चैतन्य लहरी

अंक क्रमांक ५,६ मे-जून १९९९

गुरुपूजा १९९१

गुरुपूजा १९९२

नवरात्री पूजा १९९४

अनुक्रमणिका

अनु क्र.		पान नं.
१)	प. पु. श्री माताजींची पुणे भेट	२
२)	हनुमान पुजा १९९९	३ ते ६
३)	सार्वजनिक कार्यक्रम पुणे-२५ मार्च ९९	७ ते ८
४)	सहजसंगीतामधून सहजयोग	९
५)	महाराष्ट्र बाल सेमिनार १९९९	१० ते १२
६)	महामाया पुजा न्यूझीलंड-९४	१३ ते १५
७)	रामनवमी पुजा, एप्रिल १९९८	१६
८)	विवाह सोहळ्यानंतर नूतन परिणीत वधू-वरांना केलेला उपदेश, सप्टेंबर ९८	१७ ते १८
९)	सहज समाचार	१९
१०)	वाढदिवस पूजा प. पु. श्री माताजींचे भाषण, दिल्ली ९९	२० ते २१
११)	सहज समाचार	२२ ते २४

प. पू. श्रीमाताजींची पुणे भेट

गेली तीन वर्षे वाट पाहात असलेल्या पुणे परिसरातील सहजयोग्यांना प. पू. श्रीमाताजी निर्मलादेवींच्या पब्लिक कार्यक्रमाची व आशीर्वादाची अपूर्व संधी मार्च-एप्रिल ९९ मध्ये मिळाली. अर्थातच श्री माताजीच्या आगमनाची सर्वजण बरेच दिवसांपासून अत्यंत आतूरतेने वाट पहात होते.

२४ मार्च ९९ रोजी सायंकाळी श्री माताजींचे लोहगांव विमानतळावर आगमन झाले. हार व पुष्पगुच्छ हातात घेतलेल्या सहजयोग्यांचा आनंद त्यांच्या चेहऱ्यावर दिसून येत होता व स्वागतासाठी मोठ्या सख्येने त्यांची गर्दी होती. विमानतळाच्या आगमन कक्षामध्ये श्रीमाताजींचे दर्शन झाल्यावर व विशेषतः त्यांच्या चेहऱ्यावरील आनंद व प्रसन्नता जाणवल्यावर सर्वांचा आनंद ओसंडून जाऊ लागला होता.

२५ मार्च ९९ रोजी सायंकाळी मॉडर्न कॉलेजच्या मैदानावर प. पू. श्रीमाताजींच्या प्रवचनाचा पब्लिक कार्यक्रम झाला. या कार्यक्रमासाठी पुणे-केंद्रातील कार्यकर्त्यांनी व युवा-शक्तीच्या मुला-मुलींनी फारच मेहनत घेतली होती. कार्यक्रमाची सर्व तयारी स्टेज, क्लोज-सर्किट टी.व्ही. इत्यादी सर्व व्यवस्थेत कमतरता पडणार नाही अशी काळजी घेतली होती. मैदानावर ८०,००० च्या वर जनसुमदाय उपस्थित होता. परगावातूनही अनेक सहजयोगी आले होते. श्री. योगी महाजन सहजयोग समजावून सांगत असतानाच श्रीमाताजी स्टेजवर आल्या. त्यानंतरच्या जवळ-जवळ एक तासाच्या प्रवचनामधून त्यांनी सहजयोगाची आधुनिक काळामधील आवश्यकता व सहजयोग याबद्दल सद्यपरिस्थितीतील अनेक पैलूंचा संदर्भ घेत, त्यांच्या परखड पण खास शैलीमध्ये मार्गदर्शन केले. शेवटी अर्थात सर्व श्रोत्यांना श्रीमाताजींनी निमिषाभरात जागृति देऊन चैतन्यलहरींची अनुभूति मिळवून दिली.

पुणे-सहजयोग्यांना अधिक आशीर्वाद मिळण्याचा आणखी एक योग म्हणजे हनुमान-पूजेचा श्रीमाताजींनी केलेला स्वीकार. हा कार्यक्रम कृष्णा गार्डन्सच्या प्रशस्त हिरवळीवर दि. ६ आणि ७ एप्रिल असा दोन दिवसांसाठी आयोजित केला होता. पहिल्या दिवशी संगीताचा कार्यक्रम होता. त्यावेळी नागपूर अॅकॅडमीमधील पाश्चात्य कलाकारांनी भजने सादर केली व थोड्याच दिवसांत त्यांनी भारतीय संगीत आत्मसात केल्याचा सुखद धक्का सहजयोग्यांना दिला व श्रीमाताजींनीही सहजसंगीताचे महत्त्व विशद करुन सांगितले. नंतर सौ. मीना फाफरतेकर व सौ. किर्ती शिलेदार यांचेही प्रभावी शास्त्रीय गायन झाले. दुसऱ्या दिवशी हनुमान-पूजा झाली व श्री माताजींनी हनुमानांची सहजयोग्यांबद्दलची माहिती व कार्य यावर भाषण दिले. पूजेच्या वेळी श्री.माताजींनी रामरक्षा म्हणावयास सांगितले. या दोन्ही दिवशी सहजयोग्यांची उपस्थिती चांगली होती व त्यांना चैतन्याचा आनंद मिळाला.

दि. ६ एप्रिल ९९ रोजी बालगंधर्व रंगमंदिरामध्ये सौ. किर्ती शिलेदार यांनी सादर केलेल्या "संगीत सौभद्र" नाटकाचा प्रयोग झाला. श्री. माताजी या कार्यक्रमास कुटुंबियांसह उपस्थित होत्या व सहजयोगी बंधू-भगिनी मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

अशा तऱ्हेने पुणेकर व महाराष्ट्रातील सहजयोग्यांना ह्या अपूर्व सोहळ्याचा आनंद मिळवता आला. पब्लिक कार्यक्रमानंतर सहजयोग घेण्यासाठी अनेक साधक पुण्यात ठिकठिकाणी ठेवलेल्या तीन दिवसांच्या follow-up कार्यक्रमासाठी आले व सहजयोगाच्या प्रसार जोमाने होण्यास चालना मिळाली. सर्व कार्यक्रमांनंतर श्री.माताजींनी पुण्यात चाललेल्या कार्याबद्दल व विशेषतः युवा-शक्ति जास्त कार्यरत झाल्याबद्दल समाधान व प्रसन्नता व्यक्त केली.

हनुमान पूजा

प. पू. माताजी पुणे, ६ एप्रिल ९९

आज श्री हनुमान, बजरंगबली पूजेसाठी आपण इथे जमलो आहोत. सहजयोग्यांसाठी श्री हनुमान हे एक आदर्श आहेत. ते आपल्या पूर्ण उजव्या बाजूवर कार्य करत असतात. तेच तुम्हाला जरुर ते मार्गदर्शन करतात, सदैव विवेक देतात, मदत करतात आणि तुमच्या संरक्षणाची काळजी घेतात, तसेच तुमच्या अहंकारावर नियंत्रण ठेवतात. पण त्याहीपेक्षा महत्त्वाचे म्हणजे ते तुम्हाला गुरुविषयी समर्पणाची शक्ति देतात. ते श्रीरामांचे एकनिष्ठ सेवक होतेच पण महत्वाची गोष्ट म्हणजे ते श्रीरामांसमोर पूर्णतया समर्पित होते. ही समर्पणाची प्रेरणा व शक्ति तेच तुम्हाला पुरवतात.

गुरु-महिमा आहेच पण त्याचबरोबर गुरुची शक्तिपण आली. शक्ति आणि भक्ति वेगवेगळी असूच शकत नाही; आपण म्हणू शकतो की उजव्या हातात शक्ति आहे तर डाव्या हाताकडून भक्ति येणारच. हा शक्ति-भक्तीचा संगम हनुमानामध्ये अपूर्वपणे दिसून येतो. लंकेमध्ये सीतादेवींना श्रीरामाचा निरोप देऊन ते भेटले तेव्हा त्यांना तिची सहज सुटका करता आली असती; पण सीतेनेच त्याला सांगितले "तू माझ्या मुलासारखा आहेस आणि पती म्हणून श्रीरामांनी रावणाला ठार करुन माझी सुटका करणे योग्य आहे." श्रीराम स्वतः अत्यंत शक्तिशाली होते, अचूकपणे लक्षावर बाण मारण्यात त्यांचा कुणी हात धरु शकला नाही. नंतर महाभयंकर असे राम-रावण युद्ध झाले आणि त्यात रावण मारला गेला. तुलसीदासांनी त्याचे वर्णन करताना एक फार सुंदर घटना सांगितली आहे; युद्धाच्या शेवटी-शेवटी राम-रावण समोरासमोर आल्यावर श्रीराम रावणाचे गळ्यावर बाण मारुन त्याचे मुंडके उडवायचे पण तेच मुंडके परत धडावर येऊन बसायचे, असे अनेक वेळा झाले; तेव्हा लक्ष्मणाने रावणाच्या हृदयावर बाण मारा असे रागला सांगितले. तेव्हा श्रीराम म्हणाले, "त्याच्या हृदयात सीता आहे; सारखे डोके उडवल्यावर रावणाचे चित्त हृदयांतून मस्तकाकडे जाईल आणि मग मी त्याच्या हृदयावर बाण सोडेन." या म्हणण्यातील श्रीरामांचा संकोच व सरलता लक्षात घ्या.

हनुमानांनी आपल्या अनेक कामगिरींमधून हेहि दाखवून दिले आहे की ते एक प्रेमाच्या सागरासारखे व्यक्तिमत्त्व होते. त्याचबरोबर जे राक्षसी दुष्ट प्रवृत्तीचे लोक होते, ज्यांचे एकमेव ध्येय हे इतरांना छळण्याचे वा त्रास देण्याचे होते, अशा लोकांना ठार मारण्यात त्यांना जराही संकोच नव्हता. त्यांच्यामधील हा शक्ति व भक्तीचा संगम पाहण्यासारखा आहे. रावणाला फक्त अग्नीचे भय वाटायचे हे त्यांना माहीत होते म्हणून त्यांनी लंकेत जाऊन लंकादहन केले; त्यामध्ये कुणालाही, अगदी रावणालाही शारीरिक इजा झाली नाही पण त्याच्या शक्तिपुढे सर्वजण भयभीत झाले; सर्व लोकांना रावणाच्या दुष्कृत्यांबद्दल काही वाटत नव्हते ते आता लंकादहन पाहून घाबरुन गेले, रावण हा महापापी राक्षस आहे हे त्यांना समजून चुकले. यातून **या बजरंगबलीजवळ केवढी समज व संतूलन होते हे लक्षात घेतले पाहिजे. शक्तिशाली माणसांनी असेच संयमी असले पाहिजे.** शिवाजीमहाराजही असेच होते. **असे संतुलन तुम्ही मिळवले की तुम्ही खऱ्या अर्थाने सहजयोगी झालात असे मी म्हणेन;** तुमच्याजवळ शक्ति आली याचा अर्थ हा नाही की तुम्ही प्रेम, संयम या गोष्टींना विसरुन जा. उलट तुमची शक्ति दीन-दुबळ्यांसाठी, पीडित लोकांसाठी, दुःखी लोकांसाठी वापरुन त्यांचे त्रास कमी करण्यासाठी वापरली पाहिजे, आणि त्यांना असे त्रास देणाऱ्या लोकांना ठीक केले पाहिजे. तुमच्या नुसत्या बंधनातूनही हे घडून येईल. तुम्हाला जी शक्ति मिळाली आहे तिचा उपयोग दुष्टांचे (Evil) पारिपत्य करण्यासाठी करायचा आहे आणि त्यासाठी तलवार किंवा गदा न वापरता फक्त बंधन घालून ते होणार आहे; त्यामध्येच गदा आहे व त्याचा प्रहार होणार आहे. तुम्हालाच याचे अनुभव येतील. अशा तऱ्हेने तुमचे संरक्षण सदैव होणार आहे; सगळ्या सहजयोग्यांचेही संरक्षण होईल. या कार्यामध्ये बजरंगबली फार तत्पर आहेत; त्यांचे हात फार जबरदस्त आहेत. तुमच्या मागे-पुढे ते सदैव आहेत पण हे तुम्हाला समजणार नाही अशा तऱ्हेने होते. तसे स्वभावाने ते लहान मुलासारखे सरळ व

निर्मळ आहेतच पण त्याचबरोबर समझदार व युक्तिशाली आहेत, त्याचप्रमाणे शक्तिबरोबर त्यांच्याजवळ नीर-क्षीर विवेकही आहे हे महत्त्वाचे. ते बुद्धीमानही आहेत, लौकिक व्यवहारांतील बुद्धि नाही तर प्रेमाचे अधिष्ठान असलेली बुद्धि, त्या प्रेमामधूनच त्यांना सर्व काही समजते. या विशेष बुद्धीचे स्वरुप श्रीगणेश व श्री हनुमानच दाखवून देतात. तसे पाहिले तर हनुमान फार चपळ, तेजस्वी आणि बलशाली तर श्रीगणेश शांत स्वभावाचे. पण वेळ आली की दोघेही खूप संहारक आहेत. म्हणून तुम्हाला स्वतःला दुष्टांचा संहार करण्याची जरुर नाही; कारण हे दोघेजण त्यासाठीच तुमच्यामागे सदैव लक्ष ठेऊन असतात. म्हणून तुम्हाला जे कोणी त्रास देणारे भेटतील त्यांच्यापासून हे दोघेही तुमचे रक्षण करणार आहेत हे ध्यानात ठेवा. मोठेमोठे पुढारी, मंत्री यांच्याबरोबर अंगरक्षकांचा ताफा असतो पण हे सतत तुमच्याबरोबरच राहतात. **सहजयोग्यांची सुरक्षा-व्यवस्था त्यांच्याबरोबरच असते. याशिवाय तुमच्या सुरक्षा-व्यवस्थेमध्ये गणांचे कार्य महत्त्वाचे आहे; गणांचे कार्य श्रीगणेश नियंत्रित करतात म्हणूनच त्यांना 'गणपति' म्हणतात. तुमच्याबद्दलची सर्व माहिती, तुम्ही जे काही करता किंवा मनात आणता ती सर्व माहिती ह्या गणांकडून श्रीगणेशाकडे पोचवली जाते.** कुठे काय गडबड चालली आहे, तुम्हाला कोण त्रास देत आहे, **तुमच्या कार्यामध्ये कोण काय अडथळे व अडचणी आणत आहेत, तुमच्या नकळतही कोण तुमच्याविरोधी कार्य करत आहे हीहि सर्व माहिती गणांकडून पोहचवली जाते आणि त्यानुसार या दोन्ही देवता तुमचा संभाळ सर्वकाळ करत असतात.** श्रीगणेशांच्या आज्ञेनुसार श्री हनुमानही सज्ज राहतात. म्हणून सहजयोग्यांना कसल्याही बाबतीत भीती वाटण्याची जरुर नाही. नुकतीच घडलेली एक गोष्ट उदाहरण म्हणून सांगते. अमेरिका आजकाल आक्रमकपणाच्या प्रवृत्तीमधून बाहेरच्या देशांवर बॉम्ब हल्ले करण्यात सरसावली आहे. आफ्रिकेमधील एका ठिकाणी असाच बॉम्ब हल्ला झाला; त्या ठिकाणी काही सहजयोगी पण होते; आणि आश्चर्य म्हणजे त्या सहजयोग्यांशिवाय त्या ठिकाणचे इतर सर्व लोक बॉम्ब हल्ल्यांत ठार झाले; हे सर्वच्या सर्व सहजयोगी पूर्णपणे बचावले. लगेच पुढच्या पूजेला ते सर्वजण कबेल्याला आले आणि त्यांनी मला ही हकीगत सांगितली. मी त्यांना समजावले की सहजयोगामधून आत्मा प्रकाशात आल्यामुळे त्यांच्यात परिवर्तन होऊन ते शक्तिशाली, महान पुरुष झाल्यामुळे त्यांना संरक्षण मिळाले. अशी हजारो उदाहरणे मी देऊ शकेन. आपल्याकडे अशा अनेक साधु-संतांचा छळ झाला तरी त्यांचे असेच रक्षण केले गेले. म्हणून त्यांनी चुकीच्या गोष्टींबद्दल राजा-महाराजांनाही सुनावण्यास कमी केले नाही. पण हनुमान त्यांच्या पाठीशी असल्यामुळे त्यांचे कुणीही काहीही बिघडवू शकले नाही. खाजानिमुद्दीनची गोष्टही तुम्हाला माहीत आहे. बादशहापुढे कुर्मिसात न केल्यास त्यांना ठार मारण्याची धमकी देऊनही ते घाबरले नाहीत, आणि कुर्मिसात करायला नकार दिला, पण त्या बादशहाचीच कत्तल झाली. असे संरक्षण मिळाले नसते तर पृथ्वीवरचे बडे-बडे साधुसंत वा धर्मवीर केव्हाच प्राणास मुकले असते. कारण माणसांमधील राक्षसी प्रवृत्ती इतकी बळकट, व्यापक असते की एरवी अशा संतांचा नाश करणे काही कठीण काम नव्हते. पण **परमात्मा असे होऊ देणार नाही कारण त्याच्याजवळ श्रीगणेश व श्री हनुमान अशा दोन प्रचंड शक्ति आहेत.**

राणा प्रताप एवढा महावीर; युद्धामध्ये अपयश आल्यावर त्याचे सरदार त्याला माघार घेऊन पळून जायचा सल्ला देऊ लागले तेव्हा त्यानेही त्यांना पळून जायची परवानगी दिली पण स्वतः लढत राहण्याचा निर्धार व्यक्त केला; कारण तो सांगयाचा की गण

हनुमान पूजा १९९९ (पुणे)

त्याच्याबरोबर आहेत. तसेच तुमचे संरक्षण, सर्व काळी व सर्व स्थळी केले जाणार आहे. एवढे संरक्षण मिळाल्यावर सहजयोगी धीर-गंभीर, कुणालाही न घाबरणारा, आपल्या स्थानी ठामपणे उभा राहणारा असा बनला पाहिजे; त्याला प्रत्यक्ष काही करण्याची जरुरी उरणार नाही. अशा तऱ्हेचे अनेक अनुभव सहजयोग्यांना मिळत असतात. एरवी पाश्चात्य लोकांमध्ये सहजयोग पसरवणे फार कठीण; पण तेहि सहज घडून आलेले तुम्ही पाहात आहात; एवढेच नव्हे तर मुसलमान लोकही आता सहजयोगात आले आहेत. यावरून हेच दिसून येते की परमात्म्याची प्रेमशक्ति खूप शक्तिशाली आहे; व कार्यान्वित आहे. पण त्यासाठी श्रीगणेशांचा किंवा हनुमानांचा जप करण्याची, त्यांच्या नावाने संस्था स्थापन करण्याची जरुरी नाही. तुमचे संरक्षण करणारी संस्था तुम्हीच आहात. तुम्हाला कोणी हात लावणार नाही वा ठार मारु शकणार नाही. तुम्हा फक्त स्वतःला नीट समजण्याची व जाणण्याची आवश्यकता आहे. आत्मसाक्षात्काराचा अर्थच हा आहे की 'स्व' ला जाणणे, ओळखणे, म्हणजेच आपल्या मागे-पुढे कोण-कोण आहेत हे जाणणे. मग ही परमेश्वरी प्रेम-शक्ति तुमच्यामधून कार्यान्वित होते; दुसऱ्यांना आपण कसे ठीक करुन शकू. त्यांना काय मदत करु शकू ह्याचा तुम्ही जास्त-जास्त विचार करु लागता– 'आनंदे भरीन तीन्हि लोक' हे भजन तुम्ही काल ऐकलेत– आणि अशी भावना आल्यावर हेहि लक्षात ठेवा की तुम्हाला कुणीही काहीही त्रास देऊ शकणार नाही; कुणाला तशी हिम्मत होणार नाही कारण तुम्ही इतके शक्तिशाली आहात.

आज आपण हनुमानांची पूजा करताना हेच भान ठेवले पाहिजे की साक्षात हनुमान आपल्यामध्ये प्रस्थापित झाले आहेत. ते तुमच्या उजव्या बाजूवर म्हणजे पिंगला नाडीवर कार्य करतात. त्यामुळे आपल्याला कार्य करण्याचा जोष मिळतो, अर्थात त्यापासून उष्णतेबरोबरच आपल्यामध्ये ते भक्ति निर्माण करतात. ज्यावेळेस उजव्या बाजूने जोषामधून कार्य करता करता आपण श्री हनुमानांसारखे संतुलन मिळवत नाही त्याच्या परिणामांतून अनेक आजार निर्माण होतात. दमा, हृदयविकार, लीव्हरचे त्रास त्यामुळे सुरु होतात. हनुमान ही उष्णता नियंत्रित करत असतात पण आपल्याच चुकांमुळे ही उष्णता आणखी पसरत गेली तर ब्लड-कॅन्सरसारखे आजार होतात. म्हणजे हनुमानांविरुद्ध वागल्यामुळे लीव्हर प्रथम उष्णतेमुळे खराब होते व त्यांतून पुढे अनेक प्रकारचे आजार पैदा होतात. उदा. राग आला की आरडा-ओरड, मार-पीट याच्यामागे लागणे हे हनुमानांच्या विरोधात आहे; तुम्ही हनुमानांना मानता तर राग येण्याचा, नाराज होण्याचा प्रश्नच कुठे येतो, ते कधी कुणावर रागवत नाहीत; पण माणूस अहंकारामुळे रागवत राहतो, हनुमानांजवळ अहंकाराचे नावही नाही. उजव्या बाजूच्या लोकांमध्ये अहंकार फार असतो. खरे पाहिले तर सर्व-साधारण माणसांना, तसेच मोठमोठ्या लोकांना अहंकार येण्याचे कारण म्हणजे त्यांची आंतरिक स्थितीच अशी असते की ते हनुमानांना मानू शकत नाही. **तुम्ही हनुमानांना मानता तेव्हा श्रीरामांनाही मानणारच.** आता एखादा माणूस उजव्या बाजूकडचा असला तरी त्याला दम्याचा त्रास व्हायला नको कारण उजव्या हृदयांतच श्रीरामांचे स्थान आहे. पण तुम्ही श्रीहनुमानांना मानत नसाल तर तुम्हाला दम्याचा विकार होण्याची फार शक्यता असते. तसेच डाव्या हृदयांत श्री शिवांचे स्थान आहे आणि तिथे काही अयोग्य प्रकार झाले तर हृदयविकार होऊ शकतो.

सहजयोगात आल्यावर तुम्ही समजून घेतले पाहिजे की श्रीहनुमान हे तुमचे आदर्श बनले पाहिजेत. श्रीगणेश, अबोधिततेचे अवतार असतातच; लहान मुलासारखे पण तल्लख बुद्धीचे असतात. पण श्री हनुमानांजवळ संतुलन आहे, प्रेममय आनंद आहे तसेच ते महाशक्तिशाली आहेत. त्यांच्यासारखे संतुलित जीवन-चरित्र प्रत्येक सहजयोग्याचे झाले पाहिजे. तुम्हाला जरी राग आला तरी चूप बसून रहा. मला राग असा कधी येत नाही किंवा आला तरी समजत नाही. पण राग न दाखवताही कधी कधी कार्य घडून येते. पण नुसता राग प्रमाणाबाहेर होऊ लागला की गोष्ट गंभीर होते; त्यांतून अल्झायमर नावाचा फार गांभीर आजार उद्भवतो. गुस्सा करणे ही एक अतिशय वाईट प्रवृत्ति आहे; राग आला तर आपणच आपल्याला तापसून पहावे की एवढा राग येण्यासारखी ती गोष्ट आहे कां? समजा, तुमच्या मुलाला कुणी मारले तर रागावण्याऐवजी आपलाच मुलगा चुकला नसेल ना असे आधी पहा. त्यामुळेच आपण संतुलन गमावून बसता व हा आजार होतो. अल्झायमर सहजयोगामधून ठीक होऊ शकतो पण ते करणे फार कठीण आहे; कारण असा आजारी माणूस संतुलन गमावलेला असतो, शिवीगाळ सतत करत असतो, आरडा-ओरडा करत असतो. अशा माणसाला

कसे ठीक करणार?

हनुमानांचा दुसरा एक शत्रू म्हणजे शराबी, दारु पिणारा; दारु पिणाऱ्यांचे ते लंकादहन करवतात. एरवी दारुड्या माणसाबरोबर कुणी बोलत नाही, म्हणून आपल्यासारखे आणखी दारुडे जमवून तो पीतच राहतो. घराकडे लक्ष नाही, घरच्या लोकांना खायला नाही आणि हे सारा पैसा दारुमध्ये उडवणार. हनुमानांना मानणारा माणूस कधीही दारुला स्पर्श करणार नाही. आजकाल तर मद्यसेवन ही फॅशन बनत आहे. दारुच्या अतिरेकामधून साऱ्या कुटुंबाचा सत्यानाश होतो; अशी कुटुंबे मी बरीच पाहिली आहेत. त्याचा आणखी एक वाईट परिणाम म्हणजे माणसामधील प्रेम-भावना शुष्क बनून रहाते. म्हणून सर्व धर्मामध्ये मद्यमान निषिद्ध मानले गेले आहे. पण ख्रिश्चन लोकांनी त्यातूनही पळवाट काढली आणि सांगू लागले की ख्रिस्तांनीही एका लग्नसोहळ्यात पाण्याची दारु बनवली आणि सर्वांना दिली. ही शब्दशः खोटी गोष्ट आहे. इंग्लंडमध्ये तर मी पाहिले की घरात कुणाचा मृत्यु झाला तरी शराब वा नवीन जन्म झाला तरी शराब पिऊन साजरा करणार. शराबी लोकांच्या डोक्यातून निघलेल्या या अफलातून कहाण्या आहेत. असे लोक हनुमानांच्या नुसत्या विरोधात आहेत असे नसून ते त्यांच्यावरच आक्रमण करणारे आहेत. म्हणून त्यांच्यावर हनुमानांचा केव्हा व केवढा कोप होईल मलाच माहीत नाही. त्याचप्रमाणे श्रीगणेशांच्या विरोधांत असणाऱ्या, चरित्रहीन माणसांचे मूलाधार चक्र फार खराब होते. शराब प्यायल्यामुळे माणसाची चेतना नष्ट होते व श्री हनुमान अशा माणसाच्या मागे लागतात; मग त्यांच्या कुटुंबात कलह होतात, शिवीगाळ, मारामारी चालते. सहजयोग्याने तर दारु पिणाऱ्या माणसाच्या घरात पाऊलही टाकू नये; कारण ते स्थान अपवित्र असते; तसेच शराब पिणाऱ्या माणसाशी काहीही संबंध ठेऊ नयेत. त्यांच्यासाठी हे करणे घातक आहे.

पुण्यामधे डुल्या मारुती, जिलब्या मारुती इ. अनेक नावांची मारुती-मंदिरे आहेत. म्हणून पुणेकरांनी तर फार सावध रहायला हवे. त्या ठिकाणचे लोकही नशा-नाचगाणी असे प्रकार चालवतात. याला काय म्हणायचे? **हनुमानांची शक्ति तुमच्या उजव्या बाजूमध्ये आहे. संतुलनांत राहून तुम्हाला त्याचा उपयोग करायचा आहे.** शराब पिऊन लिव्हर खराब झाल्यावर ते कोपाविष्ट होणारच. त्यांचे कार्य सूक्ष्मतेतून होणारे आहे. दारू पिणाऱ्यांना तुम्ही बोलून काही फायदा नाही, उलट तेच तुमच्यावर उलटतील. दारू पीत नाही म्हणून तुम्हालाच नावे ठेवतील. हनुमानांनी या लोकांवर आधीच गदाप्रहार कसा केला नाही याचेच मला आश्चर्य वाटते.

जो माणूस खूप कार्य करतो, खूप धावपळ करतो पण ज्याच्या हृदयांत प्रेम नसते त्याला पण त्रास होऊ शकतात. म्हणून तर येशू ख्रिस्तांनी सर्वांना क्षमा करत रहा असा उपदेश केला. हनुमान तर त्यांच्या भक्तीच्या शक्तिमधून इतक्या उच्च स्थानावर आले; तेच आता तुमचे आदर्श आहेत. गरमी झाली की लोकांची खोपडी खराब होते व प्रेमाचा आनंद मिळेनासा होतो. अशा हनुमान भक्तांना बजरंगबली नमस्कार करतात. म्हणून सर्व सहजयोग्यांनी समजून घेतले पाहिजे की, **हनुमानांची शक्ति मिळवण्यासाठी सर्वप्रथम संतुलन जपले पाहिजे. प्रेमाचे बंधन असे असते की तिथे लहान-मोठा, सामान्य-श्रेष्ठ असे भेदभाव रहात नाहीत, ते बंधन सर्वांना सामावून घेते.** मी तर त्याचाच सदैव वापर करते कारण माझा कधी कधी विचित्र लोकांबरोबरही संबंध येतो; त्यांना प्रेमाच्या मोहिनीमधूनच संभाळून घ्यावे लागते. गगनगिरी महाराजांची गोष्ट तुम्हाला मी सांगितलीच आहे आणि या प्रेमामधूनच त्यांचा अहंकार मी शांत केला. अशी अनेक उदाहरणे आहेत, ती सर्व सांगत बसले तर रात्र पुरणार नाही. प्रेमळ शब्दांतून संभाषण करायला काही लागत नाही; दुसऱ्याशी प्रेमाने वागल्यास त्या व्यक्तीचे सद्गुण तुम्ही उचलू शकता; उलट रागारागांत बोलल्यास त्याचे दुर्गुणच तुमच्यामधे उतरतात. तुम्ही सहजयोगी झाल्यावर प्रेम करण्याची शक्ति तुम्हाला मिळाली आहे. प्रेमाची देवाण-घेवाण झाल्यावरच त्याचा सुगंध तुम्हाला मिळणार आहे.

बजरंगबलीपासून तुम्हाला काही मिळवायचे असेल तर ते म्हणजे त्यांची भक्ति; ह्या भक्तीमधूनच तुम्हाला त्यांची शक्ति मिळणार आहे व ती मिळाल्यावर कुणीही तुम्हाला धक्का देऊ शकणार नाही, याची अनेक उदाहरणे आहेत. त्यांना लोक चमत्कार समजतात पण मी त्याला हनुमानांची कृपा समजते. म्हणून पहिले स्वतःबद्दल प्रेम बाळगा व तेच प्रेम दुसऱ्यांना द्या. हे प्रेम म्हणजे निर्व्याज प्रेम. या प्रेमाच्या शक्तिचाच तुम्ही सतत उपयोग करा.

तुम्हा सर्वांना अनंत आशीर्वाद.

सार्वजनिक कार्यक्रम

प. पू. श्री. निर्मला देवींचे प्रवचन, पुणे २५ मार्च ९९

आजकालच्या कलियुगामध्ये मनुष्य जगामध्ये सर्वत्र चाललेल्या अनिष्ट गोष्टींमुळे भ्रमात पडला आहे आणि सत्य व असत्य यांतील फरक त्याला कळेनासा झाला आहे. हा कलियुगाचा महिमा आहे; पण पुराणांत नल-दमयंती आख्यानांत कलीनेच म्हटल्याप्रमाणे माणसाला कलियुगातच सत्य शोधण्याची इच्छा होणार आहे व त्यासाठी संसार सोडून दऱ्याखोऱ्यांत न जाता सहजमध्येच त्याला ते प्राप्त होणार आहे.

सध्याच्या शास्त्रीय युगामध्ये प्रचीति व अनुभव हा सत्याची जाणीव होण्यातील मुख्य भाग आहे. सहजयोग आता जगामधील ८० देशांमध्ये पसरला आहे. या बाबतीत लोकांमध्ये अनेक शंका असतात, गुरूच्या शोधांत ते वेगवेगळ्या मार्गांकडे जातात पण गुरूला न ओळखल्यामुळे त्यांना अनेक त्रास भोगावे लागतात. म्हणून सत्याची प्रचीति मिळाली की सहजचा आनंद त्यांना मिळू शकेल या उद्देशाने मी इथे सहजयोग सुरू केला व त्याला चालना मिळून त्याला आता बहर आला आहे.

कलियुगामध्ये होणाऱ्या भ्रांतींपैकी सर्वांत मुख्य भ्रान्ति म्हणजे भौतिकता व पैसा हेच एकमेव ध्येय मानणे व त्यासाठी आयुष्यभर यातायात करणे, त्यामागेच सतत धावपळ करणे. पण ते संपतच नाही हे थोडे-फार कळून आल्यामुळे खरे सुख पैशात नाही तर आत्मानंद मिळवण्यात आहे हे आता लोकांना कळू लागले आहे; त्याचबरोबर कलियुगाचा व षड्रिपूंचा प्रभाव आता कमी-कमी होत चालला आहे व आत्मानुभव घेण्यास मानवप्राणी तयार होऊ लागला आहे.

महाराष्ट्रामधे साधू-संतांनी फार मोठे कार्य केले पण त्यावेळच्या लोकांनीही त्यांचा फार छळ केला. त्यांनी कुण्डलिनीबद्दल, आत्मस्वरुपाबद्दल, आत्मसाक्षात्काराबद्दल खूप सांगितले. पण त्याचा लाभ मोजक्या लोकांनाच झाला व बहुतांश लोक संतांनी सांगितलेल्या भजन-नाम-वारी यामध्येच प्रदीर्घ काळ अडकून बसल्यासारखे झाले व उन्नतीच्या पुढच्या पायरीवर येऊ शकले नाहीत. ज्ञानेश्वरांनी सहाव्या अध्यायातही कुण्डलिनीबद्दल स्पष्ट लिहून ठेवले. सहजयोग हीच आता पुढची पायरी आहे. आजपर्यंत जे मानत आलो ते सिद्ध झालेले समजण्याची ही पायरी आहे. सहजयोगाप्रमाणे जगभरातील सर्व धर्मांच्या मानवामध्ये कुण्डलिनी आहे व ती जागृत करून घेण्याचा व आत्मदर्शन करून घेण्याचा मार्ग सर्व मानवजातीसाठी खुला आहे.

आज धर्माच्या नावाखाली अधर्मच माजलेला दिसतो. हिंदु-मुसलमान-ख्रिश्चन हे भेदभाव देव मानत नाही. हे सर्व माणसांनीच निर्माण केले व त्यासाठी आपापसात लढत राहिले. सहजयोग हे खरे-खुरे धर्मांतर आहे म्हणजे आत्मसाक्षात्कारानंतर खरा धर्म माणसामध्ये जागृत होतो आणि जाती-पाती, लौकिक अर्थाचा धर्म हे भेदभाव संपून आत्म्याचा धर्म त्याला समजतो. शिवाजी महाराजांनीही 'स्वधर्म वाढवावा' असे सांगितले; हाच आत्म्याचा (स्व) धर्म. तो जागृत झाल्यावर माणूस अंधारात चाचपडल्यासारखा कर्मकाण्ड करण्याचे सोडून प्रकाशांत येतो. म्हणून आपल्या हृदयांतच प्रेमाचे मंदिर बांधण्याची आज गरज आहे, त्याचा परमानन्द उपभोगायचा व त्याच्याशी एकरूप व्हायचा हा समय आहे. यालाच बायबलमध्ये 'लास्ट जज्मेंट' व कुराणात 'कयाम' असे म्हटले आहे.

पण अजूनही आपल्याकडे लोक अनेक गुरूंच्या मागे लागतात, सर्वस्वावर त्यामागे पाणी सोडतात. महाराष्ट्रांत तर प्रत्येक गावांत गुरू असतो. म्हणून मला वाटते की या सर्व गुरूंना सध्याच्या प्रगत युगामध्ये शास्त्रज्ञांसमोर आणून त्यांच्याकडून त्यांची परीक्षा घ्यायला लावावे. रुमानियात मी शास्त्रज्ञांना सहजयोग

समजवल्यावर त्यांनी प्रत्यक्ष प्रयोगांतून हे सर्व समजून मान्य केले व मला cognitive science ची डॉक्टरेट बहाल केली. रशियातही शास्त्रज्ञांनी प्रयोग करून सहजयोगाची सत्यता मानली आहे. शास्त्र नितीमत्तेबद्दल काही सांगत नसले तरी सत्याला मान्यता देणारे आहे. म्हणून आपल्याकडील खण्डोभरती झालेल्या गुरूंनाही त्यांच्यासमोर आणले पाहिजे. परदेशातील शास्त्रज्ञ त्यासाठी इकडे यायला तयार नाहीत. कारण त्यांना त्यांच्या देशातच कार्य करायचे आहे. ही त्यांची देशभक्ति, आपल्याकडे स्वतंत्र्य-चळवळीत देशभक्ति प्रज्वळ होती, मी स्वतः त्या चळवळीत सक्रिय भाग घेतला होता व मला शिक्षाही झाली होती. पण आजकाल आपल्याकडे देशभक्तिचे नाव राहिले नाही, सर्व व्यवहार पैसे खाऊन चालले आहेत व आपल्यामधील देशाबद्दलची अस्मिता नष्ट होत चाललेली आहे.

तीच गोष्ट आपल्या संस्कृतीची. आपल्या संस्कृतीमध्ये अनेक बारीक-सारीक गोष्टी आहेत. पण या पुण्यासारख्या शहरातही ती हरवल्यासारखे मला दिसते. सगळीकडे, आपल्या महिलाही, अमेरिकेचे अनुकरण, Foreign Life-style यांच्या मागे फिरत आहेत. पण मी अमेरिका, इंग्लंड व अनेक परदेशात जाऊन आले आहे. पाश्चात्यांकडून शिकण्यासारखे काही नाही; जे शिकायचे ते आपल्या आतमधे आणि आपल्याकडेच आहे. मी महात्मा गांधीच्या आश्रमातही राहिले होते. त्यांनाही जगातील सर्व धर्माचे सार असलेला एक धर्म पाहिजे होता आणि तोच सहजयोग मला हवा होता. पण देश स्वतंत्र झाल्याशिवाय लोकांना 'स्व'चे तंत्र समजणार नाही असे ते म्हणत. आपल्याकडे इथे इंग्रजी भाषा शिकणे, पाश्चात्यांचे अनुकरण करणे हे प्रकार वाढत गेल्यामुळे आपण लोक आपलीच संस्कृती विसरत चाललो आहोत.

आपल्या संस्कृतीचा गाभा 'अध्यात्म' हाच आहे व आत्मसाक्षात्कार ही अध्यात्माची परिसीमा आहे. तोच आपण सर्वांनी जाणला पाहिजे. पुस्तके वाचून, प्रवचने ऐकून हे होण्यासारखे नाही; फालतू चर्चा, शो, बढाया, घमेंड हे आता चालणार नाही. त्यांची तुम्हाला जरूरही नाही. आत्मसाक्षात्कारानंतर नीर-क्षीर विवेक तुम्हाला मिळेल. चुकीच्या गोष्टींकडे व रस्त्याकडे तुम्ही जाणारच नाही. आपण 'सत्या'वर ठामपणे उभे आहोत की नाही हेच फक्त तुम्हाला शोधायचे आहे व तीच आजच्या काळाची गरज आहे. त्यानंतर तुम्हाला कसल्या संरक्षणाची जरूर नाही.

ही स्थिती आता आली आहे. पुणे हे महाराष्ट्राचे हृदय आहे व त्या पुण्याचे खऱ्या अर्थाने 'पुण्यपटनम्' व्हावे ही माझी इच्छा आहे. त्यासाठी तुम्हाला घरदार वा इतर काहीही सोडायची जरूर नाही; अगदी दारूही सुटणार आहे. सर्व घाण निघून जाऊन तुम्ही कमळासारखे स्वच्छ होणार आहात.

आज ८० देशांमध्ये सहजयोग पसरला आहे; एकाकडून दुसरीकडे, मग तिसरीकडे असा हा फोफावणारा वृक्ष आहे. सहजयोगी सर्व देशात प्रेमाने, गोडी-गुलाबीने, भांडण-तंटे न करता राहातात. म्हणूनच ते सामूहिक असतात. सहजयोगामध्ये तुम्ही सामूहिक चेतनेमध्ये येता व मग 'दुसरा' असा कुणी रहातच नाही. महाराष्ट्रीय लोकांना घमेंड असते असे म्हणतात. पण आता ते सर्व बदलणार आहे. कारण आत्मसाक्षात्कार हा तुम्हा सर्वांचा जन्मसिद्ध अधिकार आहे. त्यासाठी काहीही द्यावे लागणार नाही उलट सर्व काही घ्यायचेच आहे. सर्वांची कुण्डलिनी जागृत करावी हीच माझी धडपड आहे, मला तुमच्याकडून काहीही नको, तुम्ही कृपा करून सहजयोग स्वीकारा व हेच आशीर्वाद स्वीकारा. त्याच्यामध्ये प्रगती करून घ्या व जगभरातील सहजकुटुंबामध्ये सामावून या.

सर्वांना अनंत आशीर्वाद.

(यानंतर श्री माताजींनी सर्व उपस्थितांना आत्मसाक्षात्काराची अनुभूती दिली. ७५ हजारांहून अधिक संख्येने उपस्थित असलेल्या लोकांनी कुण्डलिनी जागृत झाल्याची प्रचिती आल्याचे मान्य केले.)

सहजसंगीतामधून सहजयोग

सहज-संगीत हे सहजयोगासाठी एक प्रभावी माध्यम असल्याचे सहजयोग्यांना अधिकाधिक जाणवत असल्यामुळे श्री. अरुण आपटे यांच्या सहज-संगीत कार्यक्रमाबद्दलचा उत्साह व तळमळ अलिकडील काळामध्ये जास्त वाढली आहे. गेल्या पाच-सहा महिन्यांमध्ये भारतात बऱ्याच ठिकाणी ह्या कार्यक्रमांचे आयोजन करण्यात आले.

मुंबई-नवी मुंबईमध्ये बोरिवली, ठाणे, वाशी व पनवेल असे चार कार्यक्रम अलिकडे झाले.

बोरिवलीचा कार्यक्रम काळजीपूर्वक व चोख व्यवस्था ठेऊन आखलेला होता. चैतन्यलहरींची जाणीव अधिक प्रकर्षाने व्हावी हा उद्देश असल्यामुळे हा कार्यक्रम फक्त सहजयोग्यांसाठी कार्यशाळेच्या स्वरूपात घेतला गेला. हॉल, माइक, क्लोजसर्किट टी.व्ही. इत्यादी व्यवस्था त्यानुसार उत्कृष्ट होती, व वातावरण चैतन्यमय राहील याची विशेष काळजी घेतली होती. सुरवातीला श्री. आर. डी. मगदुम् यांनी संगीताचे सहजयोगातील महत्त्व व त्यासाठी श्री. अरुण आपटे यांचे योगदान आणि प. पू. श्री.माताजींचे आशीर्वाद हे सर्व सविस्तरपणे विशद केले. त्यानंतर श्री. अरुणने चक्रांबद्दलचे राग व मंत्र यांचे प्रात्यक्षिकांसह मार्गदर्शन केले. सर्व सहजयोग्यांना चैतन्य लहरींचा आनंद पुरेपूर लाभला.

ठाणे येथील कार्यक्रमही अशाच तऱ्हेने सहजयोग्यांसाठीच होता. त्याला सहजयोग्यांचा प्रतिसाद विशेष करून दिसून आला. तेथील सामूहिकता, एकविचारता व एकजूट सर्व कार्यक्रमांतून विशेष करून जाणवत होती व त्यामुळे श्रोत्यांना संगीताची ध्यानामधील व चक्रशुद्धीसाठीची उपयुक्तता जास्त जाणवली.

वाशीमधील कार्यक्रम जुईनगर स्थानकावरील दालनात ठेवला होता व तो सार्वजनिक होता. बरेचसे मान्यवर लोक, पत्रकार, डॉक्टर्स व प्रशासकीय सेवेतील अधिकारी निमंत्रणानुसार हजर होते. सुरवातीला श्री. मगदुम साहेबांनी सहजयोगाची माहिती सांगून जागृतीचा अनुभव नवीन उपस्थितांना दिला. त्यानंतर श्री. अरुण आपटे यांनी संगीतामधून प्रत्येक चक्रावरील रागांबद्दल मार्गदर्शन करून ध्यान करवून घेतले. सर्वांना संगीतामधून शेवटी निर्विचारतेचा अनुभव आला. विशेषता पत्रकार व प्रशासकीय अधिकारी यांनी प्रश्नांमधून शंकानिरसन करून घेतले व ध्यानाच्या स्थितीचा अनुभव घेतला.

पनवेल येथील कार्यक्रम व्ही. के. हायस्कूलच्या पटांगणात झाला. हा कार्यक्रमही सार्वजनिक होता व आसपासच्या खेड्यांमधून कष्टपूर्वक केलेल्या परिश्रमांमधून बरेच स्थानिक लोक व भजनी-मंडळे उपस्थित होती. कार्यक्रमाची प्रसिद्धी जाहिरात माध्यमामधून विशेष प्रयत्नपूर्वक झाली होती. सुमारे एक हजार श्रोते उपस्थित होते. स्टेजची सजावट, माईक, टी.व्ही., इ. व्यवस्था जाणीवपूर्वक उत्तम करण्यात आली होती. सुरवातीला प. पू. श्री. माताजींच्या पब्लिक प्रवचनाची व्हीडिओ कॅसेट दाखवण्यात आली व नंतर प्राथमिक माहिती दिल्यावर सहज-संगीताचा कार्यक्रम सुरु झाला. खेड्यांमधून भजनी-मंडळी आलेली असल्यामुळे भजन-भावगीतांमधून रागांची ओळख करून दिली गेली व त्यांच्या भाषेमधून सहजयोग आणि सहज-संगीताची ओळख करून दिली; श्रोत्यांकडून एक-एक स्वर लाऊन घेतला व त्या त्या स्वराचा अर्थ व परिणाम समजावून सांगितला. उदा. सा म्हणजे आनंद, ग म्हणजे समाधान इ. एकूण कार्यक्रमामधून श्रोते प्रभावीत झाले.

महाराष्ट्र बाल सेमिनार

गेल्या वर्षअखेरीस खानापूर येथे मुला-मुलींचे एक शिबीर घेण्यात आले; त्यावेळेचा उत्साहवर्धक प्रतिसाद पाहून असेच शिबीर महाराष्ट्रातील सहजयोगी मुलांसाठी आयोजित करण्याची संकल्पना पुढे आली. त्यानुसार २० ते २३ मे ९९ या कालावधीत १० ते १५ वयोगटातील मुला-मुलींचा एक सेमिनार खानापूर येथेच स्नेह-सेवा या ठिकाणी नुकताच पार पडला. त्या बद्दलच्या माहिती-सूचना पत्रिका सर्व केंद्रांवर पाठवण्यात आल्या होत्या व सर्व महाराष्ट्रातून २०० हून जास्त मुलांनी नावे नोंदवली; विशेष-करुन नाशिक (४४), मुंबई-ठाणे (३०) असा भरघोस प्रतिसाद आला. फलटण, सोलापूर, यवतमाळ, वाई, बीड इ. पासूनही मुले आली होती.

सेमिनारचे मुख्य उद्दिष्ट अर्थातच मुलांना सहजयोगाची सखोलता मिळवण्यासाठी मदत करणे हा होता. त्यानुसार सहजयोगाची कुण्डलिनी, नाड्या, चक्रे, ट्रीटमेंटस् इ. सविस्तर माहिती देण्याचे उद्दिष्ट होतेच पण त्याचबरोबर पूरक आकलन म्हणून ध्यान-धारणांचे महत्त्व, श्री माताजींबद्दची माहिती, पूजा-विधी व सहज-संगीत या विषयाबद्दलचेही ज्ञान मुलांना देण्याचा हेतू होता. त्याशिवाय सहज-योगामधून व्यक्तिमत्व विकास, चांगले संस्कार व सवयी, प्रोटोकॉल्स, सद्य परिस्थितीत सहजयोगाचे महत्त्व, मुलांची जबाबदारी, संत-लोकांचे जीवन व शिक्षण इ. संलग्न गोष्टींबद्दल मुलांना माहिती देण्याचे हेतुपरस्पर योजले होते. सांस्कृतिक कार्यक्रम, निबंध-स्पर्धा, वक्तृत्व-स्पर्धा, कला, सामान्य विज्ञान-स्पर्धा, बक्षिसे यांचाही समावेश होताच.

२० मार्च या पहिल्या दिवशी दु. ४ वाजेपर्यंत सर्व मुले आल्यावर त्यांची १२-१२च्या गटाने टेंटस्‌मध्ये राहण्याची व्यवस्था झाली. स्थिरस्थावर होऊन सर्वांनी प्रथम मीठ-पाण्याची ट्रीटमेंट केल्यावर एकत्र येऊन तीन महामंत्र म्हणून कार्यक्रमाला सुरुवात झाली. प्रथम सर्वांना सेमिनारमधील अपेक्षित वागणूक, नियम समजाऊन दिले. त्यानंतर पूजा-विधी, पूजेसमयी पाळण्याचे प्रोटोकॉल्स समजावून देण्यात आले. चहापानानंतर प्रत्येक मुलाने स्वतःची ओळख, शिक्षण, छंद इ. बद्दल माहिती दिली. पहिलाच दिवस असल्यामुळे आणखी काही कार्यक्रम ठेवले नव्हते. जेवण लवकर करुन

दहा मिनीटे ध्यान करुन सर्वजण झोपी गेले.

दुसऱ्या दिवशी २१ मार्चला पहाटे ५ वा. सर्वांना उठवण्यात आले. अर्धा तास ध्यान झाल्यानंतर चहा, स्नान व नाश्ता उरकून सर्वजण पुढील कार्यक्रमासाठी ९ वा. हॉलमध्ये आले. पहिल्या सत्रात प्रथम सहजयोग, चक्रे, कुण्डलिनी जागृति, सहजयोग इतरांना सांगणे इ. बद्दल मार्गदर्शन करण्यात आले. नंतर संगीत व सहजयोग याची शास्त्रीयता मुलांना रुचेल अशा सोप्या भाषेत सांगण्यात आली. तसेच स्वर व चक्रे व संगीताचा त्यांच्याबरोबरचा संबंध हे प्रात्यक्षिकासह समजावण्यात आले. मुलांकडूनही स्वर लाऊन घेतल्यामुळे हे मार्गदर्शन प्रभावी झाले. चहापानाच्या छोट्याशा विश्रांती नंतर आत्मसाक्षात्कार, कुण्डलिनीचे जागरण, दुसऱ्यांना जागृति देणे, ट्रीटमेंटस् इ. माहिती देणयात आली व क्रिया करवून घेण्यात आल्या. त्यानंतर संत एकनाथांची शिकवण, जीवितकार्य व साहित्य यांची गोष्टीरुपांसहित सोप्या भाषेत माहिती दिली. जेवण व थोड्या विश्रांतिनंतर दुसऱ्या सत्रात वंदे मातरम्, स्वातंत्र्य चळवळ व श्री माताजींचा त्यातील सहभाग, स्वदेशी वस्तूंचा वापर इ. माहिती, पंचमहाभूतांचे सहजयोगातील कार्य व सहजयोगाचा प्रचार/प्रसार इ.वर मार्गदर्शन झाल्यानंतर निबंध-स्पर्धा घेण्यात आल्या. मुलांना सोपे जातील असेच विषय - शिवाजी, म. गांधी, संत, सहजयोग देण्यात आले. चहापानानंतर मुलांना तासभर खेळण्याची मोकळीक दिलेली होती. त्यानंतरच्या दीड तासामध्ये संत कबीर, पसायदान व त्याचा अर्थ समजावल्यावर एक व्हिडिओ कॅसेट (पर्यावरण) दाखवून ध्यान घेण्यात आले. रात्रीच्या जेवणानंतर त्या दिवसाचा कार्यक्रम संपला व मुले झोपी गेली.

तिसऱ्या दिवशी २२ मे, नियमाप्रमाणे सर्व मुलांना पहाटे पाच वाजता उठवण्यात आले व तयार होऊन सर्वांनी अर्धा तास ध्यान केले. त्यासोबत मस्तकामधील चक्रे समजाऊन दोघा-दोघांकडून हेडमसाज करुन घेण्यात आला. चहा-नाश्ता झाल्यावर पहिल्या सत्रात मुलांना भारतीय संस्कृती व आपले सण, अष्टविनायक व देवीची साडे-तीन पीठे यांची माहिती देण्यात आली. त्याचबरोबर संतांचे कार्य, वासुदेव-गोंधळी-वाघ्यामुरळी अशा लोककलाकारांमधून जनजागृतीचे कार्य कसे झाले याबद्दल सांगण्यात आले. तसेच छत्रपति शिवाजी, राणी ताराबाई, टिळक-आगरकर इ. लोकोत्तर पुरुषांचे कार्य व सध्याच्या काळातील आदिशक्तीचे अवतरण व आत्मसाक्षात्काराचे महान कार्य यांची महति समजावली. त्यानंतर पुन्हा अर्ध्या तासाभरात सहज-संगीतातील चक्रे व

राग यांचे संबंध प्रात्यक्षिकासह समजाऊन दिले. त्यानंतर मुलांसाठी आवश्यक म्हणून श्री माताजींची जन्मापासूनची माहिती, त्यांचे कुटुंब, इ. १९७० मध्ये नारगोळ येथे सहस्त्रार उघडले जाण्यापर्यंतचा इतिहास सांगितला व श्री माताजींना मिळालेले आंतरराष्ट्रीय सन्मानांची नामावली सांगितली. त्यानंतरच्या विशेष उपयुक्त व मुलांकडून अपेक्षित असलेल्या गोष्टींबद्दल मुलांचे वर्तन, थोरामोठ्यांचा आदर, चांगल्या सवयी, स्वच्छता व आरोग्य, पोशाख, डोक्याला तेल लावण्यासारख्या बारीक-बारीक गोष्टी, सहजयोगाबद्दलचे वाचन, बोलण्या-चालण्यातील नम्रता, भारतीय खेळ इ. सविस्तर मार्गदर्शन करण्यात आले. तसेच नियमित ध्यानाची आवश्यकता अधोरेखित केली गेली. पाठोपाठ शिवाजी महाराजांबद्दलची गोष्टीरुपात माहिती दिल्यावर जेवणाची सुटी झाली. विश्रांतीनंतरच्या दुपारच्या सत्रात चित्रकला, निबंध, वक्तृत्व, इ. स्पर्धा व क्विझ कॉंटेस्ट घेण्यात आल्या, त्यामध्ये मुलांनी उत्साहाने भाग घेतला व या कार्यक्रमाचा आनंद लुटला.

शेवटच्या दिवसाची (२३ मार्च) सुरुवात नियमाप्रमाणे पाच वाजता उठून झाली व तयार होऊन अर्धा तास मुलांचे ध्यान झाले. आंघोळ-नाश्ता उरकल्यावर पहिल्या सत्रात संगीत व सहजयोग याची आणखी काही माहिती प्रात्यक्षिकांसह दिली गेली. त्यानंतर मुलांना विविध संलग्न विषयांबद्दल मार्गदर्शन करण्यांत आले; त्यामध्ये एकमेकांबद्दल प्रेमाची व सहानुभूतीची भावना, दुसऱ्यांना सहजयोगाद्वारा मदत, टी.व्ही पाहण्याबद्दलची दक्षता, व्यायाम इ. विषयांबरोबरच भारतीय संस्कृती, चैतन्यलहरींचा उपयोग व फायदे, ध्यानाची व ट्रीटमेंटस्‌ची आवश्यकता, अभ्यास, संगीत शिकण्याची उपयुक्तता इ. विषयांचा समावेश होता. तसेच मानवाच्या उत्क्रांतीमधून त्याच्यामधे झालेला बदल, दशावतारांचे कार्य, अणू-परमाणू इ. वैज्ञानिक माहिती याचा परामर्श घेतला गेला. त्यानंतर सहजयोगी म्हणून जबाबदारीने वागणे, सध्याच्या कठीण काळांत आपले वैशिष्ट्य जपण्याची आवश्यकता, आपले भविष्य उज्ज्वल बनण्यासाठी व्यक्तिमत्व विकास, सामुहिकता इ. अंगांबद्दल विशेष मार्गदर्शन करण्यात आले. जेवणानंतरच्या सत्रांत नृत्य, संगीत, नाटिका इ. मुलांनी बसवलेल्या सांस्कृतिक कार्यक्रमांतून सर्वांचे मनोरंजन झाले.

सेमिनारच्या शेवटच्या कार्यक्रमांत विजेत्या स्पर्धकांना बक्षिसे वाटण्यात आली. समारोपाचे भाषण व आभारप्रदर्शनानंतर हा आगळा-वेगळा, आनंद व उल्हास यांनी परिपूर्ण असलेला सेमिनार समाप्त झाला.

सेमिनाराबद्दल मुलांच्या प्रतिक्रिया त्यांच्या शब्दांतच समजण्यासाठी त्यांच्याकडून लिहून मागवल्या होत्या. त्यांतील काही बोलक्या प्रतिक्रिया:

...मला घरी जास्त व्हायब्रेशन्स लागत नाहीत. पण यावेळी मला असे वाटले की माझ्या सर्व अवयवांतून व्हायब्रेशन्स निघतात आणि प्रत्येक चक्रांत व्हायब्रेशन्स जाणवल्या. ध्यानानंतर मला शांति मिळाली.

.... आम्हाला संगीतात ध्यान केल्याने शांत, निर्विचार व थंड चैतन्यलहरी जाणवतात आणि संगीतामुळे आमचे ध्यान चांगले लागते. त्याचप्रमाणे संगीतामुळे सहस्रावर चैतन्य लहरी चांगल्या येतात.

...I got cold vibrations. I hope my prayer reaches Shri. Mataji.

.... इथे आल्यावर मला खूप छान वाटले. तसेच घरच्यापेक्षाही चैतन्यलहरीत खूप वाढ झाली. संगीतातून चैतन्यलहरी हा माझा पहिला अनुभव आहे.

.... इतके दिवस सहस्त्रारमधे न राहणारी कुण्डलिनी तीन दिवसांच्या गाण्यांमुळे सतत सहस्त्रारांत राहते. आभारी, जय श्री माताजी.

.... इससे पहले मुझे संगीत बहुत मुश्किल लगता था। अब लगता है की संगीत अपने बस की बात है। इतना थंडा व्हायब्रेशन्स मैने कभी नहीं महसूस किया।

.... मला खूप थंड लहरी आल्या. कॅसेट कधी संपली हे पण कळले नाही.

.... ह्या संगीतामुळे आमचे विचार पळून गेले व विचार नसल्यामुळे आम्हाला थंड लहरी जाणवल्या.

अशा तऱ्हेने सेमिनारचे सर्व कार्य सामूहिकतेतून झाल्याने सर्व कार्यक्रम सुरेख तऱ्हेने व यशस्वीपणे पार पडला. अनेक कार्यकर्ते व युवा-शक्तीने ह्या सेमिनारसाठी खूप कष्ट घेतले. या कार्यासाठी प. पू. श्रीमाताजींची कृपा पाठीशी होतीच.

सूचना : इतर शहरांतही असे मुलांचे सेमिनार झाल्यास कार्याला आणखी चालना मिळेल. त्याबाबतीत शहर केंद्रप्रमुखांनी विचार करावा ही विनंति.

●

महामाया पूजा

प. पू. श्री. माताजी निर्मलादेवींचे भाषण (सारांश) न्यूझीलंड, १० एप्रिल '९४

आज मी महामाया-पूजा करण्याचे ठरवले आहे. महामाया शक्ती समजणे अवघड आहे. त्याच्याबद्दल म्हणूनच मी आजपर्यंत काही बोलले नाही वा सांगितले नाही. पण सहजयोग्यांसमोर हे सांगायची आता वेळ आली आहे; "सहस्त्रारे महामायः" असे म्हणतात, म्हणजे देवी जेव्हा सहस्त्रारात येते तेव्हा ती महामाया बनते. महामाया म्हणजे आपले खरे स्वरूप प्रकट न करणारी शक्ती. म्हणजे कुणालाही तिचे खरे रूप समजणार नाही अशी शक्ती. आत्मसाक्षात्कार मिळाल्यावरही त्यांना अंतिम स्थितीवर येता येणार नाही अशी योजना असावी.

यामध्ये अनेक कारणे आहेत. महामायेचे मुख्य कार्य म्हणजे आत्मसाक्षात्कार देणे. म्हणून हातात तलवार घेतलेल्या, वाघावर आरूढ झालेल्या अशा एखाद्या स्वरूपात देवी पृथ्वीवर आली तर कुणीही तिच्या जवळपास आले नसते व हे कार्य झाले नसते. ईशामसीची माता, सीतादेवी किंवा फातिमादेवी या स्वरूपांतील अवतरणांनाही हे कार्य शक्य नव्हते. आत्मसाक्षात्कार देणे हे फार कठीण काम होते. तसेच कुणाला कसला त्रास न होता किंवा भीती न वाटता हे करणे जरूर होते म्हणून महामाया स्वरूप धारण करावे लागले. त्याचा आणखी एक विशेष म्हणजे एक साधी महिला-गृहिणी आत्मसाक्षात्कार देत असल्याचे पाहून लोक आश्चर्यचकित झाले आणि त्यांना वाटू लागले की आपणही हे का करू नये? त्यातून त्यांचा आत्मविश्वास बळावला. आता आई म्हटले की तिचे प्रेम, करुणा हेही आलेच पण त्याहूनही महत्त्वाचे म्हणजे तिची सहनशीलता. आधीच्या अवतरणांमध्ये हा संयम व सहनशीलता नव्हती. म्हणूनच कदाचित त्यांना पृथ्वीतलावरून कार्यसमाप्ती घ्यावी लागली. पण मला अजून किती काळ रहावे लागणार आहे मला माहीत नाही; तरी एका विशिष्ट मर्यादेपर्यंत मला कार्य करावेच लागणार आहे. तिसरी गोष्ट म्हणजे तुम्हा सर्वांना मला माझ्या शरीरात धारण करणे हे तर फारच कठीण. कारण तुमच्यापैकी जो कोणी चुका करणार वा मुर्खासारखे वागणार त्याचा त्रास मलाच होणार. पण त्या त्रासामुळे माझ्यात काही परिणाम होत नाही कारण त्यांतूनच कुठेतरी चुकीच्या गोष्टी चालल्या आहेत हे माझ्या लक्षात येते. कुणी सहजयोगी आजारी असला, कुणाला काही त्रास होत असला तर मी लगेच त्यासाठी जोमाने उपाय करू लागते. उदा. आजच ऑस्ट्रेलियामध्ये एका सहजयोग्याला मॅनेन्जायटिस झाल्याचे मला कळल्यावर मी लगेच त्याला बंधन दिले, मला खात्री आहे की तो बरा होईल; पण त्यासाठी त्याची माझ्यावर पूर्ण श्रद्धा व समर्पण पाहिजे. हा चमत्कार नाही तर ते महामायेचे कार्य आहे. तुम्हाला मी धारण केले आहे हे तुम्ही पाहू शकणार नाही म्हणून ही महामाया-शक्ती.

तसेच सामूहिकतेमधून तुम्ही जे काही करता ते मला माझ्यामध्ये जाणवते. सामूहिकतेमध्ये एखाद्या चक्रावर त्रास असला तर तोही मला समजतो आणि मला त्याचा त्रास होतो म्हणून मी तो प्रश्न सोडवते. ही एक प्रकारची माझ्यावरील जबाबदारी आहे. पण त्याबद्दल तुम्हाला वाईट वाटायचे कारण नाही कारण तशी व्यवस्था मीच केलेली आहे आणि त्यासाठीच मी तुम्हाला माझ्या शरीरात धारण केले आहे. त्याचा उद्देश हाच आहे की मला तुमच्याबरोबर व तुमच्यासारखे राहून हे कार्य करायचे आहे. म्हणून तुमच्या मनात माझ्याबद्दल कसल्या प्रकारची भीती नसावी, मी तुमच्यासारखीच

मानव आहे, कुणी वेगळी नाही, अशीच भावना माझ्याबद्दल तुमच्या मनात रहावी हा माझा उद्देश आहे. माझ्याजवळ सर्व शक्त्या आहेत. पण हे फक्त आत्मसाक्षात्कारी माणूसच समजू शकेल. तुम्हाला जवळची वाटेल म्हणून मी अगदी सामान्य माणसारखी वागते-बोलते. म्हणूनच मी विवाह केला. मला मुले-नातवंडे झाली. तुमच्यासारखेच मी बाजारात जाते, कोकाकोलाही पिते. सर्व काही करते पण हे बाह्यांतीलच राहते कारण आतून मी माणूस नसते. माझे चित्त कुठेही पोचू शकते, सर्व काही मला बरोबर लक्षात राहते आणि म्हणूनच माझ्या चित्ताकडून सर्व कार्य होते. कारण त्याच्यामागे सर्व शक्ती असते. तुम्ही ज्याला चमत्कार म्हणता ते माझ्या दृष्टीने चमत्कार नसतात. मी जर तुम्हा सर्वांना माझ्या शरीरात धारण केलेले आहे आणि माझे शरीर जर चैतन्यमय आहे तर चमत्कार कशाला समजायचा?

पण एक महत्त्वाची गोष्ट म्हणजे तुम्ही हे महामायारूप बघून हुरळून जाऊ नका. नाहीतर हे कार्य घटित होणार नाही. म्हणून मी वरवर जशी दिसते तशी नसते. पण तुम्ही ही गोष्ट पूर्ण गांभीर्याने लक्षात घ्यायला हवी. माझे कार्य एखाद्या रिमोट-कंट्रोलसारखे चालते. सर्वसामान्य माणसाचे चित्त सतत आत्म्याकडे रहात नाही. कधी कधी मधूनच त्यांना आपल्या पलीकडे काही तरी आहे असे वाटते. पण जाणिवपूर्वक ते मिळवण्याचा जे ध्यास घेतात त्यांनाच साधक म्हणतात. इतर नुसते आपले सर्व ठीक झाले यातच समाधान मानणारे असतात. अशा परिस्थितीत मला माझे सत्य-स्वरूप झाकूनच येणे प्राप्त होते. म्हणजे सामान्य माणसांमध्ये गुप्तपणे प्रवेश करणे शक्य होते. मग महामाया त्यांना जीवनामध्ये इकडे-तिकडे भटकायला लावते, प्रलोभनात अडकवून ठेवते. मग काही सहजयोगी बाहेर पडले तरी हरकत नाही. त्यातले काही अनेक भौतिक गोष्टींना कंटाळून परत येतात. अर्थात, ते उन्नतीच्या मार्गावर इतरांपेक्षा मागे पडतात. पण त्यांना होणारे त्रास महामायेकडून दिले जात नसतात हे पक्के लक्षात घ्या. 'माता' म्हणून माझे तुमच्या संरक्षणाकडे लक्ष असतेच आणि तुम्ही चुका केल्या की त्याचा तुमच्यावर परिणाम होतो. म्हणूनच बाहेर पडलेले पुन्हा सहजयोगात येतात.

सहजयोगामध्ये सगळ्यात अपायकारक गोष्ट म्हणजे सहजयोगामधून पैसा कमावणाऱ्या मागे लागणे. कदाचित अशा लोकांना वाटत असेल की मला पैशाचे व्यवहार समजत नाहीत पण मला सर्व काही माहीत असते. तुमच्यापैकी कोण खोटे बोलतात तेही मला माहीत असते. पण अशा गोष्टी (चुका) करणाऱ्यांनाच त्याची शिक्षा भोगावी लागत असते. मला प्रत्यक्षपणे काही बोलायची जरूरच नाही. कारण एकदा आईच्या संरक्षक बंधनातून बाहेर गेलात की आजूबाजूच्या विरोधी शक्ती तुमच्यावर अंमल गाजवू लागतात. आणि तुम्हीच आईला ओळखले नसल्यामुळे त्या शक्ती तुमच्या लक्षात येत नाहीत. जोपर्यंत तुम्ही निष्ठेने सहजयोग करता तोपर्यंत तुमचा सांभाळ होत राहतो व तुमचे प्रश्न सुटतात. मी स्वतःहून कुणालाही शिक्षा देत नाही पण तुम्हाला त्रास झाले की तुम्हीच भानावर येऊन सुधारता. जगामध्ये ज्या ज्या वाईट गोष्टी होत असतात त्या परमेश्वरी सत्तेच्या विरोधात असतात. माणसानेच त्याच्या अहंकारातून, बुद्धीतून त्या चुकीच्या गोष्टी निर्माण केलेल्या आहेत; पैशाचा अनैतिक मनसोक्त व्यापार त्यामुळेच चालत असतो; त्यांतूनच भौतिकता, आक्रमकपणा व चंगळवाद बळावतो व माणूस त्यापायी पाप-कृत्ये करत राहतो. अमेरिकेत आणि जर्मनीमध्ये या प्रवृत्तीमुळेच अनेक माणसांचा छळ झाला, संहार झाला. त्याचाच पुढचा अतिरेक म्हणजे अनीतिमान राहणी, व्यभिचारी वागणूक, मादक द्रव्यसेवन, मुक्त (!) चालचलणूक, फॅशनच्या नावाखाली शरीरप्रदर्शन इ. इ. सहजयोगात आल्यावरच हा मूर्खपणा वाटू लागतो, सूज्ञता येते व तुमचे सर्व प्रकारचे संरक्षण सांभाळले जाते.

सहजवृत्तीने जीवन व्यतीत करत असताना हेवा, मत्सर, द्वेष या वाईट प्रवृत्ती शिल्लकच रहात नाहीत आणि तेच मानवाच्या हिताचे आहे हे तत्त्व तर्कदृष्ट्याही तुमच्या लक्षात येते. वर सांगितलेली परिस्थिती मायाजाल

(मायाविरोधी) आहे व ते प्रश्न दूर करण्यासाठी महामायाच आली पाहिजे; तुम्ही आता महामायेच्या मायेमध्ये आला आहात. परमात्म्याचे कार्य संपूर्णपणे तुमच्यावर अवलंबून आहे. म्हणून तुम्ही कुठे व किती आहात याला महत्त्व नाही तर तुम्ही किती समर्पित आहात, सामूहिकतेमधून तुम्ही त्यासाठी कसे करणार, त्याकडे तुम्ही चित्त कसे एकाग्र करणार या गोष्टींना जास्त महत्त्व आहे. ही जबाबदारी तुम्ही नीट जाणली पाहिजे तरच विनाशाकडे चाललेल्या जगातील थोडे तरी लोक तुम्ही वाचवू शकाल. भारत, रशिया इ. पौर्वात्य देशांमध्ये सहजयोग खूप पसरला आहे. या लोकांनी मला कसे ओळखले समजत नाही.

मायेचे दुसरे रूप म्हणजे सत्ता. दुसऱ्या देशांवर सत्ता गाजवणे, धर्माच्या नावाखाली सत्तेचा गैरवापर करणे आणि त्यापाशी लढाया करणे हे सर्वत्र चालले आहे. हे थांबण्यासाठी पुन्हा महामायाच कार्य करते. ती सर्व धर्मांना एकत्रित आणते. लोकांना पैसा व सत्ता यांपासून परावृत्त करून अध्यात्मिकतेकडे वळवते. एरवी सामान्य लोक मायेच्या प्रभावामध्ये पटकन अडकतात. त्याचे त्यांना आकर्षण वाटते व मृगजळासारखे ते त्याच्यामागे धावतात. पण सहजयोगामुळे दहा टक्के लोक तरी या परिस्थितीतही वाचणार आहेत. पण तुम्ही जबाबदार सहजयोगी बनायला हवे. तुम्ही कुठल्याही क्षेत्रात व्यवसाय वा नोकरी करत असलात तरी आपल्या वागण्यांतून, व्यवहारांतून आपापल्या क्षेत्रांत सहजयोग आणू शकता; सहजयोगाचे कार्य करू शकता. देवीच्या मायेचा हाच विशेष आहे की सर्व असत्य गोष्टींपासून तुम्ही दूर राहता आणि सहजयोगाच्या विधायक कार्याला हातभार लावू शकता. मगच तुम्हाला या परमचैतन्याच्या प्रेमाची, करुणेची व शक्तीची खरी जाणीव होणार आहे. कधी कधी माया माणसाला त्याच्या बुद्धीप्रमाणे वागू देते व त्याचे त्यालाच हवे तसेच वागू देते आणि त्रास झाला वा जमले नाही की माणसाला कळून चुकते. पण महामाया तुम्हाला असे मोकळे सोडत नाही तर तुमच्याकडे सतत लक्ष ठेवते व मार्गावर ठेवते म्हणूनच त्या रशियन लोकांना मी आईनस्टाईनपेक्षा मोठे काम करत आहे हे समजले असावे कारण त्यांच्या हे लक्षात आले असले पाहिजे की, माझे कार्य जिवंत माणसांसाठी आहे. पण माझ्या दृष्टीने ह्यांच्यात काही विशेष नाही. कारण मी जी कोणी आहे त्याप्रमाणेच कार्य करणार. हे सूर्य प्रकाशच देणार इतके सरळ आहे. म्हणून त्यामध्ये अहंकाराचा भाग नाही. अहंकार वाटणे म्हणजे स्वतःच्याच बुद्धीच्या मायेत अडकण्यासारखे असते. पण महामायेचा भाग म्हणजे लवकरच या अंकाराचा फुगा फुटतो आणि तुम्ही ताळ्यावर येता. सहजयोगाचे कार्य केले तर अहंकार येईल ही कल्पना चुकीची आहे. सहजयोगाच्या कार्यामुळे अहंकार वाढत नसतो कारण हे कार्य आनंद व समाधान देणारे आहे. आईची माया तुम्हाला आनंद देण्यासाठीच आहे. म्हणूनच या सुंदर वातावरणाचा, एकमेकांत कसलाही वेगवेगळेपणा न राहता तुम्हाला आनंद मिळत आहे. म्हणूनच तुम्ही कुठल्याही देशातील कलाकाराची कला कौतुकाने, रसिक मनाने पाहून त्याचा आनंद मिळवू शकता. हेवा, द्वेष, गरीब-श्रीमंत इ. भावनांना इथे अवसरच नसतो आणि हे सहजयोगातूनच शक्य आहे. मायेला जाणत नसल्यामुळे अज्ञानाचा प्रभाव पडून अहंकार वाटू लागतो व बळावतो. स्वतःच्या वंशाबद्दलच्या देशाबद्दलच्या इ. कन्डिशनिंगमध्येही ही मायाच असते.

आजचा नववर्षाचा दिवस चांगला आहे. या दिवशी काहीतरी नवीन करावे असे म्हणतात म्हणूनच मी महामाया पूजा करण्यास सांगितले. तुम्हाला हळूहळू ही महामाया समजणारच आहे. सध्या फक्त जे होत आहे, जे चमत्कार होत आहेत त्याचा आनंद लुटा; कसे होते, कोण करते इ. प्रश्न सोडून द्या. महामायेची पूजा आजच्या गुढीपाडव्याच्या शुभमुहूर्तावर होत आहे. महामाया ही परमेश्वराची संपूर्ण शक्ती आहे. नुसते एक अवतरण नाही तर ती त्याच्या संपूर्ण व्यापकत्वाचे स्वरूप आहे. साऱ्या देवतांहून व्यापक असे महान स्वरूप आहे.

तुम्हा सर्वांना अनंत आशिर्वाद.

रामनवमी पूजा

प. पू. श्री. माताजी निर्मलादेवींच्या प्रवचनाचा (सारांश) नॉयडा : ५ एप्रिल '९८

महाराष्ट्राच्या मानाने उत्तर भारतात चैत्र महिन्यातील नवरात्रीचा उत्सव प्रतिपदेपासून नवमीपर्यंत खूप उत्साहात साजरा केला जातो. महाराष्ट्रात श्रीकृष्णाचा जन्मदिवस 'गोकुळाष्टमी' म्हणून धार्मिक भावनेने मानला जातो. श्रीकृष्ण (म्हणजेच विठोबा) हा श्रीविष्णूचा आठवा अवतार आणि त्याची जन्मवेळ रात्री १२ वा. ही होती; श्रीराम हा श्रीविष्णूचा सातवा अवतार आणि त्यांचा जन्म चैत्र शुद्ध नवमीला दुपारी १२ वा. झाला. तो दिवस रामनवमी म्हणून साजरा करतात.

श्रीराम एक आदर्श पती होते आणि श्रीसीतादेवी एक आदर्श पत्नी. तसेच लव व कुश हे त्यांचे दोन मुलगे आदर्श पुत्र होते. श्रीरामांनी मानवजातीसमोर अनुकरणीय असे आदर्श पुरुषाचे उदाहरण ठेवले. सॉक्रेटिसने त्यांचे वर्णन 'कल्याणकारी राजा' असे केले आहे.

श्रीरामांचे कार्य धर्म प्रस्थापित करणे हे होते. 'अहिल्योद्धार, शबरीला मोक्षप्राप्ती, बलि नावाच्या अधार्मिक राजाचा वध, रावणाचा संहार' या त्यांच्या जीवित-कार्यातील घटना हेच दर्शवतात. एका अर्थाने ते 'धर्मातीत' होते पण खरे पाहिले तर त्यांचे जीवन हेच मुळी एक धर्म होता म्हणून त्यांना 'धर्मस्थितः' असेच म्हणावे लागेल, त्यांचे जीवन हाच एक चालता-बोलता धर्म होता.

राजासिंहासनाची मर्यादा पाळण्यासाठी त्यांनी सीतेचा त्याग करतानाही मागेपुढे पाहिले नाही. तसेच पाहिले तर रावणाच्या बंदिवासातून सुटका झाल्यावर तिने अग्निपरीक्षा देऊन आपले पावित्र्य सिद्ध केले होते तरीही लोकांच्या मनातील शंका दूर झाली नाही म्हणून त्यांना तिचा त्याग करावा लागला. आश्रमात राहून तिने मुलांना जन्म देऊन त्यांचे संगोपन केले, त्यांना अध्ययन आणि धनुर्विद्या यामध्ये पारंगत केले; इतकेच नव्हे तर त्यांनी अश्वमेध यज्ञाचा घोडा ताब्यात घेऊन लक्ष्मणालाही पराभूत केले आणि त्यानंतर श्रीराम स्वतः युद्धाला त्यांच्यासमोर आले तेव्हाच तिने पिता-पुत्रांची ओळख करून दिली व युद्धाचा प्रसंग टाळला आणि सरतेशेवटी धरणीमातेच्या पोटात शिरून आपले जीवितकार्य संपवले.

श्रीराम आपल्या जीवनामध्ये, स्वतःचे अवतार-स्वरूप बाजूला ठेऊन, सदैव धर्मानुसार, एखाद्या नाटकात वागावे तसे वागले पण कालान्तराने श्रीकृष्ण अवतारामध्ये त्यांनी आपल्या देवी शक्तीचे भान ठेऊन योग्य वेळी चतुरपणाने त्याचा उपयोग करून अनेक राक्षसांचा संहार केला.

श्रीराम हे देवीचे-शक्तीचे-परमभक्त होते. लंकेवर स्वारी करण्यापूर्वी त्यांनी देवीची पूजा केली होती आणि पूजा यथासांग पार पडण्यासाठी त्यांनी लंकाधिपती रावणाला, तो ब्राह्मण देवीभक्त असल्यामुळे, पाचारण केले आणि त्याच्या मदतीने देवीची विधिवत पूजा केली. श्रीराम जर लबाड असते तर त्याचवेळेस त्यांना रावणाचा वध करणे शक्य होते. पण त्यांनी असा अश्लाघ्य व्यवहार केला नाही आणि पूजाविधी, आपले शत्रुत्व पूर्णपणे अलग ठेऊन, त्याच्या समवेत पार पाडली.

श्रीरामांचा एकनिष्ठ सेवक श्री हनुमान हा सर्व सहजयोग्यांनी अनुकरण करावे असा आदर्श व तितकाच महाशक्तीशाली होता. अगदी निष्पाप असा हा सेवक श्रीरामांनी सांगितलेले कार्य करण्यासाठी सदैव तत्पर असे. श्रीकृष्णांच्याकाळीही तो त्यांच्या रथावर स्वार झाला होता. त्याला 'चिरंजीव' हा वर मिळाला होता. त्याची मलाही खूप मदत होते; माझ्या सर्व पूजेंच्या वेळेस तो हजर असतो. एकदा मुंबईमधील पूजेच्या वेळी घेतलेल्या फोटोंपैकी एकात तो चैतन्यस्वरूपात दिसतो.

अशा या महानपुरुषांचा आदर्श सहजयोग्यांनी सदैव आपल्यासमोर ठेवला पाहिजे आणि आपल्या अध्यात्मिक उन्नतीसाठी त्यांच्या जीवनाचे अनुकरण करण्याचा प्रयत्न केला पाहिजे. तुम्हा सर्वांना या प्रयत्नात यश मिळावे अशी माझी इच्छा आहे. तुमचे एकमेकांबरोबरचे संबंध प्रेमपूर्ण व करूणायुक्त असले पाहिजेत आणि तसाच व्यवहार तुमच्या संपर्कात येणाऱ्या सर्वांबरोबर तुम्ही ठेवला पाहिजे.

परमेश्वराचे तुम्हा सर्वांना अनंत आशीर्वाद.

विवाहसोहळ्यानंतर नूतन परिणित वधू-वरांना प. पू. श्री. माताजींनी केलेला उपदेश

सप्टेंबर १९९८

यावेळेचा विवाह-सोहळा अत्यंत आनंदात, सुंदर तऱ्हेने पार पडला आहे आणि नूतन वधू-वरांच्या चेहऱ्यावरून ओसंडत असलेला आनंद बघून फार समाधान वाटत आहे. त्यासर्वांना माझे प्रेमपूर्वक आशीर्वाद. विवाह ही एक महत्त्वपूर्ण घटना आहे आणि प्रेमळ, सुखी वैवाहिक जीवन जगण्याकडेच तुमचे लक्ष असले पाहिजे. नुकत्याच एका देशातील पाच मुली लग्नानंतर बेतालपणे वागू लागल्याचे व त्यांचा घटस्फोट झाल्याचे तुम्हाला माहीत आहेच. आता तर त्या देशातील मुलींना लग्नाची परवानगी देणेच बंद केले आहे. असाच अनुभव आणखी एक-दोन देशातही आला म्हणून मी तुम्हाला ठामपणे सांगते की, लग्न करण्याची इच्छा नसेल तर चक्क नाही म्हणा. पण सहजयोगात विवाह करणे ही फार जबाबदारीची गोष्ट आहे. सहजयोगासाठी तुम्ही विवाह-बंधन स्वीकारत आहात हे गंभीरपणे लक्षात घ्या. पण लग्नानंतर वाद-विवाद, भांडण-तंटे करत राहिलात तर तुम्ही सहजयोगाला कमीपणा आणाल. विवाहानंतर पती-पत्नींनी एकमेकांचा प्रेमपूर्वक सन्मान राखून एकमेकांना सांभाळून घेत, सुखी वैवाहिक जीवनाचा आनंद तुम्ही मिळवायला हवा. काही लोक तर याचा अर्थच लक्षात घेत नाहीत. हा आनंदच नको असेल तर गोष्ट वेगळी पण शहाणपणाने आणि परमेश्वरी सत्तेच्या नियमांप्रमाणे आचरण करून तुम्ही हे विवाह-संबंध मजबूत केले पाहिजेत आणि उत्साहपूर्वक, चैतन्यमय वृत्तीने ते टिकविले पाहिजेत. सहजयोगात यशस्वी विवाहांची अनेक उदाहरणे तुम्हाला दिसून येतील. जन्मतःच आत्मसाक्षात्कारी अशी त्यांची सुंदर मुले पाहून, त्यांच्याकडे पाहून सहजयोगात विवाह करण्याची प्रेरणा घेतलेली अनेक कुटुंबे पाहून तुम्हालाही हे पटेल.

नूतन-परिणीत मुलांना मला मुद्दाम सांगावेसे वाटते की, लग्नानंतर पत्नीवर हुकूमत गाजवण्याचा अधिकार तुम्हाला मिळाला आहे असे समजू नका. पाश्चात्य देशांपेक्षा भारतामध्ये हा प्रकार फारच आहे. पाश्चात्यांमध्ये बायकांनाच ही सवय जास्त आहे आणि हेच मला कधीकधी समजत नाही. त्यामुळेच अधिकतर त्यांचे विवाह यशस्वी ठरत नाहीत. कुणी कुणावर अधिकार गाजवण्याची, एकमेकांना त्रास देण्याची, दुसऱ्याला मनःस्ताप देण्याची मुळीच जरूर नाही. आता अगदीच निरूपाय झाला तर सहजयोगात घटस्फोटाची परवानगी आता दिलेली आहे. पण ती लाजिरवाणी गोष्ट आहे. वैवाहिक जीवनाचा आनंद मिळवण्याऐवजी घटस्फोट घेण्याची कल्पना मला

मुळीच आवडत नाही. म्हणून नवविवाहित पती-पत्नींनी उत्साहाने, प्रसन्नपणे एकमेकांच्या क्वचित रोमांचक अशाही सहवासाचा आनंद लुटावा आणि लग्नानंतर लगेचच एकमेकांचे दोष पाहणे, वाद घालणे यात वैवाहिक जीवनाच्या सुरूवातीला तरी वेळ वाया घालवू नये. तसे न करता घटस्फोटाच्याच मागे लागलात तरी तुमच्या स्वतःचे व तुमच्या संस्कृतीचे नाव बदनाम करालच पण त्याचबरोबर तुमच्याच देशातील इतर मुलामुलींची लग्ने जमण्यात अडचणी येतील. म्हणून सहज-संस्कृतीचा व सहज-विवाहपद्धतीचा आदर व त्याचे सौंदर्य याची ज्यांना कदर नाही त्यांनी सहजात विवाह न करणेच बरे; सहजात लग्न तुम्ही सहजयोगावर उपकार करण्यासाठी करायचे नसते; उलट तुमच्याच कल्याणासाठी ही व्यवस्था केलेली आहे आणि जरी काही प्रश्न वा अचडणी निर्माण झाल्या तरी कृपा करून घटस्फोटाची भाषा करू नका. पाश्चात्य लोकांना लग्न आणि घटस्फोट या दोन्हींचा आधीपासूनच विचार करण्याची सवय असते. असा विचार सहजयोगाला अगदी लाजिरवाणा व चुकीचा आहे; खरा सहजयोगी अशा परिस्थितीतही आपल्या पत्नी/पतीबरोबर प्रेमाने सहजजीवन घालवू शकतो; हेच तुम्हाला मिळालेले श्रीगणेशांचे आशीर्वाद असतात. ते तुमचे वैवाहिक जीवन निरामय बनतवतात. तुम्हाला चुकीच्या वागण्यापासून परावृत्त करतात. सहजयोगामध्ये विवाह होणे ही एक अत्यंत आनंदाची गोष्ट असूनही काही मूर्ख मुले वा मुली त्याचे मातेरे करतात आणि त्यासाठीच आम्ही घटस्फोटाची सोय केलेली आहे. पण एकदा घटस्फोट घेतलेल्या व्यक्तीला पुन्हा सहजात लग्न करण्याची परवानगी आम्ही देत नाही आणि त्यात कसलाही बदल केला जाणार नाही. खरे तर सहजयोगामध्ये घटस्फोट ही एक उल्लंघन होणारी गोष्ट आहे म्हणून माझी तुम्हाला अशी विनंति आहे की एकमेकांच्या सहवासाचा आनंद मिळवण्याकडे लक्ष ठेवा. त्यासाठीच हे आंतरदेशीय विवाह जमवण्याचा आम्ही प्रयत्न करतो.

काल मी तुम्हाला सांगितले की, तुमचे विवाह आपणहून ठरवण्याचा काही प्रयत्न करू नका. ती तुमची नव्हे तर आमची जबाबदारी आहे. तुम्ही त्या फंदात पडलात तर नसत्या कटकटी निर्माण होतील. ही पाश्चात्यांमध्ये जास्त सवय आहे. इकडे आले की आपणहूनच मुली शोधण्याच्यामागे लागतात. आपल्याच देशातली मुलगी आहे का हे बघत राहतात. त्याचा अर्थ ते त्यांच्या सेंटरवर ध्यान करत नाहीत तर लग्नासाठी मुलगा वा मुलगी शोधत असतात. लग्ने जमवण्याचे काम आम्हालाच करू दे कारण आम्ही हायब्रेशन्स पाहून लग्नाला योग्य अशा मुले-मुली निवडत असतो. माझ्या अनुभवाप्रमाणे मुला-मुलींनी आपणहून जमवलेले विवाह जास्त करून अयशस्वी होतात. म्हणून तुमच्या कल्याणासाठी सर्वात चांगली गोष्ट म्हणजे स्वतःलाच शिकवण द्या की, तुम्ही शहाणपणाने वागून आपले वैवाहिक जीवन वाया घालवणार नाही. आम्ही खूप जाणीवपूर्वक प्रयत्नपूर्वक, काटेकोरपणाने हे विवाह-विधी करून घेत असतो आणि त्याची जाण ठेऊन आमचे सर्व प्रयत्न फुकट जातील असे काही करून आम्हालाच त्रास होईल असे वागू नका. म्हणूनच मी पुन्हा पुन्हा आवर्जून सांगते की, तुम्ही सुखाने, आनंदाने सांसारिक जीवनाची सुरूवात करा. त्यातच मला जास्त समाधान होईल. माझे तुम्हा सर्वांना सुखी व यशस्वी वैवाहिक जीवनासाठी भरपूर आशीर्वाद आहेत. उतावळेपणाने काही गोष्टी करू नका; सावकाश तऱ्हेने योग्य वेळी सर्व काही सुरळीत होईल.

परमेश्वराचे तुम्हाला अनंत आशीर्वाद.

●●●

सहज समाचार

औरंगाबाद येथील नृत्य झंकार, नृत्य संगीत ॲकॅडेमीचे नामांतर

औरंगाबाद येथील गेली २५ वर्षापासून चालत असलेल्या ''नृत्य झंकार, नृत्य संगीत ॲकॅडेमी''चे नामांतर ''श्रीमाताजी निर्मला देवी नृत्य झंकार नृत्य संगीत ॲकॅडमी'' म्हणून करण्यात आले. त्यासाठी प. पू. श्रीमाताजींची परवानगी व आशीर्वाद होतेच. हा समारंभ २६ जून '९९ रोजी महाराष्ट्राचे उपमुख्यमंत्री श्री. गोपीनाथ मुंडे यांच्या अध्यक्षतेखाली संपन्न झाला. त्यांच्याबरोबर महाराष्ट्राचे तीन मंत्री व नॅशनल-बाल-भवन, नवी दिल्ली या संस्थेच्या कार्यवाह श्रीमती मधु पंत उपस्थित होत्या. या समारंभातच संस्थेच्या नूतन वास्तूचेही उद्घाटन झाले आणि संस्थेसाठी ५ लाख रु. ची देणगी सरकारतर्फे जाहीर करण्यात आली.

या संस्थेमध्ये दीड वर्षापूर्वीच सहजयोग सुरू झाला. संस्थेच्या अध्यक्षा श्रीमती पाऊसकर, संस्थेमधील सर्व कर्मचारी व सर्व विद्यार्थी-विद्यार्थिनींनी सहजयोग स्वीकारला व ते सर्वजण नियमित ध्यान करतात. त्यामधूनच संस्थेला प. पू. श्रीमाताजींचे नाव देण्याची प्रेरणा मिळाली. संस्थेतील कलाकारांनी डिसेंबर १९९८ मध्ये गणपतीपुळे शिबिरात प. पू. श्रीमाताजींसमोर आपली कला सादर केली होती. याशिवाय भारतात व परदेशातही त्यांचे अनेक ठिकाणी कार्यक्रम होत असतात.

संस्थेमध्ये सहजयोग सुरू करण्यासाठी औरंगाबाद सहजयोग केंद्र आणि तेथील युवा-शक्ति यांनी फार कष्टपूर्वक कार्य केले व त्यांच्या कार्याला श्रीमाताजींच्या कृपेने यश मिळाले.

★

दिल्लीमध्ये फेब्रु. '९९ मधील शिवपूजेनंतर प. पू. श्रीमाताजींनी खालील घोषणा केली.

दिल्ली (नॉयडा) मध्ये एक निराधार, परित्यक्ता महिला व त्यांच्या मुलांसाठी एक बिगर-सरकारी संस्था (NGO) सुरू होत आहे. त्यासाठी जमीन पण मिळाली आहे व योजनेचा आराखडा तयार आहे. या संस्थेमध्ये निराधार महिलांना आधार देणे, त्यांना सहजयोग शिकवणे व हस्तकला शिकवून स्वतःच्या पायांवर उभे राहण्यास मदत करणे हा उद्देश आहे. शिवाय त्यांच्यासाठी एक हॉस्पिटलही बनवण्याची योजना आहे. सहजयोग्यांनी अशा निराधार महिलांना प्रवेश मिळवून देण्यासाठी मदत व शिफारस करायची आहे. सहजयोगी मंडळींनी या कार्यासाठी आर्थिक मदत करावी असे आवाहन श्रीमाताजींनी केले. अशाच प्रकारची संस्था पुण्यामध्येही सुरू करण्याचा विचार आहे.

मुंबईमध्ये वैतरणा या ठिकाणी शाळांमधील शिक्षण सोडून दिलेल्या मुलांसाठी, त्यांनी वाईट मार्गाला लागू नये या उद्देशाने एक संस्था उभारण्याचे ठरले आहे. सरकारी अनुमति पण बरीच वर्षे खटपट केल्यानंतर मिळाली आहे व योजनेची पुढील कार्यवाही सुरू आहे. या संस्थेमध्ये मुलांना टेक्निकल कामांचे शिक्षण देण्याचीही योजना आहे; त्यातून ती स्वावलंबी बनावीत हा हेतु आहे. सर्व जबाबदारी सहजयोग्यांनीच सांभाळायची आहे.

अशा जनकल्याणाच्या योजनांमधून सहजयोग्याचा प्रसार जास्त जोमाने होण्यास मदत मिळणार आहे. सहजयोग्यांनी या कार्यासाठी हातभार लावण्यास पुढाकार घ्यावा.

वाढदिवस पूजा

प. पू. श्रीमाताजी निर्मला देवींचे भाषण (सारांश), दिल्ली मार्च ९९

तुम्हा सर्व लोकांचे हे प्रेम बघून माझे हृदय अगदी भरून आले आहे. इतक्या मोठ्या संख्येने जमलेल्या तुम्हा लोकांचा उत्साह व आनंद पाहून प्रेम ही केवढी महान शक्ति आहे याचाच प्रत्यय येतो. या कलियुगातही प्रेमाची ही महती बघायला मिळते हेहि एक नवलच म्हणायला हवे. मला असे सांगावेसे वाटते की तुम्ही सर्वांनी आपल्यातली ही प्रेमशक्ती समृद्ध करा म्हणजे तुमच्या मनात वारंवार येणारे नको ते विचार, ज्यामध्ये स्पर्धा, हेवा, दुसऱ्यांवर टीका, ऊठसूठ दुसऱ्यावर रागावण्याची भावना इ. असतात ते सर्व नाहीसे होतील आणि ही प्रेमभावनाच सदैव प्रकट होऊ लागेल.

ही प्रेमभावना प्रकट होऊ लागल्यावर तुम्हाला हृदय भरून टाकणारा आजच्यासारखा आनंद व उत्साह प्राप्त होईल. त्या प्रेमशक्तीमध्ये सगळ्या तऱ्हेच्या चुकीच्या गोष्टी, फालतू विचार, अनाठायी वाद-विवाद हे सर्व विरघळून जाते. त्यासाठीच सकाळ-संध्याकाळ ध्यान करणे जरूरीचे आहे आणि ध्यानाचा आनंद मिळवला पाहिजे. त्यातूनच दुसऱ्यांवर प्रेम करण्याची शक्ति मिळत असते. मग लहान-सहान गोष्टींवरून चिडचिड करणे, उगीचच अहंकार दुखावल्यासारखे वाटणे, दुसऱ्यांवर अकारण प्रभुत्त्व गाजवण्याची इच्छा करणे इ. चुका तुम्ही करणार नाही. सर्वांत उत्तम म्हणजे दुसऱ्या व्यक्तीच्या व्हायब्रेशन्स बघत जा. ज्याच्या व्हायब्रेशन्स खराब आहेत त्याच्याशी वाद-विवाद करण्यात वा त्याला आवरण्यात काही अर्थ नसतो. ज्याला अवाजवी आत्मप्रौढी असते त्याला शांत करण्यात किंवा काही पटवण्याचा प्रयत्न करण्यातही फायदा नसतो; त्याने त्याचा अहंकार जास्तच बळावतो. अशा वेळी प्रेमशक्तीचा योग्य तऱ्हेने वापर करण्यासारखा दुसरा उपाय नाही. गगनगिरी महाराजांचा राग मी कसा उतरवला ही गोष्ट तुम्हाला माहीत आहेच. ते तर लोकांना सांगत की, आदिशक्ती मुंबईला आहेत तर तुम्ही माझ्याऐवजी त्यांच्याकडे जा. पण त्यांची व्हायब्रेशन्स चांगली असल्यामुळे मी त्यांच्याकडे गेले व युक्तीने त्यांचा अहंकार कमी केला. प्रेमशक्ती ही तुम्हाला नेहमीच फालतू वा औपचारिक व्यवहाराच्या पलीकडे नेते.

म्हणून तुम्ही शुद्ध प्रेम बाळगून वागत जा आणि त्यांतूनच सर्व कार्य होत असल्याचे तुम्हाला जाणवेल. म्हणून प्रेमाचा वापर करण्याची सवय लावून घ्या; काही वेळा विशिष्ट लोकांवर त्याचा प्रभाव पडला नाही तरी हरकत नाही पण प्रेमाच्या वागण्यामधून तुम्हाला अनेक मित्र जोडता येतील. दिल्लीत मी सहजयोग सुरू केला तेव्हा अगदी मोजके लोक असायचे. पूजा वगैरेबद्दल त्यांना काहीच कळत नव्हते पण आता हजारोंनी सहजयोगी झालेले तुम्ही पहातच आहात आणि आजच्या या उत्साहपूर्ण व आनंदमय समारंभातून हेच प्रेम व्यक्त होत आहे. अशा प्रेमात तुम्ही रंगून गेलात की तुम्हाला कसल्याही

गोष्टींपासून आनंद मिळत राहील. पण हा आनंद स्वत:साठी नसून दुसऱ्यासाठी असतो; तुमचे मन, तुमचे विचार, तुमचे वागणे सर्व काही दुसऱ्यासाठी असते व त्यात स्वार्थाचा लवलेशही नसतो. या प्रेमशक्तीचा एकदा अनुभव घेतलात की सर्व काही बदलून जाते; अंधारात दिवा आल्यावर सगळे काही स्वच्छपणे दिसून येते. त्या प्रकाशाला तसे कुणी सांगत नाही तर तो त्याचा धर्मच आहे. तुम्हाला आता हा प्रेमाचा प्रकाश मिळाला आहे आणि तो अगदी न बोलता- सवरता, उत्स्फूर्तपणे सहजपणे पसरणार आहे.

आज युवा-शक्तीचा उत्साह पाहून तर मला कौतुक करावेसे वाटते. नाहीतर आजकालची तरुण पिढी भलत्या मार्गाकडे वळत चालली आहे. पाश्चात्त्य देशात तर हा फार मोठाच प्रश्न झाला आहे. आपल्याकडे अजून तितके प्रकार नसले तरी आपल्या तरुणांतही त्याचे आकर्षण दिसू लागले आहे. म्हणून आजच्या या साऱ्या समारंभात तुमच्यामध्ये जो एकोपा दिसला तसा एकोपा जगामध्ये सर्वत्र निर्माण झाला पाहिजे. आपण त्या एकोप्यात सामावून राहिलो नाही तर जमिनीवरच्या थेंबासारखे कधीच विरून जाऊ. म्हणून सागरातील प्रत्येक थेंबही सागराचाच अंश म्हणून त्याच्याशी एकरूप होतो व जगतो तसे तुम्ही स्वत:चे स्वतंत्र अस्तित्व विसरून या प्रेमशक्तीच्या महासागरात सामावून गेले पाहिजे. म्हणजे सामाजिक, सांस्कृतिक व राष्ट्रीय भेदभावही कमी-कमी होत जातील. मगच आपले सर्व प्रश्न सुटतील. आणि तो काळ आता जवळ येत चालल्याचे मला दिसत आहे. जगातील सर्व पुढारी व उच्चाधिकारी मंडळींनी सहजयोग स्वीकारला तर हे फार लवकर घटित होईल. नाहीतर हे अस्तित्वाचे संघर्ष चालूच राहतील. तुम्ही जगभरचे सर्व सहजयोगी आता एक कुटुंब आहात. कलियुग संपत आले असून सत्ययुग प्रस्थापित करण्याचे आव्हान तुमच्यासमोर आहे. म्हणून ते कार्य कसे घटित करू शकू याचा प्रत्येकाने विचार करत राहिले पाहिजे; त्यासाठी आपण काय करू शकू याचा विचार करा. सहजयोग्यांनी हे विचार लिहून काढले तर जास्तच चांगले. या कार्याची धुरा तुम्हालाच सांभाळायची आहे; त्यासाठीच तुम्ही तुमचे चित्त व प्रेमशक्ती कार्यान्वित करायची आहे.

सर्वांना अनंत आशिर्वाद

सहज समाचार

एप्रिल ९९ मध्ये श्री. अरुण आपटे यांचा डेहराडून (उ. प्रदेश) येथे संगीताचा कार्यक्रम झाला. त्याबद्दल तेथील स्थानिक वृत्तपत्रांमधून आलेले समाचार-वृत्त खाली दिले आहेत.

परमात्मा के राज्य को अंतर्मन में खोजना सिखाता है सहज योग

देहरादून, १७ अप्रैल : प्रसिद्ध शास्त्रीय संगीतकार पंडित अरुण आपटे ने कहा है कि सहज योग व्यक्ति को अपने अंदरही परमात्मा को खोजने की प्रेरणा देता है, क्योंकि परमात्माका राज्य व्यक्ति के स्वयं के अंदर है।

पंडित आपटे आज यहां ए.एम.एन. घोष आडिटोरियम में दिव्य संगीत-संध्यामें अपना गायन प्रस्तुत कर रहे थे। उन्होंने कहा कि सामान्य रुप से गायन, वादन तथा नृत्य को ही संगीत कहते है। उन्होंने कहा कि जिस व्यक्ति को जिसी भी चीज में आनंद मिलता है उसका वही संगीत है। उन्होने उदाहरण दिया कि जिस प्रकार कोई अच्छा चित्र, स्वादिष्ट भोजन, संगीत अथवा कार-ड्रायविंग आदि अलग-अलग प्रवृत्ति के लोगों को आनंद प्रदान करती है तो उनके लिए यह आनंददायक क्रिया ही उनकी आत्मा का संगीत है। उन्होंने कहा कि सहज योग उसी आनंद को उभारने का प्रयास है और यह ध्यान क्रियासेही संभव होता है।

इस अवसर पर उन्होंने संगीत की उत्पत्तिकी भी व्याख्या की। उन्होंने विभिन्न रागोद्वारा विभिन्न विशिष्ट लोगो के उपचार का दावा करते हुए कहा कि तोडी राग से व्यक्ति का यकृत ठंडा होता है। इस अवसर पर उन्होने तोडी राग का गायन भी किया। जिसमे बोल थे-

बेगुन गुन गाये...

इससे पूर्व उन्होंने यमन राग में ''माता जी तू ही भवानी'' भक्ति गीत का गायन किया। इस अवसर पर उनकी धर्मपत्नी श्रीमती सुरेखा आपटेने भी अनेक राग प्रस्तुत किये। तबले पर उनका साथ रवि शुक्ल ने दिया।

इससे पूर्व सहज योग के राष्ट्रीय संयोजक अरुण गोयल ने सहज योग के विषय में जानकारी दी। बताया गया कि श्री अरुण गोयल स्थानीय वास्तुशिल्पी हैं जिनके रक्त-कैंसर का उपचार अंततः सहज योग द्वारा ही हुआ। इस अवसर पर श्री. वी. के. अरोडा व डॉ. आर के पुजाही भी मौजुद थे।

(दून-दर्पण : १८-४-९९)

मानसिक शांति के साथ-साथ रोगों को दूर करने की क्षमता है संगीत में

देहरादून, १६ अप्रैल : जाने माने शास्त्रीय गायक अरुण आपटे का मानना है कि संगीत हर तरह के रोगों को दूर करने की क्षमता रखता है। उन्होंने कहा कि संगीत आनंद का प्रतीक है, अतः इसे सहज भाव से लिया जाना चाहिए।

विरासत में कार्यक्रम प्रस्तुत करने आये अरुण आपटे शास्त्रीय गायन के चमकते सितारे है। मैकेनिकल इंजीनियरिंग से नाता तोड़कर श्री आपटे ने श्रीमती निर्मला देवी से प्रभावित होकर सहज योग का प्रचार करने का बड़ा उठा लिया। पत्रकारों से बातचीत करते हुए श्री आपटे ने कहा कि शास्त्रीय गायन में आत्मा की शांति बसी हुई है।

श्री आपटे ने बताया कि संगीत के सात सुरों में अप्रतिम ताकत छिपी हुई है। वह कहते है कि पहले वह विशुद्ध रूप से शास्त्रीय गायन करते थे। इटली में श्रीमती निर्मला देवी से मुलाकात के बाद अरुण आपटे ने शास्त्रीय गायन को सहजयोग से जोड़ दिया।

वह कहते है कि संगीत का शरीर के अंदर स्थित कुण्डलिनी के सात चक्रो से अटूट रिश्ता है। उन्होने बताया कि वह राग और रोग पर गहन रिसर्च कर रहे है।

उन्होंने बताया कि रागों के जरिए रोगों का इलाज

कोई चमत्कार नही है, बल्कि सीधे विज्ञान के तकनीकी पक्षों से जुड़ा है। उन्होंने बताया कि नाभि चक्र से जुड़े रोग को राग भटियार से, मधुमेह को राग तोड़ी, गले को राग जयजयवंती, छाती के रोग राग भैरव तथा राग दुर्गा, मस्तिष्क के रोग को राग बागेश्वरी तथा राग भूपति से ठीक किया जा सकता है। उन्होंने बताया कि एडस् जैसा रोग श्याम कल्याण से ठीक हो सकता है।

श्री आपटे ने बताया कि वह सहज योग के प्रचार के लिए तन मन धन से समर्पित है। उन्होंने बताया कि प्रत्येक स्वर की आवृत्ति होती है जो शरीर में स्थित ऊर्जा केंद्रों पर असर करती है।

श्री आपटे ने कहा कि संगीत चाहे किसी देश का हो वो मन को शांति देता है। उन्होंने कहा कि तेज रफ्तार वाले संगीत से मन को शांति नही मिलती है। वह कहते है कि सहजयोग के कारण ही मन में किसी भी तरह का तनाव नही रहात है।

(दैनिक जागरण, देहरादून)
१७.४.९९

●

'संगीत विकारों को नियंत्रित करने में सक्षम'

देहरादून, १७ अप्रैल। सहज योग से जुड़े संगीतज्ञ पंडित अरुण आपटे ने कहा कि संगीत के सात स्वरों से तन व मन के सभी विकारों को नियंत्रित कर समाप्त किया जा सकता है।

पंडित आपटे यहां के. डी. एम. आई. पी. ई. में सहज योग सोसायटी के तत्वावधान में आयोजित दिव्य संगीत संध्या में बोल रहे थे। उन्होंने कहा कि संगीत के सात स्वरों में इतनी ऊर्जा है कि उससे शरीर व मन की व्याधियों को समाप्त किया जा सकता है। स से शरीर का मूलाधार, रे से स्वाधिष्ठान, ग से नाभि, म से अनाहत, प से विशुद्धी, ध से आज्ञा तथा नी से सहस्त्रार प्रभावित होता है। जिस समय जो स्वर उच्चारित किया जाता है, उसकी आवृत्ति उस व्यक्ति के शरीर व मन पर प्रभाव डालती है, जो उस स्वर का उच्चारण कर रहा होता है। स्वरों का उच्चारण निश्चित आवृत्ति में करने से शरीर के कई रोगों पर काबू पाया जा सकता है।

उन्होंने कहा कि प्रत्येक स्वर की अपनी एक निश्चित आवृत्ति होती है। अगर उस आवृत्ति से उस स्वर को बार-बार बोला जाए तो उससे निश्चित तौर पर व्यक्ति को लाभ होगा। संगीत प्राकृतिक है। अगर संगीत का स्वरूप सही है तो वह मनुष्य को शांति देगा। कई लोग तनाव की स्थिति में सोते है और जब वह सुबह उठते है, तो उनको क्रोध आ जाता है। ऐसे लोगों के लिए संगीत के स्वरों का उच्चारण काफी लाभदायक होगा।

पंडित आपटे ने कहा कि आनंद की प्राप्ति के लिए ध्यान की जरूरत होती है। ध्यान का केंद्र चित्त होता है। अगर मन एकाग्रचित नहीं होगा, तो मनुष्य का किसी भी काम में मन नहीं लगेगा। उसे तनाव व शारीरिक थकान का सामना करना पड़ेगा। सहज योग में विशेष रूप से मनुष्य को ध्यान लगाने की प्रक्रिया के विषय में बताया जाता है। यदि मनुष्य को ध्यान करने की आदत हो जाती है, तो उनकी अनेक समस्याओं का निराकरण स्वतः ही हो जाएगा। उनका अहंकार समाप्त होगा और सभी कार्य विवेक से करने की कोशिश करेगा।

उन्होंने कहा कि संगीत के स्वरों में असीमित ऊर्जा है। एक स्वर को बार-बार दोहराने से उसकी आवृत्ति शरीर के ऊर्जा क्षेत्रों पर प्रभाव डालती है। प्रत्येक स्वर की अपनी अलग-अलग विशेषता है। कोई स्वर मूलाधार को नियंत्रित करता है, तो कोई मस्तिष्क को आज्ञा देने वाले भाग पर प्रभाव डालता है। उन्होंने कहा कि संगीत के सात स्वरों का अभ्यास करने वाला व्यक्ति अधिकतर तनाव व बीमारियों से मुक्त रहता है। इस दौरान पंडित आपटे ने राग यमन पर आधारित भजन भी प्रस्तुत किया। भजन में उनका साथ श्रीमती सुरेखा आपटे ने दिया। तबले पर रवि शुक्ल ने संगत की। इस मौके पर सहज योग के राष्ट्रीय संयोजक अरुण गोयल भी उपस्थित थे।

(अमर उजाला, देहरादून)
१८-४-९९

●

आपटे दंपति ने शास्त्रीय शैली में भजन प्रस्तुत किए

देहरादून, १७ अप्रैल : डियाइन म्युजिकल इवनिंग में शास्त्रीय गायक अरुण आपटे व उनकी पत्नी सुरेखा आपटे ने भिन्न-भिन्न रागों में भजनों को सुंदर तरीके से प्रस्तुत किया।

के.डी.एम. आई.पी.ई. सभागार में दर साय आयोजित उक्त कार्यक्रम में आपटे दंपति द्वारा प्रस्तुत भजनों व गीतों ने श्रोताओं को मंत्रमुग्ध कर दिया। अरुण आपटे ने राग यमन में भजन में भजन 'माताजी तू ही भवानी' गाकर उपस्थित लोगों को भक्ति भाव में डुबो दिया।

सुरेखा आपटे ने राग तोहंड़ी एवं अन्य रागों में गीत प्रस्तुत कर वातावरण को भवित रस से आहलाहित कर दिया।

Music capable of elevating listeners

DEHERDUN, April 16
GLOBE NEWS SERVICE

His is the voice capable of elevating listeners so that he may experience eternal bliss and all- round peace.

But for Sahaj Yoga, Pandit Arun Apte, renowned classical musician, would not have managed such transformation and himself realised the essence of divinity through his music.

A pupil of Jitendra Abhisheki Pandit Arun Apte carried extensive research on the effect of sound on the energy centres of the body. He feels that music acts as a catalyst in liberating the chakras of the body and correct vibrations lead to healthy mind and a healthy body.

Pandit Apte was here as part of Virasat and also performed live at the Virasat Gaon.

While speaking to media-persons Pandit Apte said that music acts as a preventive cure against most diseases.

He said that after coming under the influence of his guru Nirmala Devi he started doing research on Kundalini, its effect on Music and how both could act in Tandem to keep the body disease-free.

Pt. Apte said that if raag "Todi" is sung it gives relief to a person suffering from diabetes. Raag Sham Kalyan helps as preventive measure against AIDS. Raag Yaman is ideal for keeping the liver cool. Raag Bhairav and Durga gives relief to persons ailing from disease.

Pt. Apte informed that his book titled "Music and Sahaj Yoga" is aimed at informing the readers about the benefits of ragas. Pt. Apte said that with the singing of Sa Swar students can enchance their mental concentration.

Pt. Apte has also been actively involved in carrying out research on the bane of 80th centurey-stress. He says that he is actively involved in teaching bureaucrats to defeat stress through music.

Presently Pt. Apte is working for Beej Mantra. According to him five elements comprising of Ram, Vum, Rum, Yum, Hum, Om and Om provide the necessary equilibrium to our body.

Son of Mangla Apte the famous classical singer, Pt. Apte's wife Surekha is also into singing light music.

हिमाचल टाइम्स १७-४-९९

पूजेनंतर
श्री माताजी
आशिर्वाद
देताना

आदिशक्ती पूजा
जयपूर १९९४

श्री माताजींचे
जन्मस्थान
छिंदवाडा

महाराष्ट्र बाल सेमिनार, खानापूर, पुणे. मे ९९