चैतन्य लहरी

मार्च - एप्रिल २००९

मराठी

Happy Birthday

या अंकात

मर्यादांचा अर्थ - १

ईश्वर साक्षात्कार - ९

श्रीखंड - १६

ध्यान धारणा व प्रार्थना - १७

ज्या मर्यादा आपल्या चारी बाजूला बांधल्या होत्या त्यामुळे आपण सबल होऊन जाणार.

आपण तर इतिहास जाणता आणि पौराणिक गोष्टीसुद्धा जाणता की होलिका जाळल्यामुळेच होळी जळली. त्यामध्ये शेतकऱ्यांचेसुद्धा सर्व कामं संपले आणि असा विचार करून की 'जे काही पेरलं होतं त्याचं फळ मिळालं होतं. ते सर्व विकून आता आरामात बसलेले आहोत तर थोडा आनंद उपभोगला पाहिजे.'

आणि याहूनही आधीची गोष्ट ही आहे की होळीची सुरुवात जी आहे ती त्या मुहूर्तामध्ये बसवलेली गोष्ट आहे हे कामसुद्धा श्रीकृष्णांनी केलं. कारण श्रीराम जेव्हा जगामध्ये आले तेव्हा श्रीरामांनी स्वत: आपल्या जीवनाने मर्यादा उभारल्या आणि आपल्या वागणुकीने, आपल्या आदर्शाने, आपल्या व्यवहाराने की माणूस जो आहे, तो मर्यादापुरुषोत्तम आहे. हा जो मर्यादापुरुषोत्तम, हे एक चरित्र, एक महान आदर्श आम्हा लोकांपुढे ठेवला गेला की जो राजा आहे तो हितकारी असायला हवा. ज्याला सॉक्रेटिसने 'बेनोव्हेलंट किंग' म्हटले आहे. त्या आदर्श स्वरूपामध्ये श्रीराम या जगामध्ये आले आणि इतका मोठा आदर्श त्यांनी सर्वांसमोर ठेवला की, लोकांच्या हितासाठी, लोकांसाठी त्यांनी आपल्या पत्नीपर्यंतचा त्याग केला. वास्तविक त्यांची पत्नी साक्षात महालक्ष्मी होती. त्यांना माहीत होतं की तिला काही होऊ शकत नाही. तरीसुद्धा लोकाचारामध्ये, जगासमोर त्यांनी आपल्या पत्नीचा त्याग केला. ज्यायोगे आपल्याविषयी लोकमत विक्षुब्ध होणार नाही आणि लोकमताचा मान राहील.

आता वर्तमानपत्रामध्ये आपण बघतो, आपल्याकडे लोकमताचा जरासुद्धा विचार केला जात नाही. लोक बिलकूल निर्लज्जतेने राज्य करतात आणि त्याच्याकडे लक्ष देत नाहीत. याचे कारण हे आहे की 'मर्यादापुरुषोत्तम' च्या बाबतीत त्यांना माहिती नाही किंवा माहिती असेल, तर ते त्यांना समजत नाही आणि समजत असेल, तर ते त्याला आत्मसात करीत नाहीत. ही किती आवश्यक गोष्ट आहे

मर्यादांचा अर्थ....

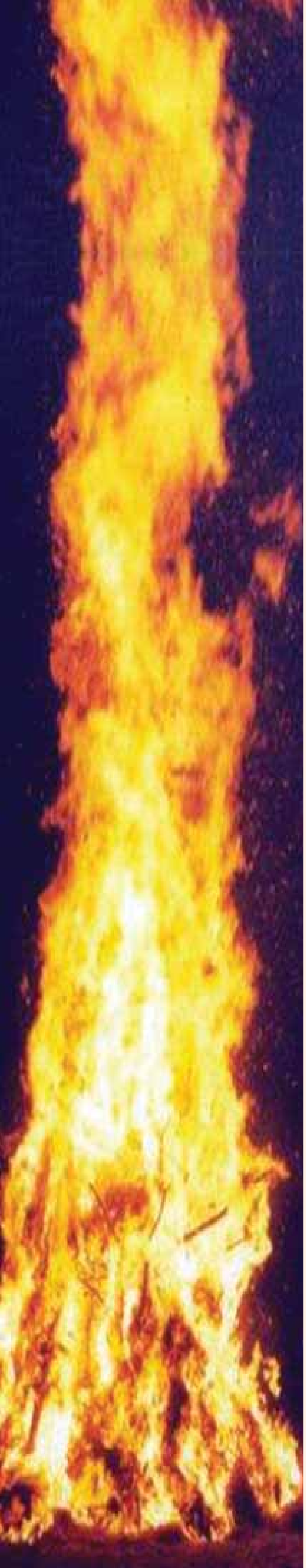
की, जे राज्य करतात त्यांनी आपल्या मर्यादेमध्ये राहिलं पाहिजे. आपल्या मर्यादांना बांधलं जाईल. राज्यकर्ते काही मर्यादा, काही आदर्श किंवा काही विशिष्ट प्रणालींशिवाय चालू लागले तर समाज तर घातक होईलच पण सर्वात जास्त जे राजकीय आणि विश्वबंधुत्व आहे ते सर्व नष्ट होऊन जाईल.

आज मनुष्य जो आहे तो आपल्या देशातसुद्धा संकीर्ण होत चालला आहे. कारण आपण आपल्या मर्यादा ज्या बांधायला हव्या होत्या त्या बांधल्या नाहीत. जसं 'मुंबईवाले' आणि 'दिल्लीवाले' आहेत. मग मुंबई शहरवाले पर जुनी दिल्लीवाले झाले मग मुंबई शहरवाले झाले परत जुनी दिल्लीवाले झाले. परत नोएडावाले झाले. करत करत याप्रकारे आपण आपल्या सीमा बांधत चाललो आहोत. जेव्हा आपण विश्वबंधुत्वामध्ये उतरलो, जेव्हा आपण जगाचे एक नागरिक झालो तेंव्हासुद्धा, आपण या प्रकारच्या छोट्या छोट्या मर्यादांमध्ये बांधले गेलो आहोत. आणि ज्या मर्यादा आपण आपल्या व्यक्तित्वामध्ये बांधायला पाहिजेत त्या आपण बांधल्या नाहीत. ज्या श्रीरामांनी ठेवल्या होत्या, कारण श्रीराम विश्वासाठी एक आदर्श रूपामध्ये आले होते. पण त्यांचे स्वत:चे जीवन एक आदर्श आणि मर्यादांनी बांधलेले होते.

होळी पूजा, दिल्ली
२८-०२-९१

ज्या मर्यादा आपण बांधल्या आहेत त्यांनी तर आपण क्षुद्र होणार, लहान होऊन जाणार, संकीर्ण होऊन जाणार पण ज्या मर्यादा आपल्या चारी बाजूला बांधल्या होत्या त्यामुळे आपण सबल होऊन जाणार. जसं एक विमान आहे आणि त्याच्या आतले स्क्रू वगैरे नीट बांधले नाही आणि ते नीट जोडले नसतील तर ते कार्यान्वित होत नाही, तर जेव्हा हे विमान उडतं तेव्हा त्याची सर्व शक्ती नष्ट होऊन जाते ज्या मर्यादा शक्तीला नष्ट करतात, त्या आपण खूप सहजतेने बांधून घेतो. परंतु ज्या मर्यादा आपल्या शक्तीला वाढवितात, आपलं हित करतात त्या आपल्याला एक प्रभुत्व देतात. एक अस्तित्व देतात, एक मोठेपण देतात, त्याला आपण मानत नाही. आमचे विचार आणि आमची मर्यादा हा एक मोठाच दोष आहे. पण तरीसुद्धा या मर्यादांमध्ये बांधलेल्या लोकांनी त्यांच्याप्रमाणे वागणं जेव्हा सुरू केलं आणि मर्यादांचा अर्थ त्यात घुसणं, एक दुसऱ्यांपासून वेगळं होणं असा करून जेव्हा आम्ही आपल्याला याप्रमाणे संकीर्ण करत राहिलो त्यावेळी आपण आपल्याबद्धल विचार केला पाहिजे की आम्ही कोणत्या मर्यादा बांधल्या आहेत? आणि कोणत्या मर्यादा आहेत ज्या आम्ही बांधल्या पाहिजे होत्या. त्या राखल्या नाहीत त्यामुळे आपलं सारं सामाजिक, राजकीय जीवन, विश्वबंधुत्वाच्या भावना सगळ्या एकदम विस्कळीत झाल्या. परंतु ज्या मर्यादा, श्रीरामांनी बांधल्या होत्या त्यामुळे अशा प्रकारच्या मर्यादा लोक बांधू लागले होते, ज्या मी तुम्हाला सांगितल्या आणि कर्मकांडामध्ये जाऊ लागले. आणि धर्म म्हणजे अशी गोष्ट नाही की, ज्यामध्ये तुम्ही हसू शकत नाही; बोलूसुद्धा शकत नाही.

आपण उपासतापास करा, एकांतात रहा, अशा प्रकारचे त्या काळचे ब्राह्मणाचार होते आणि ज्या पंडितांनी या प्रकारच्या चुकीच्या गोष्टी सांगितल्या की हाच धर्म आहे. धर्माचा अर्थ असा आहे की तुम्ही कर्मकांड करा, अमुक एका गोष्टीसाठी, तमुक एका गोष्टीसाठी पैसे द्या आणि गंभीरतेने राहा, हसू नका, बोलू नका, कोणाला भेटू नका, एकांतात रहा. अशाप्रकारच्या धारणा ज्या लोकांनी बनवल्या होत्या, त्या तोडण्याकरिता श्रीकृष्णांनी जन्म घेतला. श्रीराम स्वयं साक्षात् श्रीकृष्ण, त्यांनी जन्म घेतला होता आणि



श्रीकृष्ण बनून आले, लीला रचल्या आणि सर्व जगात लीलेचा प्रचार केला.

दुसरी गोष्ट ही की, श्रीरामांनी लोकांच्या गहनतेला कशा प्रकारे स्पर्श करायचा याबाबतही खेळ रचला. श्रीकृष्णांची जी लीला होती ती वेगळ्या प्रकारची होती आणि श्रीरामांचा जनतेसाठी जो त्याग होता तो वेगळा होता.तुम्हाला माहीत आहे की विशुद्धी चक्रावर 'जन' सामूहिकता होते आणि नाभी चक्रावर धारणा होते. विशुद्धी चक्रावर तुम्ही सामूहिकतेत येता तर आता जेव्हा सामूहिकतेमध्ये आला तर सामूहिकतेमध्ये कशा तऱ्हेने श्रीकृष्णाने लीलेनेच लोकांना जागृत करण्याचा प्रयत्न केला तेव्हा ते लहान होते, पाच वर्षाच्या वयाचे होते तेव्हा त्यांनी स्त्रियांचे, ज्या आंघोळ करीत होत्या, कपडे लपविले. चार-पाच वर्षाच्या वयात मुलांन काय कळते? आजकालची मुलं जरा जास्त हुषार आहेत. त्या काळात तर वीस वर्षापर्यंतसुद्धा मुलांना काही अक्कल नसायची आजकाल सगळ्या गोष्टी फारच जास्त कळू लागल्या आहेत. अशा तऱ्हेने एका मोठ्याच अबोधितेमध्ये त्यांनी बायकांचे कपडे लपविले आणि हे लोक यमुनेमध्ये नहात असत. यमुनेमध्ये सीताजी ज्या साक्षात महालक्ष्मी होत्या, महालक्ष्मीतूनच उत्थान होते. महालक्ष्मी तत्वामधूनच तुम्ही मंडळींनी सहजयोगात प्राप्त केलं आहे ते आहे. तर त्यांच्या पाठीवर बसून बघत होते की कशा प्रकारे त्यांची जागृती होईल. दृष्टी त्यांच्या पाठीवर असे. बायका घडा घेऊन चालत होत्या त्यांचे घडे मागून तोडत होते म्हणजे ते पाणी, यमुनेचं ते पाणी जे चैतन्यमय झालं ते, ते घडे फोडल्यावर पाठीवर पडत असे तर त्यानेसुद्धा त्यांची जागृती व्हायची. त्यानंतर रास 'रा' म्हणजे शक्ती, 'स' म्हणजे सहित. जसं 'सहज' आहे. तेव्हा रास खेळत हात पकडून. तेव्हा सर्व लोक थकून जात होते. श्री राधाजी सांगत होत्या, 'मी तर दमले.' रा...धा... म्हणजे शक्ती धारण करणारी. श्रीकृष्ण सर्व जाणत होते. म्हणत,'ठीक आहे, काही हरकत नाही. मी तुझे पाय दाबून देईन, पण तू आत्ता नाच.' आणि रासमध्ये नाचून श्री राधाजींची शक्ती सर्वांमध्ये संचरित करीत होते. मुरली वाजवत होते. मुरली पण एक प्रकारे कुंडलिनीच आहे कारण त्याच्यात असणारी भोकं अशा रीतीने आहेत जशी कुंडलिनीमध्ये चक्रं असतात आणि त्या नृत्यामधून राधाजींची शक्ती सर्वांच्या हातामधून वाहत असे. अशा प्रकारे त्यांनी लीला रचली.

पण नंतर होळीसाठीसुद्धा त्यांनी एक सुंदर उपाय शोधून काढला की पाण्यामध्ये रंग मिसळायचा. पूर्वी आजच्यासारखे घाणेरडे रंग नव्हते. पूर्वी इतके सुगंधित रंग असायचे, खूप करून खूप पवित्र गोष्ट समजून प्रत्येक सण, आमच्या काळीसुद्धा जेव्हा साजरा होत असे तेव्हा ते देखील समजून. आता तर अपवित्र गोष्टच चांगली मानली जाते. हल्ली लोक जे चिखल वगैरे खेळतात तो तर अनादर आहे. अशा प्रकारचं चैतन्य ते सर्वांच्या अंगावर फेकीत होते. ज्यामुळे, सर्वांचं अंगप्रत्यंग चैतन्यमय होईल. हा त्यांचा विचार होता. क्रीडा होती. असं नाही की तुम्ही लोकांवर अशा तशा गोष्टी फेकाल. मी तर असे ऐकले होते की यामुळे एकांचे प्राण गेले. त्यांच्या तोंडावर पाण्याचा फुगा मारला गेला होता. किती लाजिरवाणी गोष्ट आहे.

कोणत्याही अवतरणात ज्या सुंदरात सुंदर गोष्टी बनवल्या गेल्या त्यांचा कोणत्या प्रकारे विपर्यास करायला हवा, त्याचा कोणत्या प्रकारे नाश करता येईल, तसेच त्याची कमीत कमी

‘रा’ म्हणजे शक्ती आणि ‘स’ म्हणजे सहित.

खालच्या स्तराची कोणती गोष्ट बनविता येईल ही गोष्ट मानवाकडूनच होईल. जनावरंही असे करू शकत नाहीत. मानव तर रंग खेळता खेळता रंग संपला तर चिखल उचलेल, नंतर शेण उचलेल, त्याच्यानंतर टार (डांबर) उचलेल. त्यांना जोर चढला. अरे, कोणत्या गोष्टींसाठी होळी होत आहे? त्याचं तत्वच नष्ट करायचं आणि त्याच्याबरोबर जे सौंदर्य आहे ज्यामुळे आपल्यामधील प्रेमाला वाढ मिळेल. चैतन्यमय पाणी उडविलं जाईल. आणि त्याहूनही जास्त आपल्यामध्ये मेळ होईल. ज्या काही दुष्ट भावना आपल्यामध्ये आहेत त्या संपतील. एक प्रकारे स्वच्छंद होऊन, तन्मय होऊन एकमेकांबरोबर होळी खेळाल. त्यात कोणतीही पापाची भावना असता कामा नये. हृदयामध्ये काही खराबी असू नये. याप्रकारे इतकी सुंदर गोष्ट बनवली गेली होती आणि या गोष्टीचा जो विपर्यास आपण पाहतो तर फार आश्चर्य वाटतं. जशी आजकाल गणपतीची आराधना होते तिथे घाणेरडी, घाणेरडी सिनेमाची गाणी दारू पिऊन त्यांच्यासमोर ओरडणे.

गुजरातमध्ये आजकाल रास फार जोरात चालली आहे. नवरात्रीत तर दारू पिऊन सगळे लोक येतात स्त्रिया आणि पुरुष दारू पिऊन, चांगले, चांगले कपडे घालून आणि काय काय चालू होतं! एकदा लंडनमध्ये पाहिलं रासलीलेमध्ये स्त्रिया, पुरुष, मुलं, मुली सर्व दारू पिऊन इतक्या अश्लील तऱ्हेचे व्यवहार करत होते, की तिथे तर सर्व भुतंच नाचत होती. त्याच्या दुसऱ्या दिवशी पेपरमध्ये आलं यांच्याकडे रास असते, ती अशी असते त्यात असं असं होतं. म्हणजे पाश्चात्य लोक जिथे जे काम करायला लाजतील. ते तर नैतिकतेमध्ये आपल्यापेक्षा पुष्कळच कमी आहेत. तेसुद्धा जिथे लाजतील अशी हिंदुस्थानी करतात रास! ही फार शरमेची गोष्ट आहे. काय हे हिंदुस्थानी इथे येऊन हे प्रदर्शन करीत आहेत! दुसऱ्या दिवशी पेपरमध्ये आलं की हे लोक करीत असलेली रास अनैतिकतेचा एक बहाणा आहे.

ज्या मर्यादा नैतिकतेच्या आहेत, प्रेमाच्या, आदराच्या आहेत त्यांना सोडून आपण होळी खेळाल, तर आपण एक बहाणा शोधून काढला होळीचा, तो आपल्यामध्ये लपलेली घाण तिला आपण काढत आहोत त्याची शोभाच संपली. अशोभनीय कामामध्ये मजा येऊच शकत नाही. खास करून सहजयोगी मंडळींना तर येता कामा नये. सारं काही शोभनीय झालं पाहिजे. राससुद्धा तालबद्ध, स्वरबद्ध असते. रास ही नाही की ढमाढम वाजवत आहेत आणि एकमेकांवर पडून जात आहेत. यामध्ये शुद्ध चित्त असलं पाहिजे. यासाठी रास असते कारण नृत्य करतेवेळी माणसाचं लक्ष लय आणि सुरावर असतं आणि त्यामुळे त्याचं चित्त शुद्ध होतं.

हा होळीचा सण, जो श्रीकृष्णाने, लीलाधराने बनविला त्याची विशेषता हीच होती की, मनुष्याने याला फक्त लीला समजावी. सारं जग एक लीला आहे. आणि सहजयोगामध्ये येऊन तुम्ही लोक लीलामय झाला आहात. संगीतात, प्रत्येक गोष्टीत आपण तन्मय होऊन जाता आणि आनंदाने त्याचा लाभ घेता. आपापसात इतकं प्रेम आणि खूप शुद्ध भाव आहे आणि खूप नैतिकतेने आपण सगळं काम खूप सुंदरतेने करता यामध्ये काही शंका नाही.

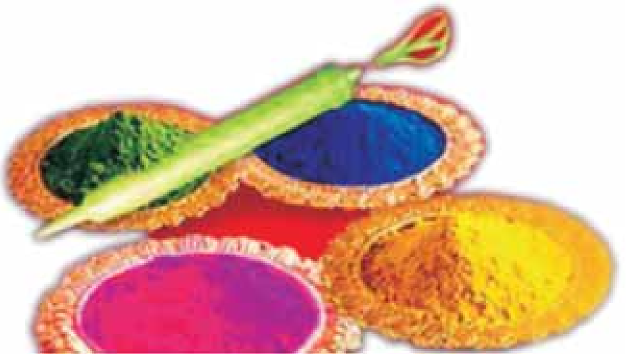
‘ पहिल्या प्रथम हा विचार केला पाहिजे की आपली विशुद्धी जागृत आहे की नाही. ’

पण लीलामय होणं हे विशुद्धीवर थांबणं असेल. विशुद्धीवर लीलामय आहे आणि त्याच्यापुढे आज्ञेवर जायचं आहे. जे आज्ञा चक्र आहे, तप आहे. तेव्हा आपल्याला होलिकेच्या जळण्यावर विचार केला पाहिजे की प्रल्हादच्या तपामुळे होलिका जळली होती. तर आपणही या तपामध्ये पुढे गेले पाहिजे कारण विशुद्धीवर तर आपण आलो समजा की सगळे आपापसात प्रेमाने राहतात. अजूनही असे लोक काही आहेत जे खूप गहनतेमध्ये उतरले आहेत पण असेदेखील थोडेफार लोक आहेत जे अजूनही आपल्या लहानसहान गोष्टींचा विचार करीत राहतात की मी कोणत्या जातीचा आहे, कोणत्या जागेचा आहे आणि मग असं कसं होऊ शकेल? आणि विश्वबंधुत्वामध्ये तर आपली जातपात, देशविदेश सगळं सुटून जातं. ज्या काही छोट्या मर्यादा झाल्या आहेत की आपण आज अमेरिकेमध्ये जन्मलो तर आपण अमेरिकन होतो, इथे जन्मलो तर हिंदुस्थानी होतो. याचा अर्थ असा नाही की आपण हिंदुस्थानात जन्मलो तर आपलं नातं अमेरिकनांशी नाही आता सगळे तर एकाच आईची मुलं-मुली आहेत. त्यामुळे विश्वबंधुत्वामध्ये उतरले आहेत.

पहिल्या प्रथम हा विचार केला पाहिजे की आपली विशुद्धी जागृत आहे की नाही. जेव्हा आपण होळी खेळतो त्यावेळी आपण मर्यादेमध्ये आहोत की नाही? आता कोणीतरी विचारलं होतं की, माताजी, स्त्रियांबरोबर पुरुषांनी होळी खेळली पाहिजे की नाही?' मी म्हटलं की, सहजयोगात नाही. कारण भाऊ-बहिणीत होळी खेळली जात नाही. कारण श्रीकृष्णाने आपल्याला मर्यादा घातल्या आहेत, ज्याप्रमाणे वहिनी आणि दीर. यांमध्ये एक प्रकारची मर्यादा असते पण भाऊ-बहिणीचं नातं किती सुंदर आहे. पूर्ण मर्यादा, पूर्ण प्रेम आहे. पण भाऊ-बहीण एक दुसऱ्याचा हात पकडून बसणार नाहीत. आपल्यामध्ये जी विशेष गोष्ट आहे, ती आपली संस्कृती आहे. भाऊ आणि बहीण दोघे बरोबर कधी बसणार नाहीत. पण प्रेम भाऊ-बहिणींमध्ये फार असते. तसे आपसात भांडतील पण कोणी त्याच्या बहिणीला काही म्हटलं तर मारहाणीपर्यंत जातील. रक्त सांडून येतील. या प्रेमाची जी विलक्षण प्रकृती आहे. एक विलक्षण प्रकृती आहे भावाबहिणींमध्ये. आणि जी निसर्गातून मिळाली आहे. नैसर्गिक आहे. तर बहीणभावात नितांत श्रद्धा आहे. भांडण करतील, तू-तू, मी-मी होईल पण आतून खूप जास्त प्रेम आहे आणि अत्यंत शुद्ध प्रेम आहे. या शुद्ध प्रेमाची होळी आपण खेळू शकत नाही. कारण कदाचित ह्यात बहिणीचा आपल्या हातून अपमान तर होणार नाही ना! भाऊ-बहिणीत फार सुंदर, गोपनीय, मर्यादित बांधले गेलेले प्रेम आहे आणि त्यांच्या संगोपनात अतिशय नैतिकता आहे तेव्हा भाऊ-बहिणीत होळी खेळणं मना आहे.

या लीलामय जीवनामधून आपल्याला जर वर यायचं असेल तर आपल्याला आज्ञेवर उतरणं जरुरी आहे. कारण या प्रकारच्या व्यवहारातून जो आनंद मिळतो. आपापसांत जी शुद्धता मिळते, चांगुलपणा मिळतो. विश्वबंधुत्व येतं त्यामुळे आपण विशाल होतो. गहनतेला स्पर्श करण्यासाठी तपस्वितेची जरुरी आहे. तपाचा अर्थ असा नाही की, बसून तुम्ही उपवास करा. पण आपलं चित्त जर खाण्यावर असेल तर ते तिथून बाजूला केले पाहिजे. माझं चित्त कुठे आहे हे पाहणं हीच तपस्विता आहे. कारण चित्तामुळेच आपण आपली आज्ञा खराब करतो. कुठे आहे माझं चित्त? मी काय विचार करतो आहे? यावेळी मी काय करतो आहे? हे जर आपलं चित्त आपण पाहिलं, अंतर्मनाला नेहमी आपल्यासमोर ठेवाल तर ते जे

‘ चित्त विचलित झाल्यास आपण कुठलीही गोष्ट गहनतेत धरू शकत नाही. ’



आहे ते आज्ञेमध्ये प्रकाशित होईल. हीच तपस्या आहे की, आपल्या चित्ताचा निरोध, चित्ताचं अवलोकन, चित्ताचा विचार. बघा, चित्ताची गोष्ट सुरू असतांना कुठे गेले चित्त? इतकं विचलित चित्त आहे. मी बोलते आहे आणि तुमचं चित्त आहे कुठे? तेव्हा चित्तावर लक्ष ठेवा. चित्ताचा निरोध म्हणजे जबरदस्त आत्म्याच्या प्रकाशात आपल्या चित्ताला पाहिल्यास, आपलं चित्त जे आहे ते आलोकित होऊन जातं. एकाग्र होऊन आपलं चित्त पाहिलं, जसे हा खांब आहे, यावर सुंदर फुलं लावली आहेत. आता प्रत्येक कटाक्षात हे निरीक्षण होऊन जातं. हे सर्व माझ्या लक्षात आहे. चित्ताप्रमाणे चित्र बनते. कारण चित्ताची एकाग्रता आहे. त्यापासून हे चित्त बनतं. त्यामुळे आपली स्मृती चांगली होते. सर्व गोष्टी पूर्णपणे आपण जाणू शकता. चित्ताने ही गोष्ट जाणू शकता. पण चित्त विचलित झाल्यास आपण कुठलीही गोष्ट गहनतेत धरू शकत नाही. मी बघते, जास्त करून विलायतेत एका माणसाला विचारलं, ‘तुझं नाव काय?’ तर खूप वेळ विचार करून त्या प्रश्नाचं उत्तर देऊ शकतात. जसं काही त्यांनी मादक पदार्थ घेतला आहे. हे मादक पदार्थाने झाले नसून इतकं चित्तामुळे झालं. चित्त इतकं विचलित झाल्याने काही गोष्टी लक्षातच राहत नाहीत. शुद्ध चित्त जे असतं ते एकाग्र आणि एकाग्र चित्त तीच गोष्ट ग्रहण करतं जी घ्यायची असते. जी घ्यायची नसते तिकडे बघतही नाही. आपणहून तिथून निघून जातं. ते इतके शुद्ध आहे की त्याला मलीन व्हायचं नसतं. सहजयोगाचं तप फक्त हे आहे की माझं चित्त कुठे जात आहे! माझं मन कुठे जात आहे. असे तप तुम्ही केलं तर तुम्ही लोक आज्ञाला गेलातच.

सहस्रारामध्ये काही प्रश्नच नाही कारण आम्ही बसलो आहोत. तर बरं आपण आज्ञेला उल्लंघिलं नाही तर सहस्रारामध्ये खूप मुश्किल होते कारण आज्ञेचं चक्र फार जास्त संकीर्ण आहे. त्याला खेचून काढणं फार कठीण आहे. बरं आज्ञेसाठी तप करणे जरुरी आहे. तुम्ही तप करणं चालू कराल तसं आपल्या आज्ञेला स्पर्श कराल. नाहीतर सहजयोगामध्ये एक साहेब सांगत होते. एका सहजयोग्याला कॅन्सर झाला आहे. तो प्रोग्रॅममध्ये येत असेल पण चित्त त्याचं इकडे-तिकडे असेल. असं कसं झालं? कॅन्सर तर होऊ शकत नाही. याचं कारण हे की, ते इथे बसले असतील, प्रोग्रॅममध्ये आले असतील पण ते आपल्याच विपत्तींचा विचार करत असतील. जे काही सांगितलं जात आहे ते न समजता स्वत:च्याच आतल्या गोष्टीचा विचार करून आपण त्यातच गेलात आणि त्यामध्येच आपल्याला कॅन्सरचा रोग झाला. आपण मनापासून काय विचार करतो. मनामध्ये आपल्या कोणते विचार येत आहेत. हेच ना की आम्हाला हे दु:ख आहे, ते दु:ख आहे, हा दु:खाचा डोंगर आहे. पण आपल्या आईचे किती आशीर्वाद आहेत याचा विचार करा. दिल्ली शहरात कोटी-कोटी लोक राहतात. कितीजणांना सहजयोग मिळाला आहे? आपण कोणी विशेष व्यक्ती आहोत. आपले चित्त वाया घालवायला आपण काही असे-तसे नाही. आम्हाला सहजयोग मिळाला आहे. याची धारणा झाली पाहिजे आतमधून आणि त्या अंतर्मनात उतरलं पाहिजे. त्यामुळेच खोट्या मर्यादा तुटून जातील. जर आपण तोडल्या नाहीत तर कुठल्या ना कुठल्या प्रकारे असे काही आपल्याला अनुभव येतील की त्या तुटतच जातील. ज्या गोष्टीबाबत तुम्ही विचार कराल ही माझी आपली आहे, आपण म्हणाल की आम्ही दिल्लीवाले आहोत, तर असा एक दिवस येईल की दिल्लीवालेच तुम्हाला ठिकाणावर पोहचवतील किंवा नोएडावाले असाल तर नोएडावाले तुमच्यामागे

बंदूक घेऊन लागतील. तेव्हा आपल्या ध्यानात येईल मी स्वत:ला नोएडावाला का म्हणतो ते मग 'ना घर का ना घाट का' अशी परिस्थिती येईल.

जोपर्यंत आपण या गहनतेमध्ये उतरत नाही तोपर्यंत तुम्ही स्वत:ला सहजयोगी म्हणाल पण मी मानत नाही या गोष्टीला. याचे कारण हे की, सहजयोग्याचे पहिले लक्षण हे की तो शांत चित्त असतो आणि अत्यंत सशक्त. त्याचं शरीर शुद्ध असतं, मन शुद्ध असतं आणि आत्म्याच्या प्रकाशाने साऱ्या विश्वामध्ये प्रकाश पसरवितो. जी व्यक्ती प्रेम करू शकत नाही ती आमच्या विचारानुसार सहजयोगी बिलकूल नाहीच. तो तर अजून पहिली पायरीपण चढला नाही. अशा तऱ्हेने जर आपण समजला की, आज होळी आहे. होळीच्या दिवशी तर आपण खूप मजा करणार, काही हरकत नाही. श्रीकृष्णांनी जेव्हा सांगून टाकलं, खेळा, सगळी दुनिया लीला आहे. आणि लीलेवर ज्या मर्यादा आहेत त्या मिळविण्यासाठी आज्ञेवर आपल्याला तप केलं पाहिजे. जसं आपण आकाशात पाहता की खूप पतंग उडत असतात. पण दोर त्याच्या हातातच असतो आणि कोणताही पतंग हातातून सुटून गेला तर कोण जाणे कुठे जाईल. तोच हात आत्मा आहे. तर आपल्या चित्ताला आपल्या आत्म्याकडे ठेवा. आपल्याला शुद्ध करत जाणेच आहे. सहजयोगामध्ये 'तपस' रूप आहे. आज आपण हवन केलं हे तप आहे. कारण अग्नी सर्व गोष्टीचं भस्म करतो. त्याचप्रमाणे आपल्या तपाने आपल्यामधील जे काही या प्रकारचे दुर्विचार आहेत किंवा चुकीच्या मर्यादा आहेत त्या सर्व तुटतील. आनंद मिळविणं हा तुमचा अधिकार आहे आणि तुम्ही आनंद मिळवू शकता, आणि मिळवला आहे पण आपला आनंद वाटायला आपल्यामध्ये गहनता असली पाहिजे.

जर आपण गंगेमध्ये छोटीशी वाटी घेऊन जाल तर आपण वाटीभर पाणी घेऊन येऊ शकता. पण जर आपण घागर घेऊन गेलात तर घागरभर घेऊन येऊ शकता पण अशा प्रकारे तुम्ही व्यवस्था केली की, पूर्णपणे पाणी वाहत येईल, तुमच्याकडे तर आपल्या चारी बाजूला गंगाच वाहत राहील. तर आपण कोणत्या स्थितीमध्ये आहोत हे पाहिलं पाहिजे. काय आपण सहजयोगामधून वाटीभरच पाणी घेत आहात? का आपण सीमित आनंदातच आहात? का सर्वांच्या आनंदासाठी आहात? आणि आपण स्वत:च त्याचं स्रोत आहात का? मग तुमच्या लक्षात येईल की होळी खेळण्यासाठीसुद्धा गहनता पाहिजे. आणि या आनंदाचा सदैव उपभोग घेण्यासाठी देखील गहनता पाहिजे. म्हणून आज्ञा आणि विशुद्धीचं फार जवळचं नातं आहे. हे तर पितापुत्राचं नातं आहे. तोंड वाकडं करून राहायचं, बेकारच्या गोष्टी बोलायच्या किंवा अजिबातच बोलायचं नाही. या दोन्ही प्रकारामुळे विशुद्धी खराब होते. पण दुसऱ्यांना सुख देण्यासाठी चांगले बोलणे, दुसऱ्याचं प्रेम जोडण्यासाठी चांगले बोलणे. आपापसामधली भांडणं मिटविण्यासाठी सुंदररीत्या बोलणे या सर्वांमुळे विशुद्धी चक्र ठीक होत जातं आणि या प्रकारे जेव्हा आपली विशुद्धी ठीक होत जाते तेव्हा परत आपण पाहताच की जेव्हा मी कोणाशी बोलतो, तेव्हा वरून लोक खूष असतात, आतमधून होत नाहीत. तेव्हा आपल्या लक्षात आलं पाहिजे की माझी गहनता अजून आली नाही. एक छोटसं फूलसुद्धा कोणी हृदयापासून दिलं तर खूप प्रभाव सहजयोगामध्ये होऊ शकतो. तेव्हा पूर्ण हृदयाने कोणतेही कार्य करा. कोणतीही मैत्री असेल वरवर ठेऊ नका. अंतर्यामीची ठेवा. जोपर्यंत विशुद्धीमध्ये आज्ञेची गहनता येणार नाही. जोपर्यंत तुमची विशुद्धी खूपच उथळ राहून जाईल. आज्ञेची गहनता असणं फार आवश्यक आहे. याचा अर्थ असा की, विचार करून, त्याचं गणित करून आपण कोणतीही गोष्ट करू शकत नाही. की जर मी पाच रुपये दिले तर मला शंभर रुपये मिळतील किंवा असं केलं तर हे होईल. नाही. आतूनच मला वाटतं आहे की केलं पाहिजे. मला दिलंच पाहिजे. मी

‘ सहजयोग्याचे पहिले लक्षण हे की तो शांत चित्त असतो आणि अत्यंत सशक्त. ’

आत्तापर्यंत दाखवण्यासाठी किंवा पेपरात छापून यावं म्हणून असं काही केलेलं नाही तर आपण जे काही केलं आहे ते हृदयापासून. जेव्हा ही स्थिती आपल्यामध्ये येईल तेव्हा आपल्याला समजेल की आपली गहनता विशुद्धीवर काम करू लागली आहे आणि गहनतेमध्ये जेव्हा आपण विशुद्धी प्राप्त कराल तेव्हा आपलं जनहित, जनसंबंध आणि विश्वबंधुत्व जे आहे त्यामध्ये काही अडचण येणार नाही.

आज होळीच्या दिवशी आपल्याला त्या सर्व गोष्टी जाळून टाकल्या पाहिजेत ज्यांच्यामुळे आपलं चित्त खराब होतं. ज्यामुळे आज्ञा खराब होते. दोन्ही गोष्टी आहेत की चित्त पण साफ होईल आणि आनंद आणि बोधामध्ये आपण होळी साजरी करू. ज्यादिवशी याची जोडणी होईल, दोन्ही चक्रामध्ये एकरूपता येईल तेव्हा सहस्रारावर क्रॉस करतात. ओलांडतात. जेव्हा विशुद्धीकडे आपलं चित्त जातं तेव्हा विशेषत: राधाजींची शक्ती जी आल्हाददायिनी आहे-आनंद देणारी आहे, त्यांना पाहून लोकांना आंनद होतो. ती आल्हाददायिनी वरवरची तोंडापुरती राहून जाईल. तर या दोन्हींच्या मेळाबाब आपण विचार केला पाहिजे. आपल्यामध्ये गहनता येणं फार जरुरी आहे. आणि गहनतेने गोष्टीचा आनंद देणंसुद्धा फार जरुरी आहे.

आपणा सर्वांना अनंत आशीर्वाद!

ईश्वर साक्षात्कार

महाशिवरात्री पूजा प्रवचन, सिडनी

दि.३ मार्च १९९६

आज आपण शिवाची पूजा करणार आहोत. श्री शिव तुम्हाला माहीतच आहेत. श्री शिव आपल्या आत सदाशिवाचे प्रतिबिंब आहेत. मी प्रतिबिंबासंबंधी यापूर्वी सांगितले होते. सदाशिव हे सर्वशक्तिमान ईश्वर आहेत जे आदिशक्तीच्या लीलेचे निरीक्षण करीत असतात. ते परमपिता आहेत, जे त्यांनी आणि आदिशक्तीने निर्मिलेल्या सृष्टीकडे बघत असतात. आदिशक्तीला त्यांचा आधार पूर्णपणे आश्वासक आहे. आदिशक्तीच्या कर्तृत्वाबद्दल त्यांच्या मनात तिळमात्रही शंका नाही. परंतु जेव्हा ते बघतात की आदिशक्तीच्या कार्यात जगातील काही लोक अडथळा आणतात वा त्रास देतात, ते त्यांच्या विनाशाच्या रूपात जाऊन अशा लोकांना नष्ट करतात आणि कदाचित पूर्ण जगाचा नाश करतात.

एका बाजूला ते निश्चितच क्रोधी आहेत परंतु दुसऱ्या बाजूने ते करुणेचा व आनंदाचा सागर आहेत. म्हणून जेव्हा ते आपल्यात प्रतिबिंबित होतात आणि आपल्याला आत्मसाक्षात्कार प्राप्त होतो, तेव्हा आपण आपल्या आत्म्याचा प्रकाश मिळवितो व आनंदाच्या सागरात डुंबून जातो. याशिवाय ते ज्ञानाचा महासागर आहेत. म्हणून ज्यांना आत्मसाक्षात्कार मिळतो त्यांना दैवी ज्ञानदेखील प्राप्त होते. जे फारच सूक्ष्म आहे आणि प्रत्येक अणू-रेणूत ओतप्रोत आहे. या ज्ञानात शक्ती आहे. त्यांची कार्यशैली अशी आहे की ते आपल्या करुणेत दुष्ट राक्षस, जे त्यांना पूर्ण शरण जातात, त्यांनाही क्षमा करतात कारण त्यांच्या करुणेची काही सीमा नाही. कधीकधी ते लोक जे त्यांच्याकडून (सदाशिव) आशीर्वादित होतात व आदिशक्तीच्या भक्तांना त्रास देण्याचा प्रयत्न करतात. पण हे एखादे नाटक करण्यासारखे आहे. जोपर्यंत तेथे नाट्य निर्माण होत नाही, लोकही समजून घेत नाहीत. म्हणून रामायण, महाभारत व येशू ख्रिस्ताचे सुळावर जाणे अपेक्षित होते. मोहम्मद साहेबांनाही त्रास होणे आवश्यक होते. हे सर्व नाटक, लीला घडणे आवश्यक होते. कारण अशा प्रकारच्या घटनांशिवाय लोक त्यांची आठवण ठेवत नाहीत. म्हणून मानवाच्या आध्यात्मिक जीवनात शिवाचे आशीर्वाद आणि आदिशक्तीची शक्ती या दरम्यान बरेच नाट्यमय घडून गेले आहे.

जसजसा काळ सरत गेला आणि मानवाच्या आध्यात्मिक इतिहासात एक महान शोध लागला, ज्यामुळे आज हजारो लोक मोठ्या प्रमाणात समूहातून आत्मसाक्षात्कार मिळवू शकतात. आपण हे ओळखले पाहिजे की हा आत्मसाक्षात्कार काय आहे? आम्हाला हे मिळाले, त्याचा अर्थ काय आहे? त्याचा उत्कर्षाचा परमबिंदू काय आहे?

सर्वप्रथम मला तुम्हाला सांगितले पाहिजे मनाविषयी, ज्यावर आपण अवलंबू राहतो, ते एक

मिथ्या आहे. मन म्हणजे काही नाही. मेंदू वस्तुस्थिती आहे, मन नव्हे. आपले मन बाह्य वातावरणाच्या प्रतिक्रियेवरून आपण बनवितो, एकतर आपण परिस्थितीच्या प्रतिक्रियेतून वा आपल्या अहंकारातून ते बनवितो. अशारीतीने हे मन तयार होते, वास्तवाच्या समुद्रातील बुडबुड्यासारखे, परंतु ते सत्य नाही. या मनातून आपण जो काही निर्णय घेतो, आपण जाणतो की तो फारच मर्यादित, भ्रामक आणि कधी-कधी त्रास देणारा असतो. मन हे नेहमी एका सरळ रेषेत जाते, त्यात सत्य नसते आणि मग ते परत उलटून बूमरँगसारखे परत येते म्हणून सर्व उद्योग, सर्व नियोजन आपण जे केलेले असते. ते आमच्यावर उलटते. जे आपण शोधलेले आहे, एका विनाशी शक्तीच्या रूपातून आमच्याकडे परत येते किंवा एखाद्या संकटाच्या रूपात येते. म्हणून आम्हाला निर्णय घ्यायला हवा, आम्हाला काय करायचे आहे, मनाच्या या सापळ्यातून बाहेर कसे पडायचे.

कुंडलिनी यावरचे उत्तर आहे. जेव्हा ती जागृत होते, त्या जागृतीसह ती तुम्हाला मनाच्या पलीकडे नेते. मनाच्या पलीकडे जाणे ही प्रथम गोष्ट आहे. मनामुळे तुम्ही बऱ्याच गोष्टी साध्य कराल, पण त्या समाधान करू शकणार नाहीत. ते काही त्यावरील उत्तर नाही, ते तुम्हाला मदत करणार नाही. आणि जेव्हा आम्ही जास्त प्रमाणात मनावर अवलंबून राहायला लागतो, आपल्याला सर्व प्रकारच्या शारीरिक, मानसिक आणि भावनात्मक समस्या निर्माण होतात. आता सर्वात नवीन आहे ताण. ताण-तणाव आणि यावर काही उपाय नाही असे लोक म्हणतात, पण सहजयोगात मनाच्या पलीकडे जाऊन त्यावर उत्तर मिळते. आपल्या प्रगतीच्या आड येणारा हा अडथळा आहे. म्हणून तुम्हाला जेव्हा जागृती मिळते, तुम्ही हे समजून घेतले पाहिजे, की तुमच्या कुंडलिनीने तुमचे चित्त मनाच्या पलीकडे नेले आहे. आम्हा मानवाला बाह्य जगातून प्रतिकार यामुळे येतो, कारण मानवाचा मेंदू लोलकासारखा आहे. जेव्हा दैवी शक्ती यातून जाते, मी याविषयी पुस्तकातून सांगितलेले आहे. ती अपवर्तित होऊन विखुरली जाते व आपले चित्त बाह्य जगताकडे जाते आणि आपण प्रतिक्रिया देतो.

जर आपली प्रतिक्रिया तीव्र असेल तर ते बुडबुडे भयानक मनाची निर्मिती करतात. जे कोणत्याही स्तराला जाऊ शकते. ते उचित समजल्याने तुमचा अहंकार अधिकच वाढतो. अहंकार आणि प्रतिअहंकार या मनाची निर्मिती करतात आणि त्यातून झिरपू लागतात आणि हे मन अनेक प्रकारच्या कल्पना, विचारांच्या संग्रहाच्या पूर्तीसाठी, ज्याला काही आधार नाही. सत्य नाही, पूर्ण करण्यासाठी प्रयत्नशील राहते. हे एखादा कॉम्प्युटर तयार करून त्या कॉम्प्युटरचा गुलाम होण्यासारखे आहे. आपण घड्याळे तयार करतो आणि त्यांचे गुलाम बनतो अशाप्रकारे मानवावर हे नियंत्रण मिळवतात. जेव्हा अतिशय शक्तिशाली मनाची व्यक्ती विनाशकारी निर्णय घेते, जसा हिटलरने विचार केला आणि विनाश करीत गेला. ज्याचा मानवाच्या संस्कृतीवर आणि आध्यात्मिकतेवर दूरगामी परिणाम होतो.

आता पहिली पायरी ही आहे की तुम्ही जागृत स्थितीत निर्विचार व्हावे जिथे तुम्ही मनाला पार करता. मनाच्याही वर जाता. मन

तुम्हाला प्रभावित करीत नाही. ही पहिली अवस्था आहे. जिला आपण निर्विचार चेतना म्हणतो. दुसरी अवस्था ती आहे जेव्हा तुम्ही परम चैतन्याच्या कार्यपद्धतीला बघता-सर्वव्यापी शक्तीला आणि तुम्ही अनुभवायला लागता सत्य जे श्री माताजींनी सांगितले की एक परमशक्ती आहे जी सर्व गोष्टींना कार्यान्वित करते, मार्गदर्शन करते. ही बऱ्याच अन्य प्रकारांनी मदत करते. हे सर्व स्पष्टरीत्या तुम्ही बघू लागता. ही निर्विचार चेतनेच्या घटनेची स्थिती प्राप्त करणे फारच सोपे आणि सरळ आहे. पण ही स्थिती बनवून ठेवणे अवघड आहे. तुम्ही अजूनही प्रतिक्रिया व्यक्त करता. कल्पना मांडता, काहीही बघता त्यावर प्रतिक्रिया देता. आता निर्विचार चेतनेची स्थिती प्राप्त करण्यासाठी प्रथम तुम्हाला तुमच्या चित्ताला बदलावे लागेल. उदा.एकदा आम्ही पालिताना येथील मंदिर बघण्यासाठी टेकडी चढत होतो. मी, माझी मुलगी आणि जावई होते. आम्ही बरेच थकून गेलो होतो. आम्ही बऱ्याच पायऱ्या चढलो होतो आणि वर गेल्यावर तिथे एक सुंदर मार्बलने बनविलेला विश्रांतीसाठी चौथरा होता. त्यावर आम्ही लवंडलो. ते सर्व थकलेले होते आणि म्हणाले, 'हे कशाप्रकारे मंदिर आहे?' ते सर्वजण तक्रार करीत होते आणि मी बघितले की अनेक फार सुंदर हत्ती कोरलेले होते. म्हणून मी माझ्या जावयांना म्हटले, 'या हत्तींकडे बघा. त्यांच्या शेपट्या वेगवेगळ्या प्रकारच्या आहेत.' ते म्हणाले, 'मम्मी, आम्ही इकडे मेल्यासारखे झालोत, हत्तीच्या शेपटीकडे कसे बघू शकतो!' परंतु माझे त्यांना सांगणे फक्त त्यांचे चित्तातील थकावट घालविण्यासाठी होते. मी त्यांना सांगितले की त्या हत्तीकडे बघा, ज्यांच्या शेपट्या वेगवेगळ्या पद्धतीने बनविल्या आहेत. म्हणून हे असे आहे की, आपले चित्त बाहेर फार वेळ जर ठेवले तर त्या ठिकाणाहून ते दुसरीकडे नेले पाहिजे. उदा. इथे काही सुंदर गोष्टी आहेत. तुमचे चित्त दुसरीकडे कुठे तरी आहे. या सुंदरतेला निर्विचारितेत बघा. तिचा आनंद घ्या. हे सुंदर कार्पेट्स बघा, काहीही विचार न करता त्यांच्याकडे बघा. कारण ते तुमच्या मालकीचे नाहीत. मग डोकेदुखी नाही. ते दुसऱ्यांचे आहेत त्यामुळे खूपच चांगले. अन्यथा जर ते तुमच्या मालकीचे असते तर तुम्ही विचार कराल. 'हे परमेश्वरा मी ते इथे अंथरले आहेत. त्यांचे काय होईल? त्यांचा विमा उतरवायला हवा किंवा काही करावे लागेल इ. ही मनुष्याची प्रतिक्रिया आहे. पण जर तुमचे नाहीत, तर तुम्ही त्यांना चांगल्या प्रकारे बघू शकता. तुम्ही फक्त त्यांना बघाल (विचार न करता). तुम्हाला आश्चर्य वाटेल की कलाकाराने किती सौंदर्याने ते भरले आहे. तुम्ही त्या कलाकाराला बघाल ज्याने तुम्हाला आनंदी, उत्साही बनवले आहे. आत्मसाक्षात्कारानंतर तुम्हाला दिसेल तुमच्यात एक आनंद भरला जातो. एक थंड तृप्तीची जाणीव येते आणि तुमची कुंडलिनी वर चढेल. आणि तुमच्या निर्विचारितेत तुम्ही स्थिर व्हाल. म्हणून जेव्हा तुम्ही एखाद्या गोष्टीकडे बघाल, एखाद्या सुंदर गोष्टीकडे बघाल, समजा आजच्या निवडणुकीकडे बघाल. उदा.निवडून आलेल्या या व्यक्तीकडे (पंतप्रधान जॉन हॉवर्ड) बघा. त्याच्याकडे बघितल्यावर त्याला आशीर्वाद मिळतील. त्यांना चांगल्या कल्पना सुचतील. तुम्हालादेखील सहजतेतून चांगले विचार येतील की कशाप्रकारे या व्यक्तीला एक यशस्वी व्यक्ती वा या देशाला यशस्वी लोकशाही बनवायचे आहे.

' फक्त साक्षी स्वरूप बना '

हे तेव्हाच घडेल जेव्हा तुमचे चित्त टीका वा प्रतिक्रिया देण्यापेक्षा फक्त बघेल आणि साक्षिरूपात राहील. फक्त साक्षिस्वरूप बना. प्रत्येक गोष्टीकडे साक्षिभावात बघा. आत्तापर्यंत असे कार्यान्वित झाले नाही. मी बघितले आहे की जेव्हा आपण आत्मसाक्षात्कार मिळवितो आम्ही हे जाणून घेत नाही की आम्हाला साक्षिस्वरूप बनायला पाहिजे. जेव्हा आपण आत्म्यातून बघतो तेव्हा दुसऱ्यांच्या वाईट गोष्टी बघत नाही तर चांगले बघतो. व्यक्तीमधील चांगल्या गोष्टी दृष्टीस पडतात. याप्रकारे जेव्हा तुम्ही बघायला लागता, तुमचा साक्षिभाव वाढीला लागतो आणि दुसऱ्या व्यक्तीमुळेही तुम्ही आनंदीत होता.

जपानमध्ये झेन पद्धती या आधारावरच सुरू झाली. आणि विधिधर्मा ज्याने हे सुरू केले, त्याने मॉसमधून बगीचा तयार केला. वेगवेगळ्या मॉसमधून बागा तयार केल्या. आणि त्यात छोटी-छोटी फुलेदेखील होती. आणि अक्षरश: पाच फुटाचा बगीचा ज्याचा आकार प्रश्नचिन्हासारखा होता. तुम्ही लिफ्टने जेव्हा वर पोहोचता, टेकडीच्या वा पर्वताच्या माथ्यावर तुम्ही हे छोटे छोटे मॉस आणि आकर्षकरीतीने रचना असणारी छान बाग पाहता. जेव्हा तुम्ही हे बघायला सुरुवात करता तुमचे विचार थांबतात. कारण अशा अद्भुत गोष्टीने तुमचे चित्त तिकडे त्या निर्मितीकडे वेधते, आणि तुमचे विचार थांबतात.

म्हणून तुम्ही, तुमचे विचार कशामुळे थांबतात त्याची प्रॅक्टीस करायला हवी. तुम्ही कशामुळे साक्षी बनता? तुम्हाला एकदा ही सवय झाली तर तुम्ही छानपैकी निर्विचारितेत स्थिर राहू शकता. मग तुम्ही सहजयोगाने कशी मदत झाली ते बघू शकता. त्याने कसे आशीर्वादित केले, सहजयोगातून तुम्ही काय मिळविले ते बघू शकता. तुम्ही अचंबित व्हाल जर तुम्ही निरीक्षण करावयास लागाल, प्रत्येक ठिकाणी परमचैतन्य काम करताना बघून आश्चर्यचकित व्हाल. या काळात परमचैतन्य फारच सक्रिय झाले आहे. कारण आता कृतयुग आले आहे. तुम्ही बघू शकता की माझ्या चारही बाजूंनी चैतन्यलहरी कशा कार्यरत आहेत. आणि माझ्या असंख्य फोटोग्राफ्समधून या चैतन्य लहरी तुम्ही बघितल्या आहेत. आणि माझ्यासमोर बसलेल्या अनेक सहजयोगींचे फोटो तुम्ही बघितले असतील. ज्यात त्यांच्या डोक्यावर माझे नाव अरेबिक भाषेत लिहिलेले बघितले असेल. तुम्ही अनेक गोष्टीतून दैवी शक्तीच्या लीला बघितल्या असतील. तरीही मन अनेक शंका उत्पन्न करेल, पण त्याकडे लक्ष देऊ नका. फक्त बघत रहा. सहजयोगाचा प्रभाव तुम्ही तुमच्यावर बघा, तुमच्या शरीरावर बघा, पण विचार करू नका. फक्त बघा. तुम्ही स्वत: आश्चर्य कराल तुम्ही कसे बदलले आहात. खरं तर मी जेव्हा ऑस्ट्रेलियाला येते, कधीकधी मी तुम्हा लोकांना ओळखू शकत नाही. तुम्ही फारच कमी वयाचे वाटता. जास्त प्रसन्न, उत्साहित वाटता. ज्यामुळे मी ओळखू शकत नाही की हे लोक कोण आहेत? ही साक्षिस्वरूप अवस्था जी तुम्हाला दुसऱ्या अवस्थेत घेऊन जाते ज्याला आपण निर्विकल्प चेतना म्हणतो. त्या अवस्थेत तुमच्यात इतकी शक्ती येते की तुम्ही दुसऱ्यांना

आत्मसाक्षात्कार देऊ शकता. तुम्ही सहजयोगाचे पूर्ण ज्ञान देऊ शकता. तुम्ही दुसऱ्यांना प्रवचन देऊ शकता आणि चैतन्य लहरी उत्सर्जित करू शकता. मी जेव्हा तुमच्याकडे बघते, मी उष्णता शोषून घेते. ती माझी समस्या आहे.

तर तुमची पूर्ण स्थिती, आध्यात्मिक स्थिती इतकी आनंदी होते. तुम्ही अतिशय शक्तिशाली बनता. तुम्ही इतके करुणाशील, इतके प्रेमळ, इतके समतोल बनता की पूर्ण रीतीने विध्वंसक विचारातून वेगळे, स्वच्छ, उदासीनतेतून स्वच्छ होऊन जाता. आणि मग तुम्ही महान सहजयोगी बनता. जे खूप कार्य करू शकतात. मी अलीकडे ऐकले की जर्मन आणि ऑस्ट्रियन सहजयोगी प्रचारासाठी इस्त्रायलला जाऊ लागले आहेत कारण त्यांना वाटते की त्यांच्या पूर्वजांनी यहुदी लोकांना मारले होते आणि आता इस्त्रायलमध्ये एक मोठे केंद्र स्थापन झाले आहे. जरा विचार करा, कशातऱ्हेने या स्थितीत या लोकांनी तिथे जाऊन इतके जास्त कार्य केले आहे. त्याचप्रमाणे तुर्कस्थानमध्ये, दक्षिण अफ्रिकेत दूरवर कमकुवत ठिकाणी कार्य केले. आणि आता ते इतके निर्धास्त झाले आहेत आपल्या निर्विचारितेत, आपल्या निर्विकल्प चेतनेत. परंतु ध्यानात जेव्हा तुम्ही प्रगती करू लागता तेव्हां होते काय की तुमचे चित्त प्रकाशित होते. आता काम आहे, हे चित्त कार्यान्वित करायचे. फक्त आनंद घेण्याऐवजी चित्ताला कार्यान्वित करायला हवे. व काही समस्या असेल तर तिकडे चित्त वळवायला हवे. समजा राष्ट्रीय पातळीवर एखादी समस्या आहे. तुम्ही सर्व त्यावर चित्त टाकू शकता म्हणजे ते कार्यान्वित होईल. कारण तुम्ही या परमचैतन्याचे माध्यम आहात. जे तुमच्यासाठी नवीन जग, नवीन मानव निर्माण करीत आहे. ही क्रांती मोठ्या वेगाने कार्यान्वित होऊ शकते आणि तुम्ही लोक जर निर्णय घ्याल की आपल्या आत जे (शक्ती) आहे त्याला प्रेरित करून योग्य दिशा देऊ व या चित्ताला काही चांगल्या कार्यात घालू. त्याचा दुरुपयोग व्हायला नको. जी काही संपत्ती आपल्याजवळ आहे तिचा दुरुपयोग करायला नको.

‘ सहजयोगात बऱ्याच लोकांना फायदा झाला आहे ’

आता आजचा मुख्य प्रश्न, ज्याविषयी मी तुम्हाला सांगणार आहे की परमेश्वराचा साक्षात्कार काय आहे?

प्रथम तर हा आत्मसाक्षात्कार आहे. बऱ्याच महत्त्वाकांक्षी व्यक्ती आहेत, ज्या ईश्वराचा साक्षात्कार मिळवू इच्छितात. प्रथम एक गोष्ट जाणली पाहिजे की मनुष्य ईश्वर बनू शकत नाही. हे बनण्यासाठी नाही. एकतऱ्हेने तुम्ही अजून आत्मा बनला नाहीत. कारण आत्मा तुमच्यातून उत्सर्जित होत आहे. तुमचा उपयोग करीत आहे. तुम्हाला देत आहे. तुमची काळजी घेत आहे. जर तुम्हीच आत्मा झालात तर काही उरत नाही. काही राहत नाही. म्हणून या अखंडीत शरीरातून आत्मा कार्य करीत आहे. तुम्हाला सर्व प्रकाश देत आहे. पण कुणीही सर्वशक्तिमान ईश्वर बनू शकत नाही. हे सर्वांनी चांगल्याप्रकारे ओळखायला हवे.

परंतु ईश्वरी साक्षात्कार काय आहे? तर ईश्वरासंबंधी जाणून घेणे की त्याच्या शक्त्या कशा कार्य करीत आहेत. कशाप्रकारे व्यक्ती ईश्वराचे अभंग अंग बनून त्याच्या शक्त्यांवर नियंत्रण करते. उदा.माझे बोट माझ्या मेंदूसंबंधी काही जाणत नाही. परंतु ते माझ्या मेंदूप्रमाणे कार्य करीत आहे. बोट मेंदू बनू शकत नाही. पण त्याला पूर्णपणे मेंदूच्या नियंत्रणानुसार वागावे लागते. कारण ते मेंदूशी जोडले गेले आहे. जणू ते एक आहे. येथे जेव्हा तुम्हाला ईश्वराचा साक्षात्कार होतो. तुम्ही मेंदूसंबंधी जाणता, ईश्वराला ओळखता, ईश्वराच्या शक्तीविषयी जाणता, तुम्ही त्याच्याविषयी सर्व जाणता.

आता माझ्याविषयी विचाराल तर तुमच्या दृष्टीने ती अवघड गोष्ट आहे. कारण मी महामाया आहे. माझ्याविषयी प्रत्येक जाणणे तुम्हाला अवघड आहे. मी फारच मायावी व्यक्ती आहे हे तुम्ही

जाणता. आणि जे काही मी करते, प्राप्त करते ते आपण लोकांनी ओळखावे की शेवटी ही आदिशक्ती आहे, जी सर्व काही करीत आहे. तुम्हीदेखील सर्वकाही करू शकता. पण तुम्ही लोक माझ्यासारखे बनू शकत नाही. तुम्ही हे ओळखायला हवे-प्रेमाने, भक्तीने आणि प्रार्थनेने. ईश्वराच्या शक्तीला ओळखणे हाच ईश्वराचा साक्षात्कार प्राप्त करण्याचा रस्ता आहे. मग तुम्ही निसर्गावर नियंत्रण करू शकता. प्रत्येक गोष्टीवर नियंत्रण मिळवू शकता. मात्र जर तुमच्यात परमेश्वराविषयीचे ज्ञान असेल तर. यासाठी पूर्ण विनम्रता हवी की तुम्ही सर्वशक्तिमान ईश्वर बनू शकत नाही. तुम्ही देवता बनू शकत नाही. परंतु निश्चितच तुम्ही ईश्वर साक्षात्कारी बनू शकता. याचा अर्थ असा की ईश्वर तुमच्याद्वारे कार्य करतो व तुमचा त्याची शक्ती म्हणून माध्यम म्हणून वापर करतो. आणि हे तुम्हालाही ठाऊक आहे की तो हे करीत आहे, सांगत आहे. त्याची दृष्टी काय आहे आणि ज्ञान काय आहे. कारण त्याचा संबंध असा आहे.

मला ठाऊक आहे, सहजयोगात बऱ्याच लोकांना फायदा झाला आहे. पण त्यांना हे माहीत नाही की कशा प्रकारे फायदा झाला. हे कसे आणि काय कार्यान्वित झाले? त्यांच्या कोणत्या संबंधामुळे त्यांना मदत झाली एकदा हे तुम्हाला समजायला लागले आणि कोणत्या शक्तीने तुम्हाला हे प्राप्त झाले तर हाच ईश्वर साक्षात्कार आहे. ज्या प्रकाराने लोक फारच शक्तिशाली होतात. याचा अर्थ असा की ते बऱ्याच गोष्टींवर नियंत्रण मिळवू शकतात. अशाप्रकारचे बरेच संत आहेत. पण काही वेळा अहंकाराला त्यांनी कुरवाळल्याने त्यांचा पाडाव झाला. त्यांच्यात ती नम्रता नव्हती की त्यांच्यात ती भक्ती, समर्पण आणि त्याग असायला हवा होता. म्हणून वाया गेले. तुम्ही त्यांना बघा. मी ही त्यांच्यापैकी काहींना बघते. त्यांच्या विचाराने त्यांनी विशेष काही प्राप्त केले, ते इतरांना का द्यावे. याप्रकारचे लोक अधिक उंचीवर जाऊ शकत नाहीत. परंतु तुम्ही लोक ज्यांनी आत्मसाक्षात्कार प्राप्त केला आहे, जे नम्र आहेत आणि ओळखतात की नम्रतेनेच आपले समर्पण प्राप्त करू शकता. इस्लाम म्हणजे समर्पण. मोहम्मद साहेबांनी इस्लामविषयी सांगितले, 'तुम्ही शरण जा.' तुम्ही शरण जाऊ शकत नसाल तर परमेश्वर तुम्हाला समजणार नाही. तर सहजी म्हणून तुम्हाला सर्व लहान लहान गोष्टी, सर्व मोठ्या गोष्टी आणि सर्व भव्य दृष्टिकोन माहिती हवा. म्हणजे ते तुम्ही परमेश्वराच्या कृपेने करू शकता, त्याच्या आशीर्वादाने, तुमच्यावरील त्याच्या प्रेमाने तुम्ही परमेश्वराच्या साम्राज्यात प्रवेश केला आहे. मी म्हणू शकते प्रवेश केला आहे. ती स्थिती प्राप्त केली आहे. मी म्हणू शकते तरीही तुम्ही तिथे नाही. उदा. मी कुणाला म्हणू शकते की तुम्ही ऑस्ट्रेलियात आहात. ते ऑस्ट्रेलियात नसूनही मी म्हणू शकते की आता तुम्ही ऑस्ट्रेलियात आहात. आणि ते विश्वास करू लागतील की ते ऑस्ट्रेलियात आहेत. परंतु अशी पद्धत नाही. तुम्हाला ऑस्ट्रेलियात असायला हवे. आणि त्यासंबंधी तुम्हाला जाणून घ्यायचे आहे, समजवून घ्यायचे आहे तिथे मौसम कसा आहे.

मला वाटते इथे ऑस्ट्रेलियात आई-वडिलांनी आपल्या मुलांशी चांगला संपर्क ठेवायला हवा. आई-वडिलांची मुलांशी इतकी घनिष्ठता नाही. त्यांची शाळेत चांगली काळजी घेतली जाते आणि ते बरेच काही करू इच्छितात. परंतु जेव्हा मुले इथे परत येतात तेव्हा आई-वडिलांनी बघितले पाहिजे की त्यांच्यात उपयुक्त शिस्त, संवेदना विकसित होईल ना की आई-वडील जास्त प्रेमळ होऊन मुले बिघडतील. तुम्ही जास्त आसक्त झालात तर मुले बिघडतील. शिवाच्या पूर्ण गुणांपैकी एक गुण आहे पूर्ण अनासक्ती. तो तुम्हाला बाणायला हवा. अनासक्ती म्हणजे एखाद्या गोष्टीची उपेक्षा करणे नव्हे. मी तुम्हाला अनेक वेळा सांगितले आहे की, वृक्षाचा जीवनरस त्याच्या प्रत्येक भागात जातो आणि नंतर बाष्पभवनातून किंवा पृथ्वीमातेत मिसळून जातो. याचप्रकारे तुमची अनासक्ती हवी. तुम्ही एखाद्या मुलाशी आसक्त आहात वा तो तुमचा मुलगा आहे वा ऑस्ट्रेलियन आहे वा एखाद्या खास कुटुंबातील

वा समूहातील आहे तर अजूनही तुम्ही अडकलेले आहात. या प्रकारच्या सर्व सीमा तुम्ही पार केल्या पाहिजेत. आणि त्यातून वर यायला पाहिजे. या सीमा तुमच्यावर ओझं बनून राहतात. ज्यामुळे काहीही प्रयत्न करा, तुम्ही काहीही करा, निर्विचारितेत स्थिर राहू शकत नाही. तीच सुंदर स्थिती आहे, जिच्यात तुम्हा सर्वांना असायला हवे.

निर्विचारितेत ना तुम्ही प्रभुत्व दाखविता ना कुणाशी तडजोड करता. तुम्ही तुमच्या पायावर उभे राहता आणि निश्चित रीतीने हे ओळखता की तुम्ही कोणत्याही विचार वा प्रभुत्वाच्या विळख्यात येत नाही. म्हणजेच तुम्ही पूर्णपणे स्वतंत्र पक्ष्याप्रमाणे बनता. आणि मग तुम्ही उत्तुंग आकाशात भरारी मारायला मोकळे होता. ही एक भरारी आहे निर्विचारितेकडे. दुसरी आहे निर्विकल्पतेकडे आणि तिसरी ईश्वर साक्षात्काराकडे.

मी बघितले आहे काही लोक माझ्याजवळ असूनही समजू शकत नाहीत. ते स्वत: देव बनल्यासारखे वागत आहेत. याप्रकारे ते अहंकारी झाल्याचे बघून आम्हाला आश्चर्य वाटते. मग त्यांना सहजयोग सोडावा लागतो. म्हणून तुम्ही लक्षात ठेवा मी जरी तुमची स्तुती केली तरी तुम्हाला अहंकार व्हायला नको. ही परीक्षा आहे किंवा मी असे म्हटले की हे ठीक नाही, तुम्ही सुधारणा करा. तरी तुम्हाला वाईट वाटायला नको. कारण मला असे करावे लागते. हे माझे काम आहे आणि तुमचे काम आहे ऐकणे कारण मला तुमच्याकडून काहीही मिळवायचे नाही. मी काही मागत नाही. माझी तर इच्छा आहे की तुम्ही माझ्या सर्व शक्त्या मिळवा. मी मान्य करते तुम्ही माझ्यासारखे बनू शकत नाही, पण माझ्या सर्व शक्त्या मिळवायचा प्रयत्न करा. हे कठीण नाही. हाच ईश्वरी साक्षात्कार आहे. हेच शिवाला, सदाशिवाला जाणणे आहे. शिवाद्वारे तुम्ही सदाशिवाला प्राप्त कराल. तुम्ही प्रतिबिंबाला ओळखता, त्यातून जाणा मूळ काय आहे. प्रतिबिंबापासून तुम्ही शिकून तुम्ही त्या स्थितीपर्यंत पोहचू शकता. जिथे आपण विचार करता. तुम्ही आता परमेश्वराच्या साम्राज्यात स्थिर झाले आहात आणि ईश्वराला बघू शकता. तुम्ही ईश्वराला समजू शकता आणि ईश्वरावर प्रेम करू शकता.

ईश्वराचे तुम्हाला अनंत आशीर्वाद!

श्रीखण्ड

साहित्य :-

२ लिटर दही,

साखर चवीनुसार (१८० ग्रॅम),

१/४ छोटा चमचा वेलची पावडर,

१/४ छोटा चमचा केशर,

१२५ मि.ली.फेटलेली साय (क्रीम) (इच्छेनुसार),

१ मोठा चमचा मीठ न लावलेला हिरवा पिस्ता-बारीक कापलेला, सजावटीसाठी.

कृती :-

१) रात्रभर दही मलमलच्या कपड्यात बांधून टांगून ठेवा.

२) दुसऱ्या दिवशी हे दही मिक्सरमध्ये क्रीमसारखे होईपर्यंत फेटा.

३) साखर, केशर आणि वेलची पावडर टाका. साखर विरघळेपर्यंत फेटा. आता त्यात फेटलेली साय हळूहळू घाला.

४) फ्रिजमध्ये १५ मिनिटे ठेवा.

५) बाऊलमध्ये काढून त्यावर पिस्ता टाकून वाढा.

(श्री माताजी द्वारा लिहिलेल्या *'Cooking with Love'* मधून घेतले आहे.)

ध्यान धारणा व प्रार्थना

श्री माताजीं कडून केलेल्या क्रिया

शुडी कँप, इंग्लंड

१२/६/८८ च्या प्रवचनातील परिच्छेद

किती भयंकर परिस्थितीमधून आम्ही जात आहोत. याच्याशी सामना करणे आवश्यक आहे. आत्तापर्यंत झालेल्या युद्धांपेक्षाही हे कार्य कठीण आहे. मनुष्याकडून केल्या गेलेल्या सर्व संघर्षांपेक्षा हे कितीतरी कठीण आहे. एका भयंकर विश्वाची सृष्टी निर्माण झालेली आहे आणि आम्हाला यात परिवर्तन करायचे आहे. हे अतिशय कठीण कार्य आहे. यासाठी आपल्याला अत्यंत प्रामाणिकपणे कार्य करावे लागेल. मला विश्वास आहे की हे घडेल, हे घडायलाच हवे. एक बुद्धीने परंतु हृदयापासून सामूहिक स्वरूपात तुम्हाला हे प्राप्त करायचे आहे. मी काय बलिदान करू? मला काय केले पाहिजे? कशा प्रकारे मला मदत केली पाहिजे? माझे यात काय योगदान आहे? जर मी माझ्या आयुष्यात ते दिवस पाहू शकले असते? म्हणून आज आम्हाला अन्तर्दर्शन करायचे आहे.

तर काय आपण ध्यान करायचे? कृपया तुम्ही सर्वांनी तुमचे डोळे बंद करा. जसे आम्ही जन कार्यक्रमामध्ये करतो तसेच ध्यान करू या. तुमचा डावा हात माझ्याकडे करून शरीराच्या डाव्या बाजूला तुम्ही सर्व कार्य कराल. सर्वप्रथम आपल्या हृदयावर उजवा हात ठेवायचा. हृदयात शिवाचा निवास आहे. आत्म्याचे स्थान आहे म्हणून आपण आपल्या आत्म्याचे आभार मानायचे कारण याच्यामुळे तुमचे चित्त प्रकाशित झाले. कारण तुम्ही संत आहात. म्हणून जो प्रकाश तुमच्या हृदयात आला आहे त्याद्वारे तुम्हाला संपूर्ण विश्वाला प्रकाशित करायचे आहे. म्हणून कृपया तुमच्या हृदयात प्रार्थना करा की :

श्री माताजी, '' परमात्म्याच्या प्रती असलेल्या माझ्या प्रेमाचा प्रकाश पूर्ण विश्वात पसरू दे.''

तुमच्यामध्ये पूर्ण सत्यता व समजदारी ठेवून तुम्ही परमेश्वराशी जोडलेले आहात आणि पूर्ण आत्मविश्वासाने तुम्ही जी इच्छा कराल ती पूर्ण होईल.

तुमचा उजवा हात आपल्या पोटाच्या थोडासा वर, डाव्या बाजूला ठेवा. हे तुमच्या धर्माचे स्थान आहे.

ह्या ठिकाणी तुम्हाला प्रार्थना करायची आहे की :

प्रार्थना ......

श्री माताजी, विश्व निर्मल धर्म संपूर्ण विश्वात पसरू दे.

आमच्या धार्मिक जीवन किंवा धर्मपरायणतेतून लोकांना प्रकाश मिळू दे.

आपली धर्मपरायणता लोकांना पाहू दे. त्यामुळे ते विश्व निर्मला धर्म स्वीकारतील ज्याद्वारे त्यांना ज्ञान, हितैषिता, उच्च जीवन किंवा कल्याणाची इच्छा प्राप्त होईल.

आता आपला उजवा हात आपल्या पोटाच्या खालच्या भागावर डाव्या बाजूला ठेवा. या ठिकाणी थोडेसे दाबा. हे तुमच्या शुद्ध विद्येचे स्थान आहे. सहजयोगी या नात्याने ह्याठिकाणी तुम्ही म्हणा की -

परमेश्वराच्या कार्यप्रणालीचे पूर्ण ज्ञान श्री माताजींनी आम्हाला प्रदान केले आहे. आमची सुज्ञता व कुवतीनुसार श्री माताजींनी आम्हांला सारे मंत्र व शुद्ध विद्या दिली. आम्हाला सर्वांना याचे पूर्ण ज्ञान झाले पाहिजे.

मी पाहिले आहे की जर पती ज्ञानी असेल तर पत्नीला सहजयोगाचा एक शब्दही येत नाही. जर पत्नीला सहजयोगाचे ज्ञान असेल तर पतीला याबाबत काहीच माहिती नाही. प्रार्थना करा की -

श्री माताजी, मला या ज्ञानात तरबेज करा ज्यामुळे मी लोकांना आत्मसाक्षात्कार देऊ शकेन. तसेच त्यांना दैवी-नियम, कुंडलिनी व चक्रांविषयी समजवू शकेन. श्री माताजी, कृपा करा, की माझे लक्ष सांसारिक गोष्टींपेक्षा सहजयोगात अधिक असेल.

आता उजवा हात पोटाच्या वरच्या भागात डाव्या बाजूला ठेवा. डोळे बंद करा. पोटाला हाताने थोडेसे दाबून ठेवा. इथे म्हणा की श्री माताजी, ज्या माझ्या गुरू आहेत, ज्यांनी मला आत्मा दिला आहे, पूर्ण हृदयापासून म्हणा .....

श्री माताजी, मी माझा गुरू आहे. माझ्यात असंयम नसू दे, माझे चरित्र आदर्श व वागणे उदार असू दे. इतर सहजयोग्यांसाठी माझ्यात करुणा व प्रेम असू दे. श्री माताजी, माझ्यात बेगडीपणा नसू दे. परमेश्वराचे प्रेम व त्याच्या कार्याचे सखोल ज्ञान मला असू दे. त्यामुळे जेंव्हा लोक माझ्या जवळ येतील तेंव्हा मी त्यांना प्रेमाने व नम्रतापूर्वक सहजयोगाबद्दल सांगेन व हे महान ज्ञान त्यांना देऊ शकेन.

आता तुमचा उजवा हात तुमच्या हृदयावर ठेवा याठिकाणी संपूर्ण हृदयातून म्हणा :-

श्री माताजी, आनंद व क्षमेच्या सागराचा अनुभव तुम्ही आम्हाला दिला आहे. आपल्याप्रमाणेच क्षमाशीलता आपण आम्हाला दिलीत. श्री माताजी, आपल्याला कोटी कोटी प्रणाम. कृपया, माझे हृदय इतके विशाल करा की पूर्ण ब्रह्मांड यामध्ये सामावेल. माझे प्रेम आपल्या नावाचे गुणगान करेल. माझा प्रत्येक श्वास आपल्या प्रेमाची सुंदरता अभिव्यक्त करेल.

आता तुम्ही तुमचा उजवा हात डाव्या विशुद्धीकडे नेवून मानेमध्ये मागच्या बाजूला मध्य विशुद्धी चक्रावर ठेवा. पूर्ण विश्वासाने म्हणा

मी कपटी किंवा दोषी नाही. माझे दोष मी लपवणार नाही. त्यांचा सामना करून त्यापासून मुक्त होईन. दुसऱ्यांचे दोष शोधणार नाही. आपल्या सहजयोगाच्या ज्ञानातून त्यांना दोषमुक्त करेन. (आमच्या जवळ गुपचूप दुसऱ्यांचे दोष दूर करण्याच्या खूप पद्धती आहेत.) श्री माताजी, माझी सामूहिकता इतकी महान बनवा. पूर्ण सहजयोगी लोक हेच माझे कुटूंब, माझी मुलं, माझे घर, माझे सर्वस्व बनतील. कारण आमच्या सगळ्यांची आई एक आहे. म्हणून माझ्यात पूर्ण व आतून ही भावना जागृत होऊ दे. मी पूर्णत्वाचे अंग प्रत्यंग आहे. मला पूर्ण विश्वाच्या समस्या जाणून घेण्याची तसेच आमच्या शुद्ध इच्छा आणि शक्तीने त्या सोडवण्याची चिंता असू दे. श्री माताजी, कृपा करून आम्हाला आपल्या हृदयात अंतर्गत स्वरूपात पूर्ण विश्वाची समस्या जाणून घेणे तसेच त्याच्या कारणांना मुळापासून संपवण्याची भावना प्रदान करा. मला ह्या समस्यांच्या मूलापर्यंत पोहोचवा. त्यामुळे मी आपल्या सहजयोग व सहज सोप्या शक्तीद्वारे त्या दूर करण्याचा प्रयत्न करेन.

आता आपल्या उजव्या हाताने तुम्ही तुमचे कपाळ पकडा. याठिकाणी तुम्हाला म्हणावे लागेल की -

श्री माताजी, मी अशा सर्व लोकांना क्षमा करतो की जे सहजयोगात आलेले नाही, जे अजून परिघावर आहेत, जे येतात आणि जातात. जे कधी सहज समुद्रात उडी मारतात, तर कधी याच्याबाहेर.

परंतु सर्व प्रथम मी सर्व सहजयोग्यांना क्षमा करतो कारण ते सर्व माझ्यापेक्षा चांगले आहेत. मी त्यांचे दोष शोधण्याचा प्रयत्न करतो. परंतु प्रत्यक्षात मी त्यांच्यापेक्षा तुच्छ आहे. मला सगळ्यांना क्षमा करायची आहे कारण मला अजून खूप दूर जायचे आहे. मी अजूनपण खूप तुच्छ आहे. मला सगळ्यांना क्षमा करायची आहे कारण मला अजून खूप दूर जायचे आहे. मी अजूनपण खूप तुच्छ आहे. मला स्वत:ला सुधारायचे आहे.

ही नम्रता आमच्यात आली पाहिजे म्हणून आपल्याला येथे म्हणावे लागेल की -

श्री माताजी, माझ्या हृदयातील खरी नम्रता माझ्यामध्ये क्षमाभाव निर्माण करो. त्यामुळे मी वास्तविकता, परमेश्वर व

सहजयोगाप्रती नतमस्तक होईन.

आता तुम्ही तुमचा उजवा हात डोक्याच्या मागच्या भागावर ठेवा. डोके हातावर मागच्या बाजूला झुकवा. ह्याठिकाणी तुम्ही म्हणा -

श्री माताजी, आजपर्यंत आपल्या विरोधात आम्ही जे जे अपराध केलेले आहेत, आमच्या डोक्यात जे जे वाईट येते, जी जी तुच्छता आपल्याला दाखवली, कोणत्याही प्रकारे आपल्याला दु:ख दिलेले आहे किंवा आपल्याला आव्हान दिलेले आहे तर कृपा करून आम्हाला क्षमा करा.

तुम्हाला क्षमा मागावी लागेल. तुमच्या विवेकबुद्धीने तुम्ही ओळखले पाहिजे मी काय आहे. मला पुन्हा पुन्हा ही गोष्ट सांगण्याची आवश्यकता वाटू नये.

आता सहस्रारावर माझे आभार मानले पाहिजेत. तुमचा उजवा हात सहस्रारावर ठेवून सात वेळा घड्याळाच्या काट्याच्या दिशेने सात वेळा अशा प्रकारे फिरवा की डोक्याची कातडी हळूहळू फिरेल. सात वेळा माझे आभार माना व म्हणा की -

१) श्री माताजी, आत्मसाक्षात्कार दिल्याबद्दल आम्ही आपले आभारी आहोत. आपल्याला कोटी कोटी प्रणाम!

२)श्री माताजी, आमची महानता आम्हाला समजावलीत त्याबद्दल आम्ही आपले आभारी आहोत आपल्याला कोटी कोटी प्रणाम.

३) श्री माताजी, परमेश्वराचे आशीर्वाद आमच्यापर्यंत पोहोचवल्याबद्दल आम्ही आपले आभारी आहोत. आपल्याला कोटीकोटी प्रणाम!

४) श्री माताजी, खालच्या पातळीवरून उच्च स्थितीवर आणल्याबद्दल आम्ही आपले आभारी आहोत. आपल्याला कोटी कोटी प्रणाम!

५) श्री माताजी, जो आश्रय आपण आम्हाला दिलात तसेच आत्मोन्नतीसाठी जी कृपा व मदत केलीत त्यासाठी आम्ही हृदयापासून आपले आभारी आहोत. आपल्याला कोटी कोटी प्रणाम!

६) श्री माताजी, आम्ही हृदयापासून आपले आभारी आहोत की तुम्ही पृथ्वीवर मानवी अवतार घेतलात आणि आम्हा सर्वांच्या कल्याणासाठी कठोर परिश्रम करत आहात. तुम्हाला कोटी कोटी प्रणाम!

७) श्री माताजी, आमचा अणू अणू आपला ऋणी आहे. आपल्याला कोटी कोटी प्रणाम!

नव-आगमन

Date	Speech Title	Place	Type	Code. Nos.			
				DVD/HH	VCD/HH	ACD/HH	ACS/HH
14-Jan-83	Shri Saraswati Puja : Part-I & II	Dhulia	Sp/Pu	099*			078
2-Feb-83	Talk about Vishudhi	Delhi	PP	267*			
17 Dec 85	Saptshrungi Puja : Part I & II	Nasik	Sp/Pu	268*			
3-Jan-86	सार्वजनिक कार्यक्रम - योग म्हणजे परमेश्वराच्या साम्राज्यात जाणे	Ganapatipule	PP	269*			
22-Dec-87	सार्वजनिक कार्यक्रम - कुण्डलिनी शास्त्र आणि चक्रे	Sangamner	PP	270*			
6-May-90	Sahastrar Puja : The Announcement (You have to all become Mahayogis now)	Fiuggi	Sp/Pu	271*			
1-Sep-91	Shri Krishna Puja : Part-I & II The Technique of the Play / Collective Conditionings	Cabella	Sp	272*			
26-Jun-94	Shri Adishakti Puja : Seekers, Ego, Women are Shaktis	Cabella	Sp	273*			
27 Sep 98	Navaratri Puja : You all should depend on Parama Chaitanya	Cabella	Sp	274*			180
14-Feb-99	Maha Shivratri Puja : Principle of Shiva is in your heart	Delhi	Sp	033*			186

BHAJAN / MUSIC

ARTIST	TITLE	CODE	
		ACD	ACS
- Music of Joy Group	Music of Joy - I	145*	145*
- Music of Joy Group	Music of Joy - II	146*	146*
- Music of Joy Group	Music of Joy - III	147*	147*
- Pt. P. Dhakade	Chaitanya Ki Lahren	148*	148*
- Anandita Basu	Jai Janani - II	149*	149*

✦ प्रकाशक ✦

निर्मल ट्रॅन्सफॉर्मेशन प्रा. लि.

प्लॉट नं.८, चंद्रगुप्त हौसिंग सोसायटी, पौड रोड, कोथरुड, पुणे - ४११ ०३८.

फोन : ०२० - २५२८६५३७, २५२८६०३२

Happy
Gudi Padwa !