण्याकडे त्यांचा कल वाढू लागला.

याचे एक आजकालचेच उदाहरण द्यायचे झाले तर बऱ्याच स्त्रिया दर शुक्रवारी संतोषीमातेचे व्रत पाळतात. पण त्यांची प्रकृति बिघडलेली. मी त्यांना कोणत्या गुरुकडे जाता असे विचारले तर कुणीच गुरु केला नाही असे सांगतात. पण त्या स्त्रिया तर कोणत्या ना कोणत्या गुरुने मंत्रमुग्ध केल्यासारख्या दिसत होत्या. मला हा प्रकार कळेना. त्यांनी संतोषी मातेचे व्रत करत असल्याचे मात्र सांगितले. संतोषी मातेवर फिल्म कंपन्यांनी अनेक चित्रपट काढले. आता ते लोक संतोषी माता काय समजू शकतात का? जो स्वतः स्वयंभू संतोष आहे तो संतोषी कसा होऊ शकेल? हिंदु, मुसलमान, शीख, ख्रिश्चन इ. साऱ्या धर्मांमध्ये असले अनेक प्रकार प्रचलित झाले आहेत. आणि म्हणून असली गोष्ट सोडून लोक नकली वस्तूला पकडून राहिले. आजच कुणीतरी सांगत होता की कुम्भमेळ्यामध्ये हजारो लोक चेंगरुन मेले. कुम्भमेळा अनेक शतकांपासून होत आला आहे. शास्त्रात कुठे तरी असा उल्लेख आहे की या दिवशी सरस्वतीचे पात्र भरुन पसरते आण त्यात स्नान केल्यामुळे पापक्षालन होते. पण भारतात पाप कमी झालेले तर नजरेस येत नाहीच. उलट त्याच्यात अनेक पटीने वाढच होत असलेली दिसून येते. म्हणून शंका येऊ लागते की धर्म म्हणजे खरोखर काय असते? कुठलाही धर्म चुकीचा नाही. कुठल्याही ऋषिनांनी, साधुसंतांनी व द्रष्ट्या मंडळींनी सांगितलेले विचार चुकीचे नाहीत. या थोर मंडळींचे आपण अधिकारी शिष्य असे स्वतःला समजून लोकांना धर्माबद्दल आपल्या सोयीचा अर्थ सांगून पैसे कमावणारे लोक या सर्व चुका करतात. हे सर्व संपवले पाहिजे. मग असे लोक सत्तासंपादनासाठी या संपत्ति जमवण्यासाठी काम करणारे असोत या आणखी कुणी असोत. या चुकीच्या गोष्टींसाठी किती युद्धे झाली, किती लोक मारले गेले देव जाणे.

पण आता या दिल्लीमध्ये व नोयडामधे बरेच लोक सहजयोगात आल्याचे मी पाहते. आणि सहजयोगात आलेल्या सर्वांना सर्व धर्म मान्य आहेत आणि तसे नसले तरी सर्व धर्म मानावेच लागतील. सर्व अवतरणांची पूजा करावी लागेल. नाही तर तुम्ही सहजयोगामधे प्रगल्भ स्थिति मिळवू शकणार नाही. याला कारण म्हणजे आपण विश्वधर्मावर विश्वास ठेवणारे आहोत आणि या विश्वधर्मामधे संसारातील साऱ्या धर्मांचा समावेश आहे. सर्वांना जोडण्याचा हा मार्ग आहे. तोडातोडी करण्याचा नाही. कुणाला असे वाटू लागले की मी आता सर्व काही मिळवले आणि मी या धर्मांमधे आल्यावर इतर सर्व धर्म पोकळ आहेत व हाच एक खरा धर्म आहे तर ते फार चुकीचे होईल. तुम्ही कुठल्याही धर्माचे असाल आणि तुम्ही बरीच पापकृत्ये केली असतील किंवा करु शकाल. पण सहजयोगात आल्यावर तुम्हाला काय मिळाले, काय घटित झाले हे समजून घ्या. नुसते मी सहजयोगी आहे असे म्हणून चालणार नाही. ते काय नुसते सर्टिफिकेटसारखे नाही. तर **सहजयोगात आल्यावर सहजयोगी बनले पाहिजे**. बीपासून जसा मोठा वृक्ष बनतो तसे. म्हणून जोपर्यंत हे घटित होत नाही तोपर्यंत त्याला अर्थ नाही. घटित झाले की तो माणूस समर्थ होतो. त्याच्यामध्ये अनेक शक्ति हळहळु जागृत होऊ लागतात. तो इतरांना जागृती देऊ शकतो. त्यांचे आजार ठीक करु शकतो. थोडक्यात सांगायचे तर सर्व ज्ञान त्याला प्राप्त होते. त्याच्यामधले सर्व दोष दूर होतात आणि तो एक परिपक्व व्यक्ति बनतो. त्याच्या बुद्धीमध्ये प्रगल्भता येते. या स्थितीलाच गीतेमधे "स्थितप्रज्ञ" म्हटले आहे. कुराणात त्याला "वली" म्हटले आहे. सर्व धर्मांमधे अशा योग्याचे वर्णन

Enlightened म्हणजे प्रकाशित आत्मा असे केले आहे. त्यालाच आत्मा प्रकाशित झाल्यामुळे जीवनता एक परिवर्तन घडून येते असेही म्हटले आहे.

सर्व धर्मांमधे हेच तत्त्व सांगितले आहे. नाही तर सकाळी उठल्याव तुळशीमधे पाणी घालणे, स्नान केल्यावर मला कुणी शिवू नका असे सांगणे, देवासमोर बसून घंटा वाजवून पूजा करायची इ. क्रिया नियमित करायच्या हा बाह्यातला धर्म झाला. तो आत रुजला नाही. तीच गोष्ट नमजा करायचा, बायबल वाचायचे यावाबतीतही. म्हणून **धर्म माणसाच्या अंतरंगात उतरण्यासाठी त्याला आधी आतून स्वच्छ बनले पाहिजे.** आत जर सगळी जागा घाणीने भरुन गेली असेल तर धर्माला तिथे जागा कशी मिळणार? म्हणून **सहजयोगात आल्यावर आपले हृदय स्वच्छ झाले आहे का इकडे प्रत्येकाने वारंवार लक्ष दिले पाहिजे. आपल्या आजूबाजूला थैमान घालत असणारे ईर्षा, स्पर्धा, मत्सर, हेवे-दावे इ. दोष आपल्यामधून कितीसे कमी झाले हे पहात राहिले पाहिजे** अशा तऱ्हेने **हृदय साफ होत राहिले तरच परमात्म्याचे प्रेम त्यात प्रवेश करु शकेल.** कधीकधी सहजयोगात आल्यावरही या गोष्टींसाठी आपण प्रयत्नशील होत नाही. याच्यामागे अनेक कारणे असतील. दुसऱ्याचे वाईट चिंतणे इतरांच्यापेक्षा वरचढ होण्याची स्पर्धा करणे इ. प्रवृत्तींमुळे माणसे एकमेकांपासून दूर राहतात. याच्या उलट चांगुलपणाची स्पर्धा सुरु झाली तर सारा समाजच सुधारेल आणि सर्व काही ठीक होईल.

पण हेहि घटित होणे अशक्य दिसते कारण आत्म्याचा प्रकाश अजून लोकांना मिळाला नाही, आणि आश्चर्याची गोष्ट म्हणजे सहजयोग घेतल्यावरही डावाडोल मामले चालतच राहतात आणि एकमेकांतले झगडे संपत नाहीत. यामुळे आपण आपलेच नुकसान करुन घेत असतो. पण आपण जर नम्र होऊन बघितले तर आपल्या हृदयांतच आत्मा आहे हे तुम्हाला कळेल. **पण हे नम्र होणे फार जरुरीचे आहे, एरवी तुमचा अहंकार सारखा डोकं वर काढत राहील.** या अहंकाराला, थोडीशी जबरदस्ती करुन तुम्ही वाकवायला पाहिजे. मग तुम्हालाच तुमचे हृदयरुपी कमळ उमलत असल्याचे पाहून आश्चर्य वाटेल आणि त्याचा सुगंध सगळीकडे पसरु लागेल. मग तुमची कुण्डलिनी वर येईल, कार्यान्वित होईल, तुमची प्रकृती सुधारेल, आजार पळून जातील. पण या सर्वासाठी **तुमचे हृदय उघडले पाहिजे, ते फार जरुरीचे आहे. तुम्ही पार झालात हे ठीक झाले. सहजयोग इतरांना सांगू शकता. भाषणे देऊ शकता (ही बुद्धीची करामत असते) थोड्याफार लोकांना जागृति पण मिळत असेल पण हृदय ठीक नसेल तर तुम्ही फार प्रगति करु शकणार नाही आणि नवीन लोकही स्थिरावून प्रगत होणार नाहीत. हृदयातून जेव्हा प्रेम भरभरुन वाहू लागते तेव्हाच खऱ्या अर्थाने तुम्ही सहजयोगी बनता. त्याचे फळ म्हणून प्रेमाने व्यापलेले हृदय चारी दिशांना पसरलेले परमचैतन्य जाणते आणि गणांना साथ देते.** तुम्हालाही त्याची जरुर असेल ते सहज दिले जाते. लोक मला सांगतात की माताजी, तुम्ही मला इतके सारे दिले पण खरेतर मी काहीच देत नाही, हे परमचैतन्यच तुम्हाला देत आहे. हृदयात शुद्ध प्रेम आले म्हणजे परमचैतन्यच तुमच्याजवळ आले, कारण ते प्रेमस्वरुपच आहे आणि तान्ह्या बाळाला जशी आई सांभाळते तसे ते तुमचा सांभाळ करणार. तेच तुम्हाला संरक्षण देणार, सर्व इच्छा पुऱ्या करणार, संतुलनात ठेवणार. अशी स्थिति जेव्हा तुम्ही मिळवाल तेव्हा तुमचा स्वतःवरचा व सहजयोगावरचा विश्वास दृढ होईल.

जोपर्यंत तुम्हाला हा दृढ विश्वास मिळाला नव्हता तोपर्यंत तुम्ही अंधविश्वासात होता आणि त्याचा आंधळ्या माणसाच्या काठीसारखा उपयोग करुन जीवनामध्ये इकडे तिकडे भरकटत होता. पण विश्वास दृढ झाल्यावर असे वाटू लागते की हे परमचैतन्य आपला हात धरुन आपल्याला योग्य मार्गावर चालवत आहे. मग रस्ता चुकण्याचा प्रश्नच नाही. तुमच्या जीवनाची सर्व जबाबदारी या परमचैतन्याने स्वीकारली आहे ही गोष्ट तुम्ही ओळखाल. मग तुमच्या सर्व अंधश्रद्धा श्रद्धा बनतील आणि तुमचा विश्वास श्रद्धामय बनून जाईल. कारण तुम्ही सत्य नुसते जाणले एवढेच नाही तर त्याला पूर्णपणे तुमच्यामधे सामावून घेतले आहे. म्हणून सत्य तुमच्याबरोबर सदैव साथ देईल. जो माणूस सत्याबरोबर उभा आहे, त्याचे कोणी काही बिघडवू शकणार नाही. कारण तो 'समर्थ' असतो. येशू ख्रिस्तांनी एकदा लोक एका वेश्येला दगड मारीत असल्याचे पाहिले. तेव्हा ते त्या वेश्येजवळ उभे राहिले आणि लोकांना म्हणाले ''तुमच्यापैकी कुणीच कधी पाप न केलेले असतील तर त्यांनी मला दगड मारा'' आता ख्रिस्तांच्या त्या वेश्येशी काय संबंध असणार? पण ते सत्याला धरुन होते आणि म्हणूनच असे सांगू शकले. आणि त्यांचे शब्द ऐकून सर्वजण चुपचाप झाले व निघून गेले. सत्य ही अशी प्रखर शक्ति आहे की त्याच्यापुढे सर्व अमानवी व राक्षसी शक्तींचा पूर्णपणे नायनाट होतो. म्हणून सत्यावर पूर्ण श्रद्धा ठेऊन त्याच्याच आधाराने खंबीरपणे उभे राहिले पाहिजे.

श्रद्धेबद्दलची एक हकीगत आठवली. झेकोस्लोव्हाकीयामधील एक स्त्री खूप आजारी होती. तिला अनेक आजार होते व तिचे वयही झाले होते. तिला खुर्चीवर बसवून माझ्याकडे आणले. एकाने कसेबसे इंग्रजीतून तिचे म्हणणे मला सांगितले की ''माताजी तुम्हीच मला बरी करु शकता. माझा हा विश्वास अढळ आहे.'' मग मी तिला उभी रहा म्हटले तर ती चक्क उभी राहिली! एवढेच नव्हे तर जिना उतरुन खाली गेली. सगळे लोक थक्क झाले. केवढा हा महान विश्वास. असा

विश्वास सहजयोग्यांच्या हृदयात ठामपणे रुजला पाहिजे. परमचैतन्यावर जेव्हा आपण असा विश्वास ठेवत नाही तेव्हा ते बाजुला होते आणि तुम्हालाच काय करायचे ते करा असे म्हणते. हा परम विश्वास जोपर्यंत आपल्याला प्राप्त होत नाही तोपर्यंत सत्य जाणता येणे शक्य नाही.

सत्य जाणणे म्हणजेच परमेश्वाराच्या साम्राज्यात येणे, हीच परमेश्वाराची इच्छा आहे. आणि हे साम्राज्य इतके कार्यक्षम, कार्यदक्ष व कार्यप्रवीण आहे की इथे काही बोललात तरी ते अमेरिकेत पोचेल. त्याचे कम्युनिकेशन जबरदस्त आहे. काहीही त्यातून सुटणार नाही. सहजयोग्यांना या चमत्काराचे अनेक अनुभव आले आहेत. पण त्यासाठी तुम्हालाही योग्य बनले पाहिजे. तशी योग्यता नसेल तर कार्य होणार नाही. त्यासाठी कुण्डलिनी जागृत व्हायलाच हवी आणि या सर्वव्यापी शक्तीबरोबर जुळलेला संबध (योग) पक्का कायम व्हायला हवा. नाहीतर तुम्ही सहजयोगातही इकडे-तिकडे भटकत राहाल. त्यासाठी सहजयोगाचे उपायही अगदी साधे-सुधे आहेत. हिमालयात जाण्याची, उपास-तापास करण्याची, व्रत पाळण्याची जरुरी नाही. सकाळी व संध्याकाळी कमीत कमी दहा मिनिटे ध्यान करायचे व अहंकार सोडून सामूहिकतेत नियमित यायचे. अहंकार सहजयोगातील प्रगतीच्या आड येतो. विशेषतः अधिकारी पदावर असलेल्यांना हे अवघड जाते. नाही तर त्यांना ब्लड-प्रेशर, कॅन्सर, डायबेटिस इ. अनेक रोगांचा सामना करावा लागतो. माणसाच्या जन्माला यासाठीच आपण आलो का? सर्वांना त्रास देण्यासाठी आलो की जीवनाचा आनंद मिळवण्यासाठी आलो? हा आनंद अंधश्रद्धा ठेवून कधीच प्राप्त होणार नसतो. **आंधळ्याला जसे रंग दिसत नाहीत तसे श्रद्धेशिवाय परमात्म्याच्या प्रेमाचे रंग दिसणार नाहीत**, त्या साक्षात अमृतस्वरुप प्रेमाचा एक थेंबही मिळणार नाही. मानव म्हणून हे अमृत मिळवण्याचा प्रत्येकाला अधिकार आहे. म्हणून प्रत्येकाने ते प्राप्त करुन घेण्याऐवजी भलतीकडेच वाहवत जाण्यात काही अर्थ नाही. तुम्ही मंदिरापर्यंत आलाच आहात. आता थोडेसेच अंतर आहे. इथपर्यंत येता-येताच तुमच्या डोक्यावर इतकी ओझी बांधून ठेवली आहेत की एक पाऊल टाकायला जमत नाही. मी कित्येकांना सांगत असते की कर्मकाण्ड सोडून द्या. पण प्रत्येक जण म्हणतो "असं करुन कसे चालल? आम्हीतर इतक्या पूर्वीपासून हे करत आलो आहोत. मी रोज सकाळी एक हजार रामनाम जप करते." मग मी म्हणते "तुमची विशुद्धी पकडली आहे, तुम्हाला दमा आहे जो उजव्या अनाहतमुळे, जिथे श्रीरामांचे स्थान आहे, आला, मग रामनामाचा काय फायदा?" पण ते थांबणार नाही. दारुच्या सवयीपेक्षाही ही सवय जास्त चिकट असावी असे मला कधी कधी वाटते. असल्या अनेक सवयी आपल्याकडे आहेत. तसेच शिवीगाळ करण्याची सवय असलेल्या माणसाला चांगल्या ठिकाणी नेले किंवा राजसिंहासनावर बसवले तरी तो शिवीगाळच करणार. त्यासाठी आता पार्लमेंटमधेही जागा आहे म्हणा!

म्हणून **पहिली महत्त्वाची गोष्ट ही की कुण्डलिनीच्या जागरणानंतर माणसाने स्वतःला नीट पारखले पाहिजे.** म्हणजे तुम्ही कसल्या कारमधून आलात, काय कपडे केलेत, कसे बसला आहात, अशा गोष्टींकडे नाही तर आपली आतली स्थिती व श्रद्धा कशी आहे हे लक्षात घेणे. दुसरी गोष्ट सहजयोगातून-योग म्हणजे परमेश्वराच्या शक्तीशी एकाकारिता व दुसरा अर्थ युक्ति. त्यातील युक्ति तुम्हाला समजली का नाही. जसे दिवा लागला की प्रकाश देणे हे त्याचे काम, **जो प्रकाश देत नाही त्या दिव्याचा काय फायदा? म्हणजे ज्या सहजयोग्याला चक्रांबद्दल काही माहिती नाही, ती ठीक कशी करायची स्वतःचे दोष कोणते व ते कसे ठीक करायचे, तसेच इतर लोकांनाही आपल्याला मिळालेला प्रकाश कसा मिळवून द्यायचा हे माहित नाही तर सहजयोगात येण्याचा त्याला फायदा काय?** सहजयोग हे एक महान आंदोलन आहे हे तुम्हाला समजले पाहिजे. भगवान बुद्ध म्हणायचे की बोधीसत्वाचा काळ येणार आहे, आणि त्या काळी जे प्रकाशित होतील ते सर्वसामान्य लोकांचे कल्याण करतील. हे एक प्रकारचे सहजयोग्यांना बंधनकारक आहे. दारुडा माणूसही एकटा बसून दारु पीत नाही. मग हे अमृतही तुम्ही एकटेच पिणार का? म्हणून तर तुम्ही ते इतरांना वाटाल तेव्हाच तुम्हाला त्याची मजा व आनंद कळेल, हे अमृत वाटणे हेच तुमचे ध्येय असले पाहिजे. जसे एखादे मशीन तुम्हाला समजावण्यासाठी प्रथम स्विच दाबून चालू करायचे दाखवतात. पण नंतर तुम्हाला त्या मशीनची इतर माहिती व कार्यपद्धती शिकावी लागतेच ना? कारण **तुम्हाला सहजयोग जनसाधारण बनवायचा आहे. सर्व स्तरांतील लोकांना तो द्यायचा आहे, समजवायचा आहे.** त्यावेळी "तुम्हाला यातून काय मिळाले?" असे लोक विचारणारच. मग थोड थोड चैतन्य लहरी मिळाल्या, आमचा बिझिनेस सुधारला, आमच्या सुनेला इतकी वर्षे होत नव्हता तो मुलगा झाला इ. इ.च सांगणार का? बरे, एवढे ऐकूनही काही लोक सहजयोगात आले तर जसा एक होता तसेच दहा होणार. त्यांचा कुणाला काय फायदा होणार आहे? म्हणून तुम्हाला सहजयोगाची पूर्ण कार्यपद्धती (Technique) समजले पाहिजे. आणि ते शिकणे अवघड नाही. मी पण वैद्यकीय कॉलेजमधे शिकत होते. तिथे म्हणजे हाडे, मृत शरीर, कोंबड्या यांच्याशीच संबंध. डॉक्टरची पदवी मिळवायला खुप वर्षे लागायची. शिवाय हॉस्पिटलमधे पेशंटस् लोकांच्या खुप परीक्षा घेऊन चाचण्या घेऊन शेवटी काहीच आजार समजायचा नाही.

पण सहजयोगात नुसते समोर उभे राहून मिनिटभरात समोरच्या व्यक्तींचा त्रास वा आजार तुम्ही ओळखू शकता. स्वतःला आणि दुसऱ्यालाही काय त्रास आहे हे पटकन् लक्षात येते. या संवेदनेबरोबरच हा त्रास कसा ठीक करायचा हे ज्ञान पण मिळवले पाहिजे. एक जण मला सांगत होते की "माताजी, मी दुसऱ्याला ठीक करतो तेव्हा मी कमजोर होतो." याला कारण म्हणजे तुम्हीच ठीक करत आहात असे तुम्हाला वाटणे. तुम्ही स्वतःकडे क्रेडिट घेता तेव्हा असले त्रास होतात.

नॉयडामध्ये सहजयोग फार जोराने पसरत आहे यात शंकाच नाही. मला पण इथे जमीन मिळाली आणि इथेच आमचे घर बनत आहे. नॉयडामधेच काही विशेषतः असली पाहिजे. पण इथल्या सहजयोग्यांना सहजयोगाची युक्ती किती समजली आहे ते मी येऊन पाहणार आहे. हे तुम्ही मिळवलेच पाहिजे. नाही तर कॉलेजमधे पहिल्याच वर्षाला नापास होऊन थांबणार. जोपर्यंत तुम्ही सहजयोगामधे प्रावीण्य मिळवत नाही. तोपर्यंत तुमचा सहजयोगात येण्याचा काही फायदा नाही. जंगलात लाइट लावण्यासारखे ते आहे. म्हणजे त्याचा काही फायदा नाही. समाजाला आपल्याला प्रकाश द्यायचा आहे. तेव्हा तुम्हाला समाजाबरोबरच चालायचे आहे. त्याच्यापासून दूर जायचे नाही. तुमच्याकडे पाहूनच, तुमचे वैशिष्ट्यपूर्ण व्यक्तिमत्व पाहूनच लोकांना जाणवेल की तुम्ही कुणी वेगळेच आहात. हे हळूहळू होणारच, त्यासाठी जबरदस्ती करण्याची आवश्यकता नाही. पण तुम्ही नुसते तुमची मुले, कुटुंब, नोकरी एवढ्यापुरताच सहजयोग ठेवलात आणि समाजात सहजयोग कार्यान्वित करण्याचा प्रयत्न केलाच नाही तर तुम्ही खऱ्या अर्थाने सहजयोगी नाही, मग माझा फोटो असलेला बॅज सतत वापरत असलात तरीही. आईची एकच इच्छा असते की जे काही तिच्याजवळ आहे ते सर्व तिच्या लेकरांना मिळावे आणि त्यांना महान बनावे, कीर्ति मिळवावी. तुम्ही जे काही म्हणाल ते करण्याची माझी तयारी आहे, कष्ट करण्याची तयारी आहे. पण मला दिसते काय तर नुसते "माताजी माझी प्रकृति अजून ठीक होत नाही. अमके काम अजून होत नाही" हेच रडगाणे चाललेले. यासाठीच तुम्ही सहजयोग घेतला का? सहजयोगात येऊनही तुमचे आजार बरे होत नसतील तर तुमच्यामधेच काहीतरी खराबी आहे, सहजयोगात काही खराबी नाही हे लक्षात घ्या. तुम्ही पुन्हा जन्म घ्यावा हेच बरे. नाही तर सहजयोग सोडून द्या. उगीचच म्हणून सहजयोग करण्याचा काही फायदा नाही. माझा सारा दिवस लोकांची ही रडगाणी ऐकण्यातच जातो.

अशी स्थिती आली पाहिजे की म्हणाल "माताजी, आता काही नको, सगळे ठीक आहे" तरच मग तुम्ही कोणीतरी विशेष व्हाल (तबीयत बनती है) आणि आपल्याला मानवी जन्माला येण्याचे ध्येय (लक्ष) काय ते समजेल. आपण बरोबर मार्गावर आलो आहोत तर मग मुक्कामाला पोचण्यासाठी पुढचा प्रवास करायला नको का? एरवी आपण तेच करतो ना? उदा. डॉक्टरची डिग्री मिळाली की पुढच्या डिग्रीच्या मागे लागतो. किंवा धंद्यात जम बसला की तो वाढवण्याच्या मागे लागतो किंवा साड्या, दागदागिने इ. सर्व बाबतीत स्पर्धा चाललेली असते. स्पर्धाच करायची तर सहजयोगात येऊन मी अशा उन्नत स्थितीला येईन की माझ्या जीवनात निगेटिव्हिटी हा शब्दच राहणार नाही. अशी स्पर्धा करावी. अशी भावना जर तुमच्या हृदयात जागृत झाली तर हे परमचैतन्य तुमच्या चरणाशी सेवेला तत्पर होईल, जे म्हणाल ते घडेल. असे लोक सहजयोगात भेटतात, इथे नॉयडामधेही आहेत, दिल्लीमधेही आहेत– ज्यांची मला मुळीच आशा नव्हती. याच्यासाठी तुम्हाला कॉलेजमधे जायचे नाही. पैसे द्यावे लागणार नाही. फक्त पूर्ण शुद्ध इच्छा मनात ठेवायची आणि ती कार्यान्वित करण्याचा प्रयत्न करायचा. मग तुम्ही कुठल्या कुठे पोचाल. कुण्डलिनी व चक्रांबद्दल बरीच माहिती लोकांना असते. पण आपल्याला मिळालेला प्रकाश आपल्याला तेजस्वी बनवायचा आहे. त्यासाठी सर्व प्रथम प्रत्येकाने स्वतःचा आत्मसन्मान राखला पाहिजे. मी आता एक सहजयोगी आहे. मी अमुक-अमुक गोष्ट करु शकत नाही व अमुक अमुक काम केलेच पाहिजे हा ठाम विवेक तुम्ही बाळगला पाहिजे. स्वतःबद्दल श्रद्धा, प्रेम व विश्वास असायला हवा. मी हे कार्य करणारच हा अभिमान हवा. मी इतर सर्व काही सोडून देईन, वंशपरंपरानुरुप चालत आलेल्या गोष्टी सोडीन व सहजयोगात खंबीरपणे राहीन ही भावना दृढ झाली पाहिजे. अशी स्थिति तुम्ही मिळवलीत की सगळे कार्य कसे सहजमधे घडून येते तुम्हालाच समजेल.

सुरुवाती-सुरुवातीला परमचैतन्य तुम्हाला अनेक चमत्कार दाखवते. कधी तुम्हाला अचानक पैसा मिळेल, कधी अपेक्षेबाहेर लाभ होतील, मन शांत होईल, जे शत्रू होते ते मित्र बनतील, इ. सर्व काही होईल. हेहि एक प्रलोभन आहे. आता मला इथे यायचे होते. येतानाच्या वाटेवर 'पाहण्यासारख्या गोष्टी होत्या पण मी त्यात गुंतले असते तर इथे वेळेवर पोचले नसते. म्हणून प्रलोभनात न पडण्याची सावधगिरी ठेवली पाहिजे. तुम्हाला सहजयोगामधे पूर्णपणे प्रगल्भ व्हायचे आहे. तेच तुमचे ध्येय असले पाहिजे. सहजयोगी म्हणून एक अधिकार (authority) तुम्ही मिळवला पाहिजे, त्याबरोबरच एक महत्वाचा गुण म्हणजे प्रेम, नम्रता- जो एक मोठा अलंकार आहे.

परमात्मा आपणा सर्वांना सुबुद्धि देवो; सर्वांना अनंत आशिर्वाद.

●●●

सहज संस्कृती

परम पूज्य श्री माताजींनी सहज योगी स्त्री, पुरुष व मुला-मुलींच्या वागण्या संबंधी केलेल्या सूचना

सहज संस्कृतिमध्ये काही मुद्याच्या गोष्टी आहेत, त्या समजून घेऊन, मनन करून आत्मसात केल्या पाहिजेत. सर्वात प्रथम स्त्री आणि पुरुष ह्यांचे विवाहाशिवाय संबंध कसे असावेत या बद्दल रामायणांत चांगलीच उदाहरणे दिलेली आहेत. सर्वप्रथम आपली बायको सोडून तर सर्व बायकांना वयाप्रमाणे आपली मुलगी, बहीण व माता असे समजावे. पुरुषांनी पुरुषांबरोबर व बायकांनी बायकांबरोबर गोष्टी कराव्यात, दोस्ती करावी. पण पुरुषांनी बायकांशी सलगी मुळीच करू नये. तसेच बायकांनी पुरूषांच्या पुढे-पुढे करण्याची जरूरी नाही. हळूहळू अबोधिता वाढून, ती सर्व नसानसांवर पसरते. ही गणेश शक्ती आहे. विशेषतः डोळ्यांवर फार लक्ष ठेवले पाहिजे. स्त्री आणि पुरुष ह्यांच्या संबंधात जर एकाने दुसऱ्यावर अमानुषता दाखविली किंवा अनैतिकता ठेवली तर डोळ्यातील चैतन्य शक्ति नष्ट होते. स्त्री किंवा पुरुष आपापसांना पूरक आहेत, त्यांचे संबंध पवित्रच असले पाहिजेत. पुरुषांनी स्त्रियांसाठी बक्षीसे, भेटी वगैरे देऊ नयेत. तसेच स्त्रियांनी पुरुषांना खूष करण्याचा प्रयत्न करू नये. फक्त नवरा आणि बायको यांच्या मध्येच असला व्यवहार पोषक आहे. जर कोणाला बहीण मानले तर तिला राखी बांधावी पण हा संबंध सीमितच असला पाहिजे. स्वतःच्या मुलीसमोर ती वयात आल्यावर व मोठे झाल्यावर पत्नीबरोबर अति लगट करणे शोभत नाही. हे फक्त लहान वयातच शोभते. आपल्यापेक्षा फार मोठ्या आईसारख्या स्त्रीशी पुरुषाने मान ठेवून उघडपणे वागावे. पण आपल्यापेक्षा लहान मुलींबरोबर फारसे बोलण्याची सुद्धा गरज नसावी. या उलट स्त्रियांचे आहे. आपल्यापेक्षा फार लहान मुलांशी उघडपणे बोलण्यात काही हरकत नाही पण आपल्यापेक्षा मोठ्या वयाच्या पुरुषांशी थट्टा मस्करी तर करू नयेच पण बोलणे सुद्धा बेताचे असले पाहिजे. बाहेरच्या नवीन लोकांसमोर फारच व्यवस्थित वागले पाहिजे. पुरुषांनीच पुरुषांना जागृति दिली पाहिजे व बायकांनी बायकांना जागृति दिली पाहिजे.

आपल्या देशातील समाज व्यवस्था अजून सुद्धा पुष्कळ भक्कम आहे. हे कार्य भारतीय स्त्रियांनी केलेले आहे. सामाजिक जबाबदारी स्त्रियांची आहे आणि पुरुषाची राजनैतिक, आर्थिक प्रकारची आहे. आज सर्व जगामध्ये समाज व्यवस्था नष्ट होऊ लागली आहे तेव्हा सहजयोग व्यवस्था समाजासाठी आदर्श बनली पाहिजे. कमीत कमी भारतीय स्त्रियांची आपली वेशभूषा स्वतःची अब्रू वाचविणारी अशी असावी, प्रक्षोभक नसावी. सुशोभनीय व सहज योगीनीला साजेशी असली पाहिजे. तसेच पुरुषांचे आहे. तुम्ही सर्व योगीजन आहात तेव्हा वेषभूषा सुद्धा योगीजनांना शोभणारी असावी. मुला,मुलींनी आपापसात लग्न ठरवू नये, व गुपचूप लग्न करून घेऊ नये. श्रीमाताजींची पूर्व परवानगी असल्याशिवाय जर कोणी लग्न ठरविले तर त्या लग्नाला दुजोरा देऊ नये.

●●●

गाजियाबाद येथील कार्यक्रमानंतर श्री माताजींनी श्रोत्यांच्या प्रश्नांना उत्तरे दिली.

प्रश्न : श्री माताजी कृपा करुन मला आत्मसाक्षात्कार द्या.

उत्तर : हा प्रश्न चांगला आहे, प्रश्न विचारणारा खरा साधक आहे.

प्रश्न : माझी आई हॉस्पिटलमधे आजारी आहे, ती ठीक होईल का?

उत्तर : काय प्रश्न! या देवीजी कार्यक्रमाला आलेल्या आहेत आणि प्रश्न आई ठीक होईल का? तुम्ही सहजयोग घ्या, सहजयोगात स्थिर व्हा म्हणजे नुसत्या म्हणण्याने अशा गोष्टी ठीक होतील. नुसते प्रोग्रामला आलात म्हणून तुम्हाला सारे अधिकार मिळाले का? तसाच दुसरा प्रश्न-माझ्या पतीला प्रमोशन मिळेल का आणि केव्हा? कुणी ज्योतिषी याची उत्तरे देईल. सहयोगात प्रथम उतरले पाहिजे. अशा प्रश्नांना काय उत्तर देणार?

प्रश्न : सहजयोग प्राप्त करुन घेण्यासाठी सुरुवात कुठून करायची?

उत्तर : हा चांगला प्रश्न आहे. सुरुवात तर मीच करुन देणार. पण तुम्ही जेव्हा स्वतःकडे ठीक पाहू लागाल तेव्हाच शुद्धता येईल. स्वतःपासून दूर होऊन स्वतःला पहायचे. स्वतःलाच विचारुन पहा- "महाशय, तुम्ही कसला विचार करत आहात?" आणि सकाळ-संध्याकाळ ध्यान केले पाहिजे. सामूहिकतेत आले पाहिजे. दुसऱ्याचे दोष काढत बसू नये, 'मी'पणा जोपर्यंत जात नाही तोपर्यंत तुम्ही स्वच्छ होऊ शकत नाही. थेंब जेव्हा सागरात मिसळतो तेव्हा तो 'मी सागर आहे' असेच म्हणणार.' मी विराटाचे अंग-प्रत्यंग आहे. असे म्हणायला मी सांगते तेव्हा लगेच विचारतात "माताजी, किती वेळा हे म्हणायचे?" हे आपण व्हायचे आहे हे तत्त्व लक्षात घ्या.

प्रश्न : मला सहजयोग खूप आवडतो. पण त्यासाठी अभ्यास सोडायला हवा का?

उत्तर : तुम्ही सहजयोगात आलात की अभ्यासात प्रगति कराल, हुशार व्हाल. कारण तुमच्या बुद्धीमधे प्रकाश येणार आहे. पढाई सोडायची मुळीच जरुर नाही. सोडायचे असेल तर आपल्यातला 'मी'पणा, पूर्वीपासूचे कुसंस्कार, जीवनाची परिभाषा काय आहे? धर्म का जीवनाची ओढ? जो जन्माला आला त्याला जीवन आले. जीवन ही जिवंत क्रिया आहे. आणि त्याला जीवनाची ओढ आहे त्याने धर्म बाळगला पाहिजे. धर्माशिवाय जीवन अशक्य आहे. इथे धर्म म्हणजे कर्मकाण्ड वा अवडम्बर नाही. बाह्यातील धर्म नव्हे तर आपल्या अंतरंगातील धर्म जागृत झाला पाहिजे. जो एक विश्वधर्म आहे.

प्रश्न : सहजयोग वर्तमानात इतका अ-सहज असा का भासतो?

उत्तर : मला या प्रश्नाचे आश्चर्य वाटते. तुम्ही वर्तमानात आहात तर खरच सहजी आहात. तुम्ही वर्तमान नसून भूत किंवा भविष्य काळात आहात म्हणून अ-सहज आहात. सहजमधे एरवी जीवनच सहज होऊन जाते. दुसरी गोष्ट म्हणजे अहंकार, तो कसा समजाऊन सांगायचा? अहंकार हा माणसालाच असतो कारण त्याला विचार करण्याची क्षमता आहे आणि त्यामुळे तो "मी हे करतो, ते केले" असाच विचार करत बसतो. जनावरांना विचार नसतो. वाघ जेव्हा गाय मारतो तेव्हा हे पाप झाले की पुण्य असा विचार त्याला करता येत नाही. तसेच जनावर कधी साप बनू शकत नाही किंवा पक्षी मासा बनू शकत नाही. पण माणसाला देवाने स्वर्गात जायचे की नरकात हे ठरवण्याची मुभा दिली आहे. कारण पूर्ण स्वतंत्रता मिळण्याआधी थोडीशी स्वतंत्रता मनुष्याला दिली पाहिजे. या स्वतंत्रतेमुळेच माणूस आपला अहंकार बळकट करत राहतो. सहजयोगात स्थिरावल्यावर "मी करतो" ही भावनाच संपून जाते. कुण्डलिनी जागरणाबद्दल मार्कंडेयमुनींनी चौदा हजार वर्षांपूर्वी लिहून ठेवले. नाथपंथीयांनी तिचा उपयोग केला आणि बाराव्या शतकात श्री ज्ञानेश्वरांनी सर्वप्रथम कुण्डलिनीचे मराठीत वर्णन केले. पण आजकाल पुराणे ग्रंथ वाचायला लोक तयार नसतात. पण पाश्चात्य देशातील साधकांना हे समजून चुकले आहे की मानवी चेतनेच्या पलीकडे जाण्यासाठी कुण्डलिनी ही एकच शक्ति आहे.

प्रश्न : मातजी, आपली कुण्डलिनी जागृत झाली आहे का?

उत्तर : माझ्याबद्दल तुम्ही कांही विचारुच नका, कारण मला जाणणे तुम्हाला अशक्य आहे. पण तुमच्या प्रश्नात एक उर्मटपणा (arr ogance) आहे. प्रश्न ठीक आहे पण

तुम्ही प्रथम स्वतःची कुण्डलिनी जागृत करुन बघा. मला हे जरा कठीणच वाटते कारण तुमच्या प्रश्नांतच भ्रष्टता आहे. पण जर तुमची कुण्डलिनी जागृत झाली-नम्रतेशिवाय हे होणार नाही. arrogance गेला पाहिजे. तर तुम्हाला कळेल की जर दुसरा कोणी तुमची कुण्डलिनी जागृत करु शकतो तर त्याच्यात काहीतरी तथ्य आहे. पण तुमच्या प्रश्नामधील उर्मटपणा पाहून मी एवढेच म्हणेन की तुमची कुण्डलिनी जागृत झालेली नाही.

प्रश्न : मूर्तिपूजा निरर्थक आहे का?

उत्तर : मी असे कधीही म्हटलेले नाही. पण मूर्ति कुणी तयार केली हे महत्त्वाचे. आजकाल राक्षसी लोक मूर्ति बनवतात व विकतात. पृथ्वीतत्त्वातून तयार झालेल्या मूर्तीला स्वयंभू म्हणतात. त्या पूजनीय आहेत पण तिथेही दोन-चार राक्षस लोक बसून पैसा कमावतात. तुम्ही निराकाराची पूजा करा असेही मी म्हणत नाही. पण मूर्तीमधे जर चैतन्य भरलेले नसेल तर अशा मूर्तीची पूजा करुन काय मिळणार?

प्रश्न : सहजयोग आणि इतर योगपद्धतीत काय फरक आहे?

उत्तर : याबद्दल मी बरेच वेळा बोलले आहे. अंतर आहे आणि नाहीही. कुण्डलिनी जेव्हां वर येऊ लागते तेव्हा कोणत्या चक्रावर किती पकड आहे हे तुम्हाला समजते; ती ठीक कशी करायची हे पण सांगितले जाते. राजयोगात बंध करायला सांगतात. खेचरी मुद्रा करायला सांगतात. अलिकडेच कॅलिफोर्नियामधे सेल्फ रियलाझेशन इन्स्टिट्यूटमध्ये मला कळले की तेथील बऱ्याच डॉक्टरमंडळींची जीभ कुत्र्यांसारखी लोंबकळत असते. त्यांनी आम्हाला लिहून कळवले की जीभेचा भाग कापून ती उलटीकडे (पाठीमागे) वळवली की खेचरी मुद्रा जमते. कुण्डलिनी वर येताना ज्या चक्रामधून पार होते त्या चक्राला आपोआप बंध होतो कारण ती व्यवस्थाच तशी बनवलेली असते. मोटर जशी चालू केल्यावर त्याचे पुर्जे आपोआप चालायला लागतात. त्याचप्रमाणे कुंडलिनीच्या जागरणानंतर हे सर्व घटित होते. खेचरी पण तुम्हाला कळणार नाही अशा तऱ्हेने बनते कारण जीभ थोडीशी आत ओढली जाते आणि बंध होतो. राजयोगासारखे जीभ कापून खेचरी करायची जरुर नाही किंवा पोट आत ओढून बंध घेण्याची जरुर पडत नाही. म्हणजे चाके फिरवली की मोटर चालू होईल असं प्रकार शक्य नसतो तसं हे आहे. सहजयोगात राजयोग आतमधेच घटीत होतो. त्याला बाह्यातून क्रिया करण्याची जरुर नाही. आता पातंजलीचा हठयोग-दोन नाड्यांचा योग; त्यांनी अष्टांगयोग सांगितला. यम, नियम वगैरे. त्यात आसनांचा व्यायाम आहे, पण आजकाल लोक वेड्यासारखे व्यायाम करतात. शरीर इतके बलवान करण्याच्या नादामुळे लहान वयातच हार्ट-अटॅक येण्याचा धोका असतो. शरीराबरोबर माणसाला मन आहे, बुद्धि आहे व आत्मा आहे. या सर्वांचे मिळून व्यक्तिमत्व परिपूर्ण झाले पाहिजे. शारीरिक दोषांमुळे कुण्डलिनी वर येण्यास अडथळा आला असेल तर काही विशिष्ट व्यायाम करायला सांगतात. नाही तर औषधाच्या बाटलीतील सर्वच्या सर्व गोळ्या खाण्याचा प्रकार व्हायचा. पण पातंजलींनी बाकी जे सांगितले ते सर्व सहजयोगच आहे. आता त्यात थोडे कठीण प्रकार सांगितले आहेत हे वेगळे. उदा. उपास, व्रत, इ. केले तरच निर्विचार समाधि मिळणार. इथे मी क्षणात तुम्हाला निर्विचार समाधि देते. त्यांनी सविचार, निर्विचार, सविकल्प, निर्विकल्प समाधी सांगितली. आम्ही निर्विचार आणि निर्विकल्प हे दोनच समाधींची स्थिति सांगतो. (Thoughtless and Doubtless Awareness) पातंजलींनी वर्णन केलेली ऋतंभरा प्रज्ञा म्हणजे चहु दिशामधे पसरलेली परमात्म्याची शक्ति. सहजयोगात आल्यावरच तुम्हाला समजते की आजपर्यंत धर्म आणि योग आपण बाह्यातून करत आलो. आपला संबंध सर्वव्यापी शक्तीबरोबर होणे हाच योग (आध्यात्मिक योग) व हाच आत्म्याचा योग. लोक हे मान्य करत नाहीत कारण त्यांना पैसा कमवायचा असतो, सर्व ज्ञान पैशामधून मोजले जाते.

●●●

> सत्य हे कडु असते, दुःखदायक असते पण जेव्हां प्रेमशक्तिमधून ते बाहेर येते तेव्हां ते काटे नसलेल्या सुंदर फुलासारखे होते.
>
> – श्री माताजी निर्मला देवी
>
> तुमचे हृदय लहान मुलांच्या हृदयासारखे निष्पाप व स्वच्छ होऊ दे म्हणजे तुमच्यामधील शांतीचा आनंद व शुद्धता तुम्ही उपभोगू शकाल. शुद्धतेशिवाय तुम्ही कशाचाही आनंद उपभोगू शकणार नाही.
>
> – श्री माताजी निर्मला देवी

सहजयोग आणि नातेवाईक यासंदर्भातील श्री माताजींचे उपदेश

तुम्हाला जागृती मिळाल्यावर लगेच पहिला अडथळा येतो ते म्हणजे तुम्ही प्रथम तुमच्या कुटुंबाचा विचार करता. तुम्ही विचार करायला लागता की, माझ्या आईला ते मिळालं नाही, माझ्या वडिलांना ते मिळालं नाही. तुम्ही हे लक्षात ठेवलं पाहिजे की, ही नाती भौतिक आहेत. संस्कृतमध्ये त्याला लौकिक असा शब्द आहे. ते अलौकिक नाहीत. ते ऐहिक नात्याच्या पलिकडचे नाहीत. हे संबंध लौकिक आहत आणि हे पाश ही लौकिकच आहेत. तेव्हा तुम्ही जर ह्या नात्यातच गुरफटला गेलात तर महामाया तुमचा हा खेळ चालू देते. तो तुमचा खेळ तुम्हाला हवा तेवढा चालू राहतो. तेव्हा लोकांनी हे जाणलं पाहिजे की जे आपल्या घरगुती कटकटीमध्येच अडकून पडतात आणि माझं लक्ष वेधू इच्छितात, तेव्हा तुम्ही हे लक्षात ठेवा की मी फक्त त्यांच्याशीखेळत असते. त्याचा त्यांना काहीच फायदा नाही. तुमच्या प्रगतीकरिता तुम्ही तुमचय नात्यागोत्याच्या लोकांतील इच्छा काढून टाकली पाहिजे. ही फार महत्त्वाची गोष्ट आहे.....जर तुम्हाला तुमची उन्नती करावयाची असेल तर ही भौतिक नातीगोती असून ही काही शुद्ध इच्छा नाही, हे तुम्ही लक्षात ठेवले पाहिजे.

तुमची शुद्ध इच्छा ही भौतिक इच्छेपासून वेगळी करण्याचा प्रयत्न करा. ह्याचा अर्थ तुम्ही तुमचे कुटुंब सोडा असा नाही. तुम्हीतुमची आई सोडा, बहीण सोडा

असा नाही. परंतु तुम्ही इतर जणांना बघत तसेच त्यांना साक्षी स्वरूपात राहून पहा की खरोखरच त्यांना आंतरिक इच्छा आहे की नाही. ती असेल तर चांगलीच आहे. ती तुमच्या नात्याची मंडळी आहेत म्हणून काही त्यांना आपत्र ठरवायचे नाही. दोन्हीकडून ते लागू पडते. जसे ती नात्याची आहेत म्हणून लायक आहेत असे नाही. त्याचप्रमाणे त्यांना नात्याची आहेत म्हणून वाळीतही टाकू नये. सहजयोगात तुमची इच्छा, शुद्ध इच्छा असली पाहिजे.

●●●

युनिटी इंटरनॅशनल फाउन्डेशन
प. पू. श्री माताजी निर्मला देवींचे भाषण
दिल्ली ६ एप्रिल ९७ (सारांश)

आजपर्यंत मानवा-मानवामधील एकी व सख्य या विषयावर जगभर ठिकठिकाणी अनेक प्रयत्न, अभ्यास-सत्र व सभांमधून करण्यात आले आहेत व चालले आहेत. कारण जग हे सर्व मानवजातीसाठी आहे आणि प्रत्येक माणूस त्या जगाचाच अविभाज्य घटक आहे पण जगभर विखुरलेलं मानव-ज्ञान कुठल्याही एकच एक अशा शक्तिस्त्रोताबरोबर जोडली न गेल्याने हे प्रयत्न सफल होत नाहीत. जसे, आपल्या शरीराला कुठेही टाचणी टोचली तर साऱ्या शरीराला ते जाणवते, याचे मुख्य कारण म्हणजे माणूस जागृत झाला नाही आणि त्याची चेतना सामूहिक चेतना जाणू शकत नाही. या सामूहिक चेतनेबद्दल बरीच चर्चा होत आली पण तिचे स्वरुप नीट समजलेले नाही. कुण्डलिनी, जी प्रत्येक माणवामध्ये शक्तिरुपात आहे, जागृत झाल्यावर माणसाची संवेदनाक्षमता प्रखर होऊन दुसऱ्यांच्या स्थितीच्या संवेदना जाणू शकते आणि यालाच सामूहिक चेतना असे म्हटले जाते. हे जाणण्यासाठी आपण सर्वव्यापी परमेश्वरी शक्तीबरोबर जोडले जाणे आवश्यक आहे. तीच परमेश्वरी प्रेम-शक्ति. बायबल, कुराण आणि भारतीय धर्म-ग्रंथामधून तिचे वर्णन सापडते. ही शक्ति सूक्ष्म असते व तिच्याकडून सर्व कार्य होत असते हेच त्यामधील मध्यवर्ती तत्व आहे, पण फार थोड्या लोकांचा त्याच्यावर विश्वास बसतो आणि मी जेव्हा त्याबद्दल बोलते तेव्हा ते सारे बुद्धीच्या पलीकडचे आहे असे ते समजतात. ते जाणण्यासाठी मन-बुद्धीच्या पलिकडेच जायला हवे.

आपण समजतो ते मन खरे तर अस्तित्वात नसते तर आपला अहंकार आणि संस्कारामधून आपणच ते बनवलेले असते. म्हणून मन हे काल्पनिक आहे पण आपण ते निर्माण करुन स्वतःलाचा त्यात अडकवून घेतो. जसा माणसाने कॉम्प्युटर निर्माण केला आणि तो त्याचाच गुलाम बनला. त्याच तऱ्हेने मन, काल्पनिक असूनही आपल्यावर सत्ता चालवते, आपण मनाबरोबर इतके एकरुप झालेले आहोत की तुम्हाला माझ्या बोलण्याने धक्का बसेल; तरीही मी सांगते की हे मन जरा विस्कळीत झाले तर माणूस वेडाच बनेल. मग माणूस मूर्खपणाच्या गोष्टीही चांगल्या समजू लागतो. मग त्याचे पर्यवसन माणसा-माणसामध्ये युद्ध होण्यात होते, अनेक दुष्परिणाम होतात

आणि माणसा-माणसातील समत्वाची भावना माणसांच्या हृदयातच करपून जाते. उदा. एका स्वतंत्र राज्य मागणाऱ्या व्यक्तीबरोबर बोलत असताना मी त्यांना त्यामागचे कारण विचारले. तर म्हणाले, ''आम्हाला आमचा वेगळा प्रधानमंत्री मिळेल.'' म्हणून मी पुन्हा विचारल्यावर कळले की त्यांची स्वतःलाच प्रधानमंत्री होण्याची मनिषा होती.

आमचा देश तीन देशामध्ये विभागला गेला. श्रीलंका, पाकिस्तान आणि बांगलादेश हे तीन नेच देश आमच्यापासून विभक्त झाले, या तीन्ही देशांची सध्याची स्थिती फार वाईट आहे. ज्या लोकांनी हे देश वेगळे करण्यासाठी युद्ध केली ते नंतर नंतर मारले गेले. शेख मुजीबुर रहमान, बंदरनायके व भुट्टो. या मंडळींनाच स्वतःसाठी उच्च स्थान मिळवायचे असल्यामुळे त्यांनी स्वतंत्र देशाची मागणी केली. त्यापासून कुणाला फायदा झाला का? तरीपण आपण आपल्या मूळच्या एक देशापासून अलग झाल्याने किती नुकसान झाले हे अजून त्यांच्या लक्षात येत नाही. तीच गोष्ट रशियाची. मी युक्रेनमधील लोकांना विचारले की रशियापासून अलग होऊन तुमचा काय फायदा झाला? म्हणून एका देशाचे तुकडे करुन स्वतंत्र देश होण्यापासून कुठल्याही देशाची परिस्थिती सुधारल्याचे माझ्या पाहण्यात नाही.

कुण्डलिनी जागरणानंतर मुख्य काय घटित होते ते हे की तुम्ही एका नवीन स्तरावर (आयाम) येता आणि त्यामधून तुम्हाला सामूहिक चेतना जाणवते. हाताच्या बोटांवर तुमच्या स्वतःचे व इतरांचे दोष जाणवतात. हे एकदा झाल्यावर एकतेची भावना अशी बळावते की सहजयोगामधून घडून येणाऱ्या गोष्टी पाहून माझे मलाच आश्चर्य वाटते.

मी रशियामध्ये प्रथम जेव्हा प्रोग्राम केला तेव्हा मला भाषणाची सवय नव्हती. पण मी प्रोग्रामच्या स्थानी गेले तेव्हा दोन हजार लोक हॉलमध्ये व तितकेच हॉलच्या बाहेर उभे असलेले पाहून मी आश्चर्यचकितच झाले. या रशियन लोकांना माझ्या प्रोग्रामला येण्याची प्रेरणा इतकी सहज कशी झाली मला समजेना. बाहेरचे लोक म्हणू लागले ''आत जागा नाही, आम्ही काय करायचे?'' मग मी त्यांना पुन्हा त्यांच्यासाठी वेगळे सांगेन असे म्हणाले. हॉलमधील प्रोग्राम संपला, सर्वांना अनुभूति मिळाली आणि बाहेर येऊन पाहते तर ते लोक तसेच

थांबून राहिलेले. मग मी दुसऱ्या दिवशी सकाळी त्यांच्यासाठी पुन्हा प्रोग्राम केला. त्यासाठी एका मोठ्या पार्कमध्ये व्यवस्था केली होती आणि सहा हजार लोक जमले. मग न राहवून मी विचारले की माझ्याबद्दल काहीही माहिती नसताना, मी त्यांच्यासाठी काही विशेष असे केले नसतानाही त्यांना माझ्या प्रोग्रामला यावेसे का वाटले? तर ते म्हणाले हे उघडच आहे. त्यांचा प्रामाणिकपणाचे मला कौतुक वाटले. तसे पौर्वात्य देशातले लोक साधारणपणे संवेदनाक्षम असतात. कदाचित वर्षानुवर्षे त्यांच्यावर अन्याय झाल्यामुळे त्यांना संस्कार-ग्रहणता नसते. त्यांना काही मिळवायची इच्छा नसते, त्यांना सरकारकडून निवासस्थाने मिळाली तरी ती नको असतात. त्यामुळे ते कोऱ्या पाटीसारखे असतात. दुसरी गोष्ट म्हणजे धर्म, ईश्वर याबाबतीत त्यांना कसलेच प्रकार माहीत नसल्यामुळे आपल्या देशासारखे धार्मिक प्रश्न त्यांना येत नाहीत. म्हणून त्यांनी सहजयोग इतक्या पटकन स्वीकारला व माझ्या नंतरच्या प्रोग्रामला दहा हजार लोक आले. त्यातून मला रशियन भाषा येत नसल्यामुळे आणखीनच आश्चर्य वाटले. नंतरच्या एका प्रोग्रामला तर २५ शास्त्रज्ञ जमले. म्हणून मी भाषणाची सुरुवात सायन्सबद्दल बोलून केली. मला वाटले दुसरा कुठला विषय त्यांना आवडणार नाही तर त्यांच्यातील एकजण उठून उभा राहून म्हणाला "मानाजी, आम्ही सायन्सबद्दल ऐकून कंटाळलो आहोत. तुम्ही आम्हाला परमेश्वराचे शास्त्र समजवा." रशियन लोक एकंदरीत आत्मपरीक्षणात तरबेज आहेत. मी त्यांना एकदा रशियातील राजकीय गडबडीबद्दल विचारले तर म्हणाले "आम्ही त्याची कशाला काळजी करायची? आम्ही तर परमेश्वराच्या राज्यात आता आलो आहोत."

बुद्धिवान लोकांचे विचार आणि कल्पना बऱ्याचशा बुद्धीवर आधारलेल्या असतात. त्यांना कुणी माणूस भेटला तर तोही लगेच उजव्या बाजूकडे झुकतो. तसेच दुसरा कुणी भारावून जातो. तुम्ही कुणाच्या भाषणाला गेलात तर त्यांचे भाषण व विचार डोक्यावर अंमल गाजवू पहातात. अशा तऱ्हेने तुमच्या बुद्धीवर बाहेरच्या कल्पनांचा पगडा बसू लागतो. जोपर्यंत तुम्ही स्वतः अनुभव घेत नाही वा मिळत नाही तोपर्यंत तुमचे विचार स्पष्ट, शुद्ध होत नाहीत. हा अनुभव मिळणे अगदी सोपे आहे. आपला भारत-देश एक योगभूमि आहे. मी चीनमध्ये गेले तेव्हा ते विचारत होते की हे पुरातन चिनी संस्कृतीचेच भांडार आहे का? भारत हे अध्यात्मिक संस्कृतीचे भांडार आहे. बाहेरच्या लोकांना त्याची कल्पना आहे. आपल्याकडून काही प्राप्त करून घेण्याकडे लक्ष द्यायला कुणाला वेळ नाही. ख्रिस्त आणि मोहम्मदसाहेबांनीही सांगून ठेवले आहे की आधी स्वतःला नीट जाणले पाहिजे, स्वतःचे ज्ञान झाले पाहिजे म्हणजे हेच ज्ञान तुम्हाला मन, बुद्धि व सायन्सच्या पलीकडे नेते.

सायन्सलाही काही मर्यादा आहेत हे तुम्ही जाणता. **मुख्य म्हणजे सायन्सला नीतीचा आधार नसतो.** शास्त्रीय प्रगत विज्ञानाचा वापर युद्धात होतो. अनेक लोक मारले जातात. देश पादाक्रांत केले जातात पण त्याचे सायन्सला सोयरसुतक नसते आणि म्हणूनच त्याला नीतिमत्तेचा आधार नसतो. नीतिमत्ता म्हणजे बाह्य नियमांचे आचरण असा नव्हे तर प्रेम, शुद्ध प्रेम, करुणा आणि त्यानुसार आचरण. पण कृत्रिम तऱ्हेने फक्त नियम पाळण्याच्या मागे नीति म्हणून लागलेला मनुष्य एक तऱ्हेचा शुष्क, कोरडा बनतो किंवा तापट स्वभावाचा बनतो. हे आतून सहज स्फुरले पाहिजे आणि ते 'मी शुद्ध आत्मा आहे' हे जाणल्यावरच होणार. तुम्ही रत नाही, अहंकार नाही, भावना नाही, तर त्यांच्याही पलीकडे शुद्ध आत्मा आहात. **पण हे फक्त समजून भागत नाही तर तुम्ही तसे बनले पाहिजे** (Becoming). **ते झाले पाहिजे आणि हाच महत्त्वाचा भाग आहे.** तसे झाल्यावर तुम्ही किती महान आहात हे कळून तुम्हालाच आश्चर्य वाटेल. **तुमची चेतना सामूहिक चेतनेमध्ये शिरते, एवढेच नव्हे तर तुम्ही प्रेमाचे व करुणेचे स्रोत बनता. हे घटित झाल्याशिवाय तुम्ही शांती व एकता निर्माण करू शकणार नाही.** मी आता सहजयोगाचे कार्य करत आहे, त्याचा सरकारी यंत्रणेशी किंवा अधिकृत संस्थेशी संबंध नाही; मी माझ्या पतीच्या ऑफिस कामात काही अडचण येईल असे करत नाही तर मीच स्वतःहूनच हे कार्य सुरू केले. सुरुवातीला हिप्पी लोक होते पण नंतर रशिया, पौर्वात्य देश, युरोप, अमेरिका, दक्षिण अमेरिका वगैरे देशांतही. लोकांना त्याचा अनुभव येऊ लागला. नंतर लोक आमच्या देशात कधी येणार असे विचारू लागले. दक्षिण अमेरिकेत तर मोठ्या संख्येने साधक आले. त्यांना सत्ता, पैसा कशा-कशातही रस नव्हता तर साधक म्हणून ते शोध घेत होते.

आता मी एक सुंदर अनुभव सांगते. मी प्रथम रशियात गेले तेव्हा तेथे जर्मनीतून २५ सहजयोगी आलेले पाहिले. तुम्ही इकडे कसे आलात असे विचारले तर ते म्हणाले "मानाजी, आमच्या पूर्वजांनी व जर्मन लोकांनी खूप रशियन लोक ठार केले; मग आता आम्हाला जे मिळाले आहे ते त्यांना मिळावे म्हणून आम्ही इथे आलो. हे आमचे कर्तव्यच नाही का?" किती प्रेम, किती करुणा! हे जर्मन लोक इतके हळवे व नम्र आहेत की त्यांच्या मधूनच हिटलर कसा निर्माण झाला आश्चर्य वाटते. तसेच ऑस्ट्रियाचे सहजयोगी इस्त्राईलमध्ये गेले. तशी काही व्यवस्था केली नसतानाही ते आपणहून आले. ते पण म्हणाले "मानाजी, आमच्या देशात अनेक ज्यू लोक मारले गेले; आम्ही स्वतःला क्षमा करू शकत नाही

म्हणून आम्ही त्यांच्यासाठी काही तरी करण्याकरता आलो.'' जर्मन लोकांना इस्त्राइल लोकांबद्दल इतकी आस्था! तसेच इस्त्राइलचे सहजयोगी मुस्लिम लोकांकडे जाऊन त्यांना मदत करतात. मानव-मानव जातीमध्ये हे प्रेम व सख्य आपोआप निर्माण झाले. मला त्यासाठी विशेष असे काही करावे लागले नाही; आपणहून त्यांना हा समजूतदारपणा येतो. म्हणून एकीची भावना आतूनच निर्माण व्हावी लागते, त्यासाठी कुठल्या बाह्योपचाराची गरज पडत नाही. मनुष्य एकदा का प्रेमाच्या सागरात उतरला की त्याच्यामध्ये अलौकिक अशी शक्ती येते. असे सुंदर कार्य माणसे करू शकतात याच्यावर विश्वास बसत नाही. मनुष्य अशा तऱ्हेने सामान्य मानवी मर्यादा ओलांडून उच्च स्तरावर येतो.

नुकतीच एक बातमी आली की एक मनुष्य पाश्चात्य लोकांमधील अनितीमत्तेचा, दारू, मादक द्रव्य असल्या घातक प्रवृत्तीचा निषेध करण्यासाठी आत्मदहन करणार आहे. एका सहजयोग्याने मला फोन केला ''त्यासाठी आत्मदहन कशाला करायला हवे ? त्यांना नुसता सहजयोग द्या. आम्हीसुद्धा आधी खूप व्यसनी, वाईट मार्गाचे होतो पण आता स्वच्छ झालो.'' हे इतके स्वच्छ व अलौकिक आहे की जीवनातील सर्व उपाधी गळून पडतात, तुम्हालाही कुण्डलिनी जागृत झाल्यावर हाच अनुभव येईल याची मी ग्वाही देते. ती तुमची आई आहे, तिला तुमची सर्व-सर्व माहिती आहे आणि ती सुंदर तऱ्हेने तुम्हाला दुसरा जन्म देणार आहे; तुम्हा सर्वांना तो मिळेल, विशेष करुन भारतीय लोकांना - भारतभूमीमध्ये आपल्याला जन्म मिळाला हे पूर्वजन्मीचे पुण्य आहे हे लोकांना समजत नाही हाच अवघड प्रश्न आहे. तुमच्यामध्येच ती शक्ती आहे आणि परमेश्वराचे सर्व कृपाशीर्वाद ती तुम्हाला मिळवून देणार आहे.

आता हे Meta Science, सहजयोग समजावून सांगायचे म्हणजे खूप सांगण्यासारखे आहे, आता हे पहिले चक्र, त्याला मूलाधार म्हणतात, कार्बन ॲटमपासून बनले आहे. कार्बन ॲटमकडे तुम्ही डावीकडून उजवीकडे बघितले तर ॐकार दिसेल, खालून वर बघितले तर अल्फा आणि ओमेगा दिसेल. ख्रिस्त म्हणाले होते ''मी अल्फा आहे व मीच ओमेगा आहे; ते श्री गणेशाचे अवतरण होते. दुसरी गोष्ट म्हणजे तुम्हाला आत्मसाक्षात्कार झाला की हातातून थंड हवा वाहू लागल्याचे तुम्हाला जाणवेल, हीच ती तुमच्या भोवती सर्वत्र पसरलेली सर्वव्यापी शक्ति. डाव्या व उजव्या हातावर बोटांच्या टोकावर या सात चक्रांची स्थाने आहेत व त्यावर जाणवणाऱ्या संवेदनावरून तुमच्या कोणत्या चक्रावर त्रास आहे हे तुम्ही जाणता. हे समजणे अगदी सोपे आहे, लहान मुलांनाही ते समजते. तसेच दुसऱ्या व्यक्तीलाही कोणत्या चक्रावर त्रास आहे ते तुम्ही सांगू शकता. उदा. दहा लहान मुलांना डोळ्यावर पट्ट्या बांधून इथे उभे करा आणि त्यांच्यासमोर एक मनुष्य उभा राहिला तर त्या माणसाचे कुठले चक्र खराब आहे ते हात उंच करून हातावरचे बोट दाखवून सर्वजण एकच उत्तर देतील. म्हणजेच ते पूर्ण सत्य आहे. हे ज्ञान त्यांना या सर्वव्यापी शक्तीकडूनच मिळत असते.

आपल्याकडे बरेच गुरू म्हणवणारी मंडळी आहेत, त्यांच्यापैकी काही तर फक्त श्रीमंत माणसांना ओढतात व अफाट पैसा मिळवतात, ठिकठिकाणी हिंडून ते अशा लोकांची माहिती काढतात आणि त्यांच्याशी जवळीक साधतात. या लोकांनाही तुम्ही हातांच्या बोटांवर ओळखू शकता; कारण तशा प्रकारच्या संवेदना बोटावर जाणवू लागतात. कुराणात म्हटलेच आहे की ''कयाम'' (Qayama) च्या वेळेस, तुमच्या उद्धाराची वेळ येईल तेव्हा, तुमचे हात बोलू लागतील आणि तुम्हाला स्वतःबद्दल आणि इतरांबद्दल ज्ञान देतील. तुम्हाला स्वतःची चक्रे ठीक करता आली, सुधारता आली तर दुसऱ्यांनाही तशीच मदत करू शकाल. ही सातही चक्रे तुमच्या शारिरिक, मानसिक, भावनिक आणि त्याहुन मुख्य म्हणजे अध्यात्मिक जीवनाचे पोषण करत असतात. अशा तऱ्हेने मनुष्य अशा -- स्थितीला येतो जिथे तो स्वतः शांत असतो, बाह्य जीवनात त्याचे कुणाबरोबरही मतभेद, भांडण होत नाही; त्यामुळे त्याच्या व्यवहारातून प्रेम, करुणा, प्रामाणिकपणा, निर्मळपणा, इ. गुण प्रगट होत राहतात; त्याचे सर्वांबरोबर जमते. आमच्यामधील लंडनचा एक सहजयोगी इटलीला गेला पण तिथे तो अगदी निराश, एकाकी झाला व कारण कळले की तिथे कुणीच सहजयोगी नव्हता. मग आम्ही तिथे प्रोग्राम केला आणि खूपजणांनी सहजयोग घेतला. रोममध्ये तर हजाराहून जास्त सहजयोगी आहेत. म्हणजे सहजयोगाच्या प्रसारासाठी मला स्वतःला काही करावे लागत नाही. हे सहजयोगीच आपणहून कार्य करतात. बिया जशा ठिकठिकाणी विखुरल्या जातात अनेक झाडे बनतात तसा सहजयोग एक मोठ्या वृक्षासारखा बहरत आहे. आणि त्या सर्व सहजयोग्यांमध्ये फक्त प्रेमाचे नाते-संबंध आहेत.

आफ्रिकेतही चारशेहून जास्त निष्णात सहजयोगी आहेत. मी अजून आफ्रिकेला गेलेली नाही. पण एका शहरांत चारशे सहजयोगी बनले हे नवलच आहे आणि ते सर्व लोक जास्तीत जास्त लोकांना सहजयोग देण्याचा प्रयत्न करत आहेत. सहजयोग असा सगळीकडे पसरत आहे.

हे सर्व असे आहे की त्याला मानेने मुलाला खुश करण्यासाठी प्रलोभन देणे म्हणता येईल. आई मुलाला औषध घेतलेस की चॉकलेट देईन असे नाही का म्हणत ? अगदी अशाच तऱ्हेने तुम्हाला खरोखरच जर शांति निर्माण करायची

असेल वा एकता निर्माण करायची असेल तर ते घडून येईल. ही एक प्रकारची विद्याच आहे आणि ही विद्या तुम्ही मिळवली की सहजयोग खूप जोमाने पसरेल कारण माणसा-माणसांत स्वाभाविक, उत्स्फूर्त आणि अंगभूत अशी प्रेमभावना जोपासेल. आमचे ठिकठिकाणी सारखे प्रोग्राम होत असतात. दरवर्षी गणपतिपुळे येथे शिबिर होते, सर्व जगभरातून सहजयोगी तिथे जमतात. तिथे आम्ही पैशाच्या अभावी फार आरामदायक अशी व्यवस्था करू शकत नाही; पण ते सर्व मनसोक्त आनंद मिळवतात. ते म्हणतात की आमचा आत्मा आनंदी आहे, आरामात आहे याचेच आम्हाला समाधान आहे, ते कसल्याही तक्रारी माझ्याजवळ करत नाहीत. वेगवेगळ्या आंतर्देशीय नागरिकांना तुम्ही बघायला हवे. इतके शांततापूर्ण व्यवहार, आनंदाची सुंदर देवाण-घेवाण. आता कधी कधी एकमेकांत मस्करी करतात पण एरवी सबंध वेळ आनंद व समाधानाच उपभोग घेत असतात; स्पर्धा मत्सर, हेवा इ. सर्व प्रवृत्ति गळून पडतात. त्यांचे जीवन संतांसारखे बनल्यामुळे असल्या गोष्टींत त्यांना रस रहात नाही; संतांनीच सांगून ठेवले आहे की अशा व्यक्ति परमेश्वराचे दूत असतात आणि ईश्वरी प्रेमाचे स्रोत बनून असतात, हा प्रत्येक मानवाला अधिकार जन्मतःच असतो. आता इतके सहजयोगी झाले आहेत की मलाच आश्चर्य वाटते. पूर्वी एकाद-दुसरा संत किंवा सूफी कुठेतरी आढळायचा पण आता सहजयोगी जगभर सगळीकडे दिसून येतात. मी ट्युनिशियाला गेले तेव्हा इतक्या लोकांनी आत्मसाक्षात्कार घेतल्याचे पाहून मला नवल वाटले. त्याबरोबरच **तुमचे आजार बरे होतात. हेहि काही विशेष नाहीं कारण ते आपोआपच होत राहते. तुमच्यामधील साक्षीभाव कार्यान्वित होत राहतो आणि आजूबाजूला घडणाऱ्या गोष्टींकडे प्रतिक्रिया न करता तुम्ही ते सारे फक्त पहात राहता; त्यामुळे तुम्ही स्वतः आतून शांत होता व इतरत्रही ती शांति पसरवता. तुमच्या सर्व व्यक्तिमत्वामध्येच इतके परिवर्तन घडून येते की पाहणाऱ्याला आश्चर्य वाटते पूर्वी हा किती भांडकुदळ होता, आता इतका शांत झाला, दुसऱ्यांबद्दल इतकी कळकळ दाखवू लागला हे सर्व बदल कसे झाले असा लोकांना प्रश्न येतो.** शास्त्रांमध्ये सांगितल्याप्रमाणे मानवी व्यक्तिमत्व एखाद्या अंड्यासारखे असते; पक्षाला जसा पुनर्जन्म मिळतो तसाच ब्रम्ह जाणल्यावर माणसाचाही पुनर्जन्म होतो, एकदा त्या परमेश्वरी शक्तीबरोबर तुमचा योग झाला की खऱ्या अर्थाने तुम्हाला पुन्हा जन्म मिळतो आणि त्या पुनर्जन्मामध्ये पुम्हाला एक शक्ति मिळालेली असते; **सर्वात महान शक्ति म्हणजे प्रेमशक्ति आणि त्याचाच तुम्ही आनंद लुटता, तीच शक्ति कार्यान्वित होते.**

मेक्सिकोमधील एका महिलेची गोष्ट सांगते. ती न्यूयॉर्कमध्ये युनोमध्ये कामाला होती, आत्मासाक्षातकार घेतल्यानंतर सहजयोगात तिने लवकरच गहनता मिळविली. निवृत्त झाल्यावर ती मेक्सिकोत राहू लागली. तिचा एक उत्साही तरूण मुलगा शिकत होता. तिचे मला एक पत्र आले, त्यांत तिने लिहिले होते ''माझ्या मुलाला असा एक रोग झाला आहे जो आमच्या घराण्यातील फार थोड्या लोकांना म्हातारपणात झाला होता आणि त्यातच त्यांचा अंत झाला. पण माझ्या मुलाला आता तरूण वयात तोच रोग झाला आहे आणि काळजीने मी बेजार झाले आहे'', मग मी त्यासाठी काय करावे याचा विचार करू लागले, काही सुचेना पण माझे चित्त मात्र त्याच विषयावरून हालत नव्हते. दुसरे तसेच पत्र आले; तिसरे आले त्यात मी मुलाला घेऊन तुमच्याकडे येऊ का असे विचारले, मग थोड्या दिवसांनी चौथे पत्र आले. त्यात तिने कळवले ''माझा मुलगा आता साफ बरा झाला आहे.'' हा चमत्कार वाटेल पण ते तसे नाही, असे पुष्कळ लोक बरे झालेले आहेत. सहजयोगात आल्यावर बऱ्याच जणांचे आयुष्यच पार बदलून गेले. **आजार बरे होणे हे एक ''प्रलोभन'' आहे ज्यातून तुम्ही त्याचा अर्थ ओळखायचा असतो; कारण त्याच्यामुळे तुम्हाला बरेच काही मिळवायचे असते.** मी बऱ्याच मल्ल मंडळींना भेटले आहे. त्यातील बऱ्याच जणांनी ''माताजी, आम्हाला मनःशांती हवी आहे'' अशी विनवणी केली. जे एवढे धष्टपुष्ट त्यांची ही अवस्था का व्हावी हा प्रश्नच आहे. म्हणून शांति मिळवण्याची, सामूहिक चेतना जाणवून घेण्याची आणि सर्वव्यापी शक्तीबरोबर योग साधण्याची सहजयोगाची एक अमूल्य संधि तुम्हाला आणि साऱ्या जगाला मिळाली आहे त्याचा मानवा-मानवामध्ये सख्य निर्माण करून आनंद मिळवा. शेवटी एक महत्वाची गोष्ट, मी तुमच्यावर बळजबरी करू शकत नाही. तुम्हाला पूर्ण स्वातंत्र्य आहे, आणि या स्वातंत्र्याचाच तुम्हाला उपयोग करायचा आहे. मी बऱ्याच लोकांचा अनुभव घेतला आहे; काही जण आत्मसाक्षात्कारानंतर लवकर गहनतेत येतात, काहींना वेळ लागतो. ख्रिस्त पण म्हणाले होते की खडकावर पडलेले बी करपून जाते पण ओल्या मातीत पडलेले बी अंकूर धरते. जगभर पसरलेल्या सहजयोगाचे कार्य पाहून मलाच आश्चर्य वाटते की प्रेमाने व एकोप्याने एकत्र राहणारा व आनंद पसरवणारा समाज समजूतदारपणे एकसंघ राहू शकतो.

●●●

※ सहज-समाचार ※

झेकोस्लोव्हाकिया

सहस्त्रार पूजेच्या शुभ अवसरपर झेक कलेक्टिव्हिटीने श्री माताजींना एक अभिनव भेट देण्याचे योजिले होते.

श्रीमाताजींना त्यांचे हृदय प्रसन्न होईल अशी कोणती भेट द्यावी, याच बरेच दिवस आधी त्यांनी विचार केला. त्यांना वाटू लागले आपले सर्वांचे हृदय स्वच्छ करुन तेच त्यांच्या चरणी भेट म्हणून ठेवावे; त्यातून श्री माताजींकडूनच आलेल्या आनंदाच्या गंगेत आमचे हृदय पावन झाल्याचे त्यांना कळेल. त्यासाठी त्या सर्वांनी सात आठवडे स्वतःच्या स्वच्छतेकडे लक्ष दिले. त्यातून त्यांना गहनतेचा खूप स्पष्ट अनुभव आला. झेक राष्ट्रातील सहजयोगाच्या सर्व सेंटरवरची सामूहिक चेतना त्यामुळे बळकट झाली.

या अनुभवातून त्यांनी जगातील सर्व सहज-सामूहिकतेला विनंति केली की जगामधील सर्वच्या सर्व सहजयोग्यांनी श्री माताजींना सहस्त्रार पूजेची भेट म्हणून आपापली सामूहिक चेतना एक आठवडा सर्व देशांमधे एकाच वेळी ध्यान करुन सुधारुन घ्यावी. या सामूहिक उन्नतीच्या प्रयत्नाला श्री माताजींचे आशीर्वाद मिळण्यासाठी त्यांनी अशी प्रार्थनाही केली – श्री माताजी, आपल्या कृपेने आफ्रिका, अमेरिका, आशिया, ऑस्ट्रेलिया व युरोपमधील सर्व सहजयोग्यांना आपल्या अवतार स्वरूपाची व ते सर्व आपलीच लेकरे असल्याची जाणीव सतत होऊ दे

जगभरातील सर्व सहजयोग केंद्रात त्यांनी या योजनेचे स्वरुप खालीलप्रमाणे कळवले व त्याचा अंमल करण्यास सांगितले :–

"आपण साक्षीरूप आत्मा आहोत, ही खूणगाठ पक्की करुन आपण आपले शरीर, मन..... चक्रेयांच्याकडे साक्षीरुपाने पाहू या. आत्मा हा या चक्रांच्याही पलीकडे आहे. प.पू. श्री माताजींची प्रेमशक्ती आपल्या चक्रामधून कार्यान्वित होत असल्याचे आपल्या जीवनामधून प्रतिबिंबित होऊ दे. आपल्याला सहस्त्रारामध्ये हे जाणवू दे.

आपल्याला दृष्टी आहे म्हणून डोळ्यांकडून होत असलेल्या दृक-शक्तीच्या कार्याकडे आपण साक्षी म्हणून बघू या.

आपल्याला श्रवण-शक्ती आहे म्हणून आपण कानांकडून होत असलेल्या श्रवण-कार्याकडे साक्षी म्हणून पाहू या.

म्हणून...... आपल्याला वाचा आहे.

आपण करत असलेल्या स्वतःच्या स्वच्छतेकडेही साक्षी म्हणून पाहू या. आपण विशुद्धीकडे लक्ष देत असलो तर श्री. माताजींचे प्रेम आपल्या विशुद्धीवर कसे काम करते ते साक्षी म्हणून पाहू या. आपले हात आपल्या विशुद्धीला बंधन देत आहेत इकडे साक्षी म्हणून बघू या.... आपण काहीच करत नाही, श्री माताजींची प्रेम-शक्तिच सर्व करत आहे हे सर्व समजून घेऊ या. श्री माताजींची प्रेमशक्तीच आपल्याला पावन करत आहे. आपण सर्व जण श्री माताजींचे प्रेम, आनंद, कृपा प्रकट होणारे माध्यम बनू या.

याच भावनेमधून रवि. दि. ३ मे ९८ पासून रोज दुपारी ४ वा. (प्रत्येक देशातील अनुरुप समयानुसार) खालील प्रार्थना करण्याचे कळवले.

मुलाधार चक्र (३.५.९८)	श्री गणेशा, आम्हाला श्री. माताजींच्या प्रेम-शक्तीचे साधन बनू दे म्हणजे जगामधे सर्वत्र हे प्रेम पसरेल.
स्वाधीष्ठान (४.५.९८)	श्री माताजी, आफ्रिकेतील सहजयोग्यांचे स्वाधिष्ठान स्वच्छ होऊ दे.
नाभी व भवसागर (५.५.९८)	श्री माताजी युरोपमधील सहजयोग्यांची नाभी स्वच्छ होऊ दे.
हृदय (६.५.९८)	श्री माताजी इंग्लंडमधील सहजयोग्यांचे अनाहत चक्र बळकट होऊ दे.
विशुद्धि (७.५.९८)	श्री माताजी, अमेरिकेतील सहजयोग्यांची विशुद्धि स्वच्छ होऊ दे.
आज्ञा (८.५.९८)	श्री माताजी रशिया व चीनमधील सहजयोग्यांची आज्ञा स्वच्छ होऊ दे.
सहस्त्रार (९.५.९८)	श्री माताजी, आम्हा सर्वांची-हृदये उघडू देत आणि त्यामध्ये आपले प्रेम व करूणा भरून राहू दे.

टीप : हे वृत्त कळवण्याचा उद्देश असा की या उदाहरणावरुन झेक सामूहिकता किती गहनतेमधून व विशाल दृष्टिकोनामधून कार्य करते हे वाचकांनी समजून घ्यावे.

सहजयोग कार्यक्रम

पुण्याजवळ राजगुरु-नगर सेंटरच्या सहजयोग्यांनी संकष्टी-चतुर्थीचे निमित्त साधून आसपासच्या अष्टविनायक मंदिरांच्या परिरसरात सहजयोग प्रदर्शनाचे आयोजन केले. दर्शनासाठी येणाऱ्या भाविकांना प्रदर्शनही पाहता येईल, व त्यामधून सहजयोगाची प्रेरणा मिळेल या उद्देशाने हे कार्यक्रम घेतले. खालील ठिकाणी अलिकडे असे कार्यक्रम झाले.

ओझर : (१५ फेब्रुवारी ९८) प्रदर्शन पाहणाऱ्या भाविकांना ग्रुपमधून सहजयोग समजावून जागृति देण्यात आली. सुमारे १२०० लोकांनी दिवसभरात जागृति घेतली.

लेण्याद्रि : (१६ मार्च ९८)प्रदर्शन पाहण्यात भाविकांचा चांगला प्रतिसाद होता. सुमारे ६०० लोकांनी जागृति घेतली.

महड : (१५ एप्रिल ९८) या ठिकाणी प्रदर्शन पाहून सुमारे ७५० लोकांनी जागृति घेतली.

पाली : (१५ मे ९८) या ठिकाणीही सुमारे ५०० लोकांना आत्मसाक्षात्काराची अनुभूति मिळाली.

मोरगाव : (१३ जून ९८) प्रदर्शन पाहून सुमारे ८५० लोक उत्साहाने जागृतिसाठी आले व अनुभुति घेतली.

याशिवाय **ओतूर** या ठिकाणी प्रदर्शन व कार्यक्रमाचे आयोजन मार्च महिन्यात केले गेले आणि तेथील उत्साहवर्धक प्रतिसादामधून सहजयोगाचे नवीन सेंटरही तिथे चालू झाले आहे. २०-२५ सहजयोगी सेंटरवर नियमित येतात.

●●●

संपादकीय

सध्याच्या आधुनिक कालामध्ये श्री आदिशक्तीचे प.पू. श्री माताजी निर्मला देवींच्या स्वरुपात सर्व मानवजातीच्या उत्क्रांतीसाठी साक्षात अवतरण आले आहे, पण आपण त्यांचे ऐकतो का? का आपल्या सोयीचे असेल तेवढेच ऐकतो? "श्री माताजी म्हणाल्या...." ही भाषा आपण बरेच वेळा सोयीनुसार वापरतो.

श्री माताजींचा प्रत्येक शब्द हा साक्षात मंत्र असतो, तो पुन्हा पुन्हा वाचून/ऐकून आपण त्यावर चिंतन आणि मनन करुन आचरणात कसा आणता येईल हे आत्मपरीक्षण केले पाहिजे. श्री माताजी जे बोलतात ते आपल्या सर्वांसाठी, प्रत्येकासाठी असते. ते आपल्यासाठी नाही तर दुसऱ्यांसाठी आहे ही चुकीची समजूत कुणी करुन घेऊ नये.... आपण त्यांचे शब्द (वाणी) सावधान चित्ताने लक्ष देऊन आत्मसात करण्याचा प्रयत्न केला तर त्या शब्दांचा प्रत्येक चक्रावर मंत्रासारखा उपयोग होतो.... आपण बरेच वेळा आपले विचार, कल्पना, संस्कार इ. ना चिकटून त्यात अडकून बसतो. अशा वेळी स्वतःलाच प्रश्न विचारावा "आपण कोण आहोत आणि आपल्या विचाराला आणि शब्दाला काय मोठी किंमत आहे? आपल्या मर्यादा आणि दोष ओळखणे आणि फक्त सत्याचा स्वीकार करणे – मी आत्मा आहे हे सत्य – हाच शहाणपण आहे. (संक्षिप्त)

योगी महाजन

संपादकीय : DCB

●●●

सहजयोगातून व्यसनमुक्ति

पुणे येथील कमिन्स इंडिया लि. कोथरुड येथे १२-१३ जून ९८ ला कर्मचाऱ्यांसाठी "व्यसनमुक्ति" या विषयावर एक कार्यशाळा आयोजित केली गेली. मद्यपान व मादक द्रव्यसेवन इ. घातक व्यसनांपासून कर्मचाऱ्यांना परावृत्त कसे करता येईल या विषयावर कार्यशाळेत चर्चा झाली. स्थानिक / सामाजिक संस्थाही या कार्यशाळेत सहभागी झाल्या होत्या.

या कार्यशाळेमध्ये "सहजयोगामधून व्यसनमुक्ति" हा विषय कंपनीमधीलच एका सहजयोगी कर्मचाऱ्याने इतर कर्मचाऱ्यांना समजावून सांगितला. त्यांच्या भाषणातून खालील मुद्दे मांडले गेले.

१) व्यसनमुक्तीसाठी सहजयोगाची उपयुक्तता

२) व्यसनग्रस्त झाल्यामुळे होणाऱ्या शारीरिक व मानसिक व्याधींपासून सहजयोगामधून निराकरण.

३) सहजयोगाची सोपी पण उपयुक्त साधनेची माहिती.

कार्यशाळेचा प्रतिसाद खूप आशादायी होता. काही निवडक कर्मचाऱ्यांनी उत्साह दाखवून त्यांची बरीच माहिती व सहजयोग घेतला आणि त्या कर्मचाऱ्यांनी त्यांच्या व्यसनाधीन कर्मचारी-बंधूंसाठी आता कार्य करण्याचे ठरवले आहे.

●●●

सर सी. श्रीवास्तव साहेबांनी कबेलाहून दिल्ली सहजयोग केंद्राकडे पाठवलेले पत्र

श्री माताजी रशियाची यशस्वी टूर संपवून नुकत्याच परत आल्या. आपण सर्वांना माहीतच आहे की जगामधील सर्व सहजयोग्यांमधे रशियन योगी सर्वात चागले व गहन आहेत; त्यांची श्री माताजींबद्दलची भक्ति व सर्मपण पाहून फार समाधान वाटते.

या रशियाच्या टूरमधे एक फार दूरगामी व महत्त्वाची घटना घडली. रशियामधील एक विख्यात शास्त्रज्ञ श्री माताजींना भेटला आणि त्यांच्या चैतन्यलहरींवर त्याने शास्त्रीय प्रयोग केले या संशोधनातून त्याने असा निष्कर्ष काढला की श्री माताजींच्या व्हायब्रशन्स मोजता येण्यसारख्या व असीम आहेत, अर्थात ती परमेश्वराची वैश्विक व अमोल शक्ति आहे. विज्ञान व शास्त्रीय परिभाषेमधील हा एक अभूतपूर्ण शोध आहे व त्याची माहिती हा रशियन शास्त्रज्ञ विज्ञान-साहित्यामधे वा अन्य प्रसिद्धीमाध्यमातून प्रसिद्ध करणार आहे. सहजयोग आणि सहजयोग्यांसाठी ही एक ऐतिहासिक मूल्य असणारी शास्त्र-सिद्ध घटना आहे. मॉस्कोमधील एका वैज्ञानिक परिषदेमधे रशियन शास्त्रज्ञ मंडळींसमोर त्याने ही घटना विषद केली, तयाने असेही जाहीर केले की श्रीमाताजी ह्याच स्वतःच्या चैतन्यलहरींच्या स्त्रोत आहेत. तयांचय या सिद्धांनाचे सर्व शास्त्रज्ञांनी भरपूर कौतुक केले.

Shri Mataji has returned from Russia after a very succuessful programme. As you know, the Russian Sahaja Yogis are amongst the best in the world and it is so elevating to witness their total devotion and dedication to Shri Mataji.

There was, during this tour, an event of phenomenal importance. An extremely re-nouwned Physicist of Russia met Shri Mataji personally and conducted scienttific experiments on Her vibrations. On the basis of these experiments, his conclusion was that Shri Mataji's vibrations have the quality of "infinity". In other words these vibrationa are Divine and cosmic and are beyond any measure. This is mementous scientific discovery of centuries about which this Phyicist will soon write in journals or possibly in a new publication. For Sahaja Yoga and Sahaja Yogis this is new development of historic significnace. The physicist made a declaration of this new discovery at a large public conference of Russian scientists in Moscow. He also declared that Shri Mataji was the source of Divine cosmic vibrations. His declaration was received by much applause.

सहजयोग सेमिनार

लॅटिन अमेरिकेत मार्च ९७ मधे सहजयोग्यांचा एक सेमिनार झाला. २५०-३०० सहजयोगी एकत्र आले. त्या सेमिनारच्या सुरुवातीलाच सर्वांनी एकत्रितपणे जोडेपट्टी केली. इतर विषयांच्या चर्चेनंतर पब्लिक-प्रोग्रामसंबंधी चर्चा झाली. त्या चर्चेतून पब्लिक प्रोग्राम घेताना नवीन लोकांना खालील मुद्दे स्पष्ट करुन सांगणे आवश्यक असल्याचे सहमत झाले.

१) सहजयोगांतील मुख-मुख्य संकल्पना उदा. संतुलन, कुण्डलिनी, ध्यान, गुरु इ. स्पष्ट करुन सांगाव्या. कारण नवीन लोकांच्या मनात या विषयांबद्दल काही स्वतःच्या कल्पना असतात.

२) नवीन साधक आले की सहजयोग्यांनी त्यांच्याकडे जास्त लक्ष देणे, त्यांच्यासाठी जास्त वेळ काढणे आवश्यक आहे. त्याशिवाय नवीन लोकांबरोबर देवाण-घेवाण होऊन संपर्क बळकट होत नाही. नवीन लोकांना सहजयोग्यांची आपुलकी, आस्था व तळमळ जाणवेल असा संपर्क जमवला पाहिजे.

३) सहजयोग्यांनी आपली स्वतःची स्थिति सतत सुधारली पाहिजे. त्यांच्यामधील प्रेम, आनंद, व शांति दुसऱ्यांना जाणवेल असा व्यवहार करावा.

४) श्री माताजींबद्दलचे सहजयोग्यांचे समर्पण व भक्ति नवीन लोकांना लक्षात आली पाहिजे.

●●●

पुण्याजवळील शेरे येथील पुजा व हावन

पुण्याजवळ शेरे येथील सहज-आश्रमामध्ये रवि २८ जून '९८ रोजी हवन व पूजेचा कार्यक्रम झाला. आयत्या वेळी कार्यक्रम ठरला होता तरी सर्व व्यवस्था चांगली झाली. १००-१५० सहजयोगी जमले व कलेक्टिव्हिटि सुंदर होती. पावसाचे दिवस असूनही सर्वजण उत्साहाने आले. आश्रमाची जागा निसर्गाच्या सान्निध्यात असल्यामुळे सारे वातावरणही भारलेले होते.

आपल्या जागेवर सहजयोग्यांनी अलिकडे खूप कार्य केले आहे व खूप झाडे लावली आहेत; योग्य निगा ठेवल्याने त्यांची वाढ चांगली झाली आहे.

सकाळी ११ ते १२॥ पर्यंत पूजा व हवन केले. व्हायब्रेशन्स फार जाणवली. त्यानंतर तेथील आश्रमाच्या प्रशस्त जागेत सहजयोग्यांनी खूप परिश्रम करून लावलेल्या सर्व झाडांना सहजयोग्यांनी ग्रुप्स बनवून व्हायब्रेशन्स दिली; त्याचा सर्वांना आनंद झाला.

मुख्य म्हणजे पावसाळी वातावरण असूनही पूजा व हवनाच्या वेळेत अजिबात पाऊस पडला नाही व हवन संपता-संपताच हलका पाऊस सुरू झाला.

त्यानंतर सर्वांनी आपापल्याबरोबर आणलेल्या भोजनाचा एकत्र बसुन आनंद घेतला आणि थोडावेळ भजनांचा कार्यक्रम होऊन प्रोग्रॅम संपला.

दर दोन-तीन महिन्यांनी शेरेला असाच कार्यक्रम व्हावा ही इच्छा बऱ्याच जणांनी प्रगट केली.

●●●

सूचना :

महाराष्ट्रात ठिकठिकाणी होत असलेल्या सहजयोगाच्या विविध कार्यक्रमांची व कार्याची माहिती श्री. सोवनी (पुणे) यांच्याकडे पाठवण्याची व्यवस्था करावी. त्याबद्दलची माहिती सर्व सहजयोग्यांना कळवण्याच्या हेतूने ती चैतन्य-लहरीच्या अंकातून प्रसिद्ध करता यावी. सर्वांनी सहकार्य करावे.

शुद्धि-पत्र

"चैतन्य लहरी"च्या मे-जून '९८ च्या अंकामधे पान १८ वर "सहजयोग आणि सूफीपंथ" या वृत्ताच्या शेवटी सहजयोग-सूफी-इस्लाम या संदर्भात चक्रांची नावे छापताना मुद्रणदोष झाला आहे. तरी खाली दिलेली चक्रांची नावे अशी वाचावी:-

Mooladhar
Swdhishthan
Nabhi
Vishudhdhi
Adnya
Sahastrar

मुद्रणातील चुकीबद्दल दिलगीर आहोत.

आत्मा आणि मेंदू या संदर्भात श्री माताजींच्या शिवरात्री पुजेतील उतारा

आत्म्याला तुमच्या मेंदूत आणणं म्हणजे तुमचा मेंदू प्रकाशितकरणे, त्याचा अर्थ परमेश्वराला प्राप्त करुन घेण्याकरिता तुमचा मर्यादित मेंदू प्रकाशित होऊन तुमच्या मेंदूची कुवत, त्याची शक्ति अमर्याद होणे याचा अर्थ तुमचा मेंदू प्रकाशित करणे असा आहे...... केन्द्रबिंदू हा मेंदू आहे आणि आत्मा हा हृदयात आहे. तेव्हा मेंदू हा आत्म्याकरवी ताब्यात ठेवला जातो. कसं ते पहा, हृदयाच्या भोवती सात वलयं आहेत., ती कितीही वाढू शकतात. सात सात असे सोळा हजारापर्यंत शक्ति वाढवू शकतात. आता हा आत्मा या वलयामधून तुमच्या मेंदूचे निरीक्षण करीत आहे, लक्षात ठेवा, निरीक्षण करीत आहे. तो मेंदूतील तुमच्या सात चक्राचे निरीक्षण करीत आहे. तो मेंदूतील सर्व नसांचेही निरीक्षण करीत आहे पण जेव्हा तुम्ही आत्म्यालाच मेंदूत आणता जेव्हा तुमची कुंडलिनी जागृत होते तेव्हा ती सदाशिवला स्पर्श करते व सदाशिव ते आत्म्याला कळवितो. म्हणजे आत्मा प्रतिबिंबित होतो.... तेव्हा पहिली अवस्था ही की निरीक्षण करणारी ही सात वलय तुमच्या मेंदूतील चक्राशी संपर्क साधतात आणि ती एकात्म करतात. पण जेव्हा तुम्ही आत्म्याला मेंदूत आणता ही दुसरी अवस्था होते. तेव्हा तुम्ही खऱ्या अर्थाने पूर्णपणे आत्मसाक्षात्कारी होता. कारण, तुमचा आत्मा हाच तुमचा मेंदू होतो....मी जर सांगीतलं की विराट म्हणजे मेंदू. तेव्हा तुम्हीजेकराल, तुम्ही राग दाखवा, करुणा दाखवा, काहीही दाखवा तो आत्माच सर्व काही व्यक्त करीत असतो. कारण मेंदूचे वेगळे अस्तित्व राहात नाही. मर्यादित असलेली बुद्धी आता अमर्याद आत्मा झालेली आहे.

●●●

परम पुज्य श्री माताजींच्या चरणी अर्पण

Yadav