चैतन्य लहरी

जुलाई – अगस्त 2005

चैतन्य लहरी

VISHWA NIRMALA DHARMA
UNIVERSAL PURE RELIGION

इस अंक में

3. परम पूज्य श्री माताजी का एक पत्र 1980

4. जिज्ञासा - लन्दन 24.7.1979

15. चलती हुई अंगुली - 5 सितम्बर 1980

17. चैतन्य लहरियों पर हमारा विश्वास-1983

18. आदिशक्ति एवं लाओत्से - 1983

20. श्री आदिशक्ति पूजा - कबेला 15 जून 2003

21. श्री आदिशक्ति पूजा-2003, एक रिपोर्ट

22. श्री कृष्ण पूजा, मुम्बई 28.8.1973

30. परम पूज्य श्री माता जी का एक पत्र-1979

31. परम पूज्य श्री माता जी का एक पत्र (without date)

34. सहजयोग का अलिखित इतिहास

चैतन्य लहरी

प्रकाशक
निर्मल इन्फोसिस्टम्ज़ एवं टैक्नोलोजीज़ प्रा. लि.
इन्फोसिज़ हाउस, प्लाट नं. 8, चन्द्रगुप्त हाउसिंग सोसाइटी,
पॉड रोड, कोठरुड
पुणे – 411 029

मुद्रक
कृष्णा प्रिन्टर्ज एण्ड डिजाइनर्ज
त्रीनगर, दिल्ली-110035
मोबाइल : 9868545679

आप अपने सुझाव एवं सदस्यता के लिए निम्न पते पर लिखें :

श्री जी.एल. अग्रवाल
निर्मल इन्फोसिस्टम्ज़ एवं टैक्नोलोजीज़ प्रा. लि.
222, देशबन्धु अपार्टमैंट, कालकाजी,
नई दिल्ली-110 019
फोन : 26216654, 26422054

अपने अनुभव, सहज सम्बन्धी लेख आदि निम्नलिखित पते पर भेजें :

श्री ओ.पी. चान्दना
जी-11-(463), ऋषि नगर, रानी बाग
दिल्ली-110 034

परम पूज्य श्री माताजी का एक पत्र

(मराठी से अनुवादित)

लन्दन

शुक्रवार अगस्त–1980

मेरे प्रिय पेडकर तथा अन्य सहजयोगियो,

बहुत समय से आपको पत्र लिखने का अवसर नहीं मिला। आजकल मैं केवल तभी लिखती हूँ जब बम्बई से कोई काम होता है क्योंकि इंग्लैण्ड में जोर–शोर से कार्य चल रहा है। यहाँ के लोग नशे की आदतों में फँसे हुए हैं और आलस्य एवं नकारात्मकता सर्वत्र फैली हुई है। इंग्लैण्ड ब्रह्माण्ड का हृदय है। परन्तु यह इतना उपेक्षित है कि तुरन्त इसे ठीक किया जाना आवश्यक है।

श्री गणेश की पावन भूमि पुणे में जन्म पाने वाले आप सभी लोग अत्यन्त भाग्यशाली हैं। अपने पूर्व जन्मों के सुकृत्यों के कारण ही आप परमात्मा की इस असीम कृपा के अधिकारी बने हैं, इस बात को समझने का प्रयत्न करें। मैंने आपको केवल वही दिया है जो आपका अपना था, अपना मैंने आपको कुछ भी नहीं दिया। आपको और भी बहुत कुछ मिलने वाला है जो आपको मिल जाएगा, बाधाओं तथा कमियों की तरफ मेरा चित्त जा रहा है। पूना और राहुरी के लोगों से कोई समस्या नहीं है। आप लोगों को आनन्द सागर में गोते लगाता देख मुझे बहुत चैन मिलता है, अतः इस स्थिति को बनाएं रखें। यहाँ विद्यमान हम लोग आप लोगों की तरह से भाग्यशाली नहीं हैं। कार्य निरन्तर चल रहा है। बहुत सी कठिनाईयाँ हैं, आप लोग दिलचस्पी लें और इन समस्याओं का समाधान करें क्योंकि मेरी तो कोई इच्छा है ही नहीं। अतः इच्छा पूरी होने का तो प्रश्न ही नहीं उठता। आप सभी लोगों को अपने मन में इच्छा करनी चाहिए और प्रार्थना करनी चाहिए ताकि आपके अंग्रेज भाई–बहनों की मदद हो सके।

आपकी उन्नति मेरे हृदय में सहजयोग को जीवित रखे हुए है। जब जब भी मैं तंग आ जाती हूँ तो सन्तोष प्राप्ति के लिए आपके पत्र पढ़ती हूँ। अतः कृपया पत्र लिखते रहें। मैं भी नियमित रूप से आपको लिखती रहूंगी।

हमेशा आपकी अपनी माँ

निर्मला

(महावतार–1980)

जिज्ञासा

परम पूज्य माताजी श्री निर्मला देवी का प्रवचन

लन्दन 24.7.1979

कल मैं एक महिला से मिली। उसने मुझे बताया कि वह परमात्मा को खोज रही है। मैंने पूछा, "आप परमात्मा के विषय में क्या सोचती हैं? आप क्या खोज रही हैं? जब हम कहते हैं कि हम खोज रहे हैं, तो क्या हमें इस बात का ज्ञान होता है कि हमें क्या खोजना है और क्या हम समझते हैं कि किस प्रकार हम अपनी खोज को पूर्ण मानते हैं? किस प्रकार हम ये मानते हैं कि हमने लक्ष्य प्राप्त कर लिया है? पिछली बार मैंने आपसे कहा था कि जिज्ञासा सच्ची होनी चाहिए, सच्चे हृदय से और इसे आप न तो खरीद सकते हैं और न ही इसे पाने के लिए कोई प्रयत्न कर सकते हैं। आज मैं आपसे बताना चाहूंगी कि हम क्या खोज रहे हैं। आइए देखते हैं कि ये जिज्ञासा हमारे अन्दर कैसे आती है और कहाँ से? जैसे यहाँ दिखाया गया है, एक चक्र है जिसे नाभि चक्र कहते हैं यह शरीर के मध्य में है।

मेरुरज्जु पर ये चक्र बना है और यह सूर्य चक्र की अभिव्यक्ति करता है जिसे शरीर के मध्य में नाभि से नीचे बनाया गया है। यही चक्र हमारे अन्दर जिज्ञासा का सृजन करता है। जिज्ञासा केवल जीवन्त चीजों में ही सम्भव होती है। उदाहरण के रूप में इस कुर्सी की क्या जिज्ञासा है? न ये सोच सकती है, न ये हिल सकती है, आप चाहे इसे

यहाँ रख दें या गली में रख दें। आप इसे तोड़ सकते हैं, कहीं फेंक सकते हैं, इसकी लकड़ी का कुछ और उपयोग कर सकते हैं, इसका स्टूल बना सकते हैं। इसमें किसी प्रकार की जिज्ञासा नहीं है कोई चीज़ जब अमीबा की तरह से जीवन्त बनती है तब आप एककोशिकीय (Unicellular) कार्य कर सकते हैं।

जिज्ञासा अभिव्यक्त होने लगती है क्योंकि जीवन्त ही खोज सकता है मृत नहीं। अतः जो लोग कहते हैं कि हम कुछ नहीं खोजते वो मृत सम हैं तथा जो ये कहते हैं कि हम खोज में लगे हुए हैं वो जीवित हैं, जिज्ञासु हैं। यदि आप छोटी सी बात को समझें तो अमीबा जैसे छोटे से जीव में भी भूख के रूप में इच्छा का सृजन किया जाता है। इस बारे में सोचें। अमीबा में मस्तिष्क नहीं होता केवल एक छोटा सा केन्द्रक (Nuclear) होता है, फिर भी उसे भूख महसूस होती है, बढ़ने के लिए उसे कुछ न कुछ खाना पड़ता है। इस अमीबा को इस बात का भी ज्ञान होता है कि इसे प्रजनन करना है और इस तरह से यह खोज में लग जाता है। इसे इस बात का ज्ञान होता है कि खाना किस प्रकार खाना होता है! परन्तु ये नहीं जानता कि खाना पचता कैसे है? खाना पचन की जानकारी प्राप्त करना इसका कार्य नहीं है। हमारे साथ भी ऐसा ही है। तो नन्हें से अमीबा में खोज की शुरुआत होती है और पूरी विकास प्रणाली इसी खोज पर आधारित है। शनैः शनैः खोज के तौर तरीके सुधरते जाते हैं जबकि इच्छा केवल भोजन की ही होती है।

छोटे से छोटे अमीबा में एक अन्य इच्छा या कह सकते हैं कि भावना होती है। यह है स्वयं को सुरक्षित रखने का विवेक। ये जानता है कि इसके अस्तित्व को कौन से खतरे हैं। यही छोटा सा अमीबा हजारों वर्षों की उत्क्रान्ति के बाद जब मानव बनता है तब उसकी खोज परिवर्तित हो जाती है। निःसन्देह भोजन की खोज बनी रहती है क्योंकि यह मूल चीज़ है। व्यक्ति को भोजन तो करना ही है यद्यपि भोजन की खोज करने के तरीके सुधर जाते हैं, परिवर्तित हो जाते हैं, विकसित हो जाते हैं। परन्तु व्यक्ति में स्वयं को तथा अपने कबीले को सुरक्षित रखने की गहन सूझ–बूझ आ जाती है। सामूहिकता का भाव छोटी आयु से ही जागृत हो जाता है यहाँ तक की चीटियों में भी ये भावना होती है। वो समझती हैं कि हम सबको सामूहिक होना है, एकत्र होना है और यदि स्वयं को सुरक्षित रखना है तो हमें संघटित (Integrate) होना है। यही सामूहिकता की भावना धीरे–धीरे मनुष्यों में भी विकसित होती है और इसकी अभिव्यक्ति आप सुरक्षित रहने के लिए सामूहिक बने रहने के अपने प्रयत्न में देख सकते हैं। इन सारे प्रयत्नों की अभिव्यक्ति हमारे सभी राजनीतिक एवं आर्थिक उद्यमों से होती है।

मानव में एक अन्य प्रकार की खोज शुरु हो जाती है – दूसरों पर प्रभुत्व जमाने की जिज्ञासा। पशुओं को यह शक्ति खोजनी नहीं पड़ती उनमें ये शक्ति होती है। उदाहरण के रूप में शेर बेचारे खरगोश से बहुत अधिक शक्तिशाली होता है तथा खरगोश में शेर बनने की इच्छा नहीं होती। वो इसकी कोशिश भी नहीं करता। ऐरा गैरा नत्थू–खैरा मानव तो प्रधानमंत्री बनना चाहेगा परन्तु खरगोश कभी भी शेर नहीं बनना चाहेगा। वो समझता है मैं खरगोश हूँ और मुझे अपने को सुरक्षित और जीवित रखने के तौर तरीके विकसित करने होंगे। शेर भी इसी प्रकार कार्य करता है, वो अपनी शक्तियों को जानता है और अपनी सीमाएं भी। कुछ पशुओं में तो नेतृत्व करने की भी शक्ति होती है, वे मुखिया बन जाते हैं। आपने देखा होगा कि पक्षियों के भी मुखिया होते हैं। मुखिया आगे–आगे चलता है और बाकी के पक्षी उसके पीछे–पीछे तथा जिधर वह मुड़ता है, पूँछ की तरह से बाकी के पक्षी भी उधर मुड़ जाते हैं। जिस प्रकार अगुआ चलता है वैसे ही अन्य पक्षी भी उसके पीछे–पीछे चलते हैं। मानव में भी इस गुण की अभिव्यक्ति बहुत जोरों से होती है। कुछ व्यक्ति जन्मजात नेता होते हैं जो लोगों के समूह को उनकी जिज्ञासा का लक्ष्य प्राप्त करने में नेतृत्व करते हैं। अब यह जिज्ञासा धन के लिए भी हो सकती है, अधिकतर लोगों में ऐसा ही है।

अब पैसे को पशु तो नहीं समझते, यह तो मानव ने ही बनाया है। अपनी बनाई हुई चीज़ होने के कारण पैसा मनुष्य के लिए बहुत महत्वपूर्ण हो जाता है। पहले वस्तु विनिमय (Barter) प्रणाली होती थी। परन्तु बाद में हमने सोचा कोई ऐसा माध्यम बनाया जाए जिससे कोई भी चीज ली जा सके, और मुद्रा का आरम्भ हुआ। इस प्रकार से मानव का चित्त भोजन से धन पर गया और धन से सत्ता पर। जब व्यक्ति के पास बहुत पैसा हो जाता है तब वह सत्ता चाहता है, ऐसा होना स्वाभाविक है इसमें कोई दोष नहीं।

मौलिक रूप से पैसे के पीछे दौड़ना और फिर सत्ता के पीछे दौड़ना मानव के लिए अत्यन्त स्वाभाविक है। **परन्तु इससे परे एक अन्य खोज आरम्भ होती है और ये खोज ये जानने की है कि ''हम यहाँ क्यों आए हैं? हम यहाँ क्या कर रहे हैं? हमारे जीवन का लक्ष्य क्या है? परमात्मा ने हमारा सृजन क्यों किया है? किसी लक्ष्य के लिए, किसी उद्देश्य के लिए, या ये केवल मज़ाक मात्र है?** क्या हम मूर्खों की तरह से उत्पन्न होते हैं, विवाह करते हैं, हमारे बच्चे होते हैं और फिर अमीबा की तरह से मर जाते हैं, या हमारे जीवन का कोई उद्देश्य है? बहुत से मनुष्य धन या स्वास्थ्य से आगे कुछ सोचते ही नहीं उन्हें अच्छा स्वास्थ्य चाहिए। कहने का अभिप्राय ये है कि पशु, जहाँ तक मैं जानती हूँ, कभी व्यायाम नहीं करते। परन्तु मानव अपने स्वास्थ्य को बनाए रखने

के लिए किसी भी सीमा तक जा सकते हैं, परन्तु किसलिए? हो सकता है आप पहलवान हों, परन्तु किसलिए? आप तो मात्र एक बोझ हैं! क्या उपयोग है आपका? या हो सकता है कि आप सबसे अधिक वैभवशाली व्यक्ति हों, सर्वोत्तम कारों में चलते हों, आपके पास जीवन के सभी ऐश्वर्य हों, भौतिक पदार्थ हों, परन्तु किसलिए? जब हमारे मस्तिष्क में इस प्रकार के प्रश्न उठने लगते हैं तब हमारे अन्दर एक नई खोज का आरम्भ होता है जो हमसे प्रश्न पूछती है कि "आप यहाँ क्यों हैं", "क्या आप यहाँ पर सुबह से शाम तक धनार्जन करने, सत्ता प्राप्त करने और अन्य बेकार के कार्य करने, दूसरों को प्रसन्न करने, अपने धन का दिखावा करने या अन्य लोगों से धन ऐंठने की चूहा दौड़ के लिए ही हैं? क्या आपके जीवन का यही लक्ष्य है"? अब यह चौथी जिज्ञासा या आपकी चेतना के चौथे आयाम का आरम्भ है। ये आपके अन्दर की स्थूल जिज्ञासा अर्थात भूख का पुष्पीकरण है– आध्यात्मिकता की भूख, परमात्मा प्राप्ति की भूख, जीवन की उच्च चीज़ों को प्राप्त करने की भूख, ये हमारे अन्दर आरम्भ हो जाती है। मेरे विचार से यह सच्ची घटना है। इस खोज में हम भ्रान्त हो जाते हैं क्योंकि इस जिज्ञासा के आरम्भ होने के समय तक भूख से पीड़ित हो उठते हैं। कैसे? क्योंकि तब तक आप चहुँ ओर घटित होने वाली मूर्खतापूर्ण चीज़ों के बन्धन में फँस चुके होते हैं। आप चाहे स्वयं को अंग्रेज कहें, भारतीय कहें, आस्ट्रेलियन कहें या कुछ और कहें परन्तु परमात्मा की दृष्टि में आप केवल मानव हैं। मेरा कहने से अभिप्राय है न तो आपकी पशुओं की तरह से पूँछ होती है और न ही उनकी तरह से सिर नीचे की ओर झुके हुए होते हैं। आपका सिर सीधा ऊपर की ओर उठा हुआ है चाहे आप अफ्रीका के हों, भारत के, इंग्लैण्ड के या अमेरिका के, सभी का सिर एक सा होता है जब तक आपके सिर ऊपर की ओर उठे हुए हैं और आपकी पूँछ नहीं है। निःसन्देह कुछ लोग जिस प्रकार से व्यवहार करते हैं उससे ऐसा ही लगता है कि उनकी पशु सम पूँछ है! परन्तु निश्चित रूप से आप मानव हैं।

जीवन के भिन्न अनुभवों से उत्क्रान्ति पाकर मानव को यदि इस बात का एहसास हो जाए कि जीवन के अनुभवों नें न तो उसे तुष्टि (Fulfilment) प्रदान की है और न ही इस प्रश्न का उत्तर कि हम यहाँ क्यों हैं? तो उसके जीवन में परिवर्तन घटित होने लगता है और वह साधक बन जाता है इससे पूर्व नहीं। **जो लोग गुरुओं के पास जाते हैं या जो कहते हैं श्रीमाताजी "मेरे बेटे को नौकरी दे दीजिए, तो समझ में नहीं आता कि क्या कहा जाए! ऐसे व्यक्ति को तो यही कहना चाहिए कि मेरे बच्चे आप अभी तक इसके (योग के) योग्य नहीं हैं, आप अभी तक इतने परिपक्व नहीं हैं कि आत्म साक्षात्कार के लिए यहाँ आएं।** या आप किसी व्यक्ति के पास हीरे की अंगूठी माँगने के

लिए जाते हैं या कोई यदि आपसे कहता है कि परमात्मा के नाम पर मैं हीरे की अँगूठी देता हूँ और आप ऐसी बात को सुनकर सन्तुष्ट हो जाते हैं तो आप अच्छे साधक नहीं हैं। नहीं, सहजयोग के लिए तो आप विशेष रूप से बेकार हैं। या कोई यदि आपसे ये कहे कि मैं आपको रोग मुक्त कर दूंगा और रोग ठीक कराने के लिए आप उसके पास जाएं तो हो सकता है वो आपका रोग ठीक कर दे परन्तु आप अच्छे साधक नहीं है। जो आदमी परमात्मा को नहीं खोज रहा उसे ठीक क्यों करना है? कहने का अर्थ ये है कि ये माइक यदि मेरी आवाज़ को नहीं उठा सकता तो इसकी मरम्मत करने का क्या लाभ है? या फिर आप किसी ऐसे व्यक्ति के पास जाते हैं जो आपको कहानी समझाता है कि परमात्मा प्राप्ति के लिए आपको मुझे इतनी रकम देनी होगी तो आपको चाहिए कि आप उसके चक्कर में न फँसें, बेहतर होगा कि ऐसे गुरु के मुँह पर चाँटा मारें और पूछें कि तुम मुझे क्या समझते हो? यह तो आपकी साधना का तिरस्कार है। आपसे पैसा ऐंठकर वो आपको फँसाना चाहता है। क्या आप ये नहीं देख सकते कि यह कहकर वो आपका अपमान कर रहा है कि आप इतने भौतिकवादी हैं कि पैसा देकर ही आप परमात्मा की साधना में जुड़ेंगे? इस बात को सोचें। लोग आपको इस प्रकार की बातें बताते हैं और यदि आप उन्हें स्वीकार कर लेते हैं और ऐसे गुरुओं का अनुसरण करते हैं तो साधना के लिए आप परिपक्व नहीं हो सकते। आपको सच्चा होना होगा ये समझने के लिए कि आप अपने लक्ष्य की खोज कर रहे हैं, आपको विवेकशील होना होगा। आप धन या हीरे की अँगूठियाँ नहीं खोज रहे और न ही आपको चहुँ और घटित होने वाली मूर्खताओं, बाज़ीगरियों का साक्षी होना है। आपने तो परमात्मा के जादू का साक्षी होना है। साधना में आपको इस बात का ज्ञान होना चाहिए कि परमात्मा यदि सर्वव्यापी है तो कोई व्यक्ति यदि ये कहे कि हम ही परमात्मा द्वारा चुने गए हैं या केवल वही पैगम्बर है या परमात्मा है क्योंकि वह किसी संस्था–विशेष से जुड़ा हुआ है तो यह घिनौनी धर्मान्धता और भद्दापन है। स्वयं को धोखा न दें। समझने का प्रयत्न करें कि आत्म प्रवंचना (Self deception) को परमात्मा कभी क्षमा नहीं करेंगे। क्या अमीबा स्वयं को धोखा देता है? खाने को देखकर क्या वो ऐसा करता है? शेर या मेंढक क्या ऐसा करते हैं? अमीबा का इतना छोटा सा मस्तिष्क होता है फिर भी यह जानता है कि वह क्या खोज रहा है, क्या वह स्वयं को धोखा देगा? परन्तु मानव सुबह से शाम तक स्वयं को धोखा दिए चला जाता है। हमें परमात्मा को खोजना है, अपने लक्ष्य को प्राप्त करना है, हमें विराट रूपी आदिपरमात्मा से, उनके पूर्णत्व से जुड़ना है। यही खोज हमने करनी है। इसी के लिए आपका सृजन किया गया है। माँ के गर्भ में पनप रहे छोटे से माँस पिण्ड का यदि आप अध्ययन करें तो आप हैरान होंगे कि माँ की नाभि नाडी उस पिण्ड की देखभाल करती है! यद्यपि

इस पिण्ड के सभी अवयव मस्तिष्क से जुड़ने के लिए अभी तक पूरे विकसित नहीं हुए होते फिर भी एक वाहिका के माध्यम से इसे भोजन प्राप्त होता है, इसकी देखभाल होती है और इसके लिए सारा प्रबन्ध होता है। जन्म के समय बच्चा माँ की कोख से अलग होता है और शनैः शनैः उसमें सारी संवेदनाओं और इन्द्रियों का सृजन होता है जो धीरे–धीरे विकसित होती हैं। जैसे–जैसे वो बढ़ता है उसके अवयव विकसित होते हैं परन्तु सारी इन्द्रियों में तादात्म्य नहीं होता। एक बार जब योग घटित हो जाता है तो मानव स्वतः गतिशील हो उठता है। पूरा शरीर संघटित रूप से कार्य करता है। उँगली पर यदि चुभन हो तो पूरे शरीर को इसका एहसास होता है और पूरा शरीर जानता है कि क्या हुआ, पूर्ण सम्बन्ध स्थापित हो जाता है। ये जीवन्त प्रक्रिया है जो उन्नत होती है और कार्यान्वित करती है। परन्तु मानव में एक बहुत बड़ी समस्या है, मैं कहूँगी कि सबसे बड़ी समस्या, कि वे अपनी कमियों, गलत विचारों के साथ एक रूप होते हैं। यह कमी केवल मानव में ही होती है इसीलिए व्यक्ति को अत्यन्त सावधान रहना पड़ता है। कुत्ता मनुष्य से कहीं बेहतर करता है और वह जानता है कि उसे क्या खाना है और क्या नहीं खाना, आप लोग ये बात नहीं जानते। सच्चे गुरु, गन्दे गुरु, भयानक गुरु और दुष्ट व्यक्ति के भेद को आप नहीं जानते। ये बात आप समझ नहीं सकते। जेल से निकलकर कोई व्यक्ति लम्बा चोगा पहनकर इंग्लैण्ड आता है और महान गुरु बन बैठता है! हजारों लोग उसके पीछे भागना शुरु कर देते हैं! उनकी समझ में कुछ नहीं आता और गुरु अधिक से अधिक शिष्य पाकर बड़े प्रसन्न होते हैं। परन्तु एक मार्ग है परमात्मा ने पहले से ही इसका आयोजन आपके अन्दर किया हुआ है। आपकी उत्क्रान्ति के लिए परमात्मा ने ये प्रबन्ध किया हुआ है, वह तो बस आपके हृदय की सच्चाई को परख रहा है। परन्तु किसी असत्य एवं मूर्खतापूर्ण चीज़ से बँधे रहने की ज़िद यदि आपमें है तो आप इसे कार्यान्वित नहीं कर सकते। इन सभी बाधाओं से मुक्ति पा लें। अपना हृदय खोल दें। आप सबने पूर्ण का ज्ञान प्राप्त करना है। आप सबने आत्म–साक्षात्कार पाना है। आपकी इस उपलब्धि से परमात्मा अपनी सृष्टि को पूर्ण मानकर तुष्ट हो जाएंगे। उन्हें ये कार्य करना है और वो इसे करेंगे। परन्तु इसके लिए उन्हें बहुत परिश्रम करना पड़ेगा और फिर भी यदि आप सत्य को स्वीकार नहीं करते तो भी निःसन्देह सत्य की अभिव्यक्ति होगी परन्तु इसके लिए असत्य को नष्ट करना पड़ेगा और उस समय जो लोग असत्य से जुड़े हुए हैं वे भी नष्ट हो जाएंगे। अतः ऐसे अवसर से पूर्व ही अपने विवेक को अपनाएं और समझ लें कि हमें खोजना है। हमें अपने पूर्णत्व की खोज करनी है जिसे अब तक हम आंशिक रूप से अपने राजनीतिक, आर्थिक एवं सामाजिक क्लबों में अभिव्यक्त करते रहे हैं। ये सब एकरूप होना आवश्यक है। मानव के विकास में जो जो भी

महान धर्म बनाए गए हैं जिन्होंने मानव की उत्क्रान्ति में महत्वपूर्ण सहायता की है और जो मानव जीवन के आधार हैं इन सबका उस घटना (आत्म साक्षात्कार) में तादात्म्य करना होगा। उदाहरण के रूप में मान लो मैं किसी हिन्दू से मिलती हूँ तो वह कहता है श्रीमाताजी आप ईसा–मसीह की बात कैसे करती हैं। हम ईसा–मसीह को नहीं मानते। ईसा–मसीह पर विश्वास न करने वाले आप महान व्यक्ति हैं। ईसा–मसीह पर विश्वास करने वाले आप कौन हैं? आप स्वयं को क्या समझते हैं? ये कहने से कि "मैं ईसा–मसीह को नहीं मानता, आपका क्या मतलब है? क्या आप जानते हैं कि पृथ्वी पर अवतरित किसी महान अवतरण के बारे में ऐसा कहना घोर पाप है? कुछ लोग कहते हैं कि हम मोज़िज को नहीं मानते या गुरुनानक को नहीं मानते या मोहम्मद साहब को नहीं मानते, आप होते कौन हैं? मैं नहीं मानता! मैं आपको नहीं मानती! आपका विश्वास है क्या? इसका आधार क्या है? आप ऐसी बातें क्यों कहते हैं? उनके विषय में आप क्या जानते हैं? केवल चर्च, मस्जिद या सिनेमा जाकर आपने उनको जान लिया है! वहाँ तो अन्धे लोग हैं जो आपको भी अन्धा बना रहे हैं। केवल धर्मान्धता और बेवकूफी के सिवाए आपने क्या पाया है? ये तो रोग है, रोग है ये। परमात्मा के साम्राज्य में आ जाएं और देखें कि वो इस मंच पर बैठे हुए हैं। वो सब तो एक हैं और आप लोग मूर्खों की तरह से लड़े जा रहे हैं! क्यों उन्होंने कभी ऐसा कहा, उदाहरण के रूप में क्या कभी ईसा–मसीह ने कहा कि मोज़िज़ गलत हैं? क्या उन्होंने कभी ऐसा कहा? गुरुनानक जब आए तो क्या उन्होंने कहा कि मोहम्मद गलत थे? क्या किसी भी महान सन्त ने ऐसा कहा? तो आप उनकी भर्त्सना करने वाले कौन होते हैं? इन तथाकथित साधकों के मार्ग में यह सबसे बड़ी बाधा है।

ये लोग अपने गुरुओं से जुड़े हुए हैं। मैं उनसे एक प्रश्न पूछती हूँ कि अपने गुरुओं से यदि आप इतने एकरूप हैं तो उन्हीं के अनुसार चलते रहो, आप मेरे पास क्यों आते हैं? श्रीमाताजी जब से मैं इस गुरु के पास गया हूँ मुझे दमा हो गया है, इसलिए आपके पास आया हूँ। तो आप उनसे कहें कि आपको ठीक करें। आप मेरे पास क्यों आते हैं? यदि आपके गुरु ने आपको आपकी इच्छानुरूप सभी कुछ प्रदान किया है तो क्यों आपको मेरे पास आना चाहिए? यदि वे सच्चे गुरु हैं तो ये बात तो मैं आपके चेहरे पर लिखी हुई देख लेती। इस बात को मैं समझ सकती हूँ और यदि कोई सच्चा गुरु हो तो मैं उसकी पूजा करुँगी और अपने लिए उसे महानतम वरदान मानूंगी। परन्तु ऐसे लोग बहुत कम हैं और वो भी हिमालय तथा अन्य ऐसे स्थानों पर छिपे हुए हैं जहाँ से वे कुछ बोलते ही नहीं। ऐसे लोग बहुत कम हैं। ऐसे ही एक गुरु ने अमेरिका जाने की हिम्मत की। परन्तु

पाँच ही दिनों में वह वापिस भारत लौट आए। उन्होंने मुझे लिखा कि माँ ये बहुत कठिन कार्य है। आप लोग क्योंकि खेलों के आदि हो चुके हैं, आपको ऐसे ही लोग अच्छे लगते हैं जो आपके साथ खिलवाड़ करें। वो लोग आपको अच्छे नहीं लगते हैं जो आपसे सत्य की बात करें। वास्तविकता ये है। आपको सत्य प्राप्त करना होगा। आपको समझना चाहिए कि यही मेरी चिन्ता है। आपको प्रेम करने वाला कोई भी व्यक्ति किस प्रकार से आपको ऐसा कुछ बता सकता है जो आपके लिए हानिकारक हो, भयानक हो या जिससे आपका अहित हो सके। वे आपको नहीं बताएंगे जो लोग बनावटी हैं। वो किसी के बारे में आपको कुछ नहीं बताएंगे। वो तो यही कहेंगे, ओह! पृथ्वी के दूसरे छोर पर सभी कुछ ठीक है। कोई सच्चा व्यक्ति यदि आ जाएगा तो उसके विषय में वो एक शब्द भी नहीं कहेंगे। मेरी ये बात आप गाँठ बाँध लें।

अतः साधना में सर्वप्रथम आपकी सारी असामंजस्यताएं छुट जानी चाहिए। बहुत सारी गलत चीज़ों से आप जुड़े हुए हैं। जैसे कुछ लोग कहते हैं कि हम ईसा–मसीह का अनुसरण क्यों करें? वो तो यहूदी थे। कहने का अर्थ ये है कि उन्हें कहीं न कहीं तो जन्म लेना ही था और जन्मानुसार व्यक्ति का सम्बन्ध किसी न किसी धर्म से होना ही होता है। आप इंग्लैण्ड में जन्म लें, भारत में या टिम्बकटू में, कहीं न कहीं तो आपको जन्म लेना ही है। परन्तु लोग कहते हैं कि वो उन्हें जानते हैं। क्योंकि उन्होंने भी हमारी तरह से ही जन्म लिया, वो कुछ खास नहीं हैं। वो चाहते हैं कि कोई व्यक्ति स्वर्ग से टपक पड़े! कितनी अजीब बात है! अतः हम लोग, जो कि सच्चे साधक हैं, हमें चाहिए कि अपने मस्तिष्क पूरी तरह से खुले रखें। परन्तु यदि आप अपना समय बर्बाद की करना चाहते हैं तो करते रहें, चलते रहें अपने गुरु के अनुसार। उनके चमत्कार पर आश्चर्य करें, उन्हें धन दें, अपनी महिलाएं उन्हें पेश करें, अपनी सम्पतियाँ उन्हें दें, अपना सभी कुछ उनको अर्पण कर दें और उनसे बीमारियाँ और पागलपन ले लें तथा अन्त में पागलखाने पहुँच जाएं! मैं नहीं कहूँगी कि मेरे बच्चे मेरे पास आ जाओ। परन्तु पागलखाने में भी यदि आपको अपनी गलती का एहसास हो और आप आ जाएं तो परमात्मा तो क्षमा के सागर हैं। परन्तु आरम्भ से ही मैं आपको चेतावनी देती हूँ कि ऐसे सभी लोग अपना समय बर्बाद कर रहे हैं और मेरा भी। अतः जो लोग अभी तक भी गलत लोगों से एक रूप हैं वो बहस कर–करके मुझे न सताएं क्योंकि मैंने हमेशा ये ही पाया है कि उन्हें सच्चे साधक माना जाता है। जैसे कल उस महिला ने मुझसे पूछना शुरु किया कि क्या आपने फलाँ–फलाँ पुस्तक पढ़ी है? मैने कहा मैं उन्हें पढ़ूँगी परन्तु इन पुस्तकों को पढ़ने के बाद भी मुझे तुम्हारे अन्दर कोई परिवर्तन नज़र नही आता! इन्हें पढ़कर आपने क्या उपलब्धि प्राप्त की है? क्या

आपने कुछ प्राप्त किया? कुछ नहीं। उसने मुझसे पूछा कि क्या आप फलां–फलां गुरुओं से मिली है? हो सकता है, परन्तु आप अपने विषय में बताएं। आपको क्या मिला? उसे दमा रोग है, एक आँख फूट गई, वो बैठ नहीं सकती, गठिया के कारण उसका शरीर अकड़ गया है। वो वास्तव में भूत–बाधित है। फिर भी वह साधक कहलाती है! उसने मुझसे प्रश्न किया, "श्रीमाताजी मैं साधक हूँ फिर भी परमात्मा मेरे प्रति इतने क्रूर क्यों हैं"? मेरे बच्चे आपने अपने विवेक का उपयोग नहीं किया। आज भी विवेक को अपनाएं और समझ लें कि तुम्हारे परमेश्वर पूर्ण हृदय से, आत्मा से तुम्हें प्रेम करते हैं चाहे तुम उन्हें प्रेम करते हो या नहीं। उन्होंने तुम्हें ये जिज्ञासा दी है, आपका सूक्ष्म तंत्र बनाया है। इतनी सुन्दरतापूर्वक उन्होंने आपके अन्दर इस तन्त्र को स्थापित किया है कि सभी कुछ स्वतः चलता है। परन्तु लोग तो ऐसे हैं कि आत्मसाक्षात्कार प्राप्त करने के लिए जब वे आते हैं तो मैं उन्हें कहती हूँ कि मेरे समीप आकर बैठो, वो कहते हैं, "नहीं मैं नहीं बैठूंगा। कृपा करके अपने जूते उतार दो। नहीं मैं जूते नहीं उतारूंगा"। ऐसे बहुत से लोग हैं। आप यदि उनसे कहें कि अपने दोनों पैर इस तरह से करके बैठ जाइए तो आपको आराम मिलेगा, परन्तु वो ऐसा नहीं करते। जो भी कुछ मैं कहती हूँ उसके बहुत से अर्थ होते हैं। नहीं, मैं क्यों ऐसा करूं? आत्म–साक्षात्कार प्राप्त करने के लिए कुछ चीज़ें अत्यन्त महत्वपूर्ण हैं, अगर आप आत्मसाक्षात्कार पाना चाहते हैं तो बेहतर होगा कि इन्हें करें। पूरा दृष्टिकोण ये होना चाहिए कि आपने यहाँ पर मुझसे कुछ लेना है। ये आपके लिए उपहार है। उपहार लेने के मामले में कोई ज़िद नहीं होनी चाहिए। ऐसी ज़िद जो हम प्रायः करते हैं। कोई यदि उपहार दे रहा हो तो हम ज़िद नहीं करते। क्या हम ऐसा करते हैं? क्या उपहार लेते हुए लोग ज़िद करते हैं? परन्तु जब परमात्मा प्राप्ति की बात आती है तो वे अपने जूते भी नहीं उतारते! आप इतनी महान चीज़ माँग रहे हैं। अमीबा से मानव अवस्था तक पहुँचने में आपकी साधना का पुष्पिकरण है। मानव बनकर भी हजारों वर्षों तक आपने साधना की और आज जब आप अपने लक्ष्य के समीप पहुँच गए हैं तो इतने अड़ियल क्यों है? मैं कहती हूँ कि सहजयोग में आत्म–साक्षात्कार प्राप्त कर लें, न कोई पैसा देना है न लेना है। आत्म–साक्षात्कार के परिणामस्वरूप आपका स्वास्थ्य ठीक हो जाएगा, आपकी भौतिक स्थिति ठीक हो जाएगी। सहजयोग की कृपा से बहुत सी चीज़ें सुधरती है परन्तु सबसे बड़ी चीज़ जो आपमें घटित होती है वह है आपका आत्मज्ञान को पा लेना। आपको आत्म–साक्षात्कार मिल जाता है, आपके अन्दर ज्योति प्रज्जवलित हो उठती है और आप स्वयं को देखने लगते हैं, अपने और अन्य लोगों के चक्रों को देखने लगते हैं क्योंकि आप विराट से जुड़ जाते हैं, अपने विराट तत्व को प्राप्त कर लेते हैं। सहजयोग ने आपको यही उपहार देना है।

यदि आप इसे पाना चाहते हैं तो कृपया पा लें, बाकी सबकुछ तो इसके परिणामस्वरूप होता है क्योंकि यदि प्रकाश हो तो आप लड़खड़ाते नहीं हैं सीधे चलते हैं। आप ये नहीं कहते कि प्रकाश के कारण मेरी टाँगों में सुधार हुआ। नहीं, न ही ये कहते हैं कि प्रकाश के कारण मेरी आँखें ठीक हुई। क्योंकि प्रकाश न होने के कारण समस्या थी ज्योंही प्रकाश हुआ सबकुछ ठीक हो गया। आप सब कुछ समझने लगे। सारी चीज़ों को जाँच लिया और सीधे चलने लगे। अब आप जानते हैं कि कहाँ बैठना है, कुर्सी क्या है और व्यक्ति कैसा है?

साधक बनकर भी आप यही खोजते हैं। और यदि आप सच्चे साधक हैं तो आपको आशीर्वाद मिल जाता है। ये देखना मेरा कार्य है कि आप इस स्थिति को पा लें। आप अपनी शक्तियों को प्राप्त करें अपने गुरु की शक्तियों को नहीं। अपने गुरु की शक्तियों को नहीं अपनी शक्तियों को और स्वयं को समझ लें। आत्मज्ञान तथा विराट के ज्ञान को आप प्राप्त कर लें। यदि आप ऐसे नहीं हैं तो, मेरे बच्चो, मुझे खेद है कि साधना पथ पर अभी आप अपरिपक्व बच्चे हैं। अभी आपको और अधिक उन्नत होना होगा। उन्नत होकर आप मेरे पास आएं, जब आप पूरी तरह से उन्नत हो जाएं। अन्यथा अपरिपक्व व्यक्ति पर कार्य करना या उसे आत्म–साक्षात्कार देना मेरे लिए बहुत बड़ी सिरदर्दी है।

कभी–कभी लोग सहजयोग को बीमारियाँ ठीक करने के लिए उपयोग करते हैं। निःसन्देह आप रोग मुक्त हो जाते हैं। यहाँ तक कि कैंसर भी ठीक हो जाता है। कैंसर ठीक हो सकता है, सहजयोग से इसे ठीक किया जा सकता है। परन्तु ये दोबारा हो जाएगा। हम इसका कोई आश्वासन नहीं दे सकते। ये रोग आपको पुनः हो सकता है। आपकी साधना के अनुरूप आप पर कृपा करने का विवेक क्या परमात्मा में नहीं है? निःसन्देह वे आपसे प्रेम करते हैं। प्रेम के कारण वो आपको देना चाहते हैं। परन्तु यदि आप भटके हुए हैं, अपव्ययी हैं, तो क्यों वे आपको देते चले जाएं? ये एक सीधा सा प्रश्न है जो आपको स्वयं से पूछना चाहिए और फिर आत्म–साक्षात्कार की याचना करनी चाहिए। तब आपको आत्म–साक्षात्कार प्राप्त हो जाता है। आत्म–साक्षात्कार प्राप्त करने के बाद भी कुछ समय सन्देह–काल होता है क्योंकि पहले तो आप निर्विचार समाधि (Thoughtless - Awareness) प्राप्त करते हैं। जब हम कहते हैं चेतना तो इसका आम अर्थ होता है किसी चीज़ के प्रति चेतनता। परन्तु जब हम समाधि कहते हैं तो इसका अर्थ ज्योतितचेतना (Enlightened Awareness) होता है। आपको ज्योतित निर्विचार चेतना मिल जाती है। इन दोनों स्थितियों के बीच की अवस्था कुछ लोगों में इतनी कम होती है कि वे तुरन्त दूसरी अवस्था पर पहुँच जाते हैं। यहाँ पर कुछ लोग हैं जिन्हें आत्म–साक्षात्कार प्राप्त करते

ही ज्योतित निर्विचार चेतना प्राप्त हो गई। वे इन दोनों अवस्थाओं में से नहीं गुजरते। परन्तु कुछ लोग औसत दर्जे के हैं और कुछ तो पूरी तरह से बैलगाड़ी सम हैं। वो जैट की गति से नहीं चल सकते। आधुनिक युग में जैट द्वारा बैलगाड़ी खींचने की कल्पना कीजिए। बहुत बड़ी समस्या है। परन्तु आप यदि उस गुणवत्ता और क्षमता के व्यक्ति हैं तो आपको एक दम से दोनों अवस्थाएं प्राप्त हो जाती हैं, उसके पश्चात् कोई सन्देह नहीं बचता। परन्तु कुछ ऐसे लोग भी हैं जो सन्देह में फँस जाते हैं। मैं नहीं जानती कि यहाँ वे किस बात पर सन्देह करते हैं। उन्हें अनुभव प्राप्त हो जाता है, उन्हें चैतन्य लहरियाँ आती हैं, उनसे शीतल लहरियाँ बहती हैं, वो ये भी महसूस करते हैं कि ये चैतन्य लहरियाँ अन्य लोगों पर कार्य कर रही हैं, कुण्डलिनी की धड़कन एवं इसे उठते हुए भी वे देखते हैं, उनका स्वास्थ्य बेहतर हो जाता है, हर चीज सुधरती है, फिर भी वे सन्देह करते हैं और अपना समय बर्बाद करते हैं! ऐसे लोगों की सभी चीज़ों में देरी होती है, उनके रोग ठीक होने में देरी होती है। और सन्देह की प्रवृत्ति के कारण हर लाभ होने में देर लगती है। ठीक है? तो यहाँ पर हमारे पास जेट यान हैं, सुपरसॉनिक हैं, यहाँ पर प्रक्षेपात्र (Missiles) हैं और यहाँ बैलगाड़ियां भी हैं। इस विश्व को बनाने के लिए बहुत सारी चीजों की आवश्यकता पड़ती है, क्या ऐसा नहीं है? अतः मैं सभी चीज़ों को सहज स्वभाव से लेती हूँ और अपने पूर्ण प्रेम–पूर्वक उन्हें स्वीकार करती हूँ। परन्तु मैं आपसे प्रार्थना करती हूँ कि इस प्रकार सन्देह करके अपनी उन्नति की गति को धीमा न करें। प्रश्न ये है कि आपके सन्देह क्या हैं? मैं आपसे कुछ नहीं माँगती। आप यदि किसी चीज़ के लिए धन दे रहे होते हैं तब आपको सन्देह होता है। आप तो किसी चीज़ के लिए पैसा नहीं दे रहे। आप किस बात पर सन्देह कर रहे हैं? मुझे आपसे क्या लाभ उठाना है? फिर भी बहुत से लोग आकर कहते हैं कि श्रीमाताजी हमें सन्देह है! मैं कहती हूँ ठीक है, करते रहो। जब आपके सन्देह खत्म हो जाएं तब मेरे पास आ जाना। तो चीजें इस प्रकार से हैं। मेरा आपसे अनुरोध है कि अपने मस्तिष्क को ये बताने का प्रयत्न करें कि तुम हर तरफ के कार्य कर चुके हो, सभी प्रकार के गुरुओं के पास जा चुके हो, सभी प्रकार की मूर्खतापूर्ण पुस्तकें पढ़ चुके हो और सभी प्रकार के सन्देह कर चुके हो। अब तो कुछ देर के लिए शान्त हो जाओ! शान्त हो जाओ। अपने मस्तिष्क से कहो कि तुम्हें गलत मार्ग पर न ले जाए और आत्म साक्षात्कार को प्राप्त कर ले। ये आपका अपना है। ये आपकी अपनी सम्पत्ति है। इस अवस्था में होना आपका अधिकार है। अतः आत्म–साक्षात्कार पा लें और यदि किसी प्रकार के सन्देह हो रहे हों तो उन्हें कुछ देर प्रतीक्षा करने के लिए कहें।

परमात्मा आपको धन्य करें।

चलती हुई अंगुली

चलती हुई उँगली लिखती है और लिखकर आगे, बढ़ जाती है। पूर्ण पावनता या बुद्धि-चातुर्य उस लिखाई का एक शब्द भी मिटा नहीं सकते।

इन पंक्तियों से मुग्ध सोलह वर्षीय युवा बाला, छब्बीस वर्षों तक इनके सहारे जीवित रही। आपके जीवन को नियन्त्रित करने वाली यदि ऐसी कोई निर्देशक अँगुली है तो मन्दिरों, चर्चों तथा अन्य पूजा स्थानों की क्या आवश्यकता है? ये प्रश्न बहुत से वर्षों तक उसे कचोटता रहा।

तब एक दिन उसने एक कहावत सुनी, "उठो, जागृत हो जाओ और तब तक मत रुको जब तक लक्ष्य प्राप्त नहीं हो जाता। ये बात उसे अच्छी लगी और वो प्रातः चार बजे उठने लगी। (स्वयं को कर्मयोगी कहा) कार्य करती रही, परन्तु अब भी जीवन की समस्याओं का न तो समाधान हुआ और न ही उसे जीवन का अर्थ समझ आया। हर चीज़ जीवित नज़र आती परन्तु इसमें उसकी क्या भूमिका थी? ये एक प्रश्न था, संभवतः शाश्वत प्रश्न।

हो सकता है कि हम लोग उतने भाग्यशाली न हों जितने उस काल के लोग थे जब श्री सीताराम, श्री राधाकृष्ण और ईसा–मसीह और माँ मैरी उन्हें आशीर्वाद देने के लिए पृथ्वी पर अवतरित हुए। कई बार मैंने सोचा कि हो सकता है हमें भी महाविष्णु के दर्शन हो सकें या साक्षात् शक्ति के, मैं सोचती ही रही, और लो! हम आशीर्वादित हो गए!

वर्ष 1980 में परम पूज्य माताजी श्री निर्मला देवी दिल्ली में थे। यहाँ वे साधकों की कुण्डलिनी जागृत करने के लिए आए थे। यह युवती, जो अब बड़े–बड़े बच्चों की माँ है, श्रीमाताजी से मिलने के लिए गई क्योंकि रिश्ते में श्रीमाताजी उनकी मामी जी हैं। परन्तु जब वह उनके चरण कमलों को स्पर्श करने के लिए झुकी तो उसे महसूस हुआ कि वे केवल मामी ही नहीं उनकी माँ हैं! ये सारा परिवर्तन पलक झपकते ही हो गया! उसने श्रीमाताजी से प्रार्थना की कि वे उनकी बेटी रत्ना को भी आशीर्वाद दें जो कि मिरांडा हाऊस में पढ़ती थी। श्रीमाताजी की उपस्थिति में उसे विस्मयकारी आनन्द की अनुभूति हुई।

श्रीमाताजी : आप कैसे हैं बेटे?

रत्ना : माताजी मैं ठीक हूँ, परन्तु मैं तीसरी आँख (Third eye) के विषय में जानना चाहती हूँ। जिसके विषय में लोवसेंग राम्पा ने लिखा है।

श्रीमाताजी : बेटे, क्या कोई दोनों आँखों के मध्य में ऑप्रेशन करके तीसरी आँख खोल सकता है? क्या कोई ऐसा सर्जन है? (सभी लोग हँसते हैं और हँसते चले जाते हैं)

रत्ना : श्रीमाताजी जैसे हाल में आई एक फिल्म "The Omen Exorcist" में कहा है, 'क्या दिव्य शक्ति को आसुरी शक्ति में परिवर्तित किया जा सकता है?

श्रीमाताजी : दिव्य शक्ति हमेशा दिव्य रहती है,

इसमें कोई संदेह नहीं है। ये शक्ति कभी समाप्त नहीं हो सकती। आप यदि अपना मार्ग भूल जाएं तो मैं तुम्हें सिर्फ एक झटका दे सकती हूँ। बस इतना ही। मेरा प्रेम आप सबके लिए हमेशा मौजूद है।

रत्ना : अध्यात्म पथ पर क्या अच्छे कपड़े पहनना आवश्यक है?

श्रीमाताजी : जागृत होकर कुण्डलिनी छः चक्रों में से गुजरकर सहस्रार को छूती है। सहस्रार अन्तिम लक्ष्य है। इन सारे चक्रों के रक्षक देवता हैं। एक बार जब महालक्ष्मी चक्र जागृत हो जाता है तो आपको अत्यन्त स्वच्छ रहकर और सामर्थ्य के अनुसार अच्छे वस्त्र पहनकर उसका सम्मान करना होता है। महासरस्वती विवेक एवं स्वच्छता की आकांक्षा करती हैं।

लक्ष्य प्राप्त हो गया था। परम पूज्य श्रीमाताजी ने अपनी दृष्टि एवं स्पर्श द्वारा रत्ना को आत्मसाक्षात्कार दे दिया था।

दिव्य दृष्टि अपना कार्य करती रही और कमरे में उपस्थित सभी लोगों को आशीर्वादित किया। अब हमारी समझ में आया कि हमारी भाग्य रेखा को परम् पूज्य श्रीमाताजी का आशीर्वाद बदल सकता है।

रत्ना तथा उसका पूरा परिवार ध्यान धारणा करने लगे, रात को जल पैर क्रिया करने लगे और उन्हें जीवन में एक नया अर्थ मिल गया।

न कोई जल्दी, न कोई चिंता, न टैक्सियाँ, न कारें जो आपको तीर्थ स्थानों पर ले जाएं। यह उपलब्धि पाने वाली वह भाग्यशालिनी थी। हाँ। श्रीमाताजी का दृष्टिपात, उनका देखना ही काफी है। उनके तो चित्र से भी चैतन्य बहता है। ये बात पूर्णतः सत्य है। हमारी सम्मानमयी, प्रिय श्रीमाताजी हमारी सारी तकलीफों को खींच लेती हैं और हम सदैव मुस्कराते रहते हैं।

हमारी स्थाई मुस्कान का रहस्य सभी लोग जानना चाहते हैं क्योंकि सहजयोग में कुछ भी छुपा हुआ नहीं है। हम सबसे 'जय श्रीमाताजी' बोलने के लिए कहते हैं।

श्रीमती वर्मा

B-18, प्रेस एन्कलेव, नई दिल्ली

5 सितम्बर 1980

चैतन्य लहरियों पर हमारा विश्वास

चैतन्य चेतना (Viberatory Awareness) एक बहुमूल्य उपहार है जो हम आत्म–साक्षात्कार के बाद प्राप्त करते हैं। हमारे सम्मुख विवेक का एक नया क्षेत्र खुल जाता है और हमें एक विशाल क्षितिज दर्शाता है। हमारी सद्–सद् विवेक बुद्धि (Sense of Discrimination), दूध से पानी पृथक कर देने वाला हँस जिसका प्रतीक है, विकसित हो जाती है और हमें अधिक सुरक्षा भाव और निर्णय लेने में अधिक आत्म–विश्वास प्रदान करती है। अंधेरे में भी अब हम प्रकाश देखते हैं। जहाँ पर हमें अभी तक अविश्वास होता था वहाँ अब हमें पूर्ण विश्वास होता है। चैतन्य लहरियों के माध्यम से हम त्रुटिहीन, ठीक मार्ग देख पाते हैं। परन्तु कभी–कभी हम इस दैवी उपहार का दुरुपयोग करते हैं और चैतन्य लहरियों के माध्यम से रोज़मर्रा की छोटी–छोटी समस्याओं के उत्तर खोजते हैं। आदिशक्ति की अनन्त कृपा से यह शक्ति हमें प्राप्त हुई है। इसका उपयोग भी उचित ढंग से होना चाहिए। चैतन्य लहरियों को बर्बाद नहीं किया जाना चाहिए। यदि हम इन्हें ठीक प्रकार से उपयोग नहीं करेंगे तो हो सकता है कि हम इन्हें खो दें। ऐसी स्थिति में चैतन्य लहरियों के आधार पर जो भी उत्तर हम खोजेंगे वो ठीक न होंगे। ऐसी अवस्था में हमारा आत्म–विश्वास डगमगा जाता है – अपने आपमें विश्वास और परिणाम स्वरूप सहजयोग में विश्वास।

परन्तु जब–जब भी हम हृदय से उच्च उद्देश्य के लिए चैतन्य लहरियों का उपयोग करेंगे तो निश्चित उत्तर प्राप्त होगा चाहे हमें इसकी आशा न हो। सहजयोगी को इस प्रकार से इसका आभास हो जाएगा मानो ये संदेश परमात्मा ने भेजा हो।

इस प्रकार की घटना हमें अपने आप पर और अपने निर्णयों पर विश्वास प्रदान करती है। कई बार हमें लगता है कि किसी खास स्थिति को खास प्रकार से निपटाना चाहिए। परन्तु निर्णय लेने का और कार्य करने का समय जब आता है तो हम पीछे हट जाते हैं। ऐसे समय पर आनन्द समाप्त हो जाता है और विश्वासहीनता हमारे अन्दर स्थापित हो जाती है। ऐसे समय पर लिया गया निर्णय अचेतन से प्राप्त हुआ निर्णय नहीं होता।

इसके विपरीत यदि हमें गहन विश्वास हो कि हमें यह शक्ति प्रदान की गई है तो हम सदैव विश्वस्त होंगे और महसूस करेंगे कि श्रीमाताजी का चित्त हमारे ऊपर है। हम उन नन्हें पक्षियों जैसे हैं जो अभी उड़ना सीख रहे हैं और बिना प्रगति किए हम नीड़ तक ही सीमित रह जाते हैं। परन्तु उनकी कृपा से हम प्रयत्न करते रहेंगे, हम तब तक प्रयत्न करते रहेंगे तब तक स्वयं इस कार्य को करने के योग्य नहीं बन जाते।

जिस प्रकार श्रीमाताजी हमें शक्तियाँ देती हैं और वे हमें कार्य करने की विधि भी सिखाती है इसके बाद अपनी प्रेममयी देखरेख, विवेकशील प्रदर्शन और अगाध करुणा में कार्य करने के लिए वे हमें स्वतन्त्र छोड़ देती हैं।

परमेश्वरी माँ के अगाध प्रेम के आनन्द को अपने हृदय में बनाए रखते हुए अब समय आ गया है कि हम स्वयं को दृढ़ करें, वास्तविकता का सामना करें और उत्थान मार्ग पर उड़ना सीखें।

Maria Amelia de Kalbermatten

आदिशक्ति एवं लाओत्से

ताओ (Tao) आदिशक्ति है। श्री लाओत्से का ताओ का अध्ययन हमारी भ्रान्ति रूपिणी आदिशक्ति माँ के कुछ पक्षों पर ही प्रकाश नहीं डालता, यह हमारे अपने विषय में भी बहुत सारी रोचक चीजें सिखाता है। उदाहरण के रूप में हममें से कुछ पश्चिमी सहजयोगी कभी–कभी अपने आक्रामक संस्कारों के अनुरूप सहजयोग का प्रचार–प्रसार करने का प्रयत्न करते हैं। यह आक्रामक गतिविधि हम पर अनुकम्पी गतिशीलता तथा व्यक्तिगत चेतना जैसी इच्छा शक्ति का प्रभाव छोड़ती है और अपने कार्यों, प्रयत्नों, संघर्षों और संभवतः अपने तनावों के फल की आकांक्षा करते हैं। जो भी हो जब हम अन्दर से खाली होते हैं, इन सब चीज़ों से मुक्त होते हैं, केवल तभी ताओ हमारे अन्दर भर सकती है। श्री लाओत्से चाहते थे कि ताओ के बच्चे इस बात को स्वीकार करें। इसीलिए उन्होंने नीचे लिखी कुछ अद्भुत पंक्तियाँ हमारे लिए छोड़ी हैं :

जब मेरा झुकाव मन्त्रों की ओर हो जाता है तो ये पंक्तियाँ हैं :

ताओ सदैव बेनाम थे
पहली बार जब इसे उपयोग में लाया गया,
तब इसका नामकरण हुआ
जितने चाहे नाम इसे दे दें,
मानव को अपनी सीमा तो जाननी ही होगी।
अपनी सीमा को जानने के पश्चात् ही
मानव अमर हो पाएगा।

(Tao Te Ching 32)

वास्तव में आधुनिक बनने के लिए मानव की सीमा केवल एक नाम है : **निर्मला।**

जब मैं बहुत अधिक ज़बान चलाने लगता हूँ तो :

"जो ज्ञानी है बोलते नहीं
जो बोलते हैं वो अज्ञानी हैं।
सत्य स्थिर मानव दिखावा नहीं करते
दिखावा करने वाले सच्चे नहीं होते।"

(Tao Te Ching 81)

उपलब्धियाँ प्राप्त करने के लिए जब मैं अपने पुराने ढर्रे पर चलने लगता हूँ :

"जिज्ञासु प्रतिदिन उन्नत होता है,
ताओ के पीछे दौड़ने वाले का पतन होता है प्रतिदिन
वह घटेगा और घटता चला जाएगा,
अकर्मण्यता में आ नहीं जाता वो जब तक
क्योंकि अकर्मण्य बनकर ही किया जा सकता है सबकुछ।

(Tao Te Ching 48)

भारत, लन्दन या अन्यत्र जहाँ पर भी श्री माताजी होती है वहाँ न पहुँच पाने पर जब जब भी मैं उदास होता हूँ :

"घर के दरवाजे से बाहर आए बगैर,
जान सकता है पूरे विश्व को मानव,
खिड़की से झाँके बिना,
बैकुण्ठ में आदिशक्ति को देख सकता है मानव,
बिना कोई यात्रा किए,

सब जान जाते हैं सन्त,
बिना कोई हरकत किए
पा लेते हैं सभी कुछ।''

(Tao Te Ching 47)

परमेश्वरी माँ के उदाहरणों से जब मैं प्रेरणा एवं पथप्रदर्शन लेना भूल जाता हूँ :

ताओ महान व्याप्त है सर्वत्र,
बाएं पर भी और दाएं पर भी,
सृजन हर चीज़ का किया इन्होंने
नकारती कुछ भी नहीं इसीलिए,
प्रेम पूर्वक पोषण करती हैं हर चीज़ का,
प्रभुत्व उन पर जमाती नहीं
अस्तित्व हीन होने के कारण,
कहा जा सकता है इन्हें सूक्ष्म
सभी कुछ समा जाता है इनमें
स्वामित्व फिर भी ये दर्शाती नहीं
'महान' है ये इसलिए।
महानता भी कभी ये ओढ़ती नहीं
महानता को पा लेती है इसलिए।''

हम उन आदि गुरुओं की अथाह गहनता के सम्मुख नतमस्तक हैं जिन्होंने हमें महादेवी के पावन चरण कमलों तक पहुँचा दिया है। श्रीमाताजी आपकी विनोदप्रियता और विवेक की एक चिंगारी मात्र से, सहजयोग में गुरु बनने वाले हमलोग, आपके मोक्ष सन्देश को वांछित सूक्ष्मता, मधुरता, समर्पण एवं प्रभावात्मक शैली में लोगों तक पहुँचा पाएंगे। हे देवी, तीनों लोकों में आप और केवल आप ही नश्वर मानव में सच्चे गुरु के असंख्य गुणों का दीप जला सकती हैं। श्रीमाताजी, आपकी जय हो, आपकी जय हो, आपकी जय हो। देवी महात्म्यम् में वर्णन किया गया है कि आपके सेवक गण भी ब्रह्माण्ड के आश्रय बन जाते हैं।

ताओ का एक अर्ध–पूर्ण
एवं अर्धरिक्त बालक
(निर्मला योगा 83 से
उद्धृत और अनुवादित)

श्री आदिशक्ति पूजा

परम पूज्य श्रीमाताजी
श्री निर्मला देवी का प्रवचन
कबेला, 15 जून 2003

आप सब लोगों को यहाँ गोंधड़ी के गीत गाते देखकर मैं बहुत खुश हूँ। संभवतः आप इसका अर्थ नहीं जानते। इसका अर्थ ये है कि हम श्रीमाताजी के गवैय्ये हैं। ग्रामीण लोग ये भजन गाते हैं जिसमें वे कहते हैं कि "माँ के प्रति अपने पूर्ण प्रेम के साथ हम उनके गीत गा रहे हैं।" यही सारा संगीत आप तक पहुँच गया है।

मेरे लिए ये अत्यन्त प्रसन्नता की बात है कि सर्वसाधारण ग्रामीण लोगों के प्रसन्नतामय की मनःस्थिति तथा उनके गीतों को आपने स्वीकार किया है।

परमात्मा आपको धन्य करें।

श्री आदिशक्ति पूजा - 2003 (एक रिपोर्ट)

श्रीमाताजी के साथ बिताए गए क्षण अमूल्य होते हैं। इस बात को बहुत से सहजयोगियों ने श्री आदिशक्ति पूजा के पश्चात् समझा। शनिवार शाम के कार्यक्रम तथा पूजा में श्रीमाताजी की संक्षिप्त उपस्थिति का आनन्द लेने की कृपा हम पर हुई।

शनिवार शाम को कला कार्यक्रम में पहुँच कर श्रीमाताजी ने हम सब को आनन्दमय आश्चर्य में डाल दिया। वहाँ मेज़बान देशों के सहजयोगियों द्वारा उनके सम्मुख उपस्थित किए गए कार्यक्रमों का उन्होंने आनन्द लिया।

पूजा का समय सात बजे का रखा गया था और इसी समय पर घोषणा की गई कि श्रीमाताजी किले से चलने वाली हैं। चैतन्य लहरियाँ एकदम से बढ़ गई। वास्तव में श्रीमाताजी दस बजे पधारीं और वहाँ एक घण्टा रुकीं।

बिना प्रवचन के पूजा आरम्भ हो गई और तुरन्त बच्चों को श्रीमाताजी के चरण कमलों पर कुम–कुम अर्पण करने के लिए कहा गया। तत्पश्चात् बिना कोई साज़ शृंगार किए श्रीमाताजी को पूजा भेंट अर्पण की गई और सबने मिलकर आरती की।

इसके पश्चात श्रीमाताजी ने स्वयं माझी गोधाड़ी गाने को कहा। ये भजन गाते हुए वास्तव में पूरा पण्डाल नाच उठा। श्रीमाताजी के चेहरे से नूर बह रहा था और हम सब लोग आनन्द में डूबे हुए थे तथा कामना कर रहे थे कि इस भजन का अन्त कभी न हो। अचानक श्रीमाताजी ने माइक्रोफोन लिया और इस भजन का अर्थ बताया। "हम श्रीमाताजी के गवैय्ये (भाट) हैं।" श्रीमाताजी ने इसके पश्चात् प्रस्थान किया और हम सब आन्तरिक मौन में सन्तुष्ट रहे।

आर्वो यूटे मारगोट मारटिन और सीता

श्री कृष्ण पूजा

मुम्बई 28.8.1973

परम पूज्य माताजी श्री निर्मला देवी का प्रवचन

परमात्मा ने पूर्ण को समझने के लिए सारा प्रबन्ध किया है। उदाहरण के रूप में यदि मुझे केवल अपने सिर का ज्ञान हो तो ये काफी नहीं है, मुझे यदि केवल टाँगों का ज्ञन हो तो भी काफी नहीं है। अपने विषय में जितना अधिक ज्ञान मुझे होगा मैं उतनी ही प्रगल्भ और विशाल होऊंगी। महान कहलाने वाला सभी कुछ या महान कहे जाने वाले लोग इसलिए इन्सान हैं क्योंकि वे बहुत से मनुष्यों में रहते हैं। वातावरण में वह उष्मा (warmth) महसूस करती हूँ और आप भी इसे महसूस करते हैं क्योंकि आप जानते हैं कि विदेशों से यहाँ आए ये साधक कोई गैर (Foreigners) नहीं हैं। वे आपके अपने बहन भाई हैं। पुराणों में इस प्रकार की बहुत सी कथाएं हैं। मैं उनकी बात नहीं करूंगी। एक बार जंगल में दो भाई मिले। परन्तु उन्होंने सोचा कि वे एक दूसरे के दुश्मन हैं और परस्पर युद्ध करना चाहा। मारने के लिए जब उन्होंने हाथ उठाया तो वे एक दूसरे को मार न सके, तब उन्होंने तीर निकाले। तीरों ने भी कार्य न किया। इस बात से उन्हें बहुत आश्चर्य हुआ! तब उन्होंने एक दूसरे से उसकी माँ का नाम पूछा और पाया कि वे एक ही माँ के बेटे थे। तब उन्हें महसूस हुआ कि वे न तो गैर थे और न ही दुश्मन। वों दोनों एक ही तत्व के बने हुए थे। इस ज्ञान ने उन्हें कितना सौन्दर्य और कितना माधुर्य प्रदान किया! ये जानकर हमें कितनी सूझ–बूझ और सुरक्षा प्राप्त होती है कि विश्व भर में सर्वत्र हमारे भाई–बहन हैं जो आत्मचालित हैं, जो अपने परमेश्वर पर निर्भर हैं और उस दिव्य प्रेम से हम किस प्रकार बन्धे हुए हैं!

मैं जब प्रेम की बात करती हूँ तो लोग समझते हैं कि मैं आप लोगों को दुर्बल बनाने का प्रयत्न कर रही हूँ। उनके विचार से प्रेम

दुर्बलता है। परन्तु विश्व में प्रेम की शक्ति अत्यन्त प्रगल्भ शक्ति है, प्रेम की शक्ति ही अत्यन्त प्रभावशाली है। प्रेम में चाहे हम कष्ट उठाते हैं तो भी अपनी शक्ति के कारण कष्ट उठाते हैं न कि अपनी दुर्बलता के कारण। उदाहरण के रूप में चीन में मुर्गों को सिखाने वाला एक गुरु था। वहाँ का राजा अपने मुर्गे उसके पास ले गया और उससे कहा कि इन्हें लड़ना सिखाए। एक महीने के पश्चात् जब राजा अपने मुर्गे लेने के लिए गया तो उसे आश्चर्य हुआ कि उसके मुर्गे अत्यन्त शान्तिपूर्वक एक तरफ खड़े थे। उसने उस गुरु से कहा, "तुमने मेरे मुर्गों को क्या किया है?" वो बिल्कुल भी आक्रामक नहीं हैं, वो कुछ भी नहीं कर रहे। ये किस प्रकार लड़ाई जीतेंगे? दौड़ और शक्तिस्पर्धा होगी, उसमें ये क्या करेंगे? गुरु ने कहा कि आप इन मुर्गों को ले जाएं। राजा मुर्गों को ले गया और उसे अखाड़े में छोड़ दिया जहाँ और मुर्गे लड़ने के लिए आए थे। ये दोनों मुर्गे बड़ी शान्ति से खड़े रहे। अन्य मुर्गे आपस में लड़ते रहे। परन्तु ये दोनों आराम से खड़े होकर उन्हें देख रहे थे। उनके इस व्यवहार को देखकर बाकी मुर्गों ने ये समझा कि ये दोनों बहुत शक्तिशाली हैं और डरकर वहाँ से भाग गए।

जिस प्रेम के विषय में मैं बात कर रही हूँ, परमेश्वरी प्रेम आपको शक्तिशाली एवं प्रगल्भ बनाता है। यह महानतम ज्योतिर्मय शक्ति हैं जिससे आगे हमारा मस्तिष्क नहीं सोच सकता है। प्रेम जब स्थूल तत्व से घिरा हुआ हो, उसी में उलझा हुआ हो केवल तभी यह दुर्बल और परेशान महसूस होता है। स्थूल तत्वों से जब ये मुक्त होता है तो प्रेम की प्रगल्भ शक्ति पूरे विश्व की आसुरी शक्तियों पर काबू पा सकती है। लोगों को जब आत्म साक्षात्कार मिलता है तो काफी हद तक अहम् समाप्त हो जाता है क्योंकि आप कहते हैं कि चैतन्य लहरियाँ बह रही हैं। ये नहीं कहते कि आप दे रहे हैं। अहम् मुक्त हो जाने के कारण कभी-कभी आपको ऐसा लगता है कि जो भी आप पाना चाहते थे आपको मिल गया और अब उसके बारे में बात नहीं करना चाहते। कहीं से यदि विरोध होता है तो उसकी चिन्ता न करके आप एक ओर बैठ जाते हैं। नकारात्मक विरोध से बचने के लिए न तो आप कुछ बोलते हैं न ही कोई गलत तरीका अपनाते हैं। इस विचार से भी आप परे भागते हैं कि हे परमात्मा! ये इसका मुकाबला किस प्रकार करेंगे? इसके विपरीत नकारात्मक और घृणायुक्त व्यक्ति अधिक बातूनी हो जाता है और बड़ी-बड़ी बातें करते जाता है, करते जाता है, करते जाता है। वो सोचता है कि वह सबसे ऊपर है और पूरे विश्व को बेवकूफ बना सकता है। पूरी जिम्मेदारी वो स्वयं पर ले लेता है। लोग कोई बड़ा आश्रम या स्थान उसके लिए बना देते हैं और अपनी सारी अज्ञानता के साथ वो इसमें बैठ जाता है और अपना अंधकारमय ज्ञान

लोगों में फैलाने लगता है। इन तरीकों में लोग बहुत रुचि लेते हैं और जा–जाकर उसके पैरों में गिरते हैं। परन्तु आत्म–साक्षात्कारी व्यक्ति आराम से अपने घर बैठता है और चकित होता है कि ये मूर्ख क्या कर रहे हैं। परन्तु अब आत्म– साक्षात्कारी लोगों को इस तरह से बैठकर न तो हैरान होना है और न ही उनपर हँसना है। जो लोग आत्म साक्षात्कारी नहीं हैं उनकी मूर्खता पर उसे दया नहीं करनी, आत्म–साक्षात्कारी व्यक्ति को बाहर निकलना है। प्रेम की तलवार लेकर पूरे विश्व को जीतने के लिए उसे बाहर निकलना है, ऐसा करना अत्यन्त आवश्यक है।

सृष्टि को यदि बचाना है तो आपका इसके विषय में चुप करके नहीं बैठना। प्रेम के विषय में सारी गलत धारणाएं, सारे झूठ त्यागने होंगे। व्यक्ति को समझना है कि प्रेम की शक्ति अत्यन्त प्रगल्भ है और यदि पूरा विश्व इसके आनन्द से वंचित है और विश्व को नष्ट करने के लिए तथा पृथ्वी पर शैतान का साम्राज्य स्थापित करने के लिए आई हुई आसुरी शक्तियों के हाथों में खेल रहा है तो ये प्रेम की शक्ति आपको आराम से बैठकर आत्मानन्द तथा परमेश्वरी कृपा का आनन्द नहीं लेने देगी। अब वो दिन चले गए जब सच्चे साधकों को कष्ट उठाना पड़ता था। ईसा मसीह ने हमारे लिए कष्ट उठाए। वास्तव में ईसा मसीह ने कभी कष्ट नहीं उठाया क्योंकि वो तो दुःख से परे थे। वो कभी नहीं रोए। वे प्रशिक्षित मुर्गों की तरह से थे, अत्यन्त शक्तिशाली व्यक्तित्व। परन्तु आज आप लोगों ने अपने अन्दर विद्यमान अपनी शक्ति की सूझ–बूझ को परिष्कृत करना है। जो लोग स्थूल (भौतिक स्तर पर) हैं वो अपनी असुरक्षा, अपनी समस्याओं और अपनी संस्थाओं की चिन्ता करें। यह कार्य आत्मसाक्षात्कारी लोगों का नहीं है। बहुत बार मैंने आपसे बताया है और आज पुनः बता रही हूँ कि आत्म साक्षात्कार प्राप्त कर लेने के पश्चात् आप कभी अकेले नहीं होते।

आपके जन्म से पूर्व भी बहुत से लोगों ने आत्म–साक्षात्कार को प्राप्त किया, वो सब विद्यमान हैं और हर क्षण आपकी सहायता करने के लिए उत्सुक हैं। हमारे शास्त्रों में उन्हें चिरंजीवी कहा गया है। यह बात आप जानते हैं। ये 'निरंजन' लोग हैं। जैसा मैंने भैरवनाथ और हनुमान जी के बारे में बताया था कि ये सब विद्यमान हैं और आपकी पुकार की प्रतीक्षा करते रहते हैं। एक बार हम बाजार गए और वहाँ कोई समस्या थी। एक शिष्य मेरे साथ था, मैं उसकी प्रतिक्रिया जानना चाहती थी। वह दुकानदार को कुछ समझाने का प्रयत्न कर रहा था। वह मेरे पास आया और कहने लगा श्रीमाताजी आइए चलें।" हम दुकान से बाहर आ गए। मैंने उससे पूछा, कि अब तुम इसके बारे में क्या करोगे? उसने उत्तर दिया कि मैंने हनुमान जी को कह दिया है कि

इस मामले को देखें और कार्य हो गया। ये स्थूल हैं। आप भी ऐसे कार्य उन पर छोड़ सकते हैं और वे इन कार्यों को देखेंगे। क्योंकि मंच पर तो आप हैं वे नहीं। वे तो पृष्ठभूमि में हैं, पार्श्व (Playback) में हैं। परन्तु आपको अपना मुँह खोलना होगा। यदि वे सोचने लगेंगे तो लोग क्या कहेंगे। वो आपको हर तरह से मदद करेंगे। परन्तु आप अपनी सुरक्षा के लिए कितने विश्वस्त हैं? कहाँ तक अपनी सम्पदा और आत्मज्ञान पर खड़े हुए हैं?

बहुत बड़ा युद्ध चल रहा है इसका आपको ज्ञान नहीं है। आपमें कुछ लोग तो निश्चित रूप से इसके विषय में जानते हैं क्योंकि उन्हें ये युद्ध लड़ने का अनुभव है। बहुत बड़ी लड़ाई चल रही है, विशेष रूप से जबकि आपको कमजोर करने के लिए दस राक्षस अवतरित हो चुके हैं। अभी तक आप छोटे बच्चे हैं, इसमें सन्देह नहीं है, क्योंकि आपको कुछ ही दिन पूर्व आत्म साक्षात्कार प्राप्त हुआ है। परन्तु आप यदि चाहें तो बहुत जल्द आपका विकास हो सकता है और आप बड़े–बड़े सूरमा बन सकते हैं। आप सभी उन्नत हो सकते हैं, केवल आपको ये निर्णय करना होगा कि आपने अपने अन्दर बढ़ना है। आपने ऐसी बहुत सी चीज़ें खोज ली हैं जिनसे व्यक्ति का विकास होता है। मैं आपको भोजन दे सकती हूँ, बढ़ना तो आपको ही होगा। जब भी आप नकारात्मकता देखें तो दृढता पूर्वक कहें कि ये नकारात्मकता है, और कुछ नहीं। चाहे आपको ये बात अच्छी लगे या न लगे, ऐसा करके आप उस व्यक्ति से प्रेम करते हैं। प्रेम का अर्थ ये बिल्कुल नहीं है कि केवल मीठी–मीठी बातें करनी हैं, नहीं। माँ भी तो कभी कभी बच्चों को डाँटती हैं, परन्तु डाँटने का मतलब ये नहीं है कि वे उन्हें प्रेम नहीं करती। यदि आवश्यक हो तो आपको बताना होगा कि यह सकारात्मकता है। व्यक्ति यदि आत्म साक्षात्कारी है तो वो इस सुधार के लिए इस बात का बिल्कुल भी बुरा न मानेगा क्योंकि वह तो सुधरना चाहेगा। आत्म–साक्षात्कारी व्यक्ति जानता है कि ये दोष है। यन्त्र का सुधारा जाना आवश्यक है। परन्तु कोई व्यक्ति यदि नहीं समझता तो आपको अपना प्रेम उस पर थोपना पड़ेगा। आप बलपूर्वक अपना प्रेम उसे जता सकते हैं। इस बात को आप जानते हैं कि यहाँ बैठे हुए बहुत से लोगों ने अन्य लोगों पर अपना प्रेम कवच डालने का प्रयत्न किया है, ऐसे लोगों पर जो शरारत करने का प्रयत्न कर रहे हैं और उन्हें बड़े अच्छे परिणाम प्राप्त हुए हैं। वे शरारती लोग वापिस लौट आए हैं। अपना हाथ रखकर, उस व्यक्ति पर अपना चित्त डालकर और हाथ को इस प्रकार गोल घुमा (बन्धन) प्रेम का बन्धन लगा कर आप व्यक्ति को रास्ते पर ला सकते हैं। निःसन्देह या तो सकारात्मकता है या नकारात्मकता मध्य में कुछ भी नहीं है। दोनों के बीच में कोई समझौता नहीं। या तो रोशनी

है या अंधेरा, या सकारात्मकता है या नकारात्मकता। निश्चित रूप से इन दोनों के बीच में युद्ध चल रहा है। केवल आपकी इच्छा, ये बहुत बड़ मजाक है, का सम्मान होता है। पूरी तरह से आपकी इच्छा का सम्मान होता है। आपमें यदि उस प्रेम की निकटता पाने की इच्छा है तो आप इसे पा सकते हैं।

उस दिन मैं एक मनोवैज्ञानिक से मिली। उसका प्रति अहं बहुत पकड़ रहा था। मैंने पूछा, आपको क्या परेशानी है? वह कहने लगा मेरा बचपन। अपने बचपन में मुझे पर्याप्त प्रेम नहीं मिला। मैंने कहा, अब मैं यहाँ हूँ, मेरे जीवन में आओ और प्रेम ले लो। वह कहने लगा, श्रीमाताजी मैं अपना प्रेम प्रसारित करना चाहता हूँ। निडर होकर मैं अपना हृदय खोलना चाहता हूँ। मैंने कहा आप ये कार्य तुरन्त शुरु कर दें। चिन्ता न करें कि किस प्रकार लोग इसे गलत समझेंगे और क्या कहेंगे। लोगों की चिन्ता करना महत्वपूर्ण नहीं है। प्रेम की तृप्ति तो केवल प्रेम से ही हो सकती है कि आप दूसरे व्यक्ति को प्रेम करें, अपना प्रेम प्रसारित करें और जैसा मैंने कहा, आप इस कार्य में सफल हो जाएंगे। निर्णय कर लें कि मैंने प्रेम करना है। एक बार जब आप दृढ़ निश्चय कर लेंगे तो पूरी दिव्यता, पूर्ण दिव्य शक्ति आपके चरणों में लोट जाएगी। इस मामले में आप मेरा विश्वास करें। आप मुझे देखें, मैं एक सर्वसाधारण गृहणी हूँ। कुछ लोग कहते हैं श्रीमाताजी हम आप जैसे कैसे हो सकते हैं? क्यों नहीं हो सकते। मैं भी आप ही की तरह से हूँ, मेरी समस्याएं भी आप ही की तरह से हैं। फर्क सिर्फ इतना है कि मैं जानती हूँ कि मैं प्रेम की दिव्य मूर्ति के अतिरिक्त कुछ भी नहीं और इस दिव्यता के बगैर मेरा कोई अस्तित्व नहीं है। मैं चाहती हूँ कि मेरे जीवन के हर क्षण में मुझसे प्रेम बहता रहे, बहता रहे। मेरे मस्तिष्क की हर तरंग उस प्रेम को पहुँचाती रहे और आपको अत्यन्त शक्तिशाली बना दे। मैं देवी महात्म्य पढ़ रही थी, आप भी यदि इसे पढ़ें, तो इसमें एक राक्षस के बारे में वर्णन किया गया है जिसमें आदिशक्ति का (परमेश्वरी माँ का) सामना किया। वह उन पर हँसा और कहा, "ओ, स्त्री तुम मेरा क्या बिगाड़ सकती हो? तुम तो केवल एक महिला हो!" तुम मेरा क्या बिगाड़ सकती हो? वे उस राक्षस पर मुस्कराई और कहा, "ठीक है, आगे बढ़ो, हम युद्ध करें।" एक ही प्रहार से देवी ने उसकी गर्दन काट दी! यह बात स्पष्ट रूप से दर्शाती है कि सकारात्मकता नकारात्मकता का गला काट सकती है। इसमें कोई हिंसा नहीं है। दो चीज़ों के अन्तर को आप अवश्य समझ लें। यदि नकारात्मकता को नष्ट किया जाता है और सकारात्मकता को बढ़ावा दिया जाता है तो यह सबसे बड़ी अहिंसा है जो आप कर सकते हैं। आपने देखा है कि नकारात्मकता लोगों के साथ क्या करती है। अब आपने

जाना है कि नकारात्मकता क्या है और किस प्रकार लोग इसके कारण कष्ट उठाते हैं! और यहाँ पर वो प्रेम प्राप्त करने के लिए भी उत्सुक है। आपको आश्चर्य होगा कि यदि आप वास्तव में उनसे प्रेम करें (..............) लोग स्वयं मेरे पास आकर कहते हैं कि श्रीमाताजी हमें मोक्ष दीजिए! मेरे पास लोग केवल मोक्ष प्राप्ति के लिए आते हैं और यदि मैं वचन देती हूँ तो वो पुनर्जन्म (आत्मसाक्षात्कार) लेते हैं। उस दिन जैसे मैंने आपको बताया था कि कलियुग में एक सुन्दर मंच की रचना की गई है और इस पर आश्चर्यजनक नाटक खेला जाना है। इस नाटक में रावण सीता को माँ की तरह से प्रेम करेगा और कंस भी राधा के चरण कमलों में गिरेगा। शायद आप नहीं जानते कि श्रीकृष्ण कंस को उसी समय मारना चाहते थे। कंस उसके मामा थे। माँ के भाई की भावना कृष्ण के मन में उठी। अतः उन्होंने राधा से कहा वे कंस का वध करें क्योंकि राधा का प्रेम तो पूरे विश्व के लिए था। वे प्रेम की प्रतिमूर्ति हैं, उन्होंने कंस का वध किया क्योंकि यही परमेश्वरी इच्छा थी जब आप परमात्मा के हाथ में खेल रहे होते हैं और वह किसी का वध करना चाहता है तो उसे तो मरना ही है। परन्तु सर्वप्रथम आपको पूरी तरह से परमात्मा के हाथ में होना होगा। प्रेम ही इस शरीर का वध करता है। परमात्मा के विजय गीत जब गाए जाते हैं, तो आपने देखा है, किस प्रकार सभी चक्र कार्यान्वित हो उठते हैं और चैतन्य बहाने लगते हैं। शक्ति के कारण! ये सारे विजय–दिवस अभी आने बाकी हैं और ये सब आपके माध्यम से कार्यान्वित होगा। परन्तु आपके दुर्बल शरीर यन्त्र का क्या होगा? यह तो अभी तक बहुत ही धीमी गति से चल रहा है।

वह समय जब प्रेम का साम्राज्य होगा, उस सतयुग ने यदि आना है तो वह आपके प्रयत्नों से आएगा। सहजयोग से पूर्व कोई भी प्रयत्न दिव्य प्रयत्न नहीं था परन्तु अब आपके सभी प्रयत्न दिव्य हैं। जो भी कुछ आप करते हों, अनुकम्पी नाड़ी तन्त्र को जितना भी आप गतिशील करें, प्राप्ति तो आपको पराअनुकम्पी के माध्यम से हो रही है। आप कुछ भी नहीं करते। आप स्वयं देख सकते हैं इसके साथ कितने खतरे जुड़े हुए हैं। आप चुनिन्दा व्यक्ति हैं। अन्यथा क्यों यह आपको प्राप्त होता। केवल आप ही वो लोग हैं जिन्हें आत्मसाक्षात्कार प्राप्त हुआ है और आप ही इतना आगे बढ़े हैं। अभी कुछ ही दिन पूर्व आपको आत्मसाक्षात्कार प्राप्त हुआ था और आप इतना आगे बढ़ गए हैं, क्यों? आप चुने हुए लोग है, आपने ही ये उत्तरदायित्व लेना है, परमेश्वरी प्रेम की वाहिकाएं बनने का, वह प्रगल्भ शक्ति बनने का जो उस घृणा की सारी धारणा को ही परिवर्तित कर देगा जिस पर ये सारे राष्ट्र और भेदभव बनाए गए हैं। कुछ समय तक ऐसा लगता है कि कैसे, कैसे ये कार्य हो सकता है? परन्तु अब

गोकुल के दिन चले गए हैं। मैं इसके विषय में सोच रही थी, उस समय श्री कृष्ण अपनी बाँसुरी बजाया करते थे और गोपियों तथा गोपों को सहजयोग देने का प्रयत्न करते थे। ओह! वह प्रयत्न करते रहे, करते रहे, कई जन्मों में ये प्रयत्न करते रहे। कुछ भी कार्यान्वित नहीं हुआ। परन्तु अब ये चिंगारी की तरह से फैल जाएगा। निरन्तर प्रतिक्रिया (Chain reaction) आरम्भ हो जाएगी परन्तु इसे कार्यान्वित करने के लिए हमारे पास शक्तिशाली मशीनों का होना आवश्यक है नहीं तो फ्यूज़ उड़ जाएगा। आपने केवल अपने चित्त से, अपनी शक्ति को महसूस करना है। आपने केवल इतना कार्य करना है – अपने धैर्य को महसूस करना और सारे असत्य को त्याग देना। जो भी असत्य है, उसे आप अन्दर देखें और छोड़ दें। केवल सत्य को स्वीकार करें और सत्य आपको वो शक्ति देगा कि आप प्रेम की शक्ति, प्रेम की वाहिका को कार्यान्वित करने वाले सच्चे उपकरण बन सकें। तब आप चाहने पर भी अहंकार न कर सकेंगे। चाह कर भी किसी को हानि न पहुँचा सकेंगे। बहुत से लोग कहते हैं कि श्रीमाताजी ने ये वरदान ऐरे गैरे को दे दिया है। ऐरे–गैरे को मैं ये नहीं दे सकती। यह तो किसी साधक पुरूष को तथा जन्म–जन्मान्तरों से साधनारत किसी महिला को ही दिया जा सकता है। आपको समझ लेना चाहिए कि आपको क्या मिल गया है! आपका अधिकार ही आपको प्राप्त हुआ है। तो देखने में व्यक्त्ति चाहे सर्वसाधारण लगे वास्तव में ऐसा नहीं होता, वो महान सन्त होता है। यहाँ पर सभी सन्त बैठे हुए हैं। यह सन्त–सुलभता का केन्द्रक (Nucleus) है जहाँ पूर्ण परमेश्वर प्रवाहित हैं। आवश्यकता केवल इतनी है कि इसे अपने अन्दर से प्रवाहित होने दें। ये परमात्मा की शक्ति है और इस बात की चिन्ता करना आपका कार्य नहीं है कि यह अच्छा करेगी या बुरा। यदि आप ये सोचते भी हैं कि इस विश्व के आधुनिक विज्ञान के अनुसार यह शक्ति कुछ बुरा कर सकती है, तो भी अन्ततः सभी कुछ अच्छा हो जाएगा। जरासन्ध को मारना क्यों आवश्यक था? कंस को मारना क्यों आवश्यक था? रावण को मारना क्यों आवश्यक था? निःसन्देह वध करने से अधिक लाभ नहीं होता, इस बात को मैंने सोचा है। जिन लोगों के वध किए गए थे वो सब पुनः अपने स्थानों पर आ गए हैं। परन्तु अब आप उन राक्षसों से न लड़े, स्वयं से लड़कर उन्हें बाहर निकाल दें। केवल स्वयं को देखें कि आप कहाँ हैं? क्या कर रहे हैं? क्या आप परमेश्वरी धरातल पर हैं या स्थूल धरातल पर? हर क्षण इसके विषय में सोचें, हर क्षण आपको परिपूर्ण करने वाली, आपके अन्दर प्रवाहित होने वाली पूर्ण शक्ति के बारे में सोचें। सहस्रार के माध्यम से ये आपके रोम रोम में प्रवाहित होगी। आपके पूर्ण अस्तित्व के चहुँ ओर घूमेगी और आपके अन्तस को पूर्ण चैतन्य शक्ति, पूर्ण परमेश्वरी शक्ति के रूप में परिवर्तित कर देगी। इसे अपने अन्दर आने दें इसे स्वीकार करें, बिना किसी भय के इसे

स्वीकार करें, हर क्षण इसे अपने अन्दर आने दें, हर क्षण चेतन रहें। आपने अत्यन्त खतरनाक शैली अपना ली है। मेरे केवल दो हाथ हैं, आप इन्हें देख सकते हैं और यद्यपि श्री.... कहते हैं कि मैं कुछ भी करने में सक्षम हूँ, मैं सभी कुछ कर सकती हूँ परन्तु आपको कुछ भी करने के लिए विवश नहीं कर सकती। सदा आपकी इच्छा का सम्मान होगा। एक चीज़ के अतिरिक्त सभी कुछ देखा जा सकता है। आपको पूर्ण यन्त्र, पूर्ण वाहिका, पूर्ण बाँसुरी तो बनना ही होगा। यदि आप चाहते हैं कि मैं आपके प्रेम की धुन बजाऊं तो आपको अपने सातों छिद्र (चक्र) स्वच्छ करने होंगे। स्वयं को पूरी तरह से खाली कर लेना और अपने अन्दर पूर्ण होना आपका कार्य है। इसके बाद परमात्मा अपने कार्य को जानते हैं। परमात्मा कलाकार हैं परन्तु आप यन्त्र हैं। इतनी सारी आत्माओं से बजने वाला लयबद्ध संगीत, इन सारे राक्षसों के कानों में घुस सकता है, इनके हृदय में प्रवेश कर सकता है और उनके हृदय में प्रेम भर सकता है। तब हो सकता है कि वे स्वयं अपनी दुष्प्रवृत्तियों को त्यागकर प्रेम के चरणों में गिर जाएं। आज आप ही के अंदर श्री कृष्ण जन्म लेंगे। पाँच वर्ष का बालक जो कालिया वध के लिए चल पड़ा! वे कृष्ण आपके अन्दर जन्म लेंगे जो जाकर कालिया के सहस्रार पर बैठकर अपने पैर से उसे दबाते रहें। कालिया के सहस्रार पर श्री कृष्ण–नृत्य के महान नाटक को सभी लोग देख रहे थे।

कृष्ण आपके अन्तस में जन्मेंगे, जब आप कृष्ण बन जाएंगे तब आपको कृष्ण से मिलने के लिए नहीं जाना होगा। आइए अब ऐसी अवस्था को पा लें जो आपके अधिकार क्षेत्र से, आपके विचारों से परे है, निर्विचार समाधि के साम्राज्य में जहाँ परमात्मा अपनी कृपा वर्षा कर रहे हैं।

इन लोगों ने आज पूजा करने का निश्चय किया है। आप जानते हैं कि जब आप लोग मेरी पूजा करते हैं तो मेरा क्या हाल होता है? तो जिन समस्याओं का सामना बाद में करना है उसके बारे में न सोचते हुए मैं चाहूँगी कि आप पूजा पर पूरा चित्त दें और इसका पूरा लाभ उठाएं। इस पूजा से आरम्भ में तो आप माँ की सुरक्षा प्राप्त करते हैं और जब मेरे चक्र चलने लगते हैं तो वे आपको प्रेम की विशेष शक्तियाँ प्रदान करते हैं, आपके सभी चक्रों पर विशेष कृपा करते हैं और उन्हें पूरी तरह से चैतन्य से भर देते हैं। यद्यपि थोड़े से लोग ही मेरे पास पूजा के लिए आएंगे।

मैं चाहूँगी, कि आप सभी इस बात का एहसास करें कि उनके माध्यम से आप ही मेरी पूजा कर रहे हैं। आप ऐसा एहसास कर सकते हैं। इस प्रकार से मेरा आशीर्वाद और मुझसे एकरूपता स्वतः ही आपमें प्रवाहित होने लगेगी।

परमात्मा आप पर कृपा करें।

परम पूज्य श्री माताजी का एक पत्र

वर्ष 1979 (मराठी से अनुवादित)

मेरे प्यारे सहजयोगियो

आपके प्रेममय एवं सुन्दर पत्र तथा बधाई संदेश प्राप्त हुए। यहाँ, लन्दन में व्यस्त होने के कारण मैं उत्तर न दे सकी।

एक बार मैंने आपसे बताया था कि इस वर्ष नवरात्रि से सहजयोग आरम्भ हो रहा है। अर्थात जिस सत्ययुग के लिए आप अब तक तैयारी कर रहे थे वह अब दिखाई देगा। जिस प्रकार पेड़ का अंकुरण सर्वप्रथम पृथ्वी में होता है, फिर इसकी पत्तियाँ बाहर दिखाई देती हैं, इसी प्रकार नवरात्रि के पहले दिन – अर्थात 8 अप्रैल को सहजयोग की पत्तियाँ दिखाई देंगी।

यह महान आनन्द का दिन होगा। पूर्ण प्रकृति को नवजीवन प्राप्त होगा। आप एक बात समझ लें कि इस दिवस के महत्व को मनुष्य केवल तभी समझ पाएगा जब पूरी मानव जाति प्रेम की चैतन्य लहरियों से ज्योतिर्मय हो जाएगी।

मेरे जन्मदिवस से ही इस विश्व में ब्रह्मशक्ति जागृत हो गई थी। कुछ सीमा तक आपने यह शक्ति प्राप्त कर ली है और भिन्न प्रकार से इसका उपयोग कर रहे हैं।

मैं आपसे बता रही थी कि प्यार की ये महान शक्ति विश्व में सर्वत्र फैल जाएगी। उस दिन पहला दीपक प्रज्जवलित किया जाएगा। परन्तु दिवाली की रात अंधी है। यह दीपकों को नहीं देख सकती। इस कलियुग में यह कार्य केवल तभी हो सकेगा जब बहुत से दीपक प्रज्जवलित हो जाएंगे।

परमात्मा का जो भी कार्य है सब हो जाएगा। अतः सभी लोगों को चुस्त एवं चेतन होना चाहिए।

मेरा जीवन आपके प्रति समर्पित है। हर क्षण मैं कार्य करती हूँ। मैं केवल इतना चाहती हूँ कि कलियुग के नर्क की आग में तपकर यह शुद्ध सोना मानव इतिहास को जयोतिर्मय करे।

मेरा आशीर्वाद है कि घर-घर में यह दीप प्रज्जवलित हो, समाज में इसका आनन्द फैले, इसका विजय घोष सभी देशों में गुंजरित हो और यह ब्रह्मशक्ति ब्रह्माण्ड के हर अणु-अणु में संचरित हो उठे।

बहुत समय के लिए मुझे आपसे दूर जाना होगा। परन्तु आपके भाई यहाँ पर भी हैं और अन्य देशों में भी। समय के साथ–साथ आप उन सबसे मिलेंगे। मुझे प्रायः ये आभास होता है कि एक दिन ऐसे महान प्रेम के आनन्द का उदय आपके जीवन में होना चाहिए। आप जो भी इच्छा करेंगे वह पूर्ण होगी। अतः आपका चित्त पूरी तरह से सहजयोग पर होना चाहिए। मैंने अपना शरीर, मन, धन, सभी कुछ इसको अर्पण किया हैं

आपको केवल अपने चित्त के प्रति सावधान रहना है क्योंकि चित्त ने ही ज्योतिर्मय होना है।

सदैव आपको स्मरण करने वाली
आपसे बिछुड़ी हुई आपकी माँ

(निर्मला योगा–1983)

परम पूज्य श्री माताजी का एक पत्र

मराठी से अनुवादित

मेरे प्यारे सहजयोगियो

मानव चित्त में बहुत से भ्रम होते हैं। जब ये भ्रम दूर हो जाते हैं तब मानव चित्त ज्योतिर्मय होकर आनन्दमयी बन जाता है। कुण्डलिनी की जागृति से आपके बहुत से भ्रम दूर हो गए हैं :–

1. आपने महसूस किया है कि कुण्डलिनी मात्र कल्पना न होकर मानव के अन्तः–स्थित जीवन्त शक्ति है।
2. यह शक्ति सभी मनुष्यों में है और सामान्य व्यक्ति में स्वतः इसकी जागृति घटित हो जाती है।
3. किसी भी कर्मकाण्ड द्वारा इसकी जागृति नहीं होती परन्तु यदि किसी व्यक्ति ने दुष्कर्म किए हों तो उसकी जागृति होना सम्भव नहीं है क्योंकि सुप्तावस्था में भी कुण्डलिनी को व्यक्ति के पूर्वकर्मों की चेतना होती है।

   कुण्डलिनी धर्मपरायण है और यद्यपि यह माँ साक्षी भाव में हैं फिर भी ये जानती हैं कि व्यक्ति के अन्दर क्या अच्छाई है और क्या बुराई। कुण्डलिनी की कृपा से शरीर और मन के रोग दूर हो जाते हैं।

4. कुण्डलिनी शक्ति देवी भगवती की इच्छा शक्ति है भगवती माँ की इच्छा (संकल्प) मात्र से ये सुगमता पूर्वक जागृत हो जाती है। स्वयं को बहुत ऊँचा मानने वाले व्यक्ति को जागृति प्राप्त करने के लिए बहुत प्रयत्न करने पड़ते हैं। परन्तु यह उसका दोष नहीं है।

5. चैतन्य लहरियों के रूप में आपके अन्दर जो ब्रह्मतत्व बह रहा है वह आपके शरीर, मन एवं अहंकार (Body, Mind and Ego) रूपी तीनों आवरणों को स्वच्छ कर देता है। इन तीनों आवरणों में से कोई भी आवरण यदि अस्वच्छ हो जाए तो आपकी चैतन्य–लहरियाँ आपको इसके बारे में इंगित करती है।

6. आपका शरीर यदि शक्तिशाली हो जाए, मस्तिष्क पावन हो जाए और आपका अहं यदि समाप्त हो जाए तो आपको आत्मा का आशीर्वाद प्राप्त होने लगता है। दिव्य चैतन्य लहरियाँ आत्मा से प्रवाहित होती हैं क्योंकि अब आत्मा के प्रकाश की लौ निर्मल रूप से जलने लगती है।

7. इस ब्रह्माण्ड का सृजन किस प्रकार हुआ? क्यों इसका सृजन किया गया? क्या परमात्मा का अस्तित्व है? ये सब मूल प्रश्न हैं। देवता लोग भी इन प्रश्नों को समझ नहीं सके। परन्तु मैंने जो कुछ भी बताया है वह ठीक है या गलत इस बात को चैतन्य लहरियों पर परखा जा सकता है।

अपने अनुभव से जब आप ये सीख जाएंगे कि सत्य और प्रेम एक ही है और अनुभव से जब आपको अपने अत्यन्त सूक्ष्म ब्रह्म तत्व का अहसास हो जाएगा तब आपके भ्रम कि ब्रह्म निर्लिप्त है, समाप्त हो जाएंगे। परमेश्वरी सिद्धान्त अर्थात ब्रह्म, कमल की तरह से आपके हृदय में खिल उठेगा और इसकी सुगन्ध चहुँ ओर फैल जाएगी। शारीरिक, सूक्ष्म एवं कारणरूप शरीर की सभी अस्वच्छताएँ समाप्त हो जाएंगी। आपका चित्त जब ब्रह्म हो जाएगा तो असत्य से जुड़े होने के कारण उत्पन्न भ्रम नष्ट हो जांएगे।

8. यद्यपि ब्रह्मतत्व सूर्य की तरह से है इसकी किरणें असत्य रूपी जल पर प्रतिबिम्बित होती हैं और हमारे चित्त को अस्थिर करती हैं परन्तु जब आपका चित्त ही ब्रह्म (सूर्य) बन जाएगा तो यह डावांडोल न होगा। प्रेममयी भगवती माँ से एकरूप होकर उनकी ध्यान धारणा से यह भ्रम दूर होगा।

9. आप सामूहिक रूप से चेतन हो गए हैं। सामूहिक चेतना की ये शक्ति जो आपमें जागृत हो गई है यह ब्रह्म शक्ति है जो पूरे ब्रह्माण्ड में, हर अणु रेणु में भी, भिन्न रूपों में विद्यमान है। जड़ चीजों में यह जड़ शक्ति है, जीव धारियों में यह सौन्दर्य शक्ति है, जागृत अवस्था में यह कृपा शक्ति (Power of Bliss) है, सहजयोग में यह चेतना शक्ति है, परमयोग में यह पराकृपा (Supreme Bliss) है और देवी भगवती के अन्दर यह ब्रह्मभूत्व शक्ति (ब्रह्म रूप होने की शक्ति) है। आपने ये सारी चीजें समझ ली हैं परन्तु इन्हें अनुभव करना भी आवश्यक है। आप सब चेतन मस्तिष्क से अपने हृदय को समर्पित करके भ्रममुक्त हो जाएं। ये मेरे आशीर्वाद हैं।

सदा सर्वदा आपकी माँ
निर्मला

सहजयोग का अलिखित इतिहास

अपने अन्तस में यदि आप इसे संजो कर रखें और अपनी स्मृति के उस क्षेत्र को कभी खोलें तो पूर्ण सौंदर्य की वर्षा आप पर होने लगेगी।

वो श्लोक आपको स्मरण है जो ये कहते हैं कि ज्ञान की तरह से परम चैतन्य हमारे अन्दर स्थापित है। इसी प्रकार से वह (सौन्दर्य) भी हमारे अन्दर बसा हुआ है।

श्रीमाताजी निर्मला देवी

प्रिय सहजी कुछ वर्ष पूर्व पुराने एवं नए सहजयोगियों द्वारा भेजी गई उनकी अलिखित सहज स्मृतियों को एक पुस्तक रूप में अंग्रेजी भाषा में प्रकाशित किया गया था। उन्ही सुंदर स्मृतियों को हिन्दी भाषा में हम चैतन्य लहरी के भविष्य में आने वाले अंकों में आप तक पहुँचाने का क्रम आरम्भ कर रहे हैं। आशा है इन्हें पढ़कर परमेश्वरी सौन्दर्य की फुहार का आनन्द आप भी ले पाएंगे।

–चैतन्य लहरी–

और मैंने उन्हें कार से उतरकर एक या दो कदम चलते हुए देखा और लो! मैं खो गई। मैं सब कुछ भूल गई। तत्पश्चात् मैंने उन्हें मंच पर देखा। ऐसा प्रतीत हुआ मानो चन्द्रमा चाँदनी छिटका रहा हो।

निर्मल गुप्ता

इस युग में जीवित रहकर यह सारी अनुभूति करना! इसकी तो कल्पना भी कठिन प्रतीत होती है। मुझे आश्चर्य है कि क्यों मुझे इसके (आत्म–साक्षात्कार) लिए चुना गया और क्यों मैं इतनी भाग्यशाली थी कि उनके साकार में उपस्थित रह सकूं। यही छोटी–छोटी अनुभूतियाँ पूरा जीवन आपके मन में बसी रहती हैं! आप इनकी अनदेखी नहीं कर सकते।

शेरों विन्सैन्ट

मुझे ऐसा प्रतीत हुआ कि वे, श्रीमाताजी, सहजयोग के भविष्य के विषय में बता रही हैं कि हम बहुत से लोग होंगे, इतनी अधिक संख्या में होंगे कि उनकी एक झलक भी हमें न मिल पाएगी।

माइकल पैटरोनिया

यह सत्य अभिभूत कर देता है कि परमात्मा हमें इतना प्रेम करते हैं!

हेलेन मनासे

सहजयोग का अलिखित इतिहास

परिचय :

हमारी परमेश्वरी माँ की ऐसी बहुत सी स्मृतियाँ और कथाएं हैं जिन्हें अभी तक न तो वीडियो पर रिकार्ड किया गया है न ऑडियो पर और न ही उन्हें लिखा गया है। उनके हजारों बच्चों ने इन स्मृतियों की केवल अनुभूति की है और इस ख़जाने को अपने हृदय में संजोया हुआ है।

स्मृतियों के इस सागर से, जिन्हें हमनें अब तक व्यक्तिगत अनुभूतियों के रूप में संजोया हुआ था, कुछ मधुर कथाएं चुनकर इस पुस्तक में प्रकाशित की जा रही है।

ये पुस्तक हमारा इतिहास है – अधूरा, आंशिक और स्मृतियों की तरह से नाजुक। यह हमारा जीवन्त इतिहास है – उस संस्कृति की तरह से ही नाजुक। यह हमारा जीवन्त इतिहास है – उस संस्कृति का इतिहास जिसे हम सहजयोग कहते हैं। परम पूज्य श्रीमाताजी श्री निर्मला देवी ने जिस प्रकार हमारी सीमित चेतना को उन्नत किया है वह सब इसमें लिपिबद्ध है। किस प्रकार हमने स्वयं को खोजा, यह इसमें लिखा हुआ है। सहजी भाई बहनों की अनुभूतियाँ, जोकि हमारी अनुभूतियाँ हैं, उनसे हमारे सम्बन्धों का यह उत्सव है। हे देवी! अपनी करुणा, प्रेम, उन्मुक्त हँसी, प्रेमपूर्वक सुधार, हमें अपने साथ रखकर अपने अवतरण की सुन्दर अनुभूतियों का संग्रह करने की आज्ञा देने के लिए हम आपके आभारी हैं और आपका धन्यवाद करते हैं। सहज रूप से जिस प्रकार आप चाय का कप उठाती हैं, उसी से हम बहुत कुछ सीख सकते हैं।

स्नेह, सहजता एवं अन्य बहुत से तरीकों से जैसे आप अपने प्रेम की वर्षा करती हैं, हम आपके आभारी हैं। आप द्वारा खेली जा रही श्री महामाया की महान लीला के कारण आपके बच्चे आपसे प्रेम करते हैं और आप पर विश्वास करते हैं। यद्यपि प्रायः वे उस सत्य को नहीं समझ पाते जो आप हैं। हम आपके आभारी हैं।

इस पुस्तक का उद्देश्य हमें सहजयोग के जादू की याद कराना है। इस पुस्तक की आत्मा भविष्य में आने वाले भाई बहनों की सहायता करने के लिए है ताकि वे प्रेम एवं करुणामयी माँ, जिनकी दिव्य प्रेम शक्ति हमारे सभी सन्देहों को दूर करती है, उस सौन्दर्य के इस छोटे से अंश को जान सकें।

तो आइए स्मृतियों को खोजने के प्रयत्न में मिले शब्दों का आनन्द प्राप्त करें। इसके पश्चात् शुरु होती है हमारी सामूहिक स्मृतियाँ हमारी सामूहिक कथा....... !

भारत में प्रारम्भ

आप भाग्यशाली हैं कि आपको मेरे दर्शन हुए

वर्ष 1970 में श्रीमाताजी जीवन ज्योत में रहा करती थी और निर्मला श्रीवास्तव के नाम से जानी जाती थीं। मैंने कुछ लड़कियों से पूछा कि निर्मला श्रीवास्तव कहाँ रहती हैं? जब मैं ऊपर पहुँची तो मैं श्रीमाताजी से मिली। उन्होंने दरवाजा खोला और पूछा "क्या तुम मुझे खोज रही हो?" उन्होंने मेरा हाथ पकड़ा और अत्यन्त प्रेम से मुझे अन्दर ले गईं और चारपाई पर बैठने के लिए कहा। "आप कहाँ से आई हैं?" "मैं धुलिया से आई हूँ, मैंने आपका नाम सुना है और आपको खोजती हुई यहाँ आई हूँ।" "मैं ये कार्य आरम्भ करने वाली हूँ परन्तु अभी अपनी बेटी कल्पना के प्रसव की प्रतीक्षा में हूँ। ये कार्य हो जाने पर मैं आपको बुलाऊंगी। जाने से पूर्व कृपया अपना नाम और पता यहाँ छोड़ दें, एक महीने के अन्दर मैं आपको बुला लूंगी।"

बम्बई से बोर्डी तक हम सब श्रीमाताजी के साथ रेल में गए। हम सब एक साथ थे। माँ हम सबसे बात करतीं, जहाँ भी वे जातीं हम उनके साथ जाते। मैं कभी भी माँ को अकेला न छोड़ती क्योंकि मैं देखना चाहती थी कि माँ क्या करती हैं? मैं उनका अनुसरण और बिना कोई प्रश्न किए वह सब करती जिसका वे आदेश देतीं।

रात्रिवास के लिए हम सब एक ही स्कूल में रुके थे और रात्रि का भोजन करने के पश्चात् हम अपने-अपने कमरों में चले गए। "धुलिया की राओल बाई को देखो, उसका चित्त हमेशा इसी चीज़ पर रहता है कि मैं क्या कर रही हूँ। अन्य लोगों की तरह से तुच्छ चीज़ों पर अपना समय बर्बाद करने में वह नहीं लगी रहती। वे मुझे 'राजकंवर' बुलाया करती थीं।

रात्रि भोज के बाद वे लोगों को आत्म-साक्षात्कार देना आरम्भ करतीं। उन्होंने मुझे कहा कि मैं अपने हाथ उनके चरण कमलों के नीचे रखूँ। मोदी सभी कुछ समझते थे। व्यक्तिगत रूप से मैंने कभी कुछ नहीं समझा। जो भी कुछ वे कहती थीं मेरे लिए वही सब कुछ था। यदि उन्होंने कह दिया मैं पार हो गई हूँ तो मैंने मान लिया मैं पार हो गई हूँ।

उन्होंने मेरी पीठ पीछे इस प्रकार कार्य किया (कुण्डलिनी उठाना) तब माँ ने अत्यन्त प्रेम-पूर्वक देखा और एक सुन्दर भजन गाया – "पार ब्रह्म परमेश्वर"। उन्होंने अत्यन्त सुन्दर भजन गाया। उनकी मुखाकृति अत्यन्त आनन्ददायी, प्रेममयी और प्रसन्न थी और इस प्रकार से आधी रात तक उन्होंने चार या पाँच लोगों को आत्म-साक्षात्कार दिया। दिन के समय वे अकेली बैठकर एक-एक व्यक्ति को बुलातीं और आत्मसाक्षात्कार देतीं।

वापिसी के समय रेल में उन्होंने हमसे पूछा कि क्या हम निर्विचार हैं या नहीं? अत्यन्त

नम्रता पूर्वक, मैं कहती, मुझे नहीं पता क्या हो रहा है।' तब माँ ने कहा, 'कि हम अपने दोनों हाथ उनकी ओर करें और देखें कि शीतल लहरियाँ महसूस हो रही हैं या नहीं?' पुनः अबोध बच्चे की तरह मैं कहती, 'मुझे कुछ महसूस नहीं हो रहा।' "राओल बाई, आप धुलिया से हैं और मैं चाहती हूँ कि कल आप मेरे घर आएं। आपमें से जिन–जिन लोगों ने चैतन्य लहरियाँ महसूस की हैं उन्हें चाहिए कि सुबह–शाम ध्यान करें ताकि गहनता में जा सकें और चैतन्य लहरियाँ महसूस कर सकें।"

मैं अपनी बेटी के साथ एक कमरे के घर में रहा करती थी। प्रातः चार बजे स्वतः मेरी नींद खुल गई, श्रीमाताजी मेरे सम्मुख उसी मुद्रा में बैठी हुई थी जिसमें वे बोर्डी में आत्म–साक्षात्कार दे रहीं थीं। यहाँ पर उन्हें अपने सम्मुख पाकर मैं आश्चर्य चकित रह गई।

अगले दिन जब मैं श्रीमाताजी से मिली तो उन्होंने मुझसे पूछा, "क्या मुझ पर चित्त रखने के बाद भी तुम्हें विचार आते हैं।"

माताजी ने मुझे बताया कि मुझे निर्विचार अवस्था प्राप्त हो गई है, "आज सुबह तुमने क्या देखा?"

"माताजी, मैंने आपको ध्यान मुद्रा में देखा।" "जिन लोगों को कल मैंने आत्म–साक्षात्कार दिया था, आज प्रातः मैं उन सबके लिए ध्यान कर रही थी। क्योंकि आप सब लोग नए हैं, आपको समझ नहीं है, फिर भी आप भाग्यशाली हैं कि आप मुझे देख पाए।"

(राओल बाई)

मेरा नाम सुनकर वे अत्यन्त प्रसन्न हुई-

अप्रैल 1972 में बम्बई में जीवन ज्योत अपार्टमेन्ट में मुझे मेरा आत्म–साक्षात्कार प्राप्त हुआ। ये अपार्टमेन्ट भारतीय जहाजरानी निगम के थे और श्रीमन सी.पी. श्रीवास्तव क्योंकि उन दिनों जहाजरानी निगम के अध्यक्ष थे, श्रीमाताजी अमेरिका जाने से पूर्व वर्ष 1972 में प्रतिदिन लोगों को अपने घर पर मिला करती थीं।

ध्यान–धारणा का अपना पहला अनुभव वर्णन करूंगा। मुझे कहा गया कि आँखें बन्द करके कुछ देर शान्ति से बैठूं। परन्तु मुझे लगा जैसे मैंने दो घण्टे तक आँखे बन्द रखी हों। जो भी हो, तब उन्होंने कहा कि मैं पार हो गया हूँ और तब हमें श्रीमाताजी के पास जाने की आज्ञा मिली। सफेद साड़ी पहने टाँगे आगे की ओर किए वे बैठी हुई थीं। "आप जाकर अपना सिर उनके चरणों पर रख सकते हैं – श्रीमाताजी के चरण एक गद्दी पर रखे हुए थे – या आप उनके हाथों की ओर जा सकते हैं।" जब मेरी बारी आई तो मैं उनके हाथों के समीप था। उन्होंने मेरे सिर में थोड़ा सा आँवला

तेल डाला और मुझसे पूछा कि मुझे कैसा लगा रहा है? मैंने कहा, बहुत अच्छा।" उन्होंने मेरा नाम पूछा और मेरा नाम सुनकर वे अत्यन्त प्रसन्न हुई। तो ये मेरी उनसे प्रथम भेंट थी।

अवधूत पाई

उनकी जिज्ञासा ने हमारा मार्गदर्शन किया-

12 अगस्त 1973 को मुझे आत्म साक्षात्कार प्राप्त हुआ। इस आत्मसाक्षात्कार का श्रेय मेरे बड़े भाई मारुति को जाता है जिन्हें वर्षों तक आत्म-साक्षात्कार पाने की तीव्र इच्छा थी। परमात्मा के लिए उनकी इस जिज्ञासा ने हमें श्रीमाताजी से मिलवाया।

12 अगस्त के शुभ दिन हमने श्रीमाताजी और सहजयोग के विषय में मराठी समाचार पत्र में छपा एक लेख पढ़ा और हम समाचार पत्र के संपादक से मिलने उसके दफ्तर जा पहुँचे। जब हम उससे मिले तो उसने बताया कि उसके साथ क्या घटित हुआ था। उसने कहा कि आज ही हम भारतीय विद्या भवन चले जाएं। समाचार पत्र के दफ्तर से निकलकर लगभग तीन बजे हम भारतीय विद्या भवन पहुँचे परन्तु हमें हैरानी हुई कि सहजयोग के विषय में बताने के लिए वहाँ कोई भी न था। सभागार से बाहर आकर हमने संपादक के दफ्तर में फोन करके पूछा कि माताजी हमें कहाँ मिलेंगी? उसने उत्तर दिय, "ओह! ये समय उनके मिलने का नहीं है। आप शाम को छः या सात बजे आइए।"

उसी दिन शाम को हम पुनः भारतीय विद्या भवन गए। श्रीमाताजी बहुत थोड़े से लोगों को, दस या पन्द्रह – साक्षात्कार दे रही थी। हम दोनों भी वहाँ बैठ गए। यह सहजयोग के आरम्भिक दिनों की बात है। उन दिनों आत्म-साक्षात्कार देने और कुण्डलिनी उठाने के लिए माताजी स्वयं कार्य करती थीं। मेरे आश्चर्य की सीमा न रही जब उन्होंने मेरे सिर के तालू पर हाथ रखा तो एक तेज रोशनी हुई। उस समय तो मुझे पता न था कि ये आज्ञा चक्र है। यहाँ पर मुझे क्रूसारोपित ईसा मसीह दिखाई दिए। ऐसा केवल पाँच या छः सैकण्ड के लिए हुआ-रोशनी का एक तेज झटका। मुझे आश्चर्य हुआ कि मैं तो इसाई मत से घृणा करने वाली कट्टर हिन्दु थी। क्या मुझे क्रूसारोपित ईसा-मसीह के दर्शन इस प्रकार होने चाहिए! परन्तु उस समय मैं कुछ न बोली। मैं इसका आनन्द लेने लगी। मैंने अपनी आँखें बन्द कर ली और माताजी ने कहा, "पहली ही बैठक में तुम्हें आत्म साक्षात्कार मिल गया है।"

निरंजन माविनकुर्वे

शनैः शनैः ये स्थापित हुआ

वर्ष 1970 में नारगोल में श्रीमाताजी ने सहस्रार खोला। मैं उन ग्यारह आरम्भिक शिष्यों में

से नहीं हूँ जिनमें से अब केवल एक या दो ही जीवित हैं। मैं दूसरी टोली से हूँ जो 1973 में आई।

उन दिनों रोज़ कार्यक्रम हुआ करते थे। हर रोज़ शाम को हम भारतीय विद्या भवन मिला करते और इस प्रकार धीरे–धीरे सहजयोग फैला।

तत्पश्चात् पुणे में श्री राजवाड़े के घर पर श्रीमाताजी ने बुहत से लोगों को आशीर्वाद दिया। श्री राजवाड़े कट्टर ब्राह्मण थे। वे इन सब चीज़ों के विरुद्ध थे और स्वयं उन्होंने सहज में आने से इन्कार कर दिया। परन्तु अपने घर पर एक प्रवचन की आज्ञा उन्होंने दे दी। वे अपने कमरे में बैठी हुई थीं। प्रवचन चल रहा था। आधे घण्टे के बाद वे थर–थर काँपते हुए आए और कहने लगे, "मैंने कल्पना भी न की थी कि आप देवी हैं! 1973 में उन्हें आत्म–साक्षात्कार प्राप्त हुआ। इसके बाद वे सहजयोग के शक्तिशाली अंग बन गए और पुणे में सहजयोग फैलाया। पुणे क्योंकि ब्राह्मणों और बुद्धिजीवियों से भरा हुआ है। उन्होंने आरम्भ में पूरी ताकत से सहजयोग का विरोध किया परन्तु शनैः शनैः वहाँ पर सहजयोग स्थापित हो गया।

निरंजन माविनकुर्वे

आप चैतन्य लहरियाँ नहीं ले सकते :-

सहजयोग के आरम्भिक दिनों में पूजा के पश्चात जब श्रीमाताजी लेट जातीं कुछ लोगों को बुलाकर चैतन्य आत्मसात करने, अपने चरण कमलों की मालिश करके चैतन्य लहरियाँ लेने के लिए कहती थीं। वे कहा करतीं, "ये (चैतन्य) बहुत ज्यादा है मैं इसे बर्दाश्त नहीं कर सकती, इसका कारण ये है कि आप लोग इस चैतन्य को आत्मसात नहीं करते।" पूजा के पश्चात् चैतन्य को वापिस अपने अन्दर समेटना उनके लिए बहुत कष्टकर होता था।

शैलजा ग्लोवर

उन्होंने हमें बहुत से कार्य करने सिखाए :-

नवरात्रि के दिनों में एक विशेष प्रशिक्षण कार्यक्रम हुआ करता और हम श्रीमाताजी की इमारत की खुली छत पर पहुँच जाया करते। माँ वहाँ आतीं और हमें प्रवचन देतीं और उसके बाद प्रशिक्षण। हम वहाँ पर प्रातः चार बजे पहुँचते और साढ़े छः बजे तक रहते। लगभग चौबीस पच्चीस लोग वहाँ सात बजे आते और चाय–नाश्ता लेते और फिर वहाँ से लौट जाते। उस समय तक किसी को भी उनके प्रवचन रिकार्ड करने की आज्ञा न थी। वो कहतीं, "नहीं तुम इसे सुनकर आत्म–सात करो, टेपरिकार्डर का कोई लाभ नहीं।"

उन दिनों श्रीमाताजी हमें आत्म–साक्षात्कार दिया करती थीं। हम अपना पैर साधकों के मूलाधार से छुआ कर आत्म साक्षात्कार देना आरम्भ करते ताकि कुण्डलिनी उठे और ऊपर को जाए। बहुत से लोगों को हम आत्म–साक्षात्कार दिया

करते थे। मैं पन्द्रह–बीस से अधिक लोगों को आत्म–साक्षात्कार नहीं दे पाया क्योंकि तब आत्मसाक्षात्कार देने के तरीके इतने अधिक विकसित नहीं थे। माताजी स्वयं गहन शोध में लगी हुई थीं। आज तो हम कह सकते हैं कि पलभर में या इंटरनेट की गति से सहजयोग फैल रहा है परन्तु आरम्भिक दिनों में आत्मसाक्षात्कार प्राप्त करने में बहुत समय लगा करता था। तब श्रीमाताजी को स्वयं बाहर जाकर आत्म–साक्षात्कार देना पड़ता था। उन्होंने हमें बहुत से कार्य करने सिखाए, जैसे बाएं दाएं का संतुलन करना और कुण्डलिनी उठाना।

बन्धन डालने की क्रिया कुछ बाद में आरम्भ हुई। उस समय तक कोई बन्धन नहीं होता था। तब तक बहुत सी बाधाएं सामने आती थीं। तब उन्हें एहसास हुआ कि बन्धन देना अच्छा होगा। इस प्रकार से यह शनैःशनैः विकसित हुआ और अब यह एक पूर्ण प्रणाली बन चुका है तथा लोगों को कुछ अधिक नहीं करना पड़ता, केवल फोटोग्राफ के सम्मुख बैठकर ही लोगों को आत्म–साक्षात्कार प्राप्त हो जाता है।

आरम्भिक दिनों में हम उस प्रकार से कुण्डलिनी नहीं उठाया करते थे जैसे अब उठाते हैं। श्रीमाताजी बल देकर कहा करती थी कि बन्धन देने पर बहुत अधिक जोर नहीं दिया जाना चाहिए। हुआ ऐसा कि हर व्यक्ति बन्धन के महत्व तथा अर्थ का एहसास किए बिना बन्धन ले लिया करता था। लोग इसकी आलोचना करने लगे। तब श्रीमाताजी ने आदेश दिया कि जनसाधारण के सम्मुख बन्धन न लें। केवल सहज सभाओं, कार्यक्रमों आदि में ही बन्धन लें। रेलगाड़ियों में चलते हुए भी सहजी बन्धन लेते और अन्य लोग सोचते कि "ये पागल लोग हैं जो ऐसा कर रहे हैं। हो सकता है कि ये कोई जादू–टोना कर रहे हो।"

पानी पैर क्रिया तथा अन्य उपचार विधियाँ बाद में आईं। वास्तव में हम श्रीमाताजी के साथ समुद्र पर जाया करते और वहाँ पानी पैर क्रिया करते। इस प्रकार से गणपति पुले आया क्योंकि वहाँ पर अत्यन्त स्वच्छ समुद्र है। इससे पूर्व हम बोर्डी जाया करते थे। बोर्डी हम बहुत बार गए। नारगोल यहाँ से बहुत समीप है। जब हम बोर्डी में थे तो वहाँ भी समुद्र था। परन्तु सभी लोग तो समुद्र के समीप नहीं रहते, तो इसका एकमात्र विकल्प घर पर पानी पैर क्रिया करना था।

तत्पश्चात् जूता क्रिया आई। श्रीमाताजी ने ये क्रिया हमें बताई। बम्बई में अब लोग ये क्रिया बहुत अधिक नहीं करते। होता क्या है कि जब भी श्रीमाताजी किसी चीज़ के विषय में बताती हैं तो लोग उसे बहुत अधिक करने लगते हैं। अतः बाद में श्रीमाताजी ने बम्बई के लोगों को कहा कि "आप लोग ध्यान (Meditation) की ओर अधिक चित्त दें, जूता क्रिया तो बाह्य विधि है। अतः ध्यान की ओर अधिक चित्त दें।

निरंजन माविनकर्वे

यह निर्मला विद्या है :-

श्रीमाताजी वर्णन किया करती थी कि हमें सामूहिकता में किस प्रकार रहना है और सहजयोगियों के रूप में किस प्रकार आचरण करना है। ध्यान–धारणा को उन्होंने हमेशा महत्व दिया और आज भी दे रही हैं। उन्होंने हम सब लोगों को ध्यान करने के लिए तथा एक–एक करके सभी चक्रों पर चित्त डालने की आदत डाली। ये मूलाधार है और इसके बाद आप ऊपर की ओर चलें। ये निर्मल विद्या है, इसके विषय में न तो किसी ने मुझे कुछ सिखाया है और न ही इसके विषय में मैंने कोई पुस्तक पढी है'', वो कहा करती थी मैंने सभी चक्रों पर ध्यान कियाऔर इनके रहस्यों को खोजा – जैसे मूलाधार चक्र कैसा दिखाई देता है इसके गुण क्या हैं आदि आदि। प्रति रात्रि में आठ घण्टे ध्यान किया करती थी मैंने आप सब लोगों के लिए कठोर परिश्रम किया है। अब आपको परिश्रम करना है और प्रातः काल ध्यान–धारणा करनी है। मैं सभी चक्रों पर आठ–आठ घण्टे कार्य करती थी। अब मेरा आप लोगों से अनुरोध है कि आठ दिनों तक हर चक्र पर एक घण्टा प्रतिदिन ध्यान करें और फिर आगे बढ़े जैसे हर सुबह आठ दिनों तक मूलाधार चक्र पर एक घण्टा रोज ध्यान करें, फिर स्वाधिष्ठान चक्र पर आएं और फिर आगे बढ़ें। तब आप लोग इन सभी चक्रों के रहस्यों और शक्ति के बारे में सीख पाऐंगे।

राओल बाई

(क्रमशः)