चैतन्य लहरी

खण्ड XI 1999 अंक 1 & 2

"...जिस समय भी आप घर पहुंचें-प्रातः, सांय या किसी और समय-यदि आप उन्नत होना चाहते हैं तो प्रतिदिन आपको ध्यान धारणा करनी चाहिए। आपका ध्यान तभी शुरु होता है जब आप निर्विचार समाधि में होते हैं। तब आपकी प्रतिक्रियाएं शून्य हो जाती हैं। किसी भी चीज की ओर जब आप देखते हैं तो मात्र देखते हैं। निर्विचार समाधि में होने के कारण आप प्रतिक्रिया नहीं करते। आप प्रतिक्रिया नहीं करेंगे। जब प्रतिक्रिया समाप्त हो जाएगी तो आप आश्चर्यचकित होंगे कि सभी कुछ दिव्य हो गया है। प्रतिक्रिया तो अगन्य चक्र की समस्या है। एक बार जब आप शुद्ध निर्विचार समाधि में होते हैं तब आप इस प्रकार परमात्मा से एक-तार हो जाते हैं कि परमात्मा आपकी सारी गतिविधियों को, आपके जीवन के हर क्षण को संभाल लेते हैं और उसकी देखभाल करते हैं। परमात्मा से जुड़कर आप स्वयं को पूर्णतः सुरक्षित महसूस करते हैं और परमात्मा के आशीर्वादों का आनन्द लेते हैं।"

परमपूज्य माताजी श्री निर्मला देवी

इस अंक में

क्रम संख्या		पृष्ठ नं.
1.	सम्पादकीय	3
2.	श्री आदि शक्ति पूजा 21.06.98	5
3.	हैदराबाद पूजा प्रवचन 25.02.1990	12
4.	गुरु पूजा 1998	14
5.	विश्व समाचार	26
6.	श्री चरणों में प्रार्थना	28
7.	सद्गुरु तत्व एवं विशुद्धि तत्त्व	30

सम्पादक : योगी महाजन

प्रकाशक : विजय नालगिरकर
162, मुनीरका विहार,
नई दिल्ली-110 067

मुद्रक : अभिनव प्रिन्ट्स, दिल्ली-34,
फोन : 7184340

सम्पादकीय

क्या सभी प्रश्नों का उत्तर दिया जाना आवश्यक है? मस्तिष्क में, अशान्त मस्तिष्क में हर समय प्रश्नों का तूफान चलता रहता है। आरम्भ में ये प्रश्न जिज्ञासा के कारण उठते हैं परन्तु रजोगुणी (Right Sided) लोगों में जब बुद्धि की भाप उठने लगती है तो यही प्रश्न अहँ को बढ़ावा देने का कारण बन जाते हैं। उदाहरण के तौर पर हमें प्राय: ऐसा सुनने को मिलता है कि, "देखो, वह मेरे प्रश्न का उत्तर नहीं दे पाया।"

दूसरे शब्दों में, "मैं उससे अधिक बुद्धिमान हूँ क्योंकि मैं इस प्रश्न का उत्तर जानता हूँ।"

मैंने उससे पूछा, "परमात्मा क्या है? परन्तु वह उत्तर न दे पाया।"

परमात्मा को परिभाषाबद्ध किस प्रकार किया जा सकता है? किसी व्यक्ति, स्थान या वस्तु को तो परिभाषित किया जा सकता है परन्तु अनन्त को किस प्रकार परिभाषित कर सकते हैं? असीम को दी गई कोई भी परिभाषा उसे सीमाबद्ध कर देती है। प्रश्न इतना असंगत है कि उत्तर देने के योग्य ही नहीं, फिर सभी प्रश्नों का संभवत: उत्तर होता भी नहीं है।

अहँ जब असम्भव प्रश्न पूछता है तो स्वयं को अतिविलक्षण मानता है। यह किसी प्रतिद्वन्दी को पछाड़ने की चाल हो सकती है या केवल दिखावा करने का अभ्यास । वास्तव में प्रश्न का उत्तर देने के लिए कोई भी विवश नहीं है। बोलने की स्वतन्त्रता नि:संदेह प्रश्न पूछने का जन्मसिद्ध अधिकार प्रदान करती है। परन्तु इस प्रश्न का उत्तर देने के लिए कोई भी बाध्य नहीं है। प्रश्नों की झड़ी लगा देना रजोगुणी (आक्रामक) स्वभाव की प्रवृत्ति है। प्रश्नों का चाहे कोई संदर्भ न हो, चाहे प्रश्न विवेकशून्य हों, परन्तु जब अहँ इन प्रश्नों से जुड़ जाता है तो वे अत्यन्त महत्वपूर्ण बन जाते हैं। प्रतिष्ठा का मामला बन जाता है, "यह मेरा प्रश्न है।"

एक जन कार्यक्रम के पश्चात् वक्ता ने अपने भाषण के संदर्भ में प्रश्न आमन्त्रित किए, परन्तु प्रश्नोन्मुख दर्शकों ने उनके भाषण में कही गई बातों के अतिरिक्त सभी प्रकार के प्रश्न पूछे। यहाँ तक कि श्रोताओं ने वक्ता पर उन बातों का भी लान्छन लगाया जो उसने अपने भाषण में कही तक न थी। ये हैरानी की बात नहीं है क्योंकि 'कल्पना' 'बुद्धि' की बहन है, दोनों एक साथ उड़ान भरती हैं। बुद्धि जितना अधिक उछलती है उतनी ही तेजी से बेलगाम घोड़े की तरह से दौड़कर कल्पना राजसिक प्रवृत्ति (Right Sided) व्यक्ति को भड़काती है। भयंकर नृत्य करने वाली बुद्धि की प्यास को कभी शांत नहीं किया जा सकता। अश्व की प्यास तो बुझाई जा सकती है परन्तु किसी शराबी की आंखों की प्यास किस प्रकार शान्त की जाए? बुद्धि अन्दर से खोखली है और खाली घड़े की तरह से प्रश्न पूछ-पूछ कर बहुत शोर करती रहती है।

एक अन्य जनकार्यक्रम में एक व्यक्ति ने प्रश्नों की इस प्रकार झड़ी लगा दी कि एक प्रश्न का उत्तर पाने से पूर्व वह दूसरा प्रश्न छोड़ देता। वास्तव में वह केवल प्रश्न करने को ही लालायित था, उनका उत्तर पाने के लिए नहीं। वह उस पागल व्यक्ति सम था जो अपने निशाने पर बिना निशाना साधे गोलियां चलाता चला

जाता है। इस प्रकार के आक्रामक लोग सदैव अपने ही सम्मोहन (Obsession) में फंसे रहते हैं। वे या तो अपने बारे में बात करते रहते हैं या प्रश्न पूछते रहते हैं – "किसका फोन आया? उसने क्या कहा? उसके जूते का नम्बर क्या था? आदि आदि।"

एक अहँकारी व्यक्ति प्रश्न पूछने के उन्माद में इस प्रकार बह गया कि वह इस प्रकार अपने प्रश्न दोहराता रहा मानो ग्रामोफोन की सुई अटक गई हो! वक्ता उसके प्रश्नों का उत्तर दे रहे थे परन्तु उसका चित्त अपने प्रश्नों में इस प्रकार उलझा हुआ था कि वह वक्ता की बात को समझ ही न पा रहा था। इसी प्रकार तमोगुणी (Left Sided) लोगों की रेखीय गति (linear movement) उन्हें टेप रिकार्डर की तरह से भूतकाल की घटनाओं को दोहराते चले जाने पर बाध्य करती है। वो अत्यंत उबाऊ हो जाते हैं क्योंकि उनके मित्रों को उनकी सभी कहानियां जुबानी याद होती हैं।

आत्मसाक्षात्कार प्राप्त करने के पश्चात् संतुलित होकर व्यक्ति बुद्धि के चंगुल से मुक्त हो जाता है। निर्विचार समाधि में वह आंतरिक शान्ति की अवस्था का आनन्द लेता है जहां प्रश्न रूपी खटमल नहीं होता। आन्तरिक शान्ति हमें प्रश्नों और संदेहों से दूर आत्मा के साम्राज्य की गहनता में ले जाती है। जब आन्तरिक आनन्द में खो गए तो पूछने के लिए क्या रह गया?

आत्मा स्वयं हमें आवश्यक चीजों का ज्ञान देती है। हम वास्तव में अपने गुरु बन जाते हैं। हमें समझना चाहिए कि हम अपनी परमेश्वरी माँ के संरक्षण में हैं। वे हर चीज का ध्यान रखती हैं। तो क्यों हम व्यर्थ के प्रश्नों से अपने चित्त को परेशान करें? हमें यह भी याद रखना चाहिए कि उत्थान के विषय में यदि अब भी हमारे मन में कुछ प्रश्न शेष हैं तो हमारी परमेश्वरी माँ अपनी चमत्कारिक लीला तथा अद्भुत प्रवचनों से उन सब प्रश्नों का उत्तर हमें दे देंगी। परन्तु श्रीमाताजी की कही हुई बातों को भी हम तभी आत्मसात कर सकते हैं जब पूर्णचित्त से अपने सहस्रार पर हम इन्हें पढ़ें या सुनें। तब हमें आध्यात्मिक उत्थान में सहायक सभी प्रश्नों के उत्तर स्वत: ही मिल जाएंगे। तो आइए श्रीमाताजी के चमत्कारिक प्रवचनों को ध्यान से समझें।

हे देवी महासरस्वती, ज्ञान के सागर की कृपा-दृष्टि, जो आपने हम पर की है, के लिए हम आपके हृदय से आभारी हैं और आपको कोटिशत् प्रणाम करते हैं।

♦ ♦ ♦

श्री आदि शक्ति पूजा

21-06-1998

कबैला

रूस के लोग, देखा गया है, उदार मनस्क है। केवल इतना ही नहीं, वहां के वैज्ञानिक तो विशेष रूप से उदार मनस्क हैं। उन्हें अत्याधिक दबाया गया, जिसके कारण उन्होंने सूक्ष्म चीज़ें खोजने का प्रयत्न किया। उन्होंने केवल रसायनों या प्रकाश के भौतिक गुणों को ही नहीं खोजना चाहा, अधिक सूक्ष्मता में जाकर शरीर और हाथों के इर्द-गिर्द विद्यमान चैतन्य-प्रकाश को भी उन्होंने खोज निकाला। उन्होंने इतनी अधिक खोज की, और इस खोज को पूरे विश्व ने स्वीकार किया। अब मुझे यह लगता है यह व्यक्ति एक विशेषज्ञ था क्योंकि वह अत्यन्त सुप्रसिद्ध है और उच्च पद पर आरूढ़ भी है। वह बता रहा था कि उसे 150 संस्थाएं चलानी पड़ती हैं। अत्यन्त विनम्र और सज्जन व्यक्ति। अपने शोध के साथ जब वह आया तो मुझे प्रसन्नता हुई क्योंकि वैज्ञानिक रूप से यदि यह (चैतन्य लहरियां) प्रमाणित हो जाएं तो कोई भी इसे चुनौती न दे पाएगा। जो भी कुछ वह प्रमाणित करना चाहता था उसको बीजगणितीय जटिलताओं के साथ उसने एक पुस्तक लिखी है। उसने बताया कि मानवीय चेतना से परे शून्यता (Vacuum) है और उस शून्यता में ही आप वास्तविकता को जान सकते हैं। जब यह सब (चैतन्य लहरियां) वास्तविकता बन जाएंगी तो यह विज्ञान है। इस प्रकार इसे विज्ञान का रूप दिया गया है। उसने मेरे बहुत से फोटो दिखाए, विशेष तौर पर वह फोटो जिसमें नाव पर जाते हुए मेरे सिर से बहुत चैतन्य निकल रहा है। तो उसने कहा कि ये ब्रह्माण्डीय शक्ति (COSMIC ENERGY) का स्रोत है। केवल आदि शक्ति ही ऐसी हो सकती है। वे ही हर चीज़ का सृजन करती है।

पूरा वातावरण, जैसा कि हम जानते हैं, अत्यन्त बनावटी है। अपनी पुस्तक में मैंने उनके कार्यों के विषय में लिखा है। परन्तु मैं आपको बताना चाहूंगी कि सर्वप्रथम उनकी (आदिशक्ति) अभिव्यक्ति बाईं ओर को होती है। यह महाकाली की अभिव्यक्ति है। तो महाकाली के कार्य के लिए बाईं ओर को उन्होंने पावनता, अबोधिता तथा मंगलमयता के गुणों के कारण श्री गणेश की सृष्टि की। ब्रह्माण्ड का सृजन करने से पूर्व यह किया जाना आवश्यक था। सर्वप्रथम श्रीगणेश का सृजन करके वह स्थापित हो जाती है। तत्पश्चात् वे विराट के शरीर में प्रवेश करके दाईं ओर को जाती हैं जहां सारे ब्रह्माण्डों-भुवनों-का सृजन करती है। भुवन संख्या में चौदह हैं अर्थात् कई ब्रह्माण्डों को मिलाकर एक भुवन बनता है। दाईं ओर पर वे इन सबका सृजन करती हैं। तब वे ऊपर की ओर जाती हैं और फिर नीचे की ओर आते हुए इन सभी चक्रों-आदि चक्रों या पीठों की सृष्टि करती है। कुण्डलिनी रूप में वे स्थापित हो जाती है या हम कह सकते हैं कि कुण्डलिनी उनका एक भाग है। शेष कार्य इससे भी कहीं अधिक है। अतः अवशिष्ट शक्ति (Resiedual Energy) का अर्थ यह हुआ कि यह सारी यात्रा करने के पश्चात् वे कुण्डलिनी के रूप में आती हैं। इस कुण्डलिनी और चक्रों

के कारण वे एक क्षेत्र की रचना करती है जिसे हम शरीर में 'चक्र' कहते हैं। सर्वप्रथम वे सिर में इन चक्रों का सृजन करती है। इन्हें हम चक्रों के पीठ कहते हैं और तब नीचे की ओर आकर वे चक्रों की सृष्टि करती हैं जो कि विराट के शरीर में हैं। एक बार जब यह सब कुछ हो जाता है तब वे विकास प्रक्रिया द्वारा मानव का सृजन करती है और इस प्रकार विकास प्रक्रिया आरम्भ होती है। तब जल में सूक्ष्मदर्शी अस्तित्व से इसका विकास आरम्भ होता है। जब वे जल तथा इन ब्रह्माण्डों का सृजन करती हैं तो अपनी विकास लीला को करने के लिए पृथ्वी मां को ही सर्वोत्तम स्थान मानती हैं। वहां पर आदि शक्ति इस सूक्ष्म अस्तित्व को बनाती है। मैं यह सब कुछ लिख चुकी हूँ। मेरी पुस्तक आ जाने के पश्चात् आप देख सकेंगे कि किस प्रकार हाइड्रोजन, कार्बन और आक्सीजन आदि मिश्रित हो गए, किस प्रकार नाइट्रोजन ने इस लीला में प्रवेश किया और किस प्रकार यह सारी प्रक्रिया आरम्भ हुई। यह सब मैं अपनी दूसरी पुस्तक में लिख रही हूँ जो कि मैंने लगभग समाप्त कर ली है। परन्तु अभी भी कुछ चक्रों के बारे में लिखा जाना बाकी है। अब, इस घटना के पश्चात्, जो भी कुछ मैं लिखूंगी, लोग उस पर संशय नहीं करेंगे। वे जान जाएंगे कि यह वैज्ञानिक सत्य है और जो मैंने कहा वह सच्चाई है।

माँ आदिशक्ति में विश्वास कर पाना कठिन कार्य था, विशेषतौर पर इसाई धर्म संचालकों ने, आप हैरान होंगे 'माँ' का वर्णन ही नहीं किया। इस्लाम ने भी माँ का वर्णन नहीं किया। 'माँ' के प्रति पूर्ण अविश्वसनीयता है। केवल भारतीय दर्शन में ही 'माँ' को पूर्ण मान्यता दी गई । भारतीय वास्तव में शक्ति के पुजारी थे। इस प्रकार माँ के प्रति विश्वास को बनाए रखा गया और आज उस स्थिति तक लाया गया है जहां लोगों को सभी कुछ कार्यान्वित करने वाले मातृ-तत्व की पूर्णत: समझ आ गई है। भारत में लोग मातृतत्व के बारे में पूर्णत: विश्वस्त हैं कि मातृतत्व ही सारा कार्य करता है। भारत में बहुत से स्वयंभु: हैं अर्थात् ऐसे देवी देवता जो स्वत: पृथ्वी से प्रकट हुए हैं। उदाहरणार्थ महाराष्ट्र में महाकाली, महासरस्वती और महालक्ष्मी के स्थान हैं। वहां पर आदि शक्ति का भी एक स्थान है। जो लोग नासिक गए हैं उन्होंने चतुर्श्रंगी अवश्य देखा होगा (आपमें से कितने लोगोंने देखा है? बहुत अच्छा)। यह चतुर्श्रंगी आदिशक्ति का प्रतीक है, जोकि मानव को उत्थान देने वाली शक्ति का चौथा आयाम है, और अन्त में महालक्ष्मी मार्ग से आपको आत्मसाक्षात्कार प्राप्त होता है। यह सारा प्रक्रम है-सारा सृजन आदिशक्ति की शान्ति द्वारा ही किया गया। यह सब बहुत बड़ा कार्य है। यद्यपि इससे पूर्व किए गए कार्य इतने जटिल नहीं थे। यह कार्य करना प्रकृति के लिए सहज था। पृथ्वी मां, पूरा वातावरण, पचतत्व,-सभी की एकाकारिता आदि शक्ति से थी। तो इन सभी का सृजन वे सुगमता से कर सकीं। परन्तु जब मानव की बारी आई तो उसे 'स्वतन्त्रता' प्राप्त हो गई। यही एक ऐसी जाति है जिसमें अहम् है तथा जो सोच विचार की माया में फँसी है। अहम् के कारण माया ने उन पर कार्य किया और विश्व का सृजन करने वाले सिद्धान्त को वे भुला बैठे। उन्होंने इसे अपना अधिकार समझ लिया। उन्हें लगा कि यह उन्हीं के परिश्रम का फल है और वे इन सभी चीजों के स्वामी हैं। यह बात उनमें इस हद तक बैठ गई कि वे दूसरे देशों पर आक्रमण करने लगे और बहुत से लोगों को मार गिराया। ऐसा करने में उन्हें बिल्कुल भी संकोच नहीं हुआ। पूरा

जीवन वे अन्य लोगों को सताने, उन्हें वश में करने तथा हानि पहुँचाने के विषय में सोचते रहे। उन्होंने कभी न तो सोचा और न ही अन्तर्दर्शन किया कि वे जो कर रहे हैं वह गलत है और नहीं किया जाना चाहिए। मानव को प्राप्त स्वतन्त्रता के कारण ही पूरे विश्व भर में उथल-पुथल है। सत्ताधारी लोग अत्यन्त क्रूर थे और उन्हें अन्य लोगों की भावनाओं का बिल्कुल सम्मान न था। पृथ्वी पर ऐसा बहुत बार हुआ है।

अब सहजयोग का आरम्भ हुआ है। इसके आरम्भ होने के पश्चात् सहजयोगी आदिशक्ति से सीधे ही आशीर्वाद प्राप्त कर रहे हैं। परन्तु, **मैं ये भी कहूँगी कि सहजयोगियों में भी ऐसे लोग बहुत कम हैं जिन्हें परिपक्व कहा जा सके। उनमें से कुछ तो मात्र इसलिए सहजयोगी हैं क्योंकि ऐसा करना फैशन है। हो सकता है उनके दृष्टिकोण से ये बेहतर हो या स्वार्थ सिद्धि के लिए वे सहज योगी हों।** यह दृष्टिकोण बहुत गलत है आप यदि सहजयोग में हैं तो पूरे विश्व के लिए उत्तरदायी हैं। आप लोग ही तो आगे आए हैं, केवल आप लोगों ने ही तो कुछ प्राप्त किया है। इस बेला में आपको इस प्रकार आचरण करना चाहिए जो महान् सन्तों तथा आत्मसाक्षात्कारी लोगों को शोभा दे। परन्तु कभी कभी तो सहजयोगी इस प्रकार आचरण करते हैं जिससे बहुत सदमा पहुँचता है। उन्हें न तो अपना सम्मान होता है और न दूसरों का और उनका पूर्ण दृष्टिकोण ही अत्यन्त विचित्र होता है। उनमें से कुछ धन लोलुप है और जो सत्ता लोलुप हैं वे तो उनसे भी कहीं भयानक हैं। वे अत्यन्त अपमानजनक, निरंकुश तथा भीषण हैं। सहजयोग में सत्ता हथियाना ही उनका सत्य है और इसके लिए वे सभी प्रकार की चालें अपनाते हैं। आरम्भ में तो वे ठीक-ठाक लगते हैं परन्तु कुछ समय पश्चात् आप देखेंगे कि वे सहजयोग संसार से गायब हो गए। शुद्धिकरण की महान् प्रक्रिया चल रही है। ये समझ लेना आपके लिए आवश्यक है कि आप अत्यन्त उच्च चेतना के क्षेत्र में प्रवेश कर गए हैं जहां आप परमात्मा से जुड़े हुए हैं। यहां भी यदि आप सब दिव्यताविहीन सर्वसाधारण लोगों की तरह से व्यवहार करते हैं तो आप कितनी देर चल सकेंगे? अतः अत्यन्त आवश्यक है कि ध्यानधारणा द्वारा स्वयं को विकसित करके आप वास्तव में बहुत अच्छे सहजयोगी बनें। कुछ स्थानों पर, कुछ देशों में, हम इस मामले में अत्यन्त भाग्यशाली हैं। परन्तु कुछ देशों में मैं पाती हूँ कि लोग गूंगे-बहरे हैं। वे सहजयोग को नहीं समझ सकते। मेरे कार्यक्रम के लिए तो वे जरूर आते हैं परन्तु बाद में गायब हो जाते हैं। मेरे विचार में सहजयोगी इसके लिए जिम्मेदार हैं। जिस प्रकार से वे घूमते हैं, जिस प्रकार वे सहजकार्य करते हैं। वह सहज नहीं है। निश्चित रूप से इसमें कुछ गलती है जिसके कारण सहजयोग कुछ स्थानों पर वैसे कार्यान्वित नहीं हो रहा जैसे कुछ अन्य स्थानों पर कार्यान्वित हो रहा है।

मुझे आपको बताना है कि सभी कुछ है, आदिशक्ति है और सभी कुछ उनके माध्यम से घटित हुआ है। अब शेष कार्य आप लोगों से होना है क्योंकि आप ही उपकरण हैं और आप ही ने अन्य लोगों को परिवर्तित करना है। हर सहजयोगी को सोचना चाहिए कि उसने कितने लोगों को आत्मसाक्षात्कार दिया? इसके विषय में सोचना आवश्यक है। हमने सहजयोग के लिए क्या किया? एक बार मैं वायुयान से यात्रा कर रही थी, मेरे साथ वाली सीट पर एक महिला बैठी थी। उससे इतनी गर्मी निकल रही थी कि मैं समझ नहीं पाई । तब उसने मुझे बताया कि

वह एक गुरु की शिष्या है। गुरु पर उसे बहुत गर्व था। तब उसने मुझे अपने गुरु के विषय में बताना शुरु किया। मैं हैरान थी कि इस महिला को उस गुरु से कुछ भी प्राप्त नहीं हुआ था फिर भी ये कह रही है कि उसने इतना धन उसे दिया है, इतना कुछ उसके लिए किया है! उसे कुछ भी प्राप्त नहीं हुआ फिर भी एक अजनबी से वह अपने गुरु के विषय में बात कर रही है!

परन्तु सहजयोग में मैंने देखा है कि लोग कुछ शर्मीले हैं। वे दूसरों से सहजयोग के विषय में खुलकर बात नहीं करना चाहते। ऐसा करके आप बहुत गलत कार्य कर रहे हैं क्योंकि आप ही इसके लिए जिम्मेवार हैं। आपको आत्मसाक्षात्कार दिया गया है। निःसंदेह आप जिज्ञासु थे, फिर भी अन्य लोगों को आत्मसाक्षात्कार देने का प्रयत्न आपको अवश्य करना चाहिए। इस मामले में पुरुष कहीं अधिक प्रगल्भ है और इसे कार्यान्वित कर रहे हैं परन्तु सहजयोगी महिलाएं उस स्तर तक नहीं आ रहीं जहां उन्हें होना चाहिए। इसके विषय में उन्हें अधिक संवेदनशील होना चाहिए और इस कार्य को कार्यान्वित करना चाहिए। वे ये कार्य कर सकती हैं। परन्तु, मेरे विचार में, उनकी छोटी-छोटी समस्याएं है जिनके कारण वे चिन्तित हैं। मुझे सदा पत्र मिलते हैं जिनमें वे लिखती हैं कि मुझे ये समस्या है, वो समस्या है-सदैव शिकायत भरे पत्र। उनके पत्रों से मैं इतनी परेशान हूँ कि मुझे लगता है कि वे बेकार हैं। उनके पत्रों का पढ़ना भी व्यर्थ लगता है। आपको ये बता देना मैं आवश्यक समझती हूँ कि महिलाओं को पुरुषों से अधिक प्रगल्भ होना चाहिए क्योंकि वे शक्ति हैं और मैं भी एक महिला हूँ।

सहजयोग के विषय में पुरुष अधिक चुस्त एवं प्रगल्भ हैं। मुझे समझ नहीं आता कि स्त्रियां क्यों नहीं हैं। वे बहुत से लोगों को परिवर्तित कर सकती हैं, बहुत से लोगों का हित कर सकती हैं, बहुत प्रेम एवं करुणा का प्रसार कर सकती हैं क्योंकि प्रेम और करुणा तो मां का गुण है-महिला का गुण है। गुण विहीन महिला का क्या लाभ! हर समय यदि आप बेकार के फैशनों और साज सज्जा में ही व्यस्त हैं तो सारा समय बर्बाद हो जाता है। आपके पास बहुत कम समय है। आपको आत्मसाक्षात्कार प्राप्त हुआ, अब आप सोचें कि आपने अब तक क्या किया, और क्या पाया? सहजयोग में, मैंने देखा है, हर प्रकार की अटपटी चीजें बढ़ रही हैं, जैसे कुछ विशेष कर्मकाण्ड बताए जाते हैं। उनके विषय में बातचीत की जाती है तथा एक प्रकार की सत्ता भक्ति भी विद्यमान है। सत्ता लोलुप लोग दूसरों को सताना चाहते हैं। उन पर काबू पाकर उन्हें धमकाते हैं और इस प्रकार व्यवहार करते हैं मानो वे बहुत अच्छे हैं। कुछ तो ये भी कहने लगते हैं कि, "श्रीमाताजी ने ऐसा कहा"। यह श्रीमाताजी का विचार है। अपनी सत्ता लोलुपता के कारण वे बातें गढ़ते हैं और इस प्रकार से बातचीत करते हैं; उनसे पूछें कि आपने कितने लोगों को आत्मसाक्षात्कार दिया है? वह तो अन्य लोगों के विषय में बात करता है, उनकी आलोचना करता है और सहजयोग की खामियां खोजता है। ये जो बहुत ही छोटी चीज घटित हुई है इसे रोका जाना चाहिए।

एक बार जब ये पुस्तक प्रकाशित हो जाएगी। तो पूरा विश्व हमारे कार्य के विषय में जान जाएगा? हमें चुनौती नहीं दी जा सकेगी। फिर भी हमें स्वयं देखना होगा कि इस प्रकार की मान्यता यदि हम प्राप्त कर लेते हैं तो हमें उस स्तर तक उन्नत भी होना चाहिए। हमें पीछे लड़खड़ाते नहीं रहना चाहिए। आप यदि

सहजयोगियों, विशेषकर सहजयोगिनियों से पूछें तो उन्हें सहजयोग का अधिक ज्ञान नहीं है। उन्हें न तो चक्रों का ज्ञान है और न ही देवी-देवताओं का। वे कुछ भी नहीं जानतीं। किस प्रकार वे सहजयोगी हो सकती हैं? आपको इसका पूरा ज्ञान होना चाहिए। आप ये नहीं महसूस करते कि आप बाह्य से सहजयोगी नहीं हैं अन्दर से हैं। अपने अन्दर आपको चक्रों की समझ होनी चाहिए और ये भी ज्ञान होना चाहिए कि किस प्रकार सहजयोग कार्य करता है और किस प्रकार इससे सहायता मिलती है। मान लो मैं ही उस शक्ति का स्रोत हूँ; आप भली-भांति जानते हैं वो स्रोत मैं ही हूँ, तो आप भी लोगों से व्यवहार करने और उन्हें सहजयोग में लाने की निपुणता प्राप्त करें। सहजयोग में अन्य लोगों को लाना ही वह महत्वपूर्ण कार्य है जो आपने करना है। मैं देखती हूँ कि लोग अभी भी बहुत पिछड़े हुए हैं। जिस देश में वे रहते हैं, उसकी भी उन्हें चिन्ता नहीं है। इन परिस्थितियों में उन्हें दोषी ठहराया जाएगा कि क्यों नहीं उन्होंने अपने देश वासियों को समझाने का मार्ग ढूंढा?

उन्नति के समीप पहुँचकर भी सहजयोग केवल एक या दो देशों से नहीं बढ़ेगा, सभी देशों को लाना होगा, सभी लोगों को सहजयोग में लाना होगा, उन्हें विश्वस्त करने के लिए हमारे पास पुस्तकें भी हैं, इसके विषय में आपने उनसे बातचीत भी करनी है। परन्तु मैंने देखा कि सहजयोगी जब सहजयोग का प्रचार करने लगते हैं तो उनका अहँ बढ़ जाता है और वे सोचने लगते हैं कि वे बहुत महान अगुआ हैं। इस प्रकार के मूर्खतापूर्ण विचार उनके मस्तिष्क में घुस जाते हैं। यह गलत है। आपको अत्यन्त विनम्रता से सोचना होगा। जितना अधिक आपके पास होगा उतने ही अधिक विनम्र आप होंगे-जिस प्रकार फलों से लदा हुआ पेड़ नीचे झुक जाता है इसी प्रकार आपको भी विनम्र होना चाहिए। परन्तु इस विनम्रता को प्राप्त करना कई बार बहुत कठिन होता है। क्योंकि पाश्चात्य संस्कृति ही विनम्र नहीं है। यह आक्रामकता, प्रभुत्व की संस्कृति है। प्रभुत्ववाद की वजह से वे पूरे विश्व में जा पाए और बहुत कुछ प्राप्त किया। परन्तु उन्होंने क्या पाया? कुछ नहीं। अपने देशों में ही यदि आप देखें तो वहां नशे का व्यसन है। लोग नशे के इतने आदी क्यों हो जाते हैं? इतने अपराधमय कार्य वो करते हैं जिनका मैं वर्णन भी नहीं करना चाहती। वे ऐसे-ऐसे जघन्य कार्य करते हैं जिनके विषय में भारत जैसे गरीब देश में सुना भी नहीं जा सकता। अतः खोज निकालिए कि क्या गलती है और किस प्रकार चीजों को ठीक किया जा सकता है? आप यदि लोगों की मदद कर सकें तो बहुत अच्छा होगा। मैं कुछ संस्थाएं आरम्भ करने वाली हूँ जो मानव हित के लिए कार्य करेंगी। आप सब लोग भी इसमें सम्मिलित हो सकते हैं। अपने देशों में भी आप ऐसे कार्य आरंभ कर सकते हैं।

परन्तु सर्वप्रथम आपको अपने अहं से मुक्ति पानी होगी। एक बार जब ऐसा हो जाएगा तो आपका चित्त स्थिर हो जाएगा। अहँ को काबू करना आपके लिए बहुत सहज है। क्योंकि आप ईसामसीह की पूजा करते हैं। ईसामसीह ने अगन्य चक्र पर स्थान ग्रहण किया। आप ईसामसीह की पूजा करते हैं परन्तु उनकी विनम्रता आप में नहीं है। उसके बिल्कुल विपरीत है। हर स्थान पर ऐसा ही हुआ है कि धर्म में जिस बात की शिक्षा दी गई है उसके विपरीत कार्य हुए हैं। उदाहरणार्थ हिन्दू धर्म में-हिन्दू दर्शन में-माना जाता है कि सभी प्राणियों में आत्मा हैं। तो किस प्रकार भिन्न जातियां हो सकती हैं और किस

प्रकार कोई ऊँचा हो सकता है और कोई नीचा? दूसरी ओर, ईसा ने कहा है कि आपको क्षमा करना है, सभी को क्षमा करना है। आपको विनम्र होना है। परन्तु देखा गया है कि ईसाई लोग विनम्रता को नहीं जानते। इसको उन्हें समझ ही नहीं। दोनों, स्त्रियां और पुरुष एक से हैं। परस्पर लड़ते रहते हैं। न कोई विनम्र है और न कोई शांत। उनका स्वयं को जनहितैषी कहना, मात्र दिखावा है। वास्तव में उनके हृदय में न तो प्रेम है न करुणा। वास्तविकता को जानने के लिए हमें समझना होगा कि हम बनावटी चीजों से नहीं चल सकते। अन्य लोगों को बेवकूफ बना रहे हैं। हमें जनहितैषी बनना होगा। एक बार जब आप ऐसे बन जाएंगे तब उस कार्य को कर लेंगे जिसके लिए इस बसन्त काल में आपका अवतरण हुआ है। अन्यथा आप बहुत पहले जन्मे होते या कुछ भिन्न होते। परन्तु आप विशेष रूप से जन्मे हैं। अतः अपने मूल्य को समझें, स्वयं को समझें। आत्मसम्मान में रहें और सहजयोगियों के लिए आवश्यक कार्यों को करें। निःसन्देह आप नौकरी भी करते हैं तथा अन्य कार्य भी परन्तु, आप आश्चर्यचकित होंगे, यदि आप सहजयोग का कार्य करेंगे तो सभी कार्यों के लिए आपको अधिक समय मिलेगा। एक बार जब आप परमात्मा का कार्य करने लगेंगे तो परमात्मा आपका कार्य करेंगे। आप हैरान होंगे कि भले कार्य करने के लिए किस प्रकार आपको इतना समय मिलता है!

वापिस जाकर अन्तर्दर्शन करना आप पर निर्भर है। स्वयं देखें। आदिशक्ति स्वयं अवतरित हुई हैं। **परन्तु मैं देखने में अत्यंत साधारण हूँ, अपने व्यवहार में मैं बहुत अधिक विनम्र हूँ। किसी भी बात के लिए लोग मेरी स्वीकृति आवश्यक नहीं समझते। मैं कुछ नहीं करती, आपको दण्ड नहीं देना चाहती, कुछ नहीं करना चाहती-परन्तु आप स्वयं दण्डित हो जाते हैं। अपनी देखभाल करके यदि आप स्वयं उन्नत नहीं होते तो आप बेकार हो जाते हैं।**

ये खोज बहुत महान् है। ये व्यक्ति मेरा पूर्व परिचित नहीं है। वह बहुत विद्वान है। बहुत विनम्र है। उसने मुझे बताया कि, "कल्पना करो कि मैं परमात्मा, विश्व के सृष्टा के सम्मुख बैठा हूँ और फिर भी सामान्य हूँ!" मैंने पूछा, कि आपको क्या होना चाहिए, आप क्या सोचते हैं? उसने कहा, "श्री माताजी, यह महसूस करना बहुत बड़ी बात है कि मैं आपके सम्मुख बैठा हूँ और आप यहां हैं।" मैंने कहा कि यह अच्छी बात है कि आप मेरी उपस्थिति को निष्ठुर एवं प्रबल नहीं पाते। मैं बहुत प्रसन्न हूँ। वे कहने लगे कि मैं केवल आपका प्रेम, आपकी करुणा को महसूस करता हूँ। ऐसा होना चाहिए। हम जान लें कि हममें मात्र प्रेम एवं करुणा ही होनी चाहिए। अपने लिए प्रेम एवं करुणा इस प्रकार से होनी चाहिए कि किसी अन्य का हृदय न दुखाएं। किसी को ठेस पहुंचाना बहुत पापमय है परन्तु कुछ लोगों को ऐसा करने में आनन्द आता है। वे स्वयं को बहुत चतुर समझते हैं परन्तु ये सत्य नहीं है। लोगों से बात करते हुए आपको अच्छी तथा सुखदायी बातें कहनी चाहिए। क्रोध एक अन्य दोष है-छोटी सी बात पर लोग क्रोधित हो जाते हैं। अब इस क्रोध को बताना होगा कि, "शांत रहो, मुझे तुमसे कुछ नहीं लेना देना।" एक अन्य दोष है-लोगों का सूक्ष्म रूप से सत्ता लोलुप होना, बहुत सूक्ष्म रूप से उनके पास दूसरे लोगों को वश में करने की विधियां हैं। इससे आपका क्या लाभ है? ऐसा करने से क्या होगा? इन सांसारिक चीजों से आपको थोड़ी

सी लोकप्रियता मिल सकती है, थोड़ी सी पदवी प्राप्त हो सकती है परन्तु आखिरकार ये सब है क्या? इससे आपका भला न होगा। जो चीज आपका भला कर सकती है वह है आपका स्वयं को सहजयोग का कुशल माध्यम बनाना। सहजयोग का कुशल माध्यम बनने से आपको बहुत प्रसन्नता होगी। तो पश्चिमी देशों के आप सभी लोगों से मेरा अनुरोध है कि स्वयं में विनम्रता विकसित करें। ऐसा करना आवश्यक है। मैं हैरान थी, कि रूस के लोग केवल विनम्र ही नहीं, अविश्वसनीय रूप से समर्पित भी है। वे मेरी तरफ अपनी दृष्टि भी नहीं उठाते। मैं नहीं जानती कि किस प्रकार उन्हें यह विचार आया। मुझे समझने के पश्चात् ही नहीं, इससे पहले से ही उनमें ये बात है। वे इतने अच्छे, विनम्र और प्रेममय है। बच्चे भी मुझे प्रेम से अर्पित करने के लिए छोटे-छोटे तोहफे लाए। आश्चर्य की बात है कि किस प्रकार रूस के इन लोगों ने बनने की योग्यता (To become) प्राप्त की है। मैं सोचती हूँ कि पश्चिमी देशों में रूस ही एक ऐसा देश है जो आध्यात्मिकता की महान् बुलंदियां प्राप्त करेगा। इसका अर्थ है कि वे अत्यन्त शक्तिशाली लोग होंगे। अब देखना है कि आप लोग अपने देशों में क्या कर रहे हैं और किस प्रकार इसे कार्यान्वित करने वाले हैं? आप यदि स्वयं को परमात्मा का माध्यम मानें तो सहजता से आप बहुत से कार्य कर सकते हैं। तब आपकी प्रकृति, आपका स्वभाव बदल जाएगा। आप अत्यन्त मधुर व प्रिय व्यक्ति बन जाएंगे। सभी लोग सोचेंगे, कि ये सन्त जा रहा है।

मुझे मात्र इतना ही कहना है। ये खोज मेरे लिए खोज नहीं है। परन्तु पूरे विश्व के लिए यह एक खोज है। एक बार जब यह सुस्थापित हो जाएगी, पूरे विश्व के सम्मुख जब ये प्रकट हो जाएगी, तो आपके लिए, और मेरे लिए भी, चीजें आसान हो जाएंगी।

परमात्मा आपको धन्य करें।

हैदराबाद पूजा

परम पूज्य माताजी निर्मलादेवी का

प्रवचन

आप सबको देखकर मुझे प्रसन्नता हो रही है। मैं कल्पना भी न कर सकती थी कि हैदराबाद में इतने लोग सहजयोगी हो गए हैं। भिन्न प्रकार के लोगों में परस्पर मेलजोल हैदराबाद के लोगों की विशेषता है। अब सहजयोग को हमने एक नए तरीके से समझना है। यह जान लेना आवश्यक है कि सहजयोग सत्य है और हम इसमें दृढ़ता पूर्वक स्थापित हैं। अतः हमें असत्य को त्यागना होगा अन्यथा हम पावनता को न पा सकेंगे। वास्तव में 'असत्य' एक भ्रम है और हमें उस भ्रम से निकल जाने का निर्णय करना चाहिए। इस लक्ष्य को पाने की शुद्ध इच्छा मात्र से ही हमारी जागृत कुण्डलिनी हमें एक ऐसी स्थिति प्रदान करती है जिसमें हम जान जाते हैं कि सत्य क्या है और असत्य क्या है; तथा केवल सत्य को प्राप्त करने के लिए हम लालायित हो उठते हैं। अपने सभी मिथ्या विचारों को छोड़कर हमें सत्य को अपनाना है।

गीता की पंक्ति, कि-"जन्म आपकी जाति का निर्णय करेगा' गलत है क्योंकि गीता के रचयिता श्री व्यास स्वयं एक मछुआरे के पुत्र थे; उनके पिता का भी कुछ पता न था। इतना महान ग्रन्थ वे किस प्रकार लिख पाए? कहा गया है, "या देवी सर्वभूतेषु ज्योतिरूपेण संस्थिता"। अर्थात् अन्तर्जात शक्ति (देवी) ही मानव की जाति है। कुछ लोग वैभव प्राप्त करना चाहते हैं, कुछ सत्ता चाहते हैं और कुछ सर्वशक्तिमान परमात्मा को खोजना चाहते हैं। परम पाने के इच्छुक लोग सर्वप्रथम सहजयोग में आएंगे। सहजयोग में आने के पश्चात सहज प्रसार की धीमी गति देखकर कई बार दुख होता है.....परन्तु हमें समझना चाहिए कि जीवन्त चीजों का विकास बहुत धीमा होता है, उदाहरणार्थ पेड़ का धीमा विकास, पहले थोड़े से फूल आते हैं और धीरे-धीरे असंख्य फूल खिलने लगते हैं। सहजयोग भी जीवन्त प्रक्रिया है; इसे हम किसी पर थोप नहीं सकते। कहने मात्र से किसी को आत्मसाक्षात्कार नहीं मिल जाता। आत्मसाक्षात्कार घटित हुए बिना हम किसी को इसका प्रमाण पत्र नहीं दे सकते। निश्चित रूप से ये भी नहीं कहा जा सकता कि सभी लोगों को आत्मसाक्षात्कार मिल ही जाएगा। कुछ कारणों से बहुत से लोगों को आत्मसाक्षात्कार नहीं मिल पाता। कुछ लोग सोचते हैं कि आत्मसाक्षात्कार प्राप्ति के लिए हिमालय पर जाकर तपस्या करनी पड़ती है, आजकल यह इतना आसान कैसे हो सकता है? आत्मविश्वास की कमी के कारण वे इस पर विश्वास नहीं कर पाते। उनमें यह देखने की योग्यता नहीं है कि यह बसन्त का समय है और सामूहिक आत्मसाक्षात्कार प्राप्त किया जा सकता है।

आत्मसाक्षात्कार प्राप्त करने के पश्चात जब व्यक्ति परम चैतन्य से जुड़ जाता है तब वह समझता है कि परम चैतन्य ही हमारे सभी कार्यों को करते हैं। हम स्वयं निर्लिप्त होकर अकर्मी बन जाते हैं। चिन्ताएं हमें नहीं सतातीं। सहजयोग में आने पर भी अदूरदर्शिता के कारण व्यक्ति स्वयं को कर्ता मानता है। धीरे-धीरे सहज अनुभव प्राप्त करके वह जान जाता है कि मनुष्य कुछ नहीं करता, परम चैतन्य ही सभी कुछ करता है। सभी कुछ सरलता से हो जाता है। कभी यदि हमारी इच्छाओं के विपरीत भी कुछ हो जाए तो भी हमें यह नहीं सोचना चाहिए कि परमात्मा ने हमारी सहायता नहीं की। वास्तव में न तो हम परमात्मा से अधिक सोच सकते हैं

और न कर सकते हैं। अत: हमें स्वीकार करना चाहिए कि परमचैतन्य ने उपयुक्त कार्य किया है, और जो हो रहा है वह अति सुन्दर है।

दो चीज़ों के विषय में सहजयोगियों को अत्यन्त सावधान रहना चाहिए। सर्वप्रथम व्यक्तिगत ध्यान धारणा से हमें अपने दोष, अपने शरीर यन्त्र की स्थिति समझनी चाहिए-हम आक्रामक प्रवृत्ति हैं या आलसी प्रवृत्ति (Right Sided or Left Sided) हैं? हमारे कौन से चक्रों में बाधा है? फोटोग्राफ की ओर चित्त देकर हम यह सब जान सकते हैं और ध्यान धारणा में यह सब बाधाएं दूर कर सकते हैं। सहजयोग में ध्यान धारणा करना बहुत आसान है। सुबह-शाम दस पन्द्रह मिनट बैठकर हम ध्यान कर सकते हैं। स्वयं को शुद्ध करने के पश्चात् हमें सामूहिकता में उतरना चाहिए। इसके लिए हृदय का खुलना आवश्यक है, तंगदिल व्यक्ति कभी सामूहिक नहीं हो सकता। हमें दूसरों के दोषों पर चित्त नहीं देना चाहिए। ऐसा करने से दूसरों के दोष हमें घेर लेते हैं। हमें अन्य लोगों के गुणों तथा उनके अन्तर्जात सौन्दर्य पर ध्यान देना चाहिए। इससे दोहरा कार्य होगा-हमारा व्यक्तित्व सुन्दर हो जाएगा और दूसरों के दोष दूर हो जाएंगे। हमें याद रखना चाहिए कि अन्य लोग भी अपनी आत्मा से पृथक नहीं हुए हैं। अत: हमें परमेश्वरी प्रेम की शक्ति से उनके दोषों को ठीक करना चाहिए। प्रेम सत्य है और सत्य प्रेम।

प्रेम की शक्ति का उपयोग करने वाला व्यक्ति बहुत उन्नत होता है। खुले हृदय से अत्यन्त प्रेम पूर्वक आपने लोगों को देखना है। इस प्रकार आप व्यक्तिगत और सामूहिक रूप से विकसित होते हैं। **जो व्यक्ति सामूहिक नहीं है उनसे हमें सावधान रहना है। दूसरों के दोषों के विषय में सुनना सहजयोग में अपराध है। हमें ध्यान देना चाहिए कि कितनी मधुरता से हम बोल सकते हैं और क्षमा करने की कितनी शक्ति हममें है? सभी सहजयोगियों को हमें सम्बन्धी मानना है।**

सहजयोग का दूसरा पक्ष सहजयोग का ज्ञान तथा इसका विस्तार है। हमें ये ज्ञान होना चाहिए कि हमारे हाथों या पैरों की कौन सी उंगली कौन से चक्र की बाधा को बताती है। किस चक्र की पकड़ से कौन सा रोग होता है और इसे ठीक कैसे किया जा सकता है। दूसरों को हम किस प्रकार रोगमुक्त करें? तथा कुण्डलिनी से संबंधित सभी ज्ञान हमें अवश्य प्राप्त करना चाहिए। 'शक्ति' होने के नाते महिलाओं को ये ज्ञान प्राप्त करना अत्यन्त आवश्यक है। इस ज्ञान की सहायता से महिलाएं सहज बच्चों तथा उनकी आचरण पद्धति को समझ पाएंगी। इस ज्ञान का प्राप्त किया जाना अत्यन्त महत्वपूर्ण है।

सहजयोग का प्रचार प्रसार अन्य महत्वपूर्ण चीज़ है। जिस प्रकार कमरे में यदि हवा आर पार न जा सके तो कमरा हवादार नहीं हो सकता उसी प्रकार आप भी यदि अपने सहज अनुभव अन्य लोगों को नहीं बताते, उनकी सहायता नहीं करते, उन्हें आत्मसाक्षात्कार नहीं देते, सहजयोग का प्रचार नहीं करते तो आप स्वयं उन्नत नहीं हो सकते। पेड़ जब बढ़ता है तो उसकी शाखाएं भी बढ़नी चाहिए ताकि इन शाखाओं की छाया में बहुत से लोग बैठ सकें। ये बात तो साधारण वृक्ष की है और आप लोग तो बरगद के पेड़ (Banyan Trees) हैं। अत: पूर हृदय से आपको सहजयोग प्रचार कार्य में सहायता करनी चाहिए। कुछ सहजयोगी सदैव यही स्वप्न देखते हैं कि सहज-स्वर्ग पूरे ब्रह्माण्ड पर उतर आएगा और इसके लिए कार्यरत रहते हैं। ऐसे सहजयोगियों के सभी प्रश्न छूट जाते हैं और वे सदैव आनन्द की स्थिति में रहते हैं। हमारे कन्धों पर बहुत बड़ी जिम्मेदारी आ गई है :

पावन हृदय समाज बनाने की जिम्मेदारी-जिस पर हम विश्वास कर सकें और उस विश्वास में स्थापित रहें।

परमात्मा आपको धन्य करें।

गुरु पूजा

परम पूज्य माताजी श्री निर्मला देवी का प्रवचन
कबैला - 1998

आज हम गुरु पूजा करने के लिए एकत्र हुए हैं। गुरु शब्द का उद्भव चुम्बकीय आकर्षण से है। वह व्यक्ति जिसमें चुम्बकीय शक्ति हो और जो जिज्ञासुओं के चित्त को आकर्षित कर सके, वही गुरु है। इसका अर्थ वजनदार या सुस्थिर व्यक्ति भी है जोकि अत्यन्त गहन हो, जिसमें ज्ञान हो और जो पृथ्वी मां की तरह से कार्य करे। पृथ्वी मां की आकर्षण शक्ति भी चुम्बकीय कहलाती है। संस्कृत में इसे गुरुत्वाकर्षण कहते हैं अर्थात् पृथ्वी मां की वजन को अपनी ओर आकर्षित करने की शक्ति । वास्तव में पृथ्वी मां की यही शक्ति हमें भयंकर तीव्र गति से घूमती हुई पृथ्वी पर अपनी टांगों पर ठीक से खड़े होने के योग्य बनाती है। इसके बिना जिस तीव्रता से पृथ्वी घूम रही है उसी तीव्रता से यह हमें फैंक देती। पृथ्वी मां के गुरुत्वाकर्षण के कारण ही हम अभी तक इससे जुड़े हुए हैं और सन्तुलित हैं। गुरु में भी यही गुरुत्वाकर्षण होना चाहिए। गुरुत्वाकर्षण का अर्थ है अपनी और अपनी जिम्मेदारियों की गम्भीर समझ। अत: गुरु को अति स्थिर होना आवश्यक है।

इस आधुनिक काल में लोग अत्यन्त गतिशील हैं-हर समय उत्तेजित, हर समय अशान्त। गुणहीन लोगों से मिलने के कारण वे उद्विग्न हो उठते हैं। अशान्त करने वाले ये गुण गुरुत्वाकर्षण के अभाव से आते हैं। जिस व्यक्ति में गुरुत्वाकर्षण है वह न तो निरुत्साहित होता है और न ही उत्तेजित, न वह बहुत अधिक जोश में आता है और न ही बहुत उदास या खिन्न होता है। अत: वह मध्य में है - अपने केन्द्र में ।

परन्तु हम गुरु किस प्रकार बनें? सहजयोगियों के लिए यह समझना अत्यन्त महत्वपूर्ण है। बहुत से लोगों को लगा कि वे गुरु हैं। बड़े अटपटे ढंग से वे आचरण करने लगे और अपना गुरु पद खो दिया। **अन्तर्दर्शन करना सहजयोगियों के लिए प्रथम तथा सर्वोपरि है।** स्वयं को देखना उनके लिए आवश्यक है। फैशन के साथ-साथ यदि व्यक्ति परिवर्तित होता रहे, लोगों के दबाव में यदि वह फैशन बदलता रहे, लोगों को प्रसन्न करने के लिए यदि व्यक्ति घटिया मूल्यों को अपनाता रहे तो वह गुरु नहीं हो सकता। उसे स्वयं को सहज मूल्यों पर भलीभांति स्थिर करना होगा। अन्तर्दर्शन के बिना आप ये नहीं समझ सकते; आपको याद ही नहीं रहेगा कि आपने क्या गलती की है? न ही आप यें सोचेंगे कि क्या अच्छा कार्य आपने करना है? यह तो तभी संभव है जब आप स्वयं को सुधारते चले जाएंगे।

सभी महान सन्तों ने, सर्वोपरि, अपने गुरु की प्रशंसा की है। उदाहरणार्थ भारत में ज्ञानेश्वर नाम के महान सन्त हुए। उन्होंने अपने गुरु पर एक पूरा अध्याय लिखा है। अंग्रेजी में उसका अनुवाद धर्मोपदेश के रूप में किया गया है। गुरु तो आचार्य है और उसने जो किया वह कार्य

महान है। वे कहते हैं कि कभी भी गुरु को चुनौती न दें अन्यथा आप कभी गुरु नहीं बन सकते। नाममात्र के लिए चाहे आप गुरु बन जाएं परन्तु वास्तविकता में आप गुरु नहीं हो सकते। दूसरे गुरु से आप अशिष्ट व्यवहार नहीं कर सकते, कभी अभद्र एवं दम्भी नहीं हो सकते और न ही अपने गुरु के प्रति क्रुद्ध हो सकते हैं। यदि आप ऐसा करते हैं तो आप गुरु नहीं हैं, आपके व्यक्तित्व का स्तर अभी तक बहुत निम्न है। यह स्पष्ट कहा गया है कि यदि आप उच्च स्तर के अन्य सच्चे गुरुओं के विरोध में बोलते हैं तो आप गुरु नहीं हैं।

परन्तु मैं कहूँगी कि आप सबको अब चैतन्य लहरियां प्राप्त हो गई हैं। चैतन्य लहरियों का ज्ञान आपको मिल गया है। चैतन्य लहरियों के ज्ञान से आप सभी के विषय में जान सकते हैं। अब आपको किसी व्यक्ति के बारे में अपनी सूझ बूझ से बात नहीं करनी, चैतन्य लहरियों के माध्यम से आप सीधे उस व्यक्ति का सामना करने का प्रयत्न करें और उसे बताएं कि समस्या क्या है? और उसे परिवर्तित होने को कहें। सहजयोग में हमारे पास अन्य गुरुओं से भी अधिक कुछ है। दूसरे गुरु अत्यन्त कठोर थे। अपने हाथ में वे लम्बी छड़ी रखते थे जो चलने में उनकी सहायता करती थी तथा जिससे वे अपने शिष्यों को पीट भी सकते थे। शिष्यों को वे इतनी बुरी तरह से पीटते थे कि शिष्य अपने गुरु के सम्मुख कांपते थे।

एक गुरु, जिससे मैं मिली, का उदाहरण दूंगी। भारत में एक व्यक्ति कुछ सहजयोगियों के पास आया और कहने लगा कि मेरे गुरु ने मुझे कहा है कि आदिशक्ति आकर आपके पास ठहरेंगी; क्या यह सत्य है? सहजयोगिनी ने कहा, हाँ! वे हमारे साथ रुकेंगी, परन्तु क्या बात है? मेरे गुरु ने मुझसे कहा है कि जाकर आदिशक्ति से प्रार्थना करो कि वे हमारे आश्रम आएं। सहजयोगिनी ने कहा मैं श्री माताजी से पूछूंगी। यह व्यक्ति एक कार्यक्रम में आया था और मुझे एक गृहणी के रूप में देखकर कहने लगा, 'ये तो वे गुरु नहीं हो सकतीं। परन्तु जब मैंने आत्मसाक्षात्कार दिया और सभी की कुण्डलिनी जागृत हो गई तो आश्चर्य चकित हो वो मेरे सामने साष्टांग लेट गया।

उसके गुरु हिमालय पर स्थित भारत के प्रसिद्ध तीर्थ, अमरनाथ पर रहते हैं और वह व्यक्ति अम्बरनाथ नामक स्थान पर रहता है। वह मुझसे कहना लगा, 'माँ क्या आप मेरे आश्रम आएंगी'? मैंने कहा क्यों नहीं। प्राचीन काल में ऐसे गुरु अपना स्थान "तकिया" कभी न छोड़ा करते थे। मैंने कहा कोई बात नहीं, मैं तुम्हारे आश्रम आऊंगी। मैं वहाँ गई और वह मेरे चरणों पर गिर गया तथा मुझे बहुत सम्मान दिया। उसने मुझे बताया कि मेरी आज्ञा बहुत खराब है। श्रीमाताजी क्या आप इसे ठीक कर सकती हैं? मैंने कहा क्यों नहीं, मैं इसे ठीक कर दूंगी। उसके गुरु के पास जब मैं गई, तो उससे पूछा, 'तुमने उसकी आज्ञा को ठीक क्यों नहीं किया?' वह कहने लगा, क्यों? मैं क्यों ठीक करूं? मेरी आज्ञा किसने ठीक की थी? मैंने स्वयं इसके लिए परिश्रम किया। अन्तर्दर्शन द्वारा मैंने इसका मार्ग खोजा और अपनी 'आज्ञा' को ठीक किया। उसके आज्ञा चक्र को मैं क्यों ठीक करूं? उसे मेहनत करने दो अन्यथा वह बिगड़ जाएगा। मैं हैरान थी। वह कहने लगा कि आप तो माँ हैं

इसलिए सब ठीक कर देते हैं। प्रेम के अतिरिक्त आप कुछ नहीं, यही कारण है आप सब लोगों का हित कर रही हैं। मैं ऐसा नहीं कर सकता। कोई गुरु अपने शिष्यों का आज्ञा चक्र नहीं खोलता। मैंने पूछा, 'तो आप गुरु किस बात के हैं? वह कहने लगा हमने उनका मार्गदर्शन करना है परन्तु फिर भी यदि उनका अगन्य चक्र बुरी तरह से पकड़ा हुआ है, यदि उनका चित्त ठीक नहीं है तो मुझे इसकी कोई चिन्ता नहीं । अन्तर्दर्शन करना उनका कर्त्तव्य है और जो सीढ़ी मैंने उनके सम्मुख रखी है उस पर चढ़ना भी । मैं तो एक गुरु हूँ, ऊपर चढ़ने के लिए उनके सम्मुख केवल सीढ़ी ही रख सकता हूँ। कठोर परिश्रम, अंतर्दर्शन और साधना तो उन्हें करनी होगी। उनका अगन्य चक्र खोलने के लिए आप मुझे आज्ञा दें। कहने लगा आप माँ हैं जो चाहें करें, मैं कुछ नहीं कहूंगा। आज्ञा चक्र खोलकर आप उन्हें बिगाड़ देंगी, बिगाड़ दीजिए उसे। स्वयं परिश्रम करने दें नहीं तो वह बिगड़ जाएगा। मैंने कहा कि तुम किसी का अगन्य चक्र नहीं खोलते, तुम भी तो बिगड़े हुए हो। हाँ, परन्तु जो स्थान मैंने प्राप्त किया है यह स्थायी है। परन्तु मैंने उसके शिष्य का अगन्य चक्र खोल दिया।

इस शिष्य ने रास्ते पर मुझे बताया कि उसके गुरु ने उसे कुएं में लटका दिया था और ऊपर से रस्सी खींच कर पानी में दस डुबकियां लगवाई थीं। मैंने पूछा कि उसने यह निष्ठुर कार्य क्यों किया? क्योंकि उसने मुझे सिगरेट पीते हुए देख लिया था। मैंने उसके गुरु से पूछा कि वह अपने शिष्यों के प्रति इतने भयानक कार्य क्यों करता है। कहने लगा कि इनके साथ ऐसा न किया जाएगा तो ये कभी उन्नत न होंगे। आप इन्हें क्षमा करते चले जाइए, जितना अधिक आप इन्हें क्षमा करते चले जाएंगे उतने अधिक ये बिगड़ेंगे। उन्नत बिल्कुल न होंगे। अतः आपको इनके साथ कठोर होना आवश्यक है। कृपा करके सदा इन्हें बिगाड़िए मत।

मैं हैरान थी कि वह इस प्रकार बातें कैसे कर सकता था! कहने लगा, माँ यदि आप इन्हें सभी कुछ मुफ्त दे देंगी, आप इन्हें इतनी आसानी से सभी कुछ दे देंगी तो ये आत्मसाक्षात्कार का मूल्य न समझ सकेंगे। मैंने कहा ये बात नहीं है। आपको चाहिए कि उन्हें अवसर दें, उन्नत होने का अवसर दें ताकि वे भी पृथ्वी माँ की तरह से बन सकें। पृथ्वी माँ क्या करती हैं? वे बीजों का अंकुरण करती हैं तब पेड़ बनता है। तत्पश्चात् वे उसे फल प्रदान करती हैं और इस चीज़ का ध्यान रखती है कि ये फल पक सकें। पृथ्वी माँ ये सारा कार्य करती हैं। परन्तु ये लोग वृक्ष नहीं हैं, मनुष्य हैं और इन्हें शैतान बनने की भी स्वतंत्रता है। मैंने कहा ठीक है, वे यदि शैतान भी हैं तो भी मैं उन्हें संभाल सकती हूँ। आप देखते जाओ मैं इन्हें किस प्रकार संभालती हूँ! कहने लगा वे यदि शैतान हैं तो शैतान ही रहेंगे। आप उन्हें परिवर्तित नहीं कर सकेंगे। वह मुझसे बहस करता रहा परन्तु जब सहजयोगियों से मिला तो उनसे पूछने लगा आपमें से कितने लोग श्रीमाताजी के लिए जान देने को तैयार हैं? क्या आप जानते हैं कि उन्होंने आपको क्या दिया है? सहजयोगियों ने कहा, हाँ हम जानते हैं। वे मेरे पास आए और बताया-वह हमें आपके लिए जान न्यौछावर करने को कह रहा था। मैंने कहा यह जरूरी नहीं है। उसने इसलिए आपसे

पूछा होगा क्योंकि वह अपने शिष्यों से भी ऐसे ही पूछता होगा।

मैं ऐसे बहुत से कठोर गुरुओं से मिली हूँ, पूर्ण आज्ञापालन, पूर्ण समर्पण जिनकी दृष्टि में आवश्यक है। गुरु के विरूद्ध एक शब्द भी सहन न किया जाता था, पलटकर उत्तर देना तो दूर गुरु के प्रति क्रोध भी न दर्शाया जा सकता था। इस प्रकार के कुछ लोगों से मेरा भी वास्ता पड़ता है। मैं उनसे बात करना बन्द कर देती हूँ। वे यदि सुधरना चाहें तो सुधर जाएं और न चाहें तो सुधरने के लिए आप उन्हें मजबूर नहीं कर सकते। परन्तु इन गुरुओं के अनुसार शिष्यों के मन में गुरु का बहुत भय होना चाहिए, इतना भय कि वे ठीक से बर्ताव कर सकें।

हम गुरु से इतनी अधिक आशा करते है कि वह आपका पिता, आपकी माँ, आपका मित्र सभी कुछ है। वह एक पावन व्यक्ति है जो केवल आपका उत्थान चाहता है, आपकी देखभाल करना चाहता है, पथ-प्रदर्शन करना चाहता है, आपकी रक्षा करना चाहता है और आपको आध्यात्मिक जीवन की ओर ले जाता है। एक गुरु को इस प्रकार कार्य करना चाहिए। परन्तु शिष्य से तो इससे भी कहीं अधिक आशा की जाती है। शिष्य पूर्णतः पवित्र व्यक्ति होना चाहिए, आध्यात्मिक बनने की शुद्ध इच्छा उसमें होनी चाहिए। शुद्ध इच्छा के अतिरिक्त यदि उसमें कुछ और इच्छाएं हैं तो वह बिल्कुल बेकार है।

मैंने देखा है कि सहजयोग में आकर लोग नाम कमाना चाहते हैं वे हर चीज़ के मालिक बन बैठते हैं, हर चीज़ पर वे प्रभुत्व जमाना चाहते हैं। सहजयोग में कुछ लोग पैसा भी बनाना चाहते हैं। यह बिल्कुल गलत ही नहीं है अत्यन्त नीचता भी है-सहजयोग से वे पैसा बनाना चाहते हैं। राजनीतिक कारणों से भी यहाँ लोग आते हैं। यहाँ-वहाँ वे कुछ-कुछ बातें करते रहते हैं। इन सभी चीज़ों से आप उत्थान नहीं प्राप्त कर सकते। यहाँ आप आध्यात्मिकता का महान् जीवन प्राप्त करने, गुरु पद पाने के लिए आए हैं। राजनीति भी यहाँ काफी है। लोग अगुआ पद पाना चाहते हैं, अपने पद को वे विशेष रूप से बनाए रखने का प्रयत्न करते हैं। यह अनावश्यक है। अच्छा गुरु होने के कारण यदि आप अगुआ हैं तो आप बने रहेंगे। कोई आपको चुनौती नहीं दे सकता और न ही आपको हटा सकता है। ऐसे भय से अगुआ को परेशान नहीं हो जाना चाहिए। सहजयोग एक ऐसा योग है जिसमें भय का कोई स्थान नहीं। आपके लिए कोई भय नहीं है। उत्थान के लिए अन्तर्दर्शन करना ही आवश्यक है।

यह देखने का प्रयत्न करें कि आप क्या करते रहे? क्या आप पूर्णतः विनम्र व्यक्ति हैं। जैसा आपको कहा गया है वैसा क्या आप करते हैं? मान लो मैं किसी को कहीं जाने के लिए कहती हूँ, वहाँ न जाकर वह मुझे बताता है, 'श्रीमाताजी ऐसा हो गया वैसा हो गया'। कोई भी बहाना लेकर वह आता है। यह ठीक नहीं है आपको यदि कहीं जाने के लिए कहा गया है तो इसका कोई अर्थ अवश्य होगा और आपको वहाँ जाना चाहिए। आपको आज्ञापालन करना चाहिए। आप यदि आज्ञाकारी नहीं हैं तो आप गुरु नहीं बन सकते क्योंकि यदि आप आज्ञापालन नहीं करते तो अन्य लोग किस प्रकार आपकी आज्ञा मानेंगे? यह आज्ञा पालन गुरु के हित के लिए नहीं है, बिल्कुल नहीं। यह आपके लाभ के

लिए है, आपकी शिक्षा के लिए है, आपके उत्थान के लिए है। अतः इस प्रकार का दृष्टिकोण जब आप अपना लेते है तब गुरु के गुण आपको प्राप्त होने लगते हैं।

गुरु किसी भी प्रकार से झमेलिया नहीं हो सकता। मुझे यह घर चाहिए, मुझे वह चीज चाहिए, मुझे ये पसन्द नहीं है, मुझे वो पसन्द नहीं है। इस सभी चीजों से निर्लिप्त होना जो व्यक्ति नहीं जानता वह गुरु नहीं हो सकता किस प्रकार वह उत्थान प्राप्त कर सकता है। निःसंदेह मेरे कहने का अभिप्राय यह है कि आपको इन आदतों से मुक्त होने का प्रयास करना होगा। ये बेकार की आदतें आपको दयनीय बना देती है। किसी और को यह उतना दयनीय नहीं बनाती जितना स्वयं आपको। गुरु को किसी भी आदत की पकड़ नहीं होनी चाहिए। **सर्वप्रथम तो उसे कालातीत होना चाहिए** । समय की चिन्ता उसे नहीं होनी चाहिए। मैंने बहुत बार देखा है कि लोगों को यदि हवाई अड्डा जाना हो तो उनके शरीर में मानो कुछ प्रवेश कर जाता है। चाहे मैंने ही जाना हो, वे अचानक गतिशील हो उठते हैं। जाना तो मैंने होता है और वेगवान वे सब हो जाते है! सभी इधर-उधर भागने लगते हैं, क्यों? जाना तो मैंने है, आप तो नहीं जा रहे, फिर भी ऐसा होता है! इसी प्रकार किसी से यदि कहा जाए कि तुम्हें समारोह में जाना है, या किसी अभिनन्दन समारोह में, तो लोग कूदने लगते हैं। यह आधुनिक रोग है, पहले यह नहीं हुआ करता था। वे देखने लगते हैं कि उन्हें देर हो रही है और परेशान होने लगते हैं। इसी प्रकार यदि आप चिन्ता करते रहे तो आप कालातीत नहीं हो सकते, समय को वश में नहीं कर सकते। सदैव समय आपके साथ है। कहीं भी आपने जाना हो ऐसा ही होता है। इसका मैं आपको एक उदाहरण दूंगी। कबैला में एक छोटी सी लड़की थी और उसका हाथ टूट गया। मैं अमेरिका जाने के लिए तैयार थी। अपने कमरे से मैं बाहर आ चुकी थी, बच्चे को जब मैंने देखा तो कहा ठीक है, कोई बात नहीं; मैं पहले इस बच्चे को ठीक करूंगी'। वे लोग कहने लगे, परन्तु श्रीमाता जी आपका वायुयान? मैंने कहा ठीक है, उसे भूल जाओ।

मैंने उस बच्चे को उठाया, उसका इलाज किया, वह ठीक हो गई और लगभग आधे घण्टे के पश्चात् मैं वायुपत्तन के लिए चली। सुनकर आप हैरान होंगे कि न्यूयार्क जाने वाला जहाज खराब था। तो घोषणा की गई कि इसी टिकट से दूसरे वायुयान द्वारा आप वाशिंगटन जा सकते हैं। मैंने कहा, ये तो बहुत अच्छी बात है। उस वायुयान द्वारा मैं वाशिंगटन पहुँची। वाशिंगटन वायुपत्तन बहुत अच्छा है। वहाँ सीमा कर (Custom) की कोई समस्या नहीं और वहाँ भीड़-भाड़ भी नहीं होती। मेरी समझ में नहीं आता सभी लोग न्यूयार्क क्यों जाते हैं? उन्हें वाशिंगटन जाना चाहिए। मैंने देखा कि मैं वास्तव में न्यूयार्क नहीं जाना चाहती थी। इसी प्रकार सभी कुछ कार्यान्वित होता है और उचित समय पर वही होता है जो आपके हित में है।

मेरा इस मामले में बहुत अनुभव है। मैं आपको बता सकती हूँ कि समय की चिन्ता करना बहुत बड़ा सिरदर्द है। इसे यदि आप परमेश्वरी शक्ति पर छोड़ दें और उस पर विश्वास करें तो सभी कुछ आपके हित के लिए होगा। यदि ऐसा नहीं होता तो यह आपकी परीक्षा

है। आपको स्वीकार करना होगा, सीखना होगा क्योंकि अपने लिए जिस चीज़ को आप महान (आवश्यक) समझते हैं वह वास्तव में वैसी नहीं है। **तो कौन सी महानतम चीज़ आपने प्राप्त करनी है? निर्लिप्सा (साक्षीभाव)। इसके लिए आपको गुणातीत होना होगा।** आप जानते हैं कि हममें तीन गुण हैं-सत्व गुण सर्वोत्तम है। परन्तु दो अन्य गुण भी हैं-रजोगुण और तमो गुण (Right Sidedness and Left Sidedness)। या तो आप रजोगुणी व्यक्ति हैं या तमो गुणी। हमारे अन्दर इन दोनों गुणों का कोई महत्व नहीं। **आप यदि रजोगुणी हैं तो आपके साथ क्या होता है? आप अति गतिशील हो उठते हैं। अति गतिशीलता से आपको थकान होती है जिससे आप रोगी हो जाते हैं। ये रोग आन्तरिक आक्रामकता को ठीक करने से ही ठीक होते हैं।** इस प्रकार का व्यक्ति अत्यन्त वेगवान होता है। दो मिनट के लिए भी वह टिक कर नहीं बैठ सकता। सदैव उछलता रहता है तथा अपने और अपने परिवार के लिए समस्याएं खड़ी करता है।

बाईं ओर का व्यक्ति वह होता है जिसे हम तमोगुणी कहते हैं। **आक्रामक प्रवृत्ति 'रजोगुण' है और आलसी प्रवृत्ति 'तमोगुण'। 'तम' अर्थात् अन्धेरा। ऐसा व्यक्ति अंधेरे से भयभीत होता है परन्तु वह अत्यन्त षडयन्त्रकारी एवं कुटिल हो जाता है।** कुटिलतापूर्वक, खुलकर नहीं, वह लोगों को कष्ट देने का प्रयत्न करता है। जबकि रजोगुणी या आक्रामक व्यक्ति खुल्लमखुल्ला हिटलर होता है। तमोगुणी अन्य लोगों को कष्ट पहुँचाने में लगा रहता है। रजोगुणी व्यक्ति की हर चीज के विषय में अपनी ही एक राय होती है। इसे वह अन्य लोगों पर थोपता है। परन्तु यदि आप उसके जीवन को देखें तो वह अत्यन्त दयनीय होता है। लोगों के साथ उसकी नहीं पटती, उनसे वह बातचीत नहीं कर सकता तथा उसमें, उसकी आत्मा में और उसके अस्तित्व में बहुत बड़ा फासला होता है। दूसरे प्रकार के तमोगुणी व्यक्तियों को भिन्न प्रकार के रोग हो जाते हैं। रजोगुणी लोगों को भी बहुत से रोग हो जाते हैं, परन्तु तमोगुणी लोग मनोदैहिक (Psychosomatic) रोगों से ग्रस्त हो जाते हैं। मनोदैहिक रोग बहुत भयानक हैं और चिकित्सकों के पास इनका कोई इलाज नहीं। इसके लिए आपको सहज योग अपनाना होगा। परन्तु सहजयोग में आने के पश्चात् भी आप रजोगुणी हो जाते हैं या तमोगुणी। मेरे विचार से **जीवन के प्रति यह अच्छा दृष्टिकोण नहीं है कि आप किसी गुण विशेष से बंधे रहें या हर समय दोलक (पैंडुलम) की तरह से कभी आक्रामक हो जाए और कभी तमोगुणी। अतः आपको सुस्थिर व्यक्ति बनना होगा। इसके लिए आप सबको ध्यान-धारणा करनी होगी। मैं तुरन्त जान जाती हूँ कि कौन सा व्यक्ति ध्यान धारणा करता है और कौन सा नहीं।** केवल दस-पन्द्रह मिनट की बात है। परन्तु प्रातः और सांय ध्यान धारणा करना अत्यंत आवश्यक है। इसी से आपका सन्तुलन विकसित होगा, आपमें दृढ़ता विकसित होगी। आपका शरीर इस प्रकार विकसित होगा कि यह बहुत सी नकारात्मकता का सामना कर सके। तब आपकी इच्छाएं समाप्त हो जाएंगी। क्या खाना खाना चाहिए? कब खाना चाहिए? किसे प्रसन्न करना चाहिए? आदि आदि। आप स्वयं इतने मधुर व्यक्ति बन जाते हैं कि

सभी लोग आपसे प्रसन्न होते हैं और सोचते हैं कि उन्हें भी आप सा बनना है। लोग आपकी ओर देखते हैं और आप उनके लिए आदर्श बन जाते हैं। लोग आपका अनुसरण करने लगते हैं अर्थात् आप गुरु बन जाते हैं। इस प्रकार आप बाएं और दाएं (रजस और तमस) की आदतों से मुक्त हो जाते हैं'।

सत्व गुणी लोग वो होते हैं जो धर्मपरायणता में विश्वास करते हैं। परन्तु धर्मपरायण लोगों के मन में अधर्मी लोगो के लिए तिरस्कार की भावना होती है। ऐसे लोगों को वे अपमानजनक बातें कहते चले जाते हैं और इस प्रकार उनका स्वभाव उन्हें अकेलेपन की ओर धकेल देता है। वे हिमालय पर जा बैठते हैं, किसी से मिलते नहीं। समाज से बाहर होकर, संबंधियों को छोड़कर, सब कुछ त्यागकर वे गुरु बन बैठते हैं। इस प्रकार के लोग बेकार हैं। जब मैं हरिद्वार में थी तो ऐसे कुछ लोगों से मिली और उनसे पूछा कि तुम हिमालय पर क्या कर रहे हो? कहने लगे कि हम सांसारिक लोगों का सामना नहीं करना चाहते, वे बेकार लोग हैं, किसी काम के नहीं। उनके हित के लिए जो चाहे करते रहो वे आपको परेशान ही करेंगे। हम उनके साथ नहीं रहना चाहते। मैंने कहा, आप लोग गुरु क्यों बने हैं? यदि आप उन्हें संभाल नहीं सकते, उनके दिए कष्टों से बचकर शांत नहीं रह सकते, तो आपके गुरु होने का क्या लाभ है? कहने लगे हमने ये सब काफी कर लिया है। उनमें से कुछ तो सौ वर्ष से भी बड़ी आयु के थे। परन्तु इसका क्या लाभ है? आपका जीवन बेकार है, यहाँ जंगलों में आप अकेले रहते हैं। कहने लगे कि सांप, चीते सभी जानवर जानते हैं कि हम महान हैं, वे हमें परेशान नहीं करते परन्तु ये मानव हमें दु:ख देते हैं। ये अत्यन्त आकांक्षी तथा नकारात्मक हैं। हम उनके पास नहीं जाना चाहते। मानव में कुछ कमी तो है कि किसी ने भी पूर्णत्व की अवस्था प्राप्त नहीं की। तो मैं हैरान थी कि किसी प्रकार वे संसार में वापिस आने के लिए तैयार न थे और न ही हमारा साथ देने और हमारे अंग प्रत्यंग बनने के लिए तैयार थे। कहने लगे माँ ठीक है। आप आई हैं, आप माँ हैं ये सब कष्ट सहन कर सकती हैं और इस कार्य को कर सकती हैं। परन्तु हम ऐसा नहीं कर सकते। हमने ये संसार त्याग दिया है। अब हम इसमें वापिस नहीं आ सकते।

उनमें बहुत सी शक्तियां हैं वे प्रकृति को वश में कर सकते हैं और वे बहुत से कार्य भी कर सकते हैं। परन्तु वे कहने लगे कि मानव की अपेक्षा सर्प को वश में कर लेना आसान है। आज मानव एक विशेष प्रकार का आचरण करेगा, परन्तु अचानक वह भयानक हो उठेगा। इन मनुष्यों के बारे में कुछ नहीं कहा जा सकता। ये कितने अविश्वसनीय हैं? मैंने कहा उनको ठीक करने का एक तरीका है, पहले उन्हें आत्मसाक्षात्कार दे दो। आत्मा के प्रकाश में वे देख सकेंगे कि किस प्रकार वे गलत कार्य कर रहे हैं। निन्यानवें प्रतिशत लोग समझ जाएंगे कि उनमें क्या गलतियां हैं, और वे कहाँ भटक रहे हैं। वे स्वयं को देखने लगेंगे।

आत्मा वह दर्पण है, जिसमें आप स्वयं को स्पष्ट देखते हैं और परिवर्तित होने लगते हैं। आत्मा के जागृत हो जाने के पश्चात् अन्तर्दर्शन की भी आवश्यकता नहीं

रह जाती। आप स्वयं को देख सकते हैं ज्यों ही आप विकसित सहजयोगी बनते हैं: आप स्वयं को स्पष्ट देख सकते हैं। यही चीज मनुष्य को देखनी चाहिए कि क्या मुझमें यह घटित हो गया है? यदि आप अपनी गलतियों को देख सकते हैं, यदि आप अपने दोष खोज सकते हैं और उन दोषों से स्वयं को हटा सकते हैं, यदि आप यह बात समझ सकते हैं कि ये लिप्साएं, दोष और आदतें आपको पतन की ओर घसीट रही हैं, केवल तभी आप उन्हें त्याग सकते हैं। परन्तु ऐसा केवल तभी घटित हो सकता है जब आत्मा रूपी दर्पण आपके अन्दर चमक रहा हो, यह प्रकाश जब आपमें आ जाता है तो आप स्वयं देखते हैं कि आपमें क्या कमी है और कौन सा गलत मार्ग आप अपना रहे हैं। आपने देखा है कि लोग रातों-रात सभी बुराइयां छोड़ देते हैं परन्तु अब भी बहुत से सूक्ष्म दोष हैं जिनसे हम चिपके हुए हैं। पहला परिवर्तन जो आपमें आता है वह ये है कि आप अपने लोगों, अपने देश की कमियों को देखने लगते हैं।

मैं हैरान थी कि जब अंग्रेजों को आत्मसाक्षात्कार प्राप्त हुआ तो वे मुझे अंग्रेजों के दोष बताने लगे। जब इटली के लोगों को आत्मसाक्षात्कार प्राप्त हुआ तो वे इटली के लोगों के दोष बताने लगे। किसी इटली के सहजयोगी को यदि आप कहें कि देखो यह गलती इटली के व्यक्ति ने की है तो वह कहता है, श्रीमाताजी इटली का व्यक्ति और कर भी क्या सकता है! इटली के लोग ऐसे ही हैं। स्वयं इटली का होते हुए भी वह तुरन्त यही कहता है। रूस के लोगों का भी यही हाल है। आप हैरान होंगे कि वे रूसी लोगों की कमियों के विषय में बताने लगते हैं। सभी सहजयोगी एक से हैं। भारतीय सहजयोगी कहेगा श्रीमाताजी, आप जानती है, आखिरकार ये भारतीय हैं। ये भारतीय लोग हैं, श्रीमाताजी, ये ऐसे कार्य कर रहे हैं। मैं हैरान थी कि स्वयं भारतीय होते हुए भी वे किस प्रकार भारतीयों के बारे में बता रहे है।

सहजयोगियों से मुझे इन देशों के विषय में बहुत सी चीजें पता चली हैं। सहजयोगी जब मुझे कुछ बताते हैं, मुझे हैरानी होती है, वे अपने देश से, अपने परिवार से, किसी से भी लिप्त नहीं होते। उन्हें यदि कोई कमी नजर आती है तो वे मुझे बताते हैं। श्रीमाताजी मेरे पिता ऐसे हैं, मेरी माँ ऐसी हैं।

इस प्रकार जब आप देखने लगते हैं और निर्लिप्त होते हैं तो आपको साक्षी भाव प्राप्त हो जाता है। निर्लिप्त होने पर आप स्वतन्त्र व्यक्ति बन जाते हैं, आपके पास स्वतन्त्रता होती है और पिता, माँ, बहन या किसी अन्य से आपको मोह नहीं रहता, मोह अत्यन्त भयानक है। पारिवारिक मोह के कारण हमने बहुत से सहजयोगी खो दिए हैं । अजीबोगरीब परिवार के कारण वे खो गए। परिवार के मोह से वे न निकल सके। हम ये नहीं कहते कि आप परिवार को छोड़ दें या उससे बाहर आ जाएं, परन्तु सूक्ष्म रूप से आपको समझना चाहिए कि उनका लक्ष्य क्या है और वे क्या कर रहे हैं? अन्य लोगों के विषय में यह सूक्ष्म सूझ बूझ आपको उनकी आलोचना का अधिकार भी नहीं देती। आपको स्वयं देखना चाहिए कि आपमें क्या गलती है? ये सारी सूक्ष्मताएं आप जानते है। अन्य लोगों की आलोचना आप करते हैं परन्तु आप में भी तो वही कमियां

हो सकती हैं! अत: ये निर्लिप्सा आत्मा के दर्पण के माध्यम से अन्तर्दर्शन द्वारा ही प्राप्त की जा सकती है।

अत: साधक के लिए आध्यात्मिक जीवन ही सबसे अधिक महत्वपूर्ण है। साधक सत्य और वास्तविकता की खोज कर रहा है। एक बार वास्तविकता को जब आप जान जाते हैं तो अवास्तविक चीज़ों से चिपके नहीं रहना चाहते। इन सारे दोषों से आप ऊपर उठ जाना चाहते हैं। इसी प्रकार इन सब दोषों से ऊपर उठ कर ही आप अंधकार तथा लिप्सा के मोह में डूबते हुए लोगों को बचा सकते हैं। परन्तु प्राय: आप स्वयं ही मोह में फंसे होते हैं। स्वयं को एक रूप मानकर आप सोचते हैं, 'मैं यह कार्य कैसे कर सकता हूँ? किस प्रकार मैं अन्य लोगों की रक्षा कर सकता हूँ?'

जिन देशों में सहजयोग फैल गया है, जहाँ लोग देश मोह में लिप्त नहीं हैं और सोचते हैं कि देशवासियों को उत्थान में सहायता करनी है, उन्हें चाहिए कि इस कार्य में योगदान दें। इस कार्य के लिए अत्यन्त धैर्य और प्रेम का होना आवश्यक है। जैसा कि **आप जानते हैं इस ब्रह्माण्डीय शक्ति (Cosmic Power) का स्रोत मैं ही हूँ। वास्तव में यह परमेश्वरी प्रेम की शक्ति है, ऐसा प्रेम किसी चीज़ की माँग नहीं करता, कुछ नहीं चाहता यह तो सिर्फ कार्य करता है।** उदाहरणार्थ आप यदि किसी को प्रेम करते हैं तो उसे नाराज़ करने वाला कोई भी कार्य आप नहीं करेंगे। नि:संदेह कुछ सहजयोगी ऐसे कार्य करते हैं जो मुझे पसन्द नहीं हैं, परन्तु मैं कभी ये नहीं दर्शाती। मात्र शान्त रहती हूँ। परन्तु साधारणतया यदि कोई किसी से प्रेम करता है तो उसे नाराज़ करने, कष्ट पहुँचाने या चोट पहुँचाने वाला कोई कार्य नहीं करता। **आपके अन्दर जब तक ये विकास नहीं होता तब तक आप सामूहिक नहीं हो सकते। सामूहिकता में आपके मन में अन्य लोगों के प्रति प्रेम उमड़ता है, अन्य लोगों को आप समझते हैं।** इसका दिखावा चाहे आप न करें परन्तु अपने अन्तस में आप ये जानते हैं। किसी ने आपको कुछ परेशान भी किया हो तो भी कोई बात नहीं। शनै: शनै, आप देखेंगे, वह परिवर्तित होगा। क्योंकि वह महसूस करेगा कि वह जो भी कुछ कर रहा था। वह ठीक नहीं था। अपने दोष को महसूस करके वह सुधरने का प्रयत्न करेगा। मैंने ऐसा क्यों किया? मुझे ऐसा नहीं करना चाहिए था। शनै: शनै: वह सुधरेगा । परन्तु इसके लिए आपमें महान् क्षमाशीलता और महान सूझ-बूझ का होना आवश्यक है। हालात में फँसकर भी लोग दुर्व्यवहार करते हैं क्योंकि उन्हें ठीक और विनम्र रहने की शिक्षा नहीं मिली। संभवत: वे इसलिए दुर्व्यवहार करते हैं क्योंकि उनकी संस्कृति में क्रोध एवं उद्दण्डता को ही महान समझा जाता है। कई बार वो इसलिए भी दुर्व्यवहार करते हैं क्योंकि उनके परिवारों में उद्दण्डता ही सिखाई गई है। अत: आप सहायता कर सकते हैं। ऐसे लोगों को बार-बार क्षमा करना होगा। तभी वे परिवर्तित हो सकेंगे। मेरा ये विश्वास है कि सभी मनुष्यों को सुन्दर सुगन्धित पुष्पों में परिवर्तित किया जा सकता है-सभी मनुष्यों को। परन्तु मैं ये भी जानती हूँ कि कुछ मानव बहुत ही कठिन हैं। क्यों? क्योंकि वे परिवर्तित नहीं होना चाहते। उनकी अपनी इच्छा के बिना, उनकी शुद्ध इच्छा के बगैर आप सहजयोग उन पर थोप नहीं

सकते।

ऐसे लोगों को भूल जाएं । वे दुष्कर हैं। उन्हें भूल जाए। परन्तु **जो लोग चाहते हैं, जिनमें धन, पद आदि की इच्छा नहीं है, केवल आध्यात्मिकता की महान् अवस्था प्राप्त करने की महान शुद्ध इच्छा है, किसी भी कीमत पर ऐसे लोगों की सहायता की जानी चाहिए।**

मैं जानती हूँ उनमें से कुछ अत्यन्त गलत गुरुओं के पास गए और दुख उठाए उनकी आज्ञा खराब है, और बहुत से दोष हैं, परन्तु कोई बात नहीं।

आप उनकी सहायता करने का प्रयत्न करें। वे यदि आपकी बात सुनेंगे और समझ पाएंगे कि आप उन्हें क्या बता रहे हैं, तो मुझे विश्वास है, यह कार्यान्वित हो जाएगा। आप देख सकते हैं ये किस प्रकार कार्यान्वित हुआ है! विदेशों में जहाँ 'मैं अकेली भारतीय थी', लोगों ने किस प्रकार इसे अपनाया है!' लोगों ने किस प्रकार इसे अपनाया है! किस प्रकार मुझे समझा है और इतने महान मूल्य एवं स्तर के सहजयोगी बने हैं! प्राचीन काल में कभी भी इतने सन्त न होते थे, कोई एक सन्त जन्म लेता था और उसे भी लोग सताते थे। एक-दूसरे की सहायता करने के लिए, एक दूसरे की रक्षा करने के लिए अधिक सन्त न हुआ करते थे। अतः सामूहिकता अच्छी तरह से सीखी जानी चाहिए। किस प्रकार सामूहिक बना जाए? किस प्रकार परस्पर सुहृदय बना जाए? बाद में जब आप गुरु बनेंगे और लोगों का पथ प्रदर्शन करना पड़ेगा तब सामूहिकता की समस्याएं आपको समझ आएंगी। तब आप उन समस्याओं का समाधान करना भी जान जाएंगे। सामूहिकता को सम्पन्न करना जब आप सीख लेंगे तब, आप हैरान होंगे कि, गुरु होने की कला में किस प्रकार आप पारंगत हो गए हैं!

मेरी इच्छा है कि आप में से बहुत से लोग केवल अपनी नौकरियों और प्रतिभा में ही नहीं अपने जीवन में भी वास्तविक गुरु बनें, वास्तविक स्वामी बनें। लोग कहें कि अमुक व्यक्ति वास्तविक गुरु है। इसके लिए, जैसा मैंने बताया, आपको पूर्ण आज्ञा पालन सीखना होगा। अपने गुरु से प्रश्न न करें। जो भी कुछ करने के लिए आपको कहा जाए वो करें। यद्यपि सहजयोग में मैं ऐसा कुछ नहीं कहती। आज पहली बार मैं ये बात कह रही हूँ क्योंकि आपमें से बहुत से लोगों को मैं निपुणता से दूर पाती हूँ। मैंने आपको बताया है कि आपको कुछ बलिदान नहीं करना होगा, कुछ त्यागना नहीं होगा। अपना परिवार आदि कुछ नहीं छोड़ना होगा और स्वयं को निपुण दिखाने के लिए कोई उल्टे-सीधे कार्य नहीं करने होंगे। ये तो आपकी आन्तरिक अवस्था है जिसे आपने स्थापित करना है। इसमें आप अत्यन्त विनम्र, आज्ञाकारी बन जाएंगे और मुझे विश्वास है, इस प्रकाश के साथ आप उन्नत होंगे । एक बार जब आप इसके महत्व को समझ लेंगे तो असाधारण व्यक्तित्व पाने के लिए स्वयं को समर्पित कर देंगे। यह सरलतम कार्य है। क्योंकि जीवन यापन का यह सुखदतम मार्ग है। लड़ने, झगड़ने, दिखावा करने आदि का कोई लाभ नहीं । दूसरों की देखभाल, उनके प्रति प्रेम, लोगों को सन्तोष प्रदान करता है। यहाँ-वहाँ थोड़ी सी देखभाल, लोग इसे पसन्द करते हैं। परन्तु इसका उद्भव भी छोटी-छोटी चीजों की चिन्ता करने वाले श्रेष्ठ व्यक्ति से

होता है। यह आपकी उन्नति के लिए नहीं है। यह आपके उत्थान के लिए है। उच्च जीवन प्राप्त करने के लिए आप अगुआपन के विचार छोड़ दें। कुछ सहजयोगी जब अगुआ के रूप में रौब जमाते हैं तो मुझे लगता है कि ये मूर्खता है। ऐसा करना ठीक नहीं है।

बहुत बार मैंने आपको बताया है कि सहजयोग में आपका अपना विकास, अपना सुधार, अपना पद बताएगा कि आप क्या हैं? दूसरे जो चाहें कहें, कोई फ़र्क नहीं पड़ता। आप अपने विषय में जो कहते हैं वही वास्तविकता है। इसका आप सामना करें। महिलाओं के लिए मैं विशेष रूप से कहूंगी कि मैं एक महिला हूँ और इतने वर्षों तक मैंने कठोर परिश्रम किया है। एक महिला होने के नाते मैं बताना चाहूँगी कि सभी महिलाओं को इसी प्रकार कार्य करना चाहिए, क्योंकि सदैव कहा जाता है कि हम शक्तियां हैं। सहज महिलाओं के जीवन से मुझे नहीं लगता कि शक्ति-रूप में उन्होंने कोई कार्य किया हो। हर समय वे सहजयोग पर निर्भर रहती हैं। अपनी स्वतन्त्रता में उन्हें खड़े होना होगा। उन्हें स्वतन्त्र होना होगा और सभी चीजों को ठीक से देखना होगा। मुझे विश्वास है कि महिलाएं जब इस प्रकार खड़ी हो जाएंगी तो सहजयोग बहुत अधिक फैलेगा। सहजयोग के लिए पुरुष महिलाओं से कहीं अधिक कार्य कर रहे हैं। मैं समझ सकती हूँ कि उनके परिवार हैं, उनके बच्चे हैं, परन्तु एक बार जब आप सक्रिय रूप से सहजयोग अपना लेंगी तब आपके बच्चे अच्छी तरह से विकसित होंगे और आपके परिवारों की भी ठीक से देखभाल होगी।

एक परमेश्वरी शक्ति हैं जो आप सबकी देखभाल करती है। आपको विश्वास करना चाहिए कि यह परमेश्वरी शक्ति सोचती है, समझती है और सुव्यवस्थित करती है। सर्वोपरि यह आपको प्रेम करती है। इस परमेश्वरी शक्ति को समझना आवश्यक है। अब यह आपकी अपनी है, आप इसके साम्राज्य में है। जहां आपको किसी भी प्रकार की कोई समस्या नहीं हो सकती। इस परमेश्वरी शक्ति पर यदि आप सभी कुछ छोड़ देंगे तो यह कार्य करेगी। जिस वैज्ञानिक ने मेरे विषय में पता लगाया आप उसके विषय में जानते हैं। उसने मुझसे पूछा कि यहाँ पर इतने हृदय किस प्रकार बनते हैं? मैंने कहा लोग (Sitting in the Heart of the universe) ब्रह्माण्ड के हृदय में बैठे हुए, नामक भजन गा रहे थे, इसीलिए इतने सारे हृदय उभरे। वह कहने लगा कि क्या यह शक्ति सुनती भी है? मैंने कहा नहीं केवल मैं सुनती हूँ। मैं भजन को सुन रही थी और यह शक्ति सभी कुछ सुव्यवस्थित कर रही है। **यह बात भली-भांति समझी जानी चाहिए कि आपकी अन्तर्शक्ति समझती है। आपको भी समझती है। शक्ति का यही तरीका है। ये आपकी अपनी शक्ति है परन्तु आप इसे अपने वश में नहीं कर सकते। यह आपके विषय में जानती है। जहाँ भी आपमें कमी है, जो भी आपमें गलती है, ये जानती है। यही शक्ति आपको प्रेम करती है और आपकी रक्षा करती है। माँ की तरह यह आपको सुधारेगी और उचित मार्ग पर लाएगी।**

नई सदी का आरम्भ हो रहा है। बहुत सी चीजें घटित होनी है। आप सभी लोगों को निर्णय लेना होगा कि सहजयोग को फैलाने के लिए

आप क्या करेंगे। आप सभी लोगों को चाहिए कि इस ओर ध्यान दें। महिलाएं यदि बाहर नहीं जा सकतीं तो उन्हें चाहिए कि वे कुछ लिखें । वे अपने आध्यात्मिक उत्थान, अपने सहज अनुभवों के विषय में लिख सकती हैं। जिनके पास चमत्कारिक फोटो है वे यहाँ भेजें। ये भद्र पुरुष (वैज्ञानिक) सितम्बर में यहाँ आने वाले हैं और सभी चमत्कारिक चित्रों का सूक्ष्मता से परीक्षण करेंगे। तो यदि आप ये फोटोग्राफ भेज सकें तो अच्छा होगा। सहजयोग में जो आपको भिन्न भिन्न अनुभव हुए हैं, ये भी आप लिखें। ये भी एक अच्छा विचार है। उसने मुझे एक पुस्तक छापने के लिए कहा है। अब समय आ गया है कि जितने भी चमत्कार घटित हुए हैं उन्हें आप लिख दें। आप सभी लोगों के कुछ अनुभव हैं कुछ चमत्कार भी आपने देखे हैं। तो मैं आपसे अनुरोध करूंगी कि जितना शीघ्र हो सके अंग्रेजी-हिन्दी या मराठी भाषा में भली-भांति लिखकर इन्हें भेजें। अन्य भाषाएं मैं नहीं जानती। अत: किसी अन्य भाषा में न लिखें। चौदह भाषाओं में अनुवाद करने के लिए हमें किसी को नियुक्त करना होगा जो कठिन कार्य है। अत: इन्हें भेजने की मैं आपसे प्रार्थना करूंगी। मुझे विश्वास है आज के प्रवचन को आप बार-बार सुनेंगे (पढ़ेंगे), उसे समझेंगे तथा कार्यान्वित करेंगे।

परमात्मा आपको धन्य करें।

❐ ❐ ❐

विश्व सहज समाचार

फ्लोरिडा यू.एस.ए. दूरदर्शन की श्रीमाताजी और सहजयोग के विषय में आधे घण्टे के समक्षकारों की श्रृंखला विकास की ओर अग्रसर है तथा इस कड़ी (शो) के निर्माता हमसे साक्षात्कार करते रहने के लिए अत्यंत उत्सुक हैं।

दूसरे साक्षात्कार का समय आ गया था और हम लोग श्रीमाताजी के प्रवचनों तथा सहायक सामग्री के संक्षिप्त वीडियो टेपों के साथ तैयार थे। तभी निर्माता ने हमें बुलाया और पूछा कि क्या ये सम्भव नहीं है कि दूसरे शो के साथ-साथ ही तीसरे शो की भी रिकार्डिंग कर ली जाए, क्योंकि किसी अन्य ने नाटक रिकार्डिंग रद्द कर दी है। आश्चर्यचकित होकर हम सोचने लगे कि,"तीसरे शो का विषय क्या होगा? कौन सी वीडियो सामग्री को हम कुछ ही घण्टों के अन्दर सम्पादित करें जो प्रसारित करने के योग्य हो?" तब हमने स्पष्ट बात सोची-क्यों न इन्हें आत्मसाक्षात्कार दे दिया जाए? आखिरकार सहजयोग का मुख्य लक्ष्य तो यही है हमने श्रीमाताजी का ध्यान करवाते हुए एक प्रसारण योग्य वीडियो टेप ढूंढा और निर्माता को कह दिया, 'हम तैयार हैं।

दोनों ही प्रसारणों का (रिकार्डिंग) अभिलेखन एक ही झटके में हो गया। इसमें कोई काट-पीटी न करनी पड़ी। चैतन्य लहरियों का प्रवाह भी अत्यंत तीव्र था। हमें ज्ञात न था कि हमारे अगुआ ने एक दिन पूर्व ही श्रीमाताजी को एक फैक्स भेजा था जिसमें उन्होंने आने वाले दूरदर्शन साक्षात्कारों का भी वर्णन किया था। साक्षात्कार के आरम्भ में जब हमने श्रीमाताजी को कबैला में मान कर उनके सुन्दर चरण कमलों पर चित्त डाला तो इतनी तीव्र चैतन्य लहरियां आई कि क्षण भर के लिए तो हम घबरा गए कि कुछ भी कह पाना कठिन होगा पर सभी कुछ निर्विघ्न हुआ। इस शो का प्रसारण जून के आरम्भ में होगा। पांच लाख दर्शकों तक ये पहुँचेगा। साक्षातकर्त्ता ने प्रभावित होकर बड़े अच्छे प्रश्न पूछे। कुछ ही दिनों में वे आत्साक्षात्कार लेने के लिए आ रही हैं। श्रीमाताजी आपकी कृपा के लिए कोटिशत् नमस्कार। प्रिय भाइयों और बहनों इस कार्य में आप सब की सहायता तथा प्रकाशित चित्त डालने के लिए आपका धन्यवाद।

फ्लोरिडा के सहजयोगी

सिंगापुर में सहज कार्यक्रम

14 अप्रैल (1998) को सिंगापुर के हृदय (down town) में हमारा पहला विज्ञापित कार्यक्रम हुआ। हमने एक कमरा निर्धारित किया जिसमें सत्तर लोग बैठ सकते थे। हम ये न जानते थे कि कितने लोग इस कार्यक्रम में सम्मिलित होंगे। कार्यक्रम साढ़े सात बजे आरंभ होना था परन्तु 7.20 पर 90 लोग पहुँच गए और बैठने के लिए कोई स्थान न था। पूरे स्थान का उपयोग कर लिया गया पर अभी भी लोग आए जा रहे थे। सोचा गया कि किसी बड़े कमरे का प्रबन्ध किया जाए और इसी सोच में लगभग आठ बजे कार्यक्रम आरम्भ हुआ और तब तक 120 लोग आ चुके थे। श्रीमाताजी का वीडियो टेप जब दिखाया जा रहा था तब भी लोग आते रहे।

अमेरिका में कितने वर्षों के पश्चात् यह स्वप्न साकार हुआ था । हम इतने प्रभावित हुए थे कि मन ही मन श्रीमाता जी का धन्यवाद कर रहे थे। कार्यक्रम अनुपम था-इतने अच्छे साधक अत्यन्त सहज और विनम्र, और बहुत पढ़े लिखे भी। श्रीमान सी.पी. श्रीवास्तव जी के भतीजे और उनकी पत्नी ने भी कार्यक्रम में भाग लिया। एक अन्य उपस्थित व्यक्ति श्रीमान सी.पी. श्रीवास्तव के भारतीय जहाजरानी निगम के सेवाकाल में साथी थे। उपस्थित लोगों में से कुछ ऐसे भी थे जिन्होंने भारत में आत्मसाक्षात्कार प्राप्त किया था परन्तु सिंगापुर आ जाने के कारण ध्यान को आगे बढ़ाने की विधि न जानते थे। एक महिला, जिसने पथ में श्री माताजी के कार्यक्रम में कुछ वर्ष पूर्व आत्मसाक्षात्कार प्राप्त किया था, ने सिंगापुर में आने के लिए हृदय से हमारा धन्यवाद करते हुए मुझे गले लगा लिया। वह कहने लगी कि मैं श्रीमाताजी से प्रार्थना करती थी कि यहाँ सहज सामूहिकता प्रदान कीजिए। दो लम्बे वर्षों की प्रतीक्षा के बाद उसकी प्रार्थना सुनी गई थी। आप सभी कल्पना कर सकते हैं कि हमें कैसा लगा होगा! उस आनन्द का वर्णन शब्दों में नहीं किया जा सकता। यद्यपि कार्यक्रम हुए दो दिन हो गए हैं। फिर भी हम आकाश में उड़ रहे हैं।

माता-पिता के रूप में हमें श्रीमाताजी ने एक अन्य बहुमूल्य भेंट प्रदान की। हमारी बेटी, जो 15 अप्रैल को 13 वर्ष की हुई थी, ने उपस्थित साधकों को अत्यन्त सुन्दर रूप से सहजयोग के विषय में बताया। हम आश्चर्यचकित थे। एक बार तो चार चीनी पुरुष और महिलाओं के झुण्ड से घिरी हुई नन्हीं राधिका को देखने के लिए आए। वे सब अत्यन्त ध्यानपूर्वक शीतल लहरियों के सौंदर्य तथा इन्हें प्राप्त करने की सहज विधि के विषय में सुन रहे थे। सभी हृदय से सिर हिला रहे थे। धर्मशाला में इतने वर्षों तक रहने के फलस्वरूप राधिका ने सहजयोग के विषय में अत्यन्त सहजता से और भली भांति बोलना सीख लिया था। अमेरिका में उसके सभी सहज अंकल और आंटियां उस पर गर्व करतीं।

मानों इतना कुछ काफी न था! अन्तिम दो दिन, प्रतिदिन बीस से भी अधिक टेलीफोन सहज विधियों तथा चैतन्य लहरियों की पूछताछ के विषय में आते रहे। एक व्यक्ति ने कहा कि वह पूरा दिन और पूरी रात चैतन्य लहरियां महसूस करता रहा। वह हैरान था कि क्या यह सामान्य स्थिति है... भाग्यशाली व्यक्ति! मैंने उसे विश्वास दिलाया कि इतनी आसानी से चैतन्य लहरियों को महसूस करना एक बहुत बड़ा आशीर्वाद है।

यहां होने वाली घटनाओं पर जब मैं दृष्टि डालती हूँ तो हमारी परम-पावनी माँ के शब्द मेरे कानों में गूंजते हैं-अमेरिका के सहजयोगियों को पूरे विश्व में सहजयोग फैलाना है। अमेरिका की ये जिम्मेदारी है। पूरा विश्व उत्सुकता से प्रतीक्षा कर रहा है कि कब अमेरिका मानव मात्र की आध्यात्मिक जागृति की वास्तविक भूमिका निभाने का बीड़ा उठाये!

दवे एवं माधुरी डनफी।
सिंगापुर

✠ ✠ ✠

'साक्षात श्री आदिशक्ति माताजी श्री निर्मला देव्यै नमो नमः'

श्रीमाताजी के श्री चरणों में विनम्र विनती

परम पूज्य श्री माताजी,

विश्व परिवर्तन के आपके दिव्य स्वप्न को साकार करके एक नए युग-सत्य युग- का उद्घोष करने के लिए विश्व भर के हम सभी सहजयोगी नकारात्मकता-मुक्त विश्व आन्दोलन छेड़ने के लिए आपकी आज्ञा की याचना करते हैं।

हे सर्वशक्तिमान देवी कृपा करके इस विश्व की सभी नकारात्मकताओं, बाधाओं और भूतों से रक्षा कीजिए। ये बाधाएं पूरे विश्व पर छा रही हैं और सत्य साधकों को सत्य तक पहुँचने और आपके सदा-सर्वदा सुन्दर प्रेममय एवं स्नेहमय दर्शन से भटका रही हैं। आपके दर्शन, आपका ध्यान ही अन्तिम शान्ति, आनन्द, संतुष्टि और पृथ्वी लोक पर हमारे आध्यात्मिक उत्थान की एक मात्र आशा है। आज विश्व भर के हम सभी सहजयोगी जगत्-माता साक्षात् श्री आदिशक्ति माताजी श्री निर्मला देवी के नाम पर विश्व व्याप्त सभी नकारात्मकताओं, बाधाओं और भूतों को आदेश देते हैं कि इस विश्व को छोड़ दें।

शराबबाजी	- विश्व को मुक्त करो, मुक्त करो, मुक्त करो
नशाबाजी	- विश्व को मुक्त करो, मुक्त करो, मुक्त करो
तम्बाकू	- विश्व को मुक्त करो, मुक्त करो, मुक्त करो
दुष्चरित्र एवं कुटिलता	- विश्व को मुक्त करो, मुक्त करो, मुक्त करो
वामाचार (Perversions)	- विश्व को मुक्त करो, मुक्त करो, मुक्त करो
समलैंगिकता	- विश्व को मुक्त करो, मुक्त करो, मुक्त करो
स्त्री समलिंग कामुकता (Lesbianism)	- विश्व को मुक्त करो, मुक्त करो, मुक्त करो
बाल दुराचार	- विश्व को मुक्त करो, मुक्त करो, मुक्त करो
अनैतिकता (immorality)	- विश्व को मुक्त करो, मुक्त करो, मुक्त करो
कुगुरु	- विश्व को मुक्त करो, मुक्त करो, मुक्त करो
विश्व के झूठ-मूठ के धर्म	- विश्व को मुक्त करो, मुक्त करो, मुक्त करो
विज्ञान में अन्धविश्वास	- विश्व को मुक्त करो, मुक्त करो, मुक्त करो
अयोग्य राजनीतिज्ञ	- विश्व को मुक्त करो, मुक्त करो, मुक्त करो
रूढ़िवाद	- विश्व को मुक्त करो, मुक्त करो, मुक्त करो
धर्मान्धता	- विश्व को मुक्त करो, मुक्त करो, मुक्त करो
सन्तों के रहने योग्य प्राकृतिक स्थानों को नष्ट करने वाली नकारात्मकता	- विश्व को मुक्त करो, मुक्त करो, मुक्त करो
भौतिकवाद	- विश्व को मुक्त करो, मुक्त करो, मुक्त करो
भ्रष्टाचार	- विश्व को मुक्त करो, मुक्त करो, मुक्त करो
जातिवाद	- विश्व को मुक्त करो, मुक्त करो, मुक्त करो

असाम्यवाद (Fascism) - विश्व को मुक्त करो, मुक्त करो, मुक्त करो
सभी झूठे पंथ एवं मत - विश्व को मुक्त करो, मुक्त करो, मुक्त करो
सत्य को असत्य में परिवर्तित करने वाले - विश्व को मुक्त करो, मुक्त करो, मुक्त करो
सभी नकारात्मक समाचार पत्राधिकारी
हमारे अंदर अभी तक जीवित नकारात्मकताएं - विश्व को मुक्त करो, मुक्त करो, मुक्त करो
अज्ञानवश इस सूची में वर्णन न की गई - विश्व को मुक्त करो, मुक्त करो, मुक्त करो
सभी नकारात्मकताएं

'रूपं देही, जयं देही, यशो देही, सहज योग देही, श्री निर्मला देव्यै नमो नमः'

⌘ ⌘ ⌘

सद्गुरु तत्व और विशुद्धि तत्व

मानव शरीर में अलग-अलग देवताओं के विशिष्ट स्थान हैं। सद्गुरु का स्थान भी शरीर में है। यह स्थान हमारी नाभि के चारों तरफ है। नाभिचक्र पर श्री विष्णुशक्ति का स्थान है। विष्णुशक्ति के कारण ही मानव की अमीबा से उत्क्रांति हुई और इसी विष्णुशक्ति से ही मानव का अतिमानव होने की घटना घटित होगी। सद्गुरु का स्थान आप में बहुत पहले से सृजित है। अब गुरुतत्व कैसा है यह समझने की कोशिश करते हैं।

गुरुतत्व अनादि है। हमारे अन्दर अदृश्य रूप से तीन मुख्य शक्तियां कार्यान्वित हैं। इसमें से पहली शक्ति श्री महाकाली की, दूसरी श्री महासरस्वती की व तीसरी श्री महालक्ष्मी की शक्ति है।

महाकाली की शक्ति से ऐसी स्थिति प्राप्त होती है कि जिससे अपना अस्तित्व टिका हुआ है। इस सृष्टि का अस्तित्व है। इस विश्व का अस्तित्व भी श्री महाकाली शक्ति के कारण ही टिका है। आप में इस शक्ति का संचालन 'ईड़ा' नाड़ी से होता है। ये नाड़ी हमारे शरीर के बायीं तरफ है और हमारे शरीर के बायीं तरफ का संचालन व नियमन करती है। बायीं सिम्पथैटिक नर्व सिस्टम को चालित करती है। इस नाड़ी के कारण हमें इच्छाशक्ति प्राप्त होती है। इच्छा से ही मनुष्य कार्यान्वित होता है।

कार्यशक्ति मनुष्य में दायीं तरफ है और सारे दायें तरफ (दायीं सिम्पथैटिक नर्व सिस्टम) का संचालन करती है। यह शक्ति कार्यशक्ति कही जाएगी और इस शक्ति का वहन या नियमन पिंगला नाड़ी से होता है। इसे महासरस्वती शक्ति कहते हैं।

कुण्डलिनी शक्ति जागृत होने के बाद व्यक्ति ईड़ा और पिंगला नाड़ियों का संतुलन जान सकता है। असंतुलन कहां हो सकता है, इसका ज्ञान हो सकता है। सहजयोग के कुछ आसान तरीकों से आप संतुलन ठीक कर सकते हैं। कहने का उद्देश्य यह है कि मनुष्य की ज्यादातर तकलीफें या सभी परेशानियाँ (शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक) ऊपर कही गयी दोनों नाड़ियों के असंतुलन से ही होती है। इसलिए इन दोनों नाड़ियों में संतुलन रहना बहुत आवश्यक है।

ऊपर कही गयी दोनों शक्तियों के अलावा हममें तीसरी शक्ति भी स्थित है। यह शक्ति भी बहुत ही महत्वपूर्ण है क्योंकि आज हम जिस मानव चेतना को प्राप्त हुए हैं वह इसी शक्ति के कारण है। इसे श्री महालक्ष्मी की शक्ति कहा जाता है। इसी शक्ति के कारण मनुष्य की अमीबा से उत्क्रांति हुई है।

उन तीनों शक्तियों का समन्वय होने पर सभी समस्याओं का अंत होता है।

ऐसा व्यक्ति अत्यन्त शुद्ध एवं अहंकार रहित होता है। यही वह सद्गुरु तत्व है। जैसे-जैसे मनुष्य बड़ा होता है वैसे-वैसे उसमें दो ग्रंथियां-दो विशेष संस्थाएं धीरे-धीरे बनती हैं, उसमें से एक को अहंकार व दूसरी को प्रति-अहंकार कहते

हैं। अंग्रेजी भाषा में उन्हें 'ego' व 'super ego' कहते हैं । ये दोनों संस्थाएं इच्छा व क्रिया शक्ति से बनती हैं। जब मनुष्य बहुत इच्छा करता है या केवल इच्छा से ही भरा होता है तब प्रति अहंकार प्रस्थापित होता है। ये संस्था हमारे सिर के बाँयी तरफ से चल कर सिर के मध्यभाग में स्थापित होती है। दूसरी संस्था माने अहंकार की संस्था का क्रियाशक्ति से निर्माण होता है। ये संस्था किसी भी मनुष्य में, जो कुछ भी काम करता है, प्रस्थापित हो सकती है। मनुष्य उस समय सोचता है कि 'मैंने फलाना काम किया', 'मैंने सड़क बनाने का काम किया', 'मैंने बांध बनवाया', 'मैंने मकान बनाया' इससे मनुष्य में एक तरह का कर्त्तापन आता है और उसी से उसकी अहंकार की संस्था बल पकड़ती है। ये संस्था सिर के बायीं ओर से शुरू होकर सिर के बीचोंबीच आती है। जब अहंकार व प्रति अहंकार, ये दोनों संस्थाएं बीचोंबीच आकर मिलती हैं तब तालू भर जाता है। इसे अंग्रेजी में 'calcification' कहते हैं। सामान्यत: बच्चे का तालू 3-4 साल की आयु तक कठोर हो जाता है। इस आयु तक बच्चे बहुत अच्छी तरह से बात करना सीख जाते हैं व अपनी मातृभाषा में बोल सकते हैं।

सद्गुरु तत्व, श्री महाकाली, श्री महासरस्वती और श्री महालक्ष्मी इन तीन शक्तियों के समन्वय से (मेल से) बना है। यह गुरुतत्व हमारे अन्दर परमेश्वर ने बहुत ही नूतन स्वरूप में स्थित किया है। आप सब जानते हैं कि श्री सत्गुरु दत्तात्रेय का जन्म कैसे हुआ। श्री दत्तात्रेय में श्री ब्रह्मा, श्री विष्णु व श्री महेश, इन तीनों देवताओं की शक्ति समन्वित है। ये शक्ति आपकी नाभि के चारों तरफ, जिसे भवसागर कहते हैं, समाहित है।

संपूर्ण विराट पुरुष में भी ये शक्ति समाविष्ट है। ये शक्ति अनेक बार जन्म लेती है। आदिकाल से देखा जाय तो श्री आदिनाथ इसी शक्ति के अवतार हैं। जैन संप्रदाय में श्री आदिनाथ जी को सद्गुरु मानकर उनका पूजन करते हैं और प्रार्थना करते हैं। परन्तु जैन लोगों को श्री आदिनाथजी की शक्ति के बारे में ज्ञान नहीं है। तीनों शक्तियों से निर्मित होने वाली ये प्रथम शक्ति हैं। इस शक्ति में धर्माधता नहीं है। सन्यासी की जाति नहीं होती है, ऐसा हम कहते हैं। इसका अर्थ यही है कि वह सभी धर्मों को मानता है। अगर कोई व्यक्ति कहता है कि मैं फलानी जाति का गुरु हूँ, तो निश्चित समझ लीजिए कि वह व्यक्ति सद्गुरु नहीं है। सद्गुरु तत्व की पहचान ही ये है कि सारे धर्मों का जो सार है वह इस सद्गुरु तत्व में शामिल है।

इस दुनिया में धर्म के नाम पर कितनी संस्थाएं हैं? वैसे ही अनेक व्यक्ति हैं जो अपने आपको धर्मगुरु कहलवाते हैं। उसमें भी कई राजनीतिक संस्थाएं हैं। एक धर्मानुयायी दूसरे धर्मानुयायी पर टीका-टिप्पणी करता है। हिन्दू करता है मुसलमानों पर, मुसलमान इसाई पर और इसाई मुसलमानों पर। सच कहें तो ऐसे जो लोग हैं वे सब दांभिक व अज्ञानी हैं क्योंकि ऐसे लोगों को सद्गुरु तत्व का ज्ञान नहीं है। कौन सद्गुरु है, कौन नहीं है, ये वे नहीं जानते। अब सद्गुरु पहचानने का चिन्ह क्या है पहले यह देखते हैं। सद्गुरु आपसे पैसा या धन की माँग नहीं करेंगे। उल्टा वह धन को धूल समान मानेंगे। सद्गुरु को आप सोना या पैसा, हीरे-मोती देकर खरीद नहीं सकते। सद्गुरुओं को इन चीजों की जरा भी आसक्ति नहीं रहती है।

सद्गुरु अपने स्वयं के स्वभाव में सन्तुष्ट रहते हैं। अगर उन्हें अच्छा लगा तो वे औरों से बोलेंगे, नहीं तो नहीं। सद्गुरु परमेश्वर प्राप्ति के लिए आपकी विनती करके आप के पीछे-पीछे नहीं दौड़ेंगे। ये सब, मैं आपकी माँ हूँ इसलिए आपसे कह सकती हूँ कि सर्वप्रथम अपने आपका सद्गुरु तत्व जानिए। मुझे कितने ही योगसाधना किये हुए साधु व योगी मिले हैं। ये सारे लोग बहुत बड़े हैं। उन्हें मैंने कहा, आप अब जंगलों या पहाड़ों पर बैठने के बजाय समाज में आकर लोगों को परमेश्वर प्राप्ति के लिए उद्यत कीजिए, उनका सद्गुरु तत्व जागृत करवा दीजिए। परन्तु इन महायोगी लोगों को समाज में नहीं आना है। वे कहते हैं कि समाज के लोग अभी इतने लायक नहीं हैं कि उन्हें इतनी बड़ी शक्ति सहज में दे दो। ऐसे महायोगी लोगों की स्थिति एकदम निराली है। ऐसे महान् लोगों के सामने अति विनम्रता से व्यवहार करके संभल के बातें करनी पड़ती हैं। सद्गुरुओं के आसपास का वातावरण अत्यन्त पवित्र होने से वे स्वभाव से कठोर होते हैं। वे किसी भी प्रकार का अधर्म नहीं सह सकते। समाज में परमेश्वर प्राप्ति के लिए तथा कुण्डलिनी शक्ति जागृत करने के लिए किसी सद्गुरु रूपी माँ की कार्य-पद्धति में दो प्रकार हैं। एक सद्गुरु तत्व व दूसरे मातृ-प्रेम। ऐसी माँ का हृदय प्रेमशक्ति से व परमेश्वर की करुणा से पूरा-पूरा भरा हुआ होता है। यह प्रेम और परमेश्वर की शक्ति औरों को देने के लिए वह माँ उत्सुक रहती हैं। परन्तु इसी के साथ सद्गुरु तत्व की सारी बातों का पूरे उत्तरदायित्व के साथ पालन करना पड़ता है और इसीलिए परमेश्वर प्राप्ति के लिए कौन-सी बातें करनी चाहिएं और कौन-सी नहीं करनी हैं इस पर प्रतिबन्ध लगाया है। साधकों में अनुशासन होना बहुत जरूरी है। आपको पहले बता चुकी हूँ कि सद्गुरु तत्व आपके भवसागर में स्थित है। अब ये सद्गुरु तत्व आपमें कार्यान्वित कैसे है ये समझकर थोड़ा-सा आश्चर्य होगा। उदाहरण के तौर पर समझ लीजिए आप बहुत ही सात्विक विचार के व्यक्ति हैं। आप किसी दुष्ट प्रकृति वाले व्यक्ति के घर खाना खाने गये तो आपको उसके घर खाने के बाद बहुत तकलीफ हो सकती है। इस तरह की तकलीफ होने के पीछे यदि आप अति सूक्ष्म कारण खोजें तो आपके ध्यान में ये बात आएगी कि दुष्ट प्रकृति वाले व्यक्ति के घर खाना खाने से हमें तकलीफ हो रही है।

कुछ बातें बिल्कुल स्पष्टता से बता रही हूँ। इसके लिए किसी भी प्रकार का बुरा मत मानिए क्योंकि मैं 'माँ' हूँ इसलिए सब स्पष्टता से बता रही हूँ। यह सभी लोगों को जान लेना चाहिए।

सद्गुरु तत्व प्रमुखत: हमारे शरीर में यकृत में स्थित होता है। सद्गुरु तत्व से आप में चेतना शक्ति कार्यान्वित होती है। जब तक हमारा यकृत अच्छी तरह से कार्य करता है तब तक हमारी चेतना ठीक होती है। जब यकृत खराब होता है तब चेतना विचलित होती है। आपने देखा होगा जिस मनुष्य की पित्त प्रवृत्ति होती है तली हुई चीजें खाने पर उसे पित्त की तकलीफ होती है व उसकी चेतना विचलित होती है। तब यकृत चेतना को शोषित करता है और इसीलिए यकृत अच्छी स्थिति में रखना जरूरी है। अब यकृत क्या करता है? यकृत हमारे शरीर में से शरीर के लिए पोषक न होने वाले द्रव्यों (पदार्थों) का विश्लेषण करके उन्हें अलग करता है और उन विजातीय द्रव्यों का शरीर के बाहर विसर्जन

करने में यकृत हमें मदद करता है। यकृत में बिगाड़ होने की क्रिया बहुत मंद होती है और इसीलिए उसमें खराबी होगी तो उसका निदान (diagnosis) होने में बहुत देर लगती है और उससे यकृत बहुत जल्दी खराब होता है। सर्वप्रथम आती है शराब। अब तक संसार में जितने सद्गुरुओं का अवतरण हुआ है चाहे वे श्री मोज़ेज हों, श्री लाओत्से हों या श्री सुक्रान्त हों, सभी सद्गुरुओं ने एक बात प्रमुखता से बतायी है कि मदिरापान मानव धर्म के विरोध में है। इसका कारण ये है कि अपने पेट में दस धर्मों का स्थान है। मदिरापान से अपनी चेतना पर आक्रमण होता है तो उससे दसों धर्मों पर आक्रमण होता है। जब मनुष्य की चेतना ही कम होती है तब वह चेतना के विरोध में होता है। इस मामले में हमारे एक सहजयोगी शिष्य का बहुत गहरा अध्ययन है और उसके लिए एक को लंदन विश्वविद्यालय ने डॉक्टरेट डिग्री दी है। वे मॉरिशियस के निवासी हैं। उनका नाम है श्री रेजीस। मदिरापान से मनुष्य की चेतना कम होकर मनुष्य का चेतना के विरोध में कैसे पतन होता है यह उन्होंने सिद्ध करके बताया है।

मदिरा से खून के जहरीले द्रव्यों का वर्गीकरण नहीं हो सकता। अगर कहीं हुआ तो उसके यकृत में ढेर बनकर यकृत की पेशी पर उसका प्रभाव आ जाता है। आपने ये देखा होगा कि जिस व्यक्ति ने मदिरापान किया हो उस मनुष्य के शरीर का तापमान नहीं बढ़ता, क्योंकि शरीर में निर्माण होने वाली सारी गरमी यकृत में या किसी दूसरे हिस्सों में संग्रहित होती है। पानी के घटकों के बदल से पानी भी शरीर में निर्माण होने वाली गर्मी शोषण नहीं कर सकता। और उसी से शरीर का एक-एक हिस्सा खराब होने लगता है। उसमें सबसे पहले यकृत पर सबसे ज्यादा प्रभाव होता है। इसी का परिवर्तन आगे कैन्सर रोग जैसी बीमारी में होता है। कैन्सर रोग भी हाइड्रोजन व ऑक्सीजन में होने वाले बदल के कारण होता है। किसी कैन्सर रोगी व्यक्ति को ठीक से यदि देखें तो उसके बदन पर अलग-अलग निशान पड़े हुए और उसके शरीर के कुछ हिस्से जले हुए दिखाई देंगे। परन्तु उस व्यक्ति का तापमान हमेशा की तरह साधारण ही रहेगा। एक बात निर्विवाद है, सद्गुरु तत्व के विराध में कोई भी बात करने से, वह शराब पीता हो या और कोई भी बात हो, मनुष्य की चेतना नष्ट होकर उसमें कैन्सर रोग जैसी बीमारी हो सकती है।

शराब पीने से एक और बात मनुष्य के शरीर में होती है कि खून की नली फूलकर मोटी होती है। इसका कारण खून के पानी की घटना में होने वाला परिवर्तन है जिससे मनुष्य में अनेक प्रकार की बीमारियां हो जाती हैं।

सच देखा जाय तो मदिरा माने पाश्चिमात्य देशों में जिसे 'wine' कहते हैं वह पेय है। 'wine' माने ताजे अंगूर का रस। मनुष्य के अतिश्योक्ति (extreme) के कारण उन्होंने अंगूर के रस को सड़वाकर उसे मदिरा का रूप दिया। इस तरह की मदिरा अलग-अलग वस्तुओं को पॉलिश करने के लिए इस्तेमाल करनी चाहिए। उदाहरण, अगर हीरे पॉलिश करने हैं तो 'जिन' से करने होते हैं या किसी जगह स्प्रिट इस्तेमाल करते हैं। ये स्प्रिट पॉलिश की जगह उपयोग में लाने के बजाय अगर शरीर में गया, तो उस वजह से बीमारियाँ पकड़ती हैं। मनुष्य की बुद्धि की विपरीतता की कल्पना भी नहीं कर सकते। जो चीज़ पॉलिश करने के लिए है उसको पीने

से, पता नहीं, उसे कौन-सा आनन्द आता है? मदिरापान से मनुष्य की चेतना नष्ट होती है। इसलिए वह अपनी तरफ अन्तर्मुख होकर नहीं देख सकता। वह अपने आपको नहीं जान सकता। इससे वह सत्य से बिल्कुल दूर जाता है। 'सत्य' भयानक नहीं कि जिससे मनुष्य इतना दूर रहता है। 'सत्य' बहुत सुन्दर है, मनमोहक, शान्तिदायक और सुखकारक है। परन्तु मनुष्य को उसकी कल्पना नहीं है और इसीलिए मनुष्य को समझाने के लिए इस पृथ्वी पर अनेक सद्गुरुओं ने जन्म लिए। एक सादा-सा नुस्खा है कि मनुष्य को अपना जीवन सन्तुलित रखना चाहिए। जीवन में सन्तुलन आवश्यक है। ये बिल्कुल नैसर्गिक (natural) है। आपने देखा होगा कि सर्वसाधारण मनुष्य छः फुट के आसपास लम्बा होता है। वह कभी 20 फुट लम्बा नहीं होता है। वैसे ही इस सृष्टि की और बातों में भी आपको सन्तुलन देखने को मिलेगा। जो मनुष्य बहुत ज्यादा स्पर्धा (competition) में रहता है वह अन्त में पगला जाता है। पश्चिमी देशों में हर बात में race (भाग-दौड़) है। वहाँ के आंकड़े देखे जाएं तो हर एक बात में स्पर्धा दिखायी देगी। इस वजह से वहाँ के बहुत से लोगों की स्थिति पागलों जैसी हो गयी है। इस स्पर्धा के कारण मनुष्य में असाधारण निर्माण होता है, जिससे उसका सर्वांगीण (चहुँमुखी) विकास नहीं हो सकता। उल्टे उसका नाश होता है। अतः सन्तुलित जीवन जीकर अपने शरीर में सद्गुरु तत्व को मजबूत करना बहुत जरूरी है। उसके बाद ही उसमें धर्म की स्थापना हो सकती है। ऐसे सन्तुलित जीवन से मनुष्य अपने स्वयं का धर्म पहचानने में समर्थ होता है।

जिस समय मनुष्य स्वयं के दस धर्मों से गिर जाता है तब उसका नाश होता है और वह असन्तुलन में चला जाता है। इसीलिए उन दसों धर्मों का पालन करना आवश्यक है। इन दस धर्मों के बारे में बाइबिल में विस्तार से बताया गया है।

आपने समाज में शुभकार्य नहीं किये तो आप की क्रियाशक्ति यानी पिंगला नाड़ी कार्यान्वित नहीं रहेगी और इड़ा नाड़ी पर दबाव आकर प्रतिअहंकार की संस्था मेंदू में स्थापित होगी और मनुष्य पूर्णतया उसी के दबाव में आएगा। इससे उल्टा अगर मनुष्य में अहंकार की संस्था ज्यादा बलवती होगी तो वह हिटलर की तरह बनेगा और उसे ऐसा लगने लगेगा कि मैं बहुत बड़ा कार्य कर रहा हूँ और बहुत से लोग मुझे हार पहनाएंगे और मेरी आरती उतारेंगे, वगैरा। परन्तु ऐसे मनुष्य को ये समझ में नहीं आता कि वह पूर्णतः अहंकार के दबाव में आने से असन्तुलन में धकेला जा रहा है। इसका वर्णन बाल्मीकि रामायण में है। नारद मुनि ऐसे अहंकार के कारण किस तरह असन्तुलन में चले गए! ऐसे अहंकारी लोगों को लगता है कि हम बहुत कामयाब हैं। इनका व्यक्तिगत जीवन गौर से देखा जाय तो ऐसे लोग अत्यन्त तेज़ स्वभाव के, नीच और अतिमूर्ख होते हैं। यह सब असन्तुलन से होता है। असन्तुलन सद्गुरु तत्व विरोध के कारण आता है।

सद्गुरु तत्व की रक्षा कैसे करें और इसके लिए क्या करें? सर्वप्रथम आपके गुरु कौन हैं यह देखना जरुरी है। यह समझना जरूरी है। समाज में अनेक प्रकार के गुरु देखने को मिलते हैं। अगर कोई गुरु हमें नाम लेने (गुरु अपने स्वयं की स्तुति) के लिए प्रवृत्त करता होगा तो निश्चित समझ लीजिए कि वह सद्गुरु

नहीं है। परमेश्वर का नाम समझकर और जिस प्रकार की तकलीफ होगी उसके देवता का नाम लेते हैं। सबके लिए एक ही देवता का नाम लेकर काम नहीं बनता। उल्टे उससे और परेशानी बढ़ती है। इस बारे में यह कह सकते हैं कि हमें बुखार आया तो डॉ. की दी हुई एक दवाई हम खाते हैं। पर वही दवाई दूसरी बीमारियों पर कैसे काम आएगी? उल्टे उससे परेशानी ही होगी। यही बात अलग-अलग देवताओं के नामों के बारे में कही जाएगी।

जो व्यक्ति आत्मसाक्षात्कारी नहीं वह सद्गुरु नहीं हो सकते। माँ के पास जो करुणा होती है वह उन लोगों में नहीं होगी। योगी लोगों ने बहुत मेहनत की है और उसके बाद उन्हें परमेश्वरी शक्ति की अनुभूति मिलती है। इसलिए और लोगों को भी कुण्डलिनी जागृति के लिए मेहनत करनी चाहिए ऐसा उन्हें लगता है। संसार में अब तक जितने सद्गुरु हुए उन्होंने सहजयोग का ही मार्ग अपनाया था। उदाहरणार्थ श्री ज्ञानेश्वर महाराज, श्री तुकाराम महाराज, श्री नामदेव, श्री नानक, श्री कबीर आदि अनेक सद्गुरुओं ने समाज में रहकर लोगों की सेवा की और उन्हें धर्म सिखाने का प्रयास किया और ठीक मार्ग पर लाने का प्रयास किया। परन्तु उस जमाने के लोगों ने इन सभी गुरुओं की बात न सुनकर उन लोगों पर इतने अत्याचार किये, बहुत बार उन्हें मारा तक, उनको समाज से बाहर कर दिया, उन्हीं खाने को भी नहीं दिया। अब उन्हीं सन्तों की लोग पालकी लेकर घूमते है, जुलूस निकालते हैं, उनके नाम से बड़े-बड़े सम्मेलन करते है।, उन्हीं के नाम से पैसे कमाते हैं और उनके नाम पर भण्डारे भी चलाते हैं। लोगों के इस पाखंडीपन और झूठेपन पर बड़ा आश्चर्य होता है। जब सद्गुरु प्रत्यक्ष जिन्दा थे तब उनके साथ बुरा व्यवहार किया और उनकी मृत्यु के बाद उनकी जय-जय कर रहे हैं। यह बिल्कुल सद्गुरु तत्व के विरोध में है।

मनुष्य की बुद्धि स्वतंत्र है। परमेश्वर ने ही उन्हें स्वतंत्रता दी है। उसे अद्भुतशक्ति का ज्ञान हो यही उस विराट परमेश्वर की इच्छा है। अब तक सहजयोग में बहुत लोग सहज ही पार हुए । अब सहजयोग एक ऊँचाई पर आकर टिका है। उसे आपको 'महायोग' कहना होगा। जब तक कुण्डलिनी शक्ति जागृत हो कर ब्रह्मरन्ध्र का छेदन नहीं करती तब तक योग हुआ कैसे कह सकते हैं? अब तक जितने भी योग के वर्णन हैं वे सारे योग की पूर्व तैयारी है। परन्तु सहजयोग में जिस समय कुण्डलिनी शक्ति का उत्थान होता है उस समय ये सारे योग अपने आप घटित होते हैं। कुण्डलिनी शक्ति सहस्रार तक आती है और जिस समय कुण्डलिनी शक्ति सहस्रार में आकर ब्रह्मरन्ध्र का छेदन करती है उस समय 'महायोग' घटित होता है। इसीलिए सहजयोग जो अनादि है, वह आपके साथ ही जन्म लेता है और आपके साथ ही अनेक जन्मों से चलकर आया है। उसे 'महायोग' मानना चाहिए। आप सभी 'महायोग' पाने की स्थिति में पहुँच चुके हो। अब आपके गुरुतत्व को फलित होने का समय आया है। पहले सद्गुरु दो-तीन शिष्य रखते थे। परन्तु जब तक यह बात सर्वसामान्य मनुष्य तक, सारे जनसमुदाय तक, नहीं पहुँचती तब तक उसका क्या अर्थ है? अब यह ज्ञान आम जनता तक पहुँचने का समय आया है, क्योंकि आपकी अन्तर्रचना ज्ञान मिलने के लिए परिपक्व है। केवल स्रोत से जुड़ना बाकी है।

आपके सद्गुरु तत्व को नमस्कार करके आपको श्रीकृष्ण शक्ति के बारे में मैं अब आपको बतलाती हूँ।

मनुष्य में शुरु से ही श्रीकृष्ण शक्ति स्थित है। जिस समय अमीबा से मनुष्य की उत्क्रांति हुई उस समय उसकी (मनुष्य की) गर्दन ऊंची उठ गयी। ये कार्य मनुष्य की गर्दन में विशुद्धि चक्र के कारण हुआ। इस चक्र में सोलह पंखुड़ियाँ हैं। ये चक्र जिस जगह आपकी गर्दन में स्थित है, उस जगह से आपकी गर्दन ऊँची उठी है। यह कार्य विशुद्धि चक्र की कृष्ण शक्ति जागृत होने से हो सका। इससे आपकी उत्क्रान्ति में परिपूर्णता आयी। उत्क्रान्ति का इतिहास देखा जाय तो सर्वप्रथम एक पेशी अमीबा, उसके बाद मछली, कछुआ, ऐसा होते होते मानव उत्क्रान्ति की आज की स्थिति तक पहुँचा है। श्रीकृष्ण शक्ति सम्पूर्ण शक्ति है। जब आपमें श्रीकृष्ण शक्ति जागृत होती है तब आपका सम्बन्ध विराट से होता है इसमें आपको समष्टि दृष्टि आती है। इसका अर्थ आप मेरी तरफ या मेरी फोटो की तरफ हाथ फैलाकर बैठोगे तो श्रीकृष्ण शक्ति जागृत होकर आप विराट से सम्बन्धित होते हैं और आपके हाथ में ये जो श्रीकृष्ण की विराट शक्ति सर्वत्र फैली हुई है, उससे चैतन्य जा सकता है। (हाथ में जा सकता है) जिस समय आपके हाथ से ये श्रीकृष्ण शक्ति बहने लगती है तब आपमें साक्षी भाव आता है। इसका मतलब आप सभी बातें किसी नाटक की तरह देखते हैं। असल में यह सब नाटक ही है। श्रीकृष्ण जी की उस समय की लीला या प्रभु श्री रामचन्द्र जी ने उस समय जो कुछ किया वह सभी नाटक ही था। इतने सुन्दर ढंग से उन्होंने वह नाटक प्रस्तुत किया कि वे सम्पूर्णतः उसमें समरस हो गये। श्रीकृष्ण जी ने अनेक लीलाएं कीं। वे पूर्णावतार थे। जब मनुष्य में पूर्णतत्व आता है तब वह विश्व की ओर नाटक की तरह देखता है और वह सम्पूर्ण साक्षित्व में उतरता है। उस समय वह भ्रमित भी नहीं होता और दुःखी भी नहीं होता, न सुखी होता। वह आनन्द में समरस रहता है। यह श्रीकृष्ण शक्ति से होता है।

श्रीकृष्ण शक्ति के दो भाग हैं। एक विशुद्धि चक्र के दायीं और बायीं तरफ और एक बीचोंबीच में। इसमें जो शक्ति बीच में है वह विराट की तरफ ले जाती है। बायीं ओर की शक्ति मनुष्य के मन की कोई गलती या झूठे काम करने के बाद बनने वाली भावनाओं से खराब होती है। जिस समय मनुष्य को लगता है कि मैंने बहुत पाप किया है और गलती की है। तब उसका विशुद्धि चक्र बायीं तरफ खराब हो जाता है। मनुष्य की यही पाप की और गलती की धारणा उसे, उससे दूर भगाने के लिए, नशीली वस्तुओं के पास ले जाती है। इसमें अपने यहाँ एक चीज़ बहुत ज्यादा लोग इस्तेमाल करते हैं। वह है सिगरेट, बीड़ी, सुरति (तम्बाकू)। सिगरेट या बीड़ी पीना या तम्बाकू खाना श्रीकृष्ण शक्ति के विरोध में है। परन्तु आपको आश्चर्य होगा कि जिन लोगों को ऐसी आदतें पहले थीं उनकी ये आदतें सहजयोग में आने के बाद, पार होने के बाद, अपने आप छूट गयीं।

परमेश्वर ने तम्बाकू कीटाणु नाशक के रूप में बनायी। परन्तु मनुष्य की बुद्धि अजीब होने के कारण वह उसी तम्बाकू का उपयोग विपरीत तरीके से करता है। इसी तम्बाकू के कारण श्रीकृष्ण शक्ति को बाधा आती है और सद्गुरु तत्व भी खराब होता है। क्योंकि खायी

हुई तम्बाकू पेट में जाकर वहाँ से यकृत वगैरा शरीर के अंगों को खराब करती है। सद्गुरु तत्व अपनी नाभि के चारों तरफ फैला हुआ होने के कारण सारी की सारी परेशानियाँ एकदम किसी आपत्ति की तरह आकर गिरती हैं।

विशुद्धि चक्र के बारे में श्री विष्णुमाया की शक्ति स्थित है। ये शक्ति बहन की है, श्रीकृष्ण की बहन की। कंस ने जब उसे मारना चाहा तो वो आकाश में उड़ गयी और जिसने आकाशवाणी की वही ये विष्णुमाया शक्ति है। **जिस मनुष्य की बहन बीमार होगी उसके विशुद्धि चक्र पर बायीं ओर बोझ महसूस होगा।** अगर किसी मनुष्य की नजर अपनी बहन के प्रति या अन्य महिलाओं के प्रति ठीक या पवित्र नहीं होगी तो यह चक्र तुरन्त खराब हो जाता है। आजकल के समाज में बहुत लोगों का यह चक्र खराब रहता है क्योंकि उनकी नजर पवित्र नहीं होती है। अपने पुरातन शास्त्र के अनुसार अपनी पत्नी के सिवाय और सारी महिलाओं को बहन की तरह देखना चाहिए। ऐसा आप करके देखिए, तुरन्त आपको सन्तोष, शान्ति व पावित्र्य मिलेगा। इस तरह बर्ताव करने से आपकी कितनी ही परेशानियाँ खत्म होंगी। अपवित्र आचरण से विशुद्धि चक्र के बायीं तरफ तकलीफ होती है। आजकल के सिनेमा के कारण लोगों पर बहुत असर होता है। अपवित्र कृत्यों का फल भुगतना पड़ेगा। आजकल के लोगों में पवित्रता तेजस्विता, भोलापन नहीं दिखायी देता। कितनों की आँखें इधर-उधर घूमती हैं। ये आँखें घुमाना भी श्रीकृष्ण शक्ति के विरोध में है। आँखें घुमाने के कारण हमें आनन्द तो मिलता नहीं है और अपने बायीं तरफ भूतों का प्रवेश होता है। और उससे बायीं विशुद्धि पर पकड़ आती है। उससे ऐसे लगता है मुझे ये बात नहीं करनी चाहिए थी। हमारे बचपन में हमारे माता-पिता कहते थे नीचे दृष्टि करके जमीन पर नजर रखकर चलिए। आपको पता होगा कि लक्ष्मणजी ने सीताजी के पाँव ही देखे थे। उसके ऊपर उन्होंने कभी नजर नहीं उठायी थी। इसमें उनका कोई बुरा उद्देश्य नहीं था। यह एक कायदा था कि नजर जमीन पर रख कर चलना। ये आँख घुमाने की बीमारी ऐसी चली है कि उससे आँखों की बीमारियाँ फैलती हैं। लोगों की नजर कमजोर होती है। उस समय फिर हरी घास पर चलने को कहते हैं क्योंकि पृथ्वीमाता हमारी माँ है। एक बार माँ क्या है, ये जानने के बाद बहन क्या है, ये लोग समझ सकेंगे।

कहने का उद्देश्य यह है कि हमें अपनी नजर नीचे रखकर चलना बहुत जरूरी है और किसी की भी ओर अपवित्र नजरों से नहीं देखना चाहिए। यही बात हमारे अनेक सद्गुरुओं ने कही है। श्री येशूख्रिस्त ने कहा है आपकी नजर भी अपवित्र नहीं होनी चाहिए। खास करके हमारे इस मध्यम वर्गीय लोगों को ये बातें समझ लेनी चाहिए, क्योंकि जिन के पास बहुत पैसा है उनके दिमाग में ये बातें नहीं आएंगी। कारण वे अपने पैसों की मस्ती में चूर होंगे, उन्हें पाप-पुण्य की बातों को सोचने के लिए समय नहीं है। मनुष्य को पाप-पुण्य का विचार विशुद्धि चक्र से आता है। अगर पाप-पुण्य का विचार नहीं होगा तो आपकी कुण्डलिनी जागृत नहीं होगी। विश्व में पाप व पुण्य दोनों हैं। जब आप सहजयोग में आकर पार होते हो तब आपकी श्रीकृष्ण शक्ति जागृत होकर आप प्रतिष्ठित होते हैं। आप पहले से ही प्रतिष्ठित हैं, पर पार होने से पहले आपको उसकी जानकारी नहीं थी कि परमेश्वर

ने कितने परिश्रम से आप में एक एक चक्र बनाया है। आप ये पूरा शास्त्र जान लीजिए और अपनी महत्ता समझ लीजिए और अपनी स्थिति जानिए। आप सारे विश्व के फूल हैं और अब फल बनने का समय आया है, आप यह समझ लीजिए। आप परमात्मा के अंश हैं। परमेश्वर आपको सम्मान दे रहा है और आपके सामने नतमस्तक होकर आपकी विनती कर रहा है। आप ये सारा ज्ञान पा लीजिए। अपने 'स्व' का अर्थ पहचानिए। अपने 'स्व' को जानने से ही मनुष्य सुबुद्धि पाता है। जब तक मनुष्य में दुर्बुद्धि है तब तक उसकी जागृति नहीं होती। सुबुद्धि विशुद्धि चक्र से जागृत होती है। जब मनुष्य अपने विशुद्धि चक्र में जागृत होता है तब उसे सुबुद्धि आती है व सन्तुलन आता है। एक होती है सुबुद्धि व दूसरी है दुर्बुद्धि। बुद्धि गधे की तरह भी हो सकती है और मूर्ख की तरह भी। बुद्धि से तर्क, ज्ञान और उससे मनुष्य चोरी भी कर सकता है। वह कहेगा मै क्यों न चोरी करूं? मेरे पास फलानी चीज नहीं है उसके पास है, तो मैं चोरी करूंगा। इसका कारण तर्कबुद्धि है। अब देखिए तर्कबुद्धि के कारण मनुष्य हर एक चीज की तरफ व्यक्तिगत विचार से देखता है। परन्तु सुबुद्धि से वैसा नहीं होता। सुबुद्धि से हमारी व दूसरे की चीज उसी की है ये दिमाग में आएगा। मेरी चीज में जो आनन्द है वह दूसरों की चीज में नहीं है। सचमुच कोई भी चीज किसी की नहीं। सभी कुछ हम यहीं छोड़ जाते हैं। यह तो सब जमा-खर्च है कि यह मेरा वह मेरा। एक बहुत ही सर्वसाधारण बात है कि जब सब कुछ यहीं छोड़ जाना है तो उसके पीछे इतनी भाग-दौड़ काहे की?

अब दायीं ओर की विशुद्धि के बारे में देखते हैं। यह श्रीकृष्ण और राधा की शक्ति से बना है। इस शक्ति के विरोध में जब मनुष्य जाता है तब वह कहता है मैं बहुत बड़ा आदमी हूँ, मैं राजा हूँ, मैं बहुत बड़ा लीडर हूँ और मै ही सब कुछ हूँ। ऐसी वृत्ति से उस मनुष्य में कंसरूपी अहंकार बढ़ता है। आपको मालूम है कि कंसने अपनी सगी बहन को व बहन के बच्चों को किस तरह मारा। उसे लगता था किसी भी प्रकार से मुझे सभी लोगों पर अपना आधिपत्य जमाना चाहिए। उसे दुनिया की और कोई चीज नहीं दिखाई देती थी। ऐसे व्यक्ति का दायीं तरफ की विशुद्धि चक्र की पकड़ होती है। परन्तु सर्वप्रथम आप में सर्दी के कारण दायीं तरफ की विशुद्धि पर पकड़ आती है।

अब विशुद्धि चक्र के बीचोंबीच जो शक्ति है वह विराट की शक्ति है। इस शक्ति से मनुष्य परमेश्वर की खोज में रहता है। अगर मैं विराट का एक हिस्सा हूँ तो परमेश्वर को खोजने का मतलब क्या? इसका मतलब जब तक आपमें सामूहिक चेतना नहीं आती तब तक आपको इसका जवाब नहीं मिलेगा। केवल लोगों को भाई-बहन मानकर सामूहिकता नहीं आएगी। परन्तु ये सामूहिक चेतना में अपने आप घटित होता है। जब तक आप सहजयोग में आकर आपकी कुण्डलिनी जागृत नहीं होती तब तक आपकी सामूहिक चेतना जागृत नहीं होगी। एक बार आपकी कुण्डलिनी शक्ति जागृत होकर आप पार हो जाओगे तो आप औरों की भावनाएं, संवेदना अपने आप में जान सकते हैं। ये आपकी सामूहिक चेतना जागृत होने से हो सकता है। आप अपनी तरफ अन्तर्मुख होकर देख सकते हैं व आपकी दृष्टि Absolute (परम) की तरफ मुड़ती है। और बातों की तरफ हम पूर्णता की

तुलना से देखते हैं। अपनी आंतरिक स्थिति क्या है ये जान सकते हैं। अब सहज में बताएं तो आपके हाथ की पांच उंगलियां, उस पर आप अपने शरीर के पांच चक्रों की हालत जान सकते हैं। वैसे ही और दो चक्रों की हालत भी अपने हाथ के तलुवे से जान सकते हैं। बाये हाथ पर बांयी इड़ा नाड़ी के चक्रों की, तो दाहिने हाथ पर दाहिनी पिंगला नाड़ी के चक्रों की स्थिति आप जान सकते हैं। इस तरह की जानकारी केवल कुण्डलिनी जागृत होने के बाद पार होने पर ही होती है। जब मनुष्य पार होता है तब उसकी रीढ़ पर सात चक्र जागृत होते हैं। उसकी जानकारी दोनों हाथों पर होती है। इसी तरह उस स्थिति में उसे सामूहिक चेतना प्राप्त होती है।

ऊपर दी गयी बातें आपके विशुद्धि चक्र से सम्बन्धित हैं। हमारे यहाँ सहजयोग में बहुत से लोग आते हैं और पार होते हैं। परन्तु इनमें बहुतों को चैतन्य लहरियों की संवेदना नहीं होती। इसका कारण उनके विशुद्धि चक्र सिगरेट और बीड़ी पीने से खराब होता है, ये बताया जा चुका है। शहरों में अपवित्रता ज्यादा होने के कारण ये चक्र सिगरेट या बीड़ी न पीते हुए भी खराब होता है। विशुद्धि चक्र खराब होने से इस चक्र में से मेंदू के दोनों तरफ संवेदना ले जाने वाली नाड़ियाँ खराब होती हैं। ऐसे मनुष्य की संवेदन क्षमता कम होती है। परन्तु जैसे-जैसे विशुद्धि चक्र जागृत होता है वैसे वैसे संवेदनक्षमता में वृद्धि होती है। विशुद्धि चक्र जागृत करने के लिए कुछ मंत्र हैं। आपको आश्चर्य होगा, विशुद्धि चक्र जागृत करने के लिए अपनी अनामिका उंगली दोनों कानों में डालकर गर्दन पीछे की ओर झुका कर और नजर आकाश की ओर रखकर जोर से व आदर से "अल्लाह-हो अकबर" मंत्र (16 बार) कहने से विशुद्धि चक्र साफ होता है। तब आपको जानना होगा कि 'अकबर' माने विराट पुरुष, परमेश्वर है। श्री गुरुनानक साहब ने भी विराट परमेश्वर के बारे में अर्थात् श्रीकृष्ण के बारे में बहुत सी बातें लोगों को बतायीं। परन्तु ऐसे कितने लोग हैं जिन्होंने उनकी कही हुई बातों का अनुसरण किया? उन्होंने कहा था, दोनों हाथ नमाज की तरह फैलाकर परमेश्वर से प्रार्थना करनी चाहिए। इस तरह से हाथ फैलाकर प्रार्थना करने से कुण्डलिनी शक्ति का जागरण होता है। परन्तु ये बात बहुत से लोगों को मालूम नहीं है। श्री गुरु नानक साक्षात् दत्तात्रेय के अवतार थे। और कुण्डलिनी जागरण के लिए जितना काम उन्होंने किया है उतना किसी ने भी नहीं किया। शैतान को कैसे खत्म करना है इसके बारे में उन्होंने बहुत छोटी छोटी व महत्वपूर्ण बातें बनायी हैं जिनका इस्तेमाल सहजयोग में हम बहुत तरह से करते हैं। श्री आदि शंकराचार्य जी ने तो बहुत सी सूक्ष्म बातें लिखीं हैं। इन सूक्ष्म बातों को आप कायदे से अपने जीवन में अपनाएंगे तो सहजयोग में पूर्णतः उतर जाएंगे। देश में अनेक साधु-सन्तों ने अवतार लेकर ऐसे ज्ञान को बता कर समाज में जागृति करके हम पर अनेक उपकार किये हैं। विशेष करके महाराष्ट्र में साधु-सन्तों ने अवतार लेकर इस भूमि को पावन किया है। इन संतों की इतनी तपश्चर्या है कि इनके इशारे मात्र से लोग पार होते हैं। मैं जब सहजयोग के प्रचार कार्य के लिए गाँवों में जाती हूँ तब हजारों लोग आते हैं। परन्तु शहरी लोगों को आने की फुर्सत नहीं होती। गाँव के लोगों को सत्य की पहचान है और ऐसे ही लोग सहजयोग में प्रस्थापित होंगे। यहाँ ऐरों-गैरों का

काम नहीं है। जिन लोगों को अपने स्वयं के लिए आदर नहीं, श्रद्धा नहीं, सत्य की आसक्ति नहीं, उनके लिए सहजयोग नहीं है। सहजयोग प्राप्ति के लिए बहुत बड़े पंडित या ज्ञानी होने की जरूरत नहीं है। सहजयोग सर्वसाधारण मध्यमार्गियों के लिए है। उसके लिए शिक्षा की आवश्यकता है ऐसा भी नहीं। परन्तु पक्के हृदय के पक्के लोग होने चाहिए या शाही स्वभाव के लोग चाहिए। ऐसे लोग सहजयोग में प्रस्थापित होते हैं।

श्रीकृष्ण शक्ति के बारे में लिखने के लिए बहुत सारी बातें हैं। परन्तु बहुत ही थोड़े शब्दों में यहां पर रखी गयी हैं। आप सहजयोग में आकर पार होने के बाद कुण्डलिनी का मतलब क्या है ये जान सकते हैं। इसका स्पंदन आप अपनी नजर से देख सकते हैं। जब तक आप 'पार' नहीं होते तब तक आप इस ज्ञान के बारे में अनभिज्ञ (अन्जान) होते हैं। परन्तु पार होने के बाद इस ज्ञान का प्रकाश आप में आता है। सर्वव्यापी परमेश्वर के साथ चैतन्य लहरियों से आप बात कर सकते हैं क्योंकि ये परमेश्वरी शक्ति सारे चराचर में व्याप्त है।

आप सबको अनन्त आशीर्वाद!

(निर्मल योग से उद्धृत)

(25 सितम्बर, 1979 में हिंदुजा आडिटोरियम, बंबई में श्रीमाताजी के प्रवचन पर आधारित)

■ ■ ■

सूर्य रथ गणपति पुले सेमिनार 1998