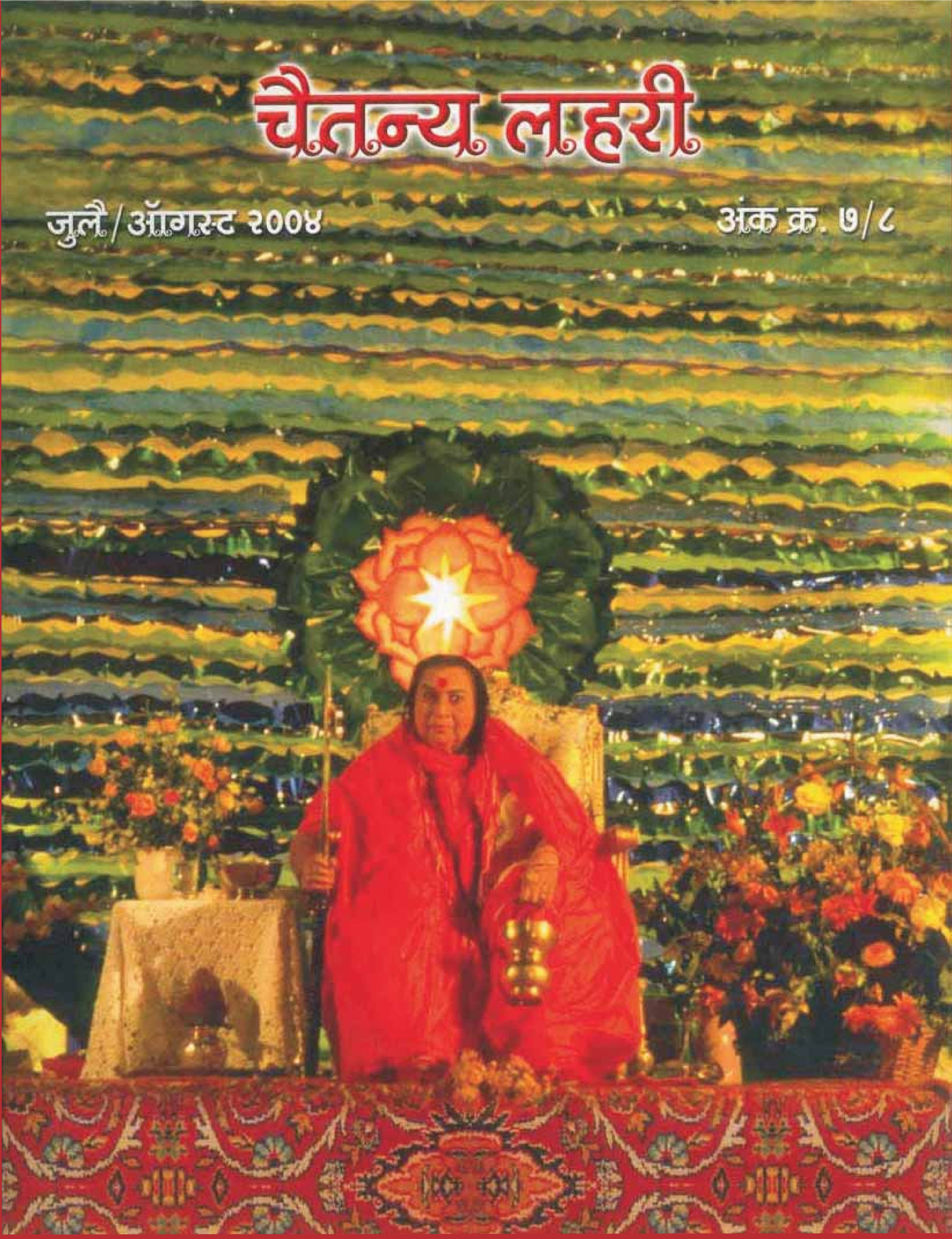
चैतन्य लहरी

जुलै/ऑगस्ट २००४

अंक क्र. ७/८



गुरु पूजा २००४

कबेला, ४ जुलै २००४

अनुक्रमणिका

- ये हृदयींचे ....ते हृदयीं-- ---------------------------- --२
- गुरु पूजा, कबेला ४ जुलै, २००४ ---------------------------- ३
- अमृतवाणी ----------------- ------------- ------- ६
- कुण्डलिनी योग- ज्ञानेश्वरी अध्याय ६ वा------------- ------- ७
- सहजयोग आणि अहंकार---------- ------------ ------- ११
- सरस्वती पूजा- , धुळे, १४ जानेवारी १९८३ -------------------१७
- सहज समाचार ------------------------------------२२
- श्रीमाताजींच्या चरणी नम्र प्रार्थना------------------------------२४

आगामी पूजा

सध्या ठरवण्यांत आल्याप्रमाणे पुढील पूजा-कार्यक्रम खालीलप्रमाणें आहे.

श्रीगणेश पूजा-लॉस एन्जेलिस	अमेरिका	१७-१८-१९ सप्टेंबर २००४
नवरात्री पूजा-लॉस एन्जेलिस	अमेरिका	१५-१६-१७ ऑक्टोबर २००४
दिवाळी पूजा-लॉस एन्जेलिस	अमेरिका	१२-१३-१४ नोहेंबर २००४
ख्रिसमस पूजा-पुणे	भारत;पुणे	२४-२५-२६ डिसेंबर २००४

ये हृदयींचे..... ते हृदयीं

नुकत्याच झालेल्या गुरु-पूजनाच्या पवित्र कार्यक्रमांत प.पू.श्रीमाताजीं आपल्या छोट्याशा भाषणात प्रेमाबद्दल बोलल्या. खरं म्हणायचे तर त्यांच्या सबंध उपदेशांत प्रेमाशिवाय दुसरा शब्दच नव्हता.

प्रेम ही माणसाला मिळालेली अतिशय पवित्र व सुंदर भावना आहे. माणसामधें ती उपजत असली तरी बरेच वेळा माणसामधील अहंकार व षड्रिपूंच्या प्रभावामुळें ती संकुचित व क्षीण होत जाते,किंवा कोमजून जाते. खरे तर प्रेम हा माणसा-माणसांमधील सर्व संबंधांना एकत्र गुंफणारा धागा आहे. हीच नेमकी गोष्ट विसरल्यामुळे माणसांसमोर अनेक प्रश्न उभे झाले आहेत व कधीं कधीं इतर भावनांचा क्षोभ झाल्यामुळें व्यवहारांत अनिष्ट प्रकार बळावतात. कधीं कधीं तर प्रेमाचा पुळका आल्यासारखे सर्व व्यवहार वाटूं लागतात. स्वार्थ, सत्तालोलुपता, संकुचित विचार इ. मुळें प्रेम- भावनेचे प्रदूषण होते.

प्रेम हे शिकवता येत नाहीं, शिकता येत नाहीं, त्याचे संस्कार करता येत नाहींत, ते विकत घेता-देता येत नाहीं. काळाचा महिमाच तसा असावा. प्रेम हे हृदयात असते व हृदयांतच ते स्फुरले की त्याचा आविष्कार घडून येतो. ती माणसाला मिलालेली कल्याणकारी शक्ति आहे.; त्याची जोपासना व देवाण-घेवाण करण्यांत अलौकिक आनंद व समाधान सामावलेले असते.

या प्रेमापोटींच सर्व थोर पुरुष व साधुसंत कार्य करत आले व हे कार्य पुढेही चालणारच आहे. मानव समाजांत त्याचे थोडयाफार प्रमाणात दर्शनही होते. संतांचे धर्मकारण, ख्रिस्तांची क्षमा, लाकोत्तर ऐतिहासिक पुरुषांचे समाजकारण, स्वातंत्र्य संग्रामांत अनेकांनी दिलेली सर्वस्वाची आहुति या सर्व प्रेरणांमागे प्रेम हाच मूळ स्त्रोत होता.

आपणही त्याच दैवी प्रेमशक्तीचा आदर राखून, आपली मनोमंदिरे उघडून व "ये हृदयींचे ते हृदयी" ही प्रेरणा व भावना बाळगून जीवनाला सहजयोगाचे सौंदर्य व सुगंध मिळवून देणारे होऊं या.

गुरु पूजा
प.पू.श्रीमाताजी
निर्मलादेवींचे भाषण,
कबेला ४ जुलै २००४

हृदयांतील उपजत
प्रेमशक्ति जागृत करून
सर्वांबरोबर त्या
प्रेमसागरात उतरणें
हेच सहज जीवन

गुरूपूजेसाठीं इतके सहजयोगी इथें एकत्र आल्याचे पाहून मला फार समाधान व आनंद होत आहे. इतक्या मोठया संख्येने सहजयोगी शिष्य पहायला मिळणें ही फार भाग्याची गोष्ट आहे. इतक्या प्रचंड संख्येने सहजयोगी माझ्यामागें येतील याची मलाही कल्पना नव्हती.

मला आशा आहे की मी आज देणार आहे तो प्रेमाचा संदेश तुम्ही समजून घ्याल. खरं तर प्रेमाबद्दल मी सांगण्याची अशी जरूरच नाहीं.प्रेम ही एक दिव्य देणगी आहे. ते भाग्य ज्याला लाभले त्याला दुसऱ्याबद्दल सदैव आस्थाच वाटते. त्याबद्दल कांही बोलण्याची, चर्चा करण्याची त्याला जरूरच नसते. ते जाणवल्यावाचून रहात नाहीं. असे प्रेम निर्माण होण्यासाठीं तसे हृदयच असावे लागते. कुणी म्हणेल, असे हृदय कसे मिळणार! पण ते निर्माण करण्यासारखी वस्तू नाहीं; ते मुळांतच असते; ती तुम्हाला मिळालेली एक देणगी असते आणि त्यामुळेंच तुम्ही प्रेम जाणूं शकता. हे असं जाणणं फार आनंददायी शांति-सुख असते.

प्रेमामुळें अनेक शक्ति व गुण मिळतात; त्यापैकी मुख्य म्हणजे प्रेमाला सर्व कांहीं समजते व कळते; ही समज शब्दांनी किंवा विचारांनी निर्माण होत नाहीं तर ती आंतमधें स्वभावत:च असते. ही अंतरंगांत घडणारी गोष्ट आहे ही मुख्य गोष्ट लक्षांत घ्या. प्रेम ही अशी कांहीं दिव्य भावना आहे की तिचे शब्दात वर्णन करता येणार नाहीं वा ती दाखवण्यासारखी गोष्ट नाही; पण अंतरंगात असल्यामुळें तुम्ही ते जाणूं शकता.

म्हणून आज तुम्ही गुरूची पूजा करत आहांत: तुमच्या मनांत तुमच्या गुरुबद्दल जे प्रेम आहे ते जाणून घेण्यासाठीं हा पूजेचा दिवस साजरा करत आहांत. ते फक्त तुमच्या अंत:करणातूनच तुम्हाला जाणून घ्यायचे आहे; त्याचे प्रदर्शन करण्याची जरूरी नाहीं, इतर कांहीं प्रकार करण्याची जरूरी नाहीं; फक्त तुमच्या हृदयांतून परमात्म्याची प्रेमशक्ति वहात आहे ही संवेदना लक्षांत घ्या. ती तशी आहे म्हणूनच ती तुम्हाला उपलब्ध आहे; दुसऱ्या कुणी देण्यासारखी किंवा तशी विकत देण्या-घेण्यासारखी वा वाटण्यासारखी ही वस्तू नाहीं. या प्रेमाचे भान सतत जागृतपणें ठेऊन ती शक्ति प्रवाहित झाली पाहिजे. त्याचा दुसऱ्याशी कांहीं संबंध नाहीं; दुसरी व्यक्ति तुमच्यावर प्रेम करते कां नाहीं याच्याशीही कांहीं संबंध नाही. फक्त ती तुमच्यामधें आहे ही भावना व तिची तीव्रता ही एक फार आनंद देणारी गोष्ट आहे.

ही प्रेमभावना उपजतच असते, प्रत्येकाजवळ ती असते, खूप

असते, कधीं कधी आपल्याला ती आटून गेल्यासारखी वाटते तर कधीं कधीं ती उफाळून आल्यासारखी वाटते; खरं तर ती सागरासारखी विस्तीर्ण असते. समुद्र कधीं भरला आहे वा आटला आहे असें आपण म्हणतो कां? तो अनंत आहे. त्याचप्रमाणे तुमच्या मधील हा प्रेमाचा स्त्रोत अखंड आहे; त्याची मोजदाद करणें अशक्य आहे. मानवी आविष्कारांच्या पलीकडे अशी ती भावना आहे. तुमच्या संवेदनक्षमतेमधून ती व्यक्त होते; शब्दांमधून हे समजावणें अशक्य आहे. पण तुमच्यामधील ती प्रेमशक्तीच तुम्हाला तिच्या अस्तित्वाची जाणीव करून देते आणि त्या प्रेमभावनेचा आनंद तुमचा तुम्हालाच अनुभवता येतो.फार थोड्या लोकांना ही दिव्य प्रेरणा लाभत असते.

प्राण्यांनासुध्दां ही प्रेमाची भावना असते पण ती तशी वरवर असते आणि त्याला विशेष असा अर्थ नसतो. कांही विशिष्ट हेतूमधून ती दिसून येते. पण त्याला माणसाच्या प्रेमशक्तीची निर्मळता नसते.मानवी प्रेमभावनेची समज प्राण्यांमधे नसते.

हे प्रेम शब्दांनी सांगणे शक्य नाहीं; ते फक्त तुमचे तुम्हालाच अंतरंगामधें जाणवते. तसे ते कार्यान्वित झाले की आपला गुरू कोण हे तुम्हाला समजते, तुम्हाला मार्गदर्शन करणारा आणि योग्य मार्गावर ठेवणारा कोण हेहि समजते. सर्व कांही शक्य आहे, सर्व कांही घडून येते पण हे प्रेम जागृत होणे व त्याचा आनंद मिळवणें सोपे नाहीं. त्यासाठी त्या <u>प्रेमभावनेमधेंच तुम्हाला ओलेचिंब झाले पाहिजे.</u>

लोकांमधील एकमेकांबद्दल्ची ही प्रेमाची ओढ अत्यंत समाधानकारक असते; आणि तेच प्रेम मग आजूबाजूला पसरते. प्रेमामधून प्रेमच उदय पावते. ज्याला ही प्रेम करण्याची शक्ति असते ते आपोआप इतरत्र पसरते. काहीं न करता, न बोलता ते आपले काम करतच राहते. दुसऱ्याच्या अंतरंगातील प्रेम ओळखणे हेच आपण शिकले पाहिजे.

सहजमुळें आपण सर्वजण या प्रेमसागरांतच आहोत.आपण एकमेकांवर प्रेम करतो, त्या प्रेमाचा आनंद उपभोगतो, तो आपल्या सर्वांच्या चेहऱ्यांवरून ओसंडून रहातो आणि आपल्या जीवनामधून व आचार-विचारांमधून तोच व्यक्त होत रहातो. एरवी अशक्य असणारी पण सहज घडून येणारी ही गोष्ट आपल्याजवळच आहे हे समजणें हा एक चमत्कारच म्हटला पाहिजे.

आपण मानव-जन्माला प्रेमाचा हा स्त्रोतही बरोबरच घेऊन आलो आणि आपल्याला त्याची जाणीव झाली हे आपले भाग्यच आहे. ही शब्दांनी वर्णन न करता येणारी प्रक्रिया आहे. तिचा आपण फक्त अनुभव घेऊ शकतो आणि त्याचा आनंद मिळवू शकतो.

आज आपण गुरुपूजा साजरी करत आहोत. प्रेम हाच आपला महागुरु आहे; सहज-प्रेम हा आपली सदैव पाठराखण करणारा गुरू आहे. तो आपल्याला सारं कांही शिकवतो, सदैव मार्गदर्शन करतो; शाळा -कॅालेजात जाऊनही मिळणार नाहीं ते आपल्याला या 'प्रेम' नांवाच्या गुरूकडून मिळते.सूर्याचा प्रकाश त्याच्यापासून वेगळा नाहीं तसे हे प्रेम आपल्यामधेच रुजलेले असल्यामुळे त्याचा आविष्कार होतच रहातो. असे पूर्ण साक्षात्कारी लोक कुठेही ओळखता येतात. कारण या अंत:स्थ प्रेमाच्या प्रकाशांत ते जगात वावरत असतात; म्हणूनच त्यांना सर्व कांहीं सरळ व निष्पाप असल्याचा प्रत्यय येतो.

आपण आपल्या मुलांवर, आईवडिलांवर किंवा मित्रांवर प्रेम करतो; पण मी ज्या प्रेमाबद्दल बोलत आहे ते याहून निराळे आहे; त्याच्यामागें कांहीं संबंध वा नात्या-गोत्याचा संबंध नसतो. मी ज्या प्रेमाबद्दल बोलत आहे त्याचे शब्दांत वर्णन करणें कठीण आहे. कारण ते प्रत्यक्ष जाणण्याची (अनुभवाची) गोष्ट आहे. आपण जेव्हां गुरूबद्दल बोलतो तेव्हा तीच प्रेमाची

भावना आपल्या हृदयांत आली पाहिजे. तशी ते येतेच कारण गुरुही आपल्यावर अपार प्रेम करत असतो. म्हणूनच आपण गुरुवर प्रेम करत असतो. ही प्रेमाचीच देवाण-घेवाण आहे; ती तशीच होत राहणार. म्हणूनच जीवनांत गुरुला फार महान स्थान दिले आहे.

सर्वांच्या हृदयांत या प्रेमाची पहाट उजाडली आहे आणि आपण सर्वजण एकमेकांच्या संगतीचा आनंद लुटत आहोत. त्यासाठींच आपण इथें जमलो आहोत. आपल्यामधल्या या आनंदाच्या सागरांत आपण डुंबून राहिले पाहिजे. आपण या प्रेमसागरांत मस्तपणे हरवल्या सारखे झालो तर आपल्याला कसलेच प्रश्न पडणार नाहींत, प्रश्नांची आठवणच उरणार नाहीं. सगळें कांही आपलेच आहे आणि कसलाही वाद-विवाद, शंका-कुशंका न बाळगता आपले सर्व सुरळित चालेल. यालाच सहज-जीवन म्हणतात.

सहजातच सर्व कांही करत राहिलात तर या प्रेमाचा आनंद तुम्हाला मिळेल; स्वतः आनंदी रहालच पण आपल्याबरोबर इतरांनाहीं तो आनंद वाटाल. त्यासाठीं कांही धडपड करण्याची, काहीं प्रयत्न करण्याची जरूरी राहणार नाहीं; तुमच्यामधील ते प्रेमच सर्व कांहीं सांभाळून घेईल.

हृदयांतील प्रेमाचा आविष्कार कुठल्या विशिष्ट अशा प्रकाराने होत नसतो;ते फक्त असते आणि त्याची आपली अशी कांहीं व्यवस्था नसते. तरीही त्याची शक्ति आपल्यामधें असल्याची जागृत जाणीव तुम्ही ठेवली तर तुम्हाला कांहीही अशक्य नाहीं; तुम्ही मग दुसऱ्याला, स्वतःला सर्व मदत करूं शकाल, कितीतरी चांगल्या गोष्टी तुम्ही करू शकाल; तीच तुमची प्रवृत्ति होईल.

जगाच्या पाठीवर आलेल्या अनेक थोर पुरुषांनी खूप कार्य केले; त्याचे एकमेव कारण म्हणजे त्यांच्यामधील सर्व मानवजातीबद्दलचे प्रेम. त्या प्रेमाचा आनंद उसळत राहिल्यामुळें इतरांच्या कल्याणासाठीं तो कार्यान्वित झाला; म्हणून ते सर्वांचे गुरू झाले आणि त्यांनी गुरूपद मिळवले. त्यांच्या या प्रेमाची सर्वजणांवर जणूं भुरळ पडली; ही प्रेमशक्ति सर्व कांही विनासायास, सहजपणें घडवून आणत राहते. म्हणून आपल्यामधेंच ती शक्ति सिध्द आहे, किंबहूना आपण त्याचे साकार झालेले एक व्यक्तित्वच आहोत हे ज्ञान जाणीवपूर्वक जागृत ठेवले पाहिजे. मगच आपले सर्व प्रश्न सुटणार आहेत. अशा या प्रेमापोटी सगळीकडे घडणाऱ्या घटनांचे, यशपयशाचे, वागण्याचे, प्रसंगांचे तुम्हाला योग्य आकलन होईल आणि इतरांनाही ते समजाऊन सांगू शकाल.

म्हणून मी पुन्हा -पुन्हा म्हणते की तुमच्या हृदयांतील प्रेम हाच तुमचा गुरु आहे आणि त्याला हेच प्रेम सगळीकडे, सर्वांसाठी वाटण्याची इच्छा व शक्ति आहे. हीच शांति व आनंद स्थिति.

मी आणखी खूप कांहीं या प्रेमाबद्दल बोलूं शकेन; पण महत्त्वाची गोष्ट म्हणजे ते तुमचें तुम्हाला आंतमधून जाणवले पाहिजे. तुम्हाला तहान लागली असेल तर आम्ही तुम्हाला पाणी देऊं; पण पाणी तुम्हालाच प्यायला हवं, आम्ही पिऊन तुमची तहान नाहीं भागणार, तुम्ही ते प्यायल्यावरच त्याची चव, त्याचा स्पर्श, त्याचा उपयोग, त्याचा फायदा तुम्हाला कळणार; पाण्यामधें हे सर्व गुण एकत्रच असतात, त्यांची विभागणी होत नाहीं.

तुम्हाला हा विषय फार सूक्ष्म वाटला नसेल असें मला वाटते. तुम्हाला आता या प्रेमशक्तीचे ग्रहण करण्याची स्थिति आली आहे. मला आशा आहे की त्याची तुमच्यामधें वाढ होईल आणि तुम्हीही त्याच्याबरोबर प्रगल्भ व्हाल;आणि त्याचबरोबर त्याचा आनंद मिळवाल.

सर्वांना अनंत आशीर्वाद.

अमृतवाणी

प.पू.श्रीमाताजींनी वेळोवेळी केलेल्या उपदेशांमधील सारामृत

- सहजयोगामध्यें तुम्ही पूर्ण स्व-तंत्र असता कारण तुमच्यामधील प्रकाश तुम्हाला मार्गदर्शन करत असतो. धर्म हा तुमचा अंतर्भूत स्वभाव असतो. धर्माचा मुख्य आधार तुमची अध्यात्मिक उन्नति.

(ईस्टर पूजा १९९४)

- कुण्डलिनीचे तेज तुम्हाला अंतर्बाह्य स्वच्छ करत असते; आणि तुम्ही स्वत:चा आत्मसन्मान व गौरव जाणता. सर्व मानव परमात्म्याचेच आविष्कार आहेत हे ओळखण्याचे उपजत शहाणपण तुमच्यामधें जागृत होते.

(सहस्रार पूजा १९९२)

- स्वच्छ कपड्यावर जरासाही डाग पडला तर लगेच दिसून येतो. सहजयोगातून तुम्ही स्वच्छ झालांत की कशालाही हात लागला तरी आपल्यावर डाग पडणार नाहीं याची तुम्ही काळजी घेतली पाहिजे.

(भवसागर पूजा १९९१)

- शहाणा माणूस स्वत:चे जीवन समृध्द बनवतो. आपण परमेश्वरी कार्याचे उपकरण आहोत हे जाणल्यामुळें तो आपल्या जीवनाचा सन्मान करतो.... आपले कान, डोळे इ.च्या पाठीमागें एक सूक्ष्म यंत्रणा असते आणि त्याच्यामुळें आपण अवतीभवतीच्या सर्व वस्तूंमधील सौंदर्य जाणण्याची संवेदनक्षमता मिळवतो.

(हंच चक्र पूजा १९९३)

- दिवा सदैव उजेड दाखवतो. त्याचप्रमाणे आपल्यामधील प्रकाश बाहेर पडला पाहिजे; म्हणजेच आपण इतरांना आपल्यापासून आनंद व सुख-समाधान मिळेल असे बनले पाहिजे.

(दिवाळी पूजा १९९१)

- आत्मा म्हणजे साक्षात प्रेम; आत्म्याचा स्वभावच प्रेम करण्याचा असल्यामुळें तुम्हाला आनंदच मिळणार. तुम्ही निर्व्याज प्रेम करायला शिका, त्या प्रेमाला कसलीच अपेक्षा नसते; त्याने अद्धितीय समाधान लाभते.

(मद्रास कार्यक्रम १९९१)

- परमात्म्याकडून तुम्हाला मिळालेल्या चैतन्य-लहरी तुम्ही वापरल्या पाहिजेत. आपण आपले हात-पाय व बुध्दी सहजयोगासाठी वापरली नाही तर आपल्या स्वत:मधील चैतन्यलहरी कमी होतात. म्हणून शक्य असेल त्याप्रमाणे आणि शक्य असेल तेव्हां त्यांचा वापर केला पहिजे.

(लक्ष्मी-पूजा १९९१)

कुण्डलिनी योग - ज्ञानेश्वरी अध्याय ६ वा

(अंक क्रमांक ५/६ - २००४ पासून पुढें)

कुण्डलिनी- योगाचे गूढ ज्ञान उघडपणें सांगताना ज्ञानदेवांची 'मऱ्हाटी' भाषा नादब्रह्मास जिंकून आल्यासारखी होते, (श्लोक १३२) आणि श्रवण करणाऱ्याला वाटते:

.....मऱ्हाटी बोलिजे तरी ऐसी । वाणें उमटताहे आकाशीं । साहित्य रंगाचे ॥१३३॥
कैसे उन्मेरवचांदिणे तार । आणि भावार्था पडे गार ।
हेचि श्लोकार्थकुमुदी तुम्ही फार । साविया होती ॥ १३४ ॥

देशीभाषारूपी आकाशांत अलंकाररूपी रंगांचे निरनिराळे प्रकार स्पष्ट होत आहेत. ज्ञानरूपी स्वच्छ आणि टपोर चांदणे पडले आहे.; या व्याख्यानातील विचारांना चांदण्याचा गारवा आहे आणि त्यांचा अर्थ हीच जणूं चंद्रविकासी कमळे आहेत.

(या योगाचे महात्म्य व योगारूढ सिध्दाची लक्षणें ऐकून अर्जुनाच्या मनांत स्वत:च्या पात्रतेचा संदेह येऊन तो म्हणतो)

.....देवा इथें संतचिन्हे हन आंगी । न ठकती माझां ॥ १३९ ॥
एरव्ही या लक्षणांचिया निजसारा । मी अपाडे कीर अपुरा ।
परी तुमचेनि बोलें अवधारा । थोरवें जरी ॥ १४० ॥
.....हे आंगे म्या होइजो कां । येतुले गोसावी आपुलेपणे कीजो कां ॥ १४३ ॥

ही संतांची लक्षणें माझ्या अंगात वसत नाहीत. एरवी या लक्षणांचा विचार केला तर मी फार अपुरा आहे असे वाटते. तुमच्या बोलण्यानेंच माझ्यांत तो मोठेपणा येऊं शकेल. ते मी स्वत: व्हावे एवढे, प्रभु, मी आपला आहे असे समजून आपणच करावे.

(म्हणून श्रीकृष्ण पुढे सांगतात)

.......देखा संतोषु एक न जोडे । तंवचि सुखाचे सैंध साकडे ।
मग जोडिलिया कवणेकडे । अपुरे असे ॥ १४४ ॥
.......अर्जुना हा अवधारी । पंथराजु ॥ १५२ ॥
.......तेथे प्रवृत्तितरूच्याच बुडीं । दिसती निवृत्तिफळाचिया कोडी ॥ १५३ ॥

जो पर्यंत समाधान प्राप्त होत नाहीं तोपर्यंत चहुकडे सुखाचा दुष्काळ असतो. पण एकदां संतोष प्राप्त झाल्यावर सुखाला कुठे कमी आहे? (म्हणून ब्रह्मप्राप्ति होण्यासाठी) हा सर्वोत्कृष्ट मार्ग ऐक. या मार्गामधें प्रवृत्तिरूप झाडाच्या बुडालाच कोट्यावधी निवृत्तिरूप फळे लागलेली दिसत आहेत. (म्हणजे या मार्गाचे आचरण केले तर मोक्षरूपी फळ मिळते, याच मार्गानें अनेक योगी गेले असल्यामुळें ह अनुभवसिध्द मार्ग सुलभ झाला आहे असेही पुढें ज्ञानदेव म्हणतात)

...... तिहि आत्मबोधाचेनि उजुकारे । धांव घेतली एक सरे ।
की येर सकळ मार्ग निदुसरे । सांडूनिया ॥ १५५ ॥
पाठीं महर्षी येणे आले । साधकांचे सिध्द जाहले ।
आत्मविद थोरावले । येणेंचि पंथे ॥ १५६ ॥
हा मार्गु जैं देखिजे । तैं तहानभूक विसरिजे ।
रात्रिदिवसे नेणिजे । वाटे इथे ॥ १५७ ॥

त्यांनी इतर सर्व मार्ग सोडून आत्मज्ञानाच्या सरळ मार्गाने एकसारखी धांव घेतली. नंतर महर्षि याच मार्गाने आले. याच मार्गाने साधकाचे सिध्द झाले व याच मार्गाने आत्मज्ञानी पुरुष मोठेपणा पावले. या मार्गाची ओळख झाली असतां तहान- भुकेची आठवणही रहात नाहीं. या रस्त्यावर रात्र व दिवस यांची कल्पनाही येत नाहीं.

(यापुढें योगसाधना करण्यासाठीं स्थान सुंदर व पवित्र असावे, साधकांची वस्ती असावी, वातावरण शांत असावे, निसर्गरम्य असा मंदिर असलेला परिसर असावा, आसन कसे असावे इ. सविस्तर विवेचन करून ज्ञानदेव पुढें म्हणतात)

...... मग तेथ आपण । एकाग्र अंत:करण । करून सद्‌गुरुस्मरण अनुभविजे ॥ १८६ ॥
तैसें स्मरतेनि आदरे । जंव कठिणपण विरे । अहंभावाचे ॥१८७ ॥
विषयांचा विसरू पडे । इंद्रियांची कसमस मोडे ।
मनाची घडी घडे । हृदयामाजी ॥ १८८ ॥
ऐसें ऐक्य हें सहजें । फावे तंव राहिजे ।
मग तेणेंचि बोधे बैसिजे । आसनावरी ॥ १८९ ॥

मग एकाग्र अंत:करण करून मनांत सद्‌गुरुचे स्मरण करावे. त्या स्मरणाच्या आदराने अहंकाराचा कठीणपणा इतका नाहींसा होतो की तो (स्मरण करणारा) आंतबाहेर सात्विक भावांनी व्यापून जातो. (त्याला) विषयांचा विसर पडतो, (त्याच्या)इंद्रियांची रग मोडते(इंद्रियांची बाहेर धावण्याची वृत्ति मोडते) आणि अंत:करणाच्या ठिकाणी

मनाची स्थिरता होते. या प्रमाणें ऐक्य प्राप्त होईपर्यंत थांबावे व मग त्याच ऐक्यभावानें आसनावर बसावे.

(याच्यापुढें हात, पाय, मांडी, मुद्रा, नजर, कणा,. इ. समवेत आसन - स्थितीचे वर्णन व त्याचबरोबर मूलाधार-जालंधर बंध इ, शास्त्रोक्त स्थितीचे व आसन पध्दतीचे वर्णन केल्यावर अपान वायू कोंडला गेल्यामुळें कुण्डलिनी जागृत कशी होते याचे इत्यंभूत वर्णन करून कुण्डलिनीचे वर्णन करताना ज्ञानदेव पुढें म्हणतात)

..... तंव येरीकडे धनुर्धरा । आसनाचा उबारा ।
शक्ति करी उजगरा । कुंडलिनीये ॥ २२१ ॥
नागाचे पिले । कुंकुमे न्हाले । वळण घेऊनि आले । सेजे जैसे ॥२२२ ॥
तैसी ते कुंडलिनी। मोटकी औट वेळणी । अधोमुख सर्पिणी ।
निजैली असे ॥२२३ ॥
विद्युल्लतेची विडी । वन्हीज्वाळांची घडी ।
पंधरेयाची चोखडी । घोंटीव जैशी ॥ २२४ ॥
..... इडा पिंगला एकवटती । गांठी तिन्ही सुटती ।
साही पदर फुटती । चक्रांचे हे ॥ २४४ ॥
..... पिंडाचेनि आकारे । ते कळाची कां अवतरे ।
वरी त्वचेचेनि पदरे । पांगुरली असे ॥२५० ॥
..... ते कुंडलिनी जगदंबा । जे चैतन्य चक्रवर्तीची शोभा ।
जिया विश्वबीजाचिया कोंभां। साउली केली. ॥ २७२ ॥

(कोंडलेला अपानवायु शरिरातील सर्व दोष गिळून टाकतो आणि) मग अर्जुना, वज्रासनाची उष्णता कुंडलिनी शक्तीला जागृत करते. केशराने न्हालेले नागाचे पिल्लू वेढे घेऊन जसे निजावे, त्याप्रमाणें नेमकी साडेतीन वेटोळ्यांची ती कुण्डलिनी रूपी नागीण खाली तोंड करून निजलेली असते. ती नागीण म्हणजे जणूं मूर्तिमंत बनवलेली विजेची वाटोळी कडी किंवा प्रत्यक्ष अग्नीच्या ज्वाळेची केलेली घडी किंवा उत्तम सोन्याचे चकचकीत वेढे..... इडा-पिंगला या दोन्ही नाड्या एक होतात आणि तिन्ही गाठी सुटून सहा चक्रांचेही पदर फुटतात.... शरीराच्या आकाराने जणूं काय त्वचेचा पदर पांघरलेले मूर्तिमंत तेजच प्रकट होते......जी कुण्डलिनी जगाची आई आहे, ब्रह्मरूपी सार्वभौमाची शोभा आहे व जिने विश्वाच्या बीजाला सांवली केली आहे.

(या शास्त्रोक्त विवेचनाच्या शेवटी ज्ञानदेव म्हणतात)

..... तय ध्वनिताचें केणें सोडूनी । यथार्थाची घडी घालूनी ।
उपलविली म्यां जाणुनी । ग्राहिक श्रोते ॥ २९२ ॥

त्या उपदेशरूपी सणंगाच्या गूढपणाची बंधने तोडून, यथार्थाची घडी साफ करून, श्रोते हे गिऱ्हाईक (योग्य)समजून, त्यांच्यापुढे घडी उलगडून मी (ज्ञानेश्वर) हे सणंग ठेविले आहे.

(सूक्ष्म शरीरांतील कुंडलिनीच्या प्रवासाचा मोक्ष (शांति) प्राप्तीचा शेवटचा टप्पा सांगताना ज्ञानदेव पुढे म्हणतात)

..... मग जालंधर सांडी । ककारांत फोडी ।
गगनाचियें पहाडी । पैठी होय ॥ ३०२ ॥
..... मग ब्रह्मरंध्रीं स्थिरावोनी । सोहंभावाचिया बाह्या पसरूनी ।
परमात्मलिंगा धावोनी । आंगा घडे ॥ ३०५ ॥
..... पैं मेघाचेनि मुखी निवडला । समुद्र कां वोघी पडिला ।
तो मागुता जैसा आला । आपणपेयां ॥३०७ ॥
तेवी पिंडाचेनि मिषें । पदी पद प्रवेशे ।
ते एकत्व होय तैसे । पंडुकुमरा ॥३०८ ॥

मग ती प्राणवायुरूप शक्ति (कुंडलिनी) जालंधर- बंधाचे पार करुन टाळ्यावरती नऊ इंद्रियांचे ऐक्य होण्याचे जे 'काकीमुख' म्हणून स्थान आहे त्याचा भेद करून मूर्ध्न्याकाशरूपी पहाडावर येते. मग ब्रह्मरंध्राच्या ठिकाणी स्थिर होऊन 'मीच ते ब्रह्म' या भावनारूप बाहू पसरून त्वरेने परब्रह्मस्वरूप लिंगाशी ऐक्य पावते. मेघांच्या द्वाराने समुद्रापासून वेगळे झालेले समुद्राचे पाणी, नदीच्या रुपाने जसे पुन्हा समुद्रास मिळते त्याप्रमाणे शरीराच्या द्वारे जेव्हां शक्तिरूप टाकून शिवच शिवांत मिळतो, तेव्हां ते एकत्व वरील समुद्राच्या ऐक्याप्रमाणे आहे.

(अर्थात द्वैत संपून अद्वैतच उरते हाच अर्थ स्पष्ट करताना ज्ञानदेव पुढें म्हणतात)

..... पुढती जाणणें ते नाहींचि । म्हणोनि असो किती ।
हेंचि बोलावे आतां वायाचि । धनुर्धरा ॥ ३१८ ॥
..... जे उन्मनीयेचें लावण्य । जे तुर्येचे तारुण्य ।
अनादि जें अगण्य । परमतत्त्व ॥ ३२० ॥
जे विश्वाचे मूळ । जें योगद्रुमाचे फळ ।
जे आनंदाचे केवळ । चैतन्य गा ॥ ३२२ ॥

अर्जुना, तद्रूप झाले म्हणजे त्यापुढें आतां कांही जाणणें उरलेच नाहीं, म्हणून आतां आणखी बोलणें व्यर्थ आहे. जे परमात्मतत्त्व मनरहित अवस्थेचे सौंदर्य आहे व चौथ्या ज्ञानरूप अवस्थेचे तारुण्य आहे, जे नित्यसिध्द व अमर्याद आहे, जे त्रैलोक्याचे कारण आहे, जे अष्टांगयोगरूप वृक्षाचे फळ आहे व जे आनंदाची केवळ जीवनकला आहे

(ते सिध्द पुरुष हे शब्दातीत सुख आपणच बनतात- मत्स्वरूप होतात.)

• • •

सहजयोग आणि अहंकार

प.पू.श्रीमाताजी निर्मलादेवींचा उपदेश
१८ ऑगस्ट १९७९ (संक्षिप्त)

अहंकार पूर्णपणें सोडून आत्म्याला परिपूर्णतेने जाणणें यातच मानवाचे परम कल्याण आहे.

आपल्या सहजयोगामधे अकस्मात येण्यालाही एक अर्थ असतो. आपण जीवनात बऱ्याचशा गोष्टी अशा बघितल्या असतील की ज्या अचानक घडतात आणि त्याचा काहीही अर्थ आपल्याला लागत नाही. जर बुध्दीच्या स्तरावर आपण ही घटना आपल्या जीवनात अचानक कां घडली हा विचार केला तर त्याचे कारण आपल्या लक्षांत येत नाही. मनुष्याला प्रत्येक गोष्ट तर्कामध्ये आणायची संवय असते. असं तर्कानी जाणून घेणं त्याचे बाबतीत योग्यच आहे कारण त्याची चेतनाच जागृत नसल्यामुळे ती सीमित आहे. प्रत्येक गोष्टीचे प्रमाण तो तर्काने शोधत असल्यामुळे तर्काच्या कसोटीचे बाहेर जाऊन कोणत्याही गोष्टीचा विचार करणे त्याला अवघडच आहे.

आपण आत्मा, परमात्मा, आदिशक्ती ह्यांचे बाबत बरेच ऐकले आहे. पुस्तकामध्येही वाचले आहे. माणूस सतत आत्मा, परमात्मा बाबत बोलत असतो. अनेक वेळा ह्या जगात अवतार झाले आहेत. त्यांनी हेच सांगितले आहे की आपल्या आत्म्याला ओळखा कारण आत्मा मिळाल्याशिवाय आपल्याला सत्य ओळखता येत नाही. तसं आत्म्याला मिळविल्या शिवाय आपण तर्काने परमात्मा मिळवूं शकत नाही. बुध्दीने आपण परमात्म्याला समजू शकत नाही. आत्म्यानेच फक्त आपण परमात्म्याला जाणू शकतो. ह्याच अर्थाने आतापर्यंत सगळ्यांनी सांगितले की <u>धर्मामध्ये जागृत रहा आणि आत्म्याला शोधा; आपल्या अंतर्यामी असलेल्या आत्म्याला जाणा.</u>

हा आत्मा काय आहे? हा आपल्या अंतर्यामी स्थिर राहून कोणते कार्य करतो आणि त्याचा परमात्म्याशी संबंध काय आहे? असे म्हणतात की आत्मा हा आपल्या हृदयामध्ये असलेले परमात्म्याचे प्रतिबिंब आहे. त्याचा अर्थ असा की आकाशांतील सूर्याचे प्रतिबिंब पाण्यात पडले तरी तो त्या पाण्यांत नसतो. तसे आत्मा आपल्याला जे-जे कांहीं दृष्य आहे, त्याच्या पलीकडे आहे, तरीही तो त्याला व्यापून आहे. कोणतेही प्रतिबिंब पूर्णपणे येण्यासाठी आरसा पूर्णपणे स्वच्छ असला पाहिजे. जर आरसा स्वच्छ नसेल तर प्रतिबिंब नीट येणार नाही. तसेच जो मानव पूर्णपणें स्वच्छ झाला नाही त्याला स्वत:च्या हृदयामधील परमात्म्याचे प्रतिबिंब दिसणार नाही. वहात्या पाण्यामध्ये दिसत असलेला सूर्य स्वत: आपल्या जागीं स्थिर असला तरी निरनिराळे आकार दाखवितो-तसे जो मनुष्य पाप किंवा दुष्टपणाने भरलेला आहे किंवा ज्याचे हृदय अनेक आकांक्षा आणि खोट्या इच्छेने भरले असेल त्याच्यामध्ये परमात्म्याचे प्रतिबिंब असून नसल्यासारखेच वाटेल. फार फार तर थोडीशी त्याची चमक दृष्टीस पडते आणि पुन्हा लुप्त होते. ह्याचा अर्थ एकच की शरीर, मन, बुध्दि, अहंकार इ. सर्वांचे एखाद्या स्वच्छ आरशामध्ये परिवर्तन झाले पाहिजे. हे कसे घडून यायचे ह्याची व्यवस्थाही परमात्म्याने आपल्यामध्ये केलेली आहे.

आम्हाला अमीबा पासून मनुष्य योनीपर्यंत आणण्यासाठी अनेक अवतारांनी महान कार्य केले आहे आणि आम्हाला आजच्या ह्या स्थितीमध्ये

आणून सोडले आहे. त्यामुळे आम्ही एका जागृत मानवाच्या रूपामध्ये आचरण करीत आहोत. आम्ही जागृत असतो; ज्याला डोळे असतात तो बिलकुल विचलीत न होता प्रत्येक गोष्ट बघत असतो. आंधळ्याला बारीक गोष्टींचीसुध्दा जाणीव असते. त्याला प्रत्येक जागेची बारीक-सारीकसुद्धा माहिती असते. दृष्टी असणारा माणूस मात्र ज्याच्या बद्दल माहिती पाहिजे तेवढेच बघतो. आमच्यामध्ये कुंडलिनी शक्ति परमात्म्याने स्थापित केली आहे तिची निर्मिती त्यांच्या इच्छेमुळेच झालेली आहे. ही कुंडलिनी शक्ती आमचा दर्पण निर्माण करते, वाढविते व स्वच्छ पण करते. हळू हळू ती त्याला असे स्वरुप देते की त्यांत पूर्णपणे आत्म्याचे प्रतिबिंब सामावले जाईल. सहजयोगात कुंडलिनी जागृति फारच सोपी आहे. हे आपण जाणताच आणि ती तशी जागृत होतेही, परंतू सहजयोग्यांनी हे लक्षात घेतले पाहिजे की सहजयोगामध्ये सर्व प्रथम आपण आपले आरसे स्वच्छ करण्यासाठी आलेलो आहोत. आपल्या पापांचे परिपालन करण्यासाठी आलो आहोत, जी काही आपली पूर्वजन्माची पापे होती ती धुण्यासाठी आलेलो आहोत. अनादि कालापासून काही आमच्यामध्ये वास्तव्य करीत असलेल्या एकत्र झालेल्या घाणेरड्या गोष्टी काढून टाकण्यासाठी आलेलो आहोत. आपण पाप व घाण साठवण्यासाठी नाही तर स्वत:ला स्वच्छ करण्यासाठी एकत्र आलेलो आहोत.

कुंडलिनी हा एक प्रवाह आहे की जो आपल्या चक्रांमधून जाऊन आपल्या चक्रांना जागृत करतो हे आपल्याला माहित आहे. तसेच जेव्हा चक्रांमध्ये प्रकाश फाकतो तेव्हां आपल्या हातांच्या बोटांवर आपल्याला चक्रांची जाणीव होते, हेच ज्ञान आहे. हीच जाणीव आहे. आतापर्यंत तुम्हाला माहित असलेले ज्ञान हे सतेज नव्हते त्यामध्ये प्रकाश नव्हता तो आता आल्यामुळे तुम्हाला त्याची जानीव होत आहे, तुम्हाला आता समजत आहे की तुमच्या कुठल्या चक्रामध्ये दोष आहे. ती कशी साफ करतात, हे फक्त सहजयोगातच शिकवले जाते. समजा ह्या साडीवर एक डाग पडला आहे, तो कुणी सांगितला त्यावेळी अंधार असेल तर आपणास तो दिसणार नाही, मात्र तेच उजेडात पाहिले तर तो आपल्याला दिसतो. आपल्याला राग न येता आपण तो डाग काढून टाकण्याचाच विचार करतो. तेव्हा पहिली गोष्ट म्हणजे प्रकाश मिळवणे; म्हणजे ज्याला लोक सत्य म्हणतात ते सत्य मिळवणे, सत्याची जाणीव होणें. सत्य जाणल्यानंतर आपल्या लक्षांत येते की आपल्या स्वत:मध्ये काय गुण आहेत. सहजयोगात मनुष्य आपले दोष लवकरच स्वीकारतो कारण तो प्रकाशामध्ये बघत असतो.

समजा कुठल्यातरी चक्रावर पकड आहे, समजा आज्ञा चक्र पकडले आहे. तर तुमच्याच ते लक्षात येईल, तुम्हाला त्रास वाटेल आणि तुम्ही ते चक्र ठीक कराल. पण तुम्हाला आत्मसाक्षात्कार मिळालेला नसेल तर ही संवेदना तुमच्या लक्षातच येणार नाही. अशा प्रकारची घाण तुमच्यामध्ये यापूर्वी भरलेली होती. पुर्वी तुम्हाला एखादा रोग झाला तरी तो तुम्हाला कळत नव्हते. कारण तुमचा आत्मसाक्षात्कार झालेला नव्हता. आत्मसाक्षात्कार मिळाल्यावर तुमच्या हे लक्षात येते. म्हणजे ज्ञानाचे हे पहिले दर्शन झाल्यावर आपले स्वत:चे दोष स्वत:च्याच लक्षात येतात.

सहयोगामध्ये लोक पार होतात आणि त्याबरोबरच स्वत:चे दोष त्यांच्या दृष्टीस पडतात. पण माणसाचा स्वभावच असा आहे की स्वत:चे दोष समजल्या बरोबर तो सजहयोगापासून पळू लागतो. पहिल्यांदा जेव्हा तो आपले दोष बघतो तेव्हा तो घाबरतो. त्याला हे पटतच नाही की त्याच्यात एवढे दोष आहेत, आणि मग शंका घेऊ लागतो. त्याच्या मनांत अनेक शंका येऊ लागतात. तुम्ही बघताच की हजारो लोक येतात पार होतात पण परत येत नाहीत. त्याचे कारण काय? म्हणूनच सहजयोग हा हळू-हळू वाढतोय. काही हरकत नाही. त्याचे कारण असे की मनुष्याचे स्वत:शी इतके तादात्म्य आहे की त्याला स्वत:चे दोष समजून घ्यायचे नसतात आणि जसे त्याला आपले दोष दिसतात तसे तो पळू लागतो. परंतु स्वत:च्या दोषांचे ओझे जन्मोजन्मी वाहण्यापेक्षा ते समजून घेऊन काढून टाकणे हे केव्हांही उत्तम.म्हणूनच बायबलमधें हा समय लास्ट जजमेंट (Last Judgement) आहे असे म्हटले आहे. तुम्ही स्वत:ला थोडेसे स्थिर केले की तुमच्या लक्षांत येईल की तुमचे अंतरंग पूर्णपणें स्वच्छ करणारी ही शक्ति तुमच्यामधेंच

आहे व ती फार प्रभावी आहे.

पहिल्याप्रथम तुम्ही हे लक्षांत घेतले पाहिजे की कुंडलिनी शक्ति ही अतिशय पवित्र आहे. ही कल्याणस्वरुपीणी शक्ति आपल्याला निर्मळ करते, स्वच्छ करते. तोच तिचा आनंद असतो. त्यानंतर फक्त दोनच गोष्टी घडूं शकतात. एक तर ह्या आत्मानुभूतिला आपल्या अंतर्यामी तुम्ही समजून घ्या आणि त्याची गहनता आत्मसात करा आणि त्याच्या गहराईत (खोलात)जा, नाहीतर हे पूर्णपणे सोडून घ्या. तिसरी गोष्टच होऊ शकत नाही. एकतर तुम्ही ह्याला पूर्णपणे आत्मसात करा नाहीतर पूर्णपणे सोडून द्या.जर तुम्ही हे सर्व पूर्णपणे आत्मसात करण्याचा आणि स्वत:ला पूर्णपणे स्वच्छ करण्याचा निश्चय केला तर आत्म्याचे प्रतिबिंब तुमच्या अंतर्यामीसुध्दा उतरेल. स्वत: बरोबर दुसऱ्याला पण तुम्ही स्वच्छ करू शकता. दुसऱ्याची पापे मग धुतली जातात. हे आपल्यामध्ये फारच शुभ मानले जाते. काही माणसे फारच शुभ असतात आणि काही फार अशुभ असतात, ज्या घरात ते पाय ठेवतात तेथे जणूं संकटच येते, जेथे त्यांचे वास्तव्य असते तेथे संकटे येतात. असे लोक अपशकुनी असतात असे म्हणतात. त्याचे कारण त्यांचे पूर्व- जन्माचे पाप, दोष त्यांच्यामध्ये भरलेले असतात. अशा माणसांनी आत्मसाक्षात्कार घेतला तर ते पूर्वीच्या दोषांपासून मुक्त होऊ शकतात.

शकुन -अपशकुनाचे विचार आपल्या देशात अनंत काळापासून आहेत. साधू -संत असतात, त्यांचे काही स्थान नसते, कदाचित त्यांचे कपडे चांगले नसतील, त्यांचा खाण्यापिण्याचा काही ठावठिकाणाही नसतो,ते जंगलात रहात असतील; परंतु ते जेव्हा तुमच्या घरी येतात तेव्हा सगळीकडे सुखशांति होते. परमात्म्याच्या बाबतीत देखील असेच म्हणा. परमात्म्याला जर ओळखावयाचे असेल तर त्यांची सर्वात मोठी ओळख ही की सर्वात मोठे शुभ त्यांच्याच हातात आहे, तेच सर्वांचे शुभ करतात . ते सर्वांचे भले करतात. त्यांच्याच हातात हे सर्व असते. कारण त्यांची साही चक्रे - जी ईश्वराची मंगल चालने - त्यांच्या शक्तीने हे सर्व घडून येते.

जेव्हां जेव्हां आपल्याकडे अवतार झाले तेव्हा तेव्हा काही तरी महान मंगल कार्य झाले आहे. परंतु आता तो काळ आला आहे की ज्यांच्यात सर्वात मोठे मंगल कार्य होणार आहे. त्यांच्यामध्ये तुम्ही सुध्दा मंगलकारी आणि कल्याणकारी होऊन जाल. आपल्यामध्ये स्थित असलेल्या आत्म्याला जाणाल.सर्व अवतारांमध्ये सर्वात महत्वाचे कार्य हे सहजयोगाचे आहे. त्याच्यामध्ये तुम्हालाही प्रेरणा मिळेल, साऱ्या समाजाल प्रेरणा मिळेल, तुम्ही सुध्दा शुभ होताल. ह्या काळात कलीयुगाची छाया सर्व जगावर पसरली आहे. अशा वेळी तुमच्या मशाली प्रज्वलित होऊ देत आणि त्यांच्या प्रकाशामंधे सगळीकडे शुभ होऊ दे, कल्याण आणि आनंद होऊ दे. म्हणून तुमचे स्वत:चे दीप स्वच्छ ठेवण्याची जरुरी आहे. आपल्या गतकर्मांची स्वच्छता झाली पाहिजी, पापांचे क्षालन करायला पाहिजे. गतकर्मांची स्वच्छता अहंकार सोडल्यामुळे होते.

आपला अहंकार सारी कर्मे करतो. सहजयोगामध्ये आल्यानंतर तुम्ही बघितले असेल की आपण आपला अहंकार चांगला बघू शकतो. तो कसे काम करतो हेहि कळते. सहजयोगामध्येसुध्दा अनेक प्रकारची प्रलोभने भेटतात आणि त्यात जेव्हा अहंकार प्रबळ होतो तेव्हा आपल्याला हे समजत नाही की आपल्याला सहजयोगाकडे जायचे की सहजयोगाने आपल्याकडे यायचे. बरेचसे लोक जेव्हां या अहंकाराला आपल्या डोक्यावर चढवून ठेवतात तेव्हां ते सहजयोगाकडे पाठ करून चालू लागतात आणि समजतात की सहजयोग्यांनी त्यांच्या मागोमाग गेलं पाहिजे. या अहंकाराचे आवरण असेपर्यंत आपल्याला आत्म्याचे दर्शन कधी होणार नाही.आता ह्या अहंकाराशी लढाई करुन काही फायदा नाही. सहजयोगात अहंकाराशी लढायचं नसतं; मात्र हे समजून घ्यायच असते, की आपले चित्त सतत सहस्रारात ठेवायचे. आपण आपल्या अहंकाराकडे सहस्रारातून बघताच अहंकार थंड असतो. कारण आपलं बघणं हेच प्रकाशमय आहे. त्या प्रकाशामध्येच आपल्या अहंकाराचा खेळ आपण बघूं शकतो. जसे - जसे तुम्ही स्वत:कडे बघूं लागता तसा तुमचा अहंकार कमी होऊ लागतो आणि जसा अहंकार कमी होऊ लागतो तसा आपल्यामधला प्रकाश वाढू लागतो.

सहजयोग अत्यंत सूक्ष्म क्रिया आहे. फारच थोड्या

लोकांना हे माहित आहे की ही अति सूक्ष्म क्रिया आहे. सुषुम्ना नाडी ही अगदी बारीक साकळी, अगदी छोटी आहे. ब्रम्हनाडीच्या अगदी मधोमध . त्याचे कारण म्हणजे मनुष्याची त्याच्या कर्माशी असलेली आसक्ति . ब्रम्हनाडी जी अतिशय सूक्ष्म आहे ती आपल्या पापांनी आपल्या घृणीत - वाईट गोष्टींच्या वजनाने इतकी लादली गेली आहे, इतकी संकुचित झाली आहे की कुंडलिनीचा एक अगदी छोटासा धागाच त्यातून वर जाऊ शकतो.

कुंडलिनी हा बऱ्याचशा सूत्रांनी बनलेला एक प्रज्वलित मार्ग आहे. त्याच्यातील एक छोटास धागा किंवा सूत्र फक्त ब्रम्हनाडीतून निघू शकतो, ही अतिशय सूक्ष्म आणि गहन क्रिया आहे आणि हे तुम्ही सर्वांनी बघितले आहे. जेव्हां कुंडलिनी जागृत होते तेव्हा ती कशी वर खाली जाते, तिचे स्पंदन हे तुमच्या पैकी बऱ्याच लोकांनी बघितले आहे. मोठ्या मुश्किलीने खालच्या बाजूने मार्ग काढून ब्रम्हनाडीच्या अतिशय अरुंद अशा मार्गातून एखादे सूत्र तरी वर चढावे असा कुंडलिनीचा प्रयत्न असतो. आणि अशा तऱ्हेने अतिशय सूक्ष्म धाग्याने का होईना पण ती तुमचे ब्रम्हरंध्र छेदतेच. सुरवातीला बऱ्याच लोकांमध्ये ही घटना सहज घडून येते. परंतु तिच्यावरच्या वजनामुळे, त्या दबावामुळे बऱ्याच लोकांमध्ये कुंडलिनी परत खाली बसते. नंतर ते विसरुन पण जातात की कधीतरी त्यांची कुंडलिनी जागृत झाली होती आणि त्यांच्या हे लक्षातही येत नाही की ज्या थंड लहरींचा त्यांनी अनुभव घेतला, जी मन:शांति त्यांना मिळाली होती ती समाप्त झाली आहे.

मनुष्याची बुध्दि अनेक तऱ्हेच्या शंका काढते. सर्व प्रथम बहुतेक सर्वांना ही शंका येते की, श्रीमाताजी कोण आहेत. पहिला प्रश्न. तर मला हे तुम्हाला सांगायचे की <u>जो पर्यंत तुमचे आत्म- चक्षु उघडणार नाहीत तो पर्यंत तुम्ही मला समजू शकणार नाही आणि तसा प्रयत्नही करुं नये.</u> पहिल्यांदा तुमच्या आत्म्याचे डोळे उघडा.

जेव्हा श्रीराम आले होते तेव्हा लोक म्हणाले की आम्ही परशुरामांना मानतो, जेव्हा श्रीकृष्ण आले तेव्हा म्हणाले की आम्ही श्री रामांना मानतो. जेव्हा नानक आले तेव्हा श्री कृष्णाला मानतो आणि जेव्हा येशू आले तेव्हा इब्राहिमला मानतो. हे सर्व मनुष्य-देहधारीच होते. परंतु मानवी बुध्दीची ही चाल कशी विचित्र आहे बघा. आता आम्ही आलोत तर लोक श्री साईनाथांना मानतात. पण जेव्हां ते होते तेव्हा त्यांना खायलासुध्दा मिळाले नाही. तेसुध्दा मनुष्य होते, पण जेव्हां ते मनुष्य - स्वरुपात राहिले नाहीत तेव्हा ते पूज्य झाले. जोपर्यंत जीवीत होते तोपर्यंत काही कामाचे नव्हते, परंतु <u>मेल्यावर मात्र भगवान झाले ह्याचे कारण काय असावे?</u>

गंगा जिथे वहात आहे तिथेच तर तिचे पाणी मिळणार. आज जर येथून गंगा वाहत आहे तर हे तुम्ही का मानत नाही की ती गंगा आहे? जिथे आधी वहात होती तिथे आता नाला आहे, किंवा काही सुध्दा नसेल. त्यालाच जर तुम्ही गंगा मानणार असाल तर मग तुम्ही हवे ते करा. आज जर इथून गंगा वाहतेय तर तुम्ही तिला कां नाही मानत?

मानवी बुध्दि समजून घेणं हे काही सोपं काम नव्हे. मनुष्याची बुध्दि समजून घेणं ही जगातील सर्वात कठीण गोष्ट आहे. ईश्वराला समजणं फारच सोपं आहे कारण ते जसे आहेत तसेच आहेत. दुपट्टीपणाच काय पण आणखी कितीतरी अजब गोष्टी मनुष्यामध्ये आहेत. विंचू, साप,हत्ती, घोडे, वाघ, वगैरे सर्व प्रकारच्या जनावरांचे माणसामध्ये वास्तव्य असते. माणसाच्या बुध्दीची चाल अशी कां असते? मला हे लक्षातच येत नाही की माणसाच्या बुध्दीवर अशी कोणती जादू झाली आहे की जे सत्य उघड दिसत आहे याचा तो स्वीकार करत नाही आणि जे दृष्टीस पडत नाही ते मात्र मानतो. त्याचे कारण अहंकार. मनुष्याला फारच अहंकार आहे. श्रीरामाच्यावेळी जर त्यांना मानले असते तर त्यांनी सांगितले असते की आपली कुंडलिनी जागृत करुन घ्या, पार व्हा आणि सहजयोगामध्ये स्थिर व्हा. श्रीकृष्णांच्या वेळी जर त्यांना मानले असते तर त्यांनी गोकुळामध्ये खेळ खेळण्याएवजी तुम्हाला बसवून सहजयोग शिकवला असता. नानकांच्या वेळी जर सहजयोग मानला असता तर तुमच्यासाठी एवढे डोकेफोड करून असे करा तसे करा वगैरे सांगायची त्यांना काहीही जरुर पडली नसती. त्यांनी सरळ सरळ तुम्हाला सहजयोग शिकवला असतां. परंतु त्यावेळी त्यांना ओळखणारे लोक फार थोडे होते.

अहंकार माणसाला गाढव बनवितो. गाढवाला सुध्दा काही मान असतो, काही अक्कल असते. पण माणसाला जर अहंकार झाला तर त्याच्यां इतके वेडपट गाढवसुध्दा असूं शकत नाही. मनुष्य आणि अहंकार ह्याचे समीकरण म्हणजे गाढवच. मनुष्यामध्ये अहंकाराचे फुगे कसे फुगतात हे जर सांगितले तर तुम्हाला आश्चर्य वाटेल. एखाद्याला जास्त पैसा मिळाला तर तो गेला कामातून. लाखातील फक्त एक पैसेवाला माणूस शहाणा असेल. जर एखाद्याला पैसा मिळाल की लगेच तो विचार सुरु करेल की कुठे जाऊन दारु पिऊ की कुठल्या घाणेरड्या बाईला जाऊन पैसे देवूं की कुठल्या घोड्यावर जाऊन पैसे लावूं. माणसाच्या मनात कधी असे येत नाही की आज पैसा मिळालाय तर त्याचा काही चांगला उपयोग करूं या की ज्याच्यामुळे ईश्वराचा आशीर्वाद मिळेल.त्यातही आपला अहंकार दाखवणार. समजा रामाचे मंदिर बांधले तर म्हणतील की हे अमक्या तमक्याचे मंदीर आहे- किंवा आमच्या वडिलांचे नांव ह्या मंदीराला द्या. ह्या मूर्खपणाला काय म्हणावे? तुमच्या वडिलांनी जर काही चांगले काम केले असते तर आपोआपच ते प्रसिध्द झाले असते. अशा तऱ्हेच्या खोट्या अहंकाराची रचना करुन मनुष्य सत्यापासून दूर जातो आणि हाच अहंकार माणसाला साक्षात सत्य जरी समोर उभे असले तरी त्याला मानू नकोस असे शिकवतो. समजा एक मनुष्य खूप पैसेवाला आहे किंवा फार सत्ताधीश आहे. जास्त सत्ता असणे पण एक गाढवपणाच आहे. माणूस जास्त सत्ता असल्यावर एक विदूषक होऊन जातो. एखादी स्त्री जर फार सुंदर असेल आणि तिच्या डोक्यात जर भरलं की आपण फार सुंदर आहोत तर ती पापाच्या गर्तेत- सुध्दा जाऊ शकेल. एखादी गोष्ट अतिशय मिळाल्यानंतर मनुष्य गाढवा सारखा होतो. त्याचे कारण तो ती सांभाळू शकत नाही. एखाद्या बादशहाच्या समोर लाखो-कोट्यावधी रुपये जरी पडले तरी त्याला त्याचे काही विशेष वाटत नाही.जो खरा राजा असतो तो राजासारखाच जगात रहातो. साध्या सुध्या गोष्टीमध्ये तो लक्ष घालत नाही.परंतु साधा मनुष्य हे सांभाळू शकत नाही. कारण ते सांभाळण्याची शक्तीच त्यांच्यात नसते. जेव्हा तो स्वत:साठी ''अति'' मिळवण्याच्या मागे लागतो, तेव्हा बाकी सर्व गोष्टी त्याला तुच्छ होऊन जातात. अहंकारामुळे माणूस आपले स्वातंत्र्य गमावून बसतो आणि दिवस-रात्र एका जाळ्यात अडकून बसतो व त्याला वाटते की,'' वा वा मी किती मोठा माणूस . मला सगळे हार घालतात.'' त्याला हे समजतच नाही की त्याचा खरा रस्ता कुठला आणि तो कुठे चालला आहे.

आता तर असा काळ आला आहे की तुम्ही जरा मागे वळून बघायला पाहिजे. आता जागे होण्याची वेळ आली आहे, बघण्याची वेळ आली आहे, समजून घेण्याची वेळ आही आहे. आपल्या अहंकाराच्या ज्या पायरीवर असाल तेथेच थांबा आणि वळून बघा. तुम्हाला समजेल तुम्ही अजून काहीच मिळवले नाही, तुम्हाला अजून काहीच समजले नाही. नम्रपणे ह्या परिस्थितीचा स्वीकार करा आणि आपल्यामध्ये हे बिंबवून घ्या अजून आपल्या आत्म्यालाच आपण जाणले नाही. प्रत्येक पावलागणिक तुम्ही नश्वर गोष्टींच्या मागे लागला आहात, षड्‌रिपूंचे गुलाम झाले आहात. एक मिनिट जरा थांबून तर बघा, जिथे तुम्ही थांबला तिथे तुम्हाला कळून येईल की अनंताशी एकरूप झालेल्या परमात्म्याचे प्रतिबिंब तुमच्यात असलेल्या दर्पणामध्ये आत्मारूपाने पडलेले आहे. त्याला जाणा, त्याच्यात उतरा, त्याच्या आनंदाचा अनुभव घ्या. त्याच्या प्रकाशाने सर्व जगाचा अंध:कार दूर करा. हे फार महन कार्य आहे. पण अवघड हेच आहे, की ह्या महान कार्यात अधिक लोक टिकत नाहीत, आता मी जर तुम्हाला संमोहित केल तर हजारो लोक येऊन इथे बसतील .लंडनमध्ये असेच एक गुरुजी येऊन पोहोचले आणि नव्वद हजार लोकांना लुटले. प्रत्येकाकडून सहा हजार रुपये घेतले. त्यांच्या पैकी साठ लोक माझ्याकडे आले, त्यांना फीट येण्याचा आजार झाला होता. मी त्यांना विचारले की तुम्हाला काय शिकवल? सुरवातीला कोणता मंत्र दिला? सहा हजार डॉलर घेऊन त्या बिचाऱ्यांना जो मंत्र दिला होता त्याचे नाव आईगा, फिईगा आणि टींगा. त्यांच्याकडे हा मंत्र लिहून दिला होता आणि गुप्त ठेवायला सांगितले होते, आणि सांगितले की ह्या मंत्राचा जप करत रहा म्हणजे तुम्हाला खूप

सिध्दी प्राप्त होतील. आज त्या बिचाऱ्यांची फार वाईट परिस्थिति आहे. बिचारे रस्त्यावर पडले आहेत, त्यांची घरे उजाड झाली आहेत, मुलांना खायला नाही, पायात जोडे नाहीत. तेव्हाच जर त्यांच्यामध्ये सूज्ञला आणि शहाणपण असतं तर ते असल्या अहंकाराचे पोषण करण्याऱ्या माणसाकडे गेलेच नसते.जसे जमेल तशाप्रकारे तुमचा अहंकार वाढवून ते आपले खिसे भरतात. असे लोक जगातल्या सर्वांना आवडतात. मोठी वर्तमानपत्रे त्यांच्या जाहिराती करतील, त्यांची स्तुति करतील कारण त्यांच्याकडे पैसा आहे आणि पैशाच्या जोरावर ते सगळ मिळवतील. मोठे लोक त्यांना भेटतील पण अंतरंगात बघा किती खोटेपणा भरलेला आहे. परंतु ते स्वत:च एक प्रकारच्या असत्यात रहात असतात आणि ते म्हणजे त्यांचा अहंकार. जो माणूस असल्या अहंकाराला संभाळतो आणि मोठे करतो, त्याच्यातच रहातो त्याचा सर्वनाश होतो.

मी पुन:पुन: विचारते की कशा करता स्वत:चा सर्वनाश तुम्ही ओढावून घेत आहात? तुम्ही स्वत:ला समजावून का घेत नाही? स्वत:ला परमात्म्याच्या हवाली करावेसे तुम्हाला का वाटत नाही? वाईट लोकांच्या मागे तुम्ही कां जाता? त्यांच्यासाठी तुम्ही प्राण द्यायलाही तयार आहात. ते तुम्हाला लुटताहेत, फरफट करतात, तुमचे सर्व त्यांनी वाईट करून ठेवले आहे. कारण त्यांनी तुमच्यावर मोहिनी घातली आहे. तुमच्यामध्ये तुम्ही जाणून घ्यावी अशी कोणतीच शक्ति नाही का? परमात्म्याशी भेट ही पूर्ण स्वातंत्र्यातच होत असते. सहजयोग फारच सरळ आहे. परंतु तुम्ही सरळ नसता. शहरामध्ये बऱ्याच प्रकारे दबाव आहेत. ह्या तणावामध्ये अडकूनच बराचसा त्रास तुम्हाला सहन करावा लागतो. म्हणून सुरवातीला स्वत:ला सरल बनविले पाहिजे. आमचे काम खेड्यामध्ये विशेष प्रकारे जोरात होते. शहरामध्ये अहंकार जास्त प्रबळ आहे. छोट्या गोष्टींचाही लोकांना अहंकार होतो. ह्या कारणामुळे जे लोक तुमचा अहंकार सांभाळतात त्यांना तुम्ही शरण जाता आणि ते मात्र तुम्हाला लुबाडून निघून जातात. तुम्हाला आश्चर्य वाटेल की जितके कॅन्सर आणि लुकेमिया वगैरे भयंकर रोगांनी पछाडलेले मी बधितले आहेत ते सर्वच्या सर्व कोणत्या ना कोणत्या तरी खोट्या गुरुंचे किंवा जादू टोणा करणाऱ्यांचे किंवा एखाद्या तांत्रिकाचे शिकार झालेले आहेत.

मी तुमची आई आहे या नात्याने तुम्हाला समजावते आहे आणि तुम्हाला सांगते की अशा तऱ्हेच्या दुष्ट प्रवृत्तीच्या लोकांकडे जाऊन स्वत:चा सर्वनाश करूं नका. अशा लोकांच्याकडे जाऊन तुमचा आत्मा पूर्णपणे नष्ट करू नका. आत्म्याला जाणा शंका - कुशंकांच्या अंदोलनात शिरण्याची काहीही आवश्यक्ता नाही. पहिल्या प्रथम पार व्हा, पहिल्यांदा आत्मा मिळवा, पुढचे आम्ही बघून घेतो. प्रथम आत्म्याला जाणा. जोपर्यंत तुम्हाला आत्मा मिळत नाही तोपर्यंत कोणत्याही गोष्टीची चर्चा करणे व्यर्थ आहे. ही अतिशय सूक्ष्म गोष्ट आहे.

सहजयोग ही एक फार मोठी करामत आहे. फारच मोठी. ती बघून मला स्वत:लाच आश्चर्य वाटते. कारण माणसामध्ये अशी करामत घडून येणें व ती वृध्दिंगत होणे फारच कठीण काम होते. येशूख्रिस्त अशा प्रकारचे मोठे काम करणाऱ्यातले शेवटचे व्यक्ति समजले पाहिजेत. त्याचे नंतर आपण म्हणू शकतो, की गुरू तत्त्वावर नानकसाहेब होते. त्यांचे काळातसुध्दा इतक्या लोकांना आत्म्याचे ज्ञान मिळाले नव्हते. ते सुध्दा डोकेफोड करुन थकले. त्यांनी मनुष्यरुप घेतले होते पण तरीसुध्दा लोकांनी त्यांना समजून घेतले नाही. मीसुध्दा त्या सर्वांचे बरोबर होते. मला आनंद आहे की आज सहजयोगामध्ये या देशात जवळ जवळ दहा हजार लोक आहेत की ज्यांनी ते मिळवले आहे. ठीक आहे, बघू काय होते ते? आमच्या दृष्टीने आले तरी ठीक, नाही आले तरी ठीक. हे लक्षात ठेवा की परमात्मा तुमच्या पायावर झुकणार नाही. तुमचे स्वातंत्र्यातच तुम्हाला हे मिळवावयाचे आहे.

तुम्हाला नाही मिळाले तर परमात्म्याचा दोष नाही; सहजयोगाचा नाही,आमचा नाही, आत्म्याचा नाही तर तुमचा आहे. कारण तुम्ही तुमच्या अहंकाराला चिटकून बसलेले आहात. हे तुमचे धन आहे, तुमची संपदा आहे आणि तुम्हाला ती ,ऐवढ्या साठीच मिळाली आहे की तुम्ही ती पूर्णपणे मिळवावी..

परमेश्वराचे तुम्हाला आशीर्वाद.

सरस्वती पूजा

प.पू.श्रीमाताजी निर्मलादेवींचे
भाषण : धुळे,
१४ जानेवारी १९८३ (संक्षिप्त)

सहजयोग्यांनी
अहंकार सोडून
तेजस्वी व
पूर्णार्थाने
सामूहिक
बनले पाहिजे.

सर्व प्रकारचे सृजनशील कार्य प्रेमानेच घडून येत असते.जसे प्रेम वाढेल तशी तुमची सृजनशीलता पण वाढेल. सरस्वतीच्या सृजनशीलतेचा पाया प्रेमच आहे.जर प्रेम नसेल तर सृजन पण नाही. थोडेसे खोलवर बघितले तर तुम्हाला कळेल की ज्यांनी शास्त्रीय शोध लावले त्यांनी सुध्दा जनसामान्यांवरील प्रेमातूनच सर्व कार्य केले. स्वत:साठी कोणी काहीच निर्माण केले नाही. जरी केले असेल तरी सुध्दा त्याचा उपयोग सर्वांना झाला आहे. अन्यथा ते निरर्थक आहे. अणू बॉम्ब तत्सम शास्त्रीय शोध संरक्षणाकरिताच लावले गेले. ते जर लावले नसते तर त्या लोकांनी महायुध्दातून आपले लक्ष काढले नसते. आता महायुध्दाचा कोणी विचारपण करीत नाही. अर्थात शीत युध्द चालू आहे पण ते हळू हळू जसे लोक कंटाळतील तसे संपेल. तेव्हां उजव्या बाजूचे (पिंगला नाडीचे) कार्य मूलत: प्रेमातून सुरू होते व प्रेमातच त्याची परिणिती होते. ज्याचा शेवट प्रेमात होत नाही ते कमी कमी होऊन संपुष्टात येते, नाहीसे होते.तेव्हा तुम्हाल हे कळेल की जड गोष्टी सुध्दा जर प्रेमासाठी उपयोगात आल्या नाहीत तर नाहीशा होतात. प्रेमाचे अधिष्ठान पाहिजेच. नाहीतर जे काही आपण जडातून निर्माण करतो ते जर जनसामान्यांना आवडले नाही, त्यांचे पासून निराळे राहिले, तर ते हळू हळू नष्ट होईल. त्याला काही काळ निश्चितच लागेल, पण त्याची दिशा ठरलेलीच असते, ते नष्ट होणारच.

आता हे प्रेम आहे. ईश्वराचे महान प्रेमाबद्दल आपण बोलतो त्याची आपल्याला चैतन्य लहरीतून जाणीव होते. लोकांच्याकडे चैतन्य लहरी नसतात, पण त्यांचे नकळत त्यांना संवेदना होत असतात. जगातील सर्व महान तैल-चित्रामधून चैतन्य लहरी येत असतात. जगातील सर्व सृजनशील निर्मितीला चैतन्य लहरी असतात आणि चैतन्य लहरी असलेल्या गोष्टीच काळाने टिकवून ठेवल्या आहेत. बाकीच्या नष्ट केल्या आहेत. किती तरी भयानक व गलिच्छ गोष्टींची निर्मिती अनेक वर्षापूर्वीसुद्धा झाली होती. परंतु निसर्गाने त्या केव्हाच नाहीशा केल्या. जे काही टिकाव धरणारे आहे, पोषक आहे, उदात्ततेची भावना जागृत करणारे आहे, ते सर्व प्रेमाच्या भावनेतून निर्माण होते. आपल्यामध्ये ती भावना वृध्दिंगत झालेली आहे. इतरांमधे नाही. तरी सुध्दा सर्व जगाला हे लक्षात घेतलेच पाहिजे की मानवालाती ईश्वराच्या सर्वोच्च प्रेमाकडे जायचे आहे. अन्यथा त्याला काही अर्थ नाही.

आता तुम्ही हे बघताच की, कलेमध्ये लोकांना आकर्षित करण्यासाठी, अगदी हीन व गलिच्छ पध्दतीचा वापर केला जातो, केवळ

हीच कला आहे हे लोकांना पटावे म्हणून. परंतु ते नाहिसे होणारच. मी सांगितले तसे काळाच्या तडाक्यातून ते बचावणारच नाही. ते सर्व नाहीसे होणारच आणि तुम्ही परिणाम बघतच आहात की सगळीकडे, अगदी पश्चिमेकडे सुध्दा, कसे बदल घडून येत आहेत. तेव्हां पश्चिमी जगाबद्दल अगदी निराश होऊन पश्चिम म्हणजे टाकावू असे समजण्याचे कारण नाही. तेथे सर्व ठीक होईल आणि ठीक झाले पाहिजे. कारण विशेषत: पश्चिमेकडे सरस्वतीची बरीच पूजा झाली आहे. भारतापेक्षा किती तरी जास्त. कारण तिकडे ते स्वत:च शिकले व पुष्कळ गोष्टी शोधून काढल्या. फक्त एवढे विसरले की, ईश्वरच (देवीच) सर्व धर्म आहे. सर्व काही देवाकडूनच येत असते हेच ते विसरले. म्हणून सर्व प्रश्न निर्माण झाले. जर तुमच्या शिक्षणामधे आत्माच नसेल, जर त्याचा उगम देवीकडून झालाच नाही ते सर्व निरुपयोगीच असणार. त्यांनी जर हे लक्षात घेतले असते की आत्माच सर्व घडवून आणतो तर ते इतक्या पराकोटीला गेलेच नसते. भारतीयांनासुध्दा मी आतापर्यंत हेच सांगत आले आहे की औद्योगिक गुंतागुंती टाळण्यासाठी तुम्ही आत्म्याला जाणले पाहिजे. जर तुम्ही आत्मा जाणत नसाल तर त्या लोकांसारखेच प्रश्न तुमच्या पुढेही येतील. कारण ते मानव आहेत तसे तुम्हीही आहात म्हणून तुम्ही त्याच मार्गाने जाल. तुम्ही सैरवैर धावत सुटाल आणि पश्चिमात्य लोकांना जे त्रास सहन करावे लागतात तेच तुम्हालाही सहन करावे लागतील.

आता, सरस्वतीचे आशीर्वाद इतके आहेत की थोड्या वेळात त्यांचे वर्णन करणे अशक्य आहे. आणि सूर्यानेसुध्दा आपल्याला इतक्या शक्ती दिलेल्या आहेत की एकाच काय पण दहा भाषणामध्ये सुध्दा त्यांचेबद्दल सांगणे अशक्य आहे. परंतु सरस्वतीची पूजा करताना आपण सूर्याचे विरुध्द आणि सरस्वतीच्या विरुध्द कसे वागत असतो हे आपण स्वत:च पूर्णपणे जाणून घेतले पाहिजे. उदा. पश्चिमात्य लोकांना सूर्याची फार आवड आहे. कारण तिकडे सूर्य दिसतच नाही. परंतु ते त्याच्यासाठी अगदी अतिरेकाला जातात आणि स्वत:मध्ये गुंतागुंत करुन ठेवतात. परंतु सूर्याचे पासून एक मुख्य गोष्ट आपण शिकली पाहिजे ती म्हणजे विवेक. म्हणजेच आंतरिक प्रकाश. जर आज्ञाचक्रावर (सूर्य चक्र) भगवान येशु जागृत व्हायचे असतील तर जीवनांत नितिमत्ता आणि पावित्र्य असणे अत्यंत आवश्यक आहे. नितिमत्ता पश्चिमेकडील लोकांनी वादाचा विषय केला आहे. लोकांना नीतिमत्तेची काही जाणीवच नाही. चैतन्यलहरीवर अर्थातच तुम्हाला ते समजते; परंतु ते लोक मात्र अगदी नीतीच्या विरुध्द गेले आहेत. जे येशूची पूजा करतात, सरस्वतीची पूजा करतात, सूर्याची पूजा करतात ते सूर्याच्या शक्तीच्या अगदी विरुध्द गेले आहेत. त्याचीच ते अवज्ञा करतात. प्रत्येक गोष्ट स्वच्छ दिसून येण्यासाठी केवळ सूर्यच प्रकाश आणतो. किती तरी गुण सूर्याकडे आहेत. तो गलिच्छ ओल्या गोष्टी वगैरे वाळवून टाकतो. जिथे जिथे जंतू निर्माण होतील ते सर्व तो वाळवून टाकतो. पण पश्चिकडे किती तरी बांडगुळे निर्माण झाली आहेत. नुसती बांडगुळे नव्हेत तर किती तरी भयानक पंथ आणि कितीतरी भयानक गोष्टी तिथे निर्माण झाल्या आहेत. जे देश पूर्ण प्रकाशित असायला हवेत ते गहन अंध:कारात रहात आहेत. जिथे लोकांना प्रकाशाची आवड असायला हवी तिथे अन्तर्यामीचा अंधार, स्वत:च्या ज्ञानाबद्दलचा अंधार आणि प्रेमाबद्दलचा अंधार भरून राहिला आहे. प्रकाशाचा अर्थ तुमच्या स्थूल दृष्टिस दिसणारा प्रकाश नव्हे. तर अंर्तयामीचा प्रेमाचा प्रकाश, तो इतका सुंदर, इतका मोहिनी घालणारा, इतका सुखदायी आहे आणि भरपूर आहे की जर ह्या पवित्र प्रेमाच्या, पावित्र्याच्या, पवित्र्य नात्याच्या, पवित्र ज्ञानाच्या प्रकाशाचा अनुभव तुम्ही अंतर्यामी घ्याल, जर तुम्ही तो प्रकाश आपल्या अंतर्यामी वृध्दिंगत कराल, तर सर्व काही अगदी निखळ स्वच्छ होऊन जाईल. निसर्गाचे शुध्द स्वरुप आपल्यामध्ये निर्माण झाले

पाहिजे. आपली चक्रें ह्या विशुध्द निसर्गाच्या स्वरुपातूनच बनली आहेत. आपणच आपल्या विचारांनी ती मलीन करतो. सरस्वतीच्या शक्ति निसर्गामधील जे-जे,अपवित्र आहे ते-ते स्वच्छ करीत असते आणि आपण आपल्या मेंदूच्या कार्यांनी ते खराब करत असतो. आपल्या मेंदूचे सर्व काम विशुध्द् बुध्दिमत्तेच्या विरोधी असते. आणि हेच आपण जाणले पाहिजे की ही विशुध्द बुध्दी आपल्या विचारांनी मलीन होता कामा नये. आपले विचार आपल्याला इतके अहंकारी व अपवित्र बनवितात की आपण विष खाऊन वर विचारू की''त्यात काय चुकले?'' अगदी सरस्वतीचे विरोधी. जर सरस्वती आपल्यामधे असेल तर ती आपल्याला शहाणपणा देते, सुबुध्दी देते. म्हणून पूजा करण्यासाठी, सूर्याची पूजा करण्यासाठी आपल्याला काय बनायचे आहे आणि आपण काय करीत आहोत, कोणत्या घाणीत आपण रहात आहोत, आपले मन कोणीकडे भरकटते आहे ही दृष्टि आपल्याला आली पाहिजे. आपण विमुक्त होण्यासाठी येथे आलो आहोत, आपल्या अहंकाराचे लाड पुरविण्यासाठी किंवा आपल्यामध्ये असलेली घाण सांभाळत रहाण्यासाठी नाही. तेव्हां हा प्रकाश आपल्यामध्ये आला आहे आणि आपण आपल्या भोवताली निर्माण केल्या जाणाऱ्या आपल्याच मानसिक गलिच्छतेपणाच्या वर उठण्याचा प्रयास केला पाहिजे. या शिवाय तुम्हाला आणखी उंच वाढून हे समजून घेतले पाहिजे की तुमच्यामध्ये अहंकार नावाची एक गोष्ट आहे आणि हा अहंकार म्हणजे केवळ असत्य आहे. तुम्ही काहीच करत नाही. जेव्हां तुमची नजर इकडे तिकडे जात असते, ज्यावेळी तुमचे चित्त भरकटत असते, त्यावेळी तुमचा अहंकार तुमच्यावरच प्रयत्न करीत असतो. खरे म्हणजे अहंकार अगदी खोटा असतो. फक्त एकच अहंकार व तो म्हणजे ईश्वर, महत-अहंकार. दुसरा अहंकार नाही. ती केवळ कल्पना आहे. ते एक फार मोठे असत्य आहे. कारण तुम्हाला वाटू लागते की, तुम्हीच प्रत्येक गोष्ट करत आहात. वास्तविक तुम्ही काहीच करत नाही. मग हा मूर्खपणाचा अहंकार वाढू लागतो आणि प्रत्येक बाबतीत तो दिसून येतो. जेव्हा तो पुढे येऊ लागतो तेव्हां तो दुसऱ्यावर मात करायचा प्रयत्न करतो आणि हिटलर सारखा होतो. उजव्या बाजूला गेल्यावर तो सुप्रा कॉन्शस होतो आणि त्याला सर्व वेडगळपणाच्या गोष्टी कराव्याशा वाटतात. डाव्या बाजूला गेल्यावर तो स्वत:ला आपण फार मोठी व्यक्ती आहोत वगैरे समजू लागतो. अहंकार मागे गेल्या नंतर मात्र तो फार धोकादायक होतो; असे लोक गुरु बनतात आणि दुसऱ्याला नष्ट करतात. त्यांचे स्वत:मध्ये पुष्कळच दोष असतात आणि मग ते लोकांना नरकात ओढतात. जेव्हा अहंकार सर्व बाजूने जावू लागतो तेव्हां तो नरक होतो.

आता लोक जेव्हा उजव्या विशुध्दीचा वापर करतात म्हणजे स्वत:बद्दल बोलतात, ते सगळ्यात वाईट होय. कशाचा कां अहंकार असेना जर तुम्ही त्याचे बद्दल बढाया मारायला लागला तर तो सर्व बाजूने घेरेल आणि मग अहंकाराच्या भिंती इतक्या जाड होतील की त्याचा भेद करणे अशक्य होऊन बसेल. कारण असे लोक स्वत:मध्येच मशगुल असतात आणि आपण तसेच आहोत असा त्यांचा विश्वास असतो. एकदा का त्याचा असा विश्वास दृढ झाला की मग त्यांचेमधे बदल करणे शक्य नसते. तेव्हां तुम्ही ज्या बढाया माराल किंवा स्वत:च्या मोठेपणाच्या गोष्टी कराल तेव्हां सांभाळून रहा. तुम्हाला माहिती आहे की मी कोण आहे; पण मी हे किती वेळा सांगायचे की मी कोण आहे? मी एकदा सांगितले तरीसुध्दा तुम्हाला कितीतरी प्रचंड चैतन्य लहरी मिळतात. पण मी ते किती वेळा सांगावे? तुम्ही काही तरी म्हणता, मी होकार देते, पण ते मी म्हणत नसते.मी स्वत:च काहीं मोठ्या आवाजात सांगितले तर काय होईल ते सांगता येत नाही. म्हणून तुम्ही हे समजून घेतल पाहिजे की महत्-अहंकारच सर्व कार्य करतो, सर्व निर्माण करतो. कधी कधी मी तुमच्यावर ओरडते, लगेच सर्व भुते

पळून जातात. कालच तुम्ही बघितल की बडबड करणारी सर्व भूते पळून गेली. काल मी तुम्हाला सांगितल की तुम्ही एक साक्षात्कारी जीव आहात हे लक्षात घ्या आणि तुम्ही सुध्दां असे करू शकाल. तुमच्या उजव्या विशुध्दिचा वापर स्वत:वर ओरडण्यासाठी करा. आता जे लोक फार कार्य करणारे आहेत त्यांचे बाबतीत अहंकाराच्या भिंती जाड होतात. त्यांना काही तरी करायच असत, ते क्रियाशिल नसतात असे नाही, त्यांना कार्य करायचही असते पण ते जास्त बडबड करत असतात. त्यांच्या हे लक्षात येत नाही की काही आंतरिक उपायांनी ते जास्त चांगले नियंत्रण करू शकतात. पण त्यांना ते करायचे नसते, म्हणून ते बडबड करतात. असे लोक ते जर बोलले नाहीत आणि अंतर्मुख राहिले तर ठीक होईल. तुम्ही तुमचे अनुभव मला सांगू शकता, ते ठीक आहे; पण जर ते दुसऱ्याला सांगत सुटलात आणि त्याचेबद्दल जास्त बोलू लागलात तर तुमच्या मध्ये जी शक्ति आहे ती हळू हळू निघून जाईल आंणि मग तुम्ही अगदी खालच्या पातळीवर येऊन बसाल. म्हणून कोणीही माझ्याकडे ही शक्ति आहे ती शक्ति आहे, मी हे करतो, ते करतो अशी प्रौढी मारू नये. ते अत्यंत चूक आहे. म्हणून मी तुम्हाला हे सांगून ठेवते की स्वत:चे मोठेपण दाखविण्याचा प्रयत्न करू नका. तुम्ही माझ्या शक्ति बद्दल बोला, ते ठीक आहे, पण स्वत:च्या शक्तिबद्दल बोलण्याचा विचारही करु नका. अर्थात एखाद्या विरोधी व्यक्तिशी बोलताना किंवा दुसऱ्या कोणाशी बोलताना जरूर पडली तर तुम्ही सांगा. पण त्यावेळी तुम्ही म्हणायला पाहिजे, 'आम्ही',' मी' नाही. आम्ही म्हणजे संपूर्ण सहजयोग्याचे एक सामुहिक व्यक्तित्व. जर तुम्हाला तुमच्या अहंकारावर मात करायची असेल तर तुम्ही त्याला प्रत्येकामध्ये पसरु द्या. त्यासाठी असे म्हणा.'' आम्ही सहजयोगी किंवा आम्ही सर्व. जर तुम्ही असे समजू लागलात की आम्ही सहजयोगी, तर तुम्ही सर्व मिळून एक व्यक्तिमत्व बनाल. एक संगठन व्हाल.

म्हणून आजचा दिवस, हा बदल घडवून आणण्यासाठी आपल्या दृष्टीने फार महान आहे. कारण आज सूर्याने आपला मार्ग बदलला आहे. आता सूर्य ह्या बाजूला, येत आहे. तेव्हा उत्तरेकडे येणाऱ्या सुर्याचे आपण स्वागत करू या. ऑस्ट्रेलियन्सनी म्हणावे की सूर्य जरी गेला असला तरी सूर्याला आपण आपल्या मधे प्रस्थापित करू या. कारण आपल्या अंतर्यामामधून सूर्य कधीच नाहीसा होत नाही. म्हणून अशा तऱ्हेने घडून आणले पाहिजे की आपण सर्व एक व्यक्तिमत्व आहोत. आम्ही सर्व एक आहोत, असे आपल्याला वाटू लागेल. जो कोणी वेगळा व्हावयाचा प्रयत्न करेल तो गळून पडेल. त्याला मी काढून टाकेन. काहीही असो, तो जाईल तेव्हा पण आत्मपरिक्षण करा आणि बघा की कोण स्वत:ला वेगळे करण्याचा प्रयत्नात आहे. प्रत्येकाने जसे पचेल तसे सामुहिकता वाढविण्याचे, सामूहिक उध्दाराचें, सर्वांना मदत करण्याचे कार्य करणे आवश्यक आहे. परंतु कोणालाही , कोणत्याही मार्गाने खाली ढकलण्याचा प्रयत्न करू नका. कारण सहजयोगाचा हा मार्ग नव्हे. सहजयोगाचे कार्य सामूहिकतेवरच होत असते. ज्याने हा सर्वात्मक होण्याचा भाव जोपासला आहे तोच खरा सहजयोगी होय.स्वत:बद्दल तुम्हाला काहीही वाटो मला काही त्याबाबत म्हणायचे नाही. परंतु तुमचे व्यक्तिमत्त्व सर्वामध्ये सामावलेले पाहिजे. एकमेकांमधे मिसळण्याचा प्रयत्न करा आणि त्यामधे सौंदर्य बघून आनंद मिळवा. तुमची आई जशी सर्वामध्ये सामावलेली आहे. मी तुम्हाला भेटते किंवा नाही ह्याने काही फरक पडत नाही कारण मी तुमच्यामध्येच मिसळलेली आहे. अगदी छोट्या गोष्टीमधूनसुध्दा मी तुमच्या जवळ असते. तसे तुम्ही होण्याचा प्रयत्न करा. ती सर्वात मोठी गोष्ट प्राप्त करून घ्यावयाची आहे. अहंकार तुम्हाला एखादा शेंगेच्या टरफला सारखा बनवितो आणि सर्वात्मक होण्याच्या सौदर्याशी तुमचा संपर्क पोहोचू देत नाही.

आज धुळे येथे पूजा होत आहे. ही फार महान

कल्पना आहे. व महान गोष्ट आहे. धुळे म्हणजे धूळ . माझ्या लहानपणी मी एकदा कविता लिहीली होती. मला आठवते ती फारच आवडण्यासारखी होती ती आता कुठे गेलीय ते मला माहित नाही. पण ती अशी होती. '' मला एखाद्या धूळीच्या कणासारखे लहान व्हायचे आहे की जे वाऱ्या- बरोबर उडते आणि सगळीकडे जाते. ज्याला सुवास आहे, जे पोषक आहे आणि जे प्रकाशित करते'' अशा तऱ्हेने मी एक मोठी सुंदर कविता लिहीली होती. मी तेव्हा सात वर्षाची होते. अशा तऱ्हेचा धूळीचा कण होणं ही एक फारच महान गोष्ट आहे. ज्याला स्पर्श कराल ते सचेतन होईल. ज्याचा तुम्ही अनुभव घ्याल तो सुवासच असेल. अशा तऱ्हेने होणे ही फार मोठी गोष्ट आहे. माझी तशी इच्छा होती आणि ती आता फलद्रूप होईल. काल येथे बरेच सहजयोगी आले होते आणि मला खात्री आहे की ते लोक सहजयोग चांगला पचवतील. धुळ्याला पुष्कळ सहजयोगी आहेत आणि पुष्कळ होतीलही. तुम्ही बहूतेक सगळ्यांना भेटला असालच. त्यांच्याशी मैत्री करा ते कोण आहेत, ते जाणून घ्या. त्यांना कदाचित इंग्लीश येणार नाही. कुणीतरी रुपांतर करण्यासाठी बरोबर घ्या. त्यांच्याशी बोला त्यांच्याशी चांगले वागा आणि मैत्री करा. एकमेकामध्ये मिसळण्यासाठी तुम्ही त्यांना भेटावं अस मला वाटत. तुम्हाला हे माहिती पाहिजे की हे लोक कोण आहेत, नाशिकचे लोक कोण आहेत, कारण खऱ्या अर्थाने आपण त्या-त्या ठिकाणच्या सहजयोग्यांना कधी भेटतच नाही, आणि परत गेल्यावर आपल्याकडे एक-दोघांचेच पत्ते असतात. उजव्या बाजूचे प्रश्न सोडविण्याचे हा एक उपाय आहे आणि अशा तऱ्हेने सरस्वतीची पूजा केली पाहिजे. सरस्वतीच्या हातात वीणा आहे, आणि वीणा हे आद्य वाद्य आहे. त्याच्यावर सरस्वती संगीत वाजवते आणि ते संगीत तुमच्या ह्रदयात जाते. ते तुमच्यामध्ये कसे जाते आणि कसे कार्य करते हे तुम्हाला कळत नाही, म्हणून सहजयोगी व्यक्तीनी संगीत सारखे पसरवले पाहिजे. असे किती तरी सरस्वतीचे गुण आहेत की जे एका व्याख्यानात सांगता येत नाहीत. पण सरस्वतीचा सर्वात महान गुण म्हणजे ती सूक्ष्मात परिणाम करते. जसं पृथ्वीची परिणती सुगंधात होते, संगीताची रागामध्ये होते अशा तऱ्हेने जे काही ती निर्माण करेल त्याची परिणती अतिशय महान होते.

ज्या काही जड गोष्टींची निर्मिती ती करते ते अतिशय सौदर्य संपन्न होतं. जर जडामध्ये सौदर्य नसेल तर ते अतिशय स्थूल होते. अगदी सर्व सामान्य गोष्टी सारखे. आता तुम्ही म्हणाल की पाणी काय आहे? पाणीच गंगा नदी बनते. ह्याच सूक्ष्म गोष्टी आहेत. म्हणून जड गोष्टी सुध्दा सूक्ष्मात जातात. कारण त्यांना सर्वात मिसळायचे असते. अगदी प्रत्येक गोष्टीत मिसळायचे असते. सर्वात उत्तम म्हणजे हवा, ती ह्या चैतन्य लहरी बनते. अशा तऱ्हेने तुमच्या लक्षात ये ईल की जे काही जड गोष्टी मधून आलेले आहें किंवा पंचमहाभूतामधून आलेले आहे ते कसे सूक्ष्म बनते. अर्थात डाव्या आणि उजव्या बाजूच्या नाड्या हे घडवून आणतात. कारणं प्रेमालाच हे घडवून आणायचे असते आणि जेव्हां प्रेम जड गोष्टीवर कार्य करते तेव्हां जड प्रेममय होते. अशा तऱ्हेने आपल्याला आपल्या जीवनाकडे बघितले पाहिजे. म्हणजे प्रेम आणि जड यांचा सुंदर मिलाप होईल.'

तुम्हाला ईश्वरांचे अनंत आशीर्वाद

सहज समाचार

- .प.पू.श्रीमाताजी निर्मलादेवींच्या आशीर्वादाने दिनांक २० जून २००४ रोजी चंद्रपूर जिल्ह्यातील राजूरा (तहसील) शहरातील शुभ मंगल कार्यालय व आशिर्वाद मंगल कार्यालयात सहजयोग कार्यक्रम आयोजित केला होता. कार्यक्रमाच्या पुर्वी १५ दिवस आगोदर सर्व परिसरात गावोगावी जाऊन माहिती देण्यात आली होती. सदर दिवशी सकाळी १० ते ११.३० यावेळात शुभ मंगल कार्यालय राजूर येथे श्रीरामपुरचे प्रा.अशोक चव्हाण व प्रा नितीन पवार यांनी माहिती व जागृती दिली त्यावेळी साधारण १२०० जण उपस्थित होते.

त्यानंतर सहजयोग्यांसाठी कार्यशाळा सुरु झाली त्यावेळी सुरवातीला प्रा.चव्हाण, श्री घोलप, श्री कारंडे, श्री अहिवले, नवी मुंबई, श्री धोतरे औरंगाबाद यांनी वेगवेगळ्या विषयावर माहिती सांगुन सहजयोग्यांना मार्गदर्शन केले. या कार्यक्रमासाठी नगराध्यक्ष श्री अरुणभाऊ धोटे उपस्थित होते.दुपारच्या सत्रात मुंबईचे गायक श्री दिनेश निंबाळकर यांनी सहजसंगीताच्या माध्यमातून दुपारी ४.०० ते ८.०० यावेळात सगळ्यांना संगीताचा आनंद देताना अनेक प्रसिध्द भजने सादर करीत सर्वांना नाचवले. या सेमिनारसाठी साधारण २५०० सहजयोगी उपस्थित होते.

आदल्या दिवशी सिंदेवाही शहरातील ध्यान केंद्रात आमदार श्री विजयभाऊ बडेट्टीवार यांच्या उपस्थितीत सहजयोगाची माहिती देण्याचा कार्यक्रम पार पडला.

सदर पब्लिक प्रोग्राम व सहजयोग्यांसाठींच्या कार्यशाळेचे आयोजन व नियोजन जिल्हाप्रमुख श्री बी.डी.पाटील यांनी केले होते.

- श्रीमाताजींच्या आशीर्वादाने अमेरिकेत कान्हाजोहरी येथें सहज-स्कूल सप्टेंबर पासून सुरू होत आहे. सहज-शिक्षण तत्त्वप्रणालीप्रमाणेंच मुलांची बौध्दिक, नैतिक, कलात्मक व अध्यात्मक असे शिक्षण देण्याचा व त्या मधून मुलांची सर्वांगीण शैक्षणिक प्रगति साधण्याचा हा आणखी एक उपक्रम आहे. हे सर्व अर्थातच श्रीमाताजींच्या विचारानुसार योजिले आहे.

सुरूवातीला पूर्व-किंडरगार्टन व किंडरगार्टन वर्ग सुरू होत आहेत आणि वर्ग १ लाही लवकरच परवानगी मिळणार आहे. वर्ग ३ पर्यंत शाळा सध्या चालूं करण्याचा प्रस्ताव आहे. सप्टेंबर-डिसेंबर व मार्च-जून असे सत्र सुरूवातीला आखण्यांत आले आहेत. ही शाळा निवासी-विद्यालय असणार आहे.

Aron Rosenthal हे संस्थेचे डायरेक्टर म्हणून काम पहाणार आहेत. त्यांचा ई-मेल पत्ता canajoharie. school @ sahajayoga.org (or phone # 416-750-7100) असा आहे.

- आंतरराष्ट्रीय श्रीकृष्ण पूजा आणि सहज-सेमिनार लॉस -एन्जेलिस, अमेरिका येथें १३ ते १६ ऑगस्ट असा साजरा झाला. सेमिनार मध्येंच रक्षाबंधनाचा कार्यक्रमही घेतला गेला. सर्व सहजयोगी बंधू-भगिनींनी रक्षाबंधन साजरे करून आनंद मिळवला.

सहजयोग कार्यशाळा-तळेगांव ढमढेरे पुणे दिनांक २२ जुलै २००४

पुण्यापासून तासभराच्या अंतरावरा असलेल्या तळेगांव ढमढेरे मधिल संत सावतामाळी हॉल या कार्यालयात ही कार्यशाळा आयोजित केली होती. त्या ठिकाणी साधारण १००० सहजयोगी उपस्थित होते. सकाळी १०.०० च्या सुमारास तीन महामंत्रांनी सुरवात झाली. त्यानंतर श्रीबागडदे यांनी त्यांचे अनुभव सांगत असताना श्रीमाताजींना आवडलेली त्यांची भजने सादर केली. तळेगांव मुझिक गृपने भजने सादर करताना त्यांच्यातील सिंथेसायझर वादकाने सर्वांना चकित केले होते. श्री देवेंद्र ठाकूर,श्री प्रकाश रणसिंग, श्री बानखेले, श्री बापू ढमढेरे, कु वैशाली कुदळे, सौ धुमाळ, श्री जावळकर,सौ पित्रे, श्री निंबाळकर, श्री दळे यांनी वेगवेगळ्या विषयावर सर्वांना माहिती दिली. तसेच चि. केतकर याने ' आई ' याबाबत माहिती देऊन सर्वांची वाहवा मिळविली.

ट्रस्टी श्री राजेंद्र पुगालिया यांनी आपल्या भाषणात सहज कार्याला प्राधान्य देण्याबाबत आपले विचार मांडतान सर्वांना मार्गदर्शन केले. गुजराथचे लिडर श्री कौशिक पांचाळ यांनी श्रीमाताजींनी आपले सहस्रार ज्या ठिकाणी उघडले त्या 'नारगोळ' मधिल जमिन मिळवीताना घडलेल्या मिरॅकल्सबाबत माहिती दिली. तसेच गुजराथ राज्यातील सहजयोग प्रसाराची माहिती दिली.श्री राजेश गुप्ता यांनी चक्रे शुध्द करण्याबाबत प्रत्यक्ष प्रात्यक्षिके करुन सर्वांना माहिती दिली.

सदर विनामुल्य कार्यशाळेचे आयोजन व नियोजन श्री नरके व सहकारी यांनी केले होते.

• • •

सर्व सहजयोग्यांना कळविण्यात येते की, दिनांक १६ एप्रिल २००४ पासून सहजयोगातील कॅसेट, सी.डी. पुस्तके, मासिके, श्रीमाताजींचे फोटो, कॅलेंडर, चैतन्य लहरी व युवादृष्टी मासिके, श्रीमाताजींची पेंडॉल्स, इ. साहित्य भारतभरातील वितरण व विक्री व्यवस्था ''निर्मल इंन्फोसिस्टीम ॲण्ड टेक्नॉलॉजि प्रा. लि पुणें'' या कंपनी मार्फत होत आहे. तरी सर्व सहजयोग्यांना कळविण्यात येते की ,निर्मल इंन्फोसिस्टीमस ॲण्ड टेक्नॉलॉजिस प्रा. लि.या कंपनीच्या लेखी परवानगी शिवाय वरील साहित्याची निर्मिती तसेच परस्पर विक्री कुणीही करु नये. तसे केल्यास त्याची जबाबदारी संबंधित सहजयोग्यावर व लीडरवर राहील. तसेच चैतन्य लहरी मासिकाचे नवीन सभासदत्व घेण्यासाठी धनादेश पाठविताना तो " NIRMAL INFOSYSTEMS AND TECHNOLOGIES PVT.LTD." या नावाने पाठवावा. सदर कंपनीचा पत्रव्यवहाराचा पत्ता पुढीलप्रमाणे आहे.

NIRMAL INFOSYSTEMS AND TECHNOLOGIES PVT. LTD.
BLDG. NO. 8, CHANDRAGUPT HSG. SOC. BEHIND HOTEL GRACE,
GROUND FLOOR, PAUD ROAD, KOTHRUD,
PUNE 411 029. TEL. 020 25286537 , 020 25285232

श्रीमाताजींच्या चरणी नम्र प्रार्थना

हे माते; आम्हाला तुझ्यासारखी प्रेम शक्ति दे,

म्हणजे आम्हाला दुसऱ्याबद्दल करुणा वाटेल.

आम्हाला नम्र बनव

म्हणजे आम्ही सर्वांबरोबर गुण्यागोविंदाने राहू

आम्हाला आत्मसन्मान शिकव

म्हणजे आम्ही कुणालाही कमी लेखणार नाही.

आम्हाला आत्मविश्वास दे

म्हणजे आम्ही हृदयापासून कार्य करू

आम्हाला पूर्ण समाधानी बनव

म्हणजे आम्ही फक्त उन्नतीचाच आनंद मागूं

आम्हाला अधिकाधिक सूक्ष्म बनव

म्हणजे आमची संवेदनक्षमता व्यापक होईल

आमचं हृदय अधिकाधिक स्वच्छ बनवण्याचा आम्ही प्रयत्न करू

म्हणजे आपण आमच्या हृदयांत असाल.

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

श्रीकृष्ण पूजा २००४

लॉस एन्जेलिस (अमेरिका), १३, १४, १५ ऑगस्ट २००४