# चैतन्य लहरी

जुलै-ऑगस्ट २००९

मराठी

# श्रीकृष्ण शक्ती

**श्री**कृष्ण शक्ती जागृत होते त्यावेळेस आपला संबंध विराटाशी येतो, यामध्ये आपणास समष्टी दृष्टी येते. याचा अर्थ जर आपण माझ्याकडे किंवा माझ्या फोटोकडे दोन्ही हात फैलावून बसलात तर श्रीकृष्णशक्ती जागृत होऊन आपण विराटाशी संबंधित होता व आपल्या हातामध्ये हे श्रीकृष्णाची विराटशक्ती जी सर्वत्र पसरली आहे, त्यामुळे चैतन्य जाऊ शकते. ज्यावेळेस आपल्या हातातून ही श्रीकृष्णशक्ती वाहू लागते, त्यावेळेस आपणामध्ये साक्षित्व येते. याचा अर्थ आपण सर्व गोष्टी एखाद्या नाटकाप्रमाणे पाहतो. वास्तविकपणे हे सर्व नाटकच आहे. श्रीकृष्णांनी त्यावेळी केलेल्या लीला किंवा प्रभु श्रीरामचंद्रांनी त्यावेळेस जे केले ते सर्व नाटकच होते. इतक्या बेमालूमपणे त्यांनी हे नाटक वठवले की, ते त्यात संपूर्णपणे समरस झाले होते. श्रीकृष्णांनी अनेक लीला केल्या. ते पूर्णावतार होते. ज्यावेळेस मानवातसुद्धा पूर्णत्व येते, त्यावेळेस तो विश्वाकडे नाटक पहावे त्या दृष्टीने पाहतो व तो संपूर्ण साक्षित्वात उतरतो. त्यावेळेस तो भ्रमिष्ट नसतो किंवा दु:खी नसतो किंवा सुखी सुद्धा नसतो. तो आनंदात समरस झालेला असतो. हे श्रीकृष्णशक्तीमुळे होते.

२५/९/१९७९

# या अंकात

गुरु पूजा -२

आज्ञा -८

रवा-बेसन शिरा - १७

ग्रहण - १८

ध्यानात निष्क्रियता - २०

# गुरु पूजा

## तुम्ही प्रथम परिपूर्ण सहजयोगी बना आणि मग गुरु....

कबेला, २०जुलै २००८, अनुवादित

आज आपल्यासाठी महान दिवस आहे, कारण तुम्ही परमेश्वराचे अस्तित्व जाणवू शकता. फक्त परमेश्वर अस्तित्वात आहे असे म्हणणे पुरेसे नव्हते आणि देवच नाही असे म्हणणे देखील चुकीचे होते, अगदी चुकीचे होते आणि असे म्हणण्याने लोकांना सहन करावे लागले आहे. आत्मसाक्षात्कार मिळाल्यानंतर तुम्हाला समजले आहे की परमेश्वर आणि चैतन्य लहरी देखील आहेत. जगात ही फारच चांगली सुरुवात आहे. म्हणून मी तुम्हाला सांगते की, आजचा दिवस तुमच्यासाठी फार महत्त्वाचा आहे.

तुमच्यापैकी बऱ्याच जणांना तुमच्या हातावर व टाळूवर थंड चैतन्य लहरी जाणवल्या असतील. काही जणांनी सहजयोगात प्रगती केली आहे, काहीजण मागेच राहिले आहेत. काहीजण जुन्या बाधा घेऊन वावरत आहेत. परंतु आता मी असे म्हणू शकते, तुमच्यापैकी बरेचजण गुरू बनू शकतात, म्हणजे अध्यापक, तुम्ही मार्गदर्शकासारखे वागले पाहिजे. शिक्षकासारखे, गुरुसारखे वागण्यासाठी तुम्हाला सहजयोग माहीत पाहिजे, पूर्ण माहिती पाहिजे आणि त्याप्रमाणे अनुकरण केले पाहिजे. त्यानंतरच तुम्ही गुरू बनू शकता. ही फारच मोठी जबाबदारी आहे.

प्रथम तुम्हाला अहंकार नको. तुमची कुठलीही चक्र पकडायला नकोत. तुम्ही नेहमी क्लिअर राहिले पाहिजे. तरच दोन्ही हातातून चैतन्य लहरी वाहू लागतील. जर एकाच हातातून त्या वाहत असतील आणि दुसऱ्यातून जर वाहत नसतील तर तुम्ही गुरू बनू शकत नाही. म्हणजेच तुम्ही प्रथम परिपूर्ण सहजयोगी बना आणि मग गुरू. तुमच्यापैकी बरेच असे बनू शकतात.

प्रथम हे ओळखा, तुम्ही गुरू बनण्यालायक आहात की नाही. नम्रतेने तुम्ही हे देखील ओळखाल की जे गुरू बनण्याचा विचार करू शकतात, तेच गुरू बनतात. आता मी ठिकठिकाणी प्रवास करू शकत नाही. आता तुम्हाला माझे हे काम करावयास हवे. लोकांना आत्मसाक्षात्कार द्यायला हवा. तुम्ही खूप लोकांना एकदम आत्मसाक्षात्कार दिला तर तुम्ही गुरू असू शकता. जर खूप मोठ्या प्रमाणात जागृती दिली तर तुम्ही गुरू झालात. तुम्ही माझा फोटो ठेवू शकता. परंतु जागृती फोटोकडून नको, तर तुमच्याकडूनच व्हायला हवी म्हणजे तुम्ही गुरू झालात. मग पुरुष असोत, स्त्रिया असोत. दोघेही गुरू होऊन सहजयोगाचा प्रसार करू शकतात.

माझ्या प्रवासाच्या या सर्व वेळापत्रकात मी कॅनडाला जाऊ शकले नाही आणि मी तुम्हाला सुचविते की तुम्ही सर्व कॅनडाला जा, ती अत्यंत सुंदर जागा आहे आणि खूप चांगले सहजयोगी देखील तिथे आहेत. तुम्ही आता माझे काम केले पाहिजे. मी सगळीकडे जाऊ शकत नाही. तुम्ही इतर सर्व देशामध्ये जाऊन नवीन सहजयोगी बनविले पाहिजेत. तुम्ही ते करू शकता.

सुरूवात करताना तुम्ही माझा फोटो वापरू शकता, पण नंतर तुम्ही फक्त माझा फोटो तेथे ठेवून आत्मसाक्षात्कार देताना तुमची शक्ती वापरा. तुम्ही ते करू शकता आणि अशा रीतीने सर्व जगभर सहजयोगाचा प्रसार करू शकता. मी आतापर्यंत माझ्या परीने खूप काही केले आहे आणि मला वाटते मी आता जास्त काही प्रवास करू शकणार नाही. म्हणून मी

तुम्हाला सांगते आहे की तुम्ही आता हे करावयास हवे. नक्की तुम्ही करू शकता ना? मी तुमच्याबरोबर आहे आणि प्रत्येक ठिकाणी तुमचे कार्य करताना माझा फोटो तेथे ठेवा. परंतु आत्मसाक्षात्कार तुम्ही द्यावयास हवा आणि तो पण मोठ्या समूहाला. ते जर जागृती घेऊ शकले तरच तुम्ही गुरू झाला आहात अन्यथा नाही.

मी तुम्हाला सांगितले, माझा फोटो तुम्ही ठेवू शकता पण आत्मसाक्षात्कार मात्र तुम्ही लोकांना द्यावयास हवा हे गुरू असण्याचे चिन्ह आहे. त्यानंतर तुमच्या लक्षात येईल की वेगवेगळी सेंटर्स कशी आहेत आणि लोकांमध्ये काय कमतरता आहे. मी स्पष्टपणे सर्व सांगितले आहेच. त्यानुसार जागृती घेण्यासाठी येणाऱ्यांमध्ये काही दोष आहेत आणि त्यांच्या चक्रांमध्ये बाधा सापडतील. त्याचे निवारण कसे करायचे हे तुम्हाला माहिती आहे, मग तुम्ही त्यांना त्यांची शुद्धी करावयास सांगाल. आता सहजयोगात तुम्ही प्रभुत्व मिळविले आहे आणि काय युक्त्या केल्या पाहिजेत हे तुम्हाला समजले पाहिजे. जर तुम्हाला विश्वास वाटू लागला की तुम्ही प्रभुत्व मिळवले आहे, मग तुम्ही गुरू झालात अन्यथा नाही. पण प्रथम तुम्ही गुरू आहात की नाही याची खात्री करून घेतली पाहिजे. आत्मसाक्षात्कार लोकांना देण्याची आता तुमची जबाबदारी आहे आणि तुमच्याकडे चैतन्य लहरी असतील तर गुरुप्रमाणे इतरांना तुम्ही चैतन्य लहरी (व्हायब्रेशन्स) देऊ शकता. स्त्रिया, देवीसारखे गुरुई, गुरू नव्हे तर गुरुई आहेत. पण त्यांना गुरू ही म्हणता येईल आणि त्याही हे काम उत्तमरीतीने करू शकतात. केवळ लोकांच्या अडचणी दूर करून नाही. लोकांना आत्मसाक्षात्कार मिळाल्यावर त्यांच्या अडचणी आपोआप दूर होतात. ही मोठी शक्ती तुम्हाला प्राप्त झाली आहे. तुम्ही सर्वांनी ती वापरली पाहिजे. प्रथम तुम्ही ग्रुप करून जर तुम्हाला वाटले तर वापरा आणि त्यानंतर वैयक्तिकरीत्याही देऊ शकता. तुम्ही गुरू झाल्यानंतर कल्पना करू शकता की जगभर किती सहजयोगी गुरू असतील.

पण जी शिकवण तुम्ही द्याल, ती तुम्ही प्रथम आचरणात आणा. दारू पिणारी व्यक्ती गुरू होऊ शकत नाही. म्हणून प्रथम स्वत:चे परीक्षण करा की तुम्ही स्वच्छ, शुद्ध आहात की नाही. बाधित व्यक्ती गुरू बनण्याचा प्रयत्न करतील तर ते होऊ शकणार नाही. फोटोसमोर प्रामाणिकपणे बघा, तुम्ही बाधित आहात की नाही ते. म्हणूनच गुरू बनण्यासाठी प्रथम तुमचे निरीक्षण करा, तुमचे तुम्ही विश्लेषण करा आणि मग गुरू बना. मी प्रत्येकाला ते सांगू इच्छित नाही. परंतु तुम्हाला ते शोधून काढावे लागेल. थोडक्यात ४-५ जणांनी एकत्र येऊन एकमेकांविषयी योग्य किंवा अयोग्य ते शोधले पाहिजे. दोष वा कमतरता शोधताना, चक्रावर बाधा शोधताना जर त्यांनी सांगितले की तुम्ही व्यवस्थित आहात, निर्दोष आहात तरच तुम्ही गुरु बनू शकता आणि सहजयोग शिकवू शकता. ही तुमची जबाबदारी आहे. सहजयोग अशाप्रकारे वाढेल अन्यथा मी निवृत्त झाल्यावर किंवा मी कुठेही गेले नाही तर सहजयोग विनाश पावेल तेव्हा हा प्रकाश, दीप तुम्हाला दाखवायचा आहे. ती तुमची जबाबदारी आहे. तुम्हाला तुमचा आत्मसाक्षात्कार मिळालेला आहे.

मी जन्माला आले ती जबाबदारी घेऊनच. मी या अनुभूतीसह जन्मले. आता तुम्ही देखील समजून घ्या. तुमच्या आत्मसाक्षात्काराकडे दुर्लक्ष करू नका आणि काळजी घ्या. अहंकारी बनू नका. तुम्हाला अतिशय नम्र बनले पाहिजे. प्रत्येकाशी अति नम्र आणि असे कार्य करा, जरी इतर साक्षात्कारी आत्मे नसतील तरी त्यांच्याकडे दुर्लक्ष करू नका. त्यांना सहानुभूतीपूर्वक आणि गोड बोलून सांगा की, तुम्ही चुकीचे आहात. ध्यान कसे करावे हे त्यांना सांगा, सुधारणा कशी करावी हे सांगा. फार मोठी जबाबदारी आहे.

खरंतर मी हे काम केलेले आहे आणि तुम्हीही ते करू शकता. म्हणूनच तुम्हाला गुरू बनले पाहिजे. हा दिवस गुरुपौर्णिमेचा दिवस आहे आणि मी तुम्हाला गुरू बनण्याचा आशीर्वाद देते.

आतापर्यंत जे जे काही तुम्ही मिळवले आहे ते वाया घालवू नका, फेकून देऊ नका. तर मानवाच्या कल्याणासाठी उपयोगात आणा. तुम्हाला हवे तर ४-५ जणांना एकत्र करा आणि नंतर काम करण्यासाठी वेगळे व्हा. यासाठी वेळ द्या. तुम्हाला जागृती मिळाली आहे; परंतु इतरांना आत्मसाक्षात्कार तुम्ही द्यावयास हवा, नाहीतर ती स्थिती बरोबर नाही,

**जी शिकवण तुम्ही द्याल, ती तुम्ही प्रथम आचरणात आणा.**

योग्य नाही.

आज मी तुम्हाला सांगणार आहे की, गुरूचे गुण काय आहेत? सर्वात प्रथम म्हणजे तो अलिप्त हवा. याचा अर्थ असा नाही की त्याने कुटुंब सोडावे किंवा आणखी इतर काहीतरी सोडावे. परंतु तुमच्यामध्ये साक्षिभाव असावा. तुमच्या कुटुंबात एखाद्याने चूक केली तर त्यापासून वेगळे असावे (किंवा स्पष्ट असावे) दुसरे असे तुमच्या आत्मसाक्षात्कारानंतर तुम्ही सुख-समाधान पसरविता आणि त्यांच्या अडचणी दूर करता. तुम्ही बघितले आहे, मी जे केले आहे, ते तुम्हीही करू शकता. तुम्हाला ते करण्याची शक्ती मिळाली आहे. अन्यथा तुम्ही सहजयोगाचे नाव खराब कराल. म्हणून जर तुम्हाला तुमची खात्री असेल तरच तुम्ही गुरू बनू शकता आणि सहजयोगाचे कार्य पुढे नेऊ शकता. मला वाटते मी तुम्हाला माझे सर्व आशीर्वाद दिले आहेत आणि माझी मदत ही. आता तुमच्या शिरावर जबाबदारी घेऊन गुरू बना. शिवाय तुम्ही सर्व पूजा करू शकता आणि माझ्या फोटोचा उपयोग करू शकता. तुम्ही बघितले आहे की कसे कार्य केले पाहिजे आणि काही चक्रे बिघडली असतील तर त्या व्यक्तीला तुम्ही ती कशी दुरुस्त करायची ते पण सांगितले पाहिजे. फोटोसमोर नम्र होऊन काय करावयाचे आहे सांगावे आणि ते तुम्ही सांगू शकता. तर आता मी नसताना हे करा. मी माझ्या दृष्टीने अत्यंत उत्तम केले आहे आणि मला वाटते मी परत तसे करू शकणार नाही. माझ्या वार्धक्यामुळे नाही तर सहजयोग पसरविण्यासाठी तुम्हाला स्वातंत्र्य प्रदान करीत आहे.

तुम्हाला ते फुकट मिळाले आहे, तुम्हीही ते लोकांना फुकट दिले पाहिजे, मोबदला न घेता. पूजेमध्ये जरा काळजीपूर्वक असावे, ते कदाचित पूजेमध्ये तुमचे नाव पुकारतील पण (त्यासाठी) तुम्ही कमीत कमी १०० चांगले सहजयोगी बनवले असावेत. नंतर ते तुमची पूजा पण करतील. पण जरा थांबावे हे उत्तम. थांबा आणि बघा. पण पूजेच्या भानगडीत पडू नका, जोपर्यंत तुम्ही प्रत्येकाने १००० जणांना सहजयोगात आणले नाही तोपर्यंत पूजा वगैरे नको. त्यानंतर तुम्हाला पूजेचा अधिकार मिळेल. परंतु पूजा माझ्या फोटोसमोर करावी. आता या महत्त्वाच्या गोष्टीसंबंधी तुम्ही किती आत्मविश्वासू आहात? तुम्ही स्वतःला दुर्लक्षू नका. तुम्ही आत्मसाक्षात्कारी गुरू आहात. परंतु जे असा विचार करतात ते गुरू बनू शकतात, प्रयत्न करा. साधकांप्रती तुम्हाला सहनशीलता हवी. तुम्ही रागीट किंवा संतापी असायला नको. जोपर्यंत तुम्हाला कुणी त्रास देत नाही, तोपर्यंत तुमच्या रागावर संयम ठेवला पाहिजे, शांत राहिले पाहिजे.

बरेचसे गुरू शीघ्रकोपी असतात, म्हणून तर ते त्यांच्या संतापात अत्यंत मग्न असतात आणि ते साक्षात्कारावर लक्ष केंद्रित करू शकत नाहीत. म्हणून मला तुम्हाला सुचवावेसे वाटते की तुमचा राग कंट्रोल करा. तुम्ही निरीक्षण करा, जर तुम्हाला राग येत असेल तर तुम्ही गुरू होऊ शकत नाही. तुम्ही प्रेमळ असायला हवे, अत्यंत प्रेमळ आणि समजूतदार. नंतर नम्र ही असायला हवे. लोकांचा रागराग करायला नको, त्यांच्यावर ओरडायला नको. जर ते तुमच्याशी दुर्वर्तन करतील तर त्यांना बाहेर जायला सांगा. परंतु ओरडू नका. तुम्हाला वाटत असेल एखादा वाईट असेल तर न रागवता त्याला बाहेर जाऊ द्या. परंतु ओरडता कामा नये आणि त्या व्यक्तीवर रागवूनही उपयोग नाही.

जर तुम्हाला राग येत असेल तर तुम्ही गुरू होऊ शकत नाही. तुम्ही प्रेमळ असायला हवे, अत्यंत प्रेमळ आणि समजूतदार.

तर ही आता मोठी जबाबदारी आहे. तुम्हाला तुमचा आत्मसाक्षात्कार मिळालेला आहे. मग आता ४-५ जणांनी मिळून सहजयोग्यांचा ग्रुप तयार करून लोकांना जागृती द्यावी. अर्थातच माझा फोटो तेथे असेल. पण आता तुम्ही प्रयत्न करायला पाहिजे आणि तुमची जबाबदारी ओळखली पाहिजे. एखाद्या पदाची जबाबदारी तुम्हाला दिली असेल तर त्याला साजेशी कामगिरी पार पाडली पाहिजे. त्याचप्रमाणे गुरू झाल्यानंतर त्यानुसार जबाबदारी पार पाडली पाहिजे आणि सुरुवातीपासूनच तुमचे वागणे अत्यंत चांगले असले पाहिजे.

सुरुवातीला लोकांना चर्चमध्ये/मंदिरात जाऊ नका, हे करू नका, ते करू नका असे सांगू नका. फक्त त्यांना आत्मसाक्षात्कार द्या आणि नंतर त्यांच्याशी बोला. सुरुवातीला फार काही सांगू नका. नाहीतर तुमच्यावर ते नाराज होतील. त्यांना आहे तसे स्वीकारा. प्रारंभी तुम्ही एकदम क्लीन (शुद्ध) लोकांची अपेक्षा करू नये. माझ्या फोटोचा सुरुवातीला उपयोग करा. परंतु त्यांना बरे करू नका. शक्य झाल्यास तुम्हाला खात्री असेल तर ४-५ जणांनी त्यांच्यावर उपचार करावेत. लोकांना बरे करणे एवढे सोपे नाही, एखादेवेळी तुम्हाला बाधा पकडेल. म्हणून एखाद्यावर काम करण्यापूर्वी प्रथम तुम्ही बंधन घ्या.

बंधन घेणे फारच चांगले आहे. जरी बाहेर जायचे असेल तरी बंधन घेऊन बाहेर पडा.

तुम्ही चांगले भाषण देऊ शकता, शक्य झाले तर आता तुम्हाला बऱ्याच गोष्टी माहिती झाल्या आहेत आणि तुम्ही त्यांच्याशी बोलू शकता. ही खरं तर फार मोठी जबाबदारी आहे.

मी १९७० सालापासून काम करीत आहे आणि ते ही अत्यंत खडतर काम. पण आता मी ते करू शकत नाही, मला आता विश्रांती घेतली पाहिजे. प्रत्येकाने सांगितले आहे. तुम्ही सर्वज्ञ आहात. पण तुम्ही माझ्याबद्दल सांगू शकता, जर ते गरजेचे वाटले तर, माझा फोटो ठेवा. जेव्हा मिटींग असेल तेव्हा माझा फोटो ठेवा.

जे स्वत:ला लिडर समजतात, गुरू मानतात त्यांनी प्रथम स्वत:ची व्हायब्रेशन्स तपासून पाहवीत. माझ्या फोटोसमोर ध्यान करून पडताळून बघा. तुम्ही १००% बरोबर आहात आणि तुमच्यात बाधा नाही असे असेल तर तुम्ही गुरू बनू शकता. मग तुम्ही ते करू शकता. प्रथम तुम्हाला दोन, तीन जणांना घेऊन सुरुवात करावी लागेल. मी पाच जणांमधून सुरुवात केली. तुम्ही याची कल्पना करू शकता. प्रथम दोन नंतर तीन, पाच आणि त्यापेक्षाही जास्त असा प्रयत्न करा. नंतर तुम्ही जाहिरात करू शकता. समजा तुम्ही दहा जणांना आत्मसाक्षात्कार दिला असेल तर तुम्ही तुमची टीम तयार करू शकता किंवा तिला इतर काही म्हणू शकता आणि त्याप्रमाणे तुम्ही कार्य सुरू करा.

आता तुमच्याकडे शक्ती आहे, योग्य ते आहे. पण तुमच्याकडे सहनशीलता हवी. प्रारंभी तुम्ही सोशीक आणि प्रेमळ असायला हवे. नंतर हळूहळू तुम्ही लोकांना बरे करू लागाल. तुम्ही माझा फोटो उपयोगात आणा. सुरुवातीलाच व्हायब्रेशनवरून तुम्ही बघाल कोणती चक्रे बिघडली आहेत, काय बरोबर आणि काय चूक आणि ते तुम्ही दुरुस्त कराल तेथे काही चूक असेल तर ते प्रथम दुरुस्त करा आणि गुरू बना. मी गुरू बनणार आहे असे म्हणण्याने काही होणार नाही. परंतु तुम्हाला खूपच अधिकाराने त्यावर स्वामित्व प्रस्थापित केले पाहिजे. निर्णयक्षमता तुमच्यात प्रस्थापित करा. प्रथम तुम्ही शोधून काढा, तुम्ही गुरू बनू शकता का? नंतर तुमचे रिपोर्ट मला द्या. तुमच्यापैकी कितीजण याप्रमाणे तयार झालात, हे बघून मला आनंद वाटेल. सहजयोग अशा रीतीने वाढेल. शंकाच नाही. आता एवढे खूप सहजयोगी आणि अजूनही खूप वाढतील, काम करतील. मला वाटते, मी आता फिरू शकणार नाही. मी परत जाणार आहे आणि परत येऊ शकणार नाही, शक्यच नाही.

तर आता तुम्हीच तुमची कार्यपद्धती तयार करा. काही अडचणी असतील तर मला अवश्य कळवा. कुणाची पकड असेल किंवा अशीच काही अडचण असेल तर कळवा. मला वाटते आता कुठलेही वर्तमानपत्र तुमच्यावर टीका करणार नाही. ते माझ्यावर टीका करतील पण तुमच्यावर करणार नाहीत. तुम्ही सर्व मला वचन द्या, की तुम्ही गुरू बनण्याचा प्रयत्न कराल. मी तुमच्याकडून कसलेही पैसे घेतले नाहीत, तुमच्याकडून नाही. मला वाटते तुम्ही फक्त सहजयोगाचा प्रसार करावा.

सुरुवातीला पूजेमध्ये कुठलेही प्रेझेंट वा पैसे घेऊ नका. तुम्ही लोकांकडून मामूली पैसे घ्या. हॉलसाठी किंवा मोठ्या जागेसाठी, पण ते ही फार नंतर. प्रथम थोड्या लोकांपासून सुरुवात करा. हे असे चांगले कार्यान्वित होईल. आणखी एक गोष्ट. पूजा तुम्ही करू नका, सुरुवातीला जोपर्यंत तुम्ही ३०० सहजयोगी बनवत नाही तोपर्यंत पूजा तुम्ही करू नका. माझा फोटो पूजेसाठी ठेवा. पण फारच काळजी घ्या, कारण आता तुम्हाला शक्ती प्राप्त झाली आहे आणि ती कदाचित तुमचा अहंकार वाढवेल आणि तुम्ही स्वत:ला महान समजू लागाल. तुम्हाला जग वाचवायचे आहे. माझे सर्व कार्य त्यासाठीच आहे. मी तेवढ्यासाठी भारतात काही अडचणी असल्या तर कळविण्यास सांगितले आहे. शिवाय सहजयोग कसा पसरत आहे, काय घटना घडत आहेत, मला लिहून कळवा. परंतु मला वाटते तुम्ही हे समजून घेतले पाहिजे की मला आता निवृत्त झाले पाहिजे. मी प्रवास करु शकत नाही. तुम्हाला काही प्रश्न असतील तर मला ते विचारा.

ज्यांना

**जे स्वत:ला लिडर समजतात, गुरू मानतात त्यांनी प्रथम स्वत:ची व्हायब्रेशन्स तपासून पहावीत.**

वाटते ते गुरू बनू शकतात. त्यांनी हात वर करावेत. वा! खूपच.... एखादा दुसरा फक्त नाही.

जर एखादा पैसे घेत असेल, तर तुम्ही त्यांना मनाई करा. सुरुवातीला पैसे घेऊ नका, परंतु जेव्हा तीन हजार सहजयोगी जमतील तेव्हा पूजेचे दिवस साजरे करा. पूजा करा पण ती हजार साधक तयार करा आणि पूजेची मागणी करा.

काही लोकांना बऱ्याच बाधा असतात. ते गुरू बनू शकत नाहीत. अशा लोकांनी गुरू बनण्याच्या भानगडीत न पडणे उत्तम, नाहीतर त्यांना त्रास होईल. पण तुम्ही क्लिअर असाल तर गुरू बनू शकाल. काही प्रश्न?

मी आंतरराष्ट्रीय सहजयोगासाठी सेंटर सुरू करीत आहे आणि जेव्हा तुम्ही तीनशे सहजयोगी बनविले असतील तर तुम्ही पूजेची मागणी करू शकता आणि पैसे घेऊ शकता. तत्पूर्वी तुम्ही पैसे घेतले असतील तर ते तुम्ही सेंटरकडे पाठवू शकता. तेथे सेंटरमध्ये ते जाहीर करतील. तुम्हाला आणखी काही प्रश्न आहेत काय?

पहिल्या तीनशे लोकांकरिता तुम्ही हॉलच्या भाड्याखेरीज किंवा इतर खर्चाखेरीज पैसे मागू नका. तुमच्यासाठी म्हणून पैसे मागू नका. तेव्हा आता हात वर करा कोण गुरू बनण्यास तयार आहे?

**परमेश्वराचे तुम्हाला अनंत आशीर्वाद!**

१८ डिसेंबर १९७८,
लंडन

# आ ज्ञा

## हे ‘आज्ञा’

चक्र श्री येशू ख्रिस्तांचे आहे. ते या चक्रावर निवास करतात. तेच साक्षात् महाविष्णु रूपात अवतरित झाले. खरे तरं ख्रिश्चन, त्यांना या विषयी माहीत नाही की कसे ते ख्रिस्त बनले आणि परमेश्वराने पृथ्वीवर स्वत: येऊन आपले काम न करता येशू ख्रिस्तांना का पाठवले? हा अत्यंत महत्त्वपूर्ण अवतार आहे. ते सृष्टीचे रचनात्मक तत्त्व आहे.

‘आ’ चा अर्थ आहे पूर्ण आणि ‘ज्ञा’ चा अर्थ आहे जाणणे.

**आ**ज्ञा - 'आ' चा अर्थ आहे पूर्ण आणि 'ज्ञा' चा अर्थ आहे जाणणे. आज्ञेची रचना मानवात त्यावेळी झाली, ज्यावेळी त्याने विचार करायला सुरुवात केली. भाषा ही जर भाषा नसती तर आपण विचार करू शकलो नसतो. यापूर्वीचे विचार ही फक्त ईश्वराची प्रेरणा होती. आपल्यामध्ये विचार हे प्रकाश किंवा सावलीप्रमाणे येतात. आत्मसाक्षात्कारानंतर विचार एखाद्या प्रकाश झोताप्रमाणे केवळ प्रकाश आणि सावलीच्या भिन्न आकारात दिसतात. ही भाषा आहे, जिच्यामुळे हे विचार आपल्यावर स्वार होतात. आपण एका विचाराकडून दुसऱ्या विचारावर अशाप्रकारे उडी मारतो जशा समुद्राच्या लाटा किनाऱ्याकडे येतात आणि परत जात असतात. विचारांची ही गर्दी वेड लावणारी असते. हे विचार कधी चांगले असतात तर कधी वाईट.

अहंकार (इगो) आपल्या मस्तकाच्या डाव्या बाजूला तर प्रतिअंहकार (सुपर इगो) उजव्या बाजूला आहे. आपल्या आतमध्ये कंडिशनिंग आपल्या उजव्या भागात आहे आणि ती आपल्यामध्ये भीती तसेच धोके उत्पन्न करतात. भूत तसेच भविष्याविषयी काहीही विचार करण्याची आवश्यकताच नाही. जनावरे असे कधी करत नाहीत. त्यांना माहीत असते की एखादे जनावर येत आहे तर ठीक आहे; यात विचार करण्यासारखे काय आहे? मनुष्य प्रत्येक गोष्टीचा विचार करतो आणि तो असा ही विचार करतो की बसून विचार करणे हे बुद्धिमत्तेचे लक्षण आहे. विचार प्रक्रिया स्वत:च्या इच्छेनुसार व्हायला हवी-ईश्वरीय प्रेरणेप्रमाणे. **विचार करणे म्हणजे भूतांशी खेळण्यासारखे आहे.**

हे चक्र श्री येशू ख्रिस्तांचे आहे. ते या चक्रावर निवास करतात. तेच साक्षात् महाविष्णुरूपात अवतरित झाले. खरे तरं ख्रिश्चन, त्यांना या विषयी माहीत नाही की कसे ते ख्रिस्त बनले आणि परमेश्वराने पृथ्वीवर स्वत: येऊन आपले काम न करता येशू ख्रिस्तांना का पाठवले? हा अत्यंत महत्त्वपूर्ण अवतार आहे. ते सृष्टीचे रचनात्मक तत्त्व आहे. श्री गणेश हे मूलाधार चक्रात निवास करतात आणि हळूहळू श्री गणेश आज्ञा चक्रावर येशू ख्रिस्ताच्या रूपात विकसित (evolve) झाले. ते सृष्टीचे मूलतत्त्व आहेत. जसे आपले तत्त्व श्री कुंडलिनी आहे. त्याचप्रकारे संपूर्ण सृष्टी स्वयं तत्त्व आणि आश्रय आहे. या अवतारात श्री येशू ख्रिस्त सृष्टी रचनेचे तत्त्वरूप आहेत जसे परिवारात पति-पत्नी आणि मुले. पति-पत्नी तसेच घराचे सारतत्त्व मुलं आहेत. जोपर्यंत पति-पत्नींना संतान होत नाही तोपर्यंत त्यांच्या दांपत्य जीवनाला काही अर्थ उरत नाही. याप्रमाणेच श्री येशू ख्रिस्त प्रथम ध्वनी 'ओम' चे मूलतत्त्व होते. जेव्हा आदिपिता (परमेश्वर) तसेच आदिमाता (आदिशक्ती) एकमेकांपासून वेगळे झाले तेव्हा त्यांनी ॐ ध्वनी निर्माण केला. श्री येशू ख्रिस्त याप्रकारे तोच ॐ शब्द आहे जे संपूर्ण सृष्टीचे पालनकर्ता आणि त्यापेक्षा जास्त आश्रयदाता आहेत. कारण ते सारतत्त्व आहे ज्याचा कधी नाश होत नाही. **आमचे तत्त्व आमचा आत्मा आहे.** आणि आत्मा कधी नाश पावत नाही. शरीराचा नाश होतो परंतु तत्त्व (आत्मा) तसेच राहते, त्याचा कधी नाश होत नाही. हा सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण अवतार आहे.

श्री येशू ख्रिस्त आपल्या आज्ञा चक्राच्या मध्यभागी स्थित आहेत; जिथे ऑप्टिक नाड्या आणि ऑप्टिक थॅलॅमस एकमेकांना क्रॉस करतात. हा एक अतिसूक्ष्म बिंदू आहे. हा दोन प्रकारचे ध्वनी 'हम्' आणि 'क्षम' उत्पन्न करतो. 'हम' उजव्या बाजूला प्रतिअहंकारामध्ये तसेच 'क्षम' डाव्या बाजूला अहंकारामध्ये स्थित आहे. 'हम' तसेच 'क्षम' दोन प्रकारच्या सूक्ष्म लहरी उत्पन्न करतात. 'हम' शब्द 'मी आहे, मी आहे'

आमचे तत्त्व आमचा आत्मा आहे.

ह्या लहरी उत्पन्न करतात. आपल्या अस्तित्वाच्या शक्तीमधून 'हम' शक्ती येते. ज्यामुळे आपल्याला समजते की आपल्याला या जगात राहायचे आहे आणि आपण मरायला नाही जात आहोत. कोणताही मनुष्य जो आपली हत्या स्वत:च करू इच्छितो तो सामान्य असू शकत नाही. 'हम' अर्थात् 'मी आहे' या शक्तीनेच, वस्तुत: प्रत्येक जीव, तो मानव असो, पशू असो, आपले आयुष्य अक्षय बनवू इच्छितो. त्याला मरायची इच्छा नसते. प्रतिअहंकार (सुपर इगो) उजव्या बाजूला आहे. हा प्रतिअहंकार बऱ्याच गोष्टींमुळे तुम्ही खूप कंडिशन्ड होता आणि त्याचे परिणामस्वरूप म्हणजे तुम्ही चिंता करू लागता. आणि आपल्यामध्ये ते भीती उत्पन्न करतात. हे तुमचे जुने अनुभव व भीती तुमच्यामध्ये प्रतिअहंकारात बसतात आणि ही भीती आपल्या अमीबा अवस्थेपासून सुरू होऊन आजपर्यंत प्रतिअहंकारात (सुपर इगो) साठली आहे. ज्यामुळे तुम्ही पोलीस इ.पासून भयभीत आहात. काही लोक असेही आहेत जे त्यांना घाबरत नाहीत परंतु इतर कुठल्यातरी वस्तूला घाबरतात. तुमची परिस्थिती कशीही असो, तुमचे सर्व जुने अनुभव प्रतिअहंकारात आहेत. हे केंद्र 'हम्, हम्' - 'मी आहे, मी आहे' तुम्ही आहात, घाबरू नका चा.....संदेश पाठवत असतात.

तुम्ही अहंकार तसेच प्रतिअहंकारामध्ये अंतर बघू शकता. एक आक्रमक आहे तर दुसरा अधीन झालेला तसेच भीती उत्पन्न करणारा आहे. फक्त 'हम' उच्चाराने चैतन्य लहरी भीतीला दूर पळवतील. अशाप्रकारे तुम्ही 'हम' चा उच्चार करून परमेश्वराची मदत घेऊ शकता.

अहंकार एक मोठी समस्या आहे. याचे समाधान म्हणजे दुसऱ्यांना क्षमा करणे. तुम्हाला क्षमा करणे शिकले पाहिजे. जर तुमच्याद्वारा कोणी दुखावले गेले असतील तर तुम्हाला क्षमा मागितली पाहिजे. अतीअहंकाराचा अर्थ आहे तुम्ही जास्त लाड करून ते बिघडवले आहे. तुम्ही तुमच्या हृदयात विनम्र व्हा. तुमचे हृदय तुमचा आत्मा आहे. **अतीअहंकार आपल्या आत्म्याला झाकून टाकते, त्यावर आवरण टाकते. हा तुम्हाला निर्बुद्ध तसेच मूर्ख बनवतो.** तुम्ही अहंकारी व्यक्तीला ओळखाल जेव्हा तो स्वत:चाच ढोल वाजवू लागेल आणि त्याचे फळ म्हणजे लवकरच तो स्वत: मूर्ख ही बनतो. जे अशा मनुष्याला समजू शकत नाहीत, ते लोक स्वत: आश्चर्यचकित होतात, विशेषकरून बालक वर्ग, की त्या मनुष्याला अचानक काय झाले? मनुष्य अहंकाराच्या फेऱ्यात इतका मोठा मूर्ख बनतो की तो ईश्वराचे राज्य तसेच आपले ईश्वराशी असलेले संबंध हे ही विसरून जातो. 'अहंकार महाशय' आपल्याला मूर्खतापूर्ण कार्य करण्यासाठी प्रेरित करतात. जसे एखाद्या देशात असा कायदा बनविणे की जावई आपल्या सासूशी विवाह करेल. ही एक असंभव गोष्ट आहे, कारण सासू आई आहे. हे कार्य निकृष्ट दर्जाचे आहे. अहंकाराच्या चक्करमध्ये हे समजणे ही अवघड आहे की तो (अहंकार) आपल्याला कसा मूर्ख बनवतो, तसे तो नेहमीच आपल्याला मूर्ख बनवित असतो.

विचार करण्यानेही अहंकार वाढतो. महाअहंकारीचा व्यवहार इतका पोरकट असतो की वयाचा काही मान ठेवला जात नाही. मुले विचार करतात की आमचे आई-वडील इतके मूर्ख कसे जर आम्ही परमेश्वराच्या शोधात सदैव तत्पर आहोत. महायुद्धामुळे कदाचित ते संतप्त झाले असतील. अहंकार एक अशी वस्तू आहे जी प्रत्येक वस्तूविषयी विचार करण्यास भाग पाडते जसे प्रवासाच्या आधी पोहोचल्यानंतरचे नियोजन, आणि प्रवासाची मजाच निघून जाते कारण नियोजनाप्रमाणे प्रवास होऊ शकत नाही. एक बुद्धिमान व्यक्ती हताश होत नाही, जसे होत जाईल, त्यानुसार ती चालते. 'अहंकार महाशयांची' कधी अशी इच्छा नसते की तुम्ही सुखी तसेच सर्व सोयींनीयुक्त रहावे. तो नेहमी जोपर्यंत तुमचा नाश होत नाही

> अतीअहंकार आपल्या आत्म्याला झाकून टाकते, त्यावर आवरण टाकते. हा तुम्हाला निर्बुद्ध तसेच मूर्ख बनवतो.

तोपर्यंत विचार देत राहतो की हे करा, ते करा. अहंकारात काही फायदा नाही.

पहाटेपासून सायंकाळपर्यंत क्षमाशील बना आणि आपले दोन्ही कान पकडून म्हणा, 'हे परमेश्‍वरा आम्हाला क्षमा करा.' पहाटेपासून संध्याकाळपर्यंत त्यांचे (येशू ख्रिस्त) स्मरण करत रहा. नेहमी आठवण करण्याने, येशू ख्रिस्त तुमच्या अहंकाराला खाली घेऊन येतील. त्यांनी तुमच्यासाठी सर्वप्रकारे प्रयत्न केला आहे जेणेकरून तुम्ही तुमच्या अहंकाराचा विकास होऊ देऊ नका. ते एका गवंडीच्या मुलाच्या रूपात सामान्यपणे पालनपोषण होऊन मोठे झाले. त्यांनी स्वत:ला पडद्यामागे ठेवले. ते रोमन सम्राटाच्या रूपात ही जन्म घेऊ शकले असते. परंतु त्यांनी अशा ठिकाणी जन्म घेतला जिथे एखादा सामान्य पुरुषही जन्म घेण्यासाठी कुरकुरेल. परंतु तिथे प्रकाश ही होता आणि आनंद ही होता. आपण आनंद हरवून बसलो आहोत कारण आपण ईश्‍वराला विसरलो आहोत. परमेश्‍वरच प्रेम आणि आनंद आहे. लोकांजवळ भरपूर प्रमाणात समृद्धी आणि धन आहे तरीही ते आनंदी नाहीत. तुम्ही त्यांना काही जर सांगाल तर ते तुमच्यावरच रागावतील. ते तीळमात्र ही सामान्य मानव नाहीत, ते रोगी आहेत.

क्षमायाचना करणे हे काही कठीण कार्य नाही. आपण तर दिवसातून एकदाही क्षमायाचना करत नाही. महिन्यातून एकदाही नाही, एवढेच नाही तर वर्षभरात एकदाही नाही. ख्रिसमसच्या दिवशीही आपण क्षमायाचना करत नाही, याउलट आपण मदिरा तसेच इतर मादक वस्तूंचे सेवन करता. कधी-कधी अहंकार, प्रतिअहंकारावर इतका दबाव टाकतात की इतर लोकांना आपले क्रूर तसेच त्रासदायक शब्दांनी ठेच लागते. ज्याप्रकारे संसदेत सदस्य आपापसात बोलतात ते खूपच वाईट आहे. असे तर जनावरं ही करत नाहीत. अहंकारात एक दुसऱ्याला टक्कर देत राहतात. ते आपल्यामध्ये नेहमी म्हणतात, 'मी हे केले, ते केले' पण ते आनंदाला हरवून बसले आहेत. **तर्क-वितर्क करणे हे महामूर्खतापूर्ण व्यवहाराचा संकेत आहे.** हे आपल्याला कोणत्याही ज्ञानार्जनाच्या दिशेने घेऊन जाणार नाही तर केवळ अहंकाराची पुष्टी करेल.

संपूर्ण पाश्‍चात्त्य समाज अहंकाराने (इगो) ओत-प्रोत भरला आहे. पाश्‍चात्त्य समाजाचा अहंकार हा आहे की त्यांना अर्धविकसित देशांचे मार्गदर्शक बनायचे आहे. हे पूर्णपणे प्रौढीने भरलेले असते. लोक चांगल्या स्वास्थ्यासाठी वेड्या संसद सदस्यांप्रमाणे पळत असतात. चांगल्या आरोग्यासाठी वेड्यासारखे कार्य करण्याची आवश्यकता नाही. तुम्हाला चतुर तसेच प्रतिभावंत

व्यक्ती बनायचे आहे. चांगल्या आरोग्यासाठी विवेकाची अत्यंत आवश्यकता आहे ना अहंकाराची तसेच ना त्याने प्रभावित इतर गोष्टींची की जसे आपली संपत्ती, आपली गाडी, घर इ.चे प्रदर्शन करणे. ते एखाद्या विदुषकासारखे आहे. घरात खायला काही नसो परंतु एक मोठी गाडी जरूर ठेवणार. या सर्व वस्तू केवळ अहंकार वाढवतात. सर्व जाहिराती अहंकाराला मोठे करतात. जेव्हा तुम्ही निसर्गाच्या विरुद्ध लढाई सुरू करता तेव्हा तुमच्यामधील 'अहं' चा विकास होतो. आपण अहंकाराशिवाय जीवनात काही विचारच करत नाहीत. 'मी, मी, मी' अशाप्रकारे बोलणे, आपल्या विचारांना प्राधान्य देणे असभ्यता आहे.

तुम्ही कोण आहात? मी शाश्वत अमर आत्मा आहे. आम्ही परमेश्वराचा विश्वास हरवला आहे, कारण जे परमेश्वराचे रक्षक आहेत ते उर्मट आहेत, अती अहंकारी आहेत आणि अहंकारी व्यक्तीला परमेश्वराविषयी विचार करणे अशक्य आहे. **अहंकार एका पाण्याच्या बुडबुड्याप्रमाणे क्षणभंगुर तसेच एखाद्या फुगलेल्या फुग्याप्रमाणे आहे जो अधिक फुगवले असता फुटून जातो.** अहंकार अवश्य नष्ट होईल. म्हणून अहंकार तोडूनच तुम्ही, जे साक्षात आत्मा आहेत, आपल्या आत्म्याच्या दिशेने जाऊ शकता. आपल्याला येशू ख्रिस्ताची मदत मागायला पाहिजे. येशू ख्रिस्ताने स्वत:ला सुळावर चढवले. असे का केले? त्यांनी काय केले? त्यांनी फक्त रोमन तसेच यहुदी लोकांच्या अहंकाराला आव्हान दिले. हेच कारण होते की त्यानां सुळावर चढवले गेले आणि आता आपल्याला आपल्या अहंकाराला त्यांच्या क्रॉसच्या माध्यमातून सुळावर चढवावे लागेल, नाहीतर आम्ही पण तेच करायला चाललो आहोत. अर्थात् आम्ही आपल्या अहंकारात श्री येशू ख्रिस्तांना, ऑप्टिक थॅलॅमसवर जिथे ते राहतात, सुळावर चढवायला चाललो आहोत. आपल्याला श्री येशू ख्रिस्तांना जागृत करायला पाहिजे, अहंकाराला सुळावर चढवण्यासाठी. आपल्याला निर्विचार अवस्थेत राहायला पाहिजे कारण तुम्ही विचारांपासून दूर आहात. **आज्ञा हे एक महत्त्वपूर्ण चक्र आहे. जेव्हा कुंडलिनी आज्ञा चक्राला पार करते तेव्हा मनुष्य निर्विचार होतो.** एवढेच नाही तर अहंकार तसेच प्रतिअहंकारातून कोणतेही विचार येत नाहीत. आपल्याला आपल्या आज्ञा चक्राला सुदृढ बनवायचे आहे. आज्ञा आपल्या ऑप्टिक तसेच थॅलॅमस नाडीच्या सांध्यावर स्थित आहे.

असे म्हटले जाते की जर आपले डोळे चंचल तसेच भिरभिरते असतील तर आपले आज्ञा चक्र ही चंचल तसेच अस्थिर होते. तुम्हाला तुमचे डोळे निर्मळ आणि सुखद बनवण्यासाठी त्यांना स्थिर व बळकट केले पाहिजे. आपल्या नेत्रांना शांत करण्यासाठी सर्वात महत्त्वाची गोष्ट म्हणजे हिरव्या हिरवळीवर दृष्टी टाकणे. यासाठी येशू ख्रिस्तांनी चंचल, अस्थिर तसेच अपवित्र डोळ्यांविषयी चर्चा केली आहे. म्हणून प्रत्येक पुरुष तसेच स्त्री ने काळजी घेतली पाहिजे की नजर अपवित्र ठेवू नका-असे श्री येशू ख्रिस्तांनी सांगितले आहे. तुम्हाला अत्यन्त गहन, गंभीर आणि प्रेमळ व्हायचे आहे. आपण आपल्या डोळ्यांद्वारेच विचार प्राप्त करतो. जर तुमचे डोळे बंद असतील तर तुमचे विचारही कमी होतील कारण आपले चित्त बऱ्याच गोष्टी बघू शकत नाही. **जर आपले डोळे उघडे असतील तर जास्त विचार येतील कारण आपली नजर सगळीकडे जाते आणि त्याबरोबरच आपले चित्त पण.** याप्रकारे आपल्या खात्यात अजून जास्त विचार संग्रहीत होतात आणि अधिक विचारांची रचना पण होते.

आज्ञा हे एक महत्त्वपूर्ण चक्र आहे. जेव्हा कुंडलिनी आज्ञा चक्राला पार करते तेव्हा मनुष्य निर्विचार होतो.

तुमचे चित्त नेहमी आपला आत्मा तसेच ईश्वराच्या ठिकाणी ठेवायला हवे कारण त्याला परमेश्वराच्या प्रकाशाने प्रकाशित करायचे आहे. ज्या तऱ्हेने आपण आपल्या पवित्र डोळ्यांचा दुरुपयोग करीत आहोत आणि त्याचा अपमान करत आहोत, त्याप्रकारे आपण या सुंदर गोष्टी (आज्ञा, चित्त) नष्ट

करीत आहोत. धरतीवर उगवलेल्या हिरव्या गवतापेक्षा पवित्र अशी कोणतीही गोष्ट नाही. म्हणून आपल्याला आपली नजर हिरव्या गवताने भरलेल्या भूमीवर ठेवायला हवी बेकार लोकांकडे बघत राहणे नको.

जेव्हा तुमचे अपवित्र डोळे इकडेतिकडे भिरभिरत असतात तर कोणतीही बाह्यसत्ता ज्याला आपण सहजयोगात बाधा म्हणतो, आपल्या आत घुसते. प्रीतिभोजन इ.प्रसंगी जेव्हा चित्त बाहेरच्या दिशेने इकडेतिकडे पळते, त्या काळात बाह्य अडथळे सहजपणे एकदुसऱ्यामध्ये देवाणघेवाण करतात. नेहमी आपण हे ही समजू शकत नाही की आपल्याला आकर्षण का जाणवते? कोणत्याही व्यक्तीवर नजर गेल्याने काहीही प्राप्त होत नाही उलट फक्त शक्तीचाच नाश होतो. अपवित्र दृष्टी तसेच चंचल डोळ्यांचा मनुष्य वेडा असणे जास्त शक्य आहे. आपले ऐंशी टक्के विचार डोळ्यांच्या माध्यमातूनच येतात. म्हणून व्यर्थ तसेच निरर्थक क्रिया सोडाव्या लागतील. श्री येशू ख्रिस्तांच्या विचारांचा आदर करायला पाहिजे. त्यांनी एका वेश्येचा उद्धार केला होता. एका चांगल्या महिलेला वाईट विचार देऊन तुम्ही तिचा नाश करता. पवित्र छोट्या बालिका आपल्या घाणेरड्या नजरेमुळे दूषित होतात. श्री येशू ख्रिस्तांनी जे केले त्याच्या उलट तुम्ही वागत आहात. काय तुम्ही वेश्या बनू इच्छिता ज्यामुळे श्री येशू ख्रिस्त पुन्हा येऊन आपला उद्धार करतील! हा वेडेपणा आहे. जेव्हा तुम्ही पार झालेले असता आणि तुम्ही कोणावर आपली चंचल दृष्टी टाकता तेव्हा तुमच्या डोक्यात अचानक दुखायला लागते. किंवा तुम्ही अनुभवू शकता की तुमच्या डोक्यात कोणीतरी खडे मारत आहेत. तुम्ही असे अनुभवू शकता किंवा तुम्हाला असे जाणवेल की कोणी तुम्हाला अंध बनवत आहे. म्हणून तुम्हाला हे समजले पाहिजे की तुमचे डोळे किती महत्त्वपूर्ण आहेत. जर तुमचे डोळे पवित्र असतील तर कोणत्याही प्रकारच्या नाडी दौर्बल्यासंबंधीचे रोग ठीक करू शकतो.

हे एक असे विषम चक्र आहे की सर्व वाईट गोष्टी आज्ञा चक्रात एकत्र होतात आणि आपल्याला आपले डोळे स्वच्छ ठेवण्यासाठी आपल्या आज्ञेला शुद्ध करावे लागेल. आपल्याला क्षमाप्रार्थना केली पाहिजे. आपल्याला श्री येशू ख्रिस्तांना आपल्या 'आज्ञा'मध्ये आणायला हवे. आपल्याला सर्व मादक गोष्टी आणि द्रव्ये यांचा त्याग केला पाहिजे, जे सहजयोगामध्ये सहजरीतीने सुटते. आपले डोळे हे आपले संपूर्ण व्यक्तित्व, मस्तिष्क, शरीर तसेच इतर अवयवांचे प्रदर्शन करीत असतात. जर तुमचे आज्ञा चक्र बरोबर असेल तर तुमचे डोळे ही चांगले असतील. असे पवित्र डोळे जिथे जातील, ते प्रेमाव्यतिरिक्त काहीही दर्शवणार नाहीत. अशा स्थितीत आपल्या डोळ्यांनी बघूनच तुम्ही दुसऱ्यांची कुंडलिनी जागृत करू शकता; लोकांचे रोग निवारण करू शकता आणि बरबाद झालेल्या व्यक्तींना आनंदी बनवू शकता. हे डोळे आपल्या व्यक्तिमत्त्वाची खिडकी आहे. आपला आत्मा आपल्या डोळ्यांच्या माध्यमातूनच बघतो आणि जेव्हा कुंडलिनी उठते तेव्हा डोळे विस्फारीत होतात. एखाद्या पार झालेल्या व्यक्तीच्या डोळ्यात जमीन अस्मानाचे अंतर असते. **पार झालेल्या व्यक्तीचे डोळे हिऱ्याप्रमाणे चमकतात.** जर तुमचे डोळे पवित्र नसतील तर तुमचा आत्मा तुमच्या डोळ्यांनी दिसणार नाही. आपल्याला आपल्या मनातील सर्व अशुद्धींना बाहेर काढावे लागेल. आपल्याला आपल्या डोळ्यांचा आदर करायला पाहिजे.

**पार झालेल्या व्यक्तीचे डोळे हिऱ्याप्रमाणे चमकतात.**

मनोवैज्ञानिकांची आज्ञा फारच खराब असते. दोन प्रकारच्या मानसिक यातना असतात. मनोवैज्ञानिक ना कोणाचे मानसिक आजार ठीक करू शकतात ना ही शांती प्रदान करू शकत. एक तर ज्यामध्ये लोक तुम्हाला खूप त्रास देतात. तुम्ही कुणाचाही दास बनू नये. क्रॉस धारण करणे येशू ख्रिस्तासंबंधात चुकीची समजूत आहे. जर कुणी

तुम्हाला दास बनविण्याचा प्रयत्न करीत असेल तर तुम्ही त्याचा पूर्ण त्याग केला पाहिजे. तुम्हाला म्हटले पाहिजे 'हम' - मी आहे. या सृष्टीवर तुम्ही कोणावर अधिकार गाजवणारे कोण आहात? असे लोक आपल्या कर्तव्याकडे तोंड फिरवणारे असतात. आपल्याला आपल्या आत्मसन्मानाने वर उठायचे आहे.

ज्या व्यक्ती येशू ख्रिस्ताच्या स्तरावरच्या असतात आणि प्रत्यक्षात क्रॉस धारण करतात त्या कधी दु:खी होत नाहीत.

प्रत्येक मानव आपला आत्मसन्मान सांभाळतो. आणि प्रत्येकाला आपल्या आत्म्याचा सन्मान करायचा आहे जो त्याच्या आत आहे. जरी तुम्ही कोणत्याही देशात राहणारे असा किंवा कोणत्याही मतप्रवाहाचे असा, कोणाचेही वर्चस्व आत्म्यावर नसावे. हे सर्व ईश्वराच्या साम्राज्यात तुटून जाईल. कोणीही कोणाच्याही आत्म्यावर वर्चस्व गाजवण्याचा अधिकार बाळगू शकत नाही. तुम्हाला हे माहीत नाही की आपल्या स्वातंत्र्याचा उपयोग दुसऱ्यावर अधिकार गाजवून होत नाही. तुम्ही दुसऱ्याच्या आत्म्यावर प्रभुत्व दाखवत आहात, त्यांची जमीनजुमला तसेच संपत्तीवर अधिकार दाखवून. तुम्ही या किंवा त्या प्रकारे आपल्या आत्म्याच्या विरूद्ध कार्य करीत आहात. तुम्ही स्वत:ला मध्यभागी ठेवून फक्त स्वत:कडेच बघा. आणि तुम्हाला दिसेल की तुम्ही फक्त प्रेमाचाच वर्षाव दुसऱ्यांवर करीत आहात. जर तुम्ही स्वत:चेच दास असाल तर तुम्ही दुसऱ्यावर कसे प्रेम करू शकाल? अर्थात तुम्ही कधी प्रेम करू शकत नाही. प्रेम आपल्या मर्यादेत असते जे अत्यंत मृदू आणि सुंदर असते. तुम्हाला प्रेमात त्यांच्या बरोबर रहायचे असते. जर एखादा छोटा मुलगा तुमच्या घरी आला आणि त्याने तुमचे घर खराब केले तर त्या बाळाने तसेच करायला हवे आणि त्याचा आनंद तुम्ही घ्यायला पाहिजे. जर तुमचे स्वातंत्र्य मुलाच्या ओरडण्याने भंग पावत असेल तर तुम्ही बुद्धिमान मनुष्य नाही. ती तुमची मनमानी आणि एकलकोंडेपणा आहे. याप्रकारे तुम्ही त्या तुमच्या मोठेपणात, त्या परमपिता परमेश्वराला वेगळे ठेवता कारण तुमच्यात दुसऱ्यांचे स्वातंत्र्य सहन करण्याची क्षमता नाही. आपल्याला स्वतंत्र व्हायचे आहे पण जर एक लहान मूल आपल्या घरात ओरडू शकत नसेल, आपल्या मनाप्रमाणे खाऊ-पिऊ शकत नसेल तर हे कोणत्या प्रकारचे स्वातंत्र्य आहे! हा भास आहे. हे गुलामगिरीच्या उलट आहे. परंतु दोन्हीच्या मध्यभागी प्रेम आहे. प्रत्येक क्षण लहानमोठ्या बंधनांनी भरलेला आहे. जर पती आपल्या पत्नीकडे काही खाण्याची इच्छा प्रकट करत असेल आणि पत्नी ते टाळत असेल, वास्तविक पत्नीला आनंद वाटायला हवा आणि तिने ही छोटीशी मागणी प्रेमाने पूर्ण करायला हवी. आपापसात भांडून तुम्हाला काय मिळते? याप्रकारचा कोरडेपणा, एकाकीपणा जो आपल्या आत आहे, त्याने फायदा तर काही नाही. जर तुम्ही अत्युत्तम (श्रेष्ठ) जीवन घालवू इच्छित आहात तर तुम्ही काही बलिदान करत नाही तर तुम्ही श्रेष्ठ जीवनाने काही तरी मिळवीत आहात. सत्य सांगावेच लागते. जर तुम्हाला सुखी व्हायचे असेल तर तुम्हाला वास्तविकतेकडे बघावेच लागेल. मित्रांनो आपण कोणत्या प्रकारचे संबंध ठेवतो? उदाहरणार्थ जर आपल्याला ख्रिसमस कार्ड मिळाले नाही तर वाईट वाटते. इतर लोकांच्या संपर्कात येण्याचा प्रयत्न करा. तुम्ही दुसऱ्यांवर प्रेम करण्यास सुरुवात करा, घाबरू नका. तुम्हाला आश्चर्य वाटेल ते तुम्हाला किती देतात.

तुमची आई जिवंत उदाहरण आहे. तुमची प्रज्ञा (विज्डम), विवेकबुद्धी तसेच प्रतिभेला मुक्त करा. जी बाहेर व आतून गढूळ करते तिला बाहेर फेका. झाडे-झुडपे याकडे प्रेमळ नजरेने बघायचा प्रयत्न करा आणि तुम्हाला दिसेल ती झाडे-झुडपे तुम्हाला सुष्टीच्या रचनेचा आनंद देण्यास सुरुवात करतील कारण तुम्ही निर्विचार व्हाल.

**जर तुम्हाला सुखी व्हायचे असेल तर तुम्हाला वास्तविकते कडे बघावेच लागेल.**

आणि सृष्टीचा निर्माता ज्याने त्या वृक्षांची रचना केली आहे, त्यात संपूर्ण आनंद उधळायला सुरुवात करतो. प्रत्येक मानव एका असीम आनंदाचे भांडार आहे. त्याला फुकट घालवू नका, यासाठी की एकतर तो योग्य कपड्यांनी सुशोभित नाही किंवा जसे तुम्हाला वाटते तसा तो नाही जे तुम्ही पब्लिक स्कूलमध्ये शिकले आहात. प्रत्येक दरवाज्यावर सगळीकडे सुंदरता पसरलेली आहे, ती हरवू नका. पण जर तुमच्यात प्रत्येक वस्तूवर मालकीची भावना असेल तर तुम्ही त्याचा आनंद एकदम उठवू शकत नाही-त्या संपूर्ण सुंदरतेचे भांडार जे प्रत्येक मनुष्य प्राण्यात आहे प्रत्येक क्षणी झोके घेत आहे.

जेव्हा मी तुम्हा लोकांना ख्रिसमसच्या शुभकामना देते तर ती वेळ आज्ञा चक्रासाठी खूप चांगली आहे. प्रत्येकाने ओळखले पाहिजे की काय आज्ञा द्यायची आहे आणि आज्ञेचे पालन कसे करायचे. परमेश्वराच्या आज्ञेचे पालन करा. आपल्यापेक्षा मोठे असणाऱ्यांच्या आज्ञेचे पालन करा, आपल्या स्वतःच्या आज्ञेचे पालन करा, पण आपल्या अहंकाराचे नाही. मग तुम्ही दुसऱ्यांना आज्ञा देऊ शकता, फक्त मानवालाच नाही तर सूर्य, चंद्र तसेच वारा, जगातील सर्व वस्तूंना ही. या आज्ञा चक्राने तुम्ही प्रत्येक गोष्टीचे नियंत्रण करू शकता. जर तुम्हाला माहीत असेल की, कोणी तुम्हाला त्रास देत आहे तर तुम्ही त्याचे नाव आपल्या आज्ञा चक्रावर घ्या, तो तसे करू शकणार नाही. ही पार व्यक्तींसाठी एक युक्ती आहे. जे काही तुम्ही तुमच्या आज्ञेवर म्हणता त्याचा आदर केला जातो पण आपल्या आज्ञेला शुद्ध आणि निर्मल असायला हवे. आपल्या आज्ञेवर श्री येशू ख्रिस्तांनी विराजमान व्हायला पाहिजे. कारण आपल्या आत एका महान आधाराचे जागरण झाले आहे जे सर्व अणू, रेणुंमध्ये वसलेले आहे आणि सर्वत्र, सर्व जागी वसलेले आहे. म्हणून तुम्ही तुमच्या आज्ञेवर स्वामित्व प्राप्त करा जो तुमचा स्वामी आहे. ज्यांचे आज्ञा चक्र चांगले आहे ते कोणत्याही वस्तूवर स्वामित्व प्राप्त करू शकतात. खरं तर तुम्ही स्वतःच तुमचे स्वामी बनू शकता. माझी शुभेच्छा आहे की आपल्या आज्ञा फारच शक्तिशाली होवो जेणेकरून जेव्हा लोक तुमच्याकडे बघतील तर समजतील की येशू ख्रिस्तांचा आपल्यामध्ये पुन्हा जन्म झाला आहे.

**परमेश्वर तुम्हाला सुखी ठेवो.**

**ॐ माताजी श्री निर्मलादेव्यै नमो नमः**

# रवा-बेसन शिरा

**साहित्य:-**

५ मोठे चमचे तूप, १०० ग्रॅम रवा, ३० ग्रॅम बेसन, ४०० मि.ली. गरम दूध, १/४ छोटा चमचा केशर, जवळ-जवळ ५ मोठे चमचे किंवा चवीनुसार साखर, १/२ छोटा चमचा वेलची पावडर, ७० ग्रॅम खवा, १ मोठा चमचा साल काढलेल्या बदामाचे बारीक काप, १ मोठा चमचा कापलेले काजू, १ मोठा चमचा किसमिस

**कृती :-**

१) एका भांड्यात १ मोठा चमचा तूप गरम करून त्यात रवा सोनेरी रंगावर भाजा व बाजूला ठेवा.

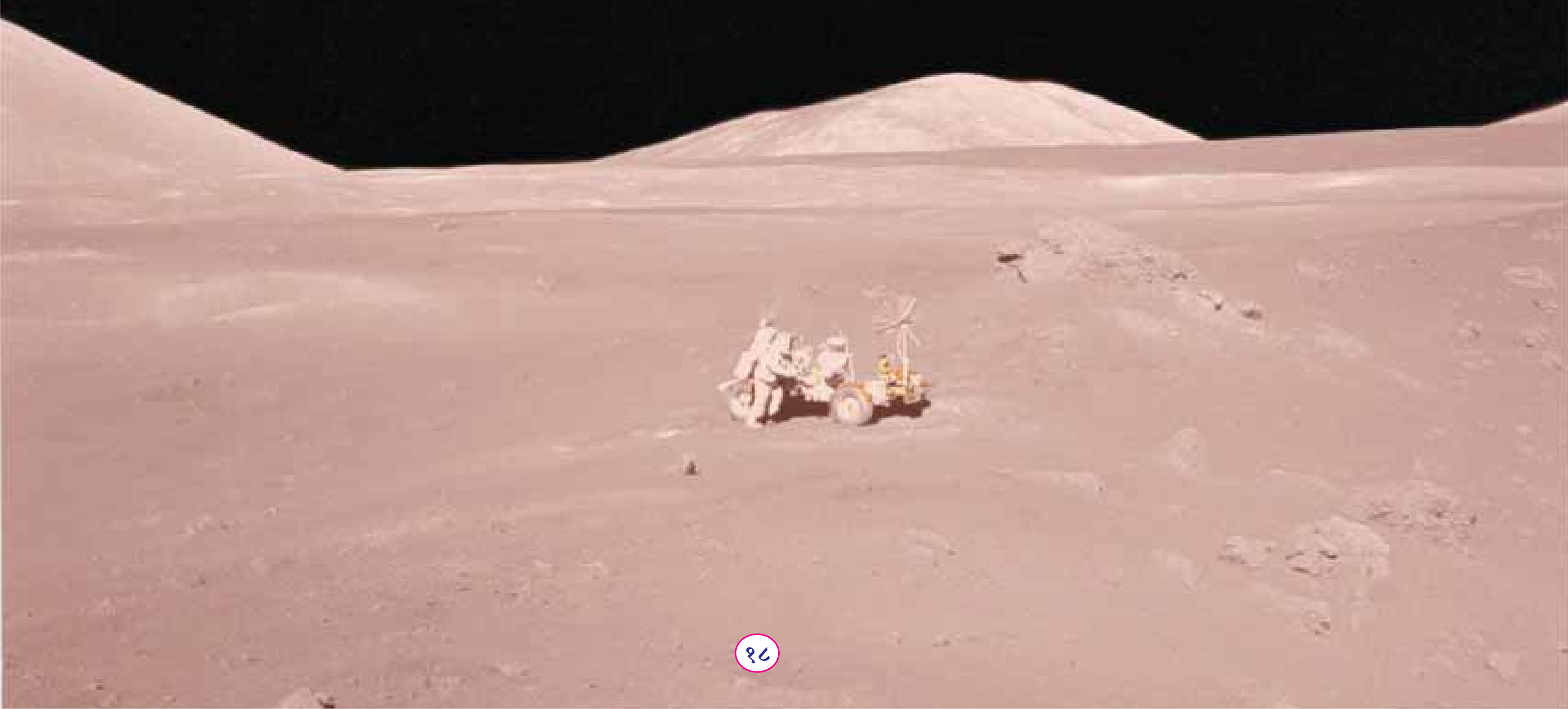
२) दुसऱ्या भांड्यात १ मोठा चमचा तूप गरम करून बेसन सोनेरी रंगावर भाजा.

३) त्यात भाजलेला रवा आणि ३ मोठे चमचे तूप टाकून एक मिनीट भाजा.

४) गरम दूध व केशर टाकून ५ मिनिटापर्यंत शिजवा, हलवत रहा किंवा रवा शिजेपर्यंत भाजा.

५) साखर व वेलची पावडर टाका, हलवत राहून काही मिनिटापर्यंत भाजा. बदाम, काजू तसेच किसमिस टाका आणि चांगल्याप्रकारे एकत्र करा. गरम गरम वाढा.

# ग्रहण



गर्भवती स्त्रियांनी सूर्यग्रहण किंवा चंद्रग्रहण कधीही बघू नये कारण त्यांनी जर सूर्यग्रहण बघितले तर शारीरिक समस्या उद्‌भवू शकतात. जन्मलेल्या मुलांच्या हाता-पायांमध्ये दोष उत्पन्न होतात. जर त्यांनी चंद्रग्रहण बघितले तर त्यांना मानसिक त्रास होतो. त्यांच्या मनावर परिणाम होतो.

(Le Raincy, फ्रांस, १७.८.१९८७)

जणेकरून व्यंग असलेल्या मुलांचा जन्म होतो कारण बऱ्याच मातांना गर्भावस्थेच्या काळात काय करावे? कसे रहावे? याची माहिती नसते. जर तुम्ही गर्भावस्थेच्या काळात ग्रहण बघितले तर तुम्हाला होणारे मूल अपंग असेल. जर तुम्ही गर्भावस्थेच्यावेळी बऱ्याच कालावधीपर्यंत मावळत्या सूर्याकडे बघितले तर तुम्हाला होणाऱ्या मुलाचे डोळे अशक्त असतील.....

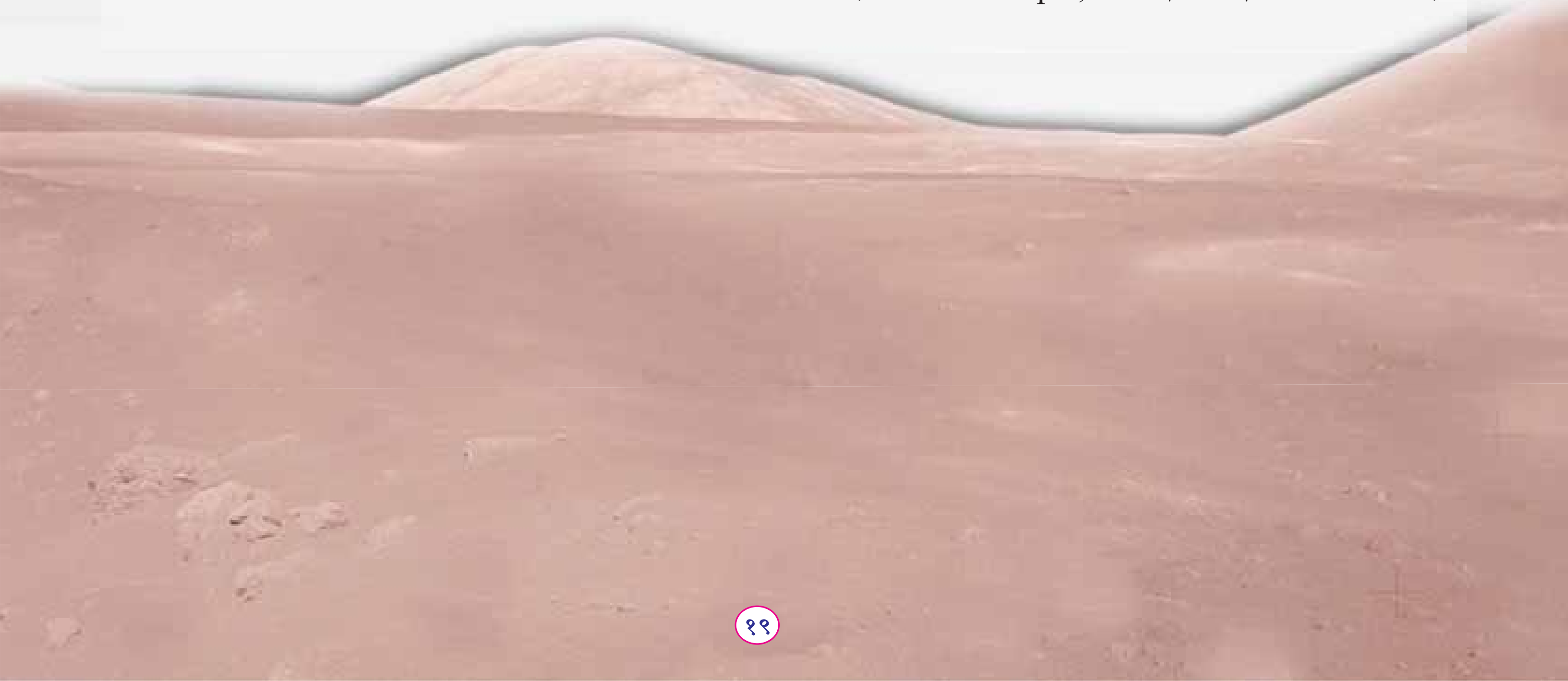
(सार्वजनिक कार्यक्रम, रोम, इटली, २९.४.१९८२)

एखाद्या व्यक्तीला आपण सूक्ष्म आहोत असा साक्षात्कार झाला, तर परत असा प्रश्न उद्‌भवतो की 'कसे बनू?' सूक्ष्म व्यक्तीला समस्या कशा येऊ शकतात. उदा. आज सकाळच्या वेळी होणाऱ्या पूजेविषयी प्रश्न होता. ते म्हणाले, 'आज सूर्यग्रहण आहे.' आणि जर आजचा दिवस इतका महान आहे की जर या दिवशी तुम्ही पूजा केलीत तर हजारो वेळा केलेल्या पूजेइतके पुण्य प्राप्त होईल.आता तुम्हीच बघा, हे खूप छान, चांगले दिसते. हो हे खरे आहे. ज्योतिषशास्त्राने केलेल्या सर्वेक्षणात हे नमूद केले आहे आणि या सर्व खूप महान गोष्टी आहेत आणि आपण त्याचे अनुकरण करण्यास सुरुवात करतो. तुम्ही सहजयोगी आहात. तुम्ही सूक्ष्म बिंदूपासून हल्ला चढवायला हवा. जेणेकरून तुमचे स्वातंत्र्य, तुमचा दृष्टिकोन हे सूक्ष्म बनेल. सूक्ष्मतेच्या नजरेतून ह्या प्रश्नावर हल्ला करतांना आपल्याला सर्वप्रथम हे लक्षात घेतले पाहिजे की आपण सहजयोगी आहोत. यासाठी कोणत्याही तंत्राची आवश्यकता नाही. या प्रश्नावर फक्त तुमच्या चैतन्य लहरी बघा. हे खूप सरळ आहे. सूक्ष्म गोष्टी सरळ असतात, स्थूल स्वरूपाच्या गोष्टी गोंधळात टाकण्यासारख्या असतात. हे खूप सरळ समीकरण आहे. सरळ गोष्ट अशी की चैतन्य लहरींची जाणीव होणे, या वळणावर की आजची पूजा खरच योग्य आहे की नाही. तुम्हाला आश्चर्य वाटेल ह्या बिंदूवर तुम्हाला तुमची उजवी बाजू गरम वाटेल.

('Open your Heart', लोणावळा, भारत, २५.१.१९८२)

तुम्ही ग्रहण पाहिले आहे का? नाही. हे खूप छान झाले. जेव्हा आपण येत होतो तेव्हा तुम्ही पाहिले असेल चंद्रग्रहण होते. मी बंधन दिले. जेव्हा ग्रहण संपले त्याचवेळेस आपण इथे पोहोचलो. आणि तुम्ही हे बघितले नाही! परमेश्वराचे आभार. मी खूप खुश आहे.

(Ramdas Temple, सातारा, भारत, ३०.१२.१९८२)



# ध्यानात निष्क्रियता

चैतन्य लहरी येतात, त्या वितरित होतात. त्यासाठी तुम्हाला स्वत:ला तयार केले पाहिजे. तुम्ही कोणतीही क्रिया केली नाही तर खूप चांगले होईल. तुम्हाला कितीही समस्या असतील तरी तुम्ही त्याची चिंता करू नका. मी बऱ्याचदा असे पाहिले आहे की ध्यान करतांना जर कोणतेही चक्र पकडले गेले असेल तर लोकांचे लक्ष तिकडेच लागते. तुम्ही अजिबात चिंता करू नका. तुम्ही ते सोडून द्या आणि ते आपोआप कार्य करेल.

म्हणूनच तुम्हाला कोणतीही क्रिया करायची नाही, हेच ध्यान आहे. ध्यानाचा अर्थ आहे आपण स्वत:ला देवाच्या कृपेवर सोडून द्यायचे. आता ह्याच कृपेमुळे ठरेल तुम्हाला कोणत्या प्रकारे बरं करायचे. कशा प्रकारे तुम्हाला सुधारायचे हे त्यांना ज्ञात आहे. आपल्या शरीरात कशा प्रकारे वास करायचा? तुमच्या आत्म्याला कशाप्रकारे प्रज्वलित ठेवायचे? याला सर्व माहीत आहे. म्हणून तुम्हाला चिंता करण्याची आवश्यकता नाही की तुम्हाला काय करायचे आहे किंवा कोणती नावे म्हणायची आहेत? कोणते मंत्र उच्चारायचे? ध्यानामध्ये तुम्हाला पूर्णपणे निष्क्रिय राहायचे आहे. स्वत:ला पूर्णपणे तयार ठेवा आणि त्यावेळी तुम्हाला पूर्णपणे विचाररहित राहिले पाहिजे.

समजा, तुम्ही निर्विचारितेत नसाल अशा अवस्थेत तुम्ही फक्त विचारांकडे लक्ष ठेवा, त्यांच्याशी संघर्ष करू नका. तुम्ही बघाल की जसजसा सूर्य उगवतो तसतसा अंधार नाहीसा होतो आणि सूर्याची किरणे प्रत्येक कानाकोपऱ्यात पोहोचतात आणि संपूर्ण जागेला प्रकाशित करतात. त्याचप्रकारे तुम्ही पण प्रकाशित व्हाल आणि तुम्ही जर त्यावेळी तुमच्या आतील काही गोष्टी थांबवण्याचा प्रयत्न कराल किंवा बंधन घ्याल तर ते होणार नाही. निष्क्रियता ही ध्यान करण्याची एक पद्धती आहे. यामध्ये आपल्याला जडत्व यायला नको. तुम्हाला सावध राहून त्यावर लक्ष ठेवले पाहिजे.

दुसऱ्या बाजूला होऊ शकते की लोकांना झापड येईल. नाही. तुम्हाला सतर्क रहावे लागेल. जर तुम्हाला झापड आली तर काहीच कार्यान्वित होणार नाही. ती याची दुसरी बाजू आहे. जर तुम्ही त्याच्या प्रती सुस्त रहाल तर काहीही कार्य होणार नाही. तुम्हाला सतर्क आणि मोकळे राहिले पाहिजे. एकदम सचेत, संपूर्ण निष्क्रिय. पूर्णपणे निष्क्रिय झाले पाहिजे. जर तुम्ही पूर्णपणे निष्क्रिय व्हाल तरच ध्यान पूर्णपणे कार्य करेल. तुम्ही तुमच्या समस्यांच्या बाबतीत काहीही विचार करू नका. जरी तुमचे कोणतेही चक्र पकडत असेल, काहीही होऊ दे, फक्त स्वत:ला प्रस्थापित करा. बघा, जेंव्हा सूर्य चमकतो तेंव्हा निसर्ग आपल्याला सूर्यासमोर प्रदर्शित करतो आणि निष्क्रियतेने सूर्याचे आशीर्वाद घेतो. तो कोणतीही क्रिया न करता हे घेतो. तो फक्त आपल्या स्वत:ला घेतो. जेंव्हा तो सूर्याचा प्रकाश घेतो तेंव्हा सूर्याची किरणे क्रिया करू लागतात आणि कार्यान्वित होतात.

त्याचप्रकारे परम चैतन्य शक्ती कार्य करू लागते. आपल्याला त्यासाठी काही युक्ती करायची नाही. त्यासाठी तुम्हाला काहीही करायचे नाही. फक्त निष्क्रिय रहा, बिलकूल निष्क्रिय. कोणतेही नाव घ्यायचे नाही. जर तुमची आज्ञा पकडत असेल किंवा आणखी काही पकडत असेल तर तुम्ही काही चिंता करू नका, ते सर्व कार्यान्वित होईल. हे तोपर्यंत होईल जोपर्यंत हे कार्यान्वित होऊ शकते आणि ती करामत करेल जे ह्याला करायचे आहे. तुम्हाला त्या बाबतीत काळजी करायची गरज नाही. ते आपले कर्तव्य जाणतात. वास्तविक जेव्हा तुम्ही क्रिया करता तेव्हा तुम्ही त्याच्या मार्गात अडथळा बनता. म्हणूनच काहीही प्रयत्न करण्याची जरूर नाही. एकदम निष्क्रिय रहा आणि म्हणा की 'जाऊ दे, जाऊ दे' बस हेच. कोणताही मंत्र म्हणायचा नाही.....

ध्यान तुमच्या स्वत:च्या उत्थानासाठी आहे. जे झाले पाहिजे ते आपल्या पूंजी लाभासाठी आहे. परंतु एक वेळ तुम्ही त्यात जाल तर तुम्ही तुमची शक्ती ग्रहण कराल. जसे तुम्ही गव्हर्नर बनलात तर मग तुम्हाला गव्हर्नरच्या साऱ्या शक्त्या, अधिकार दिले जातात. अशा वेळी तुम्हाला इतरांविषयी काहीही विचार करायचा नाही. कोणावर तुमचे चित्त केंद्रित करायचे नाही. अशा वेळी तुम्हाला इतरांच्या बाबतीत विचार करायची गरज नाही. कोणावरती तुमचे चित्त केंद्रित करायची गरज नाही. पण फक्त त्याला ग्रहण करा, फक्त ग्रहण करा. कोणत्याही समस्येविषयी विचार करू नका. फक्त एवढाच विचार करा की तुम्हाला निष्क्रिय व्हायचे आहे. पूर्णपणे निष्क्रिय. हे त्यांच्यावर अधिक परिणाम करेल जे फक्त ग्रहण करतात.

तुम्हाला समस्या आहेत म्हणून तुम्ही येथे आहात परंतु त्या तुम्ही सोडवू शकत नाही. परम चैतन्य त्या सोडवू शकतात. हे पूर्णपणे तुम्हाला समजून घ्यायचे आहे की आपण आपल्या समस्या सोडवू शकत नाही. आपण आपल्या समस्या सोडवणे हे आपल्या कक्षे बाहेरचे आहे. म्हणून तुम्ही हे परम चैतन्यावर सोडून द्या आणि स्वत:ला निष्क्रियतेत प्रस्तुत करा, परिपूर्ण निष्क्रियता. आरामात बसा. आपले दोन्ही पाय जमिनीवर ठेवा. दोन्ही हात आरामात असे ठेवा. आरामात रहा. तुम्हाला बिलकूल कोणतीही असुविधा नको कारण तुम्हाला पुष्कळ वेळ बसायचे आहे. जर तुम्ही करू शकत असाल तर तुम्ही तुमचे चित्त माझ्याकडे आणि तुमच्या आत ठेवा किंवा माझ्या कुंडलिनीकडे ठेवा. तुम्ही माझ्या कुंडलिनीच्या आत येवू शकता. हे फक्त हात अशा प्रकारे सरळ ठेवून करायचे आहे.

म्हणून निष्क्रियता ही किल्ली आहे. परिपूर्ण निष्क्रियता. मग तुम्ही माझ्यासमोर ध्यान करा किंवा माझ्या फोटोसमोर.

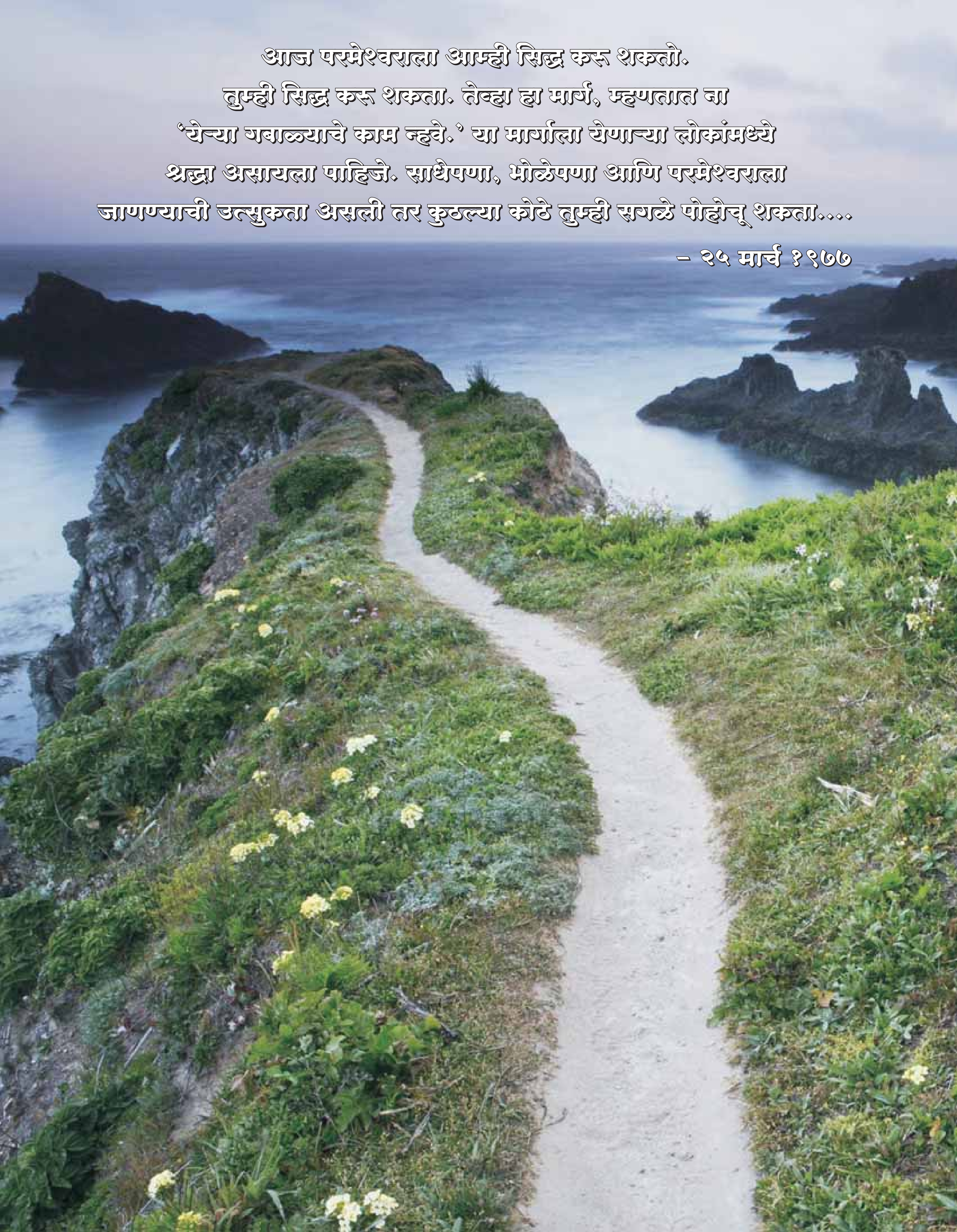
माझीच हाक मजला येते कधी कधी
गर्दीत शोध घेते माझा कधी कधी ।।धृ।।
आधार वेदनांचा गेला रुसून चंद्र
चाहूल चांदण्यांची येते कधी कधी।
गर्दीत शोध.... ।।१ ।।
हाक ही कुणाची आली कुणीच नाही।
ही धुळ आंगणीची येते कधी कधी।
गर्दीत शोध.... ।।२ ।।
या घरात माझ्या चाहूल ही सुखाची।
दुःखाची आता हासते कधी कधी।
गर्दीत शोध... ।।३ ।।

- प.पू.श्री माताजी निर्मलादेवी

✦ प्रकाशक ✦

निर्मल ट्रॅन्सफॉर्मेशन प्रा. लि.

प्लॉट नं.८, चंद्रगुप्त हौसिंग सोसायटी, पौड रोड, कोथरुड, पुणे - ४११ ०३८.
फोन : ०२०- २५२८६५३७, २५२८६०३२ E-mail : sale@nitl.co.in


आज परमेश्वराला आम्ही सिद्ध करू शकतो.
तुम्ही सिद्ध करू शकता. तेव्हा हा मार्ग, म्हणतात ना
‘येऱ्या गबाळ्याचे काम न्हवे.’ या मार्गाला येणाऱ्या लोकांमध्ये
श्रद्धा असायला पाहिजे. साधेपणा, भोळेपणा आणि परमेश्वराला
जाणण्याची उत्सुकता असली तर कुठल्या कोठे तुम्ही सगळे पोहोचू शकता....
– २५ मार्च १९७७