

# चैतन्य लहरी

खण्ड XII

नवम्बर-दिसम्बर 1999

अंक 11 & 12



आनन्द सागर में विलय हो जाना कोई अद्वितीय या महान कार्य नहीं है। सागर से वाष्पीकृत होकर बादल बनना और फिर सब पर वर्षा करना अद्वितीय उपलब्धि होगी। मेरा यही लक्ष्य है और यही खेल।

( परम पूज्य माताजी श्री निर्मला देवी )



# इस अंक में

	<u>पृष्ठ नं.</u>
1. सम्पादकीय	3
2. ध्यान-धारणा एवं समाधि	4
3. सहस्रार पूजा (4.5.86)	7
4. गुरु पूजा (30.7.99) इंटरनेट सन्देश	16
5. श्रीमाताजी के साथ साक्षात्कार	18
6. हनुमान पूजा, पुणे (31.3.99)	22
7. माताजी श्री निर्मला देवी की डॉ. तलवार से बातचीत	32

सम्पादक : योगी महाजन  
प्रकाशक : विजय नालगिरकर  
162, मुनीरका विहार,  
नई दिल्ली-110 067  
मुद्रक : अभिनव प्रिन्ट्स, दिल्ली-34,  
फोन : 7184340





## सम्पादकीय



परमेश्वरी माँ की कृपा से असंभव घटित हो गया। एक जीवन काल में न हो पाने वाला कार्य एक अपराह्न में हो गया। हमने अगन्य चक्र पार कर लिया अर्थात् अहं से ऊपर चले गए। इसका अर्थ यह बिल्कुल नहीं है कि अहं समाप्त हो गया। इसका अर्थ यह है कि हमारी चेतना अहं के चंगुल से निकल गई। इससे पूर्व हमारे सभी कार्य अहंचालित होते थे। कोई और बेहतर मार्ग हम न जानते थे। आत्मसाक्षात्कार के पश्चात् सहस्रार भेदन करने के पश्चात् कुण्डलिनी हमें एक नई चेतना के साथ जोड़ती है और इस नई चेतना के माध्यम से हम अपने अहं को देख पाते हैं। केवल इसे देख ही नहीं पाते इससे बचने की योग्यता भी हममें आ जाती है।

इस नवचेतना का उपयोग हम अपनी विचार प्रक्रिया को ठीक करने के लिए भी कर सकते हैं क्योंकि इसमें कार्य करने की शक्ति है। उदाहरण के रूप में व्यक्ति कुछ भी सोच सकता है; स्वयं को दूसरों से ऊँचा मान सकता है। अन्य लोगों को बुरा मान सकता है, एक धर्मांध व्यक्ति की तरह सोच सकता है। वह स्वयं को सदैव ठीक समझ सकता है। नवचेतना का प्रकाश हमारे विचारों की गलती का अनावरण करता है। विवेकशील व्यक्ति यदि टेलिफोन में कोई कमी देखे तो तुरन्त इसमें ठीक करता है। इसी प्रकार अपनी गलतियों को सुधारने में भी बुरा मानने की कोई बात नहीं। मान लो आत्मसाक्षात्कार से पूर्व कोई व्यक्ति नकारात्मक था। उस समय अपनी कमियाँ देखने की चेतना उसमें न थी। आत्मसाक्षात्कार के पश्चात् वह अपनी कमियों को देख सकता है और अपनी नवचेतना से उन्हें दूर कर सकता है। इस प्रकार यह नवचेतना हमारे दृष्टिकोण परिवर्तित करती है और बुराइयों के दुष्परिणामों से हमें मुक्त करती है। परन्तु इस

चेतना का उपयोग हम पर निर्भर है। इसका उपयोग यदि हम नहीं करते तो वह तो ऐसे होगा जैसे नए वस्त्र होते हुए भी हम उन्हें न पहनें। हमारे पास वैभव हो फिर भी हम उसका आनन्द न उठाएं, मानो पानी में रहते हुए भी मछली प्यासी है।

नई चेतना से अन्य लोगों का उपचार करने से पूर्व हमें अपना उपचार करना होगा। यह उपचार हमारे दृष्टिकोण को परिवर्तित करेगा और परिणामस्वरूप हमारे व्यक्तित्व सुन्दर हो जाएंगे। तभी हम एक सच्चे सहजयोगी का व्यक्तित्व पा सकेंगे। तब हम दूसरे लोगों को भी सुधारने में सहायता कर सकेंगे। यदि हम सर्वप्रथम अपने को ठीक नहीं कर करते तो दूसरों को ठीक करने की विधि हमें नहीं आएगी। इस कार्य-शैली को हम आत्मानुभव से ही सीखते हैं। गाँधी जी के पास गई एक महिला की मनोरंजक कहानी है। एक महिला गाँधी जी के पास गई और कहा कि मेरा पुत्र पूर्णमासी के दिन व्रत नहीं करता, कृपा करके इसे व्रत रखने का आदेश दें। गाँधीजी खामोश रहे। उनकी खामोशी से महिला को खेद हुआ। गाँधीजी ने उसे एक सप्ताह बाद आने को कहा। उसके पुत्र को व्रत के लिए कहने से पूर्व गाँधीजी स्वयं इसका अनुभव करना चाहते थे। स्वयं व्रत करने के पश्चात् गाँधीजी ने उस महिला के पुत्र को बुलाया और उसे व्रत करने की हिदायत दी।

सहजयोग एक जीवंत शक्ति है। जुबानी जमाखर्च से यह अन्य लोगों को प्रभावित नहीं करती। अपनी कुण्डलिनी के माध्यम से हम अन्य लोगों को सहजयोग का सन्देश दे सकते हैं। परन्तु सर्वप्रथम हमें अपनी कुण्डलिनी की आज्ञा में रहना होगा। केवल तभी हम अन्य लोगों के हृदय में सहज ज्योति प्रज्वलित कर सकेंगे।

# ध्यान धारणा एवं समाधि

परम पूज्य माताजी श्री निर्मला देवी

(19 जनवरी-1984)

आज मैं आपको ध्यान-धारणा के विषय में कुछ बातें बताऊंगी। विश्व के भिन्न देशों से आए हुए आप सब सहजयोगियों को देखकर मेरा हृदय आनन्द विभोर हो उठा है। हृदय जब विभोर हो तो उसकी गहनता को अभिव्यक्त करने के लिए शब्द बहुत दुर्बल माध्यम होते हैं। काश आपके हृदय भी उस गहनता को समझ पाते। मेरे विचार से परमात्मा ने ही प्रकृति की गोद में इतने सुन्दर वातावरण में यहाँ हमारे मिलने का प्रबन्ध किया है ताकि हम सबके साथ कुछ महान घटना घट सके और इस बार हम कुछ वास्तव में महान उपलब्धि प्राप्त कर सकें क्योंकि समय बहुत कम है, सर्वप्रथम मैं आपको ध्यान-धारणा के विषय में कुछ बातें बताऊंगी।

'ध्यान' एक आम शब्द है। ध्यान-धारणा के लिए आवश्यक तीन कदमों का यह वर्णन नहीं करता। परन्तु संस्कृत में लिखे शास्त्रों में स्पष्ट रूप से कहा गया है कि ध्यान-धारणा में उन्नति के लिए आपको किस प्रकार चलना है।

सर्वप्रथम 'ध्यान' है, दूसरे 'धारणा' और फिर 'समाधि'। सौभाग्यवश सहजयोग ऐसी प्रणाली है कि आपको ये तीनों स्थितियाँ एक साथ (गठरी में) मिल जाती हैं। शेष सब चीजों से आप बचने लगते हैं और आप लोगों को समाधि प्राप्त हो गई है। सहजयोग की यही सुन्दरता है।

## ध्यान

ध्यान-धारणा का पहला भाग 'ध्यान' है। साधना जब आपमें जागृत होती है तो आप

अपना चित्त अपने इष्ट पर डालते हैं। यह 'ध्यान' कहलाता है, और धारणा वह अवस्था है जिसमें आप पूर्ण प्रयत्न करते हैं, अपने सारे प्रयत्न को संकेन्द्रित (Concentrate) करते हैं। परन्तु आत्मसाक्षात्कारी व्यक्ति के लिए यह सब नाटक मात्र है। उनके लिए यह एक प्रकार का अभिनय है जिसे वे करते हैं। आत्मसाक्षात्कारी व्यक्ति के लिए ये अवस्था वास्तविकता है। तो सर्वप्रथम आपको 'ध्यान' करना होगा। कुछ लोग साकार रूप का ध्यान करते हैं और कुछ निराकार का। परन्तु आप लोग इतने सौभाग्यशाली हैं कि निराकार ने आपके लिए साकार रूप धारणा कर लिया है। निराकार से साकार : ये सब, एक साथ, विद्यमान है। आप देवता (अपने इष्ट देव) का ध्यान करें, उनके विषय में सोचें या साक्षात् निराकार का ध्यान करें। जब तक आपको आत्मसाक्षात्कार प्राप्त नहीं होता। यह सब कुछ आपके लिए मानसिक प्रक्षेपण (दिमागी जमाखर्च) मात्र होता है। परन्तु आत्मसाक्षात्कार प्राप्त होने के पश्चात् आपको मात्र ध्यान के विषय में सोचना होता है कि किस पर चित्त संकेन्द्रित करें या किसका ध्यान करें। किसी व्यक्ति का ध्यान जब आप करने लगते हैं तो आपका चित्त भटकने लगता है। आत्मसाक्षात्कार के पश्चात् भी ऐसा होना सम्भव है, यद्यपि यह सब (ध्यान, धारणा समाधि) आपको एक साथ मिल गया है। परन्तु कुछ लोगों को यह एक-एक भाग करके मिलता है।

तो ध्यान करते हुए अभी भी आपका चित्त हर क्षण भटकता है। चित्त की एकाग्रता के अनुसार ऐसा होता है। मैंने देखा है कि कुछ सहजयोगी खाना बना रहे होते हैं और दूसरे ध्यान कर रहे होते हैं। ध्यान करता हुआ सहजयोगी कहेगा : "ओह! जलने की गन्ध आ रही है।" इसका अर्थ ये है कि 'धारणा' नहीं है। ध्यान तो है परन्तु 'धारणा' नहीं है। दूसरा भाग अत्यन्त महत्वपूर्ण है कि आपने निरन्तर अपना चित्त अपने इष्ट देवता (Deity) पर रखना है। तब आपमें वह स्थिति विकसित होती है जो 'धारणा' कहलाती है, जिसमें आपके चित्त का एकीकरण इष्ट देवता के साथ हो जाता है। यह स्थिति परिपक्व होने के पश्चात् तीसरी अवस्था 'समाधि' का उदय होता है।

जो लोग ये सोचते हैं कि आत्मसाक्षात्कार के बिना ही वे 'समाधि' प्राप्त कर सकते हैं तो मेरे विचार से वे पूर्णतः भ्रमित हैं। आत्मसाक्षात्कार प्राप्त करने के पश्चात् जब धारणा स्थापित हो जाती है, आपको वह अवस्था प्राप्त करनी होती है जहाँ आप समाधिस्थ हो जाएं। यह कौन सी अवस्था है? आपके मस्तिष्क में जब वह स्थिति बन जाती है तो जो भी कुछ आप करते हैं जिस 'इष्ट' की आप पूजा करते हैं, अपने कार्य में भी उसी इष्ट को देखते हैं। आपको लगता है वही 'इष्ट' आपका पथ-प्रदर्शन कर रहा है। इस बात को आप इस प्रकार भी कह सकते हैं कि जो भी कुछ आप सुनते हैं आपको लगता है कि आपके 'इष्ट देव' ही आपको सच्चाई बता रहे हैं। जो भी कुछ आप पढ़ते हैं आपको लगता है कि आपके इष्ट देव आपको यही बताते। इस अवस्था में अपनी आंखों, नाक तथा शरीर के अन्य अवयवों से जो भी कुछ आप करते हैं वह स्वतः ही एक प्रकार से आपके आराध्य देव की

अभिव्यक्ति बन जाता है।

अब आपको यह नहीं सोचना पड़ता कि मुझे अवश्य चित्त केन्द्रित करना है, ठीक है अब मैं ये विचार नहीं आने दूंगा, अब मुझे इसके विषय में सोचना है। यह स्वतः ही हो जाता है। आप कोई भी पुस्तक पढ़ें उसमें आप तुरन्त खोज लेंगे कि सहजयोग के हित में क्या है। कोई पुस्तक यदि परमात्मा विरोधी होगी तो आप उसे त्याग देंगे। अब जो अवस्था आपके अन्दर जागृत हुई है यह मस्तिष्क की एक नई अवस्था है। संस्कृत भाषा में इसका बहुत सुन्दर नाम है, 'ऋतम्भरा प्रज्ञा', एक अति कठिन नाम। ऋतम्भरा प्रकृति का नाम है। व्यक्ति को लगता है कि पूर्ण प्रकृति ही ज्योतिर्मय हो उठी है।

मैं एक उदाहरण दूँगी। बच्चे के जन्म से पूर्व स्वतः ही माँ के स्तनों में दूध आ जाता है। प्रकृति अपने आप बच्चे के जन्म के लिए कार्य करती है। इसी प्रकार जब ऋतम्भरा प्रज्ञा सहजयोगियों के लिए कार्य करने लगती है तो आप हैरान हो जाते हैं कि अचानक किस प्रकार कार्य हो गए।

तो ऋतम्भरा प्रज्ञा ने आपके हित में कार्य करना आरम्भ कर दिया है। आप सभी मुझे बताते हैं कि श्रीमाताजी यह चमत्कार हुआ, वह घटना हुई। और हम नहीं जानते कि ये सब किस प्रकार घटित हुआ! मैं आपको एक उदाहरण दूँगी। कल हम सीमेंट का कोई कार्य करवा रहे थे और इटली के उस लड़के ने कहा कि इसके लिए दो बोरी सीमेंट की आवश्यकता होगी। मैंने कहा, "आप काम को चालू रखो, सीमेंट समाप्त नहीं होगा।" मेरे जाने से पूर्व तक काम चालू था और सीमेंट समाप्त नहीं हुआ था। अब आप कल्पना करें कि सीमेंट जैसी जड़ चीज भी यह सब जानती है।

तो आपकी अवस्था ही विशिष्ट है-वह अवस्था जिसमें आपकी एकाकारिता प्रकृति से है और प्रकृति की एकाकारिता आप से। तो परमात्मा भिन्न घटनाओं, कार्यों, प्रेम, सुरक्षा तथा आपके प्रति परमेश्वरी चिन्ता द्वारा स्वयं-प्रकृति के माध्यम से अपनी अभिव्यक्ति कर रहे हैं। और यह अनन्त है। यह घटित होता है और लोग समझ भी नहीं पाते कि कैसे! परन्तु यही तो समाधि की अवस्था है।

परन्तु कुछ लोग, ऐसे भी हो सकते हैं जिनसे मैं यदि कहूँ कि "क्या आप यह कार्य करेंगे?" "नहीं, श्रीमाताजी, दुकान बन्द हो गई होगी।" वो मेरा बताया गया कार्य नहीं करेंगे। ऐसा करना ठीक नहीं है। ये लोग ऐसे ही चलते रहते हैं। कुछ ऐसे भी लोग हैं जो कहते हैं कि जब श्रीमाताजी ने कोई कार्य करने को कहा है तो हम दुकान को देख तो लें। इस प्रकार के हजारों उदाहरण हैं। आज कुछ सहजयोगी पलंग को खिसकाने का प्रयत्न कर रहे थे। मैंने कहा, "ठीक है, मैं इसे धकेलती हूँ। उस पर मैंने केवल अपनी नाभि से चित्त डाला, किसी चीज को धकेला नहीं। और वह पलंग खिसक गया! ऋतुम्भरा प्रज्ञा के कारण।" यह सहायता चमत्कार आदि कुछ नहीं है। परमात्मा में अपना प्रेम अभिव्यक्त करके यह दर्शाने की शक्ति विद्यमान है कि आप सन्त हैं और परमात्मा द्वारा चुने गए हैं। परन्तु इसके लिए आपको पहले वह स्थिति स्वीकार करनी होगी। परन्तु यदि आप अन्य लोगों की तरह से ही व्यवहार करते रहे-है परमात्मा दुकानें बन्द हैं, वह व्यक्ति बड़ा कठिन है, मैं नहीं सोचता कि यह कार्य होगा-तो ये कभी नहीं होगा। आपको समझ लेना होगा

कि आप सन्त हैं, परमात्मा द्वारा चुने गए हैं और मैंने -साकार एवं निराकार ने - आपको पुनर्जन्म दिया है।

तो ये प्रज्ञा अभिव्यक्ति करेगी, यह हर क्षण अभिव्यक्ति कर रही है। तैयार हो जाएं, प्रसन्न रहें और इसका स्वागत करें। स्वीकार करें कि आप वहाँ हैं।

स्तर भिन्न है। अब समय आ गया है कि सहजयोग अपना स्तर परिवर्तित करें।

हमें परिवर्तित होना है।

हमें ऊँचा उठना है।

स्तर को ऊँचा उठाना है।

जो लोग परिधि रेखा पर हैं वो निश्चित रूप से मेरे लिए समस्या हैं क्योंकि अपनी करुणा के कारण मैं उन्हें बाहर नहीं फेंक सकती। यह बताकर कि उन्हें ऊँचा उठना होगा, हमें स्थापित होने में उनकी सहायता करनी होगी। उनके लिए हम कब तक प्रतीक्षा करेंगे? सभी सहजयोगियों को देखना है कि परिधि रेखा पर खड़े हुए (आधे-अधूरे) लोग अच्छी तरह से सहजयोग में आ जाएं। करुणा तो ठीक है, परन्तु करुणा कभी भी सहजयोग को निम्न स्तर पर बनाए रखने की कीमत पर नहीं होनी चाहिए। जो लोग सहजयोग में भली-भाँति जम गए हैं। हमें उनका स्तर ऊँचा उठाना है।

अतः हर व्यक्ति को स्थापित होने का और निम्नतम (Minimum Standard) वांछित स्तर तक उन्नत होने का प्रयत्न अवश्य करना चाहिए।

अन्यथा, मुझे खेद है बहुत से लोग छन कर सहजयोग से बाहर हो जाएंगे।



# सहस्रार पूजा-4.5.1986

मेडिसिनो इटली

परम पूज्य माताजी श्री निर्मला देवी का प्रवचन

(ये प्रवचन आपकी माँ का अनुराग (Concern) है। इसमें कही किसी बात को बुरा न मानना। ये बातें मैं दो वर्ष पूर्व या एक वर्ष पूर्व भी नहीं कह पाती। अब आप एक ऐसी अवस्था तक पहुँच गए हैं जब मैं यह सब आपको बता सकती हूँ। आप यह सब समझ सकते हैं परन्तु इसका आपकी चेतना बन जाना आवश्यक है। समझ पाने की अवस्था तक तो पहुँचा जा चुका है परन्तु इसे आपकी चेतना बना जाना चाहिए। यदि आप अपनी स्थिति को बनाए रखें तो जो भी कुछ हुआ है उसे घटित होना चाहिए। परमात्मा आपको आशीर्वादित करें।)

आज का दिन हम सबके लिए बहुत महान है क्योंकि आज सोलहवाँ सहस्रार है अर्थात् कविता में अवरोह अवस्था पर पहुँचने के लिए सोलह ताल या सोलह स्पंदन अर्थात् पूर्णता की स्थिति। सोलह कला सम्पूर्ण होने के कारण श्री कृष्ण को पूर्ण अवतार कहा जाता है। तो अब हम एक अन्य आयाम में प्रवेश करते हैं। प्रथम अवस्था में आपने आत्मसाक्षात्कार प्राप्त किया। विकास प्रक्रिया में यदि आप देखें तो, पशु उन चीजों के प्रति चेतन नहीं होते जिनके प्रति मानव चेतन होता है। जैसे पशु भौतिक पदार्थों को अपने लिए उपयोग नहीं कर सकते। अपने प्रति वे बिल्कुल भी चेतन नहीं होते। पशुओं को यदि आप शीशा दिखाएँ तो वनमानुष के अतिरिक्त वे प्रतिक्रिया नहीं करते। इसका अर्थ ये हुआ कि आप उनके कुछ करीब हैं। जब हम मनुष्य बन जाते हैं तो बहुत सी उन चेतन्य लहरी ■ खंड : XII अंक : 11 & 12, 1999

चीजों के प्रति जागरूक हो जाते हैं जिनके प्रति पशु चेतन नहीं है। यही कारण है कि मस्तिष्क से वे समझ नहीं पाते कि वे भी पदार्थों का उपयोग अपने हित में कर लें।

मानव रूप में भी अपने अन्तःस्थित चक्रों के विषय में आप सब चेतन न थे। तो अनजाने में चक्रों की कार्यशीलता और चेतन अवस्था में मस्तिष्क की कार्यशीलता के माध्यम से आपकी चेतना आधा-अधूरा कार्य कर रही थी। अपने स्वःचालित नाड़ी तन्त्र या आन्तरिक अवयवों को आपने कभी महसूस नहीं किया कि यह किस प्रकार कार्य कर रहे हैं। आपको कभी ये भी महसूस नहीं हुआ कि अन्य चीजों का आप पर किस प्रकार प्रभाव पड़ रहा है। मानव को जो स्वतन्त्रता प्रदान की गई उसके परिणामस्वरूप अनजाने में ही उसने अपने मस्तिष्क में, अपने सहस्रार में, बहुत सारी चीजें एकत्र कर लीं। बहुत सी निष्कल चीजों के लिए मनुष्यों ने अपने मस्तिष्क का, अपने सहस्रार का उपयोग किया। मानव श्री कृष्ण द्वारा दी गई चेतावनी से अनभिज्ञ था कि यदि मानवीय चेतना का अपने उत्थान के अतिरिक्त आप कहीं और उपयोग करेंगे तो आप अधोगति की ओर बढ़ने लगेंगे। लोगों को इसके विषय में बताया गया था, ऐसा नहीं कि उन्हें बताया नहीं गया। वे इसके विषय में जानते भी थे। पूर्व या पश्चिम सभी लोग जानते थे कि उन्हें पुनर्जन्म लेना होगा। पश्चिम के लोगों ने सोचा कि अपने मस्तिष्क की शक्ति को उपयोग करके वे भौतिक पदार्थों का स्वामित्व

प्राप्त कर सकते हैं और उसे अपने उद्देश्य के लिए उपयोग कर सकते हैं। ऐसा यदि वे आत्मसाक्षात्कार प्राप्त करने के पश्चात् करते तो स्थिति बिल्कुल भिन्न होती क्योंकि आत्मसाक्षात्कार के पश्चात् आप सब चक्रों और लहरियों के प्रति जागरूक हो गए हैं। ये लहरियाँ चैतन्य हैं। इस नवचेतना को पाकर आप सारी गलत चीजों से बचते हैं। परन्तु यह उस लोभी व्यक्ति की तरह है जिसे कहीं से थोड़ा सा धन प्राप्त हो जाए और वो उस सारे धन को खर्च कर डाले। इस समस्या ने आपके मस्तिष्क जटिल कर दिए हैं। आपकी कुछ विशेष धारणाएँ हैं जो वास्तविकता से बहुत परे हैं। जिस प्रकार हम मशीनों का उपयोग कर रहे हैं उससे हम स्वयं मशीन बन गए हैं। हमारे अन्दर भावनाएँ लुप्त हो रही हैं और प्राकृतिक ढंग से हम किसी से सम्बन्धित नहीं रह पाते। मानवीय चेतना में आपको यह उपलब्धि प्राप्त हुई थी कि स्वयं को किस प्रकार अन्य लोगों से और प्रकृति से जोड़े रखें। परन्तु यह अहम् चालित धारणा हमें प्राकृतिक, सच्चे जीवन से दूर ले गई और हम बनावटी हो गए। सारी चीज का उद्भव बनावटीपन की धारणा से हुआ। लोग कहते हैं कि दम्भी एवं अहंकारी होना फैशन है।

यह आपकी विकास प्रक्रिया तथा उत्थान के बिल्कुल विरुद्ध है क्योंकि मानव होने के नाते दूसरों से जुड़े रहने की शक्ति जो, आपने प्राप्त की थी, उससे आपने कन्नी काट ली है। सामूहिक सूझ-बूझ पर आधारित जो संस्थाएँ आपने बनाई हैं वे भी बनावटी हैं। अब एक आन्दोलन आरंभ हुआ है कि हमें बनावट को त्यागना है। ऐसा करना भी बनावट की ही नकल है। स्वाभाविक होने का अर्थ असभ्य (अपिरष्कृत) व्यक्तित्व होना नहीं है। स्वाभाविकता विकसित

होती है। सृष्टि का उद्देश्य ही विकास है। तो अपने मस्तिष्क के कारण जिस दूसरी धारणा को आपने आसानी से स्वीकार कर लिया है, सामने आने वाली हर चीज को स्वीकार करना क्योंकि आपकी आदत हो गई है, वह ये है कि हर समय स्वयं को महसूस करने के लिए आपको किसी न किसी उत्तेजना की आवश्यकता होती है। इसके कारण आप अस्वाभाविक हो गए हैं। जीवन के हर क्षेत्र में कोई न कोई धारणात्मक, बनावटी सूझ-बूझ है। उदाहरण के रूप में आप काम भावना को ही लें। यह अत्यन्त स्वाभाविक एवं सामान्य चीज है। इसमें कोई इतनी महान चीज नहीं। परन्तु इसको भी आपने इतना बनावटी बना दिया है कि अब आप काम भाव को मस्तिष्क में लिए घूमते हैं। ऐसा करने से आपने न केवल मूलाधार में श्रीगणेश को मौन कर दिया है बल्कि मस्तिष्क में महा-गणेश को भी बिगाड़ दिया है।

कला को ही लें। आजकल एक मूर्ख धारणा है कि कला को वर्णित मापदण्डों के अनुसार होना चाहिए। जैसे किसी को बुलाकर आप उस पर बरस पड़े, उसकी प्रताड़ना करे, उल्टा-सीधा कहें। सभी की प्रताड़ना करते रहें और अन्ततोगतवा इस परिणाम पर पहुँचे कि कला अत्यन्त महत्वहीन है। मानो गन्ने में से सारा रस निचोड़ लेने के पश्चात् एक दिन उसके अवशेष कला बन जाएंगे। जो मस्तिष्क हृदय का पोषण नहीं करता वह यन्त्र मानव (Robot) की तरह पूर्णतः बनावटी है। तो लोग रोबोट की तरह हो गए हैं। इसका संचालन कोई भी प्रवीण मस्तिष्क व्यक्ति कर सकता है क्योंकि यदि आपमें हृदय न होगा तो धारणाओं से परिपूर्ण आपसे अधिक शक्तिशाली कोई भी मस्तिष्क आपको बश में कर लेगा। ये सारी

धारणाएं विनाशकारी हैं।

हिटलर के मस्तिष्क में प्रबल धारणा बन गई कि वह आर्य है और उच्च जाति का है। पूरे विश्व को नष्ट करने में उसे कोई संकोच न होता। धर्म के क्षेत्र में भी ऐसा ही है। सभी धर्मों को धारणाओं के तुच्छ पात्र (Cup) में भर दिया गया, उड़ेल दिया गया।

अब एक नई निकृष्टतम धारणा जो मानव ने अपना ली है वह ये है कि धन ही सभी कुछ है। राजनीतिक प्रभुत्व को बहुत महत्वपूर्ण मानते हुए मानव ने सर्वप्रथम राजनीतिक प्रभुत्व प्राप्त करने का प्रयत्न किया। इसका दुष्प्रभाव उनके नाड़ी तंत्र पर पड़ा। मैंने जब जीवन आरम्भ किया तो देखा कि सहस्रार अति जटिल थे। अपनी चेतना के अन्दर जितना अधिक मैंने इन जटिलताओं को सुलझाने का प्रयत्न किया उतना ही अधिक ये जटिल और कठिन होते गए। आप यदि मेरी आयु को देखें तो आप जान जाएंगे कि इन पचास वर्षों में मानव में कितनी जटिलता आ गई है। सहस्रार खोलने के पश्चात् मैं पश्चिम में आ गई और इन सोलह वर्षों में मुझे लगा कि उनकी स्थिति अत्यन्त भयानक हो गई है। आपके लिए एक, अवस्था निश्चित कर दी गई है कि आपको ऊँचाई पर उन्नत होना है। यही पृष्ठ भूमि (Back Ground) है, जिसका मैंने वर्णन किया है। आप देख सकते हैं कि जिस दिन आप कार्यक्रम करते हैं तो पाँच सौ व्यक्ति होते हैं और दो सप्ताह में सभी लुप्त हो जाते हैं, क्योंकि उत्थान घटित होते समय कुण्डलिनी अहं को बाहर धकेलती है और व्यक्ति को वास्तविकता के समीप लाती है। परन्तु पुनः ये अहम् जो बड़ी तेज गति से बन रही है, कुण्डलिनी की गति को रोक कर पूरे सिर पर छा जाता है। परन्तु इस प्रकार आप दैवी जीवन कैसे पा

सकते हैं? इस प्रकार तो आप सारी शराब, सारा पागलपन और जीवन के सारे आनन्द को मिला देंगे। लोग समझते हैं कि उत्थान प्रक्रिया के कारण वे पागल होने की सारी स्वतन्त्रता खो देंगे। इस स्थिति से, लोगों को प्रतिक्रिया करते हुए यदि आप देखें तो हैरानी होगी। किसान चीज को बाजार में बेचने के लिए आपको कोई न कोई अजीबोगरीब तरीका अपनाना पड़ेगा। उस दिन मुझे बताया गया कि खाली डिब्बों को लैम्प बनाकर बेचने से कोई व्यक्ति बहुत धनी हो गया है। सभी प्रकार के मूर्ख कार्य जो, प्राकृतिक सौन्दर्य एवं आनन्द के समीप भी नहीं आते फ़ैशनेबल मानकर स्वीकार किए जा रहे हैं।

इसी का दूसरा पक्ष आसुरी विद्या, काली विद्या है, जो छा गई है। गीता के पन्द्रहवें अध्याय में श्री कृष्ण ने चेतावनी दी है कि जब आसुरी विद्या फैलती है तो शुद्ध विद्या उसकी गति का मुकाबला नहीं कर सकती। जैसे अमेरिका के सहजयोगियों में बहुत बड़ा वाद-विवाद हुआ कि बैठक कक्ष (Drawing Room) में मेरा फोटो लगाया जाना चाहिए कि नहीं। उन्हें यदि कहा जाए कि अपने चेहरे काले कर लो, काले रंग से अपने नाम लिखो, चुड़ैलों की तरह से काले कपड़े पहनो, तो वे यह सब कर लेंगे। परन्तु सहजयोगी होने के पश्चात् भी हमें अपने दिव्य जीवन पर शर्म आती है। ये लोग जब हिप्पी बन जाते हैं, शैतान बन जाते हैं या इसी प्रकार की कोई अन्य मूर्खता करते हैं तो उसके लिए अपना सारा जीवन, सारा समय और सारा धन भी लगा देते हैं। ये लोग अपने पारिवारिक जीवन, अपनी जीवन शैली और अपना सभी कुछ परिवर्तित करके बाहर चले गए। परन्तु सहजयोग की दिव्यता के विषय में विश्वस्त होने के बावजूद भी सहजयोगियों को लज्जा आती है।

आप जानते हैं कि आपकी माँ आपसे कोई पैसा नहीं लेती। लेना तो दूर वो अपनी जेब से खर्च करती हैं। आप सबको इससे लाभ हुआ है। परन्तु जब देने का प्रश्न आता है तो आप सभी को संकोच होता है। इन संस्कारों से आकर आप परमात्मा की कृपा प्रकाश में आ रहे हैं, फिर भी इसे प्राप्त करने की आपको कोई जल्दी नहीं। आप शनैः शनैः ही होने दें, परन्तु हो सकता है कि आप ये अवसर खो दें। तो सहजयोगियों की चेतना में आपको अपने सारे चक्रों का तथा चैतन्य लहरियों का ज्ञान है, आप ये भी जानते हैं कि किस प्रकार दूसरों से जुड़े रहना है, फिर भी इस सारे ज्ञान का उपयोग आप अपने व्यक्तिगत लाभ के लिए करते हैं। यद्यपि आपको नई चेतना प्राप्त हो गई है फिर भी पूर्व संस्कारों की परछाई आप पर बनी हुई है। पशु स्वतः तैर सकते हैं, तैरना सीखने की उन्हें कोई आवश्यकता नहीं। परन्तु मानव को तैराकी सीखनी पड़ती है। तो मानव को वो सारी विधियाँ भूल गई हैं जो पशु जानते हैं। मानव ने मानवीय तकनीकें अपना ली हैं। सहजयोग में इस जीवन में आपको आत्मसाक्षात्कार मिला है और इसी जीवन में आपको उन्नत होना है और उत्थान के शिखर को प्राप्त करना है। समय बहुत कम है और पृष्ठभूमि (पूर्व संस्कार) बहुत अंधकारमय है। आप ऐसे लोगों से घिरे हुए हैं जो सुबह से शाम तक आपमें विनाशकारी धारणाएं भरते रहते हैं। आप ही लोग बाकी लोगों से कहीं अधिक तेजी से इन परिस्थितियों से बाहर निकल सकते हैं। यद्यपि आप जानते हैं कि आपकी चेतना अन्य लोगों की चेतना से कहीं भिन्न है, फिर भी एक प्रकार की अकर्मन्यता, जो सहजयोग को वैसे स्वीकार नहीं करती जैसे किया जाना चाहिए, अब भी बनी हुई है।

आपमें से सभी को प्रतिदिन सोचना चाहिए कि आज मैंने सहजयोग के लिए क्या किया? परन्तु आप सब तो अपनी नौकरियों में, धन कमाने में, अपने संबंधियों के साथ और उन सब लोगों के साथ जिनका सहजयोग में कोई महत्व नहीं है, व्यस्त हैं। हमें जी जान से उस उच्च अवस्था तक उन्नत होने का प्रयत्न करना चाहिए जहाँ जो भी कुछ हम जानते हैं, जिस पर हमें विश्वास है, उसी के अनुसार कार्य करते हुए, उसी ज्ञान से एकाकारिता प्राप्त करें। धारणाओं के साथ तो आप ऐसा कर सकते हैं परन्तु वास्तविकता के साथ नहीं। यह एक समस्या है इस बात को मैं विस्तारपूर्वक समझाऊंगी। मान लो एक कट्टर पंथी व्यक्ति को विश्वास है कि अपने धर्म में वह कोई कार्य कर सकता है तो वह उसे कर देगा। परन्तु धारणा वास्तविकता नहीं है। धारणाओं से किसी को लाभ नहीं होता और न ही इनके कोई महत्वपूर्ण परिणाम नजर आए। फिर भी लोग ऐसा करते हैं। अपने देश में मैंने देखा कि जब लोग स्वतन्त्रता संग्राम कर रहे थे तो मेरे पिताजी ने अपनी सारी सम्पत्ति का त्याग कर दिया। अपने कार्य को छोड़ दिया और ग्यारह बच्चों का महलों में रहने वाला परिवार कई वर्षों तक झोपड़ियों में रहा। जब इस स्थूल स्वतन्त्रता के लिए हम सभी कुछ करते हैं तो सहजयोगी की आध्यात्मिक स्वतन्त्रता के लिए भी हमें हर सम्भव प्रयत्न करना चाहिए।

तो पहली आवश्यकता ये है कि हम महसूस करें, चेतन हों, मस्तिष्क से हर समय जागरूक हों कि हम सहजयोगी हैं। आप ही लोग पूरी मानवता से बहुत ऊँचे हैं। पूरी मानवता का उद्धार आप पर निर्भर है। सृष्टि का उद्देश्य आप ने ही पूर्ण करना है।

तो सर्वप्रथम अपनी चेतना में आपने चेतन होना है कि आप अत्यन्त महत्वपूर्ण हैं और इसी कारण आपको आत्मसाक्षात्कार दिया गया। किस प्रकार आप अपने अहम् और बन्धनों में फँसे रह सकते हैं? बन्धन ऐसे हैं—मान लो आप इसाई धर्म से सम्बन्धित हों तो आप उस धर्म की कुछ बातें सहजयोग में लाना चाहते हैं और यदि आप हिन्दू धर्म से थे तो उस धर्म की कुछ चीजें सहजयोग में लाना चाहते हैं। सहजयोग में शक्ति का पूर्ण सार है, सभी पावन तत्व हैं। इसमें हम मूर्खतापूर्ण बातों को स्थान नहीं दे सकते। ये सारे बन्धन हमारे सहस्रार पर गन्दगी की तरह से हैं जिसका साफ होना आवश्यक है। अब यद्यपि आप अपने चक्रों के विषय में चेतन हैं फिर भी आप इन्हें शुद्ध नहीं रखते। सर्वसाधारण लोग भी अपने कपड़ों, घरों आदि को साफ रखने का प्रयत्न करते हैं। परन्तु आपके चक्र यदि खराब हैं तो आपको इस पर लज्जा नहीं आती और कुछ समय पश्चात् इनके प्रति आपकी जागरूकता समाप्त हो जाती है। इसका अर्थ यह हुआ कि आप सूक्ष्म तो हो गए हैं परन्तु अपनी चेतना में अभी तक आप सूक्ष्म नहीं हुए। पूर्ण साक्षात्कारी होने के कारण आप उन लोगों से बहुत कुछ अधिक जानते हैं जो साक्षात्कारी नहीं हैं। परन्तु अभी तक भी हम चैतन्य लहरियों का उपयोग नहीं करते। इनकी आवश्यकता के समय भी हम इनका उपयोग नहीं करते या फिर मशीन की तरह से बन्धन देने लगते हैं। अतः अभी तक भी आप अपने चक्रों के प्रति अचेत हैं। अपना मस्तिष्क जब आप चक्रों को ओर लगाते हैं तब इनके प्रति थोड़े से जागरूक होते हैं। अन्यथा अपनी मध्य नाड़ी तन्त्र पर आप अब भी चेतन नहीं हैं। यही कारण है कि आप नहीं जानते कि किस कार्य

को किस समय विशेष पर आपने क्यों करना है। जब तक आप अपने को उन्नत नहीं कर लेते और निर्विकल्प नहीं करते तब तक आप आगे नहीं बढ़ सकते। उदाहरण के रूप में, मैं जो भी कुछ करती हूँ, उसका मुझे ज्ञान है। इच्छानुसार मैं किसी भी शक्ति का संचालन कर सकती हूँ और न चाहूँ तो नहीं करती। आप चाहे मुझसे हजारों मील दूर हों मैं आप सबके विषय में जानती हूँ। आपके सांसारिक नाम चाहे मुझे पता न हो परन्तु अपने अंग-प्रत्यंग (अंश) के रूप में मैं आप सबको जानती हूँ। सर्वसाधारण मानव को तरह से भी मैं आचरण कर सकती हूँ, बिल्कुल आपकी तरह, आप की ही तरह से वृद्ध होते हुए, चश्मा पहनते हुए और वे सभी कार्य करते हुए जो मुझे पूर्ण मानव के रूप में दर्शा सकें, और पूर्ण चेतना में मैंने इस परिवर्तन को स्वीकार किया है अनजाने में नहीं। मेरे लिए कुछ भी अचेतन नहीं। जो भी कुछ आप करते हैं यदि उसके विषय में चेतन होना चाहते हैं तो आपको चुस्त होना होगा। पहली उपलब्धि जो आपने प्राप्त की है वह है शान्ति-शान्ति। परन्तु अब भी मैं देखती हूँ कि जिस शान्ति को आनन्द में परिवर्तित हो जाना चाहिए था वह झगड़ा बनकर रह गई है। सत्य एक ही है। सत्य के विषय में आप वाद-विवाद नहीं कर सकते। यह पूर्ण प्रतिभा है। सत्य में परस्पर कोई झगड़ा नहीं। अपने क्षेत्र के विषय में हम अचेत हैं परन्तु किसी चीज पर जब हमने अडना होता है तो इसके लिए सभी एकत्र हो जाते हैं। तो मस्तिष्क का वह हिस्सा जो इस कार्य को कर रहा है, इस अचेतन हिस्से को चेतन करना होगा। विकास यही है। तो किसी धारणा विशेष को अपना लेना विकास विरोधी है। आपको वास्तविकता का सामना करना, उसे

स्वीकार करना और वास्तविक रूप से कार्य करना सीखना आवश्यक है। कोई भी चीज जब घटित होती है तो आप कह सकते हैं कि श्रीमाताजी यह चमत्कार है। मानव के लिए, सहजयोगियों के लिए भी यह चमत्कार हो सकता है। परन्तु मेरे लिए नहीं। मैं जानती हूँ कि ये क्या है। इस अधकचरी चेतना से ऊपर उठने के लिए व्यक्ति को देखना होगा कि वह इसे किस प्रकार कार्यान्वित कर रहा है। पारस्परिक सम्बन्धों की पूर्ण प्रणाली का परिवर्तित होना आवश्यक है। पश्चिमी लोगों के लिए तो यह बहुत ही महत्वपूर्ण है। क्योंकि कम से कम भारतीय लोगों को तो इस बात का ज्ञान है कि मानवीय प्रयत्न आपको कहीं भी नहीं पहुँचाते और व्यक्ति को उत्थान मार्ग अपनाना होगा। कहने से मेरा अभिप्राय है कि सच्चे भारतीय तो इस बात को जानते हैं। कुछ भारतीय लोग भी सहजयोग का अनुचित लाभ उठाते हैं और परिणामस्वरूप खो जाते हैं। कुछ लोग ऐसा करते हैं। परन्तु अधिकतर ये जानते हैं कि जो भी कुछ प्राप्त हुआ है उसके प्रति जागरूक होना है। अतः हम कह सकते हैं कि हमें आत्मज्ञान तो प्राप्त हो गया है परन्तु आत्म चेतना प्राप्त नहीं हुई। उदाहरण के रूप में आप किसी का नाम लें, किसी महान सन्त का, तो आपको चैतन्य लहरियां आने लगती हैं। इसका कारण आप जानते हैं— क्योंकि वह सन्त है। परन्तु आप सहजयोगियों का नाम यदि लिया जाए तो क्यों नहीं चैतन्य लहरियां बहने लगती? आपने इसका लाभ उठाया है क्योंकि आदिशक्ति साक्षात् आपके सम्मुख हैं। इन सन्तों को यह सब चीजें बताने वाला कोई न था। आदि शक्ति आपके साथ हैं परन्तु इसका एक नुकसान ये है कि आप इसे

अपना अधिकार मान लेते हैं।

स्वयं को अभिव्यक्त करते हुए हम कुछ कहते हैं, हमें देखना चाहिए कि स्वयं को अभिव्यक्त करते हुए क्या हम स्वाभाविक हैं? क्या हम हृदय से ऐसा कर रहे हैं? मैं इस कार्य को अपने हृदय से कर रहा हूँ इस बात की चेतना आप प्राप्त करें। यह मेरी इच्छा है। सहजयोग में कुछ लोग बहुत परिश्रम करते हैं। परन्तु कुछ इसे अपना अधिकार मान लेते हैं। वे किसी प्रकार की सहायता नहीं करते उन्हें हर चीज बनी बनाई चाहिए। इससे प्रतीत होता है कि आनन्द उठाने को अपनी शक्तियों के प्रति वे जागरूक नहीं हैं। यदि अपने हृदय से वे कार्य करेंगे तो उन्हें कभी ये न महसूस होगा कि उन्होंने परिश्रम किया है। आशीर्वाद तथा उपलब्धियाँ जो उन्हें प्राप्त हुई हैं उन्हीं को वे महसूस करेंगे। सन्तोष तथा परिपूर्णता की भावना सभी समस्याओं को, विशेष तौर पर बाई विशुद्धि की समस्या को दूर कर देगी।

इससे अगली अवस्था वह होगी जिसमें आप जो भी कुछ करेंगे उसके प्रति चेतन होंगे, जिसमें कोई गलतियाँ न होंगी। जो भी कुछ आप करेंगे चाहे वह गलत प्रतीत हो फिर भी ठीक हो जाएगा। मैं आपको बता देना चाहूँगी कि अभी तक आपमें से कोई भी इस स्तर का नहीं है क्योंकि सराहना की जो भी बात मैं कहती हूँ उसे सभी लोग अपने लिए ही समझते हैं। उदाहरण के रूप में आज मैं अपनी घड़ी को रोकना चाहती थी तो मैंने इसकी चाबी बाहर को खींच दी। साधारण सी बात है। मैंने ये कार्य एक प्रकार से अनजाने में किया, परन्तु भली-भाँति जान-बूझकर किया और घड़ी रुक गई। क्योंकि मैं ये जानती थी कि मुझे यहाँ किस समय पहुँचना है इसलिए जान-बूझकर मैंने स्वयं को

स्वयं के विरुद्ध उपयोग किया। घड़ी यदि रुक न गई होती तो मैं पहले आ जाती, परन्तु वह समय मेरे आने का न था। अतः घड़ी को बंद रखने के लिए मुझे उसकी चाबी खींचनी पड़ी। तो जो भी शरारत आप करते हैं उसका ज्ञान आपको होता है और अपने विरुद्ध ही आप यह शरारत कर सकते हैं। तत्पश्चात् आप नाटक कर सकते हैं कि ओह! मेरे से गलती हुई और बिना वजह ऐसा हो गया। परन्तु मैं आपको बता दूँ कि ऐसी अवस्था अभी बहुत दूर है। अभी तो वह स्थिति निर्धारित हुई है, अभी तक हम बहुत सी गलतियाँ कर रहे हैं क्योंकि अभी हम आत्म चेतन नहीं हैं। आत्म-चेतना को स्थूल रूप से हम इस प्रकार समझ सकते हैं कि मान लो एक व्यक्ति ने नौकरी के लिए साक्षात्कार को जाना है। उसे ठीक प्रकार से अपना सूट चुनना होगा, जाने से पूर्व अपने बाल ठीक से कंधी करने होंगे और गला साफ करना होगा। परन्तु उत्थान के प्रश्न पर भी क्या हम इतने सावधान होते हैं? या हम मान लेते हैं कि श्री माताजी भली-भाँति नहला-धुलाकर पालने में डाल कर हमें उत्थान तक पहुँचा देगी। सभी लोग इसी चीज की कामना कर रहे हैं।

अपने उत्थान में भी आपको परिपक्व होना होगा। आप पूछ सकते हैं कि इसके लिए हमें क्या करना होगा? प्रतिदिन अपना सामना करें। सच्चाई से देखें कि सांसारिक कार्यों को आप कितना समय देते हैं और अपने उत्थान को कितना? क्या आपने सभी चिन्ताएं, अपना सभी कुछ परमात्मा पर छोड़ दिया है? क्या अपने पूर्व बन्धनों से आप पूरी तरह मुक्त हो गए हैं? क्या आपने सभी बेवकूफी भरी चीजें छोड़ दी हैं? क्या आप देखते हैं कि मैं अन्य सहजयोगियों से किस प्रकार सम्बन्धित

हूँ, किस प्रकार उनसे बातचीत करता हूँ? कई बार मुझे आश्चर्य होता है कि किसी सहजयोगी पर जब कोई बाहरी व्यक्ति आक्रमण करता है तो सहजयोगी लोग बाहर के व्यक्ति का पक्ष लेते हैं। या कई बार सहजयोगियों का चित्त अच्छे लोगों पर न हाँकर बुरे लोगों पर होता है। बुरे लोगों से उनका सम्बन्ध होता है। अच्छे लोगों के स्थान पर वे बुरे लोगों के मित्र होते हैं और उन्हीं से ही खुले हुए होते हैं। सदैव आपको अच्छाई से जुड़े रहना चाहिए। परन्तु सूक्ष्म अहं के कारण वास्तविकता इससे बिल्कुल विपरीत है। ये सारी सूक्ष्म बातें मैंने आपको बहुत बार बताई हैं परन्तु अपने मशीन या विगडें हुए कम्प्यूटर की तरह जटिल मस्तिष्क के कारण आप मेरी बातों के अर्थ निकालते हैं जो कि बिल्कुल उल्टे होते हैं। जैसे मान लो मैंने आपको भूतकाल की बातें भूल जाने को कहा। इसका अर्थ ये है कि आप भूतकाल की सभी अच्छी बातों को भूल जाएं। मानो आपसे ये कहा हो कि अपने इस प्रकार के आचरण को आप न समझे। भूतकाल को भूल जाने का अर्थ ये है कि भूतकाल को अपने पर हावी न होने दें। जो मस्तिष्क सीधा-सादा है, सहज है, प्रेम से परिपूर्ण है। वह एकदम से समझ सकता है कि मैं क्या कर रही हूँ। इस जटिल मस्तिष्क का ठीक किया जाना आवश्यक है और इसका सबसे अच्छा उपाय ये है कि सोचना बंद कर दें, मात्र सोचना बंद कर दें। आपको केवल इतना ही करना है। जब आप सोचना बन्द करते हैं तो आपको लगता है कि कोई कार्य नहीं किया जा सकता। परन्तु सोचने भर से आप कुछ भी नहीं करते। उदाहरण के रूप में मुझे आपके सम्मुख एक प्रवचन करना है। मैं यदि इसके विषय में सोचना आरम्भ कर दूँ तो आपको क्या सुनाई देगा। मेरे

अन्दर चल रही सोच को क्या आप सुन पाएंगे। मान लो आपको ये लैम्प जलाने हैं और आप बस इनके विषय में सोचना आरम्भ कर दें कि मुझे ये लैम्प जलाने हैं, तो क्या ये लैम्प जल जाएंगे? ये समझना होगा कि सोचने भर से आप कार्य को नहीं कर सकते। सोचना तो आलसी व्यक्ति का काम से भागने का बहाना है। एक बार मैंने अपनी नौकरानी से कहा कि हम बाहर जा रहे हैं क्या तुम हमारे लिए खाना बना दोगी? जब हम वापिस आए तो देखा कि उसने कुछ नहीं बनाया था। मैं प्रतिदिन घर में खाना बनाया करती थी परन्तु उसने कुछ नहीं बनाया। मैंने पूछा कि तुमने खाना क्यों नहीं बनाया तो उसने उत्तर दिया कि मैंने सोचा कि आप लोग बाहर खाना खाएंगे। वह एक पश्चत्य महिला थी। मेरे पति ने कहा कि ठीक है हम बाहर खाना खाने जा रहे हैं तुम घर में ही रुको। मैंने कहा नहीं ऐसा अच्छा नहीं लगता। वे कहने लगे, "नहीं, उसे समझने दो कि उसने जो सोचा वो उसी के लिए था। तो आपने अभी तक ये पलायन ही सीखा है, ये चतुराई।"

अतः आपको इसके विषय में कोई बहस नहीं करना चाहिए। सहजयोग के विषय में बहस न करें। अगुआओं से बहस न करें। चाहे आप अगुआ की पत्नी हों फिर भी उससे न उलझे। कुछ अगुआओं की पत्नियों के कारण हमें बहतु परेशानी हो रही है क्योंकि वे अपने पतियों को अपने हिसाब से चलाना चाहती हैं। जहाँ तक सहजयोग का सम्बन्ध है उसे इससे कुछ नहीं लेना देना। मान लो एक कार्यालय में आप क्लर्क हैं और आपके पति बहुत बड़े अधिकारी या अफसर हैं तो क्या आप अपने पति से बहस करेंगे? तो यहाँ पर भी पूरे प्रेम एवं हृदय से, मस्तिष्क से

नहीं, महिला को संस्था तथा पति का पोषण करना होगा। मैं सोचती हूँ कि महिला के रूप में जन्म लेना ही अति महान बात है क्योंकि मैं हृदय का, भावनाओं का, अपने प्रेम की भावनाओं का, अपने प्रेम की लीला और उसकी कार्यशैली का आनन्द ले सकती हूँ। कोई अवतरण भी इस प्रकार आनन्द नहीं ले सकता जैसे मैं ले सकती हूँ। अतः हृदय की देखभाल यदि महिलाओं को करनी पड़े तो उन्हें अपमानित नहीं महसूस करना चाहिए। परन्तु वे तो एक प्रकार से स्वयं को बहुत ऊँचा मान बैठती हैं। सोच-विचार के बिना तो आप कार्य कर सकती हैं परन्तु हृदय के बिना नहीं। अतः महिलाओं को चाहिए कि उनसे बहस न करें। सामान्य जीवन में भी उन्हें ऐसा नहीं करना चाहिए क्योंकि पत्नियाँ यदि हर समय चिक-चिक करने वाली हों तो पति उनके प्रति बहरे हो जाते हैं। वो सुनते ही नहीं कि स्त्रियाँ क्या कह रही हैं? महिलाएँ यदि बहुत आक्रामक हों, तो पुरुष बिल्कुल मुँह बन्द कर लेते हैं। तो पारस्परिक संबंधों में आपको अत्यन्त स्वाभाविक ढंग से व्यवहार करना चाहिए कि आप पुरुष हैं-आप महिला। पुरुष जब पुरुष बन जाएगा और महिला महिला बन जाएगी तब वे अधिक आनन्द उठा सकेंगे। कल्पना करो कि इस संसार में केवल पुरुष हों या केवल महिलाएँ, तो क्या होगा? अतः हमें समझना है कि अपनी चेतना में हमें चेतन होना है। पारस्परिक सम्बन्धों में हमने कितनी चेतना प्राप्त की है यही विराट की, मस्तिष्क की अर्थात् सहस्रार की सामूहिक चेतना है।

तो सैद्धान्तिक रूप से सहस्रार विष्णु तत्व है परन्तु इसकी स्वामिनी हैं माताजी श्री निर्मला देवी। इस प्रकार हम देखते हैं कि कितना सुन्दर एकीकरण घटित हुआ है! इस देवता (श्री माताजी)



के चरण कमलों में समर्पित होकर विष्णु की शक्तियों को देवता की इच्छानुसार कार्य करना पड़ता है। अतः श्री विष्णु की चेतना पूर्णतया इस देवता के हाथ में है। इस आश्चर्यजनक देवता के विषय में मैं बात नहीं करना चाहती। ऐसा करना अति होगी क्योंकि इससे आपके हृदय भय से भर जाएंगे। जो भी कुछ घटित हो रहा है उसे कार्यान्वित होने दें। कहते हैं कि अपने सहस्रार को इस देवी के सम्मुख समर्पित कर दो। ऐसा करना आपके लिए अत्यन्त साधारण है क्योंकि आपके पास देवता है। आपके पास आपका सहस्रार है और आप ही सहजयोगी लोगों ने आज इस आधुनिक समय में इस देवता को देखा है।

कहते हैं कि परमात्मा से साधक को तीन चीजें माँगी चाहिए— सालोक्य, सामीप्य, सानिध्य। सालोक्य का अर्थ है परमात्मा के दर्शन करना, सामीप्य अर्थात् परमात्मा के समीप होना और सानिध्य का अर्थ है परमात्मा का सहचर्य मिलना। परन्तु आपको तो उनसे तदात्म्य प्राप्त हो गया है। यह सौभाग्य किसी अन्य योगी, सन्त या पैगम्बर को प्राप्त नहीं हुआ। आप लोगों को यह तदात्म्य मेरे शरीर से बाहर रहते हुए प्राप्त हो गया है जबकि उन लोगों को देह त्याग करके; मेरे विराट शरीर में प्रवेश करने के पश्चात् यह तदात्म्य प्राप्त हुआ। अतः आप लोगों को चाहिए कि समय की सीमा को समझें, अपने महत्व को पहचानें और इस बात के प्रति चेतन हों कि सृष्टि में उत्थान के महानतम कार्य को करने के लिए किस प्रकार आपको चुना गया है।

तो अब आलस्य के लिए कोई समय बाकी नहीं है। अब आपको जागना होगा,

उठना होगा। आज वह दिन है जब मैं आशा करती हूँ कि आप लोग निर्विकल्प में चले जाएंगे लेकिन पूर्ण प्रयत्न द्वारा ही आप वहाँ स्थापित हो पाएंगे, अन्यथा वहाँ से पतन की ओर फिसल जाएंगे। मेरे इस प्रवचन को बार-बार पढ़ें, इसके विषय में ये न सोचें कि यह किसी अन्य के लिए कहा गया है। यह आपके लिए है, आप सबके लिए, आपमें से हर एक के लिए और आपको इस बात का ज्ञान होना आवश्यक है कि प्रतिदिन आप कितना आगे बढ़ रहे हैं। आज सहस्रार का विशेष दिन है। वास्तव में यदि आप देखें तो सूर्य पांचांग के अनुसार सहस्रार कल होना चाहिए था। सहस्रार सोमवार को है। आप कल्पना करें कि हम इसे एक दिन पूर्व मना रहे हैं। तो व्यक्ति को समझना चाहिए, कि परमात्मा के पांचांग को मानवीय पांचांग से कुछ नहीं लेना देना। कुछ पांचांगों के अनुसार मुझे अब से दो हजार वर्ष बाद आना चाहिए था और कुछ कहते हैं कि मुझे इस रूप में दो हजार वर्ष पूर्व अवतरित होना चाहिए था। तो कलैण्डर भी ठीक है, समय भी ठीक है, सभी कुछ ठीक हैं। आप लोग यन्त्र मानव (Robot) नहीं हैं। आप यन्त्र नहीं हैं। विकास प्रक्रिया के माध्यम से आप विकसित हुए हैं और केवल विकास की प्रक्रिया के माध्यम से आपको यह उच्च स्थिति प्राप्त करनी है। अतः जो भी कुछ हम करें और जो भी कुछ ठीक हो आप ही लोगों ने परिणाम दर्शाने हैं। हम आपके सहस्रार को महान प्रकाशमय स्थिति तक ले जा सकते हैं। परन्तु पुनः यह लड़खड़ा जाएंगे। आपको समझना होगा कि जिन ऊँचाइयों तक आपको लाया गया है उस स्थिति को पूरी शक्ति एवं कार्यशीलता के साथ आपको ही बनाए रखना होगा।

# गुरु-पूजा-(30 जुलाई - 1999)

## इंटरनेट- सन्देश

अपने प्रवचन के आरम्भ में श्रीमाताजी ने कहा कि सहजयोगियों को गुरु रूप में उनकी पूजा करने के लिए आते हुए दसवाँ वर्ष है। सहजयोग के माध्यम से हमने पूर्ण ज्ञान प्राप्त कर लिया है। परन्तु अभी वह अवस्था प्राप्त करनी शेष है जिसमें इस पूर्ण ज्ञान को आत्मसात किया जा सके। अभी हमें इस ज्ञान की गहनता में और उतरना होगा।

इस ज्ञान को पूर्णतः आत्मसात न कर पाने का एक मुख्य कारण बताते हुए श्री माताजी ने कहा कि पाशविक प्रवृत्ति, जो हमें वंशानुगत प्राप्त हुई है, वह अब भी हममें बनी हुई है। आक्रामकता, चिड़चिड़ापन, भय आदि दुर्गुण इसी उत्तराधिकार के भाग हैं। सोचने प्रतिक्रिया करने और तर्कसंगत ठहराने की हमारी योग्यता को भी श्रीमाताजी ने उपरोक्त दुर्गुणों में जोड़ते हुए कहा कि इनसे ईर्ष्या जैसी अन्य समस्याएं जन्म लेती हैं। ये ऐसी समस्याएं हैं जो पशुओं में भी नहीं पाई जातीं। गहन प्रतिक्रिया की ओर ले जाने वाले वंशानुगत दुर्गुणों को विचारशक्ति और अधिक दूषित करती हैं।

श्रीमाताजी ने कहा कि गुरु बन जाने पर अब हमें न तो प्रतिक्रिया करनी चाहिए और न ही अन्य लोगों को दबाने का प्रयत्न करना चाहिए। क्रोध के स्थान पर हमें प्रेम एवं करुणा का तरीका अपनाना चाहिए। हम यदि क्रोध नहीं करेंगे तो अन्य लोगों को भी क्रोध एवं प्रतिशोध मुक्त रहने में सहायता देंगे।

श्री माताजी ने कहा कि सस्याओं का

समाधान करने का एकमात्र मार्ग प्रेम है।

तत्पश्चात् श्रीमाताजी ने कहा कि अच्छे गुरु बनने के लिए आवश्यक है कि हम अपनी वंशानुगत पाशविकता का पूरा ध्यान रखें और शान्ति, प्रेम एवं करुणामय स्वभाव विकसित करें ताकि जब हम अन्य लोगों की सहायता का प्रयास करें तो वे हमारे प्रेम को महसूस कर सकें।

सहज गुरुओं के रूप में हमें क्षमा भी करनी है अर्थात् दूसरे लोगों के कुकृत्यों पर चिन्त नहीं रखना।

वंशानुगत पाशविकता को श्रीमाताजी ने हमारी प्रथम समस्या का स्थान दिया। दूसरी समस्या का उद्भव हमारे विचारों तथा अहं से है। सहजयोग के आगमन के पश्चात् अब किसी को शारिरिक या भावनात्मक रूप से दण्डित करना आवश्यक नहीं रहा। हमें समझना है कि ऐसा करने से हम किसी की आध्यात्मिक उत्थान में सहायता नहीं कर सकते।

श्रीमाताजी ने कहा कि हमें करुणामय एवं सूझ-बूझ वाला होना चाहिए, इनसे हम सभी के आध्यात्मिक उत्थान में सहायक होंगे। आत्म साक्षात्कार प्राप्ति के साथ-साथ हमें प्रेम एवं करुणा की शक्ति भी प्राप्त हो गई है। प्रेममय होने के कारण ही हमें आत्म साक्षात्कार प्राप्त हुआ।

श्रीमाताजी ने बताया कि सभी कार्यों में हमें निर्लिप्त होना चाहिए। यह स्थिति शब्दों से कहीं ऊँची है। यह मानसिक अवस्था है जिसे प्राप्त करना आवश्यक है। किसी की सहायता का जब प्रश्न आए तो हमें जी जान लगा देनी चाहिए।

लोगों के विषय में सोचना और चिन्ता करना लिप्सा है। जब हम सभी कुछ परमात्मा पर छोड़कर कार्य करते हैं तब यह निर्लिप्सा होती है। सहजयोगियों के रूप में हमें अपनी समस्याओं की सीमा को महसूस करना चाहिए : तब धीरे-धीरे ये समस्याएं समाप्त होनी चाहिए। वाद-विवाद या बहस से ये कार्य नहीं किया जा सकता, केवल प्रेम एवं करुणा के माध्यम से ही ऐसा कर सकते हैं।

श्रीमाताजी ने बताया कि किस प्रकार संसार के अधिकतर लोग प्रेम को महत्व देते हैं। मानव का यह तीसरा गुण है। पहला हमारी वंशानुगत पाशविकता है, दूसरा विचारशीलता और तीसरा प्रेम का सम्मान। केवल सहजयोगी ही इस मानसिक अवस्था को प्राप्त कर सकते हैं और निर्लिप्त प्रेम करने के योग्य हैं जिसमें व्यक्ति पूर्णतः लिप्त होते हुए भी पूर्णतः निर्लिप्त होता है। चैतन्य लहरियों के माध्यम से जब हम देख लेते हैं कि फलां व्यक्ति ठीक है तो उसके विषय में चिन्ता करने की कोई आवश्यकता नहीं। यदि चैतन्य लहरियाँ बताएँ कि समस्या बनी हुई है तो हमें अपना पूरा चित्त उस व्यक्ति पर डालना चाहिए, पूर्ण निर्लिप्त भाव से, लिप्सा पूर्वक नहीं।

श्रीमाताजी ने बताया कि हम यदि किसी व्यक्ति विशेष के विषय में चिंतित रहते हैं, उन्हीं के विषय में बात करते हैं, लिप्त होने के कारण अपना चित्त सदैव उन पर बनाए रखते हैं तो हमारा चित्त चीजों को कार्यान्वित नहीं कर पाएगा। कुछ थोड़े से लोगों के प्रति लिप्त हो जाने का अर्थ ये है कि हमारा चित्त सीमित होकर व्यर्थ हो गया है और यह लाभकारी नहीं हो सकता। करने के लिए बहुत कुछ है, अनगिनत लोग आत्म साक्षात्कार प्राप्त करना चाहते हैं।

हमारे चित्त को पूर्णतः निर्लिप्त होना चाहिए ताकि निर्लिप्सा पूर्वक हम किसी पर भी चित्त डाल सकें। यह आध्यात्मिक चित्त है जो कि प्रेम का प्रतिरूप है।

श्रीमाताजी ने कहा कि वे भौतिक विश्व के विषय में बात नहीं कर रहीं, एक अन्य विश्व के बारे में बात कर रही हैं जो बहुत ऊँचा है और जहाँ हमारा चित्त लिप्साओं की सीमा से मुक्त होकर सुन्दरतापूर्वक कार्य करता है।

अन्तर्दर्शन द्वारा यह सब प्राप्त किया जा सकता है। अन्तर्दर्शन द्वारा ही हम अपना सामना कर सकते हैं और सभी कुछ परम चैतन्य पर छोड़ सकते हैं। सोचने एवं चिन्ता करने से हमारी समस्याओं का समाधान नहीं होता। समस्याओं को इस महाशक्ति पर छोड़ दिया जाना चाहिए, यह सभी कुछ संभाल सकती है।

श्रीमाताजी ने घोषणा की कि प्रेम सत्य है और सत्य प्रेम। अपने सारे कार-व्यवहार में हमें अत्यन्त सच्चा होने का प्रयत्न करना चाहिए और हममें विशुद्ध प्रेम होना चाहिए जो व्यक्तिगत लाभ संचालित न हो।

श्रीमाताजी ने कहा कि विशुद्ध प्रेम का विषय कभी न खत्म होने वाला है। गुरु रूप में हमें अपने कर्तव्यों की सीमा जानना आवश्यकता है। अपनी दृष्टि को सुधारने के लिए और इसे शुद्ध करने के लिए ध्यान गत होना आवश्यक है।

ध्यान अवस्था का वर्णन करते हुए श्रीमाताजी ने अपना प्रवचन समाप्त किया। ध्यान अवस्था ही चैतन्य लहरियाँ प्रवाहित करती है और चैतन्य लहरियाँ हमें कार्य करने की शक्ति प्रदान करती हैं। तब झगड़ने या संघर्ष करने की कोई आवश्यकता नहीं रह जाती। हम एक ऐसी स्थिति प्राप्त कर लेते हैं जहाँ हम प्रेम एवं करुणा से शराबोर होते हैं।

रूसवेल्ट को ही लें, उन्होंने कहा था, 'गरीबी कहीं को भी हो, यह सब देशों की सम्पन्नता के लिए खतरा है।' इतना स्पष्ट। अमरीका इतना महान है। श्री कृष्ण अपने चक्र से इसको रक्षा करते हैं।"

श्रीमाताजी ने अपने दाँए हाथ की तर्जनी अंगुली उठाकर घुमाई, और मैं शपथ पूर्वक कहता हूँ कि श्रीमाताजी के ऐसा करने में मुझे चमचमाता घूमता हुआ सुदर्शन चक्र दिखाई दिया।

"जब तक सुदर्शन चक्र विद्यमान है," उन्होंने कहा, "अमेरिका पर आक्रमण नहीं हो सकता।"

"क्या ये सुरक्षा कभी वापिस भी ली जा सकती है?"

"अभिव्यक्ति के रूप में श्रीमाताजी ने अपने कंधे झटके और अपनी भौहें ऊपर को उठाई। "संभवतः," उन्होंने कहा। "व्यवहारकुशलता की भूमि ने यदि कूटनीति छोड़ दी, संचारशक्ति से परिपूर्ण भूमि ने यदि विश्व में बुराई का संचारण किया, माधुर्यमय देश यदि कड़वाहट पूर्ण हो गया, तो हाँ, संभवतः तब भगवान श्री कृष्ण ये सुरक्षा वापिस ले लें।" अचानक वे हँसी। "अपनी अमेरिका यात्रा में मैं सबको बताऊँगी कि इस घटना को होने से किस प्रकार रोका जा सकता है।"

मैंने श्रीमाताजी से पूछा कि क्या वे केवल चेतावनी देने के लिए ही उत्तरी अमरीका की यात्रा कर रही है?

"धन को खोजने वाले लोग हैं, सत्ता खोजने वाले लोग हैं, शारीरिक सुख खोजने वाले भी लोग हैं," उन्होंने उत्तर दिया, "ऐसे भी लोग हैं जो ये सब कुछ करने के पश्चात् अब सत्य को खोज रहे हैं, अपनी आत्मा को खोज रहे हैं, परमात्मा को खोज रहे हैं। अमरीका में असंख्य

सत्य साधक हैं, महान-महान सत्य साधक हैं कितनी बड़ी बात है? मैं उनसे मिलना चाहती हूँ, उन्हें दिखना चाहती हूँ कि जिस चीज़ को वे, संभवतः, जन्म-जन्मातरों से खोज रहे थे उसे कैसे पाया जा सकता है—इसी जीवन में—अपने आत्मसाक्षात्कार को।"

"यह आत्म साक्षात्कार वास्तव में है क्या?" अभी तक अपनी सावधानी पूर्वक तैयार की गई सूची से मैं एक भी प्रश्न नहीं पूछ पाया।

चाय आ गई थी। मनमोहक दिव्य दृष्टा माताजी श्री निर्मला देवी, श्रीमती सी.पी. श्रीवास्तव, अत्यन्त सावधान गृहणी में परिवर्तित हो गईं। मैंने आपकी चाय में शक्कर और दूध, ठीक मात्रा में डाले हैं न? आप एक विस्किट लें (यह एक कुकी थी)।

**आत्म साक्षात्कार की परिभाषा:**— "आत्म साक्षात्कार," श्रीमाताजी ने कहा, "योग है, एकीकरण—लघु ब्रह्माण्ड का वृहत ब्रह्माण्ड (Micro Cosm to Macro Cosm) से योग। हमारे अन्दर विद्यमान शक्ति कुण्डलिनी का उठना। (कुण्डलिनी का कोई अंग्रेजी पर्याय नहीं है। आप किसी शब्द का अविष्कार करें। आपके लिए बहुत अच्छा कार्य है, 'कुण्डलिनी' का अंग्रेजी में एक अच्छा पर्याय खोज निकालें।) उस शक्ति को परमात्मा की सर्वव्यापी शक्ति से जोड़ना, ही आत्मसाक्षात्कार है

"यह (शक्ति) क्या करती है?" प्रश्न की सहजता को देखकर मुझे ऐसे लगा मानो मैं मूर्ख हूँ।

"यह चेतना में परिवर्तन लाती है। इस शक्ति को आप शीतल लहरियों, शीतल चैतन्य लहरियों के रूप में अपने हाथों और सिर के तालू भाग में महसूस करते हैं। यह वास्तविक घटना है, स्वः प्रमाणीकरण (Self Certification)

नहीं। मात्र कहना भर नहीं कि 'मेरा पुनर्जन्म हो गया है', या 'मैं ऐसा हो गया हूँ, मैं वैसा हो गया हूँ!'

वास्तव में आप बनते हैं। आत्म साक्षात्कार प्राप्त करने की यदि आप में शुद्ध इच्छा है और आप आत्म साक्षात्कार प्राप्त कर लेते हैं तो आप सामूहिक चेतन, वास्तव में मधुर एवं व्यवहार कुशल बन जाते हैं। आप कह सकते हैं 'वास्तविक नीली आँखों वाले अमरीकन (Blue American)।' और आनन्दमय हँसी पूरी कक्ष में फैल गई।

मैंने श्री माताजी से पूछा कि क्या केवल वे ही आत्म साक्षात्कार प्रदान कर सकती हैं "नहीं, नहीं", उत्तर मिला, "एक बार जब आपको आत्म साक्षात्कार प्राप्त हो जाता है तो आप अन्य लोगों को आत्म साक्षात्कार दे सकते हैं।"

"परन्तु ऐसा लगता है कि यह सब आप ही से आरम्भ होता है।" मैंने कहा, "आप ही क्यों?"

श्रीमाताजी का मुख्य गम्भीर हो गया। "जहाँ तक मैं जानती हूँ," वह कहने लगी, "केवल मैं ही इस कार्य को सामूहिक रूप से कर सकती हूँ। भारत में एक बार छः हजार ग्रामीणों को सामूहिक रूप से आत्म साक्षात्कार प्राप्त हुआ। परन्तु यदि कोई अन्य व्यक्ति इस कार्य को कर सके तो निवृत्त होने में मुझे बहुत खुशी होगी। अब मैं साठ वर्ष की हो गई हूँ।

(देखने में कभी-कभी तो वे अपनी आयु से आधी आयु की लगती थी।)

"मेरा विवाहित जीवन आनन्दमय है। जैसा आप देख रहे हैं, मेरा एक सुन्दर घर है, हर रोज की यात्राओं से मुक्त होकर, शान्त होकर अपने घर में बैठ जाना मुझे अच्छा लगेगा। लेकिन जब तक इस कार्य को करने वाला कोई अन्य नहीं

मिल जाता तब तक सत्य साधकों से मिलकर उन्हें ये बताना मेरा कर्तव्य है कि किस प्रकार वे परमात्मा का ये उपहार, अपना अधिकार, परमात्मा से यह एकाकारिता प्राप्त करें।"

"क्या मैं भी यह उपहार प्राप्त कर सकता हूँ मैंने कहा?"

श्रीमाताजी की आँखें नाच उठीं, "सिर के ऊपर अपना हाथ ले जाए," उन्होंने कहा।

जैसा मुझे कहा गया था मैंने वैसा ही किया। मेरे सिर के ऊपर धीमी सी, अत्यन्त धीमी ठण्डक थी। मैंने इधर-उधर देखा कि कहीं से हवा तो नहीं आ रही, परन्तु वहाँ न तो वातानुकूलन था और न ही कोई खिड़की खुली हुई।

"आपको महसूस हो रहा है?" अस्थायी रूप से मैंने हाँ करते हुए सिर हिलाया।

यह आरम्भ है शायद आप चाय पी रहे थे और आपने स्वयं से कहा, 'मैं वह अनुभव लेना चाहूँगा,' और 'श्रीमाताजी ने अपनी अंगुली का इशारा करते हुए कहा, तुम्हें ये अनुभव हो गया है आपकी इच्छा से ही घटित हो सकता है। अपना हाथ मेरी ओर करें।'

उन्होंने मेरा हाथ पकड़कर मेरी हथेली पर क्रास बनाया।

"आप बहुत अधिक सोचते हैं," उन्होंने कहा। "आप हर समय सोचने में ही बहुत अधिक व्यस्त रहते हैं।

उस क्षण से विचार समाप्त हो गया। मेरी अन्दर की सोच, सोच न रही।

"बहुत अधिक सोचने विचारने से लोगों को शक्कर रोग हो सकता है। शक्कर खाने से शक्कर रोग नहीं होता, अधिक सोचने से होता है। आत्म साक्षात्कार के पश्चात् हम शक्कर रोग को ठीक कर सकते हैं और यह नई बीमारी-एड्स

भी आत्म साक्षात्कार के बाद हम ठीक कर सकते हैं। आत्म साक्षात्कार प्राप्त करके आप अपने गुरु बन जाते हैं, आप अपनी और अन्य लोगों की समस्याओं का निदान कर सकते हैं और उन्हें ठीक भी कर सकते हैं। आत्म साक्षात्कारी व्यक्ति, जिसमें आत्म विकास की इच्छा हो, वह ठीक हो सकता है और दूसरों को भी ठीक कर सकता है।

यहाँ पहुँचकर एक सुखदतम लहर मेरे अन्दर दौड़ गई। न तो यह आत्म विस्मृति थी और न ही सम्मोहन। इन सबको मैं अनुभव कर चुका हूँ। यह तो गहन शान्ति का आनन्द था।

अपने अगले प्रश्न पर मुझे खेद हुआ क्योंकि इस प्रश्न से श्रीमाताजी के चेहरे पर मुस्कान धूमिल हो गई। "इस अनुभव के बदले आप अमरीका के लोगों से कितना धन लेंगे?" "यह तो विकास-प्रक्रिया का एक भाग है," उन्होंने उत्तर दिया। "यह परमात्मा के प्रेम का उपहार है, परमात्मा जो प्रेम के सागर हैं, करुणा के सागर हैं। इसके लिए किस प्रकार आप धन दे सकते हैं? परमात्मा पैसे को नहीं समझते। अपने विकास के बदले में आप किस प्रकार धन दे सकते हैं? अपनी दोनों टाँगों पर खड़े होने के बदले क्या आपने कोई धन दिया था? जो भी

हो मुझे पैसे की क्या जरूरत है? मैं एक वैभवशाली परिवार से सम्बन्धित हूँ। मेरे पति संयुक्त राष्ट्र के अन्तर्राष्ट्रीय समुद्रवर्ती संस्थान (U.N. International Maritime Organisation) के लन्दन स्थित मुख्य सचिव हैं। मुझे धन की आवश्यकता नहीं है। मैं धन स्वीकार नहीं करती।"

श्रीमाताजी ने मेरा हाथ छोड़ दिया और मुस्कराईं।

"अब पहले से बेहतर है न?" उन्होंने पूछा, मैंने सिर हिलाया।

"ऐसा इसलिए है कि अब तुम्हारा मस्तिष्क बहुत अधिक गतिशील नहीं है। तुम अधिक सन्तुलित, अधिक केन्द्रित और अधिक शान्त हो। थोड़ी चाय और लो।"

मैं एक बार फिर अपने सिर के ऊपर हाथ ले गया। सिर पर ठंडक अब भी बनी हुई थी, संभवतः पहले से अधिक।

"उत्तरी अमरीका में बहुत से सत्य साधक हैं," उन्होंने कहा, "अतः मैं उनसे मिलना चाहती हूँ।"

अब, लगभग एक सप्ताह पश्चात् जब मैं शान्ति पूर्वक बैठा हूँ, शान्ति एवं चैन की वह आनन्दमय अनुभूति मुझ पर लौट आती है। मुझे आशा है कि यह मुझे वंचित न करेगी।

# हनुमान पूजा 1999

आज हम लोग श्री हनुमान जी की जयन्ती मना रहे हैं। हनुमान जी के बारे में क्या कहें कि वो जितने शक्तिवान थे जितने गुणवान थे उतने ही वो श्रद्धामय और भक्तिमय थे। अधिकतर, ऐसा मनुष्य जो बहुत शक्तिवान हो जाता है, बहुत बलवान हो जाता है वह right sided हो जाता है। वह अपने को इतना ऊँचा समझता है कि वो अपने आगे किसी को भी नहीं मानता। पर हनुमान जी एक विशेष देवता हैं, एक विशेष गुणधारी देवता। जितने वे बलवान थे उतनी ही उनकी भक्ति शक्ति के सन्तुलन में थी। इतनी उनके अन्दर जो शक्ति भक्ति थी ये सन्तुलन उन्होंने किस प्रकार पाया और उसमें रहे थे, एक वही समझने की बात है। जिस प्रकार अब हम सहजयोग में पार हो जाते हैं और सहजयोग में हमारे पास अनेक विद् शक्तियाँ आ जाती हैं उसी के हिसाब से हमें सन्तुलन रखना पड़ता है। हम प्यार करते हैं और प्यार के सहारे, प्यार की शक्ति के सहारे हम अपने कार्य में रत रहते हैं और वो कार्य करते रहते हैं। इसी प्रकार श्री हनुमान जी अत्यन्त शक्तिशाली थे और इनके अन्दर दैवी शक्तियाँ, नवधा दैवी शक्तियाँ थीं—जिसे कहते हैं गरिमा, लघुमा वे चाहे जितना बड़े हो सकते थे, अणिमा छोटे बिल्कुल-बिल्कुल बारीक हो सकते थे। ये सारी शक्तियाँ जो भी पा लेता था वो पागल हो जाता था। दोनों के बीच में जो मध्य मार्ग है उस चीज को पाना है। जिसे आप शक्ति कहिए चाहे भक्ति कहिए। उनके शरीर का अंग-2 उसी से भरा रहता है। उनकी इसी विशेषता के कारण आज हम बजरंगवली की देश-विदेश में भी अर्चना करते हैं। मुझे आश्चर्य लगता है कि परदेश में जो छोटे लड़के हैं, छोटे बच्चे हैं, वो कोई सा

भी चित्र बनाते हैं तो पहले हनुमान जी का ही चित्र बनाते हैं। फिर दूसरी उनकी विशेष बात ये है वे अर्ध मनुष्य थे अर्ध बन्दर थे। माने पशु और मानव का बड़ा अच्छा मिश्रण था। तो हमारे अन्दर जो कुछ भी हमने अपने उत्क्रान्ति में, अपने Evolution में पीछे छोड़ा है उसमें भी जो प्रेम और उसमें भी जो आसक्ति थी वो उन्होंने अपने साथ ले ली थी। जैसे कि आप देखते हैं इन गुरुओं का जो मार्ग माना जाता है जिसमें कि गुरु के बहुत से प्राणी होते हैं, सेवक माने जाते हैं सो कुत्ते को मानते हैं। कुत्ते में वो विशेषता है कि गुरु के जैसे एक साधक पूर्णतः समर्पित होता है और गुरु के सिवा उसका और कोई मालिक नहीं होता। कोई और उसका विचार नहीं होता। हर समय वो अपनी जान लगा देता है अपने मालिक के लिए। इस प्रकार समझना चाहिए कि एक प्राणी जो कि उत्क्रान्ति में बड़ा हुआ है जब वो मनुष्य के सानिध्य में आता है तो वो क्या सीखता है? परम भक्ति। इसका मतलब है भक्ति हमारे अन्दर जन्मतः बनी हुई है। पूर्णतया पहले ही से हमारे अन्दर भक्ति का बीज बोया हुआ है। हम लोग इस दशा में नहीं थे, मानव दशा में नहीं थे तब हमारे अन्दर भक्ति का उद्भव बहुत हो गया; भक्ति पूरी तरह से हमारे अन्दर समा गई। आप किसी भी जानवर को ले लें, उसे आप स्नेह दें, ज़रा सा स्नेह दें, ज़रा सा आप प्यार दें तो वो इस तरह से आपके निकट हो जाता है, इस तरह आपको मानता है और इस तरह आपसे प्यार करता है। घोड़े की भी बात आपने सुनी होगी। घोड़े से जब सवार गिर जाता है जब वो मरने को होता है तो वो उसके ऊपर छा जाता है। इसी प्रकार अनेक हाथियों के बारे में बताया था कि ये

हाथियों की निष्ठा भी कमाल की है। वो अपने मालिक को कभी कोई तकलीफ नहीं देता। उनके मालिक पर गर कोई शेर या ऐसा जानवर हमला करे तो हाथी उससे लड़ते-2 मर जाएगा पर अपने मालिक को हाथ नहीं लगाने देगा। ये जो रिश्ता एक मालिक का और ऊँचे पहुँचे हुए जानवर का है ये रिश्ता भी हमारे अन्दर स्थित है। पहले उसे बनाओ और इस रिश्ते के साथ जो शक्ति भी हमको मिली है। पहले जैसे मैंने बताया कि हाथी लड़ते-2 मर जाएगा, तो लड़ने की शक्ति हाथी के अन्दर भी इसलिए है कि उसके अन्दर प्यार व भक्ति है। हम लोग कहते हैं कि सहजयोग प्यार का, परमेश्वरी प्रेम का कार्य है। बात सही है, पर इसी कार्य को करते वक्त उसमें शक्ति भी निहित है। हम लोग उसको शायद जाने या न जाने हमें उसमें प्रचीती हो या न हो, वो उसी के साथ निहित है और वो शक्ति, दैवी शक्ति मनुष्य का किसी के प्रति नतमस्तक होना, किसी को मान लेना, किसी को बड़ा समझ लेना ये सब उसी के लक्षण हैं। किन्तु वो जब गुरु मान लेता है तो उसके अन्दर गुरु की महिमा तो होती है पर उसके साथ-साथ उसकी शक्ति भी होती है। तो भक्ति और शक्ति दो अलग चीजें नहीं हैं एक ही हैं। हम ये कहेंगे कि गर (Right Hand) में गर शक्ति है तो (Left Hand) में भक्ति। ये शक्ति-भक्ति का संगम, ये हनुमानजी में बहुत है। सीता जी ने कहा, तुम तो मेरे बेटे हो। मैं बेटे के बल पर नहीं आऊंगी। मेरे पति को आना होगा और इस आदमी का संहार करना होगा। जब वो इसको नष्ट करेंगे तब मैं उनके साथ जाऊँगी। तो हनुमान जी पेड़ पर बैठ गए। उन्होंने कहा ठीक है। वो तो आपको ऐसे ही उठाकर ले आते, उनकी शक्तियाँ ही ऐसी थीं। लेकिन उन्होंने कहा कि जब माँ ये बात कह रही हैं, ठीक है। और उसके बाद इतना बड़ा महायुद्ध हुआ। उसकी जरूरत

थी। अब ये जो श्री राम के जो विशेष गुण अत्यन्त शक्तिशाली और उनका निशाना कभी चूकता नहीं था। आपने सुना होगा कि सीता-स्वयंवर में उन्होंने क्या किया? लेकिन वही श्री राम जब रावण की बात आई तो उसको उन्होंने छोड़ा नहीं। उसका उन्होंने वध कर दिया। उनके धनुष का वर्णन तुलसीदास ने बहुत सुन्दर किया है श्रीराम बार-बार बाण मार रहे हैं और रावण के दस सिर में से एक एक गिरता जाए, फिर आए जाए, तो लक्ष्मण ने कहा कि कर क्या रहे हैं आप? एक बाण उसका हृदय में मारो। जैसे ही हृदय में बाण मारोगे वैसे ही वो मर जाएगा, नहीं तो वो मरेगा कैसे? वो नहीं मर सकता उसका वो बाण जो है वो उसके हृदय में लगाओ। अब श्री राम का बड़ा सुन्दर वर्णन है वहाँ। संकोची थे न बहुत संकोची। श्री राम जो थे इतने शक्ति के प्रचण्ड महान पुरुष होते हुए भी उन्होंने कहा, देखो, बात ये है कि इस रावण के हृदय में मेरी सीता का वास है। तो मैं हृदय में नहीं मारूँगा। लेकिन ये बार-बार इसका सिर उतरेगा तो इसका ध्यान जरूर मेरे सिर की ओर जाएगा। उस वक्त मैं इसको बाण से मारूँगा। नहीं तो उनके लिए ये कहा जाता है कि एक बाण में वो वध करते थे। पर अब ये देखिए कि कितनी नजाकत की बात है, कितनी सरलता की बात है, पति का प्रेम अपनी पत्नी के प्रति। सारी शक्ति के सागर होते हुए भी उनके अन्दर किस कदर प्रेम था।

हनुमान जी के तो अनेक किस्से हैं कि जिसमें हनुमान जी ने सिद्ध कर दिया कि वो प्रेम का सागर हैं। और उसी वक्त जो दुष्ट हो, जो दूसरों को सताता हो, जो दूसरों को नष्ट करता हो उसका वध करने में उनको बिल्कुल किसी तरह का संकोच नहीं होता था। ये जो भक्ति की बात बजरंग बली की है वहीं उनकी शक्ति की भी बात देखने लायक है। वो जानते थे कि रावण



सिर्फ अग्नि से डरता है। इसलिए लंका में गए और लंका दहन कर दिया। ये उनकी शक्ति की बात थी कि उन्होंने लंका दहन कर दिया और उस दहन में किसी को मारा नहीं, किसी को जलाया नहीं, रावण भी जला नहीं, कोई नहीं जला पर उसे दहशत हो गई। वे घबरा गए कि रावण ये क्या पाप कर रहा है। रावण जो इस तरह के कार्य कर रहा था, पहले लोगों में सम्मत था। वो कहते थे ये रावण ही है, क्या है, इसकी इच्छा जो है सो है। इसको जो करना है सो करने दो। हम उसको कहने वाले कौन होते हैं, रावण तो रावण ही है। लेकिन जब, कितनी समझदारी की बात है कि जब लंका जल उठी, जब लंका का दहन हो गया तब लोग समझ गए कि ये तो बड़ी खतरनाक बात है, बड़ी घबराने की बात है। क्योंकि लंका का दहन हो गया और हम लोग गर जल गए होते तो अब आग की विशेषता ये है कि ऊपर जाती है, नीचे नहीं आती है। सब लोग नीचे से ऊपर देख रहे थे कि जल रही है, जल रही है, जल रही है। पूरा लंका दहन हो गया लेकिन कोई जला नहीं। ये डराने के लिए, उनको समझाने के लिए कि रावण महापाप कर रहा है, उन्होंने ये काम किया। कितनी समझदारी और कितना सन्तुलन बजरंग बली में था ये देखना है। यही हम देखते हैं। इतिहास में भी इतने लोग शक्तिशाली बहुत थे, उनमें अत्यन्त प्रेम था। गर आप देख लीजिए तो शिवाजी महाराज का एक उदाहरण है कि वे इतने शक्तिशाली थे और उतने ही तमीजदार, बहुत कायदे के और बहुत ही ज्यादा संयमी आदमी थे। ये सन्तुलन जब आपमें आ गया तब आप सहजयोगी हैं। गर आपके अन्दर शक्ति आ गई, इसका मतलब ये नहीं कि आप अपने प्रेम और व्यवहार किसी तरह से त्याग दें। किन्तु आप शक्तिशाली हैं उसकी शोभा ही ये है कि आप जो लोग दलित हैं, जो गरीब हैं, जो दुखी हैं, जो पीड़ित हैं, जिन

पर आफत आई हुई है, उनके संरक्षण में है। और जो लोग उनको पीड़ा देते हैं, जो नाश करते हैं, जो सताते हैं और जिन्होंने हर तरह की परेशानी इन लोगों के लिए खड़ी की है ऐसे लोगों को, आप को कुछ करने की जरूरत नहीं, सिर्फ बन्धन से ही आप ठिकाने लगा देंगे। ये जो आपके अन्दर शक्तियाँ आ गई हैं; इसका इस्तेमाल इसीलिए करना चाहिए कि जिससे जो दुष्ट हैं वो खत्म हो जाएं। लेकिन आपकी शक्ति में हाथ में तलवार या गदा नहीं हनुमान जी जैसे, बाह्य में गदा नहीं है पर अन्तर में है। आपको अनुभव आप देख लीजिए कि जो आदमी परेशान करता है, तंग करता है उस पर गदा प्रहार हो जाता है। चाहे आप हाथ में गदा उठाइए या नहीं उठाइए। इस तरह से आप तो स्वयं सुरक्षित हैं ही, आपकी तो सुरक्षा है ही। लेकिन उसके साथ ही साथ आपके जो दूसरे सहजयोगी हैं उनकी भी सुरक्षा है। इस तरह से बचत हो जाती है। अब इसमें भी बजरंग बली का हाथ बड़ा जबरदस्त है। आपको पता नहीं कि वो आपके आगे पीछे खड़े हुए हैं। है तो उनका स्वभाव बच्चों जैसा बहुत निर्मल और बहुत सरल लेकिन इतनी समझदारी और हर तरह की खूबियाँ वो जानते हैं। इसका मतलब है कि उनकी शक्ति के साथ उनके अन्दर निराक्षर विवेक बहुत है। बड़े बुद्धिमान थे। आजकल की बुद्धि तो बिल्कुल बेकार है। पर वो बुद्धि जो प्रेम से हरेक चीज को जाँचे और समझे उस बुद्धि के एक विशेष स्वरूप श्री गणेश थे और श्री हनुमान हैं। दोनों में विशेषता ऐसी है कि हनुमान जी बहुत बलिष्ठ, बहुत तेज ऐसे देवता हैं और श्री गणेश ठण्डे हैं। लेकिन दोनों जब वक्त पड़ता है तो बहुत बड़े संहारक।

सहजयोगियों को संहार करने की जरूरत नहीं। किसी का संहार करने की जरूरत नहीं। बस, आप ये सोच लीजिए कि आपके साथ ये दोनों हर पल, हर क्षण हैं जब भी आपको कोई

परेशान करे, तंग करे तो साक्षात् आपके संरक्षक आपके साथ खड़े हैं। बहुत सी बार आप सुनते होंगे कि ये मिनिस्टर लोग जाते हैं। कोई जाता है तो उनके साथ सिक्क्यूरिटी चलती है। सहजयोगियों की सिक्क्यूरिटी उनके साथ ही चलती है। और दूसरी तरफ सिक्क्यूरिटी जो चलती है वो गणों की। अभी उनका तो कार्य बहुत ज्यादा है, विविध है, तरह तरह के, छोटे-छोटे काम भी करते हैं। और ये ही हैं श्री गणेश को, वो गणपति हैं। उनको सब खबर देते हैं आपके बारे में, क्या हो रहा है? कहाँ गड़बड़ हो रही है? कहाँ से आक्रमण हो रहा है? कहाँ से आपको तकलीफ हो रही है? आप जानते भी नहीं होंगे। कोई अज्ञात रूप से भी कुछ आपके ऊपर में हमला करना चाहे। तो भी ये दोनों देवता आपके साथ खड़े हुए हैं। और जब गणपति ये बात बता देते हैं तो श्री हनुमान उस पर जुट जाते हैं। तो सहजयोगियों को डरने की कोई जरूरत ही नहीं है। किसी भी चीज़ से डरने की जरूरत नहीं है। अभी एक किस्सा आपको सुनाऊँ मैं, बड़ा आश्चर्य का है। आपने सुना होगा कि अमेरिका ने हर जगह बहुत सारे बम गिराए ये सोच के कि इस जगह कुछ आक्रामक लोगों ने कुछ व्यवस्था की हुई है। तो ये किस्सा जो मैं आपको सुना रही हूँ वो ये अफ्रीका में एक जगह, जहाँ पर कुछ सहजयोगी थे और वहाँ बम गिरा, वो बम गिरने से वहाँ के जितने भी लोग थे, सब मर गए पर सहजयोगियों को कुछ भी नहीं हुआ। वो बड़े हैरान, उनके ऊपर धूल भी नहीं आई। कभी वो कबैला नहीं आए थे, कभी उन्होंने सोचा नहीं था कि कबैला आएंगे। पर जब ये हुआ तो कबैला आए और आके बताया, माँ पता नहीं किसने हमें बचा लिया। किसने हमारी रक्षा की। लेकिन हम सारे सहजयोगी बच गए बाकी सब लोग मर गए। अब ये वाक्या है, सही बात है। और इसका कारण ये है कि आपने अब परमात्मा को स्वीकार्य

कर लिया है। आपने सहज मार्ग से अपना आत्मा चेतित कर लिया है। इस आपके नए परिवर्तन से आप एक महान भक्त और शक्तिपूर्ण ऐसे इन्सान हो गए। अब किसी की मजाल नहीं कि आपको छू ले। ऐसे हजारों उदाहरण आपको मैं दे सकती हूँ कि जब आप सहज में पार हो गए, तो आपको कोई भी नहीं छू सकता। पहले भी सन्त साधु थे। सबको सताया गया, सबको छला गया, सब कुछ हुआ। पर जितना भी लोगों ने छला या सताया वो डिगे नहीं। और इतना ही नहीं उनका हमेशा संरक्षण हुआ। और ऐसी-ऐसी बातें वो कहते थे कि जिससे लोग बहुत नाराज हो जाएं। सोचते थे कि ये क्या बातें कह रहे हैं। राजाओं के खिलाफ, राक्षसों के खिलाफ, सबके खिलाफ, वो ऐसी बातें कहते थे जिनसे लोग घबरा जाएं। पर हनुमान जी की शक्ति से उनको कोई नहीं छू सका, उनको किसी ने नहीं मारा। ख्वाजा निजामुद्दीन साहब के बारे में एक बड़ा अच्छा किस्सा है कि उनसे उनके बादशाह ने कहा कि तुम आकर के मेरे सामने झुको, घुटने साफ करो। उन्होंने कहा नहीं, मैं आपके सामने नहीं झुकने वाला। आप कौन होते हैं? बहुत नाराज हुए। उसने कहा कि गर तीन दिन के अन्दर आपने मेरे सामने सिर नहीं झुकाया तो मैं आपको गर्दन कटवा दूंगा। उन्होंने कहा कटवा दो। मैं नहीं झुकूंगा क्योंकि आप कोई बड़े साधु-सन्त नहीं जो आपके सामने मैं झुकूँ। तो उन्होंने आकर के बड़ा ही हंगामा मचाया कि तीन दिन बाद जाकर के इस आदमी की गर्दन काटनी है। जिस दिन उस गुरु की गर्दन काटने वाले थे, उसी रात इसी बादशाह की गर्दन कट गई। कैसे पता नहीं? गर ऐसे इतिहास में न होता तो जो बड़े-बड़े साधु-सन्त हो गए, जो बड़े-बड़े धर्मवीर हो गए वो खत्म हो जाते, क्योंकि राष्ट्र की प्रभूतियाँ इतनी ज्यादा बलवती हैं इतनी हिंसक हैं और इतनी व्यापक हैं कि वो इन लोगों को तो खत्म

कर ही देती। किन्तु उनके पीछे परमात्मा है और परमात्मा जो है वो एक तरफ हनुमान और दूसरी तरफ गणेश, ये दो शक्तियाँ मिलकर के बना है। तो संरक्षण वो संभालते हैं। राणा प्रताप रचयिता हैं मेवाड़ के, वो जब लड़ाई में गए तो उनके सैनिकों ने सोचा कि भई ये तो हारने वाले हैं तो उनसे कहने लगे आप वापिस जाइए क्योंकि हम चाहते हैं आप बच जाएं, मेवाड़ के लिए। उन्होंने कहा नहीं तुम लोग सब वापिस जाओ। मैं तो ऐसे ही डटा रहूंगा क्योंकि गण मेरे साथ खड़े हुए हैं। सहजयोगी थे न वो भी। आप को जाना है तो आप लोग जाइए मैं तो ऐसे ही डट के खड़ा रहूंगा क्योंकि गण मेरे साथ हैं। बस समझ लीजिए कि आपके आगे-पीछे हर तरह के संरक्षण हैं। पर इस संरक्षण के मिलते ही मनुष्य में क्या होना चाहिए? सहजयोगी में क्या होना चाहिए? वो धीर, गम्भीर और किसी से डरने वाला इन्सान नहीं होना चाहिए। वो किसी से भागता नहीं, जम जाता है उस जगह। और जो कुछ दुष्ट आदमी हैं उसके सामने डट जाता है। उसको कुछ करने की जरूरत नहीं। वो जमाना गया अब। अब तो आप सिर्फ खड़े हो जाएं, वो दूसरा भाग जाएगा, उसको पता नहीं चलेगा क्या हो रहा है? ऐसे अनेक-अनेक अनुभव सहजयोगी मुझे लिख कर भेजते हैं कि माँ ऐसा हुआ, वैसा हुआ, ये बात हुई। नहीं तो इस परदेसी लोगों के सामने सहजयोग फैलाना कोई आसान चीज नहीं है। और मुसलमानों में भी जब अब सहजयोग फैलने लग गया तो इससे आप समझ सकते हैं कि दैवी शक्ति जो प्रेम की शक्ति है उसके अन्दर कितनी ताकत है और उससे कितने कार्य हो सकते हैं। पर इसका मतलब नहीं कि आप हनुमान जी के नाम पर कोई बड़ी उत्पीड़न तैयार करें। ये इनका बिल्कुल मतलब नहीं। जैसे आजकल बने हुए हैं- हनुमान जी का नाम ले लो, गणेश जी का नाम ले लो और नहीं तो महादेव जी

का नाम ले लो और ऐसी-ऐसी संस्थाएं बनाओ। कोई संस्था बनाने की जरूरत नहीं आप स्वयं ही एक संस्था हैं। न तो आपको कोई छू सकता है और न तो कोई आपको नष्ट कर सकता है।

एक अपने को समझने की बात है जो कि सब शास्त्रों में कहा है कि आत्मसाक्षात्कार का मतलब है-अपने को जानना। अपने को जानना माने क्या? जानने का मतलब है कि ये जानिए कि आपके आगे-पीछे कौन-कौन खड़ा है? कौन-कौन आपका रक्षक है? और जो आपको लोगों से प्यार है और दुलार है और जो लोगों के प्रति जो हर समय ये सोचते हैं कि इनको मैं किस तरह से खुश करूंगा जैसे कि सारे संसार को मैं सुखी करूंगा, सबको मैं आनन्द से भर दूंगा। ये जो भावना आपके अन्दर आती है उसमें सोचना चाहिए आपका कोई भी बिगाड़ने वाला नहीं बैठा हुआ। हिम्मत नहीं है। कोई भी बिगाड़ेगा और उसके लिए आपको कुछ करना नहीं है। उसके लिए आपको कोई तलवार रखने की जरूरत नहीं, गदा रखने की जरूरत नहीं है। वो तो सब है ही वो पहले से ही बन बुन के आए हुए हैं। और वो आपमें समाए हुए हैं। आपको जरूरत ही नहीं है कि आप अपने को बलिष्ठ बनाएं, आप हैं। एक चाइनीस किस्सा है, बहुत मजेदार। कि उनके यहाँ मुर्गों की लड़ाई होती है। तो अब मुर्गों की लड़ाई होती है तो उसमें ये हो गया कि किसी तरह से एक राजा को ऐसा लगा कि किसी साधू के पास ले जाएं। तो ये मुर्गे जो हैं साधू से सीख लें कि दुनिया से कैसे लड़ना चाहिए। क्योंकि ये साधू किसी से लड़ता नहीं पर उसको कोई छूता भी नहीं। उससे लोग दूर ही भागते हैं और उसकी तरफ नतमस्तक रहते हैं। तो ऐसी कौन सी इसमें बात है कि ये इस तरह से इस दुष्ट दुनिया में इस तरह से रह रहे हैं। तो साधू ने कहा कि अच्छा तुम मुर्गों को छोड़ जाओ। तो एक मुर्गा उसके पास

वो छोड़कर चले गए। एक महीने बाद वो मुर्गे को ले गए और उसको जहाँ लड़ाई हो रही थी, बहुत सारे मुर्गे जिसमें थे, ऐसे प्रांगण में ले जाकर छोड़ दिया। तो अब मुर्गे जो ये महाराज थे ये अपने खड़े रह गए। अब सब मुर्गे आपस में लड़ रहे हैं, झगड़ रहे हैं, ये कर रहे हैं, वो कर रहे हैं। एक बाद एक, एक बाद एक, सब निकल गए। बस एक ये महाराज खड़े रहे। सब लोग इनसे डरने लग गए कि इनको तो कुछ हो ही नहीं रहा है। ये कोई विशेष हैं कि क्या? और आखिर में वो ही एक मुर्गा बचा रहा जो अपनी शान में खड़ा हुआ था।

सो आज हम हनुमान जी की यहाँ पूजा कर रहे हैं। तो सोचना चाहिए कि हनुमान जी साक्षात् हमारे अन्दर बस गए हैं। वो हमारे right side में हैं, माने पिंगला नाड़ी पर काम करते हैं और हमारे अन्दर जोश भरते हैं, और उससे उष्णता भी आती है इन्सान में। पर उनका मार्ग ऐसा है कि आपके अन्दर उष्णता भी आए और भक्ति भी साथ-साथ चले। सो जो वो उष्णता आती है जो जोश आता है वो हमारे अन्दर right side में काम करता है। और जब हम हनुमान जी की सन्तुलन शक्ति को प्राप्त नहीं करते हैं तो हमारे यहाँ अनेक बीमारियाँ आ जाती हैं जैसे लीवर की बीमारी है, अस्थमा की बीमारी है और यहाँ तक Heart Attack कहना चाहिए आता है। जब इनकी गर्मी नीचे की तरफ जाती है, हनुमान जी गर्मी को कंट्रोल करते हैं पर जब गर्मी कंट्रोल नहीं होती है तो ऐसी-ऐसी बीमारियाँ होती हैं कि जिनका कोई इलाज नहीं। Blood Cancer हो सकता है इससे और Intestind trouble हो सकता है। माने दुनिया भर की बीमारियाँ एक लीवर की खराबी से होती हैं और लीवर की खराबी होती है क्योंकि हम हनुमान जी की बात नहीं मानते। माने कभी गर हमें गुस्सा आए कोई जरूरत नहीं है चैतन्य लहरी ■ खंड : XII अंक : 11 & 12, 1999

गुस्सा आने का। पर आया गुस्सा, लगे मारने-पीटने, इसको उसको हंगामा करने। ये कोई न हनुमान जी की शक्ति है? कोई गुस्सा करने की बात ही नहीं है। किसी से नाराज होने की बात ही नहीं है। जरूरत ही नहीं है गर आप हनुमान जी को मानते है तो। वो किसी पर गुस्सा नहीं करते। लेकिन इन्सान है हर बात पर गुस्सा आ सकता है। अहंकार चढ़ता है उसके अन्दर। हनुमान जी में जरा भी अहंकार नहीं था। Right Sided आदमी में बहुत अहंकार होता है। मनुष्य में तो इतना अहंकार है अरे बाप रे! अरे बाप रे! मेरा तो जी घबराने लगता है। जब देखती हूँ उनको किस चीज का अहंकार था। उस अहंकारिता का कोई आर्थ ही नहीं है। फिर 'हम' माने क्या? कोई एक सर्वसाधारण मनुष्य भी अहंकार करता है और बहुत से राजे-महाराजे भी अहंकार नहीं करते। इसका कारण है- उनके अंदर ही कोई ऐसी स्थिति बनी है कि वो हनुमान जी को नहीं मानते। जैसे ही आप हनुमान जी को मानते हैं-वैसे ही आप श्री राम जी को मानते हैं। अब बताइए कि गर आप right sided आदमी नहीं हैं तो आपको तो अस्थमा होना नहीं चाहिए क्योंकि श्री राम का वास हमारे सहजयोग के हिसाब से right heart पर है। क्योंकि आप हनुमान जी को नहीं मानते हैं। उनके तरह का आपका व्यवहार नहीं है, सन्तुलन नहीं है इसलिए आपको अस्थमा भी हो जाता है। हृदय में आपके शिवाजी का स्थान है। वो भी, वोही गड़बड़ हो जाता है और आपको Heart attack आ सकता है या आपको और बीमारियाँ हो सकती हैं। सहजयोग में आने पर आपको समझना चाहिए कि हनुमान जी का आपके सामने एक आदर्श है, गणेश जी का है ही, वो तो अबोधिता थे। बिल्कुल अवतार जैसे छोटे बच्चे होते हैं। वैसे ही भोले भाले लेकिन बुद्धि के बहुत चाणाक्ष और हनुमान जी के अन्दर एक सन्तुलन,

एक प्यार भरा आनन्द और उसी के साथ-साथ शक्ति दर्शन। ये सब चीजों को समझते हुए एक सहजयोगी का चरित्र या उसका जीवन ऐसा होना चाहिए कि सन्तुलित। आपको जब गुस्सा भी आता है, तो आप चुप होकर देखिए। मुझे मेरे ख्याल से, मुझे तो कभी गुस्सा नहीं आता या आता भी होगा तो मुझे तो पता नहीं और बगैर गुस्सा किए ही मामला ठीक हो जाता है। मैं कहूँगी जरूर कि भई ये क्या कर रहे हो? बस ज्यादा नहीं, इससे आगे नहीं। और लोग तो गाली-गलौंच दुनिया भर की चीजें करते हैं। पर जब ये अति हो जाता है जब ये गुस्सा करने का मादा अति हो जाता है और आदमी वो तो बड़े गुसैल बैठे हुए हैं, वो वहाँ बैठे हैं, गुस्से करके बैठे हैं, जो गुस्सा कर रहे हैं। इस तरह से जब आदमी हो जाते हैं तो एक गम्भीर बात होती है, एक बड़ी गम्भीर बीमारी उनको लगती है, उनको अल्जाइमर कहते हैं। अल्जाइमर को बीमारी, इस गुस्से से होती है। वो गुस्सा जो हम बेकार में कर रहे हैं।

अब समझ लीजिए, आपके लड़के को किसी ने थप्पड़ मार दिया। हो गए आप गुस्से; गुस्सा होने से क्या बात होती है? उल्टे सोचना चाहिए कि हमारे लड़के की कोई गलती है या हम जबरदस्ती अपने प्यार में उस लड़के को खराब कर रहे हैं। इस तरह का सन्तुलन जीवन में नहीं आएगा, तो ये अल्जाइमर की बीमारी बहुत ही खराब होती है। इसमें आदमी पगला सा जाता है। मरता नहीं है और किसी को मरने भी नहीं देता। गालियाँ देता है, चौखते रहता है, उसका इलाज है सहजयोग में पर बड़ा कठिन है क्योंकि वो तो गालियाँ देते बैठते हैं। उसको जो ठीक करने जाएगा, उसको ही गालियाँ देंगे तो कौन, गर कोई डॉक्टर हो तो उसको कोई गाली दे तो कहेगा जा चूल्हे में और मुझे क्या करने का है। यही होता

है उनके साथ कि नहीं चाहिए, माँ हमको इनको ठीक करना ही नहीं, जाओ यहाँ से। जहाँ रहना है जैसे रहना है।

अब दूसरे हनुमान जी के जो बड़े भारी दुश्मन हैं, वो हैं- शराबी। जो लोग शराब पीते हैं, उनका लंका दहन करते हैं। यानि आप देखते हैं जो आदमी शराब पीते हैं, न कोई उनसे बात करेगा, न कुछ करेगा अच्छा वो दस शराबी इकट्ठे करके और शराब पिलाएंगे। अब सब शराब पी रहे हैं न उनके घर में खाने को है, न पीने को है, न ही कुछ, बस शराब पी रहे हैं पागल जैसे। जो लोग हनुमान जी को मानते हैं। वो शराब नहीं पी सकते, नहीं पी सकते। क्योंकि इधर से मानो तो उनको और करो उसके उल्टा, तो वो हो नहीं सकता। और आजकल मैं देखती हूँ कि शराब पीना बहुत बढ़ गया है। और मुझे आश्चर्य होता है कि एक बड़े अफसर साहब थे एक बार उनको घर मैं गई क्योंकि हमारे पति के वो दोस्त भी थे। और मियाँ-बीवी दोनों शराब पीते थे और बड़ी ठण्ड थी। तो मुझे कहने लगे आज रात यहीं ठहर जाओ। तो मैंने कहा अच्छा ठहर जाएंगे। तो पूरे घर में एक कम्बल, मैंने कहा, हे भगवान! इतने बड़े अफसर के घर में एक कम्बल। मैंने कहा, मेरे को तो कोई बात नहीं मैं तो सो लूँगी। अब वो लोग परेशान हों कि एक कम्बल में इनको कहाँ सुलाए। मैंने कहा मेरी चिन्ता मत करो, मैं ठीक कर लूँगी। इतना उनका हाल खराब। उनकी लड़की खराब गई लेकिन मानने को तैयार नहीं मेरी लड़की खराब गई। बस जैसे ही शराब पी लेंगे तो ये कहना शुरू करेंगे कि साहब मेरी लड़की सबसे अच्छी है, आप कुछ मत कहिए। वो लड़की का सत्यानाश हो गया है क्योंकि चढ़ गई शराब चढ़ गई तो होश ही नहीं उनको। उसका बिल्कुल सत्यानाश हो गया उस लड़की का। अन्त में अभी आई थी मेरे पास रोते हुए। बहुत

उसका सर्वनाश कर दिया। तो ये बात है कि, शराब का एक नशा, और नशे को भी बढ़ा देता है। और उसमें सबसे बड़ा नशा ये हो जाता है कि मनुष्य को प्रेम नहीं रह जाता है, तो किसी से प्यार नहीं करता। इसीलिए सबने, सारे धर्मों ने शराब को मना किया है। लेकिन अब इसाई धर्म जैसे है सब लोग उसमें तो कुछ न कुछ हिसाब किताब बना लेते हैं। हिन्दू धर्म में भी है, इसाईयों में भी, मुसलमानों में तो उन्होंने कहा कि जब ईसा मसीह किसी शादी में गए थे तो उस शादी में शराब बनाई गई थी, बिल्कुल झुठ, इसलिए हम लोग शराब पीते हैं। माने इंग्लैण्ड में तो मैं हैरान ही हो गई। कोई मरा तो शराब, कोई मर गया तो भी शराब पीएंगे, कोई पैदा हुआ तो भी शराब पीएंगे। तो वो जो आदत हो गई उन लोगों को, और शराब तो वहाँ बिल्कुल बड़ा भारी, एक संस्कृति सी बनी हुई है शराब की। किताबें लिखी हुई हैं। कौन सी शराब, कब पीना चाहिए, ऐसा नहीं वैसा नहीं, कैसा गिलास इस्तेमाल करना चाहिए। अभी इन शराबी लोगों का जो हाल मैंने देखा वो मैं सोचती हूँ ये आधे इन्सान हैं आधे बिल्कुल पगले हैं। पागल हैं। पर वो वहाँ संस्कृति बन गई। सबसे ज्यादा तो फ्रांस की तो संस्कृति बन गई। उनसे अपने को सीखने का कुछ नहीं। अब वो जो शराब की बात करते हैं तो ईसा-मसीह जब वहाँ गए तो उस वक्त में वो जगह, हिब्रू में मैंने पढ़ा हुआ है कि जो है द्राक्ष का रस पीते थे। माने अंगूर का रस पीते थे। तो उन्होंने पानी में हाथ डाल के उसमें अंगूर का रस बना दिया पानी का। शराब कभी सड़ाए गलाए बगैर बनती है क्या? दो मिनट में सहज में शराब बन सकती है क्या? जब तक आप शराब को खूब सड़ाए नहीं और जितनी सड़ेगी उतनी महंगी। पचास साल सड़ी हुई हो तो और भी अच्छी और सौ साल हो तो बस दुर्लभ! ये शराब की ideas बना ली शराबियों ने और

शराबी लिखने वाले और शराबी ही कहने वाले। उनके शराबियों के लेक्चरों से न जाने कितने लोग बेवकूफ बनते हैं। पर किसी शराबी का मैंने किसी भी देश में पुतला खड़ा हुआ नहीं देखा। सो ये सब लोग श्री हनुमान के विरोध में नहीं हैं पर उनको attack करते हैं, उनको आक्रमण करते हैं। फिर वो भी दिखा देते हैं ऐसी गर्मी अन्दर कर देते हैं। पेट में कि फिर कैंसर, फलाना-ढिकाना। सब बीमारियाँ जब पियो और पियो, पियो। ये शराब पीने पिलाने की जो ये रस्म चल पड़ी है इसका मुझे तो डर लगता है कि ये हनुमान जी को संभाले रहो, न जाने क्या कर दें? कहाँ से क्या आफत कर दें? इनका क्या ठिकाना सारे शराबियों को एक दिन पकड़ के समुन्दर में न डाल दें। मुझे तो ये ही डर लगता है इनसे। क्योंकि इनमें दया है, भक्ति है, सब है पर जो इनके विरोध में खड़े हैं उनकी नहीं। जैसे श्री गणेश, दुष्चरित्र आदमी गर कोई हो कोई अगर चुरे वर्तन का आदमी हो तो उसके विरोध मूलाधार चक्र पर पड़ता है, जिसका चरित्र ठीक नहीं। पर इनकी बात और है ये जब किसी आदमी को देखते हैं कि वो अपनी चेतना से ही खेल रहा है। शराब पीने से चेतना ही नष्ट होती है। तो फिर उसके पीछे पड़ जाते हैं। घर में कलह होगा, झगड़े होंगे, मारा-मारी होगी। अब देखिए कि रस्ते पर मारा-मारी हो रही है, गर आप रास्ता रोकने जाएं तो दो शराबी आपस में मार रहे हैं। फिर उसकी हवा और फैलती है। तो किसी शराबी के घर किसी सहजयोगियों को जाना नहीं चाहिए क्योंकि वो अपवित्र जगह है और न ही किसी भी शराबी के साथ कोई सम्बन्ध रखना चाहिए। सहजयोगियों के लिए भी बड़ा घातक है क्योंकि इधर तो आप हनुमानजी को मानते हैं और उधर आप शराबियों के यहाँ जाते हैं। खास कर पूना में, न जाने कितने तरह के हनुमान जी यहाँ हैं- मारुति, कोई दुल्या

मारुति, तो कोई वो मारुति, तो कोई वो मारुति। तो पुणे वालों के लिए तो बहुत बचकर रहना चाहिए। वो एक बार आए थे हनुमान जी वाले मेरे पास, के माँ एक लैक्चर दो। मैंने कहा, मैं नहीं आऊंगी। कहने लगे क्यों? मैंने कहा आप शराब पीकर के वहाँ गन्दे-गन्दे सिनेमा के गाने गाते हो और आपको मालमू है, ये मारुति क्या है? ऐसे गले घोटेंगे सबके, फिर पता चल जाएगा। तो उस गणपति के यहाँ आजकल मैंने सुना है कि शराब वराव पीने नहीं देते। कोई शराबी पीकर आता है तो उसको भगा देते हैं। आप सोचो कि हिम्मत देखिए कि हनुमान जी के सामने ही जाकर के और ये धंधे करना हनुमान जी के सामने। क्या हिम्मत है! और ये सब कुछ करने से लोग सोचते हैं कि पैसा आता है। इसका जो धंधा करते हैं और जो पीते हैं, इसके जो ग्राहक हैं, सब इसी तरह से बिल्कुल बेकार Bankrupt, एक पैसा नहीं। अब लोग कहेंगे कि शराब में ऐसा क्या है, क्योंकि ये हनुमान जी का मामला है भई, इसका क्या कारण दें। हनुमान जी के विरोध में तुम जा रहे हो। उनकी शक्ति आपके अन्दर Right Side से बहती है। उसको इस्तेमाल करो सन्तुलन के साथ बजाय इसके आप शराब पीते हो, अपना लीवर खराब करो, फिर ये खराब करो, फिर वो खराब करो तो वो तो उखड़ेंगे ही। माने सूक्ष्म में यह हनुमान जी का काम है, बाह्य ताल्लुक नहीं समझते। बाह्ययता तो ये हालत है कि कहीं गुर शराब के विरोध में कुछ कहो तो, तो लोग मारने को दौड़ेंगे आपको। अगर आप नहीं पीते तो कहेंगे क्या बेवकूफ हो? आप शराब न पीते हो। अरे, बाबा उसके पीछे में इतने बड़े हनुमान जी खड़े हुए हैं। एक बार भी इसका प्रहार किया तो गए आप जिन्दगी से गए। मेरे ख्याल से पहले ही प्रहार करते नहीं तो लोग ऐसे पागल जैसे कैसे बातें करते। वोही वोही बात करेंगे, वोही वोही बात एकदम और सब पागल।

चैतन्य लहरो ■ खंड : XII अंक : 11 & 12, 1999

सब पार्टी हो रही और ये होगा और सब पागल लोग वहाँ। फिर शादियों में, बारातियों में सब में चलता है।

अब जो इन्सान कार्य करता है बहुत आगे की सोचता है और बहुत विचारक है, सब है, पर प्रेम नहीं है। सबके प्रति प्रेम की भावना नहीं है। उसको भी इसकी तकलीफ होती है। क्योंकि राम की भक्ति करने वाले इस हनुमान जी का कोई ठिकाना नहीं है। गुर आप बड़े कार्यकर्ता है, बहुत बढ़िया आदमी हैं, सब कुछ है लेकिन आपको सबके प्रति प्रेम नहीं है। चलने नहीं वाला। सबके प्रति प्रेम रखना और इसलिए ईसा मसीह ने कहा है कि सबको माफ करिए। आप कौन होते हैं माफ न करने वाले? जहाँ गर्मी हुई लोगों की खोपड़ी खराब हो जाती है और प्यार का मजा टूट जाता है। ऐसे हनुमान भक्त श्री बजरंग बली को सबको नमस्कार करना चाहिए और समझना चाहिए हमारे अन्दर जो भी सहजयोग से शक्तियाँ आई हैं उसको सन्तुलन में रखें। प्यार ऐसी चीज है कि आप बड़े-बड़े लोगों को प्यार के बन्धन में फँसा लो। हम तो यही करते रहते हैं क्योंकि अजीब-अजीब लोगों से पाला पड़ता है। अब उनपर ऐसे प्यार का चक्कर चलाओ की वो ठिकाने आ जाएं। एक बार हम गए थे कही, तो वहाँ एक साधू बाबा बड़े मशहूर लेकिन गुस्से के तेज, ये लोग सब गुस्से के तेज बहुत होते हैं तो हम चढ़के ऊपर गए तो वो गुस्से में यूँ, यूँ, यूँ, गर्दन कर रहे थे क्योंकि उनको ये अहंकार था कि वो बरसात को रोक सकते हैं। और मैं जो ऊपर गई चढ़ते-चढ़ते ऊपर पहुँची तो बिल्कुल भीग गई बरसात में। अब ये बहुत गुस्से होकर बैठे थे। तो मैं जाकर उनकी गुफा में बैठी तो वो आकर बैठ गए। बहुत गुस्से हुए तो मैंने कहा ऐसा क्या हो गया, भीग गए तो क्या हो गया। नहीं कहने लगे आपने मेरा अहंकार निकालने के लिए ही बरसते

पानी को रोका नहीं, क्योंकि मैं तो रोक सकता हूँ। मेरे ये अहंकार हो गया था। ऐसी कोई बात नहीं। मैंने कहा देखो तुम सन्यासी हो और तुमने मेरे लिए एक साड़ी खरीदी है। मैं सन्यासी से तो कुछ ले नहीं सकती, ले नहीं सकती और तुम मुझे कुछ दे नहीं सकते। तब मैंने सोचा, कि भीग जाओ तो लेना ही पड़ेगा। उस चीज़ से उनके आँख से आँसू बहने लग गए। मेरे पैर पर गिर पड़े। मैंने कहा मुझको क्या करना था मुझको तो सिर्फ थोड़ा सा भीगना ही था। नहीं तो मैं भी नहीं लेने वाली थी। पर मैंने कहा, थोड़ा भीग जाओ तो फिर लेना पड़ेगा-साड़ी। तो कहने लगे कि अच्छा मैंने कहा कि तुमने मेरे लिए भगुवे रंग की साड़ी ली है और नौवार। ये अच्छा किया क्योंकि इसमें तो पेंटीकोट भी भीग गया तो नौवार मैं पहन सकती हूँ। बहुत एकदम उनकी तबियत खुश हो गई। तो ये प्यार ऐसी चीज़ है कि बड़े-बड़े गुस्से वालों को ज़मोन पर उतार लाती है और पहले के अनेक ऐसे उदाहरण हैं। वो जो बताने बैठें तो रात पूरी ऐसे बीत जाएगी। पर अब भी हर दिन हो रहा है। प्यार से बात करो। उसमें क्या जाता है। ग़र आप प्यार करोगे तो दूसरों के सद्गुण आपके अन्दर आएंगे और ग़र आप किसी से नफरत करोगे उसी से उसके जो दुर्गुण हैं वो आपके अन्दर आ जाएंगे। लेन देन का मामला है। आपने किसी से ये ऐसा वो ऐसा जो देखो कोई ठीक नहीं ऐसे बहुतों के यहाँ रिवाज है, संस्कृति है कि कोई घर में आया, बैठा खाओ पीयो, ठीक

है। हाँ हाँ हाँ हाँ सब हुआ। जैसे ही गया- ये ऐसा खराब आदमी है। फिर दूसरा आया वो बैठा खास कर औरतों में बहुत होता है। ये तो आकं बैठा हाँ हाँ बड़े अच्छे है, बड़े अच्छे है, हाँ जाओ जाओ। हाँ ये ऐसा आदमी है। अरे भई, ऐसे उँपरी प्यार से तो नहीं हो सकता न। ग़र तुम इस तरह से ऊपरी प्यार किसी से करोगे, तो वो क्या समझता नहीं है क्या? प्यार अन्दर से करने की शक्ति आपको प्राप्त है क्योंकि आप सहजयोगी हैं। और जब ये चीज़ को आप आत्मसात करोगे। अपने आप, जब प्यार का पेड़ खिलेगा तो आप दूसरों को आनन्द दोगे और उसकी खुशबू आपको भी आएगी। प्यार के सागर के सिवाए और कोई चीज़ आपको अच्छी नहीं लगेगी। इसलिए बजरंग बली से जो चीज़ सीखने की है वो है, उनकी भक्ति और वो शक्ति जो उन्होंने आपको दी है कि आपको कोई हाथ नहीं लगा सकता ग़र आपकी भक्ति सच्ची है। कोई हाथ नहीं लगा सकता। ऐसे हजारों उदाहरण सहजयोग में है। चमत्कार उसको लोग कहते हैं। मैं कहती हूँ, नहीं ये तो श्री हनुमानजी की कृपा है। तो आप सबको अब मैं अनन्त आर्शावाद और प्यार कहती हूँ। पहले अपने को भी प्यार करो, दूसरों को भी प्यार करो। इसका मतलब नहीं मेरा बेटा, मेरी ये, नहीं नहीं। इसका मतलब है निर्वाज्य प्यार। प्यार जिसका कोई बदला नहीं, जिसका कोई रिश्ता नहीं। जो अगाध है। ऐसी प्यार की शक्ति आपके अन्दर आई है, उसको आप इस्तेमाल करें। अनन्त आर्शावाद।



## 26, 27 फरवरी 1987, शिख पूजा के सुश्रवण पर मुखर्ष में माताजी श्री निर्मला देवी की डॉ. तलवार से बातचीत।

सहजयोग का ज्ञान मुझे सदा से था। इस अद्वितीय ज्ञान के साथ ही मेरा जन्म हुआ। परन्तु इसे प्रकट करना आसान कार्य न था। अतः इसे प्रकट करने की विधि मैं खोजना चाहती थी।

सर्वप्रथम मैंने सोचा कि सातवें चक्र (सहस्रार) का खोला जाना आवश्यक है और 5 मई 1970 को मैंने ये चक्र खोल दिया। एक प्रकार से यह रहस्य है। पहले ब्रह्म चैतन्य 'अव्यक्त' था, इसकी अभिव्यक्ति न हुई थी। यह स्वतः स्पष्ट न था। जो लोग किसी प्रकार आत्म साक्षात्कार प्राप्त करके ब्रह्म चैतन्य के समीप पहुँच जाते तो वे कहते कि 'यह निराकार का गुण है। व्यक्ति एक बूँद की तरह से है जो सागर में विलीन हो जाती है।'

इससे अधिक कोई भी न तो वर्णन कर पाता और न ही लोगों को बता पाता। ब्रह्म चैतन्य के सागर से अवतरित महान अवतरणों ने भी अपने गिने चुने शिष्यों को यह रहस्य समझाना चाहा, उनका परिचय ब्रह्म चैतन्य से करवाने का प्रयत्न किया। परन्तु ब्रह्म चैतन्य के 'व्यक्त' रूप में न होने के कारण ये अवतरण स्वयं इसी में लुप्त हो गए। ज्ञानेश्वर जी ने समाधि ले ली। कुछ लोगों ने कहा कि वे इसकी बात नहीं कर सकते, यह तो अनुभव की चीज है। अतः बहुत कम लोग इसे प्राप्त कर सके। कोई भी अपनी अंगुलियों के सिरों पर, अपनी नाड़ियों पर, अपने मस्तिष्क में इसका अनुभव करके या अपनी बुद्धि से इसे समझकर आत्म साक्षात्कार के अनुभव का वास्तविकरण न कर सका। इस प्रकार यह बहुत बड़ी समस्या थी सभी ने इसके लिए आधार बनाने का प्रयत्न किया।

अब ब्रह्मचैतन्य के विराट अवतरण के रूप में मैं आई हूँ। निराकार सागर अब एक बड़ा बादल (साकार) बन गया है। इसने रूप धारण कर लिया है। इससे पूर्व जो भी अवतरण आए वे इसके अंग-प्रत्यंग थे। अब पूर्ण (विराट) अवतार हुआ है। इस बादल में जल है, वर्षा का ये जल लोगों के मस्तिष्क पोषण कर रहा है। शनैः शनैः वे उस स्तर पर लाए गए हैं जहाँ उनकी कुण्डलिनी उठ गई है, उन्हें आत्म साक्षात्कार प्राप्त हो गया है और अब वे अपनी नस-नाड़ियों और अंगुलियों के सिरों पर सभी समस्याओं को महसूस कर सकते हैं। यही कारण था जिसकी वजह से अब तक किसी ने स्पष्ट रूप से चैतन्य लहरियों के विषय में नहीं बताया। उन्होंने चैतन्य लहरी की बात की परन्तु तब तक यह अव्यक्त रूप में थी। केवल एक अवस्था थी, आनन्द की एक अवस्था जिसकी अभिव्यक्ति स्थूल रूप में न हुई थी। उस अवस्था में वे क्रोध और प्रलोभनों से ऊपर उठ गए। हमारे सम्मुख इसके प्रमाण हैं। वे ऐसा किस प्रकार कर पाए, ब्रह्म चैतन्य क्या था—इसका प्रत्यक्ष रूप वो न दर्शा पाए। केवल उपमाओं और नीति कथाओं के माध्यम से उन्होंने इसके विषय में बताया।

मैंने यही प्राप्त किया है—यह प्रत्यक्ष रूप है। ब्रह्म चैतन्य का साकार रूप में सागर में से लाई हूँ। अब मैं आपको इसमें विलीन हो जाने की आज्ञा नहीं देती। इसे मैंने एक बड़े घट (मटका) के रूप में स्थापित किया है। आप लोग छोटे घट हैं दूसरे शब्दों में सूक्ष्म कोषाणुओं के रूप में अपने शरीर में ले लिया है जहाँ में

आपका पोषण करती हूँ, आपकी देखभाल करती हूँ, आपकी अशुद्धियाँ स्वच्छ करती हूँ और यह सब कार्यान्वित करती हूँ। परन्तु मैं 'महामाया' हूँ। इसलिए मुझे अत्यन्त शनैः-शनैः उचित समय तथा उचित परिस्थिति में काम करना होता है।

जब सातवाँ चक्र खोला गया तो सभी चक्र आपके सहस्रार में आ गए और मैं सभी चक्रों का और आपके सभी देवी-देवताओं का संचालन कर पाई। किसी भी देवता से प्रार्थना करने भर से आपको चैतन्य लहरियाँ आने लगती हैं यह प्रमाणित करता है कि मैं ब्रह्म चैतन्य हूँ।

ब्रह्म चैतन्य ही आदिशक्ति है और सदा-शिव भी मेरे हृदय में विराजित हैं। परन्तु मेरे बहुत अधिक मानवीय होने के कारण मुझ में सदाशिव को खोज पाना सुगम नहीं है। आधुनिक मानव को आप यदि ये सब बातें बताएं तो उनकी समझ में नहीं आएगा। ये तो केवल सहजयोगियों को बताया जा सकता है जिनमें इसे समझने की योग्यता है। इस सत्य को बर्दाश्त कर पाना अत्यन्त कठिन है। आजकल तो अपने धन और पद के गर्व से मुक्त रहना भी अत्यन्त कठिन है। लोग हिल जाते हैं उनके लिए यह बर्दाश्त करना असंभव होगा कि सभी अवतरण मुझमें निहित है।

एक बार मैं औरंगाबाद गई। वहाँ एक लड़के ने मुझे बताया कि ब्रह्म चैतन्य अनुभव करने या न करने से परे है इसके विषय में उसने किसी पुस्तक में पढ़ा था। मैंने उसे बताया कि ये सच है परन्तु इस सत्य को भूलकर वह ब्रह्म-चैतन्य को केवल महसूस करें। इसके पश्चात् मैंने इसके विषय में कुछ लोगों को बताने का निर्णय किया। इसको प्रकट करने से पूर्व, आप देखें, उपयुक्त समय भी आ गया था। अभी तक सभी धर्म विभाजित थे और असंगठित। अब पूर्ण संगठन आ गया है। अब मैं ईसा मसीह, मोहम्मद साहब और अन्य लोगों के विषय में

विस्तार से बता सकती हूँ क्योंकि वे सब एक ही विराट के अंग-प्रत्यंग हैं। उसी विराट के जो ब्रह्म चैतन्य है।

वैज्ञानिकों से मेरे विषय में बात न करें उन्हें केवल यही बताएं कि एक अद्वितीय विधि विकसित है। यद्यपि इसे समझना कुछ कठिन है फिर भी ये घटित हुआ है और हमने स्वयं इसे देखा है। वैज्ञानिकों को आप इस प्रकार बताएं। उनसे यदि आप मेरे विषय में कहेंगे तो उन्हें आघात लगेगा। अधिक से अधिक आप उन्हें इतना कह सकते हैं कि 'यह ज्ञान माताजी श्री निर्मलादेवी की देन है।' इसके द्वारा कुण्डलिनी जागृत की जा सकती है। उन्होंने किस प्रकार इस कार्य को किया इसके विषय में हम कुछ नहीं जानते संभवतः यह रहस्य है, सारी बात मुझ पर डाल दो।

आप समझने का प्रयत्न करें। क्या आप बता सकते हैं कि बीज का अंकुरण किस प्रकार होता है? पृथ्वी माँ में बीज को डालने पर। तो आप कह सकते हैं कि सभी कुछ श्रीमाताजी पर छोड़ने से हमारे अन्दर बीज का अंकुरण हुआ है। यह जीवन्त प्रक्रिया है जिसे हमने स्वयं देखा है।

अब तक कोई भी अन्य लोगों को आत्म साक्षात्कार नहीं दे पाया। हो सकता है एक दो लोगों ने दूसरों को साक्षात्कार दिया हो। अधिकतर लोगों को तपस्या द्वारा ही आत्म साक्षात्कार प्राप्त हुआ। उदाहरणार्थ महात्मा बुद्ध को तपस्या द्वारा आत्म साक्षात्कार प्राप्त हुआ। ब्रह्म चैतन्य ने उनमें इसलिए प्रवेश किया क्योंकि उन्होंने इसके लिए प्रार्थना की। इसके लिए शुद्ध इच्छा की और तब ब्रह्म चैतन्य ने उनका शुद्धीकरण किया। परन्तु इसे पाने के पश्चात् वे उस अवस्था में स्थापित हो गए। इसके बाद उन्होंने इसके विषय में कुछ नहीं कहा। अब यही चीज़ सामूहिक रूप से मिल रही है। इसका सामूहिक रूप से प्राप्त होना इस अवस्था के प्रकटीकरण आरंभ

होने के कारण हुआ। मान लो आप बिजली का अविष्कार करें और इसे अपने तक ही सीमित रखें? इसके विषय में किसी और से बात न करें तो अन्य लोग किस प्रकार इसके विषय में जान पाएंगे? ऐसा नहीं है कि महान सन्त इसकी अभिव्यक्ति नहीं करना चाहते थे परन्तु उन दिनों सम्पर्क के साधन नहीं थे। किसी व्यक्ति के पास यदि आँखें नहीं होंगी तो किस प्रकार आप उन्हें दिखाएंगे या किस प्रकार किसी चीज की बात करेंगे? इस अवस्था को समझने वाला और आत्मसात करने वाला उन दिनों कोई न था। जिन लोगों ने आत्म साक्षात्कार प्राप्त किया उनके सहस्रार खुल गए और वे इसी में ही विलीन हो गए। इस प्रकार ये सारा अनुभव व्यक्तिगत रहा, सामूहिक न बना पाया। अब वह स्थिति समाप्त हो गई है। आत्म साक्षात्कार अब सामूहिक बन गया है। एक बिन्दु पर आकर हर चीज को सामूहिक बनना पड़ता है। इस बिन्दु तक पहुँचने के लिए भी परीक्षाएँ हुई अन्तर्गवा ईसा मसीह ने अपना बलिदान दिया। इसी प्रकार मोहम्मद साहब, गुरुनानक और तुकाराम ने परीक्षाएँ दी। आप देखें कि उनसे किस प्रकार व्यवहार किया। वैकुण्ठ से आए इन सन्तों के साथ लोगों ने किस प्रकार व्यवहार किया? चीजें तब कार्याचित न हो पाईं।

वैकुण्ठ से भी आगे की सब चीजें मैं जानती हूँ परन्तु इसे मैंने अभी तक प्रकट नहीं किया है। धीरे-धीरे मैं ये सब प्रकट करूँगी क्योंकि अभी तक लोग इसे आत्मसात करने के लिए तैयार नहीं हैं। यह खिचड़ी पकने जैसा है जो अभी तक पकी नहीं है। तो अभी इसे तैयार होने दो। आप सब लोग इसमें हैं। अब जो लोग तैयार हो रहे हैं उनकी गुणवत्ता भूतकाल के पैगम्बरों के गिने-चुने शिष्यों की गुणवत्ता के बराबर है। अब यहाँ पर आप सब लोग धीरे-धीरे उन्नत होंगे। जो भी लोग इस दिव्य रसोईये की हाँडी में आ जाएंगे, वे तैयार हो जाएंगे। जो

लोग इस हाँडी से बाहर रह जाएंगे वे बाहर ही रह जाएंगे। यह सब समय से परे की चीज है। हर व्यक्ति की प्राप्त करने की अपनी ही योग्यता है। वैसे ही जैसे ये कहना कठिन है कि साइकिल चलानी सीखने या सी.ए. या डॉक्टर बनने में किसको कितना समय लगेगा। कुछ लोग बहुत कम समय लेते हैं और कुछ लोग बहुत अधिक।

समय का बन्धन मानव की अपनी रचना है। वास्तव में शरीर का कोई समय नहीं है। आदतों के कारण मानव ने समय के आयाम (Time Dimension) की सृष्टि की। आदतें बनने के साथ-साथ काल या समय-बन्धन की सृष्टि हुई। आदत अगर न हो तो समय बन्धन नहीं रह जाता।

सहजयोग में आने पर आप बहुत-सी आदतों से मुक्त हो जाते हैं। परन्तु इसमें भी समय लगता है। आदतों से यदि आप मुक्ति चाहते हैं तो उन्हें उचित न ठहराएँ। उचित ठहराने के कारण आदतें बनी रहती हैं। एक जीवन काल में यदि आप आत्म साक्षात्कार प्राप्त करना चाहते हैं तभी इस जीवन में वह स्थिति प्राप्त करना आपके लिए संभव होगा। इस जीवन में यदि आप अधकचरे रहें तो यह उपलब्धि पूर्ण करने के लिए आपको पुनः आना पड़ेगा। कुछ समय के लिए अब सहजयोग इसी प्रकार कार्य करेगा। यह 'अन्तिम निर्णय' है। सहजयोग अभिव्यक्तिकरण में जब मैं लोगों को विपरीत दिशा में कार्य करते देखती हूँ तो मुझे बहुत बुरा लगता है। समय-समय पर मुझे ऐसे बुरे अनुभव होते रहते हैं परन्तु ऐसे व्यक्ति सहजयोग से चले जाते हैं। ऐसा घटित होता है। परन्तु आप लोगों को निरुत्साहित बिल्कुल नहीं होना। पूरी शक्ति से इसमें बढ़ने के लिए लगे रहें।

सदैव मध्य में रहें। सहजयोग में अपनी उन्नति के विषय में चिन्तित न हों। एक बार जब आप मध्य में आ जाएंगे तो उन्नति स्वतः

होने लगेगी। मैं इसका पोषण कर रही हूँ। प्रतिदिन आप बाएं-दाएं होते रहते हैं अपनी आदतों के कारण आप बाएं को जाते हैं और आकांक्षाओं के कारण दाएं को। मुझे अपने हृदय में बिठाना एक भाव है, एक अनुभूति। जिस प्रकार आपमें आदतें विकसित होती हैं उसी प्रकार भाव के रूप में मुझे अपने हृदय में स्थापित करने का अभ्यास करें। आप यदि इतनी आसानी से आदतें बना लेते हैं तो इस सुन्दर भाव को क्यों नहीं आसानी से प्राप्त कर सकते हैं? ऐसा करना भाव परिवर्तन के अतिरिक्त कुछ भी नहीं। मस्तिष्क की अवस्था होने के कारण आदतें बना लेना सुगम हैं।

एक बार जब आप अपने अन्दर मेरा भाव स्थापित कर लेते हैं तो आपके पूरे शरीर में यह अपना स्थान ले लेता है और शाश्वत बना रहता है। यह इस बात पर निर्भर करेगा कि आप कितना इसे उपयोग करते हैं। कमरे में यदि बहुत सा धुआँ कर दिया जाए तो सारे मच्छर भाग जाते हैं। तो अन्तः शुद्धीकरण के लिए भी ये आप पर निर्भर करता है कि अपने हृदय में कहाँ तक आप मुझे बिठाते हैं। अब यह प्रश्न उठता है कि किस प्रकार मेरे भाव को अपने हृदय में स्थापित करें। उत्तर ये है कि चित्त को निरन्तर रोकने से स्थिरता आती है। सदैव चित्त निरोध करें। आप जब बाहर जाकर किसी चीज़ को देखते हैं तो अपने चित्त को जान-बूझकर उसकी ओर जाने से रोकें। अभ्यास से ऐसा होता है। चित्त को अन्दर की ओर ले जाएं। इसे निर्लिप्सा कहते हैं। स्मरण रहे कि बाह्य की चीज़ों से सम्पर्क केवल चित्त के माध्यम से होता है सदैव इस देखें कि यह कहाँ जा रहा है? सदा अपने से प्रश्न करे, "मेरा चित्त कहाँ है?" वास्तव में हमारा चित्त भी हमारे अन्दर इसी प्रकार बँटा हुआ है जिस प्रकार चेतना और बोध। जब हमारी चेतना का

एकीकरण हमारे बोध से हो जाता है तो यह चैतन्यित बोध का रूप धारण कर लेती है जो सन्तुलन प्रदायी होता है। यह सन्तुलन आपको मध्य में बनाए रखता है। ज्योंही आपका चित्त गलत दिशा में जाता है तुरन्त आपको अपनी नस-नाड़ियों पर तपन महसूस होने लगती है। इस प्रकार सर्वव्यापी शक्ति आपके अन्दर कार्य करती है और बढ़ती है।

हमारी सभी आदतें और संस्कार हमारे मस्तिष्क के विकास के विकास को प्रभावित करते हैं और मस्तिष्क में मरोड़ों (Crumples) (कुण्डल) के रूप में प्रकट होते हैं। ये कुण्डल जब खुलते हैं तो मस्तिष्क में नए अन्तरिक्षों की सृष्टि होती है जिनमें आत्मसात करने की शक्ति अधिक होती है। कुण्डलीकृत मस्तिष्क बड़े सूक्ष्म रूप से खुलता है। इस प्रकार परमात्मा से सम्बन्ध बनता है।

इस बात को सुनकर वैज्ञानिकों को आघात पहुँचेगा। एक चिकित्सा संस्थान में जाकर मैंने परा-अनुकम्पी-नाडी-तन्त्र (Pera-Sympathetic Nervous-System) के विषय में बताया। वे भौचक्के रह गए। वे गुर्दे (Stiponitan-Adrenaline) की कार्य शैली का वर्णन नहीं कर सकते हैं। आप कार्बन को ही लें। कार्बन को यदि आप बाईं ओर से देखेंगे तो इसका दायीं भाग दिखाई देगा और दाएँ से देखेंगे तो बायाँ। बाईं ओर से कार्बन देखने पर स्वास्तिक का आकार दिखाई देगा और दाईं ओरसे देखने पर ओंकार का। नीचे से ऊपर को देखने पर यह क्रूस दिखाई पड़ता है। यह वास्तविकता है परन्तु चौका देने वाली। इसे आपको परिकल्पना (Hypothesis) के रूप में लेना होगा कि मानव मस्तिष्क से ऊपर भी एक सर्वव्यापी शक्ति विद्यमान है। परिकल्पना केवल यही है। मानव मस्तिष्क का आकार (Pyramid) सूची स्तम्भ जैसा है। सर्वव्यापी शक्ति या परम-चैतन्य चहुँ ओर से आकर माँ के गर्भ में भ्रूण के बनने के

तुरन्त बाद से ही इसके मस्तिष्क को प्रभावित करने लगती है।

वास्तव में इस सूची स्तम्भ आकार के मस्तिष्क के तालू से बेरोकटोक प्रवेश करके परम चैतन्य रीढ़ की हड्डी से जाकर इसी रीढ़ के मूल में बनी त्रिकोणाकार अस्थि में साढ़े तीन कुण्डलों में स्थापित हो जाता है यह कुण्डलिनी शक्ति है। इस प्रक्रिया में यह रीढ़ में रिक्त मार्ग (Vacuum Channel) बनाता है। अब परम चैतन्य को त्रिकोणाकार अस्थि को चारों ओर से छूते हुए भूरे और सफेद पदार्थ में प्रवेश करना होता है। इनका अपना घनत्व (Density) होता है और शरीर विज्ञान के अपवर्तन सिद्धान्त (Laws of Refraction) के अनुसार चलते हुए परम चैतन्य बाएँ से दाएँ को और दाएँ से बाएँ को प्रकाशमय (विकीर्णित) करता है। इसे सपार्श्वीय विकीर्णकरण प्रभाव (Prismatic refraction effect) भी कहते हैं। यह तथ्य केवल मानवीय मस्तिष्क के लिए ही कार्यरत है। पशुओं में यह इतना प्रभावशाली नहीं है।

विकीर्णकरण क्रिया में मानवीय चेतना को दोनों तरफ से खींच कर बाहर की दिशा में धकेला जाता है। चित्त और विकीर्णित चैतन्य दोनों बाहर निकलते हुए दोनों ओर से अग्न्य चक्र को पार कर जाते हैं। इस खिंचाव के परिणाम स्वरूप एक अतिरिक्त शक्ति 'परिणामी शक्ति' (The Resultant Force) की सृष्टि होती है। यहाँ पर भौतिक विज्ञान का शक्तियों का समानान्तर चतुर्भुज का सिद्धान्त कार्यरत होता है। परिणामी शक्ति दो भागों में बँट जाती है, हर एक भाग बाएँ और दाएँ दोनों ओर एक दूसरे के नब्बे अंश के कोण में होता है। परिणामी शक्ति अपने दोनों पूरकों के मध्य में कार्य करती है। एक हिस्सा भ्रूण के शरीर में नीचे की ओर उतरते हुए बाएँ और दाएँ अनुकम्पी मार्ग की सृष्टि करता है। दूसरा हिस्सा नस-नाड़ियों में से अपना मार्ग बनाते हुए मानवीय चेतना को बाएँ

और दाएँ दोनों ओर खींचते हुए बाहर आने का अपना रास्ता बनाता है। दूसरा हिस्सा बाह्य जगत में क्रिया (Action) कहलाता है। बाह्य जगत में इस क्रिया के परिणाम स्वरूप प्रतिक्रिया होती है (भौतिक विज्ञान का एक अन्य प्रसिद्ध सिद्धान्त)। क्रिया और प्रतिक्रिया का एक ही मार्ग होता है। बाईं ओर यह प्रतिक्रिया प्रति अहं (बन्धनों) की सृष्टि करती है और दाईं ओर यह अहं की रचना करती है।

संक्षिप्त में, परिणामी ब्रह्म चैतन्य की जीवन्त शक्ति के साथ हमारा चित्त बाह्य जगत में गया और एक प्रतिक्रिया को साथ लेकर बाईं ओर से अपने साथ किसी बन्धन को साथ लेकर वापिस आ गया और इस प्रकार 'मनस' की सृष्टि की। क्रिया और प्रतिक्रिया, दोनों अग्न्य और विशुद्धि चक्र में से गुजरते हैं। प्रकृति में बिखरे होने के कारण चित्त में पूरे शरीर के अन्दर प्रसारित होने की शक्ति है। बाईं ओर की प्रतिक्रिया इच्छा तत्त्व है जिसकी संभावना शक्ति बाएँ अनुकम्पी मार्ग पर ईंड़ा नाड़ी को जन्म देती है। इसी प्रकार दाईं ओर की प्रक्रिया-क्रिया तत्त्व है जिसकी सम्भावना शक्ति पिंगला नाड़ी की रचना करती है। ईंड़ा नाड़ी का अत्याधिक बहाव अग्न्य चक्र के पिछले हिस्से में गुब्बारे जैसा बादल बनाता है जिसे हम प्रतिअहं (Super Ego) कहते हैं। तथा-पिंगला-नाड़ी का अत्याधिक बहाव आज्ञा चक्र के सामने वाले हिस्से में जैसे ही बादल की रचना करता है जो 'अहं (Ego)' कहलाता है। अग्न्य चक्र इन दोनों गुब्बारों (अहं और प्रतिअहं) के बीच में होता है। अग्न्य चक्र के आगे का हिस्सा-मस्तिष्क के पीयूष ग्रन्थि (Pituitary Gland) द्वारा प्रचालित होता है और पीछे का हिस्सा शीर्ष ग्रन्थि (Pineal Gland) द्वारा।

अग्न्य चक्र में प्रवेश करके कुण्डलिनी इसे ज्योतिर्मय करती है। आपके अन्दर ईसा मसीह जागृत हो जाते हैं। वे अहं और प्रतिअहं

के गुब्बारे को अधोगति की ओर ले जाते हैं और पूरा अग्न्य चक्र खुल जाता है। इसीलिए कहा जाता है कि हमारे पापों के कारण ईसा मसीह बलिदान हो गए। इसी के साथ-साथ सहस्रार खुल जाता है। मैंने विराट के सहस्रार को खुलता देखा है। ऐसे लगता था जैसे टनों शोले हो। जब मानवीय मस्तिष्क की चीर फाड़ करते हैं, तो इसकी फाड़ियाँ शोलों की पंखुड़ियों सी लगती हैं। इसका मध्य भाग पीले रंग के छेद जैसा दिखाई देता है। सहस्रार का खुलना अचानक होता है, झटके के साथ ये खुल जाता है। इसका वर्णन में किस प्रकार करूँ? यह एक दूरबीन का प्रभाव दूसरी में दर्शाता है। अग्न्य और विशुद्धि चक्र के खुलने से प्रायः अहं और प्रतिअहं नीचे की ओर खिंच जाते हैं। मनस प्रतिअहं है और अहंकार अहं (Ego) है। हमारी आत्मा पंचतत्वां तथा उनकी कारणात्मक (Causal) अभिव्यक्ति से घिरी हुई है। कुण्डलिनी इसकी परिधि पर है पंचतत्वां में पृथ्वी और जलतत्व मुख्य हैं और ज्योत-मात्रा उनका कारणात्मक तत्व है।

जब आत्म साक्षात्कार घटित होता है तब देवी देवता जागृत हो जाते हैं और पोषण पाकर सभी चक्र सशक्त होने लगते हैं। चक्र खुलते हैं और शक्ति प्रसार करने लगते हैं। मस्तिष्क में बने पीठों पर सभी सम्बन्धित चक्रों में गतिविधि शुरु हो जाती है। दोनों ही स्तरों पर समन्वय आरंभ हो जाता है और सभी चक्र संगठित हो जाते हैं। अपने मस्तिष्क का एक उदाहरण लें-यह कुछ करना चाहता है। आपका शरीर कुछ और करना चाहता है और आपकी बुद्धि कुछ और उनमें एकीकरण (समन्वय) नहीं है। आत्म साक्षात्कार के पश्चात् शरीर, मन और बुद्धि (मनसा, वाचा, कर्मणा) एक हो जाते हैं। कपड़े के टुकड़े का एक ओर उदाहरण लें यह चित्त का प्रतीक है। आत्म साक्षात्कार से पूर्व यह चारों तरफ सभी दिशाओं में फैला होता है। इस कपड़े को अंगुली पर ऊपर की ओर उठाएँ।

क्या होता है? कपड़ा अंगुली पर कुछ ऊपर जाकर अंगुली को चारों ओर से घेर लेता है। इसी प्रकार जब कुण्डलिनी उठती है तो यह अंगुली की तरह से चित्त को उठाकर सहस्रार तक ले जाती है जहाँ यह ब्रह्म चैतन्य के प्रकाश से प्रकाशमान हो उठता है। प्रकाशरजित होकर यह मध्य में सुषुम्ना नाड़ी पर कुण्डलिनी मार्ग की रेखा में आ जाता है। वास्तव में घटित यह हुआ है कि आत्म साक्षात्कार के पश्चात् हमारा चित्त बाह्य भौतिक संसार से अन्दर की ओर खिंचता है। इस प्रकार यह ज्योतिर्मय हो उठता है यह एक प्रकार की अवस्था है। परन्तु हम मानव वास्तव में अपनी आदतों के दास हैं। आदतों के वशीभूत होकर हम अपने चित्त को उस स्थिति में स्थायी रूप से बने नहीं रहने देते। वास्तव में चित्त को बाहर नहीं जाना चाहिए। एक सामान्य स्थिति ये है कि मैं स्वयं को आप लोगों समेत अपने अन्दर पाती हूँ। मैं आप लोगों को नाव पर बैठाकर तैराना चाह रही हूँ। परन्तु आप निरन्तर अपना एक पैर पानी में डालकर मेरी इस सहायता में बाधा डाल रहे हो। आपका चित्त तुच्छ चीजों पर है, आदतन आप अपना एक पैर बाहर निकाले रखते हैं यद्यपि आप ये जानते हैं कि मैं आपको पार लगाने के लिए अन्दर बैठी हुई हूँ। मैं भी देख सकती हूँ कि आपकी निकली टाँगा को किसी भी समय कोई मगरमच्छ निगल लेगा, परन्तु अपनी आदतों के कारण आप मगरमच्छ को देख पाने में असमर्थ हैं। अब क्या आप मेरी चिन्ता की कल्पना कर सकते हैं? कल्पना करें कि मुझे कैसा लगता होगा!

यही कारण है कि मैं आपको कहती हूँ कि सत्संग करो, अपने चित्त को मध्य में रखने के लक्ष्य से अन्य सहजयोगियों के साथ समय व्यतीत करो। चित्त का निरन्तर मध्य में होना बहुत आवश्यक है। आत्म साक्षात्कार के पश्चात् दिव्य शक्ति को प्राप्त करके हमारी बाईं और दाईं नाड़ियाँ शान्त हो

जाती है। तनाव दूर हो जाने के कारण हमारे चक्र और अधिक खुल जाते हैं। यह घटनाचक्र है। तब कुण्डलिनी के अधिक तन्तु उठ सकते हैं। इस अवस्था में आकर चित्त मध्य में बने रहने का गुण विकसित कर लेता है। तब आप किसी विशेष कार्य को करने के लिए चित्त को निर्देश देते हैं और इस कार्य को करने के पश्चात् बिना किसी प्रतिक्रिया के आपके मध्य में यह अपना स्थान ग्रहण कर लेता है। अब तक इसने निर्लिप्सा का गुण प्राप्त कर लिया होता है।

मेरी बात कुछ और है। मेरा चित्त यदि आप पर हो तो मैं आपकी सभी समस्याओं को अपने में खींच लूंगी। उन्हें साफ करके स्वयं कष्ट उठाऊँगी। ऐसा मैं चाहूँगी तभी होगा। सहजयोगियों को मैंने बिना सोचे समझे अपने शरीर में डाल लिया है। इसलिए मुझे कष्ट उठाना पड़ता है। इस मामले में सहजयोगी दबाव मापी यन्त्र (Barometric) सम हैं। वे मेरी तरह से कष्ट नहीं उठाते। कभी थोड़ा बहुत कष्ट हो सकता है क्योंकि जो भी कुछ नकारात्मकता वे आत्मसात करते हैं वह विशाल सागर में चली जाती है। अब रूस में भौतिक प्रदार्थ के पाँचवें आयाम पर शोध हो रहा है, जीव बीज (Bio Plasma) पर शोध। यह पूर्णतया दायीं और की गतिविधि है। हर मनुष्य का अपना ही एक परिमल (Aura) है। व्यक्ति के गुणों के परिवर्तन के साथ-साथ ही उस गुण के प्रतिनिधित्व करने वाले रंग या परिमल परिवर्तित हो जाते हैं। आप बन्धन किस को देते हैं? अपने परिमल को ताकि यह सुरक्षित रहे। केवल भौतिक पदार्थों में ही परिमल हो सकता है, अतः यह सब भौतिक है। पाँचवाँ आयाम वास्तव में सूक्ष्मदर्शी (Microscopic) है या हम कह सकते हैं कि यह छाया चित्रण (Photographic) आयाम है। जब आप मेरे फोटो में कोई प्रकाश देखते हैं तो यह परिमल का ही एक रूप होता है। ब्रह्म

चैतन्य का अपना ही प्रकाश होता है यह केवल मुझे दिखाई देता है। कुछ लोग जिनका अग्न्य चक्र खराब होता है वे भी इस प्रकाश को देख सकते हैं; वे बाह्य से इसे देख सकते हैं।

सिद्धान्त ये है कि जब आप ब्रह्म चैतन्य से दूर होते हैं तो आप इसे देख सकते हैं परन्तु यदि आप इसमें समाए हुए हो तो क्या देखेंगे?

निर्विचार चेतना तभी आती है जब आपकी कुण्डलिनी अग्न्य चक्र को पार कर लेती है जब कोई विचार नहीं होता। यह संयम द्वारा आती है। शनैः शनैः यह आपका भाग बन जाती है और आपके पूरे शरीर पर छा जाती है। यह एक अवस्था बन जाती है। तब यह निर्विकल्प चेतना होती है। आप ब्रह्म चैतन्य बन जाते हैं या ब्रह्म चैतन्य की एक अवस्था।

अभी आप सबके लिए आवश्यक है कि मेरे लिए कार्य करें, केवल उस अवस्था में प्रवेश करके समाधि में न चले जाएं। समाधि की यह स्थिति मैंने आपके लिए प्राप्त कर ली है अभी तक आपको दी नहीं। तो आप इसे माँगते क्यों है? आपको पता होना चाहिए कि आप वहाँ है, इसके विषय में कोई सन्देह नहीं है। अब यह अन्तिम खेल है। वास्तव में इस अवस्था को पाना अत्यन्त सुगम एवं स्वतः है, परन्तु मैं चाहूँगी कि आप इसके लिए परिश्रम करें और प्रयत्न करें। जब आप इसी क्षण, केवल अपने लिए यह अवस्था प्राप्त करना चाहते हैं तो मैं कहूँगी यह आपका स्वार्थपन है और एक प्रकार से आप पलायन कर रहे हैं। सर्वप्रथम आपको सामूहिक होना होगा। अन्यथा व्यक्तिगत रूप में तो आप निराकार में खो जाएंगे और मेरे दर्शन भी नहीं कर सकेंगे क्योंकि आप उस अवस्था में चले जाएंगे— सागर में आप विलीन हो जाएंगे। अतः सागर से विकसित होना या उसमें विलय हो जाना कोई अद्वितीय या महान कार्य नहीं है। सागर से वाष्पीकृत होकर बादल बनना और फिर

सब पर वर्षा करना अद्वितीय उपलब्धि होगी। मेरा यही लक्ष्य है और यही खेल। जिस तरह से हर खेल का कोई लक्ष्य होता है वैसे ही मेरे खेल का भी कोई लक्ष्य है।

केन्द्र में बने रहने के लिए शरणागत हो जाइए। कहिए, "श्रीमाताजी आप ही सभी कुछ हैं, कृपा करके सभी कार्यों को कीजिए।" यही पूर्ण समर्पण है।

वैज्ञानिक मस्तिष्क के लोगों को आप यह विद्या धीरे-धीरे दें। जितना बड़ा घड़ा हो उसके अनुसार ही उसे भरा जाता है। अतः धैर्य रखें। एकदम पूरा सागर आप उन्हें नहीं दे सकते। याद रखें कि विज्ञान विराट का एक छोटा सा अंश है। लोगों को सहजयोग का परिचय देते हुए सर्वप्रथम उनमें सहजयोग की इच्छा पैदा करें। जब वे आ जाएं तो उन्हें देखें। समय को सदा याद रखें आप सबके साथ भी ऐसा ही हुआ है। पहले आपने इसको अनुभव किया और फिर इसको अधिक से अधिक पाने की आकांक्षा की। यह प्रक्रिया भी वैज्ञानिक है।

संसार में धनार्जन के लिए जब आप कार्य करते हैं तो भी आपको माया का सामना करना पड़ेगा। याद रखें कि आप मेरे लिए धनार्जन कर रहे हैं। बस! आगे बढ़ें और जितना चाहे धनार्जन करें। आपके भौतिक सामर्थ्य के लिए मैं ये बात कह रही हूँ।

आपके माध्यम से जो लोग सहजयोग में आते हैं वह मेरे द्वारा लाए गए सहजयोगियों से कहीं अच्छे बन जाते हैं। मेरे साथ रहकर वे माया में फँस जाते हैं। नए लोगों के लिए मेरा मानव रूप कुछ विशेष नहीं है।

## रोग निदान

### मिर्गी रोग :

**कारण :-** चित्त का अत्याधिक बाईं ओर को चले जाना। इसके कारण व्यक्ति सामूहिक अवचेतन अवस्था में चला जाता है। दुर्बल या बाईं ओर के व्यक्ति होने के कारण जब मस्तिष्क में भय की

भावना उत्पन्न हो जाए तब यह रोग घटित होता है या किसी दुर्घटना या अचानक आघात के परिणाम स्वरूप भी यह रोग हो सकता है।

**उपचार :** चित्त को मध्य (सहस्रार) में लाएं। ऐसा करने के लिए गायत्री मन्त्र कहकर चित्त को पहले दाईं ओर को लाएं और फिर ब्रह्मदेव सरस्वती का मन्त्र उच्चारण करते हुए चित्त को मध्य में ले जा आएं। दाईं ओर चित्त के आते ही आपको चैतन्य लहरियाँ आने लगेंगीं। चैतन्य लहरियों के आते ही मन्त्र बोलना बन्द कर दें अन्यथा आप बहुत अधिक दाएं के चले जाएंगे (आक्रामक हो जाएंगे) जिससे चैतन्य लहरियाँ कम हो जाएंगीं। उदाहरण के रूप में श्री जालान के माताजी का ये रोग ठीक हो गया। इसके लिए बाएँ और दाएँ में पूर्ण सन्तुलन करना आवश्यक होता है। चैतन्य लहरियों का आना बहुत आवश्यक है। चैतन्य लहरियाँ यदि नहीं आ रही हैं तो बार-बार कुण्डलिनी को उठाएँ ताकि चैतन्य लहरियाँ आने लगें।

एक अन्य अच्छा तरीका ये भी है कि बायाँ हाथ श्रीमाताजी को फोटोग्राफ की तरफ करके दायाँ हाथ जमीन पर रखकर महाकाली का मन्त्र कहें ताकि चैतन्य लहरियाँ बहने लगें। पीठ के बाईं ओर मोमबत्ती (अग्नि) जलाकर उपचार करें। ऐसा करना काफी सहायक होगा।

यह उपचार विधि कैंसर एवं मनोदैहिक रोग में भी लाभकारी है। मास पेशियों की समस्याएं भी इससे ठीक हो सकती हैं। श्री गणेश तत्व बिगड़े होने के कारण महिलाओं में हिस्टेरेक्टोमी (Hysterectomy) के मामलों में जहाँ गर्भाशय निकाल दिया जाता है वहाँ भी श्री गणेश तत्व की समस्या होती है तथा भय भी इसका कारण होता है। किसी महिला को यदि सन्तान नहीं होती तो बाएँ स्वाधिष्ठान की समस्या इसका कारण हो सकती है। पराअनुकम्पी (Para Sympathetic) में समस्या होने के कारण महिलाओं को बहुत अधिक रक्त स्राव हो सकते



है। आन्त्रशोध एवं बहु-मूत्र की समस्या भी हो सकती है।

**उपचार :** अपनी बाईं तरफ को विकार मुक्त करें साथ ही आवश्यक दवा भी लें। अजवाइन की धुनी भी आप ले सकते हैं। कटिवेदना (Lumbago) के लिए अजवाइन का पानी दिया जा सकता है। मासपेशियों के दर्द के लिए अजवाइन ली जा सकती है और गेरू का लेप किया जा सकता है। Lumbago में हड्डियाँ मुड़ जाती हैं। इसके लिए चैतन्यित मिट्टी का तेल किसी अन्य तेल में मिला कर मालिश करें। कुछ ही दिनों में ये ठीक हो जाएंगी। किसी भी तरह के उपचार के लिए सभी कुछ आपको इच्छा शक्ति पर निर्भर करता है। अतः इंडा नाड़ी बहुत महत्वपूर्ण है क्योंकि यह आपमें शुद्ध इच्छा जागृत करती है। गलत इच्छाओं का होना हानिकारक हो सकता है। गलत इच्छा से यदि आप कार्य करेंगे तो सभी कुछ मशीनीकृत और पाखंड बन जाएगा। उत्थान की इच्छा ही शुद्ध इच्छा है। आपमें यदि पुत्र प्राप्ति आदि की स्थूल इच्छाएं हैं तो इच्छा पूर्ण होने के पश्चात् भी कोई और इच्छा इसका स्थान ले लेगी इस प्रकार आप पाखण्ड में फँसते चले जाएंगे। शुद्ध इच्छा में आपको सभी कुछ एकदम प्राप्त हो जाएगा। शुद्ध इच्छा करने से ही आपका उत्थान होता है। इच्छा शक्ति के प्रति आपका दृष्टिकोण ही मुख्य चीज है। आप क्रिया शक्ति को लें। इसके दो पक्ष हैं- शारीरिक और मानसिक। निर्विचार समाधि प्राप्त करने के लिए शारीरिक रूप से बैठकर आपको ध्यान करना होगा और मानसिक रूप से देखना होगा कि आपका मस्तिष्क सांसारिक स्थूल चीजों की ओर न दौड़े। आप प्रार्थना करें कि, "श्रीमाताजी आप ही सभी कुछ करती हैं, मैं कुछ नहीं

करता।" यह आपके विचारों को संयमित करेगी। ध्यान करने से पूर्व सबके लिए आवश्यक है कि अपने बाएँ, दाएँ को शुद्ध करें। ध्यान से पूर्व कुण्डलिनी अवश्य उठाएँ। पूजा में बैठते समय मशीन की तरह से न बने रहें। उन्नत होने की आपकी इच्छा शुद्ध होनी चाहिए। आर्य समाज से आए हुए व्यक्ति मूलतः आक्रामक प्रवृत्ति के (Right Sided) होते हैं। उन्हें भक्ति-भजनों द्वारा मुझे अपने हृदय में बिठाना चाहिए अर्थात् बाईं ओर को आना चाहिए। मन्त्र बोलते समय चित्त मध्य चक्रों पर रखें। महाकाली और महासरस्वती शक्ति भी दोनों ओर से मध्य नाड़ी पर ही कार्य करती हैं और इस प्रकार अन्तः सम्बन्धित होती हैं। बाएँ और दाएँ के मन्त्र भी कुण्डलिनी उठाने के लक्ष्य से बोले जाते हैं।

दाईं ओर को उठाकर बाईं ओर के डालने से तथा गायत्रीमंत्र कहने से भी बाईं ओर के विकार दूर करने में सहायता मिलती है परन्तु इनका प्रभाव अत्यन्त सीमित है। मैंने जब आपको ठीक करना होता है तो आपकी कुण्डलिनी उठाकर मैं इस कार्य को करती हूँ और इससे पूर्व की आप दूसरी ओर को अधिक झुक जाएँ समय पर संभाल कर मैं इसे नियन्त्रित करती हूँ। यह पूरी तरह से नियन्त्रण में है। इसे नियन्त्रित न कर पाने के कारण लोग भटक जाते हैं। कुछ राम-राम-राम कहे जाते हैं और कुछ पाँडु रंगा पाँडुरंगा और इस प्रकार बाएँ या दाएँ में जाकर खो जाते हैं।

मैं अब आप सबसे पूछ रही है—“तुम्हारा चित्त कहाँ है?” पहले भक्ति भाव आना चाहिए और भक्ति भाव से श्रद्धा भाव में चला जाना आवश्यक है।

(श्रीमाताजी से वार्ता का शेष भाग वर्ष 2000 के अंक 1, 2 में पढ़ें।)



