खंड : XIV अंक : 3 व 4

मार्च - अप्रैल, 2002

# चैतन्य लहरी

हे श्रीमाताजी अत्यन्त कृपा करके पूर्णावतार के रूप में इस विश्व में अवतरित होकर आप अपने बच्चों के हृदय–सिंहासन पर विराजमान हुई हैं। अपने सभी बच्चों की आप प्रेममयी माँ हैं। आपका निष्कलंक रूप अत्यन्त सुखकर है। आपकी एक झलक हमारे हृदयों को निरानन्द से भर देती है। ब्रह्माण्ड की बीज रूप, हे श्री आदिशक्ति, आपके दर्शन मात्र से सभी पाप समूल नष्ट हो जाते हैं। श्रीमाताजी, आपको कोटि–कोटि प्रणाम।

नवरात्रि पूजा, लोतराकी, यूनान, 21.10.2001

1 गुरु स्तुति

7 गणेश पूजा – 22.9.2001, कबेला

15 नवरात्रि पूजा – 21.10.2001, यूनान

24 श्री कृष्ण पूजा – 14.8.89

31 पहले स्वयं को पहचान लें – 1.8.89

39 निर्मल वाणी

40 तिहाड़ के कुछ कैदी साधकों की कुछ अनुभूतियाँ

41 एक सहजी की अनुभूति

42 विद्यार्थी को सहजयोग से लाभ

**प्रकाशक**
वी.जे. नलगीरकर
162 – ए, मुनीरका विहार, नई दिल्ली – 110067

**मुद्रक**
अमरनाथ प्रैस प्रा. लिमिटेड
डब्ल्यू एच एस 2/47 कीर्ति नगर औद्योगिक क्षेत्र, नई दिल्ली–15
फोन : 5447291, 5170197

**सदस्यता के लिए कृपया इस पते पर लिखें :–**
श्री ओ.पी. चान्दना
एन – 463 (G-11) ऋषि नगर, रानी बाग
दिल्ली – 110034
फोन : (011) 7013464

***सहज सम्बंधी अपने अनुभव, चमत्कारिक फोटोग्राफ तथा कलाकृतियाँ निम्न पते पर भेजें :***

चैतन्य लहरी
सहजयोग मंदिर
सी–17, कुतुब इन्स्टीच्यूशनल एरिया
नई दिल्ली – 110016

# गुरु स्तुति

परम् पूज्य माताजी के श्री चरणों में अर्पित
ज्ञानेश्वरी के अध्याय 12 से 18 पर आधारित
(1 से 35–वर्ष 2000 के अन्तिम अंक में)

36) श्रीमाताजी आप ही वह सूर्य है, जिसके उदय से अद्वैत रूपी कमल पूर्ण गरिमा में खिल उठा है तथा उस भ्रम का साम्राज्य अस्त हो गया है, जिसके कारण भौतिक विश्व को वास्तविकता मान लिया गया था। श्रीमाताजी आपको कोटि–कोटि प्रणाम।

37) श्रीमाताजी आप ही वह सूर्य हैं जिसने सांसारिक ज्ञान के टिमटिमाते सितारों रूपी अविधा की रात्रि को निगल लिया है, तथा साधकों के लिए आत्म–साक्षात्कार रूपी शुभ दिन का उदय हो गया है। श्रीमाताजी आपको कोटि–कोटि प्रणाम।

38) श्रीमाताजी आप ही वह सूर्य हैं जो उषा काल को लेकर आए हैं जिसमें हमारे आत्मा रूपी पक्षियों ने आत्मसाक्षात्कार का स्वप्न साकार करके शरीर रूपी घोंसलों से सामंजस्य त्याग दिया है। श्रीमाताजी आपको कोटि–कोटि प्रणाम।

39) श्रीमाताजी आपको कोटि–शत प्रणाम। माया के अंधेरे साम्राज्य में हमारे आत्मा रूपी भँवरे, कारण रूपी (causal) शरीर कमलों के अन्दर फँसे हुए सांसारिक सुखों का आनन्द ले रहे थे। श्रीमाताजी आप ही वह सूर्य हैं जिसने उन भँवरों को मुक्त किया है।

40 श्रीमाताजी आपको कोटि–शत प्रणाम। हमारी बुद्धि तथा आत्म साक्षात्कार पौराणिक चकवा–चकवी पक्षियों के जोड़े सम हैं जो विचार विनिमय एवं वाद–विवादों के अंधकार में एक दूसरे से बिछुड़ कर मिलन के लिए विलाप कर रहे थे। श्रीमाताजी आप ही वह सूर्य हैं जिसके प्रकाश ने हमारी बुद्धि रूपी आकाश को ज्योतिर्मय किया तथा पक्षियों की इस जोड़ी का मिलन करवाया।

41) श्रीमाताजी आपको कोटि–शत प्रणाम। आप ही वह सूर्य हैं जिसके उदय से अगुरूओं का अमांगलिक काल समाप्त हो गया है तथा सभी साधकों के लिए आत्म–साक्षात्कार प्राप्त करके उत्थान–प्राप्ति का मार्ग प्रशस्त हुआ है।

42) श्रीमाताजी आपको कोटि–शत प्रणाम। आप ही सूर्य हैं, आपकी कृपा किरणें आपके बच्चों में वैसे ही दिव्य ज्ञान की ज्योति स्फुटित करती हैं जैसे पौराणिक सूर्यकान्त रत्न पर सूर्य की किरणें पड़ने से ज्योति प्रस्फुटित होती थीं। श्रीमाताजी दिव्य ज्ञान की ये लपटें सांसारिक सुखों के मोह को भस्म कर देती हैं।

43) श्रीमाताजी आपको कोटि–शत प्रणाम।

आप सूर्य हैं। ज्यों ज्यों आपकी कृपा किरणें दृढ़ होती हैं, असंख्य चमत्कार होते हैं तथा यह अनन्त सुख समृद्धि के आशीर्वादों की वर्षा करती हैं। श्रीमाताजी ये हमारे लिए चेतावनियाँ हैं कि हमारा चित्त यदि आपके चरण–कमलों पर स्थापित नहीं है तो वही सुख–समृद्धि मृग–तृष्णा बनकर हमें आत्मा तथा आपके चरण–कमलों से दूर धकेल सकती हैं

44) श्रीमाताजी आपको कोटि–शत प्रणाम। आप ही वह सूर्य हैं जो अपनी गरिमा में पूर्ण पराकाष्ठा पर चमकता है। अपनी कृपा की किरणें जब आप अपने बच्चों पर डालती हैं तो वो सोहं (अद्वैत) का अनुभव करते हैं और उनकी भ्रान्ति इस प्रकार से समाप्त हो जाती है जैसे दोपहर के समय हमारी परछाईं हमारे पैरों के नीचे समाप्त हो जाती है।

45) श्रीमाताजी आपको कोटि–शत प्रणाम। आप सूर्य हैं, आपकी कृपा से जब माया–रात्रि का अस्तित्व समाप्त हो जाता है तो संसार को वास्तविकता समझने वाली मानसिक भ्रान्ति–रूपी रात्रि भी समाप्त हो जाती है। वास्तव में ये संसार स्वप्न–सम है।

46) श्रीमाताजी आपको कोटि शत प्रणाम। श्रीमाताजी आप ही वह सूर्य हैं जो ज्ञान और अंधकार के दिवस और रात्रि से परे हैं। आप ही ज्ञानोदय भी हैं क्योंकि आप स्वयं ज्योति हैं। हे ज्ञान के दैदीप्यमान सूर्य! आपकी झलक कौन प्राप्त कर सकता है?

47) श्रीमाताजी आपको कोटि–शत प्रणाम। आप ही वह सूर्य हैं जिसकी कृपा से आपके बच्चों में सर्व–बन्धनों से मुक्ति का शुभ दिवस उदय हुआ है।

48) श्रीमाताजी आपको कोटि–शत प्रणाम। आप ही वह सूर्य हैं जो आत्मसाक्षात्कार के साम्राज्य में सदैव चमकता है। आपकी कृपा आपके बच्चें में भ्रान्ति के अंधकार को समाप्त करती है और उन्हें अन्य सभी ज्ञानों से श्रेष्ठ आत्मसाक्षात्कार का पूर्ण ज्ञान प्रदान करती है।

49) श्रीमाताजी आपको कोटि–कोटि प्रणाम। शब्दों में सीमित शक्ति होने के कारण आपकी स्तुति करने में शब्द असमर्थ हैं। आपकी स्तुति तो केवल आपके चरण कमलों से एकरूप होकर ही की जा सकती है, जब शब्द, स्तुति करने वाली बुद्धि एवं स्तुति के शब्द आपके चरण कमलों से एक रूप हो जाएं। स्तुति का यही लक्ष्य है।

50) श्रीमाताजी आपको कोटि–कोटि प्रणाम। शब्दों के माध्यम से आपकी स्तुति कर पाना वास्तव में असम्भव है क्योंकि आपका ज्ञान पाना अज्ञात को जानना है और ऐसा केवल पूर्ण मौन की अवस्था में ही किया जा सकता है जब आत्मा अपनी अभिव्यक्ति करती है। श्रीमाताजी आप ही हमारी आत्मा हैं। उस अवस्था में, श्रीमाताजी, वाणी के तीनों प्रकार–वैखरी, मध्यमा और पश्यन्ति–परा वाणी की सूक्ष्मता में एक रूप हो जाते हैं और परावाणी पूर्ण मौन की अवस्था में चली जाती है।

51) ओ गुरुमाँ, श्रीमाताजी, आप ही गणाधीश श्री गणेश हैं जिनकी योग–माया से इस पूर्ण विकसित ब्रह्माण्ड का उदय होता है। श्रीमाताजी आपको कोटि–कोटि प्रणाम।

52) हे गुरु माँ, श्रीमाताजी आपको कोटि–कोटि प्रणाम। आप श्री गणेश हैं। आपका स्मरण करके श्री शिव ने आत्मत्व के किले में कैद तीन गुणों रूपी तीन नगरों से घिरी आत्मा को मुक्त किया।

53) अतः, हे गुरु माँ, श्रीमाताजी! गुरु रूप में श्री शिव की तुलना में आप श्रेष्ठ हैं क्योंकि आप अपने बच्चों को अत्यन्त प्रेम पूर्वक भ्रम–सागर से पार करती हैं। श्रीमाताजी आपको कोटि–कोटि प्रणाम।

54) हे गुरुमाँ श्रीमाताजी, आपको कोटि–कोटि प्रणाम। आप ज्ञानहीन लोगों की समझ से परे हैं केवल ज्ञान–वान (आत्मसाक्षात्कारी) व्यक्ति ही आपको समझ सकते हैं।

55) हे श्रीगुरु माँ आपको कोटि–कोटि प्रणाम। श्री गणेश के रूप में चाहे आपकी आँखे बहुत छोटी हों परन्तु इनको खोलने तथा बन्द करने मात्र से आप ब्रह्माण्ड के सृजन एवं प्रलय की लीला करती है।

56) हे गुरु माँ श्रीमाताजी, आपको कोटि–कोटि प्रणाम। आपके प्रियजनों में द्वैतवाद समाप्त हो जाता है और उनका कोई सम्बन्ध बाकी नहीं बचता क्योंकि वे आपसे एकरूप हो जाते हैं।

57) आप क्योंकि सांसारिक बन्धनों को तोड़ती हैं, जो लोग प्रसन्नता पूर्वक आपके प्रति समर्पित हैं आप उन्हें इस प्रकार से स्वयं से जोड़ लेती हैं कि उनके शरीर का अस्तित्व नाम–मात्र के लिए ही रह जाता है। श्रीमाताजी आपको कोटि–कोटि प्रणाम।

58) स्वयं को आपसे भिन्न मानने वाले लोगों के लिए, जो आपके साकार रूप का ध्यान करने जैसे भिन्न आध्यात्मिक कर्मकाण्डों से आप तक पहुँचने के लिए प्रयत्नशील हैं, आप दुरग्राह्य हैं। आपको कोटि–कोटि प्रणाम।

59) श्रीमाताजी आपको कोटि–कोटि प्रणाम। जो धुरन्धर विद्वान ये नहीं मानते कि आप पूर्ण हैं वो अपने सम्बन्धित ज्ञान के माध्यम से बौद्धिक रूप से आपको समझने का प्रयत्न करते हैं। परन्तु वे अज्ञानी हैं। आखिरकार सर्वज्ञ "शब्द ब्रह्म" वेद भी आपका वर्णन करने में असमर्थ हैं।

60) श्रीमाताजी आपको कोटि–कोटि प्रणाम। जब हम आपके दास बनना चाहते हैं तब भी दास और स्वामी का द्वैत बना रहता है। अतः बेहतर तो यही है कि हम अपना कोई अस्तित्व ही न माने।

61) हे देवी, एवं गुरु श्रीमाताजी, आपको कोटि–कोटि प्रणाम। ध्यान करते हुए जब हम वह अवस्था प्राप्त करते हैं जिसमें हमारा कोई अपना अस्तित्व नहीं रह जाता केवल तभी हम आपके चरण कमलों से एक हो सकते हैं। यही आपकी पूजा है।

62) हे श्री आदिशक्ति गुरु माँ, आपको कोटि–कोटि प्रणाम। हमारी हार्दिक इच्छा है कि आपके चरण कमलों से एक होकर

वैसे ही आपके चरण कमलों की पूजा करें जैसे समुद्र के पानी में घुलकर नमक समुद्र की पूजा करता है।

63) श्रीमाताजी आपको कोटि–कोटि प्रणाम। जिस प्रकार खाली घड़े को समुद्र के जल में डुबोने पर जल से भरकर ऊपर लाते हैं, जिस प्रकार दीपक की बाती प्रज्जवलित होकर स्वयं दीपक बन जाती हैं वैसे ही आपके चरण कमलों की पूजा करके हम भी पूर्णता का आनन्द प्राप्त करेंगे और तत्पश्चात् आपकी इच्छा को कार्यान्वित करने के लिए आपके आदर्श माध्यम बनेंगे।

64) हे महादेवी, हे गुरु, श्रीमाताजी आपको कोटि–कोटि प्रणाम। जिन लोगों को आप अपने चरण कमलों में शरण देती हैं उन्हें सभी प्रकार की मंगलमयता का वरदान देती हैं। आप जन्म वृद्धावस्था के बादलों को दूर कर देने वाली तीव्र वायु सम हैं।

65) हे परम प्रिय गुरु, हे सर्व–शक्तिमान आदि–शक्ति श्रीमाताजी आपको कोटि–कोटि प्रणाम। अपावन तथा अशुभ को आप समूल नष्ट करती हैं। वेदों तथा उपनिषदों में आपको की गई प्रार्थना के फलस्वरूप आपका अवतरण हुआ है। वेदों तथा उपनिषदों का वरदान देने वाली भी आप ही हैं।

66) हे गुरु माँ श्रीमाताजी, आपको कोटि–कोटि प्रणाम। अत्यन्त कृपा करके आपने पूर्णावतार के रूप में इस विश्व में अवतरण लेना स्वीकार किया है और अपने बच्चों के हृदय के सिंहासन पर विराजित हुई हैं। अपने सभी बच्चों की आप प्रेममयी माँ हैं। सुगमतापूर्वक आप मृत्युदेव, यम की गतिविधियों को नियंत्रित करती हैं।

67) हे परम प्रिय गुरु माँ, हे महादेवी श्रीमाताजी, आपको कोटि–कोटि धन्यवाद। अपने बच्चों की रक्षा करने के लिए उन्हें सुधारने के लिए तथा उनके चित्त नियंत्रण के लिए आप उनके साथ चट्टान की तरह से खड़ी हो जाती हैं। हे माँ ये सब कार्य आपके लिए लीला मात्र हैं। आप इनका अत्यन्त आनन्द लेती हैं।

68) हे गुरु माँ, श्रीमाताजी आपको कोटि–कोटि प्रणाम। आपका निष्कलंक रूप अत्यन्त सुखकर है। आपकी एक झलक हमारे हृदयों को निरानन्द से भर देती हैं। ब्रह्माण्ड की बीज रूप हे श्री आदिशक्ति आपके दर्शन मात्र से सभी पाप नष्ट हो जाते हैं।

69) हे गुरु माँ श्रीमाताजी आपको कोटि–कोटि प्रणाम – आप ज्योति स्वरूप, हैं आप ही ने अपने बच्चों को ज्योतिर्मय बनाया है। जिस प्रकार आकाश बादलों को संभालता है वैसे ही आप अपने अन्दर इस ब्रह्माण्ड को सम्भाले हुए हैं। श्रीमाताजी आत्म–साक्षात्कार प्राप्त कर लेने के पश्चात् ये ब्रह्माण्ड हमें मिथ्या प्रतीत होता है।

70) श्रीमाताजी आपको कोटि–कोटि प्रणाम। आदि माँ होने के नाते आप सभी देवी देवताओं गणों तथा पूरे ब्रह्माण्ड की गुरु हैं। हे परम पावनी, आपके कटाक्ष मात्र से आपके बच्चे इन्द्रीय सुखों से परिपूर्ण इस

विश्व के भ्रान्तिमय स्वभाव को पहचान लेते हैं। हे करुणा की सागर माँ, भ्रान्तिमय सांसारिक प्रलोभनों से मुक्ति प्रदान करने के लिए आपके बच्चे आपके प्रति सदा सर्वदा के लिए कृतज्ञ है।

71) हे सर्वव्याप्त, सर्वशक्तिमान परमात्मा, हे हमारी प्रेममयी गुरु माँ, आपको कोटि–कोटि प्रणाम। आप ही अपने बच्चों की हृदय ज्योति हैं। आप ही का प्रकाश उनके अन्तस को ज्योतिर्मय करता है तथा दिव्य चैतन्य–लहरियों के रूप में प्रसारित होकर सांसारिक जीवन के व्याकुल कर देने वाले ताप से उनकी रक्षा करता है तथा सभी प्रकार की व्याधियों से उन्हें मुक्त करता है।

72) श्रीमाताजी आपको कोटि–कोटि प्रणाम। आप अद्वितीय हैं, आपसा दूसरा कोई नहीं। सभी विनम्र, निर्लिप्त, विवेकशील तथा आपके प्रति समर्पित लोगों को आप गहन प्रेम करती हैं, इतना अधिक प्रेम कि उनकी रक्षा करने के लिए, उनके हित को देखने के लिए और उनकी शुद्ध इच्छाओं को पूर्ण करने के लिए एक दम तैयार रहती हैं।

73) हे आदिगुरु श्रीमाताजी आपको कोटि–कोटि प्रणाम। आप स्वर्गीय कल्पतरु सम हैं जो सभी इच्छाएं पूर्ण करता हैं। हम आपके सभी बच्चे निरन्तर आपके प्रति कृतज्ञ हैं कि आपने हम पर परम चैतन्य की वर्षा की। यह महानतम है, अवर्णनीय एवं कल्पना से परे है।

74) हे आदिगुरु श्रीमाताजी आपको कोटि–कोटि प्रणाम। आपकी स्तुति करने के लिए कोई उपमा, कोई रूपक, कोई विशेषण एवं कोई शब्द पर्याप्त नहीं है क्योंकि आप हर चीज़ से परे हैं। आपकी स्तुति करने के लिए हमारे पास न तो शब्द हैं और न ही हममें योग्यता है। हम तो केवल इतना जानते हैं कि आपकी स्तुति करने के लिए हमें ध्यान धारणा करनी है और सहजयोग प्रसार के लिए कार्य करने हैं।

75) हे ब्रह्माण्ड आत्मा, हे सर्वोपरि, हे सर्वव्याप्त, सर्वशक्तिमान परमात्मा, सर्व देवी–देवताओं गणों एवं सहजयोगियों की गुरु माँ, आपको कोटि–कोटि प्रणाम। कृपा करके इस ब्रह्माण्ड पर प्रसन्न हो जाइए। आत्मा का दिव्य ज्ञान प्रदान करने के लिए आपके बच्चे, आपके प्रति कृतज्ञ हैं।

76) श्रीमाताजी आपको कोटि–कोटि प्रणाम। श्रीमाताजी कृपा करें और आपकी कृपा से दुष्ट लोग अपनी दुष्टता छोड़कर शुभ कार्यों में लग जाएं तथा सभी मनुष्यों में हार्दिक प्रेम जाग उठे।

77) श्रीमाताजी आपको कोटि–कोटि प्रणाम। आत्म–साक्षात्कार की ज्योति प्रदान करने के लिए हम आपके सभी बच्चे आपके प्रति सदा सर्वदा कृतज्ञ हैं। कृपा करें कि आपकी कृपा से विश्व से अज्ञानान्धकार मिट जाए। विश्व आत्मा तथा धर्म की सुनहरी धूप देख सके तथा सभी मानव अपनी शुद्ध इच्छा की पूर्ति का आनन्द उठा सकें।

78) श्रीमाताजी आपको कोटि–कोटि प्रणाम। दिव्य आशीर्वाद तथा मंगलमय परम चैतन्य की वर्षा हम पर करने के लिए हम आपके

सभी बच्चे अनुगृहीत हैं। श्रीमाताजी कृपा करें कि सर्वशक्तिमान परमात्मा अर्थात आप स्वयं, के साधकों की भीड़ मंगलमयता की वर्षा में परस्पर अत्यन्त प्रेमपूर्वक मिलें।

79) श्रीमाताजी आपको कोटि–कोटि प्रणाम। श्रीमाताजी हम आपके सभी बच्चे आपके प्रति कृतज्ञ हैं कि आपने हमें आत्म–साक्षात्कारी व्यक्तियों की सामूहिकता प्रदान की। कृपा करें, कि निष्कलंक चन्द्रमा, एवं तापहीन सूर्य–सम, इन लोगों के हृदय एक हो जाएं। इनके समूह चलते फिरते दिव्य कल्पतरुओं की तरह से हैं, चेतना रूपी दिव्य चिन्तामणि रत्नों के नगरों सम हैं, और बोलते हुए अमृत सागर सम हैं।

80) श्रीमाताजी आपको कोटि–कोटि प्रणाम। हम आपके बच्चे आपके आभारी हैं कि आपने हमें अपने अन्दर स्थान दिया तथा अपने प्रेम एवं करुणा से हमें शुद्ध कर रही हैं। श्रीमाताजी आपकी कृपा से विश्व के सभी मानव जी भरके दिव्य आनन्द को प्राप्त करें और हे आदि पुरुष, हे परमात्मा, हे साक्षात् श्री परब्रह्म वे सब आपकी भक्ति में डूब जाएं। हे परमेश्वरी माँ बारम्बर आपको कोटि शत प्रणाम।

ॐ नमः, ॐ नमः, ॐ नमः।

# श्री गणेश पूजा

कबेला–(22.9.2001)

परम् पूज्य माताजी श्री निर्मला देवी का प्रवचन

आज हम यहाँ श्रीगणेश की पूजा करने के लिए एकत्र हुए है। श्री गणेश पावनता के देवता हैं। वे अबोधिता के सागर हैं। यद्यपि वे इतने युवा बालक हैं फिर भी वो पूरे विश्व से युद्ध कर सकते हैं। पूरी नकारात्मकता को वे नष्ट कर सकते हैं, पावनता का यही चिन्ह् है। ऐसी बहुत सी कहानियाँ हैं कि बच्चे बहुत अधिक ऊँचाई से गिरे परन्तु वे बच गए, उन्हें कुछ भी नहीं हुआ। उनकी पावनता इतनी शक्तिशाली है कि यह किसी भी ऐसे व्यक्ति को हानि नहीं पहुँचाती जिसे हानि नहीं पहुँचानी। इसमें पूरे विश्व का विवेक है, पूरे विश्व की सूझ–बूझ है। कोई यदि पावनता को हानि पहुँचाने का प्रयत्न करता है तो ये विश्व, ये पूरा विश्व, जिसने चाहे पावनता का सम्मान न किया हो फिर भी यह पावनता को हानि पहुँचाने वालों के विरुद्ध खड़ा हो जाता है। आप अपने जीवन में चहुँ ओर देख सकते हैं किसी ने भी यदि बच्चों को कष्ट देने का प्रयत्न किया तो सभी लोग, चाहे जो भी हों, चाहे वे किसी देश या राष्ट्रीयता के हों, एकदम कूद पड़ते हैं, सभी उन्हें नियंत्रित करने और बच्चों की रक्षा करने के लिए खड़े हो जाते हैं। ये क्या है? जो हमें पावनता की रक्षा करने के लिए चेतन करती है? हमारे लिये यह देखना कि विश्व में पावनता पर आक्रमण किया जा रहा है अत्यन्त लज्जा–जनक है। कोई भी अन्य चीज़ सहन की जा सकती है। जिन अबोध लोगों ने कुछ भी गलती नहीं की, जिनके मन में कोई ईर्ष्या नहीं है, जो नन्हें बालकों की तरह से हैं, उन पर यदि कोई आक्रमण करे तो पूरा विश्व न केवल प्रतिक्रिया करता है बल्कि कोई इसे सहन नहीं कर पाता। किसी अबोध व्यक्ति को हानि पहुँचाए जाने को कोई सहन नहीं कर पाता। आप लोग महसूस नहीं करते कि हमारे अन्दर बच्चों के लिए प्रेम एवं सूझ–बूझ का सागर है क्यों? ऐसा क्यों होना चाहिए? हमें ऐसा क्यों करना चाहिए? विशेष रूप से बच्चों, अबोध बच्चों के साथ। कुछ लोग सदैव अबोध व्यक्तियों पर आक्रमण करते रहते हैं। बच्चे अबोध है परन्तु कोई उन्हें सहारा नहीं देना चाहता। बच्चों से दुर्व्यवहार करने को कोई भी अच्छा नहीं समझता और किसी ने यदि ऐसा किया तो प्रतिक्रिया स्वरूप उन्हें भयानक कष्ट भुगतने पड़े। हमारे अन्दर

ऐसी कौन सी चीज़ है जो अबोधिता के विरुद्ध इस प्रतिक्रिया का सृजन करती है। उदाहरण के रूप में यदि नियमित रूप से युद्ध हो या लोग ऐसे युद्ध में लड़ रहे हों तो उनमें सहानुभूति का अभाव हो जाता है और वो कहते हैं कि ठीक है उनमें इतनी ही सूझबूझ है, वो ऐसे ही हैं। अधिकतम सहानुभूति केवल तभी आती है जब अबोधिता को चुनौती मिलती है। मानव के यही गुण हैं कि उनमें श्रीगणेश की शक्तियाँ है और यही आपको यह भावना, यह सामर्थ्य, यह सूझ–बूझ देती हैं जिनसे आप अबोध बच्चों, अबोध लोगों की रक्षा करते हैं। जो लोग अबोधिता को नष्ट करने का प्रयत्न कर रहे हैं उनके विरुद्ध पूरा विश्व खड़ा है, इसमें कोई सन्देह नहीं हो सकता। वे यदि ऐसे आक्रमण या आलोचना का मुकाबला नहीं कर सकते तो मैं कहूंगी कि वे मानव नहीं हैं। श्रेष्ठ व्यक्तित्व के लोग किसी भी चीज़ का बलिदान कर सकते हैं और किसी भी चीज़ को त्याग सकते हैं परन्तु वे पावनता की भावना को नहीं त्याग सकते। यह अत्यन्त उत्तम बात है। अबोध लोगों के लिए सुरक्षा एवं प्रेम का कितना बड़ा सागर है! अबोध व्यक्तियों एवं बच्चों पर आक्रमण होते हुए जब हम देखते हैं तो किस प्रकार से हम उनकी ओर आकर्षित होते है! मानव का यही सौंदर्य है। निःसन्देह कुछ मनुष्य ऐसे भी हैं जो अत्याचारी भी हो, सकते हैं जिन्हें हम शैतान कह सकते हैं। परन्तु जब बात बच्चों की और अबोध व्यक्तियों की आती है तो हर व्यक्ति अपनी जिम्मेदारियाँ महसूस करता है।

सामान्य मनुष्य के लिए अबोध होना कठिन है क्योंकि उनमें एक प्रकार की भावना है कि वे कुछ महान हैं, सभी कुछ जानते हैं, किसी भी चीज़ का विश्लेषण कर सकते हैं। ऐसे लोग धूर्त हो सकते हैं, आक्रामक, कष्टदायी या कुछ भी हो सकते हैं। किसी भी चीज़ के लिए तर्क देते हुए वे कहते हैं कि इससे कोई अन्तर नहीं पड़ता। परन्तु ऐसे लोगों का कभी भी सम्मान नहीं होता और इन गुणों के लिए उनकी प्रशंसा भी नहीं की जा सकती।

**हम सहजयोगियों के लिए अबोधिता का सम्मान करना ही सहज संस्कृति है। आपको चाहे ऐसा लगे कि आपको धोखा दिया गया है, आप पर प्रभुत्व जमाया जा रहा है, आपका अपमान किया जा रहा है, फिर भी सहजयोगियों को अबोध होना है क्योंकि उनके अन्दर श्री गणेश की शक्ति विद्यमान है।** अगर उनका दुरुपयोग किया जा रहा है, अपमान किया जा रहा है, उन्हें कष्ट दिया जा रहा है, उन पर प्रभुत्व जमाया जा रहा है तो आपको निरुत्साहित नहीं होना चाहिए। सब ठीक है, अन्य लोगों की अबोधिता का नष्ट करने का प्रयत्न उन्हें नहीं करना चाहिए। स्वतः ही ये सब कार्यान्वित होगा। आप आश्चर्य चकित होंगें कि अबोधिता जब दृढ़

होती है तब पूरे ब्रह्माण्ड की अच्छाई उसके बचाव के लिए आ जाती है। अमरीका का वर्तमान युद्ध, तथाकथित युद्ध, इसका उदाहरण है। अमरीका के अबोध लोगों ने कोई भी अपराध न किया था फिर भी उनकी हत्या की गई उन्हें सताया गया। पूरा विश्व उनके साथ खड़ा हो गया। विश्व के सभी देश, चाहे वो अमरीका में विश्वास करते थे या नहीं, इस जघन्य अपराध के विरुद्ध खड़े हो गए। वे उसी धर्म से हों या न हों, उस देश के हों या न हों, फिर भी जो लोग अबोधिता का पक्ष नहीं लेंगे उन्हें अलग–थलग करके नष्ट कर दिया जाएगा इसमें कोई सन्देह नहीं है। हमेशा के लिए उन्हें सबक मिल जाएगा कि अबोध लोगों पर कभी आक्रमण नहीं करना।

मैंने आपको बताया है कि सहजयोग में हमें कभी बच्चों पर क्रोध नहीं करना, किसी भी प्रकार से उन्हें दण्ड नहीं देना। बच्चों के प्रति प्रेम ही हमारी मुख्य उपलब्धि होगी। विश्व भर के बच्चे चाहे वे हमारे परिवार के न होकर किसी अन्य परिवार के हों, चाहे वे हमारे से लिप्त न हों, फिर भी बालक अबोध हैं, आपकी अपनी अबोधिता उनकी रक्षा करने का प्रयत्न करेगी। अबोधिता पर जब आक्रमण होता है तो जिस प्रकार से लोग अपना सर्वस्व न्यौछावर करने के लिए खड़े हो जाते हैं. यह आश्चर्यजनक है। बच्चों पर कभी आक्रमण नहीं होना चाहिए। निःसन्देह उनमें रक्षा करने के लिए अपनी शक्ति है परन्तु किसी अमंगलकारी, अत्यन्त क्रूर और भद्दी चीज़ पर अपनी शक्ति नष्ट नहीं करनी चाहिए। बच्चों को यदि आप प्रेम नहीं कर सकते तो आप किसी भी चीज़ को प्रेम नहीं कर सकते। मैं आज तक किसी भी ऐसे व्यक्ति से नहीं मिली जो बच्चों से प्रेम नहीं करता हो, जिसे हत्या करनी अच्छी लगती हो। कुछ लोग कह सकते है कि वो फूलों से प्रेम करते हैं, क्यों? आप फूलों से क्यों प्रेम करते हैं, क्योंकि फूल अबोध हैं, अबोधिता का सौन्दर्य उनमें है। प्रकृति को आप क्यों प्रेम करते हैं क्योंकि ये अबोध है। परन्तु जो लोग सहजयोगी हैं उन्ही में महानतम अबोधिता देखी जा सकती है। चतुर–चालाक होना बहुत आसान है परन्तु विवेकशील होने के लिए अबोधिता के सौन्दर्य को समझना आवश्यक है। हो सकता है कि कोई कहे कि श्रीमाताजी हमारा अनुचित लाभ उठाया जा सकता है। आप यदि अबोध हैं तो कोई आपका अनुचित लाभ नहीं उठा सकता। लोग चाहे सोचते रहें कि उन्होंने ऐसा किया है, वे अत्यन्त आक्रामक थे, आदि–आदि, परन्तु वे ऐसा नहीं कर सकते। अबोधिता तो चट्टान सम है जिसे कोई भी क्रोध का समुद्र हिला नहीं सकता। किसी भी प्रकार का प्रतिशोध इससे नहीं लिया जा सकता क्योंकि इस चट्टान की देखभाल और पोषण श्री गणेश कर रहे हैं।

मैं आपको पहले भी बता चुकी हूँ कि हमारे अन्दर की अबोधिता नष्ट नहीं हो सकती। आश्चर्य की बात है व्यक्ति चाहे

अपराधी हो, जितना चाहे क्रूर हो, चाहे जो हो, परन्तु उसके अन्दर की अबोधिता नष्ट नहीं होती। परमात्मा ने इतना रहस्यमय गुण हमारे अन्दर स्थापित किया है! अबोधिता से हर समय हम खिलवाड़ करते रहते हैं और सोचते हैं कि ठीक है, मेरी अपनी इच्छा है, इच्छानुसार जो चाहे मैं करूं और इस प्रकार हर समय अपनी इस शक्ति को कम करते रहते हैं या हम कह सकते हैं कि अपनी अबोधिता पर आवरण डालते रहते हैं और सोचते हैं कि अपने चालाक स्वभाव से लोगों को बेवकूफ बनाकर हमने बहुत बड़ा कार्य किया है। **स्वभाव की ये चालाकी आपको किसी भी प्रकार का सन्तोष नहीं दे सकती। यह आत्म–निर्भर नहीं है।** किसी के साथ जब आप चालाकी करते हैं तो यह चालाकी आप ही को प्रभावित करती है। पलटकर इसका दुष्प्रभाव आप ही पर होता है और यह अबोधिता में आपकी श्रद्धा को नष्ट करती है। यही विश्वास महानतम है, महानतम आश्रय है और पृथ्वी पर यह महानतम शक्ति है।

ये सोचकर कि अबोधिता हमें दुर्बल करती है, जो लोग अबोधिता का सम्मान नहीं करते, उन्होंने अबोधिता की शक्ति को नहीं परखा है कि यह किस प्रकार कार्य करती है। विश्व भर से यह प्रतिक्रिया करती है। परन्तु मेरे विचार से मानव अभी तक भी अबोधिता की शक्ति के प्रति चेतन नहीं है, वो नहीं जानता कि अबोध होना महानतम गुण है। यह इस प्रकार से कार्य करती है मानो मानव की पूरी सूझ–बूझ उसका पूरा कार्यान्वयन अत्यन्त सुन्दरता पूर्वक प्राप्त कर लिया हो। अब आप देखिये कि विश्व में क्या चीज़ रह जाती है, कौन सी चीज़ को लोग स्मरण करते हैं, किस चीज़ का सम्मान करते हैं? केवल उच्च आदर्शों का सम्मान किया जाता है। परन्तु यदि आप उच्च आदर्शों वाले लोगों के सूक्ष्म पक्ष को देखें तो चाहे इन लोगों को हानि पहुँचाई गई हो, चाहे इनकी हत्याएं की गई हों फिर भी उन्होंने अत्यन्त उच्च चरित्र और सज्जन स्वभाव का सुन्दर जीवन व्यतीत किया और अपनी अबोधिता एवं पावनता के कारण युग–युगान्तरों तक दैदीप्यमान रहे। इस प्रकार के महान लोगों के जीवन को आप देख सकते हैं। वे अत्यन्त सहज हैं, जान–बूझकर उन्होंने कुछ नहीं किया। उनका आचरण अत्यन्त सहज है और अत्यन्त सहजतापूर्वक वो जीवन व्यतीत करते हैं। एक के बाद एक राष्ट्र नष्ट हो सकता है परन्तु अबोधिता की शक्ति कभी नष्ट नहीं हो सकती। इसमें आप विश्वास रखें। स्वयं पर विश्वास रखें तथा इस बात पर कि अबोधिता के अतिरिक्त आप कुछ भी नहीं हैं। आप कह सकते है कि अबोध लोगों को धोखा दिया जाता है। अबोध व्यक्ति को कोई धोखा नहीं दे सकता क्योंकि अबोधिता का मूल्य शाश्वत है। हो सकता है वो धन या अन्य भौतिक चीज़ों के मामले में आपको धोखा दे सकें। परन्तु अत्यन्त शाश्वत् चीज़ तो आपकी अबोधिता है और

जब आप पूर्णतः अबोध होंगे तथा अपनी अबोधिता की देखभाल करेंगे तो आप जीवन में सफलतम व्यक्ति होंगे।

जैसा मैंने आपको बताया अबोधिता कभी नष्ट नहीं होती। आपके अपवित्र विचारों और दुष्कर्मों के कारण से यह आच्छादित हो सकती है। यदि आप अबोधिता के अंबर से बादलों को हटा सकें तो सभी कुछ इतना स्पष्ट हो जाता है जैसे कि आपने पूरे विश्व पर विजय प्राप्त कर ली। आप ईसा का उदाहरण ले उन्हें क्रूसारोपित किया गया, उनका अपमान किया गया, उन्हें कष्ट दिए गए। परन्तु जिन लोगों ने उनके साथ ऐसा व्यवहार किया वे कहाँ है, उन्हें कौन जानता है? उनका नाम तक कोई नहीं जानता, कोई उनकी बात तक नहीं करता। अकेले ईसा मसीह को इतना सताया गया, इसके बावजूद भी क्या हुआ? पूरे विश्व में उन्हें सम्मान मिला, पूरा विश्व उनका सम्मान करता है, सभी लोग कहते हैं कि देखो किस प्रकार से उन्हें क्रूसारोपित किया गया! उन्होंने क्या किया! इस प्रकार का कुछ भी नहीं, वे तो मात्र सम्मान करते है। किस चीज़ का वो सम्मान करते हैं? वे सारतत्व, अबोधिता के पूर्ण सार–तत्व का सम्मान करते हैं। सहजयोग में आप लोग कहते हैं कि वो अबोधिता के अवतरण थे, वो श्री गणेश के अवतरण थे और इस बात का सत्यापन किया जा सकता है। अतः अपने दुर–साहसों में जब हम ये सोचते हैं कि अपनी इच्छानुसार हम कुछ भी कर सकते हैं और ये भी नहीं सोचना समझना चाहते कि ऐसा करना गलत है, तो वास्तव में हमें इस बात का ज्ञान नहीं होता कि इसका परिणाम क्या होगा। हिटलर के साथ क्या हुआ? उसने सोचा कि वह पूरे विश्व को नष्ट कर सकता है और इतने लोगों की हत्या करने के पश्चात् भी महान व्यक्ति बना रह सकता है। जो लोग ये भी नहीं समझ पाते कि किन लोगों का वास्तव में सम्मान होता है वे मूर्ख हैं। युग युगान्तरों से इतिहास में हिटलर जैसा कोई भी व्यक्ति नहीं हुआ। उसको इस बात की समझ ही न थी कि क्या वह वास्तव में विश्व की सत्ता चाहता है। यदि उसे किसी महान व्यक्ति का सम्मान चाहिए था तो वह महान व्यक्तियों के पदचिन्हों पर चलता और महान व्यक्ति वही होते हैं जो पावन हैं अबोध हैं। उनकी अबोधिता ही उनकी मुख्य शक्ति होती है। किसी का भी उदाहरण लें। मैं नहीं जानती कि किस प्रकार इस बात को बताऊं कि ये शक्ति कैसे कार्य करती है क्योंकि यह बहुत प्रकार से कार्य करती है। आप ऐतिहासिक घटनाओं का अध्ययन कर सकते हैं। ऐसा करने पर आप जान जाएंगे कि जो व्यक्ति अबोध है, सहज है एवं विवेकशील है उसी को लोग जीवन पर्यन्त याद करते हैं। शैशवकाल में जब मैं बहुत छोटी थी, स्कूल जाया करती थी, तब पुस्तकालय में जाकर मैं उन महान लोगों की जीवनियाँ पढ़ती थी जिन्होंने हमारे लिए महान चीज़ों का सृजन किया। ऐसे बहुत

से लोगों के विषय में मैंने पढ़ा। मैं यह जानकर बहुत प्रभावित थी कि उनमें से कुछ कितने सहज व बाल सुलभ थे! अब्राहिम लिंकन, जिनके लिए मेरे हृदय में अगाध श्रद्धा थी, उन्हें भी उनकी पत्नी ने बहुत सताया। वे उनसे कहती थीं कि तुम कितने गन्दे हो, तुम्हे वस्त्र पहनने का भी शहूर नहीं है, तुम आचरण करना भी नहीं जानते। हर समय वह उनके साथ क्रूरता पूर्वक व्यवहार करती और उन्हें सताती। अन्ततः अब्राहिम लिंकन की हत्या हो गई। व्यक्ति कह सकता है कि अब्राहिम लिंकन बनने का क्या फायदा है? क्योंकि उसकी हत्या कर दी गई थी, वह सफल व्यक्ति न थे। परन्तु आज तक भी पूरा विश्व उन्हें जानता है, हो सकता है लोग उनकी पत्नी को न जानते हों परन्तु सब जानते थे कि अब्राहिम लिंकन कौन है? पत्नी के लिए वे अत्यन्त घिनौने थे और वह उनके लिए सभी प्रकार के अपमान जनक शब्द उपयोग करती थी। उनकी पत्नी का आज कोई सम्मान नहीं करता, कोई उसके विषय में नहीं सोचता। आज भी अब्राहिम लिंकन का सम्मान होता है क्यों? उनकी हत्या हुई उन्हें मार दिया गया। इसी से पता चलता है कि उनमें जीवित रहने की शक्ति न थी। परन्तु वे युगों से जीवित हैं, इतने वर्ष बीत जाने के बाद भी वे जीवित हैं। उन सभी महान व्यक्तियों के उदाहरण लें जो अबोध थे। इसी कारण से उनके आदर्श थे, उनके लिए उनके आदर्शों से अधिक महत्वपूर्ण कुछ भी न था। आदर्शों के सम्मुख उन्होंने अपने जीवन को भी तुच्छ माना।

आदर्श और आदर्शवाद की संवेदना केवल आपकी अबोधिता से ही आती है। यही आपको सिखाती है कि आपके आदर्श क्या हैं, किस प्रकार आपको जीवित रहना है, किस प्रकार आपको जीवन–यापन करना चाहिए? सत्ता या मंत्री आदि के उच्च पद होना महत्वपूर्ण नहीं है। बहुत से लोग आए और चले गए। बहुत से महत्वकांक्षी और क्रूर लोग आए। वे सब कहाँ है? कोई उनकी चिन्ता नहीं करता, कोई उनकी ओर देखना नहीं चाहता। उनका चित्र यदि दिखाई दे जाए तो लोग अपनी आँखे बन्द कर लेते हैं और कहते हैं कि हम इन्हें नहीं देखना चाहते। परन्तु यदि कोई नन्हा सा अबोध बच्चा अबोधिता पूर्वक बात कर रहा हो तो सभी उसकी प्रशंसा करते हैं। ये सभी महान व्यक्ति इसी अबोधिता के प्रतीक हैं। अबोधिता ही उनका विशेष गुण थी और अबोधिता ने ही उन्हें विवेक प्रदान किया। विवेकशीलता श्रीगणेश का मुख्य गुण है। अपने अबोधिता के गुण के कारण वे जानते थे कि संफलता क्या है। कई बार अबोध व्यक्तियों को अपने अबोधिता के गुण का ज्ञान ही नहीं होता। आश्चर्य की बात है कि सर्वसाधारण, अत्यन्त सहज, तेज तर्रारा न प्रतीत होने वाले, अच्छे राजनीतिज्ञ न बन पाने वाले लोगों में किस प्रकार अबोधिता का यह गुण चमक उठता है! मानव की सारी गरिमा की ये पराकाष्ठा है– अबोध बन जाना।

तो अबोध बनने के लिए आपको क्या करना होगा? लोग पूछेंगे श्री माताजी अबोध बनने के लिए हम क्या करें? सर्वप्रथम आप स्वयं देख सकते हैं कि किस प्रकार आपका मस्तिष्क कार्य करता है, ये क्या करता है, किस प्रकार प्रतिक्रिया करता है? व्यक्ति को यही सब देखना होता है और इसी को मैं अन्तर अवलोकन कहती हूँ। आपका मस्तिष्क किस प्रकार की योजनाएं बनाता है, किस चीज़ को ये सर्वोत्तम समझता है? उस सोच में, उस विचार प्रक्रिया में स्वयं को देखने के लिए सबसे अधिक आवश्यक तरीका कौन सा है? सर्वप्रथम एवं सर्वोपरि यह कि आपको इस बात का ज्ञान हो कि आप किस प्रकार प्रतिक्रिया करते हैं। क्या आपकी प्रतिक्रिया सहज, (अबोधिता पूर्ण) प्रतिक्रिया है या प्रतिशोध पूर्ण प्रतिक्रिया। स्वयं को देख पाना अत्यन्त सुगम है क्योंकि अब आप सब सहजयोगी हैं। आप स्वयं देख सकते हैं कि आपके प्रति किसी भी प्रकार की आक्रामकता या कष्ट देने के प्रयास के प्रति आपकी प्रतिक्रिया कैसी है? किस प्रकार आप इस पर प्रतिक्रिया करते है? आप यदि शक्तिशाली व्यक्ति हैं तो अपने आचरण में आप इसके कारण बिल्कुल नहीं डोलते। आप स्वयं देखते हैं कि लोग जो आपके साथ कर रहे हैं वह अत्यन्त मूर्खतापूर्ण आचरण है और जब लोग मूर्खता कर रहे हैं तो इसके विषय में चिन्तित क्यों होना है? इस पर अपनी शक्ति को नष्ट क्यों करना हैं? स्थिति उस सीमा तक पहुँचती है कि उनकी मूर्खता इस प्रकार से अनावृत होती है कि जीवन पर्यन्त और मृत्योपरान्त भी उन्हें तिरस्कार पूर्वक देखा जाता है। लोग उनका नाम तक नहीं लेना चाहते, उनके चित्र नहीं देखना चाहते, उनसे किसी भी प्रकार का सम्बन्ध नहीं रखना चाहते। ऐसी स्थिति में होता ये है कि कुछ धूर्त लोग जो, अबोध नहीं है, जो अबोधिता विरोधी हैं, वे उनका अनुसरण करने लगते हैं क्योंकि ऐसा करना उन्हें अच्छा लगता है। आक्रामक बनना, चालाकी करना, उनके अनुकूल है। इस प्रकार एक नए समूह की सृष्टि होती है। इस समूह को हम शैतानी समूह (Satanic Group) कह सकते हैं। यह आसुरी समूह भी अबोध व्यक्ति का बिल्कुल कुछ नहीं बिगाड़ सकता। इसी बात की व्याख्या करते हुए गीता में एक श्लोक है :–

नैनं छिन्दन्ति शस्त्राणि नैनं दहति पावकः।
न चैनं क्लेदयन्त्यापो न शोषयति मारुतः।।

आत्मा विनाश से परे है। परन्तु आप हैरान होंगे कि प्रकृति सब कुछ समझती है। मैने आपको बताया कि प्रकृति अबोध है, यह सब समझती है और उपयुक्त क्षण में आक्रामक व्यक्ति के विरुद्ध कार्य करती है, उस व्यक्ति के विरुद्ध जो अबोध लोगों को बदनाम करने का या कष्ट देने का प्रयत्न करता है।

अतः हमे समझ लेना चाहिए कि हमें अबोधिता की पूजा करनी है। मैं जानती हूँ कि कभी–कभी व्यक्ति को लगता है कि उसे दबाया जा रहा है और इसके कारण वह उदास हो जाता है। किस लिए अन्य

लोग आपके साथ ऐसा व्यवहार करते है? और आपके मस्तिष्क में ऐसे विचार उठते हैं। परन्तु अपनी अबोधिता की यदि आप पूजा करते हैं तो सदैव आप प्रसन्नचित्त, करुणामय एवं विनम्र होंगे। अतः हमें सावधान रहना है कि आप स्वयं ही स्वयं को नष्ट करते हैं, स्वयं ही अपनी हत्या करते हैं। हिटलर के विषय में आपका क्या कहना है? हिटलर ने स्वयं को नष्ट किया। स्वयं के अतिरिक्त किसने उसका विनाश किया? निःसन्देह किसी न किसी प्रकार से सभी की मृत्यु होनी है और उसे भी मरना ही था परन्तु उसने स्वयं को सदा–सर्वदा के लिए नष्ट कर लिया। अतः व्यक्ति स्वयं अपनी हत्या करता है। आप यदि अबोध हैं तो अबोधिता के माध्यम से आप अपनी रक्षा कर सकते हैं और गरिमा प्राप्त कर सकते हैं। अबोधिता की शक्ति पर विश्वास करें। अपने जीवन में किस प्रकार आप अबोधिता की शक्ति को दर्शाते हैं, किस प्रकार एक दूसरे के प्रति आचरण करते हैं, ये अत्यन्त महत्वपूर्ण है। इसी को मैं प्रेम कहती हूँ **अपने प्रति यह दृष्टिकोण अपनाए बिना आप करुणामय नहीं हो सकते, आप सुदृढ़ नहीं हो सकते। अस्थायी रूप से चाहे आपको ऐसा लगे परन्तु स्थायी करुणामय स्वभाव अबोधिता के निरन्तर प्रवाह से, आपके चरित्र से निरन्तर बहने वाली अबोधिता से ही आता है।** मानव में यह इतना पारदर्शक गुण है कि यह उसका पोषण करती है और सभी चीज़ों को नियंत्रित करती है। हजारों वर्षों तक लोग आप सहजयोगियों को कभी भूलेंगे नहीं। आप लोग अबोधिता की शक्ति और बहादुरी दिखाएं।

आज के कार्यक्रम में विलम्ब होने का मुझे खेद है। मैं तो आने के लिए तैयार थी परन्तु विवाह अब बहुत बड़ी समस्या बनते चले जा रहे हैं। विवाह के लिए आवेदन इतनी देर तक आए कि अन्तिम क्षण तक हम इनके विषय में निर्णय करते रहे। मैं आपको बताती हूँ ये आखिरी बार हुआ। अगली बार से हम इस पर रोक लगा देंगे। अपने आवेदन पत्र कम से कम आठ दिन पहले भेजें तथा गणपति पुले के लिए कम से कम दो सप्ताह पहले, क्योंकि एक दिन में केवल चौबीस धण्टे होते हैं जिन्हें बढ़ाया नहीं जा सकता। ये मेरी प्रार्थना है कि आप यदि चाहते हैं कि आपके विवाह का निर्णय किया जाए तो कृपया इस प्रकार आवेदन पत्र भेजें कि मुझे कार्य करने के लिए समय मिल जाए। अन्यथा ये कार्य मुझे अन्य लोगों पर छोड़ना पड़ेगा। आप यदि चाहेंगे तो ये कार्य किया जा सकता है। ये समझना अत्यन्त सुगम है कि विवाह अत्यन्त महत्वपूर्ण है। विवाह करके आप अबोध बच्चे उत्पन्न कर सकते हैं। परन्तु यदि आप गैर जिम्मेदाराना ढंग से व्यवहार करेंगे तो यह कार्य कैसे होगा? मेरी प्रार्थना है कि समय के मूल्य को समझें क्योंकि अगली बार से आप यदि अपने आवेदन पत्र देर से भेजेंगे तो हम विवाह न करवा सकेंगे। इसके लिए एक सप्ताह का समय मिलना आवश्यक है। आशा है आप इस बात को समझेंगे। आपका बहुत–बहुत धन्यवाद।

**परमात्मा आप पर कृपा करें।**

# नवरात्रि पूजा

लोतराकी, यूनान – 21.10.2001

**परम् पूज्य माताजी श्री निर्मला देवी का प्रवचन**

आज हम यहाँ देवी पूजा करने के लिए एकत्रित हुए हैं। बहुत बार ये पूजा की गई तथा देवताओं ने असुरों के अत्याचारों से अपनी रक्षा करने के लिए देवी से प्रार्थना की। आज भी मुझे वैसा ही लगता है कि हम अजीबोगरीब परिस्थिति के शिकंजे में फँस गए हैं। कुछ लोग असुर हैं जिन्होंने लोगों को सम्मोहित कर दिया है और लोग वह सब कुछ करने का प्रयत्न कर रहे हैं जो उन्हें नहीं करना चाहिए था। परन्तु वे नहीं जानते कि हर चीज़ की एक सीमा होती है। उस सीमा तक पहुँचा जा चुका है जहाँ सभी अच्छे लोगों को विशेष रूप से सहजयोगियों को महिषासुर जैसे इन असुरों के विनाश के लिए अपनी बुद्धि का प्रयोग करना चाहिए।

उन दिनों में कार्य बहुत सहज होता था क्योंकि असुर–असुर के रूप में आते थे और ये देखा जा सकता था कि वे राक्षस हैं। उन्होंने ऐसा क्यों किया, वो अत्याचारी क्यों थे? क्योंकि तथाकथित मानव होते हुए भी वे मानव नहीं है। स्वभाव से राक्षस होने के कारण वे कुछ ऐसा करना चाहते हैं

जिससे मानव को, अच्छे मनुष्यों को नष्ट कर सकें।

अब ये बात स्पष्ट है कि उनके नष्ट होने का समय आ गया है।

मैं किसी भी प्रकार से इस्लाम धर्म के विरुद्ध नहीं हो सकती और न ही मोहम्मद साहब की आलोचना करती हूँ। वे दिव्य थे उन्होंने दिव्य कार्य करने का प्रयत्न किया परन्तु उस दिव्य कार्य से ये मूर्ख लोग पनप उठे जो आसुरी लोगों को स्वीकार करते हैं। ये जानकर आपको आश्चर्य होगा कि इस्लाम में 74 समूह हैं। वो कहते हैं कि "हम एक धर्म को मानते हैं।" परन्तु वो ऐसा नहीं करते। इनमें से कुछ लोग तो वास्तव में असुर हैं जो स्वयं को देवबंधी कहते है क्योंकि भारत में इस नाम का एक स्थान है। ये लोग वाहबी कहलाते हैं। मैं बहुत समय से इन लोगों को जानती हूँ क्योंकि हमारे घर में, मेरे पिताजी की गृहस्थी में, हमारे यहाँ बहुत से मुसलमान लोग रसोइयों, ड्राइवरों या चालकों या अन्य नौकरों के रूप में कार्य किया करते थे। ये वाहबी लोग बहुत दिलचस्प हैं क्योंकि ये मोहम्मद साहब को भी नहीं मानते। इनसे यदि कहें कि मोहम्मद साहब ने ऐसा–ऐसा कहा है तों ये कहते हैं, "नहीं, हम मोहम्मद साहब को नहीं मानते।" "तो आप किसमें विश्वास करते हैं?" "हम अल्लाह में विश्वास करते हैं।" क्या आप अल्लाह से मिले? क्या आपने उन्हें देखा कि आप उनमें विश्वास करते हैं?" परन्तु उनके पूरे आचरण में क्रूरता अन्तर्जात रूप में थी, अत्यन्त क्रूर। मेरे पिताजी जब भी ये क्रूरता देखते तो उन्हें निकाल देते। अन्य लोगों के साथ बर्ताव करने के उनके तरीके अत्यन्त अशुभ होते थे।

मैं नहीं जानती थी कि चीज़ें इस अवस्था तक पहुँच जाएंगी! वो लोग अधिकतर अफगानिस्तान के थे, क्या आप इसकी कल्पना कर सकते हैं। वो अन्य अफगानी लोगों को भी सताया करते थे। जहाँ कहीं भी वे जाते क्रूरता उनकी विशेषता होती। सभी अफगानी ऐसे नहीं हैं परन्तु उनमें से कुछ ऐसे हैं। कुछ लोग तो अत्यन्त प्रेममय, दयामय, सहायता करने वाले और अत्यन्त अच्छे लोग हैं परन्तु कुछ अत्यन्त क्रूर। पहले तो हम न समझ पाए कि ये सब क्या है। परन्तु मेरे पिताजी जो कि इस्लाम के विद्वान थे, उन्होंने हमें बताया कि ये सब इस्लाम धर्म को मानने वाले नहीं है। ये स्वयं को वाहबी कहते हैं, ये इस्लाम धर्म के लोग हैं। आज मैं ये बात स्पष्ट देख सकती हूँ। ऐसा नहीं है कि अन्य धर्मो व समूहों में बुरे लोग नहीं है परन्तु ये वाहबी लोग चुपके–चुपके भिन्न समूहों को कार्यान्वित कर रहे थे। ये बहुत अधिक नहीं हैं। मेरे पिताजी ने मुझे बताया था कि एक दिन ये लोग आतंकवादी हो जाएंगे और पूरे विश्व को नष्ट करने का प्रयत्न करेंगे। तब ये बात मैं न समझ पाई क्योंकि ये सब लोग भी तो मनुष्य की तरह से ही

लगते थे। परन्तु पिताजी ने मुझे बताया था कि "ये पूरी तरह से छलावरण में हैं. जब ये क्रूरता आरम्भ करेंगे तो तुम्हें पता भी न चलेगा।"

हमारे देश में एक आक्रान्ता घुस आया था उसका नाम था मोहम्मद शाह अब्दाली। ये अत्यन्त–अत्यन्त क्रूर व्यक्ति था और मुसलमान होते हुए भी यह मुसलमानों की हत्या कर दिया करता था क्योंकि इसका मानना ये था कि कोई मोहम्मद साहब की पूजा न करे क्योंकि मोहम्मद साहब ने कहा था "मैं परमात्मा नहीं हूँ" (I am not Divine)। मूर्ख लोगों से बचने के लिए मैं भी यही कहा करती थी। वर्षों तक मैं कहा करती थी "मैं परमेश्वरी नहीं हूँ।" परन्तु लोगों ने जब मेरी चैतन्य लहरियाँ आदि महसूस कीं तो उन्हें विश्वास हो गया। परन्तु मोहम्मद साहब पर विश्वास करने वाले लोगों को ये कभी न समझ पाए। ये अत्यन्त क्रूर हैं क्योंकि ये मोहम्मद साहब में भी विश्वास नहीं करते। इनसे आप किसी भी मामले पर बात नहीं कर सकते। कुरान में क्या लिखा है, इस विषय पर भी आप इनसे बहस नहीं कर सकते क्योंकि वे कुरान को भी नहीं मानते। इनका कहना है कि मोहम्मद साहब पर विश्वास न करें, अल्लाह को माने। परमात्मा जानता है कि किस प्रकार ये जुड़ पाते हैं!

शनैः शनैः ये देखकर हैरानी हुई कि ये लोग सम्मोहित करते हैं जैसे हमारे यहाँ कुछ भयानक लोग गुरु बनकर सम्मोहित करते हैं। लोगों को सम्मोहित करते हुए आपने उन्हें देखा है। ऐसे बहुत से कुगुरुओं का पर्दाफाश हुआ है और बाकी लोगों का हो जाएगा। उनमें से अधिकतर लोगों की पैसों में दिलचस्पी थी। धर्म के नाम पर किसी भी प्रकार से अधिक से अधिक धन प्राप्ति में। परन्तु उस समय लोगों ने न तो उनके अत्याचारों को देखा और न ही उनके क्रूर तौर तरीकों को।

ये अत्याचार बढ़ने लगा। आप जानते हैं कि हम निज़ामुद्दीन औलिया गए थे। वहाँ पर मैंने पाया कि एक मदरसा है – मदरसा

अर्थात पाठशाला। उस मदरसे में छोटे–छोटे बच्चों को प्रवेश दिया जाता था। यह सब भली–भांति योजनाबद्ध था। बताया गया कि दिल्ली में भी 120 मदरसे हैं। कोई नही जानता कि वहाँ क्या पढ़ाते हैं, कैसे सम्मोहन करते हैं? किस प्रकार ये सब चीज़ें करते हैं? एक बार जब मैं निज़ामुद्दीन गई तो मैंने पाया कि वहाँ लोग भजन आदि गा रहे थे। उनमें मुझे सच्चे प्रेम की भावना नज़र आई। उन्होंने भी मेरे प्रेम को महसूस किया, सभी ने और सहजयोग में आने लगे। परन्तु मैं नहीं जानती थी कि वहाँ पर एक मदरसा भी है। मैंने उनसे पूछा, "निज़ामुद्दीन साहब तो औलिया थे, पैगम्बर थे यहाँ पर चैतन्य लहरियाँ क्यों ठीक नहीं हैं?" बीच–बीच में मुझे बहुत खराब चैतन्य–लहरियाँ आ रही थी। तो उन्होने मुझे बताया कि श्रीमाताजी यहाँ एक मदरसा है।

अब आप देखें कि आसुरी शक्तियों किस प्रकार कार्य करती हैं। प्रायः असुर इसी प्रकार कार्य करते हैं। वो जाकर झुण्ड बनाते हैं, युद्ध द्वारा लोगों की हत्या करते हैं। वो लोग संख्या में कम थे फिर भी क्रूरता ही उनका धर्म था। वो चाहे जैसे रहते हों, परन्तु क्रूर बने रहना चाहते थे। उन्हीं मदरसों में बच्चों को सिखाया जाता है कि किस प्रकार क्रूर बनना है और घृणा करनी है। अतः "घृणा की शिक्षा" (Education in Hatred) आरम्भ हुई और घृणा की इस शिक्षा का ताना–बाना विश्व भर में इन मदरसों ने बुना।

जिस प्रकार, आप जानते हैं, भारत और पाकिस्तान परस्पर सदैव लड़ते रहते हैं परन्तु इस बार पाकिस्तानियों ने महसूस किया कि यदि हम भारत से इसी प्रकार लड़ते रहे तो हमें आतंकवादी कहा जाएगा। तो उन्होंने कहा कि हम अपने देश में आतंकवाद नहीं चलने देंगे। परन्तु वहाँ के नए राष्ट्रपति ने 65 विद्वान, राजदूत अफगानिस्तान के इन मदरसों में भेजे ताकि वो सीख सकें कि क्रूर किस प्रकार बनना है। "घृणा की शिक्षा देना" कह सकते हैं, घृणा की शिक्षा देना"। निःसन्देह बहुत से मुसलमान क्रूर नहीं हैं परन्तु यदि आप मोहम्मद साहब का सम्मान नहीं करते और मुस्लिम कहलाते हैं तो आपसे क्या प्रसारित होगा?

तो ये सारी गलत धारणाएं पनपीं और इस्लाम भिन्न समूहों में बँट गया। यहाँ तक भी ठीक है। परन्तु एक ऐसा समूह बनाना जो मानवता विरोधी हो, यह अत्यन्त भयानक योजना थी। मैं नहीं जानती कि कितने मुसलमान इसके विषय में जानते थे। पूरे विश्व में उन्होंने मदरसे स्थापित किए और इन संस्थाओं से शिक्षा प्राप्त करके निकले लोग अत्यन्त क्रूर थे। उनकी पहली क्रूरता महिलाओं के प्रति थी। महिलाओं से ये लोग अत्यन्त तिरस्कार पूर्वक व्यवहार करते हैं और तनिक सा भी सम्मान उन्हें नहीं देते। इसी बात से पता चलता है कि इन लोगों पर किसी का नियंत्रण नहीं है। ऐसा करने के लिए न तो कुरान में लिखा है न

ये सब क्योंकि काव्य की भाषा में लिखा गया था लोग इसे अपनी सुविधानुसार तोड़–मरोड़ सकते हैं। परन्तु मोहम्मद साहब कभी भी ये नहीं कह सकते थे कि आप क्रूर बनिए या इस प्रकार के जुल्म कीजिए। अत्यन्त खेद की बात है कि आधुनिक

ही मोहम्मद साहब ने ऐसा कहा। मोहम्मद साहब ने कहा था, "परमात्मा दया के सागर हैं, वे शान्ति के दाता हैं।" उन्होंने जो भी कुछ किया वह सब दिव्य कार्य, इसके विषय में कोई सन्देह नहीं है। परन्तु कुछ लोगों ने जिस प्रकार आसुरी शक्तियों का साथ पकड़ लिया उसके कारण लोगों के मन में मुस्लिम धर्म के प्रति गलत फहमियाँ पैदा हो गईं।

'इस्लाम' का अर्थ है 'समर्पण'/समर्पित लोग तो आप हैं। समर्पित का अर्थ है वो लोग जिन्होंने वासना, लोभ आदि रिपुओं को त्याग दिया है तथा जो सामान्य लोगों से ऊपर हैं। एक अन्य दिलचस्प बात ये थी कि मोहम्मद साहब ने कहा था "कियामा के समय आपके हाथ बोलेंगे" (At the time of resurrection your hands would speak)। ये बात उन्होंने स्पष्ट कही थी।

काल में लोगों में धूर्तता–पूर्ण धारणाएं अपना ली हैं। परन्तु लोगों में इन धारणाओं का विरोध करने की शक्ति भी उत्पन्न हो जाती है। यहूदियों में भी ऐसी ही विरोध शक्ति विकसित हो गई। इन दोनों प्रकार के लोगों में घृणा ही इसके लिए जिम्मेदार है, ये बात अत्यन्त स्पष्ट है।

सहजयोग में आप लोग परस्पर पूर्ण निश्छल और सहज जीवन–यापन में विश्वास करते हैं। लोग समझते हैं कि यह भी एक भिन्न समूह है। अब हमारा क्या कर्तव्य है? हमसे क्या करने की अपेक्षा है? सर्वप्रथम हमें अन्तर–अवलोकन करना चाहिए। आप यदि हिन्दु हैं तो बैठकर आपको सोचना चाहिए कि किसी अन्य व्यक्ति से आप इसलिए घृणा तो नहीं करते कि वो मुस्लिम है। इस प्रकार आप उससे घृणा नहीं कर सकते। किसी व्यक्ति के मुसलमान होने के

कारण आप उससे घृणा नहीं कर सकते। आप क्योंकि मुसलमान हैं और समर्पित हैं तो किस प्रकार आप किसी से घृणा कर सकते हैं। आप यदि समर्पित हैं तो परमात्मा के प्रति समर्पित हैं। परमात्मा विरोधी आप किस प्रकार हो सकते हैं। अतः इन भ्रामक विचारों को त्याग दिया जाना चाहिए। मान लो आप हिन्दू हैं–तो किसी से घृणा करना आपका कार्य नहीं है, यह निश्चित बात है। 'हिन्दू' शब्द की उत्पति सिन्धु नदी से हुई क्योंकि सिकन्दर महान सिन्धु शब्द का उच्चारण न कर पाता था इसलिए वह हिन्दू कहने लगा। अब इसी शब्द को लेकर लोगों ने भारत में भयानक घृणा के बीज बो दिए हैं। क्रूरता उनका विषय न था। यह अच्छी बात थी कि उन्होंने कभी लोगों को सताना नहीं चाहा। तो यह क्रूरता एवं घृणा का दृष्टिकोण अन्य माध्यमों से आया। ये लोग खुल्लमखुल्ला घृणा करते हैं। घृणा बहुत बड़ा दुर्गुण है, यह बहुत भयानक भी है। अतः आप सब लोग इस बात को जान लें, मेरे लिए यह अत्यन्त कष्टकर है कि हम मानव एक दूसरे से घृणा करते हैं। जबकि हम ये बात भली–भांति जानते हैं कि प्रेम अत्यन्त सुन्दर भावना है तो किसलिए आप घृणा अपनाते हैं? क्योंकि लोगों ने झूठ बोल–बोल कर आपको प्रभावित किया इसलिए आप घृणा करते हैं? कितनी बड़ी उपलब्धि है! मानव बनना और तत्पश्चात् घृणा से पूर्ण व्यक्ति होना! अब इससे आगे क्या होगा, मैं नहीं जानती!

प्राचीन युग में वध करना देवी के लिए उपयुक्त कार्य था। देवी ऐसे सभी लोगों का वध कर दिया करती थी। अत्यन्त खेदजनक बात है कि परमात्मा ने जिस प्राणी का विकास अमीबा से मानव–अवस्था तक किया है हम उसी से घृणा करते हैं! परन्तु ऐसा ही हुआ है। निःसन्देह सहजयोग भिन्न है। सहजी जानते हैं कि प्रेम का आनन्द किस प्रकार लेना है। प्रेम का आनन्द लेना उन्हें अच्छा लगता है। वे आनन्द लेते हैं, ये बात आप देख सकते हैं। किसी तरह से यदि आप ये घृणा समाप्त कर सकें–किसी तरह से, किसी तरह से अपनी इच्छा शक्ति से–मानव को जो भी कुछ उल्टा–सीधा बताया जा रहा है उसे नकारते हुए चुनौती देते हुए, मुझे विश्वास है। ये बहुत कठिन कार्य है। जो लोग पृथ्वी पर स्थितियों, सम्बन्धों और मित्रता को सुधारने के लिए अवतरित हुए थे, किस प्रकार वे घृणा के गर्त में फँस गए हैं!

मेरा हृदय रुदन करता है कि मैं कैसे समय पर पृथ्वी पर अवतरित हुई हूँ? यहाँ मुझे एक मानव–दूसरे मानव के प्रति घृणा करता हुआ दिखाई देता है। वे 'प्रेम' और 'घृणा' की बातें करते हैं। ये अत्यन्त गम्भीर बात है कि आप सभी बच्चों का अन्त इस प्रकार से हो। कहने से मेरा अभिप्राय है कि मुझे ऐसे अनुभव हुए हैं जिनके विषय में यदि मैं आपको बताऊं तो तुम्हें आघात लगेगा। किस प्रकार से लोग आसुरी स्वभाव के गर्त में चले गए हैं!

हमें यह सूझ–बूझ प्राप्त करनी है, अपने विषय में सूझ–बूझ। क्या हम किसी से घृणा करते है? क्या हमें ऐसी धारणाएं मिलती हैं जो हमें मिलनी चाहिए या हमें ऐसे कार्य मिलते हैं जो हमें करने चाहिएं। क्या आपमें ऐसे गुण हैं? पता लगाएं। क्या आप अन्य लोगों से घृणा करते हैं। मानव मस्तिष्क के लिए यह सब सड़े–गले विचार हैं। पाशिवक प्रवृत्ति की धारणाएं मानव मस्तिष्क के लिए बिल्कुल ठीक नहीं होतीं परन्तु ऐसा ही हो रहा है और यही चीज़ें उभर कर आ रही हैं। आप यदि गरीब हैं तो ठीक है, घृणा करके आप वैभवशाली नहीं बन सकते। आपको यदि कोई कठिनाइयाँ हैं तो आपका कर्त्तव्य है कि उन कठिनाइयों को दूर करें उनका लाभ न उठाएं। ये सब समाप्त होना चाहिए। आश्चर्य की बात है कि हमें अपने कर्मों की बिल्कुल चिन्ता ही नहीं है! हाँ, आपमें सूझबूझ का वांछित विवेक होना चाहिए कि हम कहाँ गलत हैं। किसी के विषय में यदि आपमें कोई गलतफहमी है तो इसे पूरी तरह से निकाल दें। लोग आपको कष्ट देने का प्रयत्न करते हैं, ठीक है। ऐसे व्यक्ति के विषय में भी हममें दुर्भावना नहीं होनी चाहिए। अत्यन्त आश्चर्य की बात है कि हम इन चीज़ों को कभी नहीं देखते कि ये कितनी भद्दी और अजीब हैं तथा इस प्रकार हमारे व्यक्तित्व को नष्ट करती हैं!

आप कुछ लोगों को सुधार भी सकते हैं। मुझे कभी नहीं लगा की सहजयोगियों के रूप में हमारी गतिविधियाँ इतनी महत्वपूर्ण हैं, हमें इतना समय देना पड़ता है। मूर्खतापूर्ण और छिछोरी बातों की चिन्ता नहीं करनी। हमारे अन्दर और बाहर जो भी गम्भीर चीज़ है उसे बाहर निकालना है। मैं यदि आपसे पूछूं कि "आप कितने लोगों से घृणा करते हैं?" तो 'आप कह सकते हैं, "बीस लोगों से'। ऐसी चीज़ों का पूरा वातावरण ही मुझे पश्चाताप से भर देता है और मुझे समझ नहीं आता हम सहजयोगी क्या करने वाले हैं! सहजयोगियों की योजनाएं क्या हैं? कृपा करके आप सब अपने अन्दर झाँकें और सोचें कि हम कौन से रचनात्मक कार्य कर रहे हैं और कौन से विध्वंसात्मक कार्यों को किए चले जा रहे हैं? ये सब समझने के लिए आपको एक बड़े झटके की आवश्यकता है।

सारे कार्यक्रम और पूजाएं, जिस प्रकार हम करते हैं, ये मुझे बहुत पसन्द हैं। परन्तु यदि आप मेरे हृदय से पूछें तो यह अत्यन्त दुखी और रुग्ण है। इस समय सहजयोगियों के रूप में हमें जो करना है वह ये है कि कम से कम हमें अपना चित्त तो अवश्य डालना चाहिए और तब आपको सबको बताना होगा। आप समझें कि सहजयोग में परेशानी ये है कि व्यक्ति स्वयं आनन्द लेने लगते हैं और तब अपने आस–पास भी नहीं देखते कि क्या हो रहा है?

अब मैं आपको बताना चाहूंगी कि आजकल मैं मिथ्या और वास्तविकता के

युद्ध में फँसी हुई हूँ। क्या ये वह क्षेत्र है – मैं नहीं जानती कि इसे किस प्रकार कहूँ – क्या अभी तक भी हमारे अन्दर कुछ ऐसी चीज़ बनी हुई है कि अब भी हम अपनी दुर्बलताओं से लड़ने का प्रयत्न नहीं करते? मैं आप सबसे प्रार्थना करती हूँ कि स्वयं पर ध्यान–धारणा करके स्वयं देखें कि कमी कहाँ है?

ये बहुत बड़ा आघात है और इस सदमें को कम करने के लिए सहजयोगी क्या कर सकते हैं? मानव जीवन के इन भयानक तौर–तरीकों को समाप्त करने के लिए वो क्या कर सकते हैं? ऐसा करना सम्भव है। प्रेम की शक्ति से आप ये कार्य कर सकते हैं परन्तु इसके लिए हमें अपने ह्रदयों में प्रेम की शक्ति विकसित करनी होगी। इसके विषय में सोचें। हम सबके लिए यह बहुत बड़ा पाठ है, स्वयं देखें कि क्या हम ठीक हैं या अन्य लोगों से घृणा ही करते चले जा रहे हैं! हमारे मस्तिष्क की क्या भूमिका है? घृणा करना या प्रेम करना? यह प्रेम जब आपको ज्योतित करेगा तो, आप हैरान होंगे, कि आप मेरे लिए बहुत बड़ी शक्ति बन गए हैं। मैं, अकेली, इन सबसे युद्ध नहीं कर सकती। मुझे ऐसे लोगों की आवश्यकता है जो वास्तव में अपने प्रेम को उन्नत करें, और किसी चीज़ को नहीं। हम सबके लिए ये एक चुनौती है, विश्व भर के सभी सहजयोगीयों के लिए। यह केवल विश्वास करने वाले और न करने वालों में, सहजयोगियों में और उन लोगों में जो सहजयोगी नहीं हैं उनमें युद्ध नहीं है। यह तो ऐसा युद्ध है जिसमें हम सब एक हैं और हमी को इसका मुकाबला करना है। हर कदम पर हमें अधिक सूक्ष्म होना है।

इस बात की ओर ध्यान देना आज अत्यन्त–अत्यन्त आवश्यक है कि क्या हम भी कार्यरत इस आसुरी शक्ति के अंग–प्रत्यंग तो नहीं? क्या हम इससे मुक्त हैं और इससे युद्ध करने के लिए तैयार हैं? यह बहुत बड़ा युद्ध है और मुझे आशा है कि यह निर्णयात्मक होगा। इसके पश्चात् मानव पर कोई अत्याचार न होंगे, इसके बाद कोई लड़ाई न होगी, क्योंकि ये युद्ध हममें और राक्षसों में है। यह साधारण लड़ाई नहीं है। यह बात उन लोगों को भी समझाई जानी चाहिए जो आसुरी शक्तियों का पक्ष लेते हैं। आप केवल किस प्रकार जान पाएंगे कि कौन विरुद्ध है और कौन नहीं है? आप ज्ञानवान हैं, आप सहजयोगी हैं, आप जानते हैं कि गलत कौन है? मैं जानती हूँ कि सहजयोगी उनकी रक्षा कर सकते हैं और उन्हें ज्ञान एवं प्रेम के सही मार्ग पर ला सकते हैं परन्तु आजकल हो रहे आसुरी प्रचार से सावधान रहें।

मैं आपके अन्तर्मन को छू लेना चाहती हूँ जो पवित्रीकरण करे। मुझे विश्वास है कि हमारे सम्मुख उपस्थित भय की महत्ता को आप समझेंगे। हो सकता है कि कोई भी मानव न बचे, हो सकता है कोई भी बालक न बचे। क्योंकि जिस तरह की

चीज़ें कार्यान्वित हो रही हैं ये बहुत कठिन हैं, बहुत ही दुष्कर। मेरा पूरा अस्तित्व डोल जाता है, काँप उठता है। जीवन के हर कोने में आप सबको देखना चाहिए कि ये बात कहाँ हो रही है? कहाँ लोग क्रूरता की बात कर रहे हैं? क्या घटित हो रहा है? मैं जो भी सोचती रहूं.....ये एक नहीं है, दो नहीं है हम सब हैं.....।

जो युद्ध मैं लड़ रही हूँ वह बहुत गम्भीर प्रकृति का है, इसमें कोई सन्देह नहीं। परन्तु यदि आप सब लोग सामूहिक रूप से ये युद्ध लड़ें तो हम कितना कुछ कार्यान्वित कर सकते हैं! मेरे सारे प्रयत्न, सूझ–बूझ, शक्तियाँ, मेरा सभी कुछ अब आपके हाथों में है और अब आपको इसके लिए तैयार होना चाहिए। किसी चीज़ को पढ़ने या बातचीत करने मात्र से नहीं, अपने अन्दर आपको प्रेम की शक्ति को दृढ़ करना होगा।

मुझे पूर्ण विश्वास है कि सहस्रार के खुलने से आप ऐसा करेंगे। प्रेम की शक्ति से हर चीज़ को पढ़ने और समझने का प्रयत्न करें। यह अत्यन्त गहन विषय है और जब आप इस पर बात करते हैं तो मैं आधी अन्दर होती हूँ और आधी बाहर। परन्तु मुझे आपको बताना हैं कि आप सब इस शक्ति को (प्रेम की शक्ति) विकसित करें, केवल यही शक्ति इन आसुरी शक्तियों का मुकाबला करने का क्षेम सृजन करेगी।

मेरा पूर्ण आशीर्वाद आपके साथ है और मैं चाहती हूँ कि आप सब व्यक्तिगत रूप से इसे कार्यान्वित करे कितने लोगों को आप प्रेम करते हैं, कितने लोगों को? इस बात का पता लगाना है। मुझे आशा है कि आप लोग समझ गए होंगे कि आपसे क्या चाहती हूँ। एक नई पीढ़ी का उदय हो रहा है।

आप सब मेरे हृदय में हैं और मैं आपसे बहुत प्रेम करती हूँ और चाहती हूँ कि इस युद्ध में आप मेरे सिपाही बनें। मुझे ये भी बताया गया है कि कुछ लोग अपने समूह बना रहे हैं, यह अत्यन्त नकारात्मक दृष्टिकोण है। इस समय पूर्ण एकता हमारी आवश्यकता हैं। अतः ऐसे लोगों को जब आप देखें तो उन्हें सुधर जाने को कहें। ऐसे लोगों को सहजयोगी बनाने का कोई लाभ नहीं।

ये मेरी हार्दिक इच्छा है कि आप सब लोग प्रेम एवं शान्ति के सच्चे सिपाही बने। इसी कार्य के लिए आप सब लोग यहाँ है। और इसी के लिए आप सबका जन्म हुआ है। अतः आप सब लोग आत्मा का आनन्द लें।

**आप सबको अनन्त आशीर्वाद**

# श्री कृष्ण पूजा

सेफरान – इंग्लैण्ड, 14.8.89

परम् पूज्य माताजी श्री निर्मला देवी का प्रवचन

आज हम यहाँ पर श्री कृष्णावतार की पूजा करने के लिए एकत्र हुए हैं। श्री कृष्ण, श्री नारायण– श्री विष्णु के अवतरण हैं। अवतरण सदा अपने गुणों, शक्तियों तथा स्वभाव के साथ अवतरित होते हैं। अतः जब श्री कृष्ण अवतरित हुए तो वे भी श्री नारायण और श्री राम के गुणों से सम्पन्न थे। पूर्वावतरण के समय उनकी जिन–जिन बातों को लोगों ने गलत ढंग से समझा हो या उनके जिन गुणों को लोग अति की सीमा तक ले गए हों, वर्तमान अवतरण के समय वे उन्हें सुधारने का प्रयत्न करते है। यही कारण है कि वे बार–बार अवतरित होते हैं। श्री विष्णु सृष्टि और धर्म के रक्षक हैं। अतः जब–जब भी वे अवतरित हुए तो उन्होंने इस बात का ध्यान रखा कि लोग अपने धर्मों का पालन करें। आपको आत्म–साक्षात्कार प्राप्त करके स्वयं को ठीक प्रकार से श्री महालक्ष्मी के मध्य मार्ग पर रखना होगा। अपने प्रथम अवतरण में श्री विष्णु ने श्री राम के रूप में हितैषी राजा की अपनी मर्यादाओं को स्थापित करने का प्रयत्न किया।

श्री राम पुरुषोत्तम थे अर्थात वे मानव श्रेष्ठ थे। सभी मानवीय गुण सम्पन्न पूर्ण मानव के रूप में वे अवतरित हुए। श्री सीताजी के रूप में उन्होंने लक्ष्मी तत्व से विवाह किया। उन्होंने सामान्य विवाहित जीवन बिताया। तत्पश्चात् श्री सीताजी को त्यागकर वे सन्यासी के रूप में रहे। अपने जीवन द्वारा उन्होंने दर्शाया कि पत्नी के साथ किस प्रकार पति को होना चाहिए। इसके बाद उन्होंने राजा के रूप में अपनी भूमिका निभाई। राजा बनने के पश्चात् उन्होंने पाया कि रावण से सीता को लौटा कर लाने के लिए लोग उनकी आलोचना कर रहे हैं। अतः श्री राम ने उन्हें राज्य से दूर भेज दिया। इतने संवेदनशील सत्तारूढ़ कितने लोग हैं जो अपने आचरण द्वारा ऐसे उदाहरण स्थापित कर सकें कि वे अपनी प्रजा के सम्मुख आदर्श बन जाएं? श्री सीता जी महालक्ष्मी थीं और इस सारी लीला को समझती थीं, अतः वे घर छोड़कर चली गईं।

सम्राट के रूप में श्री राम ने सिखाया कि प्रजा पर किस प्रकार शासन करना चाहिए। राजा के आदर्शों को उन्होंने स्थापित किया और कहा जाता है कि राम–राज्य आदर्शतम राज्य था। उनके साम्राज्य में शान्ति थी, स्पर्धा न थी। सभी लोग आनन्द

एवं शान्तिपूर्वक रहते थे क्योंकि उन्होंने न्यायव्यवहार, धर्म, आनन्द, शान्ति एवं समृद्धि का प्रसार किया। परन्तु स्वभाववश लोग अवतरणों के व्यवहार को असामान्य बना देते हैं। श्री राम क्योंकि त्यागी के रूप में रहा करते थे, लोगों ने भी त्यागप्रवृत्ति अपना ली। लोग अत्यन्त गम्भीर हो गए, वो न हँसते थे न मुस्काते थे। हर चीज बहुत गम्भीर हो गई। कुछ लोगों ने विवाह करने बन्द कर दिए और अपना सन्तुलन खो बैठे। विवाह व्यक्ति को सन्तुलन प्रदान करता है। इन गम्भीर परिस्थितियों में यह दर्शाने के लिए श्री कृष्ण अवतरित हुए कि सारी सृष्टि लीला मात्र है। गम्भीर, शुष्क और त्यागी बनने की कोई आवश्यकता नहीं। वास्तव में श्री राम के समय से पूर्व के सभी सन्त विवाह किया करते थे। श्रीराम के समय से एक तरह का अटपटा ब्राह्मण–वाद आरम्भ हो गया। ब्राह्मणों ने जाति प्रणाली को गलत दिशा दे दी। और अब जातियाँ जन्मानुसार निश्चित होने लगीं व्यक्ति के कार्य के अनुसार नहीं। ब्राह्मण लोग अन्य सभी जातियों पर हावी हो गए। अतः श्री कृष्ण ग्वाले के पुत्र के रूप में अवतरित हुए।

केवल पाँच वर्ष की आयु में ही श्री कृष्ण ने सभी प्रकार की लीलाएं और शरारतें कीं। कालिया नाग का मर्दन किया और लीलाएं करते हुए अपनी शक्ति द्वारा बहुत से असुरों का वध किया। श्रीराम ने अपने अवतरण होने की बात भुला दी थी। यद्यपि उनके कार्यों से पता चलता था कि वे अवतार हैं फिर भी मर्यादा–वश उन्होंने इस तथ्य को भुलाए रखा। महामाया की तरह से। आज के सभी कैमरे महामाया के प्रमाण दे रहे हैं कि वे सत्य हैं और वे कैसी हैं, परन्तु अवरतण ये दर्शाते हैं कि उन्हें इस बात का स्मरण नहीं है और न ही वे इस बात को जानते हैं। अवतरण को यदि यह बात याद है तो उसके ये कार्यकलाप मानवीय न होकर दिव्य बन जाएंगे। उसकी गतिविधियाँ परमेश्वरी गतिविधियाँ हो जाएंगी और ऐसा करना माननीय न होगा। उनके कार्य–कलापों को मनुष्य सहन न कर पाएंगे। वे घबरा जाएंगे और एक प्रकार का भय उन पर छा जाएगा। अतः श्री कृष्ण ने प्रायः सर्व–साधारण मानव की तरह से व्यवहार किया।

शैशव–काल में उन्हें मक्खन बहुत पसन्द था। विशुद्धि चक्र के लिए मक्खन अत्यन्त लाभकर है। चाय में यदि थोड़ा सा मक्खन डाल लें तो गले की खुश्की से आराम मिलता है। अपने नन्हे–नन्हें साथियों की सहायता से वे मटकियाँ तोड़ देते और मिलकर सारा मक्खन खा जाते। कभी–कभी वे छोटे–छोटे झूठ बोलते। उनकी सभी शरारतें, बाल सुलभ झूठ, सूझ–बूझ की भावना का सृजन करने के लक्ष्य से थी। बच्चे जब माँ के साथ इस प्रकार की शरारते करते हैं तो इन शरारतों को बहुत मधुर माना जाता है। पूर्वी देशों के लोग बच्चों की इन शरारतों का आनन्द उठाते हैं।

बच्चों के प्रति कठोर व्यवहार प्रायः इसलिए होता है क्योंकि लोग बच्चों से प्रेम नहीं करते। अपने गलीचों और भौतिक पदार्थों से वे इसलिए प्रेम करते हैं कि उन्हें पुनः बेचा जा सकता है परन्तु बच्चों को बेचा नहीं जा सकता। भौतिक पदार्थों के लिए माँ बाप और बच्चे एक दूसरे से अलग हो जाते हैं क्योंकि भौतिक पदार्थ अधिक महत्वपूर्ण बन जाते हैं।

वैसे तो चोरी को बुरा माना जाता है परन्तु श्री कृष्ण सभी महिलाओं के घरों से मक्खन चुरा लिया करते थे क्योंकि ये महिलाएं मथुरा के असुरों को ये मक्खन दे दिया करती थीं। मक्खन खा–खाकर असुर शक्तिशाली हो रहे थे। अतः श्री कृष्ण ने सोचा कि मक्खन चुराकर खा लेना बेहतर है ताकि ये असुरों तक न पहुँचे। थोड़ा सा धन बचाने के लिए हम अपने बच्चों को भूखों मार देते हैं। धन लोलुपता इस प्रकार से है, हम सोचते है कि सभी चीज़ें पुनः बिक सकती है। अतः बच्चे हम पर स्थायी बोझ बन जाते हैं। बच्चों के साथ इस प्रकार व्यवहार किया जाता है मानो वो हम पर बोझ हों। **मूल्य प्रणाली का आधार यदि केवल धन बन जाए तो परिवार में बच्चों का कोई स्थान नहीं रह जाता। सहजयोग के अनुसार बच्चे विश्व के सारे वैभव से भी अधिक महत्वपूर्ण हैं और इसी प्रकार उनका पालन–पोषण होना चाहिए।** निःसन्देह बच्चों को भी अपनी गरिमा का ज्ञान होना चाहिए और उन्हें व्यवहार के तौर–तरीके भी आने चाहिएं। परन्तु इसके साथ–साथ उनकी छोटी–छोटी शरारतों का भी आनन्द उठाया जाना चाहिए। केवल बाल्यकाल में ही वे शरारतें कर सकते हैं, बड़े होकर नहीं। उन्हें शरारतें और लीलाएं करने की स्वतन्त्रता मिलनी चाहिए अन्यथा वे अत्यन्त गम्भीर होकर त्यागी बन सकते हैं। जो माँ–बाप बच्चों के साथ बहुत कठोर हैं वो कभी भी सामान्य नहीं हो सकते। या तो वे अत्यन्त विकृत होते हैं या शान्त होकर बैठ जाते हैं, जीवन का सामना नहीं कर सकते। एक जीवन का सामना नहीं कर पाते और दूसरों का सामना जीवन नहीं कर पाता। अपने बच्चों से आपको अत्यन्त प्रेम और सूझ–बूझ से व्यवहार करना होगा परन्तु उन्हें इस बात का ज्ञान होना भी आवश्यक है कि यदि वे दुर्व्यवहार करेंगे तो इस प्रेम के वे अधिकारी न रहेंगे। बच्चे केवल प्रेम को मानते हैं पैसे आदि किसी अन्य चीज़ को वो नहीं जानते। बच्चे के मन में आपका प्रेम अत्यन्त बहुमूल्य उपलब्धि बन जाता है। सहजयोग परमेश्वरी प्रेम पर आधारित है और यह तभी कार्यान्वित हो सकता है जब लोग प्रेममय होंगे। लोग यदि धन, सत्ता और अपने सम्मान आदि को ही प्रेम करेंगे, अपने बच्चों और परिवार को नहीं तो वे समाज का एक बहुत बड़ा हिस्सा खो देंगे।

राज के रूप में श्रीकृष्ण लोगों को धर्म में स्थापित करना चाहते थे। इस कार्य के

लिए उन्हें पंचमहाभूतों की आवश्यकता थी, इसलिए उन्होंने पंचमहाभूतों का स्त्री रूप में सृजन किया और उनसे विवाह किया। वास्तव में वे उन्हीं के अंग–प्रत्यंग हैं। वे योगेश्वर थे, पूर्णतः निर्लिप्त, योगस्थित, परन्तु सभी व्यवहारिक कार्यों के लिए उनकी पाँच पत्नियाँ थीं। इसके बाद सोलह हजार अन्य महिलाएं, कुछ अन्य न होकर उनकी अपनी सोलह हजार शक्तियाँ थीं। विशुद्धि चक्र की सोलह पंखुड़ियाँ होती है। विराट चक्र (सहस्रार) की हजार पंखुड़ियों से यदि इन्हें गुणा किया जाए तो ये 16000 शक्तियाँ बनती है। ये सोलह हजार शक्तियाँ स्त्रियों के रूप में प्रकट हुईं और एक दुष्ट राक्षस राजा इन्हें ले गया। उस राजा को हरा कर श्री कृष्ण ने इन स्त्रियों को मुक्त कराया और उनसे विवाह करके उन्हें सुरक्षा प्रदान की।

जब–जब भी हमें विशुद्धि की समस्या होती है तो हमें यह बात समझनी चाहिए कि इसके दोनों ओर कौन से देवी देवता विराजमान हैं और उनके कौन से गुणों का हमारे अन्दर अभाव है जिसके कारण हम कष्ट उठा रहे हैं। जब हमारी दाईं विशुद्धि पकड़ती है तो हमें देखना चाहिए कि माधुर्य श्री कृष्ण का सार तत्व है, राधा उनकी शक्ति थी। 'रा' अर्थात शक्ति 'धा' अर्थात धारण करने वाला। 'आहलाद' अर्थात 'आनन्द–प्रदायी गुण' उनकी शक्ति थी। श्री कृष्ण योगेश्वर थे, शाश्वत् साक्षी। चीखने चिल्लाने वाला, जोर से बोलने वाला और एक दम से क्रोधित हो जाने वाले व्यक्ति को दाईं विशुद्धि की समस्या होती है। व्यक्ति को समझना चाहिए कि हमने यदि किसी को डाँटना भी हो तो भी अत्यन्त प्रेमपूर्वक हमें कहना चाहिए, "आप क्या कर रहे हैं."? कुछ देर मौन धारण करके विशुद्धि चक्र को आराम देना इस चक्र के लिए बहुत अच्छा है।

दाईं ओर को जिगर से गर्मी आने लगती है। ये गर्मी जब ऊपर को उठती है तो सर्वप्रथम दाएं हृदय पर जाती है और आप अत्यन्त क्रोधी पति या पिता बन सकते हैं। तत्पश्चात् ये गर्मी दाईं विशुद्धि पर जाती है और व्यक्ति अत्यन्त चिड़चिड़ा और क्रोधी बन जाता है और हर समय दूसरों पर चिल्लाता रहता है। इस प्रकार से किसी पर यदि आप क्रोध करेंगे तो वह व्यक्ति आपसे डर जाएगा और हो सकता है कि उसमें हीन भावना आ जाए तथा वह उदासीन प्रवृत्ति (Left Sided) बन जाए। परमात्मा ही जानते हैं कि जिस व्यक्ति के ऊपर हर समय कोई चिल्लाने वाला हो उसका क्या हाल होगा!

श्रीकृष्ण के जीवन से हमें सीखना है कि किस प्रकार वे बाँसुरी बजाते थे और बांसुरी के मधुर संगीत से पूरा वातावरण शान्त हो जाया करता था। परन्तु आधुनिक युग में संगीत एकदम सें दूसरे प्रकार का है। इसमें तो ऐसे लगता है कि दाईं विशुद्धि या तो टूट जाएगी या फट जाएगी! संगीत

यदि शान्ति प्रदायी होने के स्थान पर भड़काऊ है तो यह सहस्रार क्षेत्र को जड़वत कर देता है। सहस्रार श्री कृष्ण के विराट तत्व का सिंहासन हैं। दाईं विशुद्धि का प्रभाव सहस्रार पर पड़ता है और मस्तिष्क जड़वत हो जाने के कारण आप मादक दवाईयाँ लेना शुरू कर देते हैं। कुछ ही दिनों में आपको लगता है कि जो दवाईयाँ आप ले रहे हैं उनका नशा काफी नहीं है तो आप और अधिक नशीली दवाईयाँ लेते हैं। इस प्रकार चलता रहता है और अन्ततः आप एक ऐसी अवस्था में पहुँच जाते हैं कि कही के भी नहीं रहते, जहाँ केवल आत्म–विनाश ही होता है।

श्री कृष्ण दिव्य कूटनीतिज्ञ थे। दैवी कूटनीति क्या है? कि आपने चिल्लाना नहीं है। किसी को यदि आप किसी परिणाम तक लाना चाहते हैं तो सर्वोत्तम उपाय ये हैं कि आप विषय को बदल दें। ऐसा करने के लिए आपको अत्यन्त चतुर होना पड़ेगा। किसी व्यक्ति से पूर्ण तारतम्यता स्थापित करने के लिए आपको उस व्यक्ति के साथ खेलना पड़ेगा। हमें ये बात समझनी होगी कि उनकी हितैषी प्रवृत्ति ही उनकी कूटनीति का सारतत्व है। आपको सारी मानवजाति का हित करना होगा, अभी तक आप केवल अपने या किसी व्यक्ति विशेष के हित के लिए कार्य करते हैं। अतः चीखने चिल्लाने की कोई जरूरत नहीं। विनोदशीलता पूर्वक कार्य करते हुए स्वयं को हितैषिता के स्तर पर लाएं। श्री कृष्ण ने कहा था 'सत्यम्वद् प्रियम्वद' और ये सत्य हितकर भी होना चाहिए। मान लो आप किसी को सत्य बात कहते हैं तो हो सकता है उसे यह बात उस समय पसन्द न आए परन्तु यदि यह उसके हित में है तो कुछ समय पश्चात् वह आपके प्रति आभारी होगा कि आपने उसकी सहायता करने का प्रयत्न किया। हितकर कार्य के लिए आपको यदि कोई झूठ भी बोलना पड़े तो कोई बात नहीं क्योंकि विशुद्धि चक्र के देवता श्री कृष्ण आपकी भावना को जानते हैं।

लोगों को उनकी कमियाँ बताने से आप जी नहीं चुरा सकते, विशेष तौर से उन लोगों को जिनकी जिम्मेदारी आप पर हैं। जैसे परिवार, सम्बन्धी आदि। जो बात ठीक है वह स्पष्ट बता देना सर्वोत्तम है। ये आपका कर्त्तव्य है। लोग ऐसा करने से भी हिचकिचाते हैं। कुछ लोग जो अपने बच्चों का सामना नहीं करना चाहते वो उन्हें भिन्न किस्मों के खिलौने दिए चले जाते हैं। अनुशासन का अर्थ प्रभुत्व जमाना नहीं है, इसका अर्थ ये है कि जो भी कुछ हम कर रहे हैं वह आपकी तथा अन्य लोगों की आत्मा के हित में है। यही सहज अनुशासन है।

बाईं विशुद्धि, विद्युत की तरह है। व्यक्ति विष्णुमाया की तरह से चीख चिल्लाकर दूसरों का पर्दाफाश कर सकता है। आपको इस बात से नहीं घबराना चाहिए कि 'मैं इस कार्य को कैसे कर सकता हूँ।' दोष

भाव ग्रस्त लोग अधिकतर वो हैं जिन्होंने आत्मविश्वास खो दिया है और जिनका अहम् बाईं ओर को प्रवेश कर गया है। ये अत्यन्त जटिल अवस्था है। हमें सावधान रहना है कि हम दोष भाव ग्रस्त तो नहीं हैं। दोष भाव मिथ्या है, वास्तविकता से जब हम भागना चाहते हैं तो कहते हैं हम दोषी हैं। आपको वास्तविकता का सामना करना होगा। ये देखने का प्रयत्न करें कि आपमें और अन्य लोगों में कौन से दोष हैं। विष्णु माया क्योंकि कुछ अन्य न होकर विद्युत सम हैं, विद्युत लोगों को अनावृत करती है, उनपर चीखती, चिल्लाती और दहाड़ती है। आपको यदि बाईं विशुद्धि की समस्या है तो आपको ये तरीके अपनाने होंगे। जिन लोगों को बाईं विशुद्धि की समस्या है उन्हें चाहिए कि समुद्र पर आकर समुद्र से कहें "मैं समुद्र का स्वामी हूँ, मैं ये हूँ, मैं वो हूँ।"

गले के दाईं ओर श्री कृष्ण की शक्ति स्वर तंतुओं पर होती है–माधुर्य की शक्ति। विष्णु–माया बलशाली शक्ति है परन्तु अपना अस्तित्व दर्शाने के लिए यह अपनी शक्ति को चीखने–चिल्लाने पर उपयोग करती है। जितने भी चमत्कारी फोटो आपको प्राप्त होते हैं ये सब विष्णुमाया की ही कृपा से है। विद्युत के रूप में यही इन सब कार्यों को करती हैं। ये श्री कृष्ण की बहन हैं और बहुत सूक्ष्म हैं। अत्यन्त सूक्ष्म ढंग से ये आपकी सहायता करती हैं। इस माइक्रोफोन के अन्दर विद्युत है परन्तु आप आश्चर्य चकित होंगे कि इसमें से चैतन्य–लहरियाँ भी बह रही हैं। जहाँ भी आप चैतन्य–लहरियाँ भेजना चाहेंगे, इसके माध्यम से जाएंगी। इसके समीप कम्प्यूटर रखकर कम्प्यूटर के माध्यम से आप चैतन्य लहरियों को जाँच सकते हैं। ये इतनी अद्वितीय चीज़ है कि गडगड़ाने और दहाड़ने वाली यह शक्ति बाईं ओर को है ताकि यह संभाव्य शक्ति के रूप में उन लोगों में बनी रहे जो दोषभावना और हीन–भावना ग्रस्त हैं या जो गोपनशील (Sly) है और महसूस करते हैं कि वे बेकार हैं। विषमता पर ध्यान दें। उनकी शक्ति ऐसे व्यक्ति में अभिव्यक्त होती है जिसमें आत्म–विश्वास की कमी है और जब ये शक्ति बलपूर्वक अपनी अभिव्यक्ति करती है तो उस व्यक्ति में आत्मविश्वास जाग उठता है। विष्णुमाया की जब हम बात करते हैं तो हमें इस बात का ध्यान होना चाहिए कि वे वहाँ (बाईं विशुद्धि) पर विराजमान है। हम जब भी चाहें महान वक्ता बन सकते हैं। दुष्ट लोगों का पर्दाफाश कर सकते हैं, मेघ विद्युत सम हो सकते हैं, मेघ गर्जन सम हो सकते हैं परन्तु प्रायः हम ऐसे होते नहीं। अतः विष्णुमाया दोनों प्रकार के लोगों को सन्तुलन प्रदान करती हैं। मध्यमार्ग पर जब कुण्डलिनी उठती है तो अधिकतर लोगों की विशुद्धि पकड़ी हुई होती है। अतः उन्हें विश्वस्त होना होता है कि वे दोषभावग्रस्त नहीं हैं, अपने आपमें पूर्णतः सन्तुलित हैं, मध्यमार्ग पर हैं क्योंकि इस स्थिति पर होने पर ही वे मधुर दयामय एवं सुहृदय हो सकते हैं। कुछ लोग अन्य लोगों का अनुचित लाभ

उठाने के लिए मधुर होने का दिखावा करते हैं। ऐसे लोग नर्क में जाएंगे क्योंकि वे श्रीकृष्ण की शक्ति का दुरुपयोग करते हैं।

विशुद्धि चक्र को साफ रखना अत्यन्त महत्वपूर्ण है। सर्वप्रथम तो हमारा हृदय अत्यन्त स्वच्छ एवं सुन्दर होना आवश्यक है जिससे श्री कृष्ण के मधुर संगीत की सुगन्ध आए। अपनी विशुद्धि को सुधारें। इसे कार्यान्वित करें। विराट को देखें और पता लगाएं कि आपमें क्या कमी है और इस कमी को दूर करें। कोई अन्य इसे ठीक नहीं कर सकता। विश्वस्त हो जाएं कि आपको अपनी पूरी समझ है। ऐसा होना केवल तभी सम्भव है जब आप साक्षी बन जाएंगे, अन्यथा आप कभी स्वयं को नहीं देख सकते क्योंकि विशुद्धि के स्तर पर ही आप साक्षी बन सकते हैं। साक्षी अवस्था प्राप्त होने के पश्चात् आप अपनी विशुद्धि में देख पाते हैं कि आपमें क्या कमी है, आपकी क्या समस्या है। आपके वातावरण तथा अन्य चीज़ों में क्या दोष है।

आज जब हम श्रीकृष्ण की पूजा कर रहे हैं तो हमें जान लेना चाहिए कि अन्ततः वे मस्तिष्क बन जाते हैं। पेट की चर्बी मस्तिष्क में जाती है और इस प्रकार श्री नारायण मस्तिष्क में प्रवेश करके विराट का – अकबर का रूप धारण करते हैं। अकबर बनने के पश्चात् पदार्थ में वही मस्तिष्क होते हैं। यही कारण है कि श्री कृष्ण की पूजा करने वाले लोग दिमागदार बन जाते हैं परन्तु उनमें अहम् नहीं होता। उनका मस्तिष्क विकसित हो जाता है परन्तु उनमें अहंकार नहीं होता। अहम्विहीन विवेक, जिसे मैं शुद्ध बुद्धि कहती हूँ, की अभिव्यक्ति उनमें होने लगती है।

**परमात्मा आपको धन्य करें**

# पहले स्वयं को पहचान लें

पोरचेस्टर हॉल, लन्दन – 1.8.1989
परम् पूज्य माताजी श्री निर्मला देवी का प्रवचन

सर्वप्रथम हमे ये समझना है कि सत्य जो है वही है। इसे हम धारणा बद्ध नहीं कर सकते, आयोजित नहीं कर सकते तथा अपने उद्देश्य साधन के लिए इसका उपयोग नहीं कर सकते। आँखों पर दोनों तरफ घोड़े की तरह से पर्दा लगा कर, अपने बन्धनों (conditioning) के साथ हम सत्य को नहीं खोज सकते। हमें स्वतंत्र व्यक्तित्व बनना होता है। सत्य को पहचानने के लिए हमें वैज्ञानिक की तरह से खुले मस्तिष्क का होना पड़ता है। किसी के उपदेश, भविष्यवाणियाँ या कथनों को आँखे बन्द करके स्वीकार नहीं कर लिया जाना चाहिए। शाश्वत की खोज तथा नश्वर की सीमाओं को समझना सभी धर्मों का सार तत्व है। यही कारण है कि हमने अपना संतुलन खो दिया है। हम यदि सत्य को जानना चाहते हैं तो हमें यह समझना होगा कि **मानवीय चेतना पर हम सत्य को नहीं जान पाते। मानवीय चेतना पर सत्य एक धारणा बन जाता है।** हमें आध्यात्मिक चेतना प्राप्त करनी होगी। ये आध्यात्मिक चेतना आपके अस्तित्व की ही एक अवस्था है जिसमें आप आत्मा बन जाते हैं। यह किसी व्यक्ति को बनावटी रूप से प्रमाणित करना नहीं है कि अब आप हिन्दू, ईसाई, मुसलमान या कुछ अन्य बन गए हैं। हिन्दू, ईसाई या मुसलमान होते हुए भी आप कोई भी अपराध कर सकते हैं या कोई भी गलत कार्य कर सकते हैं। ऐसा करने से कोई भी बाह्य चीज़ आपको रोक नहीं सकती। अतः ये सब चीज़ें इतनी बाह्य हो चुकी हैं कि अब लोग कहने लगे हैं कि परमात्मा हैं ही नहीं, धर्म नाम की कोई चीज़ नहीं है। ये बात सत्य नहीं है।

सर्वप्रथम जब आप कहते हैं कि परमात्मा नहीं है वो आपको ये खोजने का प्रयत्न करना चाहिए कि क्या हम परमात्मा के विषय में कुछ पता लगा सके या अपने अहंकारवश हम कह रहे हैं कि परमात्मा नहीं है। क्या हम यह देखने में सफल हुए कि परमात्मा हैं या नहीं हैं? परमात्मा के विषय में बात करने वाले लोगों की बातों से आप परमात्मा का आँकलन न करें। कोई भी व्यक्ति परमात्मा के विषय में बातचीत कर सकता है क्योंकि वो जानते हैं कि ऐसा कोई कानून नही जो उन्हें पकड़ सकता हो। लोग परमात्मा के पक्ष में बोल सकते हैं, परमात्मा के विरोध मे बोल सकते हैं

और जो चाहे कर सकते हैं। परमात्मा और सभी पैगम्बरों के विरुद्ध बोलकर लोग पैसा भी बना सकते हैं।

अतः मुक्त होने के लिए हमें थोड़ा सा स्वतन्त्र होना पड़ेगा। आप यदि आत्मा को पहचानना चाहते हैं तो 'स्वयं को पहचानें'। अपने मध्य नाड़ी तन्त्र पर आपको परमात्मा को जानना होगा। जैसे मैं महसूस कर सकती हूँ कि यह ठण्डा है या गर्म, आपको परमेश्वरी शक्ति को महसूस करना होगा, उस शक्ति को जो सर्वव्यापी है। सत्य है और सत्य की अभिव्यक्ति करती है क्योंकि यह परमात्मा का प्रेम है। पहले आपको ये शक्ति अपने मध्य नाड़ी तन्त्र पर महसूस करनी होगी। यही 'बोध' है।

व्यक्ति कह सकता है कि पश्चिम में बहुत उन्नति हुई है और हर मामले में हम बहुत आगे बढ़े हैं परन्तु आप यदि देखें कि विज्ञान में आगे बढ़कर हमने क्या बनाया है–हाइड्रोजन बम, एटम बम और सभी प्रकार के असुर अपने सिर पर बिठा लिये हैं। कोई भी गतिविधि जो हम शुरु करते हैं उसमें हम अति की सीमा तक चले जाते हैं। संतुलन का पूर्ण अभाव है। किसी भी प्रकार का मानसिक प्रक्षेपण रेखीय होता है यह एक रेखा में चलता है और जब ये पलटकर वापिस आता है तब व्यक्ति का दम घुटता है। देखिए यहाँ किस प्रकार तेज़ाबी बारिश हुई! आपने मशीनरी बना दी। मशीनें आपके लिए हैं, आप मशीनों के लिए नहीं। आपमें और मशीनों में सन्तुलन नहीं है, आपमें और विज्ञान में संतुलन नहीं है। कोई भी चीज़ जब आपको प्राप्त होती है तो आप पगला जाते हैं। संतुलन आपको केवल तभी मिल सकता है जब आप आत्मा बन जाएं। यहाँ परं आप बहुत सुन्दर ढंग से बनाए हुए झाड़ फानूस देख रहे हैं। **इनमें जब तक प्रकाश न हो यह अर्थ हीन हैं, इसी प्रकार से आपके चित्त में भी जब तक आत्मा का प्रकाश नहीं आता, आप अपना अर्थ नहीं जान सकते।** ये माइक्रो फोन यदि ऊर्जा के स्रोत से जुड़ा हुआ न हो तो ये बेकार है। इसी प्रकार बिना शक्ति के स्रोत से जुड़े हम 'पूर्ण' को नहीं जान सकते और यही सारी समस्याओं का कारण है।

अन्तर–स्थित यंत्र की बात जब मैं करती हूँ तो मेरा अभिप्राय जड़ों के ज्ञान से है और इसके लिए आपको सूक्ष्म व्यक्तित्व बनना होगा। स्थूल मस्तिष्क से आप इसे नहीं देख सकते। सूक्ष्म व्यक्तित्व बनने के लिए आपको जड़ों को जानना होगा। सभी मानवीय गतिविधियों, सभी धर्मों में कुछ न कुछ गड़बड़ी हो गई है। यही कारण है कि आज हम ये विडम्बना देख रहे हैं। हमें शाश्वत को प्राप्त करना है। हो सकता है ये बात कुछ भिन्न प्रतीत हो। उदाहरण के रूप में भगवान बुद्ध और महावीर ने परमात्मा की बात ही नहीं की। चार वर्षों तक मैंने भी परमात्मा की बात नहीं की। ज्यों ही

आप परमात्मा की बात करने लगते हैं तो लोग उछल पड़ते हैं कि कब हम परमात्मा बनेंगे। अतः पहले आप आत्मा (Self) बन जाएं। ये पहली सीढ़ी है। सभी सन्तों ने कहा पहले आप आत्मा बन जाएं। आपके पास यदि आँखें ही न हों तो रंगों को आप कैसे देख सकते हैं? ये आपके हित में है कि आप जिस चीज़ के योग्य हैं, जो चीज़ आपकी अपनी है उसे प्राप्त कर लें और **मानव के रूप में आत्मा बनना (आत्म साक्षात्कार को प्राप्त करना) आपका जन्म सिद्ध अधिकार है यही सहजयोग है।**

'सह' अर्थात साथ और 'ज' अर्थात जन्मा हुआ। यह योग, परमात्मा के साथ यह एकाकारिता प्राप्त करना, आपका जन्म सिद्ध अधिकार है। मानव के रूप में यह आपका जन्म–सिद्ध अधिकार है। आप ही उत्क्रान्ति का सार तत्व हैं। यह कार्यान्वित होना ही चाहिए। परन्तु कृपा करके अपने हृदय खोल दें, अपने मस्तिष्क खोल दें और फिर स्वयं अपने लिए देखें। मैं जानती हूँ कि यह कार्य करेगा। परन्तु इसके विषय में सोचकर आप इसे धारणाबद्ध (conceptualize) नहीं कर सकते। हमारी जिज्ञासा में एक बहुत बड़ी समस्या ये है कि हम किसी न किसी प्रकार की धारणा के पीछे दौड़ते रहते हैं।

अब आपने यह सूक्ष्म तन्त्र देखा है। मानव की विकास प्रक्रिया में हमारे अन्दर बनाया गया यह सुन्दरतम यंत्र है। इसका पहला केन्द्र सबसे अधिक सुन्दर है। क्योंकि यह अबोधिता का प्रतीक है। अबोधिता ही व्यक्ति को सच्चा आश्रय और सच्ची शक्ति प्रदान करती है। हो सकता है कि इस पर बादल छा जाएं। कुछ लोग कह सकते हैं कि हमने अबोधिता को नष्ट कर दिया है। जो चाहे आपने किया हो यह नष्ट नहीं हो सकती। इसमें समस्याएं हो सकती हैं परन्तु यह नष्ट नहीं हो सकती। यह इतना अदभुत चक्र है, इसकी चार पंखुड़ियाँ है जो श्रोणीय चक्र (Pelvic plexus) की देखभाल करता है।

स्वतन्त्र होने के कारण हम सभी प्रकार के कार्य किए चले जाते हैं जो हमारे लिए हितकर नहीं होते। कोई बात नहीं, कुण्डलिनी नष्ट नहीं हो सकती, वो स्रोत जिसने आपको आत्मसाक्षात्कार प्रदान करना है। मैं कहती हूँ कि वे आपकी अपनी माँ हैं। ये आपकी प्रेममयी माँ हैं जो आपके पूर्व जन्मों की सभी बातें जानती हैं। ये तो मात्र अवसर की प्रतीक्षा में हैं कि जागृति देकर आपको पुनर्जन्म दे सकें। वे परमेश्वरी माँ हैं। किसी भी प्रकार का कष्ट ये आपको नहीं होने देंगी। कुण्डलिनी जागृति में जो कष्ट आते हैं वो उन लोगों के कारण होते हैं जो इस विषय में शिक्षित नहीं हैं, जिन्हें कुण्डलिनी का ज्ञान नहीं है, फिर भी कुण्डलिनी जागृति की अनाधिकार चेष्टा करते हैं। कुण्डलिनी कभी भी आपको कष्ट नहीं देगी। इसके विपरीत जब यह जागृत होती है और जब आपमें जागृति हो जाती है तो सर्वप्रथम आपमें निर्विचार चेतनास्थापित हो जाती है

क्योंकि विचार उठते रहते हैं और समाप्त होते रहते हैं। कुण्डलिनी इन विचारों के समय को कम करती है। इन विचारों के बीच का समय वर्तमान होता है। अतः यह आपको वर्तमान में रोकती है और आप वर्तमान में उन्नत होते हैं। आप यदि सोचना चाहें तो सोच सकते हैं और न सोचना चाहें तो निर्विचार रहते हैं। कुण्डलिनी जब आज्ञा चक्र को पार कर लेती है तब ये घटना घटित होती है।

दूसरे चक्र में जब ये प्रवेश करती है तब आप गतिशील हो उठते हैं क्योंकि दूसरा चक्र कला एवं सृजनात्मकता का होता है। मेरे भाई, जो कि शासपत्रित लेखाकार हैं वे भाषाओं के मामले मे बहुत दुर्बल थे। आज वे संस्कृत, उर्दू और मराठी में कविताएं लिखते हैं। मराठी भाषा तो बहुत ही कठिन है। कुण्डलिनी जब उठती है तो इस चक्र का पोषण करती है। बहुत अच्छी माँ की तरह से ये पोषण करती है। आत्म–साक्षात्कार प्राप्त कर लेने के पश्चात् ही अमजदअली इतने महान कलाकर बन पाए क्योंकि कुण्डलिनी के उत्थान के बाद ही सृजनात्मकता अत्यन्त गहन और गतिशील हो जाती है। तब व्यक्ति अत्यन्त विनम्र, मधुर एवं करुणामय बन जाता है। ये हिंसा, क्रोध या गुस्सा आपकी देन नहीं है। ये आपके जिगर की देन है। जब आप क्रोधित होते हैं तो आपकी समझ में नहीं आता आप क्या करें। नशे में घुत्त व्यक्ति की तरह आप जो चाहे करते हैं। जागृति से ये क्रोध आदि बिल्कुल शान्त हो जाते हैं। आश्चर्य की बात है कि अत्यन्त गतिशील व्यक्ति भी करुणामय हो उठता है। लोग कहते हैं कि कुछ राष्ट्रों की कुछ विशेष बातें होती हैं। हर चीज़ समाप्त हो जाती है। इस चक्र के कारण जो कि इतना गतिशील है और जो शुद्ध विद्या की अभिव्यक्ति प्रदान करता है, आपका मध्य नाड़ी तन्त्र संवेदनशील हो उठता है। अपनी अंगुलियों के सिरों पर आप महसूस करने लगते हैं। जैसे किसी व्यक्ति ने आकर मुझसे कहा मेरा आज्ञा चक्र पकड़ रहा है। इसका अर्थ ये है कि मुझमें अहम् बढ़ा हुआ है। कोई व्यक्ति क्या स्वयं ऐसा कह सकता है? इसके विपरीत यदि आप किसी से कहें कि तुम अहंकारी हो तो ऐसा करना बहुत ही भयानक होगा। परन्तु आत्मज्ञान के कारण आप जानते हैं कि श्रीमान अहं आपकी आज्ञा पर सवार हैं और मैं इस चक्र को तब तक पार नहीं कर सकता जब तक इसमें बाधा है। यह बाधा मुझे दूर करनी ही होगी।

यह आपमें अन्तर्जात है। एक बार जब तार जुड़ जाएगा तो आप स्वयं तुरन्त जान जाएंगे तथा सभी अटपटे विचारों और भयानक कार्यों के लिए जिम्मेदार ये चक्र अत्यन्त हितकर और सुन्दर बन जाएगा। ये लोग जो हिन्दी का एक शब्द भी न बोल सकते थे वे संस्कृत में भजन गाने लगे हैं। जो कलाकार आज उन्नति करने के लिए संघर्ष कर रहे हैं, सहजयोग में आकर वे

महान कलाकार बन जाते हैं। परन्तु मैं कहूंगी कि अभी भी प्रलोभन हैं। आप सभी महान कलाकार बन जाएंगे, धन कमाना शुरू कर देंगे आदि–आदि। परन्तु यही वो उपलब्धियाँ नहीं है जिनसे आप सन्तुष्ट हो जाएं। आप कभी भी सन्तुष्ट नहीं होंगे।

अब हम तीसरे चक्र पर आते हैं जो नाभि चक्र कहलाता है। इस चक्र का एक ओर जल तत्व से और दूसरा अग्नि तत्व से बना है। इसके चहूँ ओर दस संयोजकताएं हैं – हमारे अन्दर हमारा अन्तर्जात धर्म। ज्यों ही कुण्डलिनी उठती है नाभि चक्र या सूर्य चक्र हमें धार्मिकता प्रदान करता है और तब ये चक्र प्रकाश से भर जाता है। रातों–रात लोगों ने नशे त्याग दिए, शराब आदि सभी बुरी आदतें छोड़ दी और सबसे अच्छी बात ये है कि अब वे अपने सद्गुणों का आनन्द लेते हैं। कुछ लोग सोचते हैं कि तब जीवन में क्या आनन्द रह जाएगा? शराबखाने में जाकर रात को आप शराब पीते हैं और सुबह उस नशे के कारण निष्क्रिय होते हैं। सहजयोग में आज आप साक्षात्कार लें और कल आपकी स्थिति बेहतर होगी। ये कभी आपको हानि नहीं पहुँचाता, कभी आप पर प्रतिक्रिया नहीं करता। न ये बनावटी है और न ही नशे में धुत्त करने वाला। आपके अन्दर से ही इसका आनन्द फूट पड़ता है।

सहजयोग में हमारे अन्दर वो क्षेम पनप उठता है कि हम अपनी उदारता का आनन्द ले सकें। अभी तक हम भौतिकवादी हैं। परन्तु पदार्थ का सौन्दर्य इस चीज़ में है कि किसी अन्य के प्रति अपने प्रेम की अभिव्यक्ति करने के लिए हम ये पदार्थ उसे भेंट करें। पदार्थ केवल इसी कार्य के लिए उपयुक्त हैं। विशेषरूप से आप अपना प्रेम प्रकट कर सकते हैं। आपका ऐसा करना उस व्यक्ति को अच्छा लगेगा। आपमें ऐसी गहनता विकसित होगी और आप अत्यन्त सुन्दर एवं प्रेममय समाज में प्रवेश करेंगे। फिर आपको किसी चीज़ की आवश्यकता न रहेगी क्योंकि सभी लोगों को आपकी आवश्यकताओं की चिन्ता होगी।

ये आनन्द जो आप दे रहे हैं यह इसी चक्र से आता है। आपको ये चिंता नहीं करनी पड़ती कि आपको क्या खाना है। जो भी कुछ आपके लिए अच्छा है, हितकर है आप वही खाते हैं। आप अत्यन्त विवेकशील होकर अन्य लोगों को प्रसन्न रखते हैं। ये कहकर आप किसी को नाराज नहीं करते कि यह खाना खराब है, मुझे वो चाहिए। 'मुझे चाहिए' समाप्त हो जाता है। मानो मोमबत्ती जो अभी तक जली नहीं है प्रकाश की माँग कर रही हो! मुझे प्रकाश चाहिए। परन्तु एक बार जब ये प्रज्जवलित हो जाती है तो स्वतः ये अन्य लोगों को प्रकाश देती है। इसी प्रकार आप भी स्वतः अपना प्रकाश, अपना प्रेम, अपना आनन्द अन्य लोगों को देने लगते हैं। अब आपको दस धर्मादेशों पर नहीं चलना पड़ेगा। अब वो दिन चले गए, अब स्वतः ही आप वैसे बन जाते

हैं–अत्यन्त सुन्दर, स्नेह एवं गरिमामय व्यक्ति।

सहजयोगियों के चेहरों पर चमक देखिए, चेहरे कितने कांतिमय हैं? कुछ लोगों की आयु देखने में दस–बीस वर्ष कम हो जाती है और फिर भी वे उत्साह से परिपूर्ण होते हैं। वे कभी थकते नहीं। पश्चिमी देशों के लोग विशेष रूप से बहुत जल्दी थक जाते हैं, युवा लोग भी। आप क्यों थकते हैं क्योंकि आप सोचते बहुत अधिक हैं। आपकी सारी शक्ति सोचने में ही व्यर्थ हो जाती है, आनन्द उठाने के लिए कुछ भी शक्ति शेष नहीं बचती। उदाहरण के लिए आप किसी को रात के खाने पर बुलाते हैं। आप सोचने लगते हैं कि पेय कौन सा होगा, खाने को गरम किस प्रकार रखा जाएगा, आदि–आदि। आप इतने चिड़चिड़े और उत्तेजित होते हैं कि जब मेहमान आते हैं तो उन्हें लगता है कि उन्हें वापिस चले जाना चाहिए, क्योंकि सोचने और योजना बनाने से इतना तनाव उत्पन्न हो चुका होता है। अंततः पूरा आनन्द समाप्त हो जाता है।

अतः दूसरा केन्द्र बहुत ही चमत्कारिक कार्य करता है। जब हम सोच रहे होते हैं तो यह हमारे मस्तिष्क को श्वेत कोषाणु भेजता है। ये आपके ज़िगर, अग्नाशय, प्लीहा, गुर्दो तथा पेट के अन्तःस्थित अन्य अवयवों की देखभाल करता है। परन्तु जब हम पागलों की तरह से सोचते हैं तो ये सारे कार्य छोड़कर स्वाधिष्ठान चक्र मस्तिष्क को श्वेत ऊर्जाकरण भेजने में व्यस्त हो जाता है। परिणामस्वरूप व्यक्ति को सभी प्रकार के रोग, ज़िगर की समस्या और शक्कर रोग आदि हो जाते हैं। अधिक मीठा खाने से शक्कर रोग नहीं होता। भारत के गाँवों में लोग इतना मीठा खाते हैं कि चाय के प्याले में डाली गई चीनी में चम्मच खड़ा किया जा सकता है। परन्तु उन्हें कभी शक्कर रोग नहीं होता। इसका कारण ये है कि वो कभी कल के विषय में नहीं सोचते। कठिन परिश्रम करते हैं। खाना खाते हैं और आराम से सोते हैं, उन्हें नींद की गोलियाँ खाने की ज़रूरत नहीं पड़ती। अतः शक्कर रोग बहुत अधिक सोचने के कारण होता है तथा सहजयोग ध्यान द्वारा इसे सुगमता पूर्वक ठीक भी किया जा सकता है।

तीसरी बीमारी जो कि बहुत ही भयानक है वह है रक्त कैंसर। रक्त कैंसर भी बहुत अधिक सोचने वाले लोगों को होता है। जिन बच्चों की माँ बहुत ही ज्यादा सतर्क होती है उन्हें भी रक्त कैंसर हो सकता है। विशेष रूप से जब महिलाएं कालीनों, अपने घर की छोटी–छोटी चीज़ों के प्रति बहुत अधिक टोका–टाकी करती हैं तो उनके घर में कोई चूहा भी नहीं आना चाहता। हर समय वे सोचती रहती हैं और योजनाएं बनाती रहती हैं। इसका दुष्प्रभाव बच्चों पर पड़ता है और बच्चों को रक्त कैंसर हो सकता है। हमारा प्लीहा गतिमापक (Speedo meter) है। यही आपके जीवन को लय प्रदान करता है। हम जब हर

समय उत्तेजित एवं घबराए रहते हैं तो यह यन्त्र खराब हो जाता है। उदाहरण के रूप में प्रातःकाल जब हम उठते हैं तो समाचार पत्र देखते हैं जिसमें किसी के मरने की या किसी दुर्घटना की खबर छपी होती है। उसे देखते ही व्यक्ति को झटका लगता है। वो कभी इस बात की सूचना नहीं देते कि कितने लोगों को आत्म साक्षात्कार दिया गया है या कौन से अच्छे कार्य हो रहे हैं। वे सदैव ऐसे समाचार छापते हैं जो आपके मस्तिष्क को, आपके तालू क्षेत्र को आघात पहुँचाते हैं। अन्यथा आप उन्हें गम्भीरता से नहीं लेंगे। शरीर यन्त्र की कार्य प्रणाली अत्यन्त कोमल है इसे झटका लगता है। बिना नाश्ता किए आप कार मे बैठ जाते हैं या देर होने की वजह से नाश्ता आपके हाथ में होता है या रास्ते पर ट्रैफिक जाम होता है। आप चीखते–चिल्लाते हैं, किसी तरह से कर करा के आप दफ्तर पहुँचते हैं और वहाँ पर आपका अफसर रौद्र रूप ध ाारण किए होता है। इस तरह से आप पूरी तरह तनाव ग्रस्त हो रहे हैं। हम स्वतन्त्र लोग हैं। रात को अपने घर में यदि आप ऊँची आवाज में गाते हैं तो पड़ोसी आपको थाने भेज देते हैं। आप कुछ भी नहीं कर पाते। किसी भी तरह से आप स्वतन्त्र नहीं है। आप घड़ी से बंधे रहते हैं। इस समय आपने वहाँ पहुँचना है। इन सारी चीज़ों का हम पर प्रभाव होता है और हम उत्तेजना से भर जाते हैं। आपात स्थिति के लिए प्लीहा ही लाल रक्त कोषाणु छोड़ता है परन्तु यदि आप हर समय ही आपात स्थिति में रहेंगे तो बेचारा प्लीहा पगला जाता है। इसकी समझ में नहीं आता कि क्या करे। यह अधिक से अधिक लाल रक्त कण छोड़ने लगते हैं और अन्ततः सोचता है कि मेरा पाला पागल व्यक्ति से पड़ गया है, मुझे समझ ही नहीं आता कि कब काम करूं, कब न करूं। ऐसा व्यक्ति सदैव असुरक्षित होता है और अचानक कोई अन्य सदमा पहुँचने से उसे रक्त कैंसर हो सकता है। ऐसे में डाक्टर प्रमाणित कर देता है कि एक महीने में आपकी मृत्यु हो जाएगी। सहजयोग ने बहुत से रक्त कैंसर रोगियों को ठीक किया है क्योंकि कुण्डलिनी जब जागृत होती है तो भूतकाल या भविष्यकाल के हर समय चलने वाले विचार नियंत्रित हो जाते हैं। कुण्डलिनी सहस्रार को पार करती है और प्लीहा का पोषण करती है। कैंसर तथा अन्य असाध्य रोगों के प्रति भेद्य होना भी इन्ही चक्रों की बिगड़ी हुई स्थिति के कारण होता है।

उसके पश्चात् हृदय चक्र है। यह बाएं और दाएं दोनों ओर का नियंत्रण करता है। जैसे आप जानते हैं रोगों से लड़ने के लिए उरोस्थित रोग प्रतिकारकों का सृजन करती है। ये हमारी माँ का चक्र है। मातृत्व को जब चुनौती मिलती है तो महिलाओं में स्तन कैंसर हो सकता है। मान लो कोई पुरुष परस्त्रियों के पीछे भागता है और उसकी पत्नी चिंतित रहती है तो उसे स्तन कैंसर हो सकता है क्योंकि उसके मातृत्व

को चुनौती मिलती है और उसकी सुरक्षा की भावना डावाँडोल हो जाती है। इसके परिणामस्वरूप उसे ये समस्या हो सकती है। आप बहुत अधिक सोचते है और अत्यन्त आक्रामक और भविष्यवादी बन जाते है। कुछ लोग बहुत अधिक योजनाएं बनाते हैं, आज से दस साल आगे की। लोग यहाँ तक सोचते हैं कि मृत्यु होने पर उन्हें कौन से वस्त्र पहनाएं जाएंगे और उन्हें कहाँ दफनाया जाएगा। इस प्रकार की भविष्यवादी योजनाएं शरीर में अत्यन्त भयानक गर्मी पैदा कर देती हैं। जिगर जो कि इस गर्मी का शोषण करता है, यह केन्द्र उसकी उपेक्षा कर देता है और परिणामस्वरूप ये गर्मी ऊपर की ओर जाकर दाएं हृदय को प्रभावित करती है जिसके कारण व्यक्ति को दमा रोग हो सकता है। अस्थमा अत्यन्त आसानी से ठीक किया जा सकता है। दायाँ हृदय पति या पिता का चक्र है। आप यदि अच्छे पति नहीं है या आपकी पत्नी झगड़ालू स्वभाव की है, या आप अच्छे पिता नहीं हैं या आपके पिता आपके प्रति क्रूर है या यदि आपने अपने पिता को क्षमा नहीं किया है तो आपको दमा रोग हो सकता है। परन्तु पृथ्वी पर अवतरित होने से पूर्व हम स्वयं अपने माता–पिता का चुनाव करते है। हो सकता है वो गलत हों जिद्दी हों, सिरजोर हों। हो सकता है वे शराबी हों। परन्तु यदि आप उन्हें त्यागना चाहें तो भी उनसे क्षमा लेलें और उन्हें क्षमा कर दें अन्यथा ये समस्या आपके साथ बनी रहेगी।

**आपको अनन्त आशीर्वाद**

# निर्मल वाणी

हमें इस शरीररूपी मन्दिर की देखभाल को अपना मुख्य कर्त्तव्य समझकर सतत् प्रयत्न करते हुए आगे बढ़ना है। पर यही आपकी जिन्दगी का लक्ष्य नहीं होना चाहिए। यह तो एक अत्यन्त छोटा–सा हिस्सा है अपनी जिन्दगी का, जैसे तमाम जगह स्वच्छ कर आप बाहर आ जाते हैं। यदि आपको कोई समस्या है तो उसे भूल जाइए। शनैः शनैः आपकी दशा में सुधार आ जाएगा। मुख्य बात तो यह है कि अपनी आत्मा में रहें, संतुष्ट रहें। बारम्बार आग्रह न करें कि माँ हमें ठीक करें। परन्तु कहना चाहिए "माँ हमें आध्यात्मिक जीवन में स्थापित रखिए।" आप स्वतः इच्छानुसार रोगमुक्त हो जाएंगे।

माया के बगैर चित्त की तैयारी नहीं होती, अतः इस माया से डरने के बजाय उसे पहचानिए। तभी वह आपका मार्ग प्रकाशित करेगी। जैसे सूर्य को बादल ढक देते हैं और उसके दर्शन भी करा सकते हैं। माया मिथ्या है, यह जानते ही वह अलग हट जाती है, और सूर्य का दर्शन हो जाता है। सूर्य (ब्रह्म, सत्य) तो सदा सर्वदा है ही, परन्तु बादल (माया) का काम क्या होता है? बादलों की वजह से ही मन में सूर्य–दर्शन की तीव्र इच्छा पैदा होती है। फिर सूर्य क्षणभर के लिए चमकता है और छिप जाता है। इस कारण आँखों को सूर्य देखने की ताकत और हिम्मत आती है।

# तिहाड़ जेल में बन्द साधकों के कुछ पत्र
## सहजयोग महायोग

परम पूज्य माता जी मैं जेल में 27.10.99 को आया तो मुझे पता नहीं था कि हमारे जेल न. 5 में सहजयोग हो रहा है। और मैं वार्ड में था तो मुझे नहीं पता था कि सहजयोग क्या है। इसके करने से क्या फायदा होता है। और जब मेरी गिनती कट कर वार्ड न. 7/4 में आया तो मैंने देखा कि बैरिक नं. चार में सहजयोग रोज होता है। और मैं ने भी करना शुरू किया तो एक हफ्ता तक मैं बहुत परेशान होता था कि इससे कोई फायदा नहीं है और यह एक फालतू का चीज़ है और जब मैंने दिल लगाकर करना शुरू किया तो मुझे बहुत फायदे हुए। मेरा पैर टूट चुका था और उसमें सूजन थी, वह भी ठीक हो गया और मैं शरीर से भी परेशान था वह भी ठीक हो गया। और अब मैं रोज सुबह–शाम सहजयोग करता हूँ। और आराम से रहता हूँ। श्री माता जी की कृपा से और अब मैं हमेशा करता रहूंगा और आशा करता हूँ कि जब तक जेल में रहूंगा तब तक और बाहर जाकर सबको अपने बारे में भी बताता रहूंगा कि जेल में रहकर मैंने सहजयोग किया और मेरे अन्दर इतने बदलाव आये और मैंने सोचा भी नहीं था कि जेल में रहकर मेरे अन्दर इतने परिवर्तन आ जायेगे और मैं ठीक हो जाऊँगा। इससे और ध्यान लगाकर सहजयोग करता हूँ।

**रामकरण**
पिता का नाम : मसी प्रसाद
पता : तुर्कमान पुर नार्मल टैक्सी स्टैन्ड, गोरखपुर (यू.पी.)
तीहाड़ जेल न. 5/4
हरिनगर डिपो, नई दिल्ली–110064

•••••

मैं जेल न. 5 के वार्ड न. 7 की वैरिक न. 4 का एक विचाराधीन बन्दी हूँ। सहजयोग करना मुझे बहुत अच्छा लगता है। और अब मुझे किसी भी प्रकार की कोई परेशानी नहीं रहती। मैं अपने आपको काफी हलका महसूस करता हूँ और आगे भी सहजयोग करना चाहता हूँ। कृप्या करके आप हमारी अनुरोध को सुने सहजयोग करने में हमारी सहायता करें और आने वाली परेशानी को खत्म करवायें, आपकी अति कृप्या होगी।

**धन्यवाद**

**राकेश कुमार**

•••••

# एक सहजी की अनुभूति

श्री माता जी यद्धपि आपके द्वारा प्रदान किये गये आनन्द व अनुभूति को शब्दों में बताना या पिरोना कठिन ही नहीं अपितु असम्भव सा है क्योंकि हे देवी आप तो सभी शब्दों से परे हैं। किन्तु श्री माता जी आपके द्वारा प्रदत्त शब्द वाणी एवं संगीत ही ऐसा माध्यम है, जिसके द्वारा हम (आत्मा) का भाव आप से बता सकते हैं। हे माँ कृपा कर इन सभी भावों (शब्दों) की अविद्या दूर करके इन सभी शब्दों को पूर्ण रूप से चैतन्य से भर दिजिए।

माँ इन शब्दों में जो आपके द्वारा प्रदान किये गये योग अवस्था में हम आत्मा आपके सुसज्जित गोरा (कुण्डलिनी) रूप का पिता सदाशिव से मिलन अर्थात सहस्रार तक आने की यात्रा का दर्शन पाते हैं उसका ही वर्णन करनी की छोटी सी चेष्टा की है कृपा अनुमति दिजिए। आपको कोटि–कोटि धन्यवाद!

## आत्म दर्शन

**आत्मा कहती है:–**
मेरे पाँच विकारों को बजकर, पंच तत्व की देही नाम करी।
यूँ रूप सुनहरा धर कर के गोरा मिलने शिव धाम चली।।
मेरे पाँच विकारों.....
ले भूत–भविष्य पहिये दो,
वर्तमान का देखो रथ है बना।
पग–पग देवों का वंदन है,
चैतन्य का ऐसा पथ है बना।।
ये दृश्य अलौकिक देखी मैं जीवन मेरा तुम प्राण भरी
यूँ रूप सुनहरा.....

इस रथ की क्या मैं छटा कहूँ
सब सूर्य–चन्द्र ये थोड़े हैं।
गणनायक रथ को हाँक रहे,
बजरंग, भैरव दो घोड़े हैं।।
माँ मुझ पर तुम उपकार किये धारण मुझको परिधान करी
यूँ रूप सुनहरा.....

ब्रह्मा जी तुझको जन्म दिये
विष्णु जी ने श्रृंगार किया।
आदि गुरु ने तुमको शिक्षा दी
तब दुर्गा का आधार लिया।।
अब मुझको खुद में ले कर के करके तुम मुझको राम चली
यूँ रूप सुनहरा.....

माँ शारदे वीणा वाद करे
बजती है मुरली कान्हा की।
झूमी है सृष्टी सारी माँ
करती हैं नृत्य यूँ राधा जी।।
तुम क्षमा आभूषण धारे हो, ईसा माँ तुझको द्वार करी।
यूँ रूप सुनहरा.....

डमरू धड़कन कैलाश बाजे
शिव चरणन में माँ अर्पित हैं।
नटराज के प्रेम की वर्षा में
अब रोम–रोम माँ गर्वित है।।
ये कहाँ मुझे माँ ले आये मेरी स्वर्ग में सुबह–शाम करी
यूँ रूप सुनहरा धर कर के, गोरा मिलने शिव धाम चली
मेरे पाँच.....

कोटि–कोटि नमन
जय श्री माता जी

# विद्यार्थी को सहजयोग से लाभ

श्री माताजी, आपकी परम् कृपा से हम जो भी पढ़ते हैं, वह हमारे ध्यान में रहे, ऐसा ही हो। परम् पूज्य श्री माताजी को अपना गुरु मानकर अपनी प्रगति कीजिए और अपना सुधार कीजिए। श्री माताजी एक असामान्य अद्वितीय एवम् अलौलिक व्यक्तित्व हैं। हमें उन्हें पहचानना चाहिए। परीक्षा में सफल होना, हर मनुष्य के भौतिक उन्नति का एक अभिन्न अंग है। केवल डिग्री प्राप्त कर लेने से शिक्षा प्राप्ति का अंत नहीं होता। अपना ज्ञान बढ़ाना बहुत आवश्यक है। अपनी ज्ञानवृद्धि से, और अपने को जान लेने से हम श्री माताजी और सहजयोग को अधिक समझ पाएँगे। सांस्कृतिक कार्यक्रमों में अधिक से अधिक भाग लेने से हमारे व्यक्तित्व का विकास होता है। सहजयोगियों की परीक्षा में अच्छे अंक लाने पर श्री माताजी हर्षित होती हैं। अच्छे अंक प्राप्त करना और अपना भविष्य निर्माण करना, हर सहजयोगी का धर्म है। हम इस पूर्ण के एक सूक्ष्म भाग हैं। यद्यपि हम सभी उच्च कोटि के गायक, चिकित्सक आदि नहीं बन सकते परंतु श्री माताजी के ध्यान से हम अपनी क्षमता में वृद्धि कर सकते हैं।

**परीक्षा के पूर्व श्री माताजी से प्रार्थना**

श्री माताजी मैंने जो भी अभ्यास किया है, आप उसकी जानकार हैं। मेरे इस कलम से जो भी स्याही निकलेगी, वह आप ही है। मैं सफल हुआ तो वह सफलता मेरे देह की होगी, परंतु अगर मैं असफल रहा तो असफल होने का कारण ढूंढकर उसमें सुधार करूंगा। यद्यपि इस परीक्षा को मैं लिख रहा हूँ परंतु मेरे द्वारा आप ही इस परीक्षा को लिख रही हैं।

**अभ्यास की पद्धति**

(1) पढ़ाई का कोई छोटा और आसान पथ नहीं है। परिश्रम से ही फल की प्राप्ति हो सकती है।

(2) हमेशा प्रसन्नचित और खुश रहना चाहिए।

(3) हर दिन ध्यान करना, सफलता की सीढ़ी का पहला पड़ाव है।

(4) हमें ध्यान और परिश्रम दोनों में संतुलन रखना है। केवल ध्यान से ही सफलता नहीं मिल सकती।

(5) परीक्षा में लिखते समय चित्त को नम्र और एकाग्र रखिए।

(6) परीक्षा से पहले ठंडे पानी और बाहरी भोजन से दूर रहिए।

(7) अपने चित्त को शुद्ध करके पढ़ना आवश्यक है। इससे चित्त स्थिर और शांत रहता है।

(8) परीक्षा के समय श्री माताजी की फोटो अपने पास रख परीक्षा दे सकते हैं।

(9) परीक्षा में उपयोग में आनेवाली वस्तुओं की लिस्ट बनाकर उसे एक दिन जमा कर लीजिए।

(10) श्री माताजी से प्रार्थना करनी चाहिए। 'श्री माताजी आप ज्ञान के सागर हैं। आप ही मुझसे यह परीक्षा लिखवा रही हैं।' मंत्र का उच्चारण करना चाहिए 'या देवी सर्व भूतेषु बुद्धिरुपेण, शांतीरुपेण संस्थिता नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः।

(11) पेपर मिलने पर उसे बंधन दीजिए। पेपर कठिन होने पर भी ज्यादा से ज्यादा प्रश्नों को हल करने का प्रयत्न करें।

(12) पेपर के अंत में अपने लिखे हुए उत्तरों का दोबारा पठन कीजिए।

(13) पेपर वापस करते समय चित्त से श्री माताजी को अर्पण कीजिए।

(14) पेपर के विषय में चर्चा न करे, घर जाकर अगले विषय की तैयारी करें।

(15) तीखा, मीठे, कड़वे और अतिशीत वस्तुओं से दूर रहें।

(16) ध्यान और अभ्यास का योग्य नियोजन करें।

(17) रोज 5–10 मिनट पानी पैर क्रिया करें।

नवरात्रि पूजा, लोतराकी, यूनान, 21.10.2001