# चैतन्य लहरी

जानेवारी/फेब्रुवारी २००४
अंक क्र. १ व २

# गणपतीपुळे सेमिनार २००३

संक्रांत पूजा, १५ जानेवारी २००४

# अनुक्रमणिका


- संक्रमण..... संक्रमण..... ---------------------------------------- २
- संक्रान्त पूजा, प्रतिष्ठान, पुणे १५ जानेवारी २००४ ------------------- ३
- कल्पनादीदि वाढदिवस समारंभ, प्रतिष्ठान पुणे - वृत्तांत ------------- ४
- ख्रिसमस पूजा, गणपतीपुळे, डिसेंबर २००३ ------------------------ ५
- श्री गणपत्यथर्वशीर्ष ---------------------------------------- ८
- प.पू.श्रीमाताजी निर्मलादेवींचे प्रवचन ------------------------- १०
- कुण्डलिनीची ३॥ वलये व ७ चक्रे ------------------------------- ११
- सर सी.पी. श्रीवास्तव यांचे भाषण, जानेवारी २००४ ------------------ १२
- गणपतीपुळे सेमिनार २००३, वृत्तांत ---------------------------- १४
- ''श्री मंगलाष्टके''(सहजयोग विवाह विधि) ------------------------- २४



चैतन्य लहरी, सहजयोग केंद्र,

प्लॉट नंबर ७९, सर्व्हे नंबर ९८, भुसारी कॉलनी,

कोथरुड, पुणे - ४११ ०३८

टेलिफोन : ०२०-५२८ ६१०५

E-mail : chaitanyalaharipune@ rediffmail.com

# ......संक्रमण..... संक्रमण.....

सृष्टीच्या चक्रनेमिक्रमाप्रमाणें सूर्यदेवांचा मकरवृत्तावरून उत्तरेकडचा प्रवास पुन्हां एकदा सुरु झाला आणि मकरसंक्रांत म्हणून सर्वांनी तो सण साजरा केला. यालाच संक्रमण म्हणतात. अनादि कालापासून सर्व निसर्गसृष्टि लयबध्द असल्याप्रमाणें अशीच चालत आलेली आहे.

असेच संक्रमण मानवजातीमधें घडावे व त्याची आत्मोन्नति व्हावी अशीच परमेश्वराची योजना व हेतू आहे. मानवाचे हे संक्रमण तो स्वत: घडवूं शकतो व हाच सहजयोगाचा संदेश आहे. फार पूर्वीपासून अनेक ऋषी-मुनी, आचार्य व संतमहात्म्यांनी मानवाच्या कल्याणासाठीं अतोनात मेहनत घेतली व त्याचेच फळ म्हणून आंतरिक परमेश्वरी कुण्डलिनी शक्ति जागृत करण्याचा सहज -मार्ग प.पू.श्रीमाताजींकडून आपल्याला मिळाला हे आपले भाग्यच आहे. आतां मानवोन्नतीची यापुढील वाटचाल होणार आहे . मानवजीवनामधें आलेला मोह, लालसा, स्वार्थ , द्वेष , चढाओढ, अहंकार इ. अनिष्ट प्रवृत्तींचा अंधार या प्रकाशाकडूनच दूर होणार आहे. हेच मानवजातीचे संक्रमण.

आजकालची परिस्थिति पाहिली तर या संक्रमणाच्या श्रध्देवरचा विश्वास डगमगणार तर नाहीं ना अशी शंका येण्यासारखीच समाजाची सध्या अवस्था आहे. त्यासाठीं ध्यानामधून धैर्य व शक्ति मिळवणें जरूर आहे. सध्याचा काळ त्यासाठीं अनुकूल आहे असे श्री माताजींनी अलिकडेच स्पष्ट करून सांगितले आहे. समाजाचा आजकाल दिसून येणारा अध्यात्मिकतेकडचा वाढता कल त्याचेच द्योतक आहे. सहजयोगाच्या प्रचार व प्रसार- कार्याला अधिक वेग येण्याचा हाच समय आहे. त्याशिवाय मानवामधे अध्यात्मिक संक्रमण संभवत नाहीं. माणसाच्या हृदयांत हे संक्रमण झाल्यावरच प्रेम, करुणा, त्याग, सहानुभूति, आपलेपणा अशा अनेक सत्प्रवृत्ति वाढीस लागतील. त्यासाठीं प्रत्येक सहजयोग्याने स्वत:ला विजिगीषु बनवणें हीच आपली साधना व तपश्चर्या आहे.

'' आमच्या सर्वांच्या प्रयत्नांत सूर्यदेवतेचे तेज येऊं दे '' अशी आपण आदिशक्तीला प्रार्थना करूं या.

•••

# संक्रान्त पूजा

प.पू.श्रीमाताजी निर्मलादेवींचा संदेश, प्रतिष्ठान, पुणे

१५ जानेवारी २००४

आजचा संक्रान्तीचा दिवस फार महत्वाचा आहे हे तुम्ही जाणताच. दरवर्षी आपण हा सण साजरा करतो कारण या काळानंतर सूर्याचे दक्षिणेकडून पुन्हा उत्तरेकडे परिक्रमण सुरु होते. सृष्टीमधील जीवनकार्य सूर्योदयानंतरच सुरु होते, सूर्याच्या तेजशक्तीमुळे सर्व कार्य चालते आणि समस्त जीवनावर सूर्याचाच प्रभाव असतो.

सूर्याला नमस्कार, अर्घ्य, प्रार्थना, अनुष्ठान अशा अनेक प्रकारे सूर्याची उपासना लोक करतात. पण सहजयोग्यांनी सूर्याचे महत्त्व आजच्या दिवशी विषेश जाणून घेतले पाहिजे. सूर्याचे स्थान आपल्या आज्ञा चक्रावर आहे तुम्हाला माहित आहेच; त्याच्या तेजामुळेंच आज्ञा-चक्र प्रभावित होत असते. म्हणून आज्ञा-चक्र ठीक राखणें महत्वाचे आहे. म्हणूनच राग, क्रोध, वाद इ. भावनांना आवर घालणें फार जरूर आहे. आज्ञा-क्षेत्रावरच येशू ख्रिस्तांचे आधिष्ठान आहे. येशू ख्रिस्तांनीही सर्वांना क्षमा करण्याचा संदेश दिला. आपण नेहमी दुसऱ्यांच्या चुकांबद्दल वाद घालतो, आपल्या चुकांचे समर्थन करण्याची खटपट करतो म्हणून क्षमा करणें अवघड होऊन जाते. त्यासाठीं सर्व परिस्थितीत संतोष बाळगणें आणि दुसरा असा- तसा का वागतो याच्या विचारांत न पडणें हाच उपाय आहे; ते एक प्रकारे निरिच्छ होणें आहे. असे केल्यावरच आज्ञा-चक्र ठीक होते आणि कुण्डलिनी चटकन सहस्त्रारांत प्रवेश करते. माणसाचा स्वाभाविक स्वभाव बदलून दुसऱ्यावर न रागवता, टीका न करता, दुसऱ्याकडे निरिच्छपणें पाहणें व सतत क्षमाच करत राहणें आपण शिकले पाहिजे. त्यातून आज्ञा-चक्र सुधारते. हे आज्ञा-चक्राचे महत्त्व लक्षांत घ्या.

सर्वांना अनंत आशीर्वाद.

# कल्पनादीदि वाढदिवस समारंभ प्रतिष्ठान; पुणे - वृत्तांत

दिनांक २२ डिसेंबर २००३ रोजी प्रतिष्ठान पुणे येथे प.पू.श्रीमाताजी निर्मलादेवींची मोठी कन्या कल्पनादीदि हिचा वाढदिवस आयोजित केला होता. त्यासाठी काही ठराविक सहजयोगी व पाहुण्यांना निमंत्रित केले होते. प्रतिष्ठानमधील कार्यक्रमाचे स्टेजवर मांडव टाकून तसेच फुलांची आरास करुन सजविले होते. मधोमध ''हॅपी बर्थ डे कल्पना दीदि'' ही अक्षरे आकर्षकपणे लावली होती. सर्वत्र फुगे व आरास केली होती.

साधारण ८.००च्या सुमारास प.पू. श्रीमाताजी, साहेब कल्पनादीदि, त्यांची मुलगी अनुपमा व श्री पी.के. श्रीवास्तव साहेब तसेच साधनादीदि व श्री रोमेल वर्मा साहेब यांचे स्टेजवर आगमन झाले. श्रीमाताजींना श्री नलगीरकर यांनी हार अर्पन केला. श्री राजेंद्र पुगालिया यांनी श्रीवास्तव साहेब, सौ कल्पनादीदि व उपस्थित परिवारास पुष्पगुच्छ देऊन त्यांचे स्वागत केले.

सौ कल्पनादीदिचा परिचय श्री दिवेकर यांनी दिला. सौ कल्पनादीदिंचा जन्म २२ डिसेंबर १९४७ ला झाला. ग्वाल्हेर मधील व्हिक्टोरीया मेमोरियल रुग्णालयात श्रीमाताजींनी आपल्या या पहिल्या मुलीला जन्म दिला. ही बातमी बाबामामांनी सर. सी. पी. श्रीवास्तवसाहेबांना दिली. या सुंदर बाळाचे नाव ठेवले ' कल्पना '

पुण्याचे श्रीबागडदे आणि सहकारी यांचे स्टेजवर आगमन झाले. त्यांनी सुरवातीला ' जनम दिन हो मुबारक तुझे कल्पना, कुंडलिनी एक योग है ये, नजर मे मेरी तु, ही कव्वाली सादर केली. शेवटी कुण्डलिनी चढी बढी जाये या गाण्याने शेवट केला.

सौ कल्पनादीदि यांनी केक कापला. त्यांनी श्रीमाताजी व साहेबांना आपल्या हाताने केक भरवला. केक कापताना आकाशात फटाक्यांची प्रचंड आताषबाजी चालू होती. कल्पनादीदीला सर्व सहजयोग्यांच्या वतीने प्रेझेंट दिले. कल्पनादीदीने सर्वांचे वाढदिवस साजरा केल्याबद्दल आभार मानले. त्यावेळी रात्रीचे १०.०० वाजले होते.आदिशक्ती अत्यंत आनंदी होत्या.

त्यानंतर प्रतिष्ठानच्या नयनरम्य गार्डनमधे सर्वांनी प्रसादाचा आस्वाद घेतला. सदर कार्यक्रमासाठी पाहुणे व निमंत्रित सहजयोगी मिळून साधारण १५० - २०० जण उपस्थित होते.

## खिसमस पूजा

प.पू.श्रीमाताजी निर्मलादेवींचे भाषण, गणपतीपुळे, डिसेंबर २००३

तुम्हाला मिळालेले अमृत इतरांना वाटा सहजयोग पसरवणें हीच तुमची जबाबदारीआहे हेविसरू नका.

येशू खिस्त हे एक महान व दैवी संतपुरुष होते; पण तरीही त्यांना शेवटीं सुळावर दिले गेले. बरेच लोकांना वाटते की एवढया महान अवतारी सिध्दपुरुषालाही ह्या कठीण यातना का भोगाव्या लागल्या?. पण लक्षांत घ्यायची साधी गोष्ट म्हणजे ज्या काळी ते जन्माला आले त्या काळांत सर्व वातावरणच त्यांच्या आणि परमेश्वरी शक्तीच्या विरोधांत होते आणि त्यामुळेंच त्या लोकांनी त्यांचा अतोनात छळ केला. पण तरीही त्यांना त्या यातनांचे दु:ख झाले नाहीं वा लोकांच्या मूर्खपणाचा राग आला नाहीं. उलट त्या सर्व यातना व संकटांना त्यांनी धीरोदात्तपणें व आत्मसन्मानपूर्वक तोंड दिले. यातून खिस्त आपल्याला हाच संदेश देतात कीं तुम्ही परमात्म्याला जाणले असेल आणि ती परमशक्ति तुमच्यामधें जागृत असेल तर तुम्ही निर्भय बनून कसल्याहीं संकटांचा मुकाबला करुं शकता. जगाच्या पाठीवर जन्माला येणाऱ्या प्रत्येक माणसाला अनेक अडचणी व प्रश्न येणारच; तुमचा जन्म एखाद्या गरीबाच्या घरांत येतो वा श्रीमंताच्या महालात येवो, भौतिक समस्या तुमचा पाठलाग करणारच. खिस्तांनी त्यांच्या जीवनांतून हेच दाखवून दिले की अत्यंत क्लेशकारक व यातनामय प्रसंगातही त्यांनी संयम व धैर्य बाळगले. त्यांच्या जीवनाकडे पाहिल्यावर हेच दिसून येते की मूर्ख व अज्ञानी लोकांमुळे सज्जनांनाही कसा व किती त्रास भोगावा लागतो.

आज आपण खिस्तांचा जन्मदिवस मोठया आनंदाने साजरा करत आहोत; कारण त्यांनी आत्मोन्नतीचा हा नवीन मार्ग दाखवला ज्यामधें लोकांच्या अज्ञानामुळें आपल्यावर येणाऱ्या संकटांना, त्रास झाला तरी, तोंड दिले पाहिजे. खिस्तांना प्रचंड यातना सहन कराव्या लागल्या, त्यामानानें आता परिस्थिति तशी बरी आहे आणि साधारणपणें लोकांना अध्यात्माची थोडी-फार जाण आली आहे. शिवाय तुम्हा सहजयोग्यांची संख्या आता खूप आहे. एवढ्या मोठ्या मरणप्राय यातना सहन करतानाही खिस्त कधी रडले नाहींत वा अश्रू गाळत बसले नाहींत हे लक्षांत घ्या. म्हणून तुम्ही पण निर्भय बनून कसल्याही संकटांना वा परिस्थितीला सामोरे जायला शिका.

आता दिवस खूप बदलले आहेत, खिस्तासारखा तुमचा आता छळ होणार नाहीं. तुम्ही आत्म्याला जाणले असल्यामुळें माणसाच्या मनांतील चुकीच्या समजुती तुम्ही जाणूं शकता; खिस्तांनी आधीच त्या संपवून टाकल्या आहेत. आता लोक अध्यात्मिकतेकडे वळत आहेत; अध्यात्माबद्दल त्यांना आदर आहे.

ख्रिस्तांनी आपल्याला सहनशीलतेचा मार्ग मोकळा करून दिला हे आपले भाग्यच आहे.

सहजयोगाचाही हाच संदेश आहे. साक्षात्कार मिळाल्यावर एकदां तुम्ही आत्म्याशी जोडले गेलात की सर्व कांही घडून येणार आहे. कारण परमेश्वरी शक्ति तुमच्यामधून कार्य करुं लागते व ती सदैव तुमच्या पाठीशी असते. तुमच्यापैकी अनेकांना याचा प्रत्यक्ष अनुभव आहे. ख्रिस्तांसारखे त्रास आता तुम्हाला भोगावे लागणार नाहींत; तुम्ही पूर्णपणे सुरक्षित आहांत आणि तुम्हाला शांत व आनंदी जीवन मिळत आहे. आजूबाजूला कितीही मूर्ख,दुष्ट व आक्रमक लोक असले तरी त्यांच्यापासून तुम्हाला कांहीही धोका नाहीं. आपल्यासाठी ख्रिस्तांनी ते सर्व त्रास व यातना स्वत: भोगून संपवल्या आहेत. म्हणूनच आपण त्यांचे सदैव ऋणी राहिले पाहिजे व आपला मार्ग मोकळा केला म्हणून त्यांचे आभार मानले पाहिजेत.

हाच संदेश हिंदीमधून देताना श्रीमाताजी पुढे म्हणाल्या :

आज एकंदर समाज- जीवन बदलत आहे व अध्यात्मिक जीवनाचे महत्त्व लोकांना कळूं लागले आहे. अध्यात्मिक श्रध्देमुळें आपले शारीरिक, मानसिक व व्यावहारिक इ. त्रास कमी होतात हेहि लोकांच्या लक्षात येऊ लागले आहे. लोकांचा कल हळु हळु का होईना अध्यात्मिकतेकडे वळत आहे हे जाणणे महत्त्वाचे आहे. सहजयोगात येऊन तुम्हाला शांति-समाधान-आनंद मिळाल्याचे पाहून, तुमच्यामधील हे परिवर्तन पाहून, लोक अधिकाधिक प्रभावित होत आहेत. मी एकटी एवढे कार्य करुं शकले नसते. तुमच्यामुळेच हे कार्य होत आहे आणि त्यांतूनच सर्व मानवजातीमधे हे परिवर्तन होणार आहे.

पुढे मराठी मधून बोलतांना श्रीमाताजी म्हणाल्या :-

ख्रिस्तांना किती यातना भोगाव्या लागल्या हे तुम्हा सर्वांना माहित आहेच; पण ते सर्व त्रास व दुःख त्यांनी पचवले; कारण ते पवित्र आत्माच होते. हा त्यांच्या जीवनाचा अर्थ तुम्ही नीट समजून घेतला पाहिजे. त्यांच्यामुळेंच आत्मसाचात्काराचा मार्ग मोकळा झाला. आत्मसाक्षात्कार हे तुम्हाला मिळालेले वरदान आहे; म्हणून जपून रहा व त्याच्यावर मेहनत करा. सगळ्यांत महत्त्वाचे म्हणजे दुसऱ्यांनाही आत्मसाक्षात्कार (रियलायझेशन) द्या; <u>तुम्हाला मिळालेले हे अमृत इतरांना वाटा; आणि सहजयोग सर्वत्र पसरवा.</u> ख्रिस्तांना फक्त बारा शिष्य मिळाले; त्यांनी खूप कार्य केले तसेच ते करताना त्यांनी खूप चुकाही केल्या.तुम्ही मात्र चुका करुं नका, धोपट मार्गाने सहजयोगाचा प्रसार करा. तुमच्यावर ही मोठी जबाबदारी आहे म्हणून रात्रंदिवस मेहनत करण्याचा ठाम निश्चय करून दुसऱ्यांना सहजयोग देत रहा. सहजयोग घेतलात त्याबरोबरच ही जबाबदारी पण तुम्ही पत्करली पाहिजे.

सर्वांना अनंत आशीर्वाद.

गणपतीपूळेमधील सहजयोग विवाह-समारंभापूर्वी उपवर-उपवधु मुलामुर्लींना त्यांच्या वेगवेगळ्या मंडपात जाऊन प.पू.श्रीमाताजींनी उपदेश केला.
दि.२१ डिसेंबर २००४

<u>उपवर मुलांना त्यांनी सांगितले</u> :-

विवाहासाठीं तयार झालेल्या तुम्हा सर्वांचे मी अभिनंदन करते. तुम्ही सर्व जण खूप आनंदात असल्याचे पाहून मला समाधान वाटते.तुम्ही तुम्हाला विवाहयोग्य अशा सहजयोगिनींबरोबर विवाह करत आहांत; ती पण तुमचे स्वागत करेल आणि तुमची काळजी घेईल. कुणाला अजून कांहीं शंका वा विरोध असेल तर आत्तांच सांगा. लग्नानंतर तक्रार ऐकली जाणार नाहीं. इथें कसल्याही प्रकारची स्पर्धा वा दडपण नाहीं. मी तुम्हा सर्वांना सुखी व समृध्द वैवाहिक जीवनासाठी हृदयापासून आशीर्वाद देते.

<u>उपवधू मुलींशी बोलताना त्यांनी सांगितले</u> :-

विवाहबंधन स्वीकारण्यास उत्सुक असलेल्या तुम्हा सर्वांना आनंदी पाहून मला फार समाधान वाटत आहे. तुम्ही स्वत: ही जबाबदारी स्वीकारली आहे; म्हणून सूज्ञता वसमजूतदारपणा ठेऊन तुमच्या भक्ति व प्रेमपूर्वक वागण्यानें भावी पतीला सुख देण्याचा निश्चय करा. तुमच्यावरच ही जबाबदारी आहे म्हणून पतीला नीट सांभाळून रहा. संयमपूर्वक व प्रेमळ वागणुकीनेच जीवनातील सर्व प्रश्न व चढ-उतार तुम्ही पार कराल. सुखी व यशस्वी वैवाहिक जीवनाबद्दल मी तुम्हा सर्वांना हृदयापासून आशीर्वाद देते.

# ।। श्री गणपत्यथर्वशीर्ष ।।

(अंक क्र:- ११/१२ -२००३ पासून पुढे)

आतापर्यंत श्रीगणेशांचे परब्रह्मस्वरूप व गुण यांचे अथर्वणऋषींनी केलेल्या वर्णनाचे मंत्र आपण लक्षांत घेतले. आतां पुढील मंत्रात ते गणपतीचा महामंत्र सांगत आहेत.

<u>मंत्र</u> :-

गणादिं पूर्वमुच्चार्य वर्णादिं तदनंतरं
अनुस्वारः परतरः अर्धेंदुलसितं
तारेण ऋध्दं एतत्तव मनुस्वरूपं ।
गकारः पूर्वरुपं अकारो मध्यमरुपं
अनुस्वारश्चान्त्यरूपं बिंदुरुत्तररूपं
नादः संधानं संहितासंधि : ।।

<u>अर्थ</u> :- गण या शब्दातील आद्याक्षर 'ग्' हे प्रथम उच्चारून वर्णमालेतील पहिला वर्ण 'अ' उच्चारावा. त्यापुढें अर्धचंद्रांकित अनुस्वार ( ँ )उच्चारावा व प्रणवानें युक्त करावा. हेच तुझे साकार सगुण रूप.

या मंत्राचे 'ग्' हे पूर्वरूप 'अ' हे मध्यमरूप, अनुस्वार हे अंत्यरूप व 'बिंदु' हे उत्तररूप होय. या सर्वांच्या एकीकरणानें ओम सारखा नाद होईल.

<u>भावार्थ</u> :- या मंत्राच्या प्रथम व द्वितीय चरणांत वरवर पाहिल्यास पुनरुच्चाराचा भास होतो; पण एकाक्षरी मंत्रांतील गूढार्थ समजावण्यसाठीं व सांकेतिक भाषेचा उलगडा करण्यासाठीं अथर्वणरुपी तो विस्ताराने सांगत आहेत. गणपति म्हणजे परब्रम्ह, म्हणजेच ओंकार हे समजावणारा हा मंत्र आहे.

'गणादिं' पूर्वमुच्चार्य - 'गण' या शब्दातील आदिअक्षर म्हणजे ग् हे प्रथम उच्चारून 'वर्णादिं तदनंतर - त्यानंतर वर्णमालेतील आद्याक्षर 'अ' उच्चारावे. 'ग्' अधिक 'अ' म्हणजे 'ग'

अनुस्वार : परतर :- त्यावर, म्हणजे 'ग' वर अनुस्वार द्यावा; 'ग' वर अनुस्वार दिल्याने 'गं'

झाले.

अर्धेंदुलसितं- नंतर 'ग' ला अर्धचंद्राने लसित म्हणजे सुशोभित करा. म्हणजे 'ग्' पासून 'गँ' झाले.

ही मंत्राची प्राथमिक बांधणी झाली. 'गँ' हाच तो मंत्र. ँ या चिन्हाचा अर्थ अनुस्वाराचा सानुनासिक उच्चार; (दीर्घ अनुस्वार).ऋषी सांगतात.

' तारेण ऋध्दं' - गँ या मंत्राला ओम हा तारकमंत्र जोडून म्हणावा. म्हणजेच 'ओम गँ' .

'एतत्त्ववमनुस्वरूपं' - हेच गणपतीचे मानवी म्हणजे साकार व सगुण रुप आहे. 'ग्' ने गणांचे गोचर रूप, 'अ' ने गणांचे नामरूप, अनुस्वार म्हणजे समस्त अगोचर सृष्टि आणि अर्धचंद्र म्हणजे परब्रह्माचा (ओम मधील) निर्देश एवढा व्यापक अर्थ या प्रथमाचरणांत सामावला आहे.

या पुढील चरणांत ओम आणि 'गँ ' यामधील साम्य ऋषी दाखवतात. ओम ला अ,उ,म, अशा तीन व एक अनुनासिक (अर्धी) अशा मात्रा आहेत. त्या एकाक्षराला विशिष्ट नाद आहे. हीच वैशिष्टये 'गँ' या एकाक्षरी मंत्रात आहेत. हे दाखवण्यासाठी दुसऱ्या चरणांत ऋषी म्हणतात:

'गकार: पूर्वरूपं'- 'ग्' हे या मंत्राचे पूर्वरूप (जसे ओम मधील 'अ')

'अकारो मध्यमरूपं' - अकार 'अ' हे मध्यमरूप (जसे ओम मधिल 'उ')

'अनुस्वार श्चांत्यरूपं' - अनुस्वार ही अन्य रूप (जसे ओम मधील 'म')

पुढची अर्धचंद्रांकित ही अर्धी मात्रा म्हणून अनुस्वार ही अन्त्यमात्रा.

'बिन्दुरुत्तरूपं' 'बिंन्दु' म्हणजे अर्धचंद्राने निर्देश करतात ते अनुनासिक उत्तररुप.

'नाद: संधानं संहितासंधि: - दोन अनुनासिकांचे एकत्रीकरण(संधान) असल्यामुळें ओम आणि गँ यांच्या उच्चारामधे नादसाम्य आहे. संहितामधें ओम मधील दोन अनुनासिकांच्या संधीमुळें होणारा नादयुक्त उच्चार करतात तसाच 'गँ' मधेही आहे.

येणे प्रमाणे 'गँ' हा महामंत्र सांगून झाल्यावर या मंत्राचा विनीयोग, ऋषी, छंद व देवता इ. पारंपारिक वहिवाटीला अनुसरून पुढील मंत्र आहे.

<u>मंत्र</u> :-सैषा गणेशविद्या । गणकऋषि : । निचृत्- गायत्री छंद: । गणपतिर्देवता ॥

ओम गँ गणपतये नम: ॥

<u>अर्थ</u> :- गणेशविद्या म्हणतात ती हीच. या मंत्राच्या ऋषीचे 'गणक' हे नांव, ह्या मंत्राच्या छंदासनिचृत् - गायत्री छंद अशी संज्ञा आहे (रचना गायत्री छंदात आहे) आणि या मंत्राची देवता गणपती आहे.

<u>भावार्थ</u> :- सैषा- म्हणजे गणेशाची प्राप्ति करून देणारी विद्या या मंत्रामधेंच आहे.ईशप्राप्तीची साधना किंवा मार्गांना वेदामधें विद्या म्हणतात. अथर्वणऋषी या मंत्राचे कर्तुत्व स्वत:कडे न घेता'गणक' अर्थात गणांचा राजा म्हणजे गणपतीकडेच देतात.

एवढे समजल्यावर सर्व श्रेय आराध्यदेवतेकडे सोपवण्यासाठीं व ऋण व्यक्त करण्यासाठी शेवटी ''ओम गँ गणपतये नम:'' असा उपमंत्र आहे.

(क्रमश:)

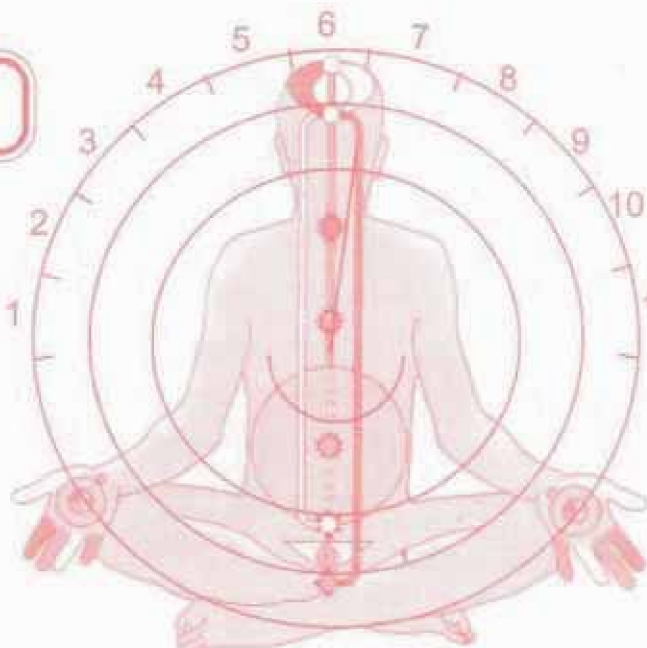
*प्रातर्नमामि हृदिसंस्फुरिदात्मतत्त्वम् सच्चितसुखम् परमहंसगति तुरियम् ।*
*यत्स्वप्नजागर सुषुप्तभवमितीनित्यम् तद्‌ब्रह्मनिष्कलमहंनच भूतसंघः ॥*

मी सकाळी उठून नमस्कार करतो, हृदयात स्फुरण पावणाऱ्या त्या तत्त्वाला, (ज्याला DIVINE LOVE म्हणतात.) मी नमस्कार करतो, त्याचे स्मरण करतो, जे सद्योदित सत्य आहे चित् आहे, सुख आहे. अशा तुरिया दशेत आम्ही आलो आहोत. पार होणे म्हणजेच तुरिया स्थितीत उतरणे म्हणजेच परमहंस स्थितीस, ब्रह्मस्थितीस येणे. अशा स्थितीला मी नमस्कार करतो, जी स्वप्नावस्थेत जागृत अवस्थेत व सुषुप्तीत (गाढ झोपेत) ( SUBCONSCIOUS) तरी ते नित्य असते. असा मी अलिप्त, निर्लेप ब्रह्ममय आहे. मी त्या पांच भूतसंघापासून बनविलेले शरीर मन बुध्दी, अहंकार नाही, मी ब्रह्म आहे जे नित्य अविनाशी आहे, सर्व स्थितीत वास करते.

हा आम्हा लोकांसाठी पार झालेल्यांसाठी, फार महान असा मंत्र आहे. आम्ही ते आहोत जे निर्लेप निरंजन, निराकार असे ब्रह्म आहे.पंचतत्त्वांच्या कोषाने बाहेरून मढवलेले असे आम्ही नव्हेत. तर जे अविनाशी अंतर्यामी विराजमान आहे तेच आम्ही आहोत. हे तेव्हाच घडते जेव्हां तुमचे चित्त त्यात स्थिर होते. तसे तुमच्या आत ते झाले आहे, बिलकुल घटित आहे, पण अजूनही ते चित्त कधी कधी बाहेर डोकावते. जसे ते आत स्थिर होऊन रहाते तेव्हां तुम्ही त्या परमहंसगतीस प्राप्त होता. पण त्याआधी आपल्या पायांना जो चिखल लागला आहे तो काढून स्वच्छ करा व मग त्या गादीवर बसा. तुम्हाला त्या गादीवर बसवले आहे. त्यावर त्या प्रतिष्ठेने स्थानापन्न व्हा, जसा एखादा राजा राज्याभिषेकानंतर सिंहासनावर मानाने स्थानापन्न होतो.

(प.पू.श्रीमाताजी निर्मलादेवींचे प्रवचनामधून)

# कुण्डलिनीची ३॥ वलये व ७ चक्रे




ज्याला आम्ही सायन्स सायन्स म्हणतो ते मनुष्याने बनविलेले नाही. त्याने जे शोधले त्याला 'सायन्स' म्हणले जाते. त्याने या संसारातील कोणतीही गोष्ट बनविलेली नाही. त्याचा कुठलाही नियम बनविलेला नाही. कुठलेही शास्त्र त्याने बनविलेले नाही. गणित शास्त्रही त्याने बनविलेले नाही. त्याचे नियम त्याचे विधि परमात्म्याने निर्मिलेले आहेत.

जसे एक वर्तुळ आहे त्याला व्यास व परिघ असतो. त्यांच्यात एक विशिष्ट प्रमाण असते(PROPORTION) ते आपण बनविलेले नाही. हे नियम प्रमात्म्याने घालून दिले आहेत. आहे त्या पेक्षा हे प्रमाण कमी किंवा जास्त होत नाही. जेवढे प्रमाण आहे ते ठरलेले आहे. सर्व असे नियम जे आहेत ते परमात्म्याचे आहेत. पुष्कळ मला विचारतात की कुडलिनीचे ३ ॥ कुंडलच का ? ही एक समजून घेण्यासारखी गोष्ट आहे. आपण घड्याळ पहाता. त्याचा व्यास जर सात असेल तर त्याचा परिघ त्याच्या २२ पट असतो. (परिघ/व्यास =२२/७ = $\Pi$ ) ज्याला गणितात $\Pi$ म्हणतात. त्यास व्यास ८ असेल तर परीघही त्याच प्रमाणात वाढतो. प्रमाण तेच कायम असते. व्यास ७ च का? मध्यबिंदूतून जेव्हां व्यास जातो तेव्हां त्याचे सात (भाग)होतात (व ते प्रकाशित होतात) याच प्रकारे आमच्या आतून जी सुषुम्ना जाते त्यावर सात भाग (चक्रे)होतात. (प्रकाशमान होतात) जर व्यासाचा अर्धा भाग घेतला तर त्याचे ३ ॥ वेटोळे एकावर (आकृतीत पहा) म्हणजे त्रिज्या ३ ॥ होते.जर ३ ॥ वेटोळे एकावर एक अशी (या सात बिंदूतून) $\Pi$ च्या प्रमाणात कुंडलिनीसारखी काढली व मधोमध त्यातून रेघ काढली तर ती ७ ठिकाणी छेदते. म्हणून आपल्यात सात चक्रे आहेत. परिघाचा हिशोब वेगळा आहे. त्याचा अर्धा भाग घेतला तर त्याचे व्यासाच्या प्रमाणात ११ भाग होतात. म्हणून देणगी देताना ११ रु.च देतात. तर ११ चे महत्व समजून येते. म्हणून शास्रात लिहिलेल्या गोष्टी, अनादी आहेत. याला गणितज्ञही समजू शकणार नाही. कारण योग्यांनी जे लिहीले, कुंडलिनी ३ ॥ वेळा लपेटलेले वळसे (COIL) आहे. पण ते कां आहे हे त्यांनी सांगितले नाही. पण शास्त्रज्ञ सांगू शकतील की ३ ॥ वेळा जेव्हा ती लपेटली जाते तेव्हा सर्व परीघ व्यापला जातो. त्याशिवाय हे होणारच नाही आणि त्याचे छेद घेतले तर बरोबर सात चक्रे येतात.

प.पू.श्रीमाताजींच्या भाषणातून
दिनांक:- २१.३.७५

## सर सी.पी. श्रीवास्तव यांचे भाषण
२६ जानेवारी २००४
प्रतिष्ठान पुणे

**सहजयोग आत्मसात करा व अधिकाधिक गहनता मिळवा.**

श्रीमाताजींच्या तर्फे मी आपणा सर्वांना बधाई देतो; त्यांनी पण त्यांच्या शुभेच्छा आपणा सर्वांना कळवण्यास सांगितले आहे. आज आपल्या देशाचा ५५ वा गणतंत्र दिवस हा सर्व देशवासियांना अभिमान वाटावा असा दिवस आहे. आपला देश विकासमार्गावर प्रगति करत आहे, सगळीकडे उत्साहाचे वातावरण आहे ही फार चांगली गोष्ट आहे. ज्या वीरपुरुषांनी आपल्या स्वातंत्र्यासाठीं कष्ट घेतले व आयुष्य वेचले त्यांचे आज आपण स्मरण केले पाहिजे. महात्मा गांधी व त्यांचे सहयोगी आपण जाणताच; पण मला विशेष सांगावेसे वाटते की श्रीमाताजींनी स्वत: या स्वातंत्र्यलढ्यांत भाग घेतला होता, केवळ १९ वर्षाच्या असतांना भूमिगत राहून स्वातंत्र्यसंघर्षात त्या क्रियाशील राहिल्या. अशा सर्व वीरांचे स्मरण करून आपण त्यांना वंदन करू या.

या आनंदोत्सवदिवशीं गणतंत्रदिवस साजरा करण्याबरोबर आपण काय केले पाहिजे याचाहि विचार आपण केला पाहिजे. त्या दृष्टीनें प्रत्येक नागरिक कार्य करेले तरच देशाची उन्नति होणार आहे. त्याबद्दल काय सांगावे असा विचार करतानाच माझ्या मनांत सर्वप्रथम हाच विचार येतो की श्रीमाताजींनी जो सहजयोग सुरू केला व तेहतीस वर्षे त्यासाठी जे अपरिमित कष्ट घेतले त्याचा प्रचार - प्रसार करणे हे आपल्या सर्वांचे कर्तव्य व मोठी जबाबदारी आहे. त्यांतूनच माणसामधें परिवर्तन होऊन माणूस सन्मार्गावर येऊं शकणार आहे व त्याचीच आज अत्यंत आवश्यकता आहे. आपल्या देशांत प्रचंड लोकसंख्या आहे व सहजयोगातूनच त्यांच्यामधें सुधारणा होणार आहे. त्यासाठी आपण प्रत्येकानें हातभार लावला पाहिजे. हे कार्य तोंडपूजा करून नव्हे तर मन लावून केले पाहिजे. त्याकरिता आपण स्वत: सहजयोग आत्मसात केला पाहिजे व त्याचा प्रसार केला पाहिजे. नुसत्या सहजयोग्यांची संख्या उपयोगाची नाहीं तर सहजयोग्यांची ऊंचीही वाढली पाहिजे. किंबहुना सहजयोगात गहनता मिळवणें जास्त जरूरीचे आहे.

आपल्या देशाने खूप प्रगति केली आहे. समृद्धि होत आहे. पण त्याचबरोबर कांहीं कमतरता समाजात आहे. त्यासाठीं जे कांहीं शक्य असेल ते करण्यासाठीं आपण अग्रेसर झाले पाहिजे. आपल्या राष्ट्रपति-महोदयांनी तर इतर पुढारी या प्रसंगी ज्या तऱ्हेने बोलतात त्या पेक्षा आणखी एक नवा संदेश दिला आहे की देशामधें आज जो भ्रष्टाचार सर्व क्षेत्रांत माजला आहे तो निपटण्याचे वचन प्रत्येक

राजकिय पक्षानें निवडणुक - जाहीरनाम्यांत दिले पाहिजे. भ्रष्टाचार हा आपल्या समोरचा एक अत्यंत गंभीर प्रश्न आहे. वर्तमानपत्रात त्यांत पोलिस-कमिशनरही अडकले असल्याच्या बातम्या आपण वाचतोच;लोकसेवा आयोगाचे पदाधिकारी पण तसेच अडकले आहेत. हे पाहिले की आपण लोक कुठें चाललो आहोत हे कळेनासे होते. एका बाजूला आकाशांत भरारी घेणारे विज्ञान - तंत्रज्ञान तर दुसरीकडे ही अवनति! म्हणूनच राष्ट्रपतींनी भ्रष्ट्राचार उच्चाटनाची आवश्यकता प्रतिपादन केली आहे.

म्हणून प्रथम आपण सर्वांनी स्वत: निष्कलंक राहण्याचा निश्चय केला पाहिजे. अशा अनीतिकारक गोष्टी करणार तर नाहींच पण मनांतही येऊ देणार नाहीं असा तुमचा निश्चय झाला पाहिजे. सहजयोग पसरवतानाही ही भावना आवर्जून सर्व सहजयोग्यांच्या मनावर बिंबवली पाहिजे. तरच हा भारतदेश उन्नत होणार आहे. इथें जरी थोडेच लोक उपस्थित असले तरी तुमच्याबरोबर लाखोंच्या संख्येने सहजयोगी आहेत; त्या सर्वांना हाच संदेश आहे की श्रीमाताजींनी दिलेला सहजयोग वाढवणें, आपल्यामधील व इतरांच्यामधील अनिष्ट प्रवृत्ति दूर करणे ह्या कामाला निर्धारानें व दृढविश्वास बाळगून लागणें हे प्रत्येकाचे कर्तव्यच आहे. प्रत्येकानें जर असा निर्धार केला तर हे कार्य, अवघड वाटले तरी, होणारच.

आपल्याला स्वातंत्र्यासाठी प्रदीर्घ लढाई करावी लागली, अनेकांनी त्यासाठीं सर्वस्व अर्पण केले, श्रीमाताजी व त्यांच्या वडिलांनी पण खूप त्याग केला. अशा सर्व वीरपुत्रांचे स्मरण करून व त्यांना वंदन करून आपण निश्चय करू या की आम्ही आदर्श नागरिक बनू, सहजयोगाचे अधिकाधिक कार्य करू व सहजयोग वाढवूं.

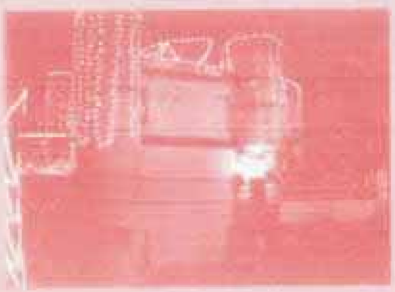
सर्वांना नमस्कार.

## २६ जानेवारी २००४ प्रतिष्ठान कार्यक्रमाचा वृतांत

प्रतिष्ठान मध्ये ध्वज फडकवण्याचा कार्यक्रम दु. १.०० च्या सुमारास सुरु झाला. त्यावेळी ''नमोस्तु ते जयोस्तु ते '' हे भजन झाले. त्यानंतर सर. सी.पी.श्रीवास्तव साहेब बाहेरच्या बाजूला ध्वज फडकवण्यासाठी आले. ध्वजारोहण झाल्यानंतर त्यांनी उपरोक्त भाषण केले.आतीलबाजूस प.पू.श्रीमाताजी बसून ऐकत होत्या. त्यानंतर ''वंदेमातरम'' हे गीत म्हणताना सर्वजण उभे होते. आतील बाजूला बसलेल्या श्रीमाताजींच्या चरणावर श्री नलगिरकर व श्री पुगालिया यांनी हार आर्पण केला. श्रीमाताजींच्या चरणाखाली भारताचा नकाशा ठेवून सर्व भारतासाठी आशीर्वाद दिले. तसेच आज ऑस्ट्रेलियातही दिवस साजरा करीत असल्याने श्री प्रशांत देशमुख यांनी ऑस्ट्रेलियाचा नकाशा श्रीमाताजींच्या चरणाखाली ठेवून आशीर्वाद घेतले. शेवटी सर्वांना प्रसाद वाटण्यात आला.

त्यानंतर बाहेरच्या बाजूला असलेल्या उपस्थितांना श्री नलगिरकरांनी मार्गदर्शन केले. त्यामध्ये त्यांनी सांगितले की, ''श्रीमाताजींनी सगळ्यांना ध्यानामध्ये गहनात उतरायला सांगितले आहे''त्यांच्या भाषणात त्यांनी सहजयोग्यांनी गहनता मिळवण्यासाठीम सतत प्रयत्नशील राहणें, ध्यानामध्ये निर्विचारता प्रस्थापित करणें व सहजयोगाचे कार्य करणे यावर भर दिला. त्यानंतर श्रीबागडदे यांनी '' माँ तेरी जय हो तेरा ही विजय हो '' व भय काय प्रभू ज्याचा रे '' ही भजने म्हटली व कार्यक्रम संपला त्यावेळी सर्वत्र प्रचंड चैतन्य जाणवत होते.

# गणपतीपुळे सेमिनार २००३, वृत्तांत



प.पू.श्रीमाताजींचे गणपतीपुळे सेमिनारसाठी एम.टी.डी.सी.च्या बंगल्यात दि. २३.डिसेंबर २००३ रोजी रात्री १०.०० च्या सुमारास आगमन झाले. त्यावेळी पुण्याचे प्रसिध्द सनईवादक श्री दैठनकर यांची मंगल धून चालू होती. दोन्ही बाजूला सहजयोगी हातात रंगीत रिबन घेऊन उभे होते. सर्वत्र रांगोळ्या काढलेल्या, गुलाबाच्या पाकळ्यांचा सडा सर्वत्र टाकलेला, तीन मुली पऱ्यांच्या वेशात स्वागतासाठी उभ्या असा सर्व देखावा मनोहर आणि नयनरम्य होता. श्रीमाताजींची हष्ट श्री नितीन शिंदे यांनी काढली. श्री राजेंद्र पुगालिया यांनी हार घालून स्वागत केले. सुवासिनींनी आरती केली. संपुर्ण बंगल्याचा परिसर विद्युत रोषणाईने उजळून गेला होता. त्याचवेळी समुद्रावर फटाक्यांची प्रचंड आताषबाजी चालू होती. आदिशक्तीच्या आगमनाने सर्वत्र चैतन्य पसरलेले जाणवत होते.

मुख्य पेंडॉलमधे सर्व जगभरातून आलेले सहजयोगी उपस्थित होते. साधारण २२ डिसेंबर पासूनच सर्व सहजयोगी सेमिनारच्या ठिकाणी जमू लागले होते. त्यांच्या आगमनाच्या वेळी सहजयोग्यांनी तयार केलेली गुलाबांची फुले देऊन त्यांचे स्वागत केले जात होते. थंड कोकम सरबत दिल्यावर युवाशक्तीचे कार्यकर्ते स्वत: त्यांच्या राहण्याच्या व्यवस्थेपर्यंत त्यांना पोहचवीत होते. सर्वांचा थकवा सामुहिक चैतन्यामुळे लगेचच निघून जात होता.

<u>२३ डिसेंबर २००३</u>

सकाळी ६.१५ वा. सामुहिक ध्यानाची सुरवात तीन महामंत्रांनी झाली. त्यानंतर श्रीमाताजींच्या आमृतवाणीची कॅसेट झाल्यानंतर साधारण एक तासभर ध्यान झाले व 'ओम श्रीनिर्मदलादेवी नमो नम:' या मंत्राने सकाळचे ध्यान संपले. ११.०० च्या सुमारास कलकत्याचे श्री करुण संगी यांच्या मार्गदर्शनात हवन घेण्यात आले. हवनासाठी सर्व कमिटीप्रमुख तसेच बाहेरील देशांचे लिडर्स उपस्थित होते. श्री ओलीव्हकर यांच्या मार्गदर्शनाखाली हवनाच्या वेळी श्रीमाताजींची १०८ नावे घेण्यात आली. शेवटी आरती नंतर तासभराने हवनाचा कार्यक्रम संपला.

दुपारच्या सत्रात वनदेवीचे डॉ विश्वजीत चव्हाण यांनी वनदेवीबाबत फिजीकल थेरपीची माहिती दिली. तसेच प्रात्यक्षिके करुन दाखविली, त्याचे फायदे समजाऊन दिले.त्यांनी सेमिनारच्या काळात समुद्रावर उपचार केंद्र उभारले असल्याचे जाहिर केले.

संध्याकाळी ७.०० च्या सुमारास व्ही.डी.ओ.कॅसेट पेंडॉलमधे लावलेल्या चार मोठ्या स्क्रिन्सवर दाखविली. त्यानंतर गणपतीपुळे सेमिनार आयोजकांची मुलाखत दाखविली.शेवटी वैतरणा प्रोजेक्टची

कॅसेट दाखविली. स्टेजवर स्थानिक सहजयोग्यांनी 'कोकणी नृत्य' सादर केले. डॉ. राजेश यांनी 'निर्मल माता जगकी दाता, कोई मानेयाना माने दिलदारा, मेरी माँ पुनम का चाँद' ही भजने सादर केली. आजच्या कार्यक्रमाचे सूत्रसंचलन लखनौचे लिडर 'श्री ब्रिजेश पटेल' यांनी केले. रात्री ११.३० च्या सुमारार कार्यक्रम संपला.

२४.१२.२००३

आजच्या कार्यक्रमाची सुरवात सकाळच्या ६.१५ च्या ध्यानाने झाली. त्यामधे श्रीमाताजींची अमृतवाणीची कॅसेट लावली होती साधारण तासभराने ध्यान संपले.

११.०० वाजता श्री नलगिरकर यांनी सर्वसहजयोग्यांना मार्गदर्शन केले. सदर ध्यान दिल्लीचे सहजयोगी यांनी ११.३० ते १.१५ या वेळात घेतले. ध्यानामधें निर्विचारतेवर भर होता. त्यासाठीं श्रीमाताजींना प्रार्थना व वेगवेगळ्या प्रसंगी त्यांनी केलेला उपदेश यांच्या साह्यानें सर्वांना निर्विचार ध्यानाचा अनुभव मिळाला.

संध्याकाळी ७.०० च्या सुमारास व्ही. डी. ओ. कॅसेटवर श्रीमाताजींच्या गणपतीपुळे एम.टी.डी.सी. मधील आगमनाची कॅसेट दाखविली. नंतर श्री सुब्रमण्यम गाण्यासाठी स्टेजवर आले. त्यांनी सुरवातीला 'पवन झकोरा लायो रे संदेशा श्री माँ के आनेका'.हे भजन म्हटले आणि त्याचवेळी श्रीमाताजींचे आगमन झाले.त्यांच्यापुढे राजस्थानी पेहरावातील सहजयोगी वेगवेगळे नृत्य सादर करीत होते.सदर नृत्य स्टेजच्या समोरच्या पॅसेजमधे करुन दाखविली. श्रीमाताजींचे स्वागत इंडिया लिडर श्री नलगीरकर, वर्ल्ड लिडर श्री डेबील्ट व श्री राजेश शहा यांनी केले. श्रीमाताजींसोबत साहेब, साधनादीदि व श्री रोमेल वर्मा साहेब उपस्थित होते. कार्यक्रमाच्या सुरवातीला प्रसिध्द कर्नाटकी गायक श्री जगन्नाथ नानकेरी व सहकारी यांचे स्टेजवर आगमन झाले. त्यानी 'प्रथम तुला वंदीतो कृपाला गजानना, श्रीमाताजीके चरणोमे मन रखदो', कर्नाटकी भजन व शेवटी संत मीराचे भजन- 'तुम बीन मेरी कोन खबर ले कान्हा गोवरधाना सादर करताना सर्वांना मंत्रमुग्ध केले.

साधारण ९.१५ च्या सुमारास प्रसिध्द रामपूर घराण्याचे पद्मश्री उस्तात गुलाम मुस्ताफा खान आणि सहकारी यांचे स्टेजवर आगमन झाले. त्यांनी राग बिहाग गायला. त्यानंतर देस रागात गणेश-स्तुति गायली, 'राम हरी बोलोजी शाम हरी बोलो, गोपाला मेरी करुणा क्यो नही आये, जैसे फुल सुगंध तैसे प्रित पुजारी, जय मीराके गीरीधर लागत सुरदासके राधेशाम' या भैरवीने कार्यक्रम संपवला. त्यानंतर वैतरणा

ऑकडमिच्या तीन मुलींनी ''चरणोमे तेरे चरणो मे श्रीमाताजींकि चरणा मे'' ह्या गीतावर नृत्य केले. रात्री ११.३० वाजता कार्यक्रम संपला.

२५.१२.२००३

आजचा पुजेचा दिवस. रोजच्याप्रमाणे सकाळी ६.१५ वाजता तासभर सामुहिक ध्यान झाले. सोबत श्रीमाताजींची कॅसेट लावली होती. दुपारी १०.३० वा सेंटर लिडर्सची मिटींग आयोजीत केली होती. त्यानंतर दुपारी ११.३० ते १.१५ या वेळात दिल्लीच्या ग्रुपने प्रार्थनेतून तसेच श्रीमाताजींच्या कॅसेटमधील भाषणाचा वापर करुन ध्यान घेतले.

संध्याकाळी ७.०० वा पुजा होणार असल्याचे जाहिर झाले होते. सहजयोगी मात्र दुपारी ५-६ पासूनच मुख्य पेंडॉलमध्ये जमु लागले होते. सर्वत्र प्रसन्न वातावरण होते.साधारण ७.१५ च्या सुमारास तीन महामंत्राने कार्यक्रमाची सुरवात झाली. त्यानंतर 'शक्ती' चे बासरी वादन झाले. श्रीमाताजींचे आगमन ८.०० च्या सुमारास झाले. सुमारे १५ -२० मिनिटांच्या भाषणानंतर पूजा सुरु झाली. त्यामधे पेंडॉल मधिल २१ मुलांनी श्रीमाताजींच्या चरणांची पूजा केली.त्यावेळी 'हे मजा सुतम भजे', 'तूझ्या पुजनी अर्चनी ,'मरणच मेले प्रभू माझे विजयी झाले', 'हे प्रेम मूर्त जगी आले', 'जगी तारक जन्मा आला', 'नमो नमो मारिया दुताचा नमस्कार' ही पूजेतील भजने झाल्यावर शेवटी आरती झाली. त्यानंतर श्रीमाताजींनी ख्रिसमस केक कापला. त्यावेळी परदेशातील सहजयोग्यांनी कॅरोल गीत गायली. शेवटी जगभरातून श्रीमाताजींसाठी आणलेल्या प्रेझेंटेशनचा कार्यक्रम झाला.

२६.१२.२००३

सकाळी ६.१५ वा श्रीमाताजींची अमृतवाणी लावून साधारण तासभर ध्यान घेतले. त्यानंतर दुपारी ११.०० च्या सुमारास श्री नलगीरकर आणि सहकारी यांनी साधारण १.३० तास श्रीमाताजींना प्रार्थना करीत त्यांचे ध्यानासंदर्भात असलेली अमृतवाणी ची ऑडिओ कॅसेट लाऊन ध्यान घेतले.

रात्री ८.०० च्या सुमारास श्रीमाताजींचे पेंडॉलमध्ये आगमन झाले. त्यानंतर धरमशाळा इंटरनॅशनल स्कूल मधिल मुलांचे कार्यक्रम झाले. त्यांनी सुरवातीला सरस्वती वंदना नृत्य सादर केले. त्यानंतर साधारण २५ मुला-मुलींनी नौका नृत्य-नाटीका सादर केली. भवसागर पार करताना प्रत्येक देवता नौकेतून येते व शेवटी आदिशक्ती प्रकट होते अशी या नाटकाची संकल्पना होती. त्यावेळी 'वल्हव रे नकवा हो वल्हव रे रामा', 'हो हैया हो है या सहज की पार हुयी नैया'.हे गीत सादर केले.

त्यानंतर पक्षी मूक- नाट्य सात-आठ मुलांनी सादर करताना पोपट त्यांच्या पिलांचे रक्षण कसे करतो ते अत्यंत मनमोहकपणे सादर केले. त्यानंतर भगवान श्रीकृष्ण- गोपी शास्त्रीय नृत्य पाच जणांनी अत्यंत प्रभावीरीतीने सादर केले.

आझादीके ५६ साल हे समुह नाट्य पाहताना सर्वांचे डोळे पाणावले होते. त्यामधे भारतमाता ब्रम्हा, विष्णू महेश सुरवातीला येतात. तसेच भारतातील हिंदू, मुस्लीम, ख्रिचन, शिख धर्माच्या जोड्या एकत्र रहातात, गातात. त्याचवेळी देशात झालेले सर्व नेते यांची आठवण काढली जाते. मात्र आतंकवादी येतात आणि सर्व काही नष्ट होते. परत आदिशक्ती येते आणि परत सर्व काही ठीक होते असा नाटकाचा विषय होता. त्याचवेळी कॅसेटवर 'ये मेरे देश की धरती', 'ये देश है जवानोंका विरोंका', 'सुनो गैर से दुनियावालो', 'जहाँ पावोमे पायल', 'घर चले', 'जो लैट के आया', 'ये मेरे वतन के लोगो', शेवटी ' माँ तेरे निर्मल प्रेमको मेरा शत शत प्रणाम' या गाण्यांच्या आधाराने सादर केले. त्यानंतर वासुदेव-पोतराज यांचा गोंधळ-जोगवा सादर केला. पेरणी नृत्य सादर करताना आकर्षक मनोरे सादर करुन सर्वांची वाहवा मिळवीली.

साधारण १०-१५ मुले धनगराच्या पेहरावात पाठीवर घोंगडे हातात कंदील घेऊन झांजेच्या साथीत 'सुबराने मांडले सुबराने मांडले', 'आदि नमन गणराया' तसेच 'आम्ही जातीचे धनगरी रहातो डोंगरावरी' या गीतांवर नृत्य सादर करीत शेवटी आकर्षक मनोरे सादर करीत सर्वांची वाहवा मिळवीली. या नंतर 'दम दमा दम मस्त कलंदर' ही कव्वाली सादर करुन सर्व पेंडॉलमधील सहजयोग्यांना अक्षरशहा नाचवले.

या नंतर ११.३० च्या सुमारास निर्मल सरीता नागपूर स्टेजवर आगमन झाले. त्यामधे गुरुजींनी प्रथम व्हायलीनवर राग दुर्गा वाजवला, श्री शाम जैन यांनी 'अनेक रुपे दाखवी मानव', 'निर्मला निर्मला बोलो', श्री अवी शेवलीकर यांनी सतार वादन केले. शेवटी आकांक्षा व छाया यांनी हे 'भवानी भगवती माँ तुझे नमो', 'जीन के मन मे माँ बसे', 'दुर होंगे सारे कष्ट होंगे सारे काम' हे भजन झाले तेव्हा रात्रीचे १.३० वाजले होते. श्रीमाताजी शेवटपर्यंत पेंडॉलमधे होत्या.

<u>२७.१२.२००३</u>

सकाळचे ध्यान नेहमीप्रमाणे ६.१५ वा. तीन महामंत्राने सुरवात झाली. त्यानंतर कॅसेटवर श्रीमाताजींची अमृतवाणी ऐकत साधारण एक तासभर ध्यान झाले. दुपारी ११.०० च्या सुमारास श्री नलगीरकर यांच्या

मार्गदर्शनात परदेशी पाहुण्यांना गिफ्ट वाटण्यात आली. त्यानंतर भारतीय सहजयोग्यांना गिफ्ट वाटण्यात आली.सदर कार्यक्रम चालू होता त्यावेळी बाजूला बासरी वादन चालू होते. दुपारी ४.०० च्या सुमारास कार्यक्रम संपला.

संध्याकाळी ६.३० च्या सुमारास स्क्रीनवर सहजयोगावर आधारीत नाटीका दाखविली. हुतस सरकार या तरुणाने गिटारवर राग मालकंस वाजविला. श्रीमाताजींचे ८.०० वा आगमन झाले. त्यानंतर आग्रा घराण्याचे गोव्याचे प्रसिध्द गायक श्री प्रविण एम. गावकर त्यांच्या सहकाऱ्यांसह गायला बसले. त्यांनी 'शुभ दिन रैन आये माताजीसंग आज बजाये', 'उमेचा उमेश आहेस रमेचा रमेश आहेस मात्र लाडका सर्व सुरांचा श्रीगणेश आहेस', 'मॉके ढुवामे इसे और क्या कहू', 'मन हा मोगरा आर्पुनी इश्वरा', 'निर्मल माता पवित्र माता महाकाली सरस्वती मॉ' ही अत्यंत सुंदर भजने मधून सुरात गायली.

त्यानंतर ९.३० च्या सुमारास छत्तीसगढचे प्रसिध्द कबिर गायक भारतीबंधू गायला बसले. त्यांनी नविन सहजयोगावर रचलेले 'तेरे उमर बिती जाये जागृती लेले भाई रे तुझे देने आत्मसाक्षात्कार आदिशक्ती आई.' हे भजन सादर करताना अनेक शेर सादर करीत सर्वांची वाहवा मिळवीली त्यावेळी सर्व पेंडॉल नाचत होता. इतका कार्यक्रम बहारदार झाला.

<u>२८.१२.२००३</u>

सकाळचे ध्यान ठीक ६.१५ पासून तासभर घेतले त्यावेळी श्रीमाताजींची इंग्रजी कॅसेट लावली होती. त्यानंतर ९.०० ते १०.०० वेळात लहान मुलांचे कार्यक्रम ठेवले होते.त्यामधे अनेक मुला-मुलींनी भाग घेतला होता. ११.०० च्या सुमारास श्री नलगीरकर आणि दिल्लीचे सहकारी यांनी प्रार्थनेतून ध्यान घेतले. त्यावेळी श्रीमाताजींच्या कॅसेटमधील अत्यंत महत्त्वाची अवतरणे स्पीकरवर चालू होती त्यामुळे सर्वांना ध्यानाचा प्रचंड आनंद मिळाला.शेवटी बंधने देण्याची पद्धत, व्हायब्रेशन देण्याच्या पध्दतीचे स्टेजवर प्रात्यक्षिक करुन समजावले. साधारण १.०० च्या सुमारास कार्यक्रम संपला.

संध्याकाळी ६.३० च्या सुमारास व्ही.डी. ओ. कॅसेट पडद्यावर दाखविण्यात आली. त्यानंतर श्रीमाताजींचे ७.१५ च्या सुमारास आगमन झाले. त्यावेळी हैद्राबादचे प्रसिध्द सुपरिचीत कव्वाल श्री अजिज अहमद वारसी व सहकारी यांचे स्टेजवर आगमन झाले. त्यांनी 'अल्ला हू अल्ला हू अल्ला हू ' ही कव्वाली श्रीमाताजींच्या समोर सादर करताना पेंडॉल मधिल

सर्व सहजयोग्यांना नाचवले. सदर कार्यक्रम साधारण १.०० तासभर चालू होता. कार्यक्रम संपल्यानंतर श्रीमाताजीआपल्या निवासस्थानी गेल्या.

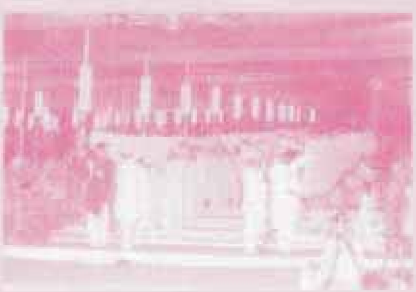
नाशिकचे प्रसिध्द सिंथेसायझर वादक सहजयोगी श्री धनंजय धुमाळ यांचे स्टेजवर आगमन झाले. ते वयाच्या २,१/२ पासून हार्मोनियम वाजवतात. त्यांचे आजपर्यंत ६००० पेक्षा जास्त प्रोग्राम झाले असून त्यांना श्रीमाताजींचे अनेकवेळा आशिर्वाद मिळालेले आहेत. त्यांनी राग 'चंद्रकंस' सादर करताना सर्वत्र प्रचंड चैतन्यात वाढ झाली होती. त्यामुळे प्रत्यक्ष श्रीमाताजी साकार रुपात स्टेजवर नसल्या तरी त्यांच्या निराकार रुपातील अस्तित्वाची जाणीव सर्वत्र जाणवत होती.त्यांच्या कॅसेट विक्रीसाठी उपलब्ध असावयास हव्या होत्या असे सर्वांना वाटत होते.

केरळ च्या कलेक्टीव्हीटीच्या २०-२५ जणांच्या गृपने समुह नाट्य सादर केले. त्यामध्ये स्कंद पुराणातील कथा सादर केली. आदिशंकराचार्य आपल्या तपचर्श्यातून देवीला प्रसन्न करतात. देवी प्रसन्न झाल्यानंतर तीला आपल्या गावी येण्याची विनंती करतात. मात्र देवी सांगते की, 'मी तुझ्या मागे मागे येत आहे. मात्र तु मागे वळून पहावयाचे नाही. त्यानुसार आदिशंकराचार्य पुढे देवी त्यांच्या मागे असा प्रवास सुरु होतो. रस्त्यात देवीला 'मुखासुर' राक्षसाबरोबर युध्द करावे लागते त्यावेळी शंकराचार्य मागे वळून पहातात. देवी त्याक्षणी पाषाणाची होते. ही समुह नाटीका अत्यंत प्रभावीपणे सादर केली.

वैतरणा ॲकडमिच्या संदिप गोधनकर याने भिल्ल पेहरावात रेकॉर्डवर बसविलेला डान्स सादर केला. त्यामध्ये अभिनयातून शिकार करणे, शिकार खाणे इत्यादी सुंदर अभिनय सादर केले. वैतरणा ॲकडमि मधिल परदेशी सहजयोग्यांनी बसविलेले श्री सुब्रमण्यम यांनी मार्गदर्शन केलेले 'जो माँ के दरपे आया वो पार हुवा' हे गीर सादर केले. उल्हासनगर मधिल भारत विधाता समाचारचे संपादक श्री राजेश मनुजा यांनी शेर शायरी करुन सर्वांची वाहवा मिळवीली.

दिपक वर्मा सहकुटुंब स्टेजवर आले त्यांनी उभयतांनी, 'तुम बसी हो कन कन माँ करणे आया वंदन माँ' हे भजन सादर केले. त्यानंतर नॉयडाचे सुखीराम आणि सहकारी यांनी स्टेजवर 'गुरु ओ की गुरु हे कल्याणी माँ तुझको नमन करे दिनरात' हे भजन सादर करीत सर्वांना नाचवले.

शेवटी पुणे मुझिक गृपचे श्री बागडदे आणि सहकारी यांचे स्टेजवर आगमन झाले त्यांनी ''कुण्डलिनी चढी बढी जाये मोरी निर्मला माता''



हे भजन सादर करीत सर्व पेंडॉलमधील सहजयोग्यांना नाचवले त्यावेळी रात्रीचे साधारण १.०० वाजला होता.

२९.१२.२००३

सकाळचे ध्यान ६.१५ वा घेतले. त्यात रोजच्या प्रमाणे तीन महामंत्र, श्रीमाताजींची ऑडिओ कॅसेट, शेवटी मंत्र असे साधारण तासभर ध्यान झाले. दि.२३ ते २९ रोज वेळेवर ध्यान घेण्याची जबाबदारी पुण्याच्या सौ पित्रे यांनी पार पाडली. सकाळी ८.३० च्या सुमारास हळदीचा कार्यक्रम सुरु झाला. त्यामध्ये सर्वांनी उत्साहात सहभाग घेतला होता. हळदीचा ११-११.३० पर्यंत चालू होता. मुख्य पेंडॉलमधे लहान मुलांचा कार्यक्रम चालू होता.

मुख्य पेंडॉलमधे लग्नाची तयारी नाशिकचे श्री शुक्ला यांच्या मार्गदर्शना खाली सुरु होती. त्यामधे होम कुंड मांडणे, होमाचे साहित्य ठेवणे, वधू- वरांचे हार तयार ठेवणे, अंतरपाठ तयार करणे तसेच त्यांना त्यांच्या क्रमांकावरच समोरासमोर उभे करणे इ. अत्यंत महत्वाची कामे सुरु होती.संध्याकाळी ७.०० च्या सुमारास प.पू.श्रीमाताजींचे समुद्र किनारी असलेल्या अपल्या जागेतील पेंडॉलमधे आगमन झाले. त्यांनी नवरदेवांना छोटेसे मार्गदर्शन केले.त्यांनंतर नवरदेवांनी श्रीमाताजींच्या चरणांची पुजा केली. साधारण १/२ तासभरानंतर सदर कार्यक्रम संपल्यानंतर श्रीमाताजींचे मुख्य पेंडॉलमधे आगमन झाले. त्यांनी प्रथम नववधूंना मार्गदर्शन केले. त्यानंतर गौरीपुजन झाले त्यावेळी श्रीमाताजींच्या चरणाची पुजा करण्यात आली.यावेळी एकंदर ५२ लग्ने होती. सर्व नववधूंना अंतरपाठासमोर क्रमवार उभे करण्यात आले. तोपर्यंत नवरदेवांचे पेंडॉलमध्ये आगमन झाले. त्यानंतर लग्नाचा मुख्य सोहळा सुरु झाला. सहजयोगातील लग्नाच्या मंगलाक्षता श्री बागडदे व सौ सरिता कोलबेल यांनी म्हटल्या. त्यानंतर विश्व निर्मला धर्म शपथ घेणे, कन्यादान समारंभ, हळदी कंगन, मंगळसुत्र बांधणे, सप्तपदी, हवन. इत्यादी कार्यक्रम पार पडले. यावेळी प.पू.श्रीमाताजी निर्मलादेवी उपस्थितीत असल्याने हवन प्रत्यक्ष प्रज्वलीत न करता फक्त अग्नीदेवतेचा मंत्र म्हणण्यात आला. त्यानंतर सर्व नव दांपत्यांना श्रीमाताजींनी आशीर्वाद व प्रेझेंट दिले. त्यानंतर श्रीमाताजी आपल्या निवासस्थानी परतल्या.

त्यानंतर स्टेजवर हैद्राबादचे पहिल्यांदाच आलेले क्लासिकल कव्वाली म्हणण्यात प्रसिध्द असलेले कव्वाल इक्बाल हुसेन खान आणि सहकारी यांचे स्टेजवर आगमन झाले. त्यांनी 'माता शक्ती का भंडार माता तेरी हो जयजयकार' ही कव्वाली सादर करुन सर्वांना नाचवले .

शेवटी गणपतीपुळे सेमिनार प्रमुख ट्रस्टी श्री राजेंद्र पुगालिया यांनी सेमिनारसाठी मदत केलेल्या सर्व कार्यकर्त्यांचे आभार मानले. त्यामध्ये विषेशकरून पुण्यातील कार्यकर्त्यांचे आभार मानताना त्यांनी पुण्याचे श्री धुमाळ, श्री रणावरे, श्री प्रविण जावळकर व सर्व कमिटी प्रमुखांचे आभार मानले. तसेच नॅशनल लिडर श्री नलगिरकर यांना प्रेझेंट देऊन सत्कार केला.श्री नलगीरकर यांनी सदर प्रेझेंट घेण्याचा हक्कदार मी नसून श्री पुगालीया आणि सहकारी असल्यासे सांगून त्यांना स्विकारण्यास भाग पाडले  कार्यक्रम संपला त्यावेळी रात्रीचे १२.०० वाजले होते.

<u>सेमिनारची व्यवस्था</u> :-

यावेळी गणपतीपुळे सेमिनारच्या आपल्या जागेत कायमस्वरूपी सुधारणा करण्याच्या दृष्टीने तयारी झाली होती. त्यामध्ये कायमस्वरुपी बांधकाम केलेले स्टॉल्स, सेमिनार ऑफिस, कार्यकर्ते निवास इमारत, महिलांसाठी बंदिस्त टॉयलेट्स,सर्व टॉयलेट्समधे कायमस्वरुपी नळाच्या पाण्याची व्यवस्था. पिण्याच्या पाण्याची उत्कृष्ठ व्यवस्था, कार्यकर्त्यांसाठीच्या भोजनाची स्वतंत्र अत्यंत चांगली व्यवस्था. कायमस्वरुपी नाशिक सेंटरने बांधलेले आकर्षक कारंजे.इत्यादी सुविधा गणपतीपूळे 'निर्मल नगरीत' वर्षभर केव्हाही सहजयोग्यांना भविष्यात जाता यावे, रहाता यावे या दूरदृष्टीने केल्याचे जाववत होते.

<u>स्टेज डेकोरेशन</u>:- कलकत्याचे १४ कलाकार दिनांक ७ डिसेंबर पासून डेकोरेशनसाठी निर्मलनगरीत उपस्थित होते. त्यांनी ६० फुट बाय १५ फुट आकाराचे स्टेजवरील मागच्या बाजूचे डेकोरेशन तयार केले होते. त्यासाठी कलकत्याची डेकोरेशनसाठी वापरतात ती प्रसिध्द '' शोला'' लाकडात कोरुन तयार केलेले डिझाईन एक ट्रकभरुन आणले होते.सदर लाकूड हे संपुर्ण भारतात फक्त कलकत्ता या ठिकाणीच उपलब्ध आहे. तसेच सदर लाकडाचा वापर हा देवीच्या आभूषणासाठी केला जातो त्यामुळे देवी प्रसन्न रहाते. डेकोरेशन हे पुरातन काळातील ''गौथिक'' वर आधारित होते. त्यामधे बंगालमधे ९ दुर्गा म्हणून खास ९ कमानी बनविलेल्या होत्या. सदर डेकोरेशन हे कोरीवकाम करुन अत्यंत मोहक केले होते. मधल्या कमानीमध्ये व बाजूच्या दोन कमानीमधे रोजच्या कार्यक्रमास साजेसे पेंटीग लावली जात होती. त्यामधे पुजेच्या दिवशी जीझस-मेरीमाता, नंतर श्रीकृष्ण गाईला चारताना, अग्नीकुंड इ.त्यामुळे डेकोरेशनमधे बदल जाणवत होता. सदर डेकोरेशनची जबाबदारी कलकत्ता लिडर श्री करुन संगी व सहकार्यांनी पार पाडली त्यांना पुण्याचे श्री सासे यांनी मदत केली.

<u>फुलांची सजावट</u> :- कलकत्ताचे श्री आदित्य पुगालिया यांच्या मार्गदशनाखाली ६ कलाकार रोजच्या स्टेज डेकोरेशनची व्यवस्था करीत होते. त्यासाठी पुण्याहुन श्री अनिल किनारे रोज एक जीप ताजी फुले निर्मल नगरीत पाठवित होते. सकाळी ८.०० वा. पासून फुलांच्या डेकोरेशनचे काम सुरु होत असे त्यामध्ये स्टेजवरच्या एन्ट्रन्सजवळच्यां वेगवेगळ्या तीन आकर्षक मोठ्या कमानी सजवणे, स्टेजवरील मागीलबाजूला सर्वत्र फुले सजवणे, स्टेजवरच्या छताला वेगवेगळे आकर्षक फुलांच्या परड्या लावणे, स्टेज समोरच्या पुढच्या बाजूला फुलांची सजावट करणे, श्रीमाताजींचे सिहासन सजवणे, एम.टी.डी.सी. मधिल श्रीमाताजींचे रुम सजवणे, श्रीमाताजींची गाडी सजवणे, रोजचे श्रीमाताजींचे खास वजनाने हलके असे हार तयार करणे ही कामे करीत होते. फुलांच्या आकर्षक मांडणीमुळे सगळीकडे प्रसन्न चैतन्यमय वातावरण निर्माण होत होते. पुण्याचे श्री साप्ते आणि सहकाऱ्यांनी काढलेल्या रांगोळ्यामुळे सर्वत्र मंगलवातावरण तयार झाले होते.

<u>पाणी व स्वच्छता व्यवस्था</u> :- सर्व पेंडॉमध्ये सतत पाणीपुरवठा करणे, टॉयलेटमधे नळांना सतत पाणी पोहचवणे इत्यादी व्यवस्था दिवसभर दर तासासे सर्वत्र जातीने जाऊन श्री पित्रे व श्री गाडेकर पुणे हे पाहत होते.त्यामुळे यावेळी पाण्याची गैरसोय झाली नाही.तसेच स्वच्छतेसाठी व इतर आवश्यक कामासाठी साधारण १०० सेवक नेमले होते.स्वच्छता अभियान केले होते. त्यामधे सर्व जेन्टस व लेडिज पेंडॉल मधिल स्वछतेसाठी खास बक्षिस ठेवले होते. सदर बक्षिसे मुख्य चौकात पहिल्यादिवसापासूनच मांडून ठेवली होती. पेंडॉलची पहाणी करुन त्यामधे जेन्टस पेंडॉल पैकी सदाशिव व श्रीकृष्ण यांना तर महिला पेंडॉल मधे निरंजना व निष्कलंका यांना स्वच्छतेची बक्षिसे जाहिर करण्यात आली.

<u>लहान मुलांचे कार्यक्रम</u> :-
दिनांक २७,२८ व २९ डिसेंबर २००३ रोजी सकाळी मुख्य पेंडॉलमधे वय वर्ष ५ ते १० मधील लहान मुलांचे गाण्याचे नृत्याचे कार्यक्रम ट्रस्टी श्री पराग राजे यांच्या मार्गदर्शनात आयोजित केला होता. भाग घेणाऱ्या सर्व बाल कलाकारांना प्रेझेंट देण्यात येत होते. त्यामुळे लहान मुलांच्या कलागुणांना एकप्रकारे चालनाच दिली जात होती.
होते.

## श्री नलगीरकर यांनी सहजयोग्यांना केलेले मार्गदर्शन :-

सर्व सहजयोग्यांनी वेळेवर पेंडॉलमधे उपस्थित राहणे आवश्यक आहे. जेवणाच्या पेंडॉलमध्ये वेळ घालवण्यापेक्षा मुख्य पेंडॉलमधे वेळ घालववावा. सहजयोग हा प्राक्टीकल आहे. १०-१० वर्ष सहजयोग करूनही लोक निर्विचारता अनुभवत नाहित. श्रीमाताजी आपल्याला घडा भरभरून देत आहेत आपल्याला घेता आले पाहिजे. सहजयोग ध्यान नियमीत केल्याने त्यांच्या कृपेत आपले सर्व प्रश्न सुटतात. काही लोक सहजयोगात बरे होण्यासाठी येतात,काहीजण लग्न होण्यासाठी येतात, काही जण लिडर होण्यासाठी येतात, पैसे कमविण्यासाठी येतात, सत्ता कमविण्यासाठी येतात. पुस्तके लिहून भाषन करून सहजयोग मिळणार नाही.

सहजयोग हा आपल्या श्रध्दा, समर्पणातून मिळणार आहे. त्यासाठी आढवड्यातून एकदा तरी सेंटरवर जाणे आवश्यक आहे. प्रत्यक्ष आदिशक्ती गणपतीपूळेयाठिकाणी आपल्याला दर्शन देण्यासाठी आली आहे. आजपर्यंत झालेले सर्व आवतार हे वेगवेगळ्या चक्रांचे आवतार आहेत. फक्त हाच आवतार हा सहस्त्राराचा आहे.तरी आपले ध्यान इतरत्र न ठेवता सतत सहस्त्रारावर ठेवावे. आदिशक्ती हे महामायेचे रुप असून ते समजणे अत्यंत अवघड आहे. तरी आपल्याला जे मागावयाचे ते आतून ध्यानामधूनच मागावे.

### सेंटर लिडर्सची मिटींग

मिटींगमधें अधोरेखित केलेले कांही मुद्दे खालील प्रमाणे :-

- प्रचार प्रसाराबावत आपल्या सेंटरने केलेल्या कामाची माहिती दिल्लीला वेळेवर पाठवणे आवश्यक आहे.बरेचवेळा आम्ही पत्रे पाठवतो पण त्याची दखल घेतली जात नाही.
- निर्विचार ध्यानासाठी सर्वांनी कार्यक्रम आयोजित करावेत.प्रचार प्रसारासाठी नॅशनल लिडरकरुन सर्व ते सहाय्य दिले जाईल

-एन.जी. ओ. ची इमारत तयार असून त्यात राहण्यासाठी प्रत्येक सेंटरकडून एकतरी निराधान, विधवा महिला पाठवावी. याबाबत आम्ही आपणास पत्र पाठविली आहेत. तसेच ७ वर्षापेक्षा मोठी निराधार मुले पाठवावीत. त्यांना सर्व प्रकारचे शिक्षण देण्याची व्यवस्था तसेच त्यांच्याकडून सहजयोग करून त्यांना पायावर उभे करण्याचे काम आम्ही संस्थेतून करु.

# "श्री मंगलाष्टके"(सहजयोग विवाह विधि)

१.स्वस्ति श्री गणनायकं गजमुखं विश्वस्य आद्यं बीजम् ।
गौरीनंदन बालकं अतिप्रियं कुंडलिनी रक्षकम् ॥
भूमीतत्व विराजितं गणवरं मूलाधार स्थितम् ।
पवित्र्यं प्रदायकं गणपतिं कुर्यात सदा मंगलम् ॥

२.या कुंदेन्दु तुषार हार धवला या शुभ्र वस्त्रावृता ।
या वीणा वरदंड मंडितकरा निर्मल विद्या प्रदा ॥
भुव: स्वामी प्रिया सुखदा आत्मैकनिष्ठा प्रदा ।
स्वाधिष्ठान स्थिता विरिंचि सहिंत कुर्यात सदा मंगलम् ॥

३.लक्ष्मीसंगे विराजिला मणिपुरी स्वतत्त्वासी राखावया ।
देऊनी सुख संपदेस मनुजा संतोषवी मानसा ॥
ताराया भवसागरात आपणा दत्तात्रया वन्दूया ।
प्रार्थूया चरणी रमापतिसया कुर्यात सदा मंगलम् ॥

४.अनाहति स्मरू जगज्जननिला सांभाळी जी साधका ।
शब्दार्थौव एकरूप हृदयी राही सवे महेशा ॥
वन्दूया शिव पार्वतीस हृदयी जागविण्या आनंदा ।
प्रार्थूया चरणी जज्गज्जननिच्या कुर्यात सदा मंगलम् ॥

५.आकाशा सम राहूनी चराचरी नाद जवे वैखरी ।
राहूनि कमलात शोडषदला सिध्दीस ने वाणिला ॥
माधुरीमय जीवनास करुनी देई जना समाष्टिला ।
वन्दूया चरणी राधारमणा कुर्यात सदा मंगलम् ॥

६.आज्ञा चक्री विराजला आईसवे येशू महालक्ष्मीचा ।
प्रेमभाव विकसिण्या जगी या देई क्षमाशीलता ॥
मोक्षमार्ग प्रकाशुनि स्वतेजे देई जमा तपस्विता ।
साष्टांगे नमूया जगज्जननिला कुर्यात सदा मंगलम् ॥

७.या ब्रम्हाच्युत रुद्र कृष्ण येशू स्तुवन्ति दिव्यै स्तवै : ।
वेदै सांगपदक्रमोप निषदैर्गायंति यो सामुगा ॥
ध्यानावस्थिततद्गतेन मनस पश्यंति या योगिनो ।
सादेवी परमेशी आदिशक्ति कुर्यात सदा मंगलम् ॥

८.तदेव लग्नं तदेव ताराबलं चंद्रबलं तदेव ।
विद्याबलं दैवबलं तदेव आदिशक्ति तव पदयुगंस्मरामि ॥

●●●

## भूगाव-आश्रमासाठीं आवाहन

पुणे परिसरातील भूकूम गावाजवळच्या खाटपेवाडी या ठिकाणी आश्रमाच्या प्रकल्पासाठीं बऱ्याच सहजयोग्यांनी आर्थिक मदत केलीआहे. प्रकल्प मोठा असल्यामुळें व तो लवकरात लवकर पुरा करण्याचा प्रयत्न असल्यामुळे आणखी मदतीची जरुरी आहे. तरी सर्व सहजयोगी बंधू - भगिनींना पुन्हा आवाहन करण्यात येत आहे की, या ऐतहासिक प्रोजेक्टला सढळ हाताने देणगी देऊन आपणही भाग्यवान व्हा. देणगी चेकने/ डी.डी.ने देताना, "विश्व निर्मल धर्म सोसायटी" या नावाने पत्यावर (अनुक्रमणिकेत पत्ता दिलेला आहे.) पाठवावी.

तरी न्यून ते पुरते । अधिक ते सरते ॥
करुनी घेयावे हे तुमते । विनवितु असे ॥

२६ जानेवारी २००४, प्रतिष्ठान, पुणे.

# कल्पनादीदि वाढदिवस समारंभ