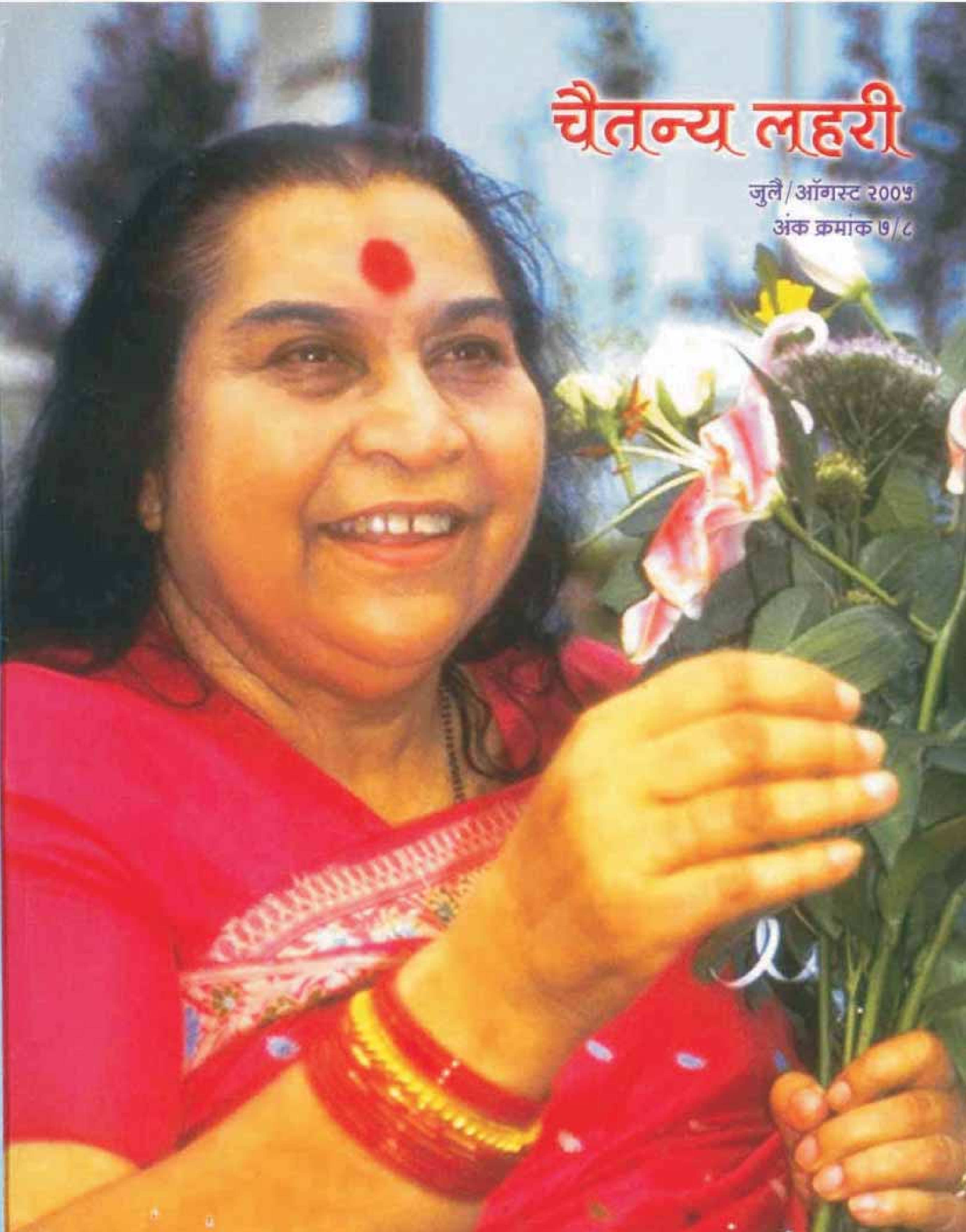
चैतन्य लहरी

जुलै/ऑगस्ट २००५

अंक क्रमांक ७/८



१५ ऑगस्ट, २००५

वन्दे मातरम्

सुजलाम् सुफलाम् मलयज शीतलाम्
सस्य श्यामलाम् मातरम् वन्दे मातरम् ॥

शुभ्रज्योत्सना पुलकित यामिनीम् ,
फुल कुसुमित द्रुमदल शोभिनीम्
सुहासिनीम् सुमधुर भाषिणीम्
सुखदाम् वरदाम् मातरम् वन्दे मातरम् ॥

सप्तकोटि कंठ कलकल निनाद करले,
द्विसप्त कोटी भुजै: धृत खर कल वाले,
अबलाकैनोमाँ एतो बोले ।
बहुबलधारिणीम्, नमामि तारिणीम्,
रिपुदल वारिणीम् मातरम् वन्दे मातरम् ॥

....गरु तूच बनवी मला माझा

गुरु-पूजनाचा पवित्र सोहळा सर्वत्र भक्तिभावाने साजरा झाला. गुरु-शिष्यांचा नातेसंबंध दृढ होण्याचा हा परम दिवस. गुरु पूर्ण ज्ञानी असतो आणि त्याच्या कृपेने हा ज्ञान-प्रसाद आपल्याला मिळावा ही उत्कट भावना बाळगून आपण गुरूचा आदरपूर्वक सत्कार व पूजन करतो आणि गुरु-कृपेचा आनंद व्यक्त करतो.

प.पू.श्रीमाताजी आपणा सर्व सहजयोग्यांच्या महागुरु आहेत. त्यांचे हृदय प्रेम व करुणेने इतके भरलेले आहे की त्यांच्या अपार चैतन्य-शक्तीचे स्फुरण आपणा सर्वांपर्यंत 'सहज' पोचते. तो प्रसाद ग्रहण करण्यासाठीं आपण सदैव सिद्ध व तत्पर राहून कृतज्ञतापूर्वक त्याचा सांभाळ केला पाहिजे. त्याचबरोबर तो प्रसाद सर्वदूर पोचवण्याची जबाबदारीही आपण जागरुकपणें बाळगली पाहिजे. त्यानुसार आपली आणि इतरांचीही उन्नती होईल अशा कार्याला स्वत:ला जुंपून घेतले पाहिजे.

श्रीमाताजी सर्व सहजयोग्यांनी गुरु-पद स्थितीला उन्नत होण्यासाठीं सतत प्रयत्नशील राहिले पाहिजे असे सांगतात व त्यासाठीं आपल्या अमृतवाणीमधून सदैव उपदेश व मार्गदर्शन करत असतात. समस्त मानवजातीचे कल्याण त्याच्यामध्ये सामावलेले आहे. पूर्वीचे गुरु शिष्याकडून कठोर तपश्चर्या व कष्ट करून घ्यायचे आणि एखाद-दुसऱ्यालाच पूर्ण ज्ञान द्यायचे. पण त्यामधून सर्व मानवांचे कल्याण साधत नसे. म्हणून आदिशक्तीनेच अवतरण घेतले आणि श्रीमाताजींच्या स्वरूपांत आपल्याला महागुरु म्हणून लाभल्या; त्यांच्या प्रेम व करुणेंने ओथंबलेल्या हृदयांतून सहजयोग फुलला. 'देता किती घेशिल दो करांनी' अशी कृपा त्यांच्या आशीर्वादातून बरसत असल्याचा अनुभव आपल्याला आहेच.

आपणा सर्व सहजयोग्यांना गुरु-पदापर्यंत पोचायचा प्रयत्न करायचा आहे व समस्त मानवजातीमध्ये आंतरिक परिवर्तन घडवायचे श्रीमाताजींचे स्वप्न साकार करायचे आहे. म्हणून आपण सर्वजण नतमस्तक होऊन 'गुरु तूंचि बनवी मला माझा ' अशी नम्र प्रार्थना त्यांच्या चरणी करूं या.

●●●

अनुक्रमणिका

- गुरु-पोर्णिमा पूजा (न्यू जर्सी -अमेरिका) २१ जुलै २००५ वृत्तांत ---------- २
- गुरु-पूजा, कबेला : १९ जुलै ९२ ---------- ३
- गुरु-वाणी ---------- ६
- पुन: प्रक्षेपण ---------- ८
- श्रीसूक्त ---------- ९
- षट्चक्रे व बीजाक्षरे ---------- १०
- कुण्डलिनी आणि ब्रह्मशक्ती , दादर , २३ सप्टेंबर १९७९ ---------- १२

गुरु-पोर्णिमा पूजा

(न्यू जर्सी -अमेरिका)

२१ जुलै,२००५

२१ जुलै २००५ या गुरुपोर्णिमेच्या दिवशी श्रीमाताजींच्या चरणी गुरूपूजा अर्पण करण्याचे न्यू-जर्सी (अमेरिका)येथील सहजयोग्यांच्या मनांत आले. श्रीमाताजी त्यावेळेस तिथेच होत्या ही पर्वणी साधण्याचे त्यांच्या मनांत होते. आदल्या दिवशीं २० तारखेला त्यांनी श्रीमाताजींची परवानगी मागितली आणि त्यांच्या शुध्द इच्छेमुळें लगेच मिळाली.

२१ रोजी श्रीमाताजींच्या निवासस्थानीच ही पूजा योजण्यात आली होती. संध्याकाळीं लवकरच श्रीमाताजींच्या दालनांत पूजेसाठीं त्या तयार होऊन आल्या. अमेरिकेतील कांही लीडर्स व इतर सहजयोगी पूजेसाठीं हजरच होते.संध्याकाळी ८.०० वाजता योगिनींनी श्रीमाताजींचे ओवाळून स्वागत केल्यावर श्रीमाताजींच्या चरणांची रीतीनुसार पूजा झाली. नंतर श्रीगणेशांचे भजन व त्यानंतर 'जागो सवेरा' हे भजन झाले. श्रीमाताजी प्रसन्न मुद्रेने सर्व सहजयोग्यांना न्याहाळीत होत्या. नंतर श्रीमाताजींच्या चरणी भेटवस्तू अर्पण करण्यात आल्या आणि त्यांनी त्यांचे कौतुक केले.

सर्व उपस्थित सहजयोग्यांना श्रीमाताजी प्रसन्नचित्त असल्याचे पाहून धन्यता वाटली, तसेच त्यांच्या चैतन्यलहरींमुळें चैतन्याच्या लाटाच आपल्याकडे येत असल्याची अवर्णनीय अनुभूति मिळाली. श्रीमाताजींनी आपुलकीने सर्वांची चौकशी केली.

याच शुभदिवशीं ''श्रीमाताजी निर्मलादेवी सहज-योग वर्ल्ड फाउंडेशन'' (World Foundation)ही संस्था रजिस्टर करण्यांत आली व ती कागद-पत्रें श्रीमाताजींच्या चरणी अर्पण करण्यांत आली. हे काम करणाऱ्या सहजयोग्यांची त्यांनी भरभरुन स्तुति केली व कार्याला आशीर्वाद दिले.

- न्यू जर्सीमधून इ-मेल द्वारा.

•••

नवरात्री पूजा - दिनांक १४,१५ व १६ आक्टोबर २००५ , दिल्ली
दिवाळी पूजा - दिनांक १२ व १३ नोव्हेंबर २००५, पुणे
खिसमस पूजा - दिनांक २३,२४ व २५ डिसेंबर २००५, पुणे

सर्व सहजयोग्यांना कळविण्यात येते की, दिनांक १६ एप्रिल २००४ पासून सहजयोगातील कॅसेट, सी.डी. पुस्तके, मासिके, श्रीमाताजींचे फोटों, 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.
PAUD ROAD, KOTHRUD,PUNE 411 O29. TEL. 020 25286537

गुरु-पूजा

कबेला : ११ जुलै ९२

गुरुतत्त्वापर्यंत पोचणे ही एक स्थिति आहे; कुणी बहाल करावा असा गुरुचा कांहीं अधिकार नाहीं. अधिकार हा बाह्यांत असतो म्हणून तो कुणी देण्यासारखा असतो. पण गुरुपद ही अंतरात्म्याची स्थिति असते आणि त्या उन्नत स्थितीला पोचल्यावर तुम्ही खरे गुरू बनता. त्यासाठीं सतत प्रयत्नशील राहून आपल्या जाणिवा तुम्हाला समृद्ध केल्या पाहिजेत. त्यांतील सर्वात महत्त्वाची गोष्ट म्हणजे निर्विचारता. ध्यानामध्यें कांहीं थोडया क्षणांपुरती तुम्हाला ती मिळते आणि मग तुम्हांला ती वृद्धिंगत करावी लागते. निर्विचारतेचा मंत्र तुम्हाला माहीत आहेच. ही सहज होणारी घटना असल्यामुळें लोकांना बरेच वेळा ते समजत नाहीं. पण निर्विचारतेचा काल जाणीवपूर्वक लक्षांत आला की तुम्ही एक 'साक्षी' बनता आणि त्या साक्षीभावातून तुम्ही जे कांही बघता त्यांतील सर्व सूक्ष्म व जड अर्थ तुमच्या लक्षांत येतो. हेच सहजयोग्याचे ज्ञान. साध्या भाषेत सांगायचे तर तुम्ही जे कांही पाहता त्याचे समग्र चित्र तुमच्या मनावर कोरले जाते आणि त्या-त्या प्रसंगाप्रमाणें आनंद,करुणा किंवा ज्ञानात्मक प्रतिक्रिया मनामध्ढें उमटतात. उदाहरण द्यायचे झाले तर समजा, कांहीं कामासाठीं तुम्ही एखाद्या नुसती बडबड करणाऱ्या माणसाला भेटता तेव्हां तुम्ही थोडा वेळ अगदी निर्विचार राहिलात तर त्या क्षणांत तुमचा प्रभाव त्या व्यक्तीला असा जाणवेल की ती एकदम शांत होईल व बडबड थांबवील.

गुरू या शब्दांतच गुरुत्वाकर्षण सामावलेले आहे. आपल्या धरणीमातेमध्ये कमालीचे गुरुत्वाकर्षण आहे. गुरू असला तर त्याच्यामध्ये हे आकर्षण असलेच पाहिजे. गुरुपदावर पोचलेल्या व्यक्तीचा हा दुसरा गुण आहे. हा सहज कार्यान्वित होणारा गुण आहे. वरवरचा किंवा दिखाऊ गंभीरपणाचा याच्याशी संबंध नाहीं; ती एक वेगळीच शक्ति आहे. जसजसा तुमचा साक्षीभाव बळावेल तसतसा हा गुरुत्वाकर्षणाचा प्रभाव स्पष्ट होत जाईल आणि मग सर्व व्यवहार किंवा संबंधामध्ढे एक प्रकारचे सौष्ठव व वजन येईल. पूर्वी जे कांहीं प्रसंगानुरूप केलेल्या बोलण्यातून साधावे लागायचे ते तुमच्या शांत-निर्विचार भावांतून प्रगट होईल. ही गुरुत्वशक्ति एखाद्या चुंबकासारखी काम करत असते. पृथ्वीमातेच्या गुरुत्वाकर्षणामुळेंच आपण जमिनीवर उभे असतो. तसे तुमचे संपूर्ण व्यक्तिमत्त्व, तुमचा स्वभाव, तुमचे वागणे-बोलणे, सर्व कांहीं प्रभावशाली होते. झाडा-झुडपांच्या पानांवर पडलेल्या सूर्यकिरणांमुळे हरितद्रव्य बनते तसे तुमचे केवळ अस्तित्वच प्रभाव पाडते. मग तुमच्या मनांत सर्व, कांहीं न विसरतां, लक्षांत राहते.

. तुम्ही जेव्हां साक्षीभावाने एखादी गोष्ट वा घटना पाहतां तेव्हा निर्विचार असल्यामुळें त्या घटनेचे संपूर्ण ज्ञान प्राप्त होते.मग तुमच्यामधील परमात्म्याची शक्ती कार्य करूं लागते. आपल्या गुरुत्वशक्तीमुळें आपण आंतमध्ढे खोलवर उतरतो आणि त्यानंतरच ही परमशक्ती जागृत होऊन कार्यान्वित होऊं शकते. हे झाल्याशिवाय सहजयोग करणे नुसते हरे -राम- हरे कृष्ण म्हणत जप करण्यासारखे होते. त्यामुळेंच मला सहजयोगी वर-वरचा सहजयोग करणारे आढळतात; तसेच बरेचसे सहजयोगी भरकटल्यासारखे मला दिसतात. त्याचे कारण हेच की असे सहजयोगी स्वत:मधें, आंतमध्ये गहनतेत उतरून गुरुत्वाकर्षणाची शक्ति, ज्याच्यामधून परमात्म्याची शक्ति प्रगट होणार असते, मिळवीत नाहींत. म्हणजे असें पहा, आपल्याजवळ गाडी आहे पण तिची सारी यंत्रणा जर ठीक नसेल तर तिचा व्हायचा तसा उपयोग होणार नाहीं. जीवनामधें आपल्याजवळील सर्वांत महान गोष्ट कोणती असेल तरी ती आपल्यामधील परमात्म्याची शक्ति; ती अत्यंत सूक्ष्म असल्यामुळें एरवी ती आपल्याला समजत नाहीं व जाणवत नाहीं. तसेच आपल्या नाड्या जर स्वच्छ नसतील तर ती व्यवस्थित प्रवाहित होत नाहीं आणि कार्यान्वित होत नाहीं. आपण आपल्याला परमेश्वरी कार्याचे उपकरण समजत असलो तर आपण त्या शक्ति-स्त्रोताबरोबर नीट जोडलेले असले पाहिजे; जर उपकरणच ठीक नसेल तर त्या शक्तीच्या प्रगटीकरणासाठी त्याचा उपयोग कसा होणार?

म्हणून गुरुसाठीं अत्यावश्यक असेल अशी गोष्ट म्हणजे आत्मप्रतिष्ठा. हे फार महत्त्वाचं आहे. आत्मप्रतिष्ठा मिळवण्यासाठी आत्मपरीक्षण आवश्यक आहे. त्यातून आत्मविश्वास मिळतो की-मी आता पूर्वीसारखा सामान्य मानव नाहीं, मी आत्मसाक्षात्कारी आहे. माझ्याजवळ प्रेम करुणा व ज्ञान आहे. मी दुसऱ्यालाही साक्षात्कार देऊं शकतो, मी आता एक गुरू आहे- हा आत्मविश्वास दृढ केला पाहिजे. सहजयोगांत आल्यावर पूर्वीसारखेच स्वत:ला विशेष समजत

राहिलात तर अहंकार वाढेल. असे गुरुपद मिळवलेत की तुम्हालाच वाटेल की अज्ञानामुळे अंधकारात आंधळे झालेल्यांना वाचवणे हेच मग तुमचे काम आहे.

मगच तुम्हांला आंतमधील शांतीचा अनुभव मिळेल. त्यानंतर कठीण प्रसंग व अडचणी आल्या तरी ही शांति ढळणार नाहीं. ही सुध्दां एक स्थितीच असेल. कांहीं असमाधानकारक व उद्वेगजनक गोष्टी घडल्या तरी या शांतीचाच आधार घ्या, त्यातूनच तुम्हाला मग शक्ति मिळेल. कारण या शांततेच सर्वव्यापी शक्ती बरोबर तुम्ही जोडलेले असता; हीच शक्ति सर्व विश्वाचा कारभार चालवत असते; तीच सर्व काही करणार असल्यामुळे तुम्ही आपोआप शांत होता. त्यावेळीं तुम्हाला कांहींच करायचे नसते. म्हणून तुम्हीं फक्त शींतीच्या अनुभवांत असता. ही स्थिति साध्य झाली पाहिजे.मग कसल्याही अवघड प्रसंगांत तुम्ही या स्थितीमध्ये उतरता.

ही सर्वव्यापी प्रेमशक्ति म्हणजे काय? ती एक ऊर्जा आहे का पाण्याचा प्रवाह आहे? ती कशी कार्य करते? ही शक्ति म्हणजेच संपूर्ण सत्य; बाकी इतर सर्व असत्य आहे. म्हणून ही शक्ति कार्य करुं शकते. माणसाला या शक्तिचे कार्य कसे चालते हे समजणे अवघड आहे. उदा. म्हणून निसर्ग पहा; गुलाबाच्या झाडाला गुलाबाचीच फुलें येतात, ती गुलाबाची झाडे विशिष्ट उंचीपर्यंत वाढतात, नारळाच्या झाडाखालीं उंच होणारच नाहीं. निसर्गातील ही सर्व विविधता, ऋतुकालाप्रमाणें त्यांत घडणारे बदल सांभाळणारी हीच शक्ति आहे. तिलाच ऋतंभरा-प्रज्ञा म्हणूनच नांव आहे. ही शक्ति विचार करुं शकते; समजू शकते. सर्व प्रकारची विविधता सांभाळूं शकते. सर्वांकडे लक्ष ठेवून त्यांचा सांभाळ करते आणि मुख्य म्हणजे तुमच्यावर प्रेम करते. एकदां तिच्याशी जोडले गेलात की कुठेंही असलात तरी ती तुमच्याबरोबर सदैव असते. या दृष्टीनें तुम्ही सहजयोगी एक विशेष लोक आहात म्हणून ती तुमचा सदैव पाठीराखा करते व तुम्हांला सर्व संरक्षण पुरवते. तुम्हाला फक्त आत्मप्रतिष्ठा बाणवायची आहे व सदैव संतुलनांत रहायचे आहे.

तुम्ही स्वत: संतुलनात प्रस्थापित झालात की गुरु म्हणून इतरांनाही संतुलनात आणणें हे तुमचे काम आहे. गुरुतत्त्व मिळवल्यावर संतुलन येणारच. हे संतुलन कसे मिळणार? पूर्वीच्या काळीं त्यासाठीं उपासतापास, कडक वैराग्य, आसने, इ. साधनें व तपश्चर्या करावी लागत असे. आणि त्यातून अ-संतुलनच निर्माण होत असे. कदाचित माणसांना आत्म-प्रवृत्त करण्यासाठी हे उपाय केले जात असतील. खरा गुरु स्वभावत: संन्यासी नसतो; पण तो इतका अलिप्त व निरासक्त असतो म्हणून संन्याशासारखा वाटतो. खरा गुरु राजा असेल किंवा भिकारी असेल पण तो सदैव संतुलनांत असतो; त्याला कसलाही मोह, लालसा शिवतही नाहीं. ही स्थिति एकदां मिळवली की तुम्हाला कसलीही भीति-काळजी नाही; तुम्हाला कशापासूनही पळून जाण्याचीही गरज नाही. पळून जाण्यानें फक्त कृत्रिम विरक्ती येते तर खरा गुरु अंतरंगातच विरक्त असतो.

बऱ्याच सहजयोग्यांना वाटते की गुरु म्हणवून घेण्याच्या लायकीचे ते नाहीत, मलाही ते म्हणतात 'तुम्ही माणसांचे जे दोष सांगता, ते आमच्यामधेही आहेत'; पण असे स्वत:कडे बघण्याची प्रवत्ती चुकीची आहे; तसे मी सांगते म्हणून स्वत:ला पारखूं नका. फक्त स्वत:ला उन्नत करत रहा आणि स्वत:बद्दल आत्मविश्वास बाळगा; तुमची प्रगती कशी होत आहे हे नीट जाणून घ्या. बऱ्याचजणांना -श्रीमाताजी असं असं म्हणाल्या.मी तसे बोलले असेन किंवा नसेन; तुम्ही स्वत: काय म्हणता याला महत्त्व आहे; तुम्ही स्वत:च्या अनुभवातून आपण किती प्रगल्भ होत आहोत हे पहात चला आणि त्यांतून चांगले वाईट समजून घेण्याचा प्रयत्न करा. यांतून माझ्यापेक्षा तुम्हालाच जास्त आनंद मिळणार आहे. कारण तुम्ही मानव असल्यामुळें मानवामधील सर्व कमतरता माझ्यापेक्षा तुम्हालाच जास्त माहीत असल्यामुळें उन्नतीमधून मिळणारा आनंद तुम्हीच जास्त चांगला अनुभवू शकता. माझं वेगळ आहे, मला मानवाच्या अडचणी परिचित नाहीत.म्हणूनच मी नेहमी म्हणते की तुम्ही मानव असूनही साक्षात्कार मिळवून उन्नतीच्या वरच्या स्थितीवर आलात ही फार मोठी गोष्ट आहे; आणि म्हणूनच या उच्च स्थितीचा, सद्गुणांचा, दिव्यत्वाचा सुगंध तुम्हीच पसरवूं शकता. त्याचबरोबर हे भाग्य न लाभलेल्या इतर मानवांबद्दल तुम्हाला जास्त सहानुभूती वाटेल. तुमच्या अशा कार्यामधूनच तुम्ही सहज-गुरु बनणार आहांत.

पूर्वीचे गुरु फार कडक, शीघ्रकोपी होते. तुम्ही सहज-गुरु म्हणजे वेगळ्या जातीचे गुरु आहांत. सहज-गुरु म्हणून तुम्ही न रागावता, न ओरडता सर्वांशी प्रेम व सहानुभूतिपूर्वक, गोडीगुलाबीनेच वागले पाहिजे व त्यांना आपलेसे केले

पाहिजे. तुम्हाला आत्मसाक्षात्कार सहज मिळाला तसाच सहजतऱ्हेनें तो तुम्हांला इतरांना वाटायचा आहे. सहजामध्ये कसल्याही शिस्तीचा आग्रह नाहीं, सैन्यदलासारखे शिस्तीचे कडक नियम इथें चालणार नाहींत. पूर्वीच्या गुरुंनी (अ-सहज गुरु) कुणालाही आत्मसाक्षात्कार दिला नाहीं, नुसत्या हातांची हालचाल करुन दुसऱ्याची कुंडलिनी जागृत करता येते हे त्यांना माहितच नव्हते. पण तुम्ही लोक आतां सहज सर्रास ते करत आहांत. हे परमचैतन्याचे विज्ञान तुम्हाला आतां चांगले अवगत झाले आहे. त्याचबरोबर हे करतांना तुमच्यामधील गुरु-पद प्रतिष्ठेने व्यक्त होण्यासाठीं तुम्हाला नम्रपणा, करुणा, माधुर्य आणि कळकळ हे गुण बाणवले पाहिजेत. माझ्याकडून तुम्हाला हेच मिळवायचे आहे.

सहजयोगाचा प्रसार करून समस्त मानवजातीच्या उत्थानाचे कार्य करणे ही तुमची जबाबदारी आहे. तेव्हा एकमेकांबद्दल कागाळ्या व तक्रार करण्याच्या भानगडींत पडू नका. एखादा चुकीचा वागत असेल तर त्याच्या तोंडावर तसे म्हणा व त्याच्या अपरोक्ष कुणा दुसऱ्याकडे वा माझ्याकडे तक्रार करू नका. त्यामुळें तुम्हालाच तुमचा प्रभाव कसा पडायला हवा हे समजेल. सहजयोगाच्या सामूहिकतेमधे तशी सुधारणा हळूहळू होत आहे हे मला दिसत आहे. गुरुपदाला शोभेल असे प्रेमळ, संयमित, सद्‌गुणसंपन्न, करुणायुक्त, सौजन्यशील, विनयशील असे भारदस्त व्यक्तिमत्त्व हेच तुमचे वैभव आहे हे विसरू नका. हे तुम्हीच मिळवूं शकता. म्हणून प्रतिष्ठापूर्वक गुरुपदावर आरूढ व्हा. (Assume your powers) स्वत:बद्दल शंका घेत राहिलात व हा आत्मविश्वास ठेवला नाहीं तर 'श्रीमाताजी, मी माझा स्वत:चा गुरु आहे' हा मंत्र म्हणण्याचा कांहीं उपयोग नाहीं. हे गुरुपदाचे महत्व सर्व सहजयोग्यांनी जाणले पाहिजे.

याकरता आत्मपरीक्षण करून स्वत:कडे या दृष्टीनें पहा. पूर्वीच्या साधकांना फार कठोर तपश्चर्या करुन साक्षात्कार मिळाला, म्हणून इतरांनी, शिष्यांनी पण तशी कठोर तपश्चर्या केली पाहिजे असे ते म्हणत. तुमचे तसे नाही तुम्ही खास लोक आहात; तुम्ही फार शिकलेले, फार श्रीमंत या गोष्टींशी तुमच्या गुरु-पदाचा कांही संबंध नाहीं. गुरू झालात तर गुरूची सर्व प्रतिष्ठा तुमच्यामध्ये दिसून आली पाहिजे. मग तुमच्याकडे पाहणारे लोक आश्चर्यचकित होतील; तुमच्यामधील सर्व प्रकारची कमतरता व दोष कमी-कमी होत जातील आणि तुमच्याकडे पाहणारे लोक आश्चर्यचकित होतील; तुमच्यामधील नम्रता, साधेपणा, सरलता दुसऱ्याच्या हृदयांपर्यंत पोचेल. मग संपूर्ण सत्याचा तुमच्यामधून आविष्कार होईल.

लोक ख्रिस्तांच्या पवित्र अ-योनी जन्माबद्दल चर्चा-वाद करतात. ते साक्षात परमेश्वरच होते; त्यांना काहीही अशक्य नव्हते. अशा चर्चा लोक कशाला करतात? त्यांचे अवतरण - स्वरूप जाणण्यासाठीं आधी तुम्ही अत्यंत नम्र व्हायला हवे; तरच तुम्हाला ते जाणवेल. तुम्ही परमेश्वरी कार्याचे उपकरण झाला आहांत व ही श्रद्धा जाणीवपूर्वक तुमच्यामध्धे परिपूर्णपणे रुजली पाहिजे. एकदा मी एका साक्षात्कारी महागुरुला भेटले होते. तेव्हां ते म्हणाले 'जगांतल्या लोकांबद्दल एकंदरीत तुम्हाला काय वाटते?' तेव्हां मी म्हणाले,'कांही असले तरी ती सर्व माझीच लेकरे आहेत.' मग त्यांना तुम्ही सुधारत कां नाहीं असे त्यांनी विचारल्यावर मी म्हणाले,'मी मनांत आले तर काहीही करु शकत असले तरी 'मी त्यांच्या स्वातंत्र्याचा आदर करते. मी त्यांच्यावर जबरदस्ती करणार नाहीं. त्यांना जर मुक्ती (स्व-तंत्र)हवी असेल तर त्यांच्या स्वत:च्या इच्छेनुसार त्यांना ती मिळणार आहे.'

भक्तीशिवाय परमात्मा भेटत नाहीं. कुणी हक्कानें कुण्डलिनी-जागृतीचा आग्रह धरला तरी मी ते करूं शकत नाही. त्यासाठीं मागणाऱ्याजवळ नम्रता व श्रद्धा हवी. ही सहज होणारी घटना आहे; नुसती भक्ती नाहीं तर श्रद्धा हवी. या श्रध्देलाच आज विज्ञान, चर्च आणि धर्मवेड्यांकडून आव्हान होत आहे. तुमची श्रध्दा ही कमकुवत नको तर कसल्याही आघाताने न ढळणारीहवी. तुम्ही त्याचे अनेक चमत्कार पाहिले आहेत. तरीही ही श्रध्दा अजून दृढ व्हायला हवी. असा गुरु म्हणजे साक्षात परमात्माच असतो; जो स्वत:च साक्षात ब्रह्मचैतन्यस्वरूप होउन जातो तोच गुरु.

आजच्या गुरुपूजेच्या दिवशी मी तुम्हाला आशीर्वाद देते की तुम्ही ते गुरुपद मिळवा आणि त्या स्थितीवर विराजमान रहा. मग ब्रह्मचैतन्यच तुमच्यामधून आविष्कृत होईल आणि सर्व कांही करेल. म्हणून आज सर्वशक्तिमान परमेश्वरावर व त्याच्या सर्वव्यापी शक्तीवर अखंड श्रद्धा बाळगून त्याच्या राज्यांत प्रवेश मिळेल असे सिद्ध व्हा.

सर्वांना अनंत आशीर्वाद.

गुरु-वाणी

श्री आदिगुरू दत्तात्रेय अनादि कालापासून मानवाच्या उत्थानासाठीं कार्यरत आहेत. त्यासाठी त्यांनी वेळोवेळी दहा अवतार संत-पुरुषांच्या रूपांत या पृथ्वीवर घेतले.या अवतारी पुरुषांनी केलेला उपदेश ही गुरु-गीता आहे.त्याचा तत्त्वार्थ अधोरेखित करणारी या संतपुरुषांची काही वचने :

राजा जनक

''हा देह म्हणजे मी ही भावना म्हणजे बंधन : हा देह म्हणजे मी नाहीं हे ज्ञान म्हणजे मुक्ति. हातांत तुडुंब भरलेल्या दुधाच्या भांड्यामधून थेंबभरही दूध सांडणार नाहीं याची जशी तूं काळजी घेतोस तसें माझे चित्त (आत्म्यापासून)क्षणभरही ढळणार नाहीं इकडे मी सतत पहात असतो.''

अब्राहम

अत्यंत नम्र व अखंड शान्तीमधें रमणाऱ्या अब्राहमांनी आपल्या आचरणांतूनच आपला उपदेश व्यक्त केला. दारावरून चाललेल्या प्रत्येक वाटसरूला ते म्हणतात, ''हे भगवान, माझ्यावर कृपा करा आणि या सेवकाची इच्छा नाकारू नका; आंत या, जरा विश्रांम करा आणि आमच्याबरोबर दोन घास घ्या.''

मोझेस

त्यांनी घालून दिलेल्या दहा आज्ञांपैकी कांही:
''तूं कुणालाही ठार करणार नाहींस. तू कसलेही अनैतिक आचरण करणार नाहींस. तूं कधीही चोरी करणार नाहींस. तूं कधीहीं दुसऱ्याविरुध्द खोटी साक्ष देणार नाहींस...''

झरथुष्ट्र

'' जें उत्तम आहे तेच तुमच्या कानांनी ऐका व त्याचा तेजस्वी मनानें विचार करा. ''
'' अंतिम निर्णयाची वेळ येईल तेव्हा आमची ही वाणी तुमच्यामधें जागृत होऊ दे.''

लाओ-त्से

''विश्व-निर्मितीची सुरुवात आदि-मातेकडूनच झाली. तिला जाणल्यानंतर तिच्या मुलांनाही जाणा. मुलांना ओळखाल्यानंतर मातेच्या चरणी दृढ श्रध्दा बाळगा. मग तुम्हाला कशापासूनही भय उरणार नाहीं. ''
'' अंतिम सत्याबरोबर रहा; देह सोडून निर्मल, शुध्द व्हा. नम्र व्हा आणि आपल्या इच्छा शुध्द ठेवा.''

कन्फूशिअस

'' सर्वांचे कल्याण ही भावना, शुध्द आचार-विचार, समयसूचकता, सूज्ञता व सचोटी हे उच्च माणसाचे गुण.''
'' स्वत:ला काय ज्ञान आहे व काय ज्ञान नाहीं या दोन्हींबद्दल ज्ञान असणे याचेच नांव ज्ञान.''

सॉक्रेटिस

'' आत्मसाक्षात्काराशिवाय ज्याला दुसरा जन्म मिळतो तो भ्रान्तिमधेंच अडकून राहतो. ज्याला आत्मसाक्षात्कार मिळालेला असतो तो पुनर्जन्मानंतरही देवदूतांच्या संगतीमधेंच राहतो. ''

'' जोपर्यंत माणूस देहबंधनांच अडकून राहिल्यामुळें आत्म्याला अंधारात ठेवतो तोपर्यंत तो सत्यापर्यंत पोचूं शकत नाहीं.''

'' जो 'मला माहित आहे' असे म्हणतो तो अज्ञानी, जो 'मला माहीत नाहीं' असे म्हणतो तो शहाणा.'

मोहम्मद

'' 'त्या' दिवशी त्यांच्या तोंडावर पट्टी चिटकवलेली असेल पण त्यांचे हात आपल्याशी बोलतील आणि पाय साक्ष देतील आणि त्यांनी काय केले ते उघड होईल.''

''सुपीक जमिनीवरच परमात्म्याच्या आशीर्वादानें चांगले पीक येणार, खडकाळ जमिनीमधून कांहींच उगवत नाहीं.''

नानक

''जानव्याचा कांही उपयोग नसेल तर मला ते नको. मला करुणा व समाधानाचे जानवे द्या. ''

''परमात्मा सर्वत्र पसरलेला आहे. मग त्याच्याकडे पडणार नाहींत अशाकोणत्या दिशेकडे पाय करून मी झोपूं? ''

साईनाथ

''माझ्याकडे लोक जे मागतात ते मी पुरवतो कारण मला आशा आहे की जे मला द्यायचे आहे तेच ते कधी तरी मागतील''

''तुम्ही फक्त शांत रहा, जे करायचे आहे ते मी करीन.''

श्रीमाताजी -

''माझी मुलें असणे सोपे नाहीं, कारण तुम्ही काय करता ते मला समजते; तुमची प्रत्येक गोष्ट मला माहीत आहे''

''सहजयोगी असणें सोपे नाहीं व माझे शिष्य झाल्यावरही तुम्हाला बऱ्याच परीक्षांमधें उतरावे लागते. त्यासाठीं मेहनत करावी लागते. त्यासाठीं कुटुंबामध्येच राहून पुष्कळ तपस्या करावी लागते.''

''सहजयोग पूर्णपणें समजून घ्या, श्रध्दा बाळगा आणि जाहीर करा. तुमचे ध्येय जगामध्ये परिवर्तन घडवून आणणें हे आहे. तुमच्यामध्ये परिवर्तन झाले की आपोआप इतरांमध्ये तसे होईल.''

''प्रत्येक सहजयोग्यानें गुरु बनले पाहिजे.''

पुन: प्रक्षेपण

कुण्डलिनी पूजा १९९१

तुमच्या स्वत:च्या कुण्डलिनीला समजणे महत्त्वाचे आहे. तुम्हाला आत्मसाक्षात्कार देणारी तुमची कुण्डलिनीच आहे. ती शुद्ध इच्छारूप आहे. म्हणजे तिच्यामधे कसल्याही वासना नाहीत. ती स्पर्श करते त्या चक्रांमधे जो बिघाड आहे तो उत्थान होत असतांना ती ठीक करते. तुमची वैयक्तिक आई आहे. तुमच्याविषयी सर्व माहिती तिच्याकडे आहे. ती शुद्ध असल्यामुळें ज्या चक्रांना ती स्पर्श करते त्यांतील बिघाड हळुवारपणे दूर करते, जरुरीप्रमाणें त्या ठिकाणीं थांबून चक्र हळुवारपणें सुधारते. या क्रियेमधून चक्र आणखी उघडते.... ही कुंडलिनी एकत्र वळलेल्या अनेक धाग्यांच्या दोरीसारखी आहे. या धाग्यांची संख्या ((३ X ७)=२१ X २१ X २१ X .....१०८ वेळा) इतकी आहे. सुरवातीला मानवाला आत्मसाक्षात्काराची जाणीव (टाळूचे भेदन)होतांना त्यातील एक-दोन धागेच टाळूपर्यंत येऊन ब्रह्मरंध्राचे भेदन करतात..... कुण्डलिनी म्हणजे प्रेम, करुणा आणि चित्त यांचा प्रकाश आहे. या शक्तीमध्यें हे तीनही असतात..... विद्युत, प्रकाश वगैरेसारख्या इतर शक्ती स्वत: विचार करू शकत नाहींत, स्वत: बदलूं शकत नाहींत वा कार्यान्वित होत नाहींत.ते काम आपल्याला करावे लागते. परंतु कुण्डलिनी शक्ति जिवंत शक्ति असल्यामुळें, विचार करू शकते व स्वत: कार्यान्वित कसे व्हायचे हे जाणते. बीजाला अंकुर फुटल्यावर बाहेर पडणारा अंकुर मातीमधील दगडांना वळसे घालत वाढीसाठीं आवश्यक असते तेथपर्यंत जात असतो. त्या पेशीमध्येही अगदी अल्प स्वरूपांत कुण्डलिनी असते... ही शक्तीही ते मागत नाहींत. म्हणून ते मोठे होत नाहींत. आपली चेतना वाढावी अशी तुमची इच्छा नसेल तर तुमच्यातील शक्तीचा साठा ती (कुण्डलिनी) तुम्हाला देत नाहीं. सर्वसाधारणपणे लोक नोकरी मिळावी, आजार बरे व्हावेत, पैसा मिळावा म्हणून येतात; पण तुमची सर्व काळजी घेऊन, तुमचे पोषण करून, तुम्हाला मोठे करून, तुमचे व्यक्तिमत्व बहुआयामी व गहन व्हावे यासाठी कुण्डलिनी आहे. कुण्डलिनीचे स्वरूपच प्रेम, करुणा, मार्दव इ.नी भरलेले आहे.

विष्णु माया पूजा, अमेरिका -१९९२

विष्णुमायेचा उगम लक्षणीय आहे. तिचा जन्म श्रीकृष्णांच्या जन्मानंतर झाला. ती त्यांची स्वत:ची बहीण नव्हती. तर नंद-यशोदाची कन्या होती व कृष्णाला पर्याय म्हणून तिला ठेवण्यात आले. कंसाने तिला मारण्यासाठी आकाशात फेकले आणि तिने श्रीकृष्णाचे अवतरण झाले आहे असे जाहीर केले. महाभारताच्या काळांत ती द्रौपदी म्हणून जन्माला आली. वस्त्रहरणाचे प्रसंगी श्रीकृष्णांचाच तिने धावा केला. म्हणून विष्णुमाया ही कुमारी असून ती सर्व पंचमहाभूतात व्यास आहे हे पांच पांडवांच्या विवाहाच्या वेळेस दिसून आले.

विशुद्धिचक्राच्या डाव्या बाजूला तिचे स्थान आहे. जेव्हा आपण केलेल्या चुकांना सामोरे जात नाही आणि स्वत:ला दोषी समजत रहातो तेव्हा या चक्रावर पकड येते. चूक घडली असे वाटते तर तिला सामोरे जा आणि पुन्हा तसे करणार नाही असे म्हणा. तुम्ही त्याच त्याच चुका पुन्हा करत राहिलात तर त्याचा परिणाम उद्धटपणात होतो. मग म्हणून माणूस ठासून म्हणायला लागतो की, 'त्याचे काय चुकले ?' अपराधीपणाची जाणीव वाढत जाते आणि वृत्ती संवेदना-विरहित बनते. व्याधींना मुक्त वाट मिळते. डाव्या हातावर या परिस्थितीत चैतन्य जाणवत नाही. असे दोष कालान्तराने साठून राहतात आणि त्याचे काळे ढग तयार होतात. विष्णुमाया वीज असल्यामुळे ढगांच्या संघर्षातून ती बाहेर पडते. वीज आहे म्हणून सर्व काही स्वच्छ दाखवते. ती फक्त सत्यच जाणते. ती तुमच्यावर कार्य करते.तेव्हा सत्य उघड होतात. ती शुभघटना दाखवते. एवढेच नाही तर वाईट गोष्टी भस्मसात करते.

विष्णुमाया कुमारी आहे, ती पावित्र्याचा आदर करते. हे पावित्र्य स्त्रियांपुरते मर्यादीत नसून जे पुरुष पावित्र्याचा व नीतीमत्तेचा अनादर करतात त्यांचाही ती समाचार घेते. डावी विशुद्धी जेव्हा बिघडते, त्यावेळी हंस चक्रावर परिणाम होऊन तुम्ही तारतम्य गमावता. कुठली गोष्ट विधायक आहे की मारक आहे हे समजेनासे होते. .विष्णुमाया दोन गोष्टींनी बिघडते. एक म्हणजे धूम्रपान व दुसरे - चुकीच्या मंत्रांचा उच्चार. डावीकडच्या समस्या विष्णुमायेशी संबंधित असतात. ती तुम्हाला शिक्षा करेल, उघडे पाडेल. तुम्ही नदीकडे वा समुद्राकडे जा आणि म्हणा की ही चूक मी केली पण आता करणार नाही. त्या तत्त्वांना तुम्ही आश्वासन द्या. कारण ही विष्णुमाया सर्व तत्त्वांना छेदू शकते. तिच्यापर्यंत हा संदेश पोहचेल व ती तुम्हाला त्रास देणार नाही.

गुरु-पोर्णिमा पूजा, न्यू जर्सी, अमेरिका

श्रीसूक्त

अंक क्रमांक ५-७ वरून पुढे

तां म आवह जातवेदो लक्ष्मीमनपगामिनीम् ।
यस्यां हिरण्यं प्रभूतं गावो दास्यो ऽ श्वान् विन्देयम् पुरुषानहम् ॥१५॥

विवरण :- आतापर्यंत झालेल्या सर्व श्लोकांचा सारांश ह्या श्लोकामध्ये आला आहे.

हे अग्निदेवा, तू माझ्यासाठी, अविनाशी, स्थिर लक्ष्मीमातेला आवाहन कर. म्हणजे मला त्या लक्ष्मीमातेच्या निमित्ताने सर्व समृद्धी प्राप्त होईल.

लक्ष्मीमाता ही एक स्वतंत्र अशी शक्ती आहे. आध्यात्मिक समद्धी भौतिक समृद्धी या सर्वांचे खरे निमित्त म्हणजे जगज्जननी लक्ष्मीमाता म्हणजेच आदिशक्ती.

आदिशक्तीवरील श्रद्धा व समर्पण जसजसे नितांत व गाढ होत जाते, ध्यान होते, तसतसे चैतन्यरूपी तेजाचा प्रकाश ओसंडून वाहू लागतो. स्वयंप्रकाश आत्मशक्तीचा स्त्रोत हा शक्तीत येऊन एकरूप झाला की त्याची प्रभा इन्द्रियादी मार्गांनी ज्यावेळी बाहेर फाकते, त्यावेळी, चराचरात ओतप्रोत व्यापून उरलेल्या आत्मश्रीचे दर्शन आपल्याला होते; आणि म्हणून सगळीकडे आनंदी वातावरण, प्रसन्नता वाटू लागते.

अशाप्रकारे आध्यात्मिक समृद्धी मिळाली की प्रत्येकाच्या चांगल्या इच्छा गरजा ह्या पूर्ण होतातच. पण त्याचबरोबर सर्व सुखसमृध्द्धीचीही पूर्तता आदिमाता जगज्जननीकडून होत असतेच.

फलश्रुती

यः शुचिः प्रयतो भूत्वा जुहुयादाज्यमन्वहम् ।
सूक्तं पञ्चदशर्चं च श्री कामः सततं जपेत् ॥ १६ ॥

सतत आत्मपरीक्षणानी, शरीरातील सर्व शक्ती केंद्रांची शुद्धता, स्वच्छता होत असते, आदिशक्तीवर नितांत श्रद्धा ठेवून निरपेक्षपणे प्रार्थना करणे.

निरपेक्ष प्रार्थनेत संपूर्ण विश्वास हा परमेश्वरावर टाकलेला असतो. त्यामुळे परमेश्वरी इच्छेनुसार, जे ज्याला आवश्यक आहे, जे ज्याच्यासाठी उत्तमातील उत्तम आहे, त्या -त्या नुसार ते फळ प्रत्येकाला मिळते.

पुढील श्लोकांमध्ये श्रीसूक्ताचेच फलसंकीर्तन आहे. त्यामुळे श्रीसूक्ताचाच हा एक विशेष श्रद्धा निर्माण करणारा असा भाग आहे. ह्यापुढील भागाला लक्ष्मीसूक्त असेही म्हणतात.

पद्मानने पद्मऊरु पद्मक्षि पद्मसंभवे ।
तन्मे भजसि पद्माक्षि येन सौख्यं लभाम्यहम् ॥१॥

अर्थ : हे कमलमुखी, कमलासारखे नेत्र असणाऱ्या, कमळांत उत्पन्न होणाऱ्या लक्ष्मीमाते, तू माझ्यासंन्निध राहून मला सौख्य दे.

अश्वदायि गोदायि धनदायि महाधने ।
धनं मे जुषतां देवि सर्वकामांश्च देहि मे ॥ २ ॥

अर्थ : हे माते, तू अश्व देतेस, गायी देतेस, धन देतेस. तू म्हणजेच मोठे धन होय. हे देवी, माझ्या सर्व शुद्ध इच्छा पूर्ण कर.

पद्मानने पद्मनिपद्मपत्रे । पद्मप्रिये पद्मदलायताक्षि
विश्वप्रिये विश्वमनो S नुकूले ।
त्वत्पादपद्मं मयि सन्निधत्स्व ॥३॥

अर्थ :– हे कमलमुखी, कमळे व कमळाची पाने तुझ्याजवळ आहेत, तुला कमळ प्रिय आहे व तुझे डोळे कमलदलांसारखे (कमळाच्या पाकळ्यांसारखे आहेत. तू विश्वाची आवडती आहेस व विश्वाच्या मनाला अनुकूल आहेस. तू माझ्या ठायी तुझे चरणकमल स्थापन कर अशी प्रार्थना. (क्रमशः)

षट्चक्रे व बीजाक्षरे

प.पू.श्रीमाताजींनी पूर्वी अनेक वेळा चक्रांविषयी व त्यांच्या बीजाक्षरांविषयी माहिती दिलेली आहे. प्रत्येक चक्रांवरील बीजाक्षरे व संबंधित अवयव व कार्य याबाबत श्रीमाताजींच्या कृपेत उपलब्ध झालेली माहिती पुढीलप्रमाणे.

मूलाधार चक्र	:	वं शं षं सं
स्वाधिष्ठान चक्र	:	बं भं मं यं रं लं
मणिपूर चक्र	:	डं ढं णं तं थ दं धं नं पं फं
अनाहत चक्र	:	कं खं गं घं ङं चं छं जं झं ञ टं ठं
विशुद्धी चक्र	:	अं आं इं ईं उं ऊं ऋं ॠं लृं लॄ एं ऐं ओं औं अं अः
आज्ञा चक्र	:	हं क्षं

मूलाधार चक्र :-

व – मलविसर्जन, मूळव्याध, अंग बाहेर येणे (इन्फिरिअर हेमरॉडल)

श – मूत्राशय व धातुस्थान (व्हेसिकल)

ष – धातुकोष, जननेंद्रियांचे उत्थापन, योनी (प्रोस्ट्रेटिक)

स – गर्भाशय, गर्भाशयाचे मुख, बीजवाहिनी (फॅलोपिईन्स ट्यूब्ज) धातुकोष (युटराइन)

स्वाधिष्ठान चक्र :-

ब – अंडकोशांतील वीर्योत्पादन, वृषण, अंडाशय (स्पेरमॅटीक)

भ – मोठ्या आंतड्याचा प्लीहेपासून उतरता भाग(लेफ्ट कॉलिक), लहान आंतडे.

म– मोठया आंतड्याचा शेवटचा लहान भाग, मलोत्सर्गाची संवेदना (सेगमॉइड)

य – भगंदर, मूळव्याध, गुद (सुपीरिअल हेमरॉइडल)

र– मोठया आंतड्याचा रक्ताभिसरण प्रवाह कमी जास्त करणे (इनफीरिअर मेसेंटेरिक)

ल– कटिप्रदेश, आंतरपुच्छ (हायपोगॅस्ट्रीक).

मणिपूर चक्र :-

ड– डायफ्रॉम,सुप्रारिनल, श्वासोश्वास क्रिया, (फ्रेनिक)

ढ– यकृत्, आमाशय (हिपॅटिक)

ण– प्लीहा (स्प्लेनिक)

त– आंमशय. (सुप्रारिअल गॅस्ट्रिक)

थ- शरीराच्या साधारण पोषणाची क्रिया (सुप्रारिनल)
द- मूत्रपिंड, मूत्रवाहिनी, वृषण(रिनल)
ध- अंडकोष, ओव्हरी, गर्भाशय, मुतखडा (स्पेरमॅटिक)
न- अंत्रावरण व लहान आंतड्याचे सर्व भाग, विषविकृतीवर नियंत्रण(सुपीरिअर मेसेंटरिक)
प-अन्नपाचक रसद्रव्ये (पॅंक्रिटिक)
फ-लहान आंतडे,मोठे आंतडे, अॅपेंडिक्स (कॅालिक)

अनाहत चक्र :-

क-उजवे फुफ्फुस व हृदयाचा उजवा भाग (राईट डीप कार्डिअॅक)
ख- हृदयाचे डाव्या बाजूचा वरचा भाग (लेफ्ट डीप कार्डिअॅक)
ग-फुफ्फुस व त्यावरील आवरण(अॅंटीरिअर पल्मोनरी)
घ- फुफ्फुस (पोस्टिरिअर पल्मोनरी)
ङ-हृदयाचे बाह्य आवरण, रक्तसंचय (सुपरफिशिअल कार्डिअॅक)
च- रक्तप्रवाहाचे नियंत्रण (कार्डिअॅक गॅंग्लिअन)
छ-हृदयाची उजवी रक्तवाहिनी(राईट करोनरी)
ज-हृदयाच्या खालच्या खोल्या, रक्तांतील तांबडेपणा (व्हेंट्रिक्युलर)
झ-हृदयास पोषण करणारी डावी रक्तवाहिनी, स्तन व मन (लेफ्ट करोनरी)
ञ-हृदयाचे आंतील बाजूचे पातळ आवरण, मनाला मिळणारी प्राणशक्ती (एंडोकार्डिअॅक)
ट-हृदयाचे स्नायू व हृदयाची क्रिया, हृदयाची स्पंदनशीलता (रेमॅक)
ठ-हृदयाच्या स्पंदनावर नियंत्रण(बिडर्स गॅंग्लिया)

विशुद्धी चक्र :-

अ-मेंदू, ज्ञानतंतू, कंठप्रारंभ(सुपीरिअर सर्व्हायकल)
आ-डोळे, नाक, जीभ व मेंदू, यांची रक्तवाहिनी, कंठ अंत (कॅरॉटीड)
इ-तोंड,दांत,कान,डोळे, लाळपिंड यांच्या क्रियेवर नियंत्रण(कॅव्हर्न प्लेक्सस)
ई-जीभ, पाठीचा कणा, व्हेगस नर्व्ह, दांत यावर नियंत्रण.
उ-कान, नाक, श्वसननलिका, अन्ननलिका, तोंड,ओठ (फॅरिजिअल)
ऊ-श्वास नलिकेच्या कार्यावर यंत्रण,गाल(लॅरिजिअल)
ऋ-हृदय व श्वासनलिका, टाळू, (सुपरफिशिअल कार्डिअॅक)
ॠ- जिव्हाग्र (सुपिरिअर अॅन्ड इन्फिरिअर मिडल सर्व्हायकल)
ऌ - जिभेच्या खालील भाग
ए- थायरॉईडवर नियंत्रण, (थायराईड)
ऐ- हृदयाच्या कार्यावर नियंत्रण, (मिडल कार्डिअॅक)
ओ-मान ते खांदे या भागांवर नियंत्रण, ओठांचा आतील भाग(सुपिरिअर अॅन्ड इन्फिअर सर्व्हायकल)
औ-हाताला होणारा रक्तपुरवठा, पडजीभ (सब क्लेव्हिअन)
अं- हृदय, श्वासनलिका, नाक (इन्फिरिअर कार्डिअॅक)
अः- पाठीचा कणा, मेंदू यांचा रक्तपुरवठा, श्वसनक्रिया (एक्स्टर्नल व्हर्टिब्रा)

आज्ञा चक्र :-

हं,क्षं-ज्ञानेंद्रिये व कर्मेंद्रिये यावर ताबा.

बीजाक्षरे कशी म्हणावीत.

.अ, आ, इ, ई, ऋ, ॠ, ल, ल, ए, ऐ, ओ, औ, अं, अः
क,ख, ग, घ, ङ,
च, छ, ज, झ, -
ट, ठ, ड, ढ, ण
त, थ, द, ध, न
प, फ, ब, भ, म
य, र, ल, व, श, ष, स, ह, ळ, क्ष, ज्ञ

वरील अ गटांतील अं, क गटांतील ङ., च गटातील ञ, ट गटांतील ण, त गटांतील न, प गटांतील म हे अनुस्वार आहेत. बीजाक्षर अनुस्वार देऊन म्हणायचे म्हणजे त्या गटांतील अनुस्वार त्या गटांतील बीजाक्षरांवर देऊन म्हणायचे. बोली भाषेत बोलताना आपण सर्वसाधारणपणे अनुस्वाराचा उच्चार म किंवा न करतो.

सहजयोगात प.पू.श्रीमाताजींनी आपली चक्रे स्वच्छ करण्याचे अनेक उपाय सांगितले आहेत. आपण त्याचाच नेहमी उपयोग करणे आवश्यक आहे. तसेच श्रीमाताजींनी पूर्वी प्रत्येक चक्रांच्या बीजाक्षरांबाबत सांगितलेले आहे.सहजयोग्यांना अधिक माहितीसाठी उपरोक्त बीजाक्षरांची माहिती दिलेली आहे. सहजयोगी हे प्रत्येक गोष्ट करताना व्हायब्रेशन्स आली तरच करतात हे आपणा सर्वांना माहीतच आहे.

(संदर्भ : षट्चक्रे व बीजाक्षरे - लेखक अरविंद जोशी, गोविंद प्रकाशन, पुणे-३०. फोन : २४४५०२७३)

●●●

कुण्डलिनी आणि ब्रह्मशक्ती

प.पू.श्रीमाताजी निर्मलादेवींचे भाषण, दादर , (संक्षिप्त) २३ सप्टेंबर १९७९

आजचा विषय आहे कुण्डलिनी आणि विष्णुशक्ती आणि ब्रह्मशक्ती. तसे पहायला गेलं तर हा फार प्रचंड मोठा विषय आहे. थोड्या वेळात त्यात फारच अगदी ज्याला Elementary म्हणतात, वरवरचे असे सांगता येईल.

तरीसुद्धा जरा लक्षपूर्वक हा विषय ऐकला तर आपणाला लक्षात येईल. भाषण देताना सुद्धा माझे लक्ष आपल्या कुण्डलिनीवरच असते. तेव्हा आपले हात माझ्याकडे काहीतरी मागत आहेत अश्या रीतीने सगळ्यांनी ठेवावे त्यामुळे सगळ्या भाषणाला व ध्यानाला अर्थ प्राप्त होतो, तेव्हा तुम्ही पार होता, नाहीतर त्याला काही अर्थ राहत नाही. हात असे ठेवावयाचे. पायात जोडे असले तर काढून ठेवावे. गळ्यात काळे गंडे (दोरे) असतील तर ते काढून टाकावे हे बरे. कमरेला जर काळा करदोडा असला तर तोही काढलेला बरा.

आता काल मी आपल्याला थोडेसे सांगितले की परमेश्वराची इच्छा, किंवा त्याची इच्छाशक्ती ही आपल्या डावीकडील इडा नाडीतून वाहत असते. त्या इच्छाशक्तीचा थोडासा भाग कुण्डलिनी ही आहे. म्हणजे परमेश्वराने आपली स्वत:ची इच्छाच आपल्यामध्ये ह्या त्रिकोणाकार अस्थीमध्ये ठेवली आहे. मनुष्यांचा पिंड तयार झाल्यावर जी वाचलेली शक्ती असते ती ही शक्ती आहे. म्हणून इंग्लीशमध्ये तिला रेसिड्यूअल एनर्जी (Residual Energy) असे म्हणतात. पण ही शुद्धशक्ती आहे तसेच ही शुद्ध इच्छाशक्ती सुद्धा आहे. ही इच्छा संपूर्ण परमेश्वराची इच्छा असल्यामुळे तिच्यात आपल्या इच्छेचा कोणताही परिणाम न झाल्यामुळे ती अत्यंत शुद्ध आहे आणि त्या शुद्धतेत ती तिथे बसलेली आहे. आपण याच्यावर लिहिलेली जी पुस्तके आहेत, ती वाचावी. आमच्याकडे दि ॲडव्हेन्ट (The Advent)एक फार छान पुस्तक इंग्लीशमध्ये आहे, ते पण वाचून काढले तर फार फायदा होईल. ही शक्ती एखाद्या बीजाप्रमाणे ती अपार शक्ती प्रमाणे आहे.

आता ही जी इच्छाशक्ती आहे, ती जेव्हा आपण वापरू लागला तेव्हा, ती आपल्या इडा नाडीतून वाहते त्यामुळे इच्छेला पूर्ण करण्यासाठी काहीतरी क्रिया करावी लागते. नुसती इच्छा करुन उपयोग नाही तर ह्या इच्छेला क्रियेमध्ये घालावे आणि त्याच इच्छेतून क्रियाशक्ती निघालेली आहे आणि तीच शक्ती आपल्या उजव्या बाजूने आलेली आहे. ती आपल्या मध्ये पिंगला नाडीतून वाहत असते. या दोन नाड्या खाली जिथे मिळतात तिथेच श्रीगणेशाचे स्थान आहे. इच्छाशक्ती ही भावनामय आहे. भावनात्मक आहे. माणसाच्या भावना दिसत नाहीत दृश्य होत नाहीत. त्या भावनेला जेव्हा साकार रूप येते तेव्हाच त्याचा आविष्कार होतो. ते साकार रूप-सुद्धा या शक्तीमुळेच होते. तेव्हाच ही दुसरी क्रियाशक्ती डावीकडून उजवीकडे येते. ह्या क्रियाशक्तीला आम्ही सहजयोगामध्ये महासरस्वतीची शक्ती म्हणतो. पहिली महाकालीची व दुसरी महासरस्वतीची शक्ती. महासरस्वतीची शक्ती ही आपल्या (उजव्या)पिंगला नाडीतून वाहत असते. हीच ब्रह्मशक्ती आहे. ही ब्रह्मशक्ती जेव्हा कार्यान्वित होते, अर्थात क्रियाशक्ती जेव्हा कार्यान्वित होते, तिलाच आपण ब्रम्हशक्ती म्हणतो आणि त्याची देवता आहे ब्रह्मदेव म्हणजे महासरस्वती. आता जे काही आपण वेदान्त वगैरे वाचलेले आहे हे फक्त ब्रह्मशक्तीवरच लिहिलेले आहे. आश्चर्याची गोष्ट आहे की, ज्यावेळी मानव संसारात आला तेव्हा त्यालासुद्धा क्रिया करण्याची इच्छा झाली.

क्रिया करण्यासाठी आधी मानवाला पहिला सामना करावा लागला तो पंचमहाभूतांशी. ही पंचमहाभूते आपल्यामध्ये आली कुठून? तर त्यांच्या पाच तन्मात्रा असतात. त्यांच्याही आधी महत् अहंकार. ह्या सर्व शक्तीतूनच हे सर्व २४ गुण प्रगट झाले आणि त्यांनी संसारामध्ये पंचमहाभूते निर्माण केली. ह्या पंचमहाभूतांना हातात कसे धरावयाचे, त्यांच्यावर मास्टरी कशी मिळवायची, त्यांना उपयोगात कसे आणावयाचे त्यांना जाणून कसे घ्यायचे? तेव्हा एका गोष्टीचा अंदाज लागला की ह्या पंचमहाभूताचे काहीतरी एकेक दैवत, एकेक अशी काही शक्ती आहे; ती त्यांना नियमित (कंट्रोल)करते. तेव्हा त्यांनी अग्नी, वायू वगैरे प्रत्येक देवतेची पूजा सुरुवातीला केली. नंतर त्यांनी यज्ञ-हवन करून या पंचमहाभूतांना जागृत केले. त्यांना जागृत करताना त्यांना आढळून आले की, त्याच्यामध्ये सात शक्त्या आहेत, त्या सात शक्त्यापैकी एक शक्ती ही गायत्री आहे, दुसरी सावित्री आहे. अशा सात शक्त्या आहेत. तेव्हा गायत्रीमंत्र हा त्या वेदातून निघाला आहे. गायत्री मंत्र हासुद्धा त्या पिंगला नाडीवरती बसलेल्या सर्व देवतांना, तसेच पंचमहाभूतांवर जागृत असलेल्या सर्व देवतांना, त्याशिवाय विराटाच्या उजव्या बाजूला असलेल्या सर्व देवतांना जागृत करण्यासाठी आहे.

एक महान शक्ती माणसाने निर्माण केली, जेव्हा त्यांनी

या पंचमहाभूतांना आहुत्या देऊन त्यांच्यातल्या देवतांना आवाहन केले. तेव्हा त्या देवता जागृत झाल्या. जेव्हा त्या सर्व शक्त्या जागृत झाल्या, तेव्हा त्यापासून त्यांनी गुण जागृत करून सर्व सुखसोयी निर्माण करून, मानव उच्च स्थितीला पोहोचला. रामाच्या काळीसुद्धा विमाने होती. विमानातून लोक जात असत. त्यांनी लंकेतून अयोध्येस प्रवास केला आहे आणि अर्जुनाच्या वेळेला आपल्याकडे चक्रव्यूह होते अशी विशेष साधने होती किंवा अशा तऱ्हेची उपकरणे होती की ज्यांनी आपण मोठमोठ्या लढाया जिंकू शकत होतो. आयुधं वगैरे सगळे काही आपल्याकडे होते आणि हल्ली अ‍ॅटम बॉम्ब आहेत तशा तऱ्हेची अस्त्रेसुद्धा होती. तसेच अंतरिक्षामध्ये जाण्याच्या सर्व व्यवस्था होत्या. ही गोष्ट अगदी खरी आहे.

त्यावेळी वास्तुशास्त्रामध्ये भारताची स्थिती फारच उच्च होती. लोकांच्याजवळ अनेक तऱ्हेची वाहने असायची. प्रासाद वगैरे सर्व खूप सुंदर बांधलेले असायचे. हे सर्व पिंगला नाडीच्या कृपेने मिळालेले होते. इंग्लीशमध्ये याला आपण सुप्रा कॉन्शस एरियल असे म्हणतो. म्हणजे या प्रांतात जर मनुष्य आला आणि उच्चदशेला पोहचला, तर भूगर्भामध्ये काय आहे? आकाशात काय आहे? हे विवरण करू शकतो. पण या पिंगला नाडीला प्रार्थना करतांना, अनेक गोष्टींचा विचार केला जाईल. प्रथम म्हणजे पूर्वीची आपली वर्णव्यवस्था होती. ती वर्णव्यवस्था एक विशिष्ट पद्धतीने झाली होती. म्हणजे मुलगा २५ वर्षांचा झाला, २०-२५ म्हटलं तरी चालेल की, मुलगा किंवा मुलगी एकाच युनिव्हर्सिटीतली मुलं किंवा मुली विवाह करू शकत नसत. इतकंच नव्हे, तर वर्षानुवर्षे किंवा पिढ्यान्‌पिढ्या सुद्धा, जर त्यांची अशी इच्छा झाली की, इथे लग्न करायचे तर रूढीविरुद्ध असे असूनसद्धा आपल्याकडे सगोत्र विवाह करत नाहीत. म्हणजे तेव्हाची जी प्रथा होती, की एका युनिव्हर्सिटीत वाढलेली मुले-मुली लग्न करू शकत नसत . २५ वर्षे; ब्रह्मचर्यामध्ये राहवे लागत होते. त्यांचे आत्मसाक्षात्कारी गुरू होते. ते मुलांना त्या ब्रह्मचर्यामध्ये हठयोग शिकवत असत.

आजकालचा हठयोग म्हणजे सिनेमा अ‍ॅक्टर, अ‍ॅक्ट्रेस बनविण्याचा आहे. कालच मला प्रश्न विचारला होता की, श्रीमाताजी हठयोग आणि कुंडलिनीचा काय संबंध आहे? आता आधुनिक सगळेच घाणेरडे झाल्यामुळे पूर्वीचे जे पातंजली शास्त्र आहे, त्याच्यात अष्टांगयोग जो सांगितलेला आहे की, त्यामुळे सारी आठच्या आठही अंगांवरती जोर आहे त्यामुळे नुसती आसने करणे हे काही लोकांच्या डोक्यातसुद्धा येणार नव्हतं कारण आसन वगैरे, प्रकार २५ वर्षांपर्यंत जेव्हा मुलगा किंवा मुलगी अजून लग्न झालेली नाहीत, भाऊबहीण बनून एकत्रित राहून तेव्हा एखाद्या आत्मसाक्षात्कारी पुरुषाकडे राहून त्या आसनांची दीक्षा घेत बसत. सध्याच्या आसनामध्ये मी बघते की कुंडलिनीला विरोध करून घटना घडतात. आसनांपैकी जी खरी आसने आहेत, त्यापैकी फारच थोडी आत्मिक उन्नतीला पोषक आहेत. पूर्वीच्या काही खऱ्या गुरूंच्याकडेसुद्धा जी मुले जात असत, ती सुद्धा अत्यंत मोजकी असायची. त्यांना लहान वयापासून २५ वर्षे होईपर्यंत खूपच खडतर मेहनतीने योगाभ्यास शिकावा लागे. या स्थितीमध्ये साधक मुलांची धार्मिकता अत्यंत उत्तम तऱ्हेने बांधली जात असे. अशा मुलांपैकी परत निवडक मुलांना गुरू आत्मज्ञान देत. परंतु सध्या असे ज्ञान एक दोन जण घेण्याकरिता गेलेत तर, हिमालयातले खरे गुरु त्यांची हकालपट्टी करतील, यात काय नवल? या शिवाय असे हठयोगाचे ज्ञान समाजात पसरवणारे जे गुरू आहेत त्यांच्याजवळ जर धर्माचा बांधाच नाही तर मग आत्मज्ञान कुठून येणार?

पण हे काही कल्याणाचे मार्ग नाहीत. हा मार्ग आपला नाही. सहजयोगामध्ये आपल्याला हा मार्ग अवलंबून घ्यायचा नाही. या मार्गानी म्हणे काही लोक महर्षी झाले असतील!पण त्यांचा उपयोग माणसाला काय होणार? किंवा त्यांनी इतके करून तरी काय मिळवलय? संन्याशाला सहजयोगात स्थान नाही. संन्याशी वृत्ती ही पिंगला नाडीच्या पूर्व-जागृतीने होते, पण ती नाडी सहजयोगात आत्मज्ञान आल्यानंतर जागृत झाली पाहिजे. त्याच्या आधी झालेली जागृती काही बरोबर नाही. अर्धवट म्हणजेच एकमार्गी किंवा चुकीची असते. म्हणूनच तुम्हाला मी स्पष्ट करते की संन्याशी लोक भगवे कपडे घालण्याकरता संन्यासी असतात. म्हणजे असे त्यांचे कितीही वय झाले तरी नको तो त्यांचा नाद सुटत नाहीत आणि त्या नादातच गुंतलेले असतात. त्यासाठी त्यांना उभा जन्म फुकट घालवावा लागतो.

पण एकदा तुम्ही सहजयोगात आल्यावर इतके व्यवस्थित सर्व काही धर्माची बांधणी बसून जाते की, तुम्हाला एवढा आटोकाट प्रयत्न करावा लागत नाही आणि माणसामध्ये आपोआप शुद्धता जागृत होते. त्याला बायकांच्या बद्दल किंवा दुसऱ्या स्त्रीबद्दल काहीही आकर्षण रहात नाही. कारण तो समाधानी होऊन जातो.

ब्रह्मशक्ती म्हणजे तन्मात्रा आणि त्यातून निघालेल्या ह्या पाच पंचमहाभूतांना जागृत करण्याची शक्ती आहे. ती पिंगला नाडीवर आहे. मग मनुष्य जेव्हा कोणतीही क्रिया करतो किंवा

पुढचा कोणताही विचार करतो, किंवा भविष्याचा विचार करतो किंवा जेव्हा तो आपल्या शारीरिक कार्यासाठी उद्युक्त होतो, शरीर चांगलं राहिले पाहिजे, शरीराचा बांधा ठीक झाला पाहिजे. माझी प्रकृती ठीक झाली पाहिजे. वगैरे असेही विचार करतो, तेव्हा ही पिंगला नाडीतील शक्ती वाहू लागते. त्याशिवाय जेव्हा आपल्या शारीरिक स्थितीचा उपयोग करतो, तेव्हा-सुद्धा ही शक्ती फार वाहू लागते. म्हणजे एकच शक्ती जर फार वाहू लागली, तर दुसरी शक्ती थिजून जाते आणि एक शक्ती जास्त वाहिल्यामुळे कधी कधी अशा मनुष्यामध्ये विकृती निर्माण होते.

आता पहिल्यांदा म्हणजे असे की, ही शक्ती फार वापरल्यामुळे आपल्याला जे मुख्य कार्य करायचे ते आपण करू शकत नाही. स्वाधिष्ठान चक्रातही ह्या नाडीला महत्त्वाचे स्थान आहे, कारण ब्रह्मदेव हे स्वाधिष्ठान चक्रावर बसलेले आहेत आणि तेच ह्याला शक्ती देत असतात तर असे असण्याचे पहिले कार्य हे आहे की सृजनशक्तीसाठी लागणारी कोणती शक्ती आहे, तुम्ही आर्टिस्ट असलात समजा, आणि जर तुम्ही सहजयोगी नसला अन पूर्ती करायची जर तुम्ही मोठाले/ आर्टिस्टच असला तर तुम्हाला पहिला रोग तुम्हाला असा होईल की, तुम्ही फार कठोर स्वभावाचे होऊ शकता. तुमच्यामध्ये काहीही प्रेमळ पणा राहणार नाही. तुमच्याजवळ कोणी मनुष्य उभा राहू शकणार नाही. कोणी म्हणतात तो मोठा आर्टिस्ट असणार की मग तो दाढी वाढवतो, काहीतरी आपण संन्याशी वगैरे आहे हे दाखवायला, असला प्रकार करायला लागतो. आर्टिस्ट म्हणजे हजार माणसात तुम्ही ओळखायचे की, काहो तुम्ही आर्टिस्ट का? असे म्हटल्याबरोबर त्यांनी एक कॅालर वरती करावी. असा मनुष्य अत्यंत क्रोधी असतो त्याला कारण की, उजवीकडली बाजू वापरल्या कारणाने संतुलन येत नाही. त्यांच्या भावना कमी होतात.

एखादा माणूस सतत धावपळ करीत असतो.एके दिवशी सकाळी असा एक आमच्याकडे आला आणि मला म्हणायला लागला की, मी सारखा धावत असतो पण मला काही सुखहोत नाही. दु:ख होत नाही मी सुख-दुख:च्या पलीकडे गेलोय. मी म्हटले असे नसते ते. आनंद ही दुसरी गोष्ट आहे आणि सुखदु:खाच्या पलीकडे जाऊन पचवणे दगडासारखं होणं म्हणजे काही माणुसकीला विसरूनच जातो म्हणजे आता तिसरे लोक अत्यंत सडेतोड बोलतात किंवा स्पष्टवक्ते म्हणतात. कुणाचे काहीही दुखले किंवा कुणाला काही त्रास होईल किंवा कोणाला आपण बोललो तर त्यामुळे त्याला काहीतरी दु:ख होईल वगैरे कल्पना अशा त्या माणसाला येत नाहीत. कारण तो कधी कधी फार यशस्वीसुद्धा होतो कारण ज्याला आपण यश म्हणतो ते पाच तत्त्वांना जिंकल्यानंतर येऊ शकते. म्हणजे एखादा मनुष्य फार मोठा ऑफिसर असला किंवा काहीतरी त्यांनी मोठी सत्ता मिळवली असली, म्हणजे हमखास पिंगला नाडीचा रोग होतो. म्हणजे -ग-ची बाधा होते त्याला -ग-ची बाधा झाली म्हणजे अशा माणसाजवळ एक ढाल घेऊन गेले पाहिजे. तुम्ही भेटायला गेलात तर कधी तुमचे डोके फुटेल याचा काही नेम नाही. पिंगला नाडीवर जे फार कार्य करतात त्यांच्या मागे एक अत्यंत विक्षिप्त प्राणी जिवंत असतो आणि तो म्हणजे अत्यंत कठोर हृदय ज्याला प्रेमाचा विचार नसतो, ज्याला कुणाचे सुखदु:ख समजत नाही.

आपण सगळ्यांशी गोड बोलले पाहिजे. गोड बोलणे म्हणजे त्याच्यामध्ये तुम्ही काही कोणाची हांजी हांजी करत नाही. एकतर तुम्ही कोणाची हाजी करायला जाल, नाहीतर तोडायला बघाल. काही मधोमध आहे की नाही? सहजयोग आमचा हा मधोमध असतो तेव्हा माणसामध्ये एक तऱ्हेचा गोडवा असला पाहिजे. बोलताना त्याच्यामध्ये भावना असली पाहिजे. दुसऱ्या माणसालाही भावना असतात. त्याला दुखवतानासुद्धा आपण त्याचा विचार केला पाहिजे.

विशेषत: बायका,आज स्वयंपाक काय करायचा? आज आम्हाला जेवणाला काय करायचे? आता ती मुलगी ऑफिसला तिचे जेवण पाठवायचंय, माझ्या नवऱ्याचे अस्सं करायचं? अशा तऱ्हेने सगळा भविष्याचा विचार करू लागतात. त्यावेळी ही उजवी बाजू पकडली जाते. ही बाजू धरली गेली म्हणजे असा मनुष्य अत्यंत दु:खी जीव असतो. कारण अशा माणसाला कोणीही जवळ करत नाही. हा सर्वात मोठा रोग आहे. तो कोणाला दिसत नाही.

आता या मार्गावर चालणाऱ्या लोकांची, जे अतीवर उरतात म्हणजे अतिक्रियेमध्ये उरतात, ते म्हणजे आम्ही काहीतरी मोठे भारी कार्य करीत आहोत, अशी कल्पना करून, बाकी सर्व कार्याला मुकतात. म्हणजे तुमची फॅमिली आहे, तुमचं घर आहे, तुमची मुले आहेत हा एकमार्गीपणा झाला. विशेष करून हे आपल्या देशात फार आहे, बायकांचे तसेच आहे, पुरुषांचे तसेच आहे, त्यांना पूर्णवेळ म्हणजे काहीतरी नांव करून दाखविले पाहिजे. जगामध्ये काहीतरी विशेष दाखवलं पाहिजे असे प्रत्येकाला वाटत असते. मुख्य म्हणजे पैसे कमविले पाहिजेत आणि ते पैसे कसे जमविले पाहिजेत, हे मुख्य असते. त्याच्यामुळे सगळ्या बायका आणि पुरुष यांच्याच मागे लागलेले आहेत की आम्ही पैसे कसे कमविले पाहिजेत. या

पैसे कमविण्यामुळे कधी कधी नवराबायकोचे पण पटत नाही आणि कुणाचेच कोणाशी पटत नाही.

मी लंडनला पहाते की, टेलिव्हीजनवर नवरा-बायकोची भांडणे दाखविणार नाहीतर आई मुलांची भांडणं दाखविणार, नाहीतर भाऊ बहिणीचे भांडण दाखविणार, भांडणच दाखवितात दुसरं काहीच नाही. म्हणजे कुठे प्रेमाने कुणी कुणाशी बोलताना कधी दिसतच नाही. हसायला लागले की, इतके घाणेरडे हसतील की हे ही बघायला नको. शेवटी तुम्हाला टेलिव्हिजन बंद करावा असे वाटेल. तेव्हा आपापसात प्रेमाने रहावं. तुसडे पणा करणे किंवा कुणाला कमी लेखणं, कुणाशी वाईट रीतीने बोलणे हेसुद्धा माणसाचे दोष आहेत. हे रोग एकदा जडले की समाज एकदम ढासळून पडतो. जेव्हा पिंगला नाडीवर आपण फार प्रवेश करतो आणि पिंगला नाडी जेव्हा फार आपल्यात बलवत्तर होते त्यावेळेला माणसामध्ये एक तऱ्हेचा उद्दामपणाचा वेग येतो आणि त्वेषामध्ये त्याचे हे लक्षात येत नाही की, आपण दुसऱ्याला काही वाईट बोलत आहे, आपण बेशरमासारखे वागत आहोत, दुसऱ्याच्या भावना दुखवत आहोत, दुसऱ्याला आपण ठेच मारलेली आहे. यावर आता काय उपाय केले पाहिजेत?

मी लोकांना म्हणते की, तुम्ही प्लॅनिंग करू नका; आधी परमेश्वराचं प्लॅनिंग बघा आणि मग प्लॅनिंग करा. परमेश्वराचे (Planning) हे ओळखलं पाहिजे आणि परमेश्वराचं प्लॅनिंग आपण जोपर्यंत ओळखू शकत नाही, तोपर्यंत आपल्या प्लॅनिंगला काही अर्थ लागत नाही. प्रत्येक प्लॅनिंगमध्ये अध्यात्म आहे. प्रत्येक प्लॅनिंग मध्ये परमेश्वराचा हात आहे कारण त्याचे कार्य हे फार मोठे आहे, आणि त्याची शक्ती ही फार मोठी आहे. त्याचेजवळ सर्व तऱ्हेच्या शक्त्या आहेत आता हे जे ब्रह्मतत्त्व आहे ते आपल्या हातातून येत राहते. तेव्हा त्याचा फायदा आपल्याला सहजयोगात कसा होतो हे मी सांगणार आहे.

जेव्हा ब्रह्मतत्व जागृत होते तेव्हा आपला संबंध कार्यक्षेत्रात जे काही आपण करतो त्याला एक तऱ्हेची इतकी धार लागते म्हणा किंवा त्या कृतीला एक रूपरेषा येते. त्या रूपरेषेची एक गुणकसंख्या (Coefficient)आहे. त्याचे गुणसंख्या (Coefficient) काढले तर त्याच्यातून बरोबर व्हायब्रेशन्स येतील. या व्हायब्रेशन्स सुरू झाल्याबरोबर दुसरा मनुष्य जो बसलेला असतो, त्याच्या आत्म्याला आनंद होऊ लागतो आणि त्यालाही ते प्राप्त होते आता आमच्यातले एक सहजयोगी होते ते माझ्याकडे आले ते म्हणाले, माताजी मी काय करू? तर मी म्हटलं Interior Decorator व्हा.तर ते म्हणे कपाळ माझं, लाकूड कशाशी खातात ते मला माहीत नाही, तर तुम्ही मला Interior Decorator व्हायला सांगता! मी म्हटलं करून तर बघा. नुसत्या व्हायब्रेशनवर आणि आज त्यांनी लाखो रुपये कमविले. म्हणजे असे आहे की नुसत्या व्हायब्रेशन्सनी कळते आणि जे व्हायब्रेशन्सनी ठीक आहे ते जागतिक आहे. जी गोष्ट सर्व संसारात मान्य असते तिलाच चांगले व्हायब्रेशन्स येतात. तर सौंदर्यदृष्टी त्यांनीयेते. आता इथे बसल्याबसल्यासुद्धा तुम्ही सांगू शकता की कुठल्या ठिकाणी व्हायब्रेशन्स आहेत. तुमचे गुरू कोण? काही हरकत नाही. आता ते ह्या संसारात नाहीत! तरी तुम्ही सांगू शकता की, ते खरे होते की खोटे! फार तर काय इथून तुम्ही लंडनला फोन करू शकता. फार फार पण लंडनला एखादा मित्र असला तर तो मनुष्य आजारी आहे की नाही, हे तुम्ही इथे बसल्या बसल्या सांगू शकता. त्याला एकही पैसा लागत नाही. त्यावर आता पुढे असं की, तेथे ते आजारी आहेत आणि तुम्ही इथून आता त्यांना बंधन दिल्यावर तिथे ते ठीक होणार हे तुम्हाला जमू शकणार आणि त्याचे खूप मजेदार खेळ पण चालत असतात.

अहंकार अशी वस्तू आहे की ती जर तुमच्यात एकदा पसरली तर मात्र तुम्हाला पुष्कळ अंधकारात ओढू शकेल. स्वत:ला साधक ओळखू शकत नाही, इतक्या अंधकारात मनुष्य ढकलला जातो. आता अहंकार कसा येतो हे मी दाखविते. आता ही इडा नाडी ही इथून अशी सुरूवात होते, आणि ही पिंगला नाडी या जेव्हा कार्यान्वित होतात, तेव्हा त्यांच्यातून निघालेला धूर म्हणा किंवा एखाद्या फॅक्टरीतून धूर निघतात की नाही, किंवा त्याचे एखादे By Product म्हणा, म्हणून दोन संस्था तयार होतात. एक म्हणजे अहंकार व दुसरा म्हणजे प्रतिअहंकार. म्हणजे आपण जी क्रियाशक्ती वापरतो, तिच्यामुळे आपल्यात अहंकार निर्माण होतो. तो असा इकडून जाऊन आणि विरुद्ध बाजूला येतो आणि जेव्हा आपण भावनात्मक वागतो तेव्हा प्रतिअहंकार तयार होतो. जे लोक फार भावनात्मक असतात, त्या लोकांमध्ये प्रतिअहंकार असतो. समजा एखादे लहान मूल आईजवळ दूध पीत असलं आणि दूध पिताना त्याला अगदी आनंदात राहायचय, तेव्हा आई त्याला सांगते की, आता बघ रडू नको तुला दुसरीकडे घेते. तिने जसे वळवले तसे त्याला अहंकार आला. कशाला माझ्या आनंदात बिब्बा घातला? अहंकार आल्याबरोबर, बघ आता रडायचं नाही, चूप रहा, आईने असे म्हटल्याबरोबर

त्याच्यात प्रतिअहंकार आला, म्हणजे तो चूप झाला. जेव्हा अहंकार दाबला जातो तेव्हा प्रतिअहंकार येतो. आपण जे वाचन करतो, म्हणजे जे आपल्यामध्ये संस्कार होतात, ते सर्व प्रतिअहंकारानी होतात आणि जे अहंकारानी आपण कार्य करतो, ते तर आपल्याला माहीतच आहे. पण सुख सुसंस्कार वेगळी गोष्ट आहे. संस्कार नुसते करून घ्यायचे तर पुष्कळसे लोक म्हणतात आम्ही मानतच नाही ही गोष्ट. ही प्रतिअहंकाराची गोष्ट आहे. दुसरा अहंकारी मनुष्य असतो. तो म्हणतो माझा परमेश्वरावरच विश्वास नाही. मी देवालाच मानत नाही. मी कुणालाच मानत नाही. म्हणजे कोणतेच संस्कार नाहीत त्याच्यावर. एकामध्ये अत्यंत, अतिसंस्कार झालेत आणि एका मध्ये कोणतेच नाहीत. त्यांना अहंकार आणि प्रतिअहंकार म्हणतात. आता ही शक्ती आहे, पिंगला नाडीत.आपल्यामध्ये कॅन्सर सारखा रोग होऊ शकतो. कॅन्सरसारखा रोग कसा होतो ते आपण पाहिले पाहिजे. एक डावी संस्था आहे. एक उजवी संस्था आहे त्यानंतर हे जे इडा नाडीचे कार्य आहे आणि पिंगलानाडीचे कार्य आहे आणि मधोमध सुषुम्ना नाडी आहे तर आपण जर ही उजवी नाडी(पिंगला)फार जास्त वापरू लागलो तर डावी नाडी (इडा) फार भारली जाते व बाजूचे हे चक्र आहे ते तुटते आणि आपल्यातल्या त्या त्या चक्रावरच्या देवता आहेत त्याएकतर झोपी जातात किंवा कधी कधी लुप्तही होतात. त्यानंतर ती बाजू (इडा किंवा पिंगला जी जास्त भारलेली असते ती)आपोआप चालू लागते व त्यामुळे कॅन्सरचा रोग होऊ शकतो. तर कोणत्याही गोष्टींनी तुमची सिम्पथॅटिक नर्व्हस सिस्टीम जास्त उत्तेजित होता कामा नये. तसेच खोटे गुरू केल्यामुळे किंवा काळ्या विद्येमुळे होतात. आश्चर्याची गोष्ट आहे की, कॅन्सरच्या मागे कोणत्या ना कोणत्या गुरूचा प्रकार असतो.

आता जी मधली शक्ती आहे तिला विष्णु शक्ती म्हणतात. ह्या शक्तीबद्दल मी उद्या सांगेन. जर मी आज सांगितलेल्या ह्या दोन शक्त्या नसत्या तर आपले इव्हॉल्युशन झाले नसते. आपण अमीबाचे मानव झालो नसतो व आज ह्या स्थितीला आलो नसतो की आपण सहजयोगामध्ये येऊन त्या परमस्थितीला प्राप्त झालो नसतो.

परमेश्वर आपणास सुखी ठेवो असा माझा आशीर्वाद.

● ● ●

सहज योग प्रसार-प्रचार कार्य

सहजयोगाचा प्रसार करून आधिकाधिक लोकांना कुण्डलिनी जागृतीचा अनुभव देणे ही प्रत्येक सहजयोग्याची प्राथमिक जबाबदारी आहे हे प.पू.श्रीमाताजींनी अनेक वेळा आग्रहाने सांगितले आहे. सहजयोगांतच समस्त मानवजातींचे कल्याण आहे हीच त्यामागची धारणा आहे.या कार्याला अधिक चालना देण्यासाठी पुणे सहजयोग केंद्राने गेल्या दोन वर्षापासून विशेष लक्षपूर्वक प्रयत्न चालवले आहेत. त्याची प्रेरक व्यवस्था म्हणून एक विशेष कमिटी कार्यरत आहे. या कार्यासाठी जास्तीत जास्त युवा पुढे यावेत व सामूहिकतेमधून जागृतीचे कार्य जोमदारपणें व्हावे हा या प्रयत्नांमागचा मुख्य उद्देश आहे. त्याचबरोबर समाजाच्या वेगवेगळ्या शैक्षणिक प्रशासनिक, औद्योगिक आणि सेवा-संस्था- अशा क्षेत्रांमध्ये कार्य करण्याचा प्रयत्न केला जात आहे. शिवाय आधुनिक काळानुसार संगणक व स्लाईडचा वापर करून सहजयोगाची माहिती दिली जात आहे आणि त्यासाठीं विशेषकरून युवा पिढीकडून हे कार्य व्हावे असा प्रयत्न आहे.

सध्या साधारणपणें दर आठवड्याला चार-पाच कार्यक्रम होतात हा प्रतिसाद आणखी व्यापक व्हावा असेही लक्ष ठेवले जाते; महिलांसाठी असे वेगळे कार्यक्रम घेण्याचेही प्रयत्न केले जातात. कांहीं उल्लेख करायचे म्हटले तर पुण्यातील जि.ज.एन.एन.डी.टी. संस्था, जिवन माता विद्यालय, पुण्याजवळील आकुर्डी, वारजे, कळस (विश्रांतवाडी), धायरी, बारामती जवळ होळ व वडगांव हा ग्रामीण भाग, नारायणगांव इत्यादी ठिकाणी चांगला प्रतिसाद आहे व कांही नवीन ध्यान केंद्रे ही सुरु झाली आहेत. कार्यक्रमधें सुसूत्रता यावी या उद्देशानें उपस्थितांना महिला, युवा, वयस्कर, सुशिक्षित, ग्रामीण इ.ना योग्य स्तरावर सहजयोग कसा सांगावा यासाठीं उपयुक्त होईल अशी मार्गदर्शक प्रणाली तयार करण्याचेही प्रयत्न चालूं आहेत. या कमिटीचे कार्यकर्तें वेगवेगळ्या केंद्रावर जाऊन ही माहिती देत आहेतच.वाचकांनीही या कार्याची माहिती इतरांना देऊन कार्य पुढें नेण्यासाठी आणखी सामूहिक प्रयत्न व्हावेत यासाठीं ही माहिती दिली आहे. हे सतत चालणारे कार्य आहे व त्याला सामूहिक यश अधिकाधिक मिळावे हा उद्देश आहे.

● ● ●

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

गुरु पूजा, २००५

प. पू. श्रीमाताजी निर्मलादेवींचे जन्मस्थान
छिंदवाडा (मध्यप्रदेश)