

चैतन्या लहरी

मराठी

मे-जून २०१३



या अंकात

सहस्रार ही महामाया आहे ...५

वेदना व यातना ...१२





सहस्रार ही महामाया आहे

सोरेन्टो, ६.५.१९८९

जेव्हा सहस्रार उघडले गेले तो दिवस आपण आज येथे साजरा करीत आहोत. आपण माझ्या फोटोत पाहिलेले आहे, की सहस्रार कसे उघडलेले होते. माझ्या मेंदूतील प्रकाश फोटोत दिसलेला आहे. आधुनिक काळातील हे एक मोठे विशेष आहे. म्हणून आधुनिक काळात अशा पुष्कळ गोष्टी आहेत, की ज्या आत्म्याचे अस्तित्व दाखवितात. ते माझ्या बाबतीतसुद्धा सिद्ध करू शकतात. मी कोण आहे, याबाबतसुद्धा तुमची ते खात्री करून देतील. वर्तमानकाळात हे फार महत्त्वाचे आहे, की ही अनुभूती सर्वांना परिचित व्हावी. सर्व सहजयोग्यांसाठी ही महत्त्वाची अट आहे.

आता हे पाहू या की, आधुनिक युगात मानवी मेंदूवर काय घडत आहे. आज मानवाच्या सहस्रारावर (मेंदूत) आघात होत आहे. पूर्वीपासून हे आघात होत आहेत. परंतु आधुनिक काळात ते फार भयानक आहेत. दुःखदायक विचार आणि अर्थशून्य संगीत. उदा. ग्रीकची निरर्थक शोकांतिका. यामुळे आपल्या सहस्राराभोवतीचा भाग ते अधिक संवेदनाशून्य करण्याचा प्रयत्न करीत आहेत.

सहस्रार ही महामाया आहे

ह्या सर्व गोष्टी मध्ययुगीन काळात आल्या, जेव्हा लोकांनी सर्व दुःखातून सुटका होण्यासाठी अल्कोहोल घेण्यास सुरुवात केली. परंतु नंतर आधुनिक काळात लोक अतिउद्योगी झाले. अधिक कार्यरत झाल्यामुळे तुमचा मेंदूही अधिक कार्यरत झाला, जो पूर्वी फारच मंद होता आणि आता तर तो अगदी दुसऱ्या अतीला पोहोचला आहे. म्हणून पुन्हा त्याला मंद करण्यासाठी मनुष्य पुन्हा ड्रग्स घेऊ लागला आणि भयावह संगीत ऐकू लागला त्यामुळे सहस्राराभोवतीचा भाग अतिशय संवेदनाशून्य झाला.

म्हणून ड्रग्स, की ज्याची नुकतीच सुरुवात झालेली होती, ते घेण्याचे प्रमाण आता फार संख्येने वाढलेले आढळते. यानंतर त्यांनी अधिकाधिक जालीम ड्रग्सचे सेवन केले. ते तसेच चालू राहिले आणि आता आपण पहातो, की ड्रग्स हा लोकांचा जगण्याचा एकुलता एक मार्ग झाला आहे का? कारण अती ताण, की ज्याबद्दल ते असे बोलत असतात.

सध्याच्या काळात आम्हाला मानसिक ताण आहे. यापूर्वी तो कधीही नव्हता. लोक कधीही मानसिक ताणाविषयी बोलत नव्हते. आता प्रत्येकजण म्हणतो, 'मी अतिशय मानसिक ताणात आहे. तुम्ही मला ताण देता.' हा मानसिक ताण म्हणजे काय? याचे कारण म्हणजे माझी अनुभूती.

या सहस्राराभोवतीच्या भागास आता माझ्याविषयी जाणून घ्यायची इच्छा आहे. जसजसा सहजयोग वाढत आहे तसतशी इतर लोकांमधील कुंडलिनी जागृत होण्याचा प्रयत्न करीत आहे. कारण तुम्हा लोकांना माध्यम बनले पाहिजे. जिथे जिथे तुम्ही जाता तिथे तिथे तुमच्यामुळे चैतन्य निर्माण होते आणि हे चैतन्य इतर लोकांमधील कुंडलिनीला जागृत करण्यासाठी प्रोत्साहन देते. ती सहस्रारापर्यंत जाऊ शकत नाही किंवा ती जागृत होते, परंतु तिची ओळख नसल्याने ती पुन्हा खाली येते. म्हणून प्रत्येक वेळी कुंडलिनी जागृतीसाठी ते काहीतरी करतात आणि त्यांच्यावर दबाव आणतात, की ज्यामुळे त्यांचे उघडले जात नाही. ते एक बंदिस्त दार आहे. बंदिस्त दारामुळे त्यांच्या डोक्यात जडत्व निर्माण होते, की जे त्यांना समजत नाही आणि ते त्यालाच 'ताण' म्हणतात. प्रत्यक्षात कुंडलिनी स्वतः ते बाहेर ढकलण्याचा प्रयत्न करीत असते, परंतु ती करू शकत नाही. त्या लोकांना आत्मसाक्षात्कार होतो, परंतु ते त्यांचे सहस्रार नीट ठेवू शकत नाहीत. कारण त्यांच्यावर तोच ताण असतो.

जरी फार वर्षापूर्वी सहस्रार उघडले गेलेले असले तरी त्यात काही गोष्टी करण्याच्या राहून गेलेल्या आहेत. आपणाला सहस्रार स्वच्छ करायला पाहिजे. प्रथमतः सहस्रार उघडणे आणि मग ब्रह्मरंध्राचे छेदन करणे. नंतर आपल्याला आनंद अनुभूतीची सुरुवात होते. पुढे आनंदाच्या लहरी इडा, पिंगला नाड्यांमध्ये म्हणजेच (फक्त कुंडलिनी नाहीच तर चैतन्य, की जे आपल्या सभोवती असते) आपल्या डावी आणि उजवीकडील चक्र जागृत करतात आणि कुंडलिनीचे आणखी धागे आपल्याला सापडतात. म्हणून मी नेहमी सहजयोग्यांना सांगते, की ध्यान हे महत्त्वाचे आहे. जर तुमचे सहस्रार व्यवस्थित आहे तर तुमची सर्व चक्रे व्यवस्थित असणार कारण सर्व चक्रांची नियंत्रण करणारी केंद्रे मेंदूच्या सहस्राराच्या भोवताली आहेत.

म्हणून जर सहस्रार ठीक असेल तर सर्व गोष्टी वेगळ्याच पद्धतीने घडून येतात. सहस्रार कसे स्वच्छ ठेवावे? असं लोक मला विचारतात.

तुम्हाला ठाऊक आहे, की मी सहस्रारात आहे आणि मी सहस्रारात हजार पाकळ्या असलेल्या कमळामध्ये बसलेली आहे. म्हणून मी ते उघडून मोडू सुद्धा शकते. आज मी जशी आहे, तशी तुम्ही मला पाहता. म्हणून ते म्हणतात, की सहस्रार ही महामाया आहे. म्हणून हा एक मोह आहे, की जो सर्वकाळ तुमच्याकरीता आहे. ते तसे झाले पाहिजे कारण काल तुम्ही पाहिले माझ्यामधील प्रकाशाला तुम्ही तोंड देऊ शकणार नाही. तेथे काही अमूर्त रंग सर्व बाजूने त्यावर फेकलेले आहेत व प्रकाश बाहेरच्या बाजूने फेकलेला आहे.

आता ह्या सहस्राराची काळजी तुम्ही घेणार आहात. कारण ते तुमच्या आईचे मंदिर आहे. तुम्ही मला म्हणता, की 'तुमच्या हृदयात या' तेव्हा प्रत्यक्षात तुम्ही मला सहस्रारात ठेवता. कारण तुम्हाला माहीत आहे, की येथे ब्रह्मरंध्र आहे. इथेच पीठ आहे. जे केंद्र हृदयाला नियंत्रित करते, की जिथे सदाशिवांचे स्थान आहे व ज्यांना तुम्ही शिव म्हणता ते देखील इथेच आहेत. जेव्हा तुम्ही मला हृदयात ठेवता तेव्हा प्रत्यक्षात तुम्ही मला तिथे (सहस्रारात) ठेवता. म्हणून तिला हृदयातून उठवून येथे आणणे ही दोन प्रकारच्या लोकांची समस्या आहे.

काही लोक असे आहेत, की जे त्यांच्या हृदयात संवेदनशील आहेत. उदा. युरोपात आपण असे म्हणू शकतो, की इटालियन लोक संवेदनशील आहेत. मला पाहताच ते पहिली गोष्ट करतात, ती म्हणजे ते त्यांचा हात हृदयावर ठेवतात. म्हणून अशाप्रकारे ते आहे आणि जर तुम्ही तुमच्या हृदयात मला पाहण्याचा प्रयत्न केला तर ते अधिक सोपे होईल. तुम्ही असेही म्हणाल, की तुम्ही मला तुमच्या हृदयात कसे अनुभवू शकता. तर ज्याप्रमाणे मी तुमच्यावर प्रेम करते त्याप्रमाणे तुम्ही माझ्यावर प्रेम करायला हवे. तुम्हाला स्वतः एकमेकांवर प्रेम करायला पाहिजे कारण तुम्ही सर्व माझ्यात सामावलेले आहात. तुम्ही कोणा एकाला प्रेम कसे करावे असे शिकवू शकत नाही. कारण प्रेम हे आतमध्ये (हृदयात) असते आणि तुम्ही तुमचे हृदय उघडले तर ते व्यक्त होते. तर मग आपण आता पाहू या, की तुम्ही तुमचे हृदय का उघडू शकत नाही. पहिली गोष्ट म्हणजे तुम्ही लादलेली बंधनं.

जो कोणी एक ज्याने तुमच्यासाठी चांगले केलेले आहे, त्या माणसावर प्रेम करा. पण जर आदिशक्तीने तुम्हाला पुनर्जन्म दिलेला आहे आणि त्या म्हणतात, की आपण सर्वजण माझ्यामध्ये सामावलेले आहात, तर त्यांच्यावर प्रेम करणे ही गोष्ट अगदी सोपी आहे. म्हणून तुम्हाला एकमेकांवर प्रेम करणे अजूनच सोपे आहे. ह्या प्रेमातूनच तुमचे सहस्रार शुद्ध होते, की ज्या प्रेमाला कोणतीही बंधनं नाहीत. जे निरपेक्ष आहे. ज्याला परतफेड नाही, ज्याला विलंब नाही आणि जे निर्व्याज्य आहे. परंतु खूप बंधनं असतात. शर्तीचे प्रश्न केव्हा निर्माण होतात जेव्हा या अटी मला कोणी एकाचा द्वेष करण्यास प्रवृत्त

करतात किंवा मी कोणा एकावर प्रेम करू शकत नाही. कारण माझ्यावर लादलेली अट. प्रत्यक्षात ही गोष्ट मूर्खपणाची आहे. ते एकामागोमाग एक आपण पाहू या. मला वाटते, की बंधन म्हणजे काय हे तुम्ही समजावून घेतले पाहिजे. आपण एखादी व्यक्ती पाहतो, की ती किती बुद्धिमान आहे, सुंदर आहे, चारित्र्यसंपन्न आहे. या विचार करणाऱ्या मनाच्या फक्त अटी आहेत, की अशाप्रकारचा माणूस प्रेमळ असतो. हे सर्व त्यांचे प्रेम पैशाच्या कारणास्तव दाखवतात. त्याबद्दल त्यांना तसे करण्यास काहीच वाटत नाही. किंवा त्यांच्याजवळ चांगलीशी गाडी, उत्तम पोशाख किंवा इतर गोष्टी आहेत. याप्रकारची कल्पनासुद्धा प्रेमाला हानीकारक आहे. जर प्रेमच मारले गेले तर आनंदही नष्ट होतो. तुम्हाला प्रेमाशिवाय आनंद प्राप्तच होऊ शकत नाही. आनंद आणि प्रेम हे सारखेच आहे. झाडाला मिळणारे अन्न झाडाच्या प्रत्येक भागापर्यंत जाते, नी परत मुळापर्यंतच येते. ते त्याला बंधनकारक नसते. जर तुम्ही एखाद्या गोष्टीला चिकटला किंवा एका फुलाला, की जे सुंदर आहे, पण झाडसुद्धा मरणार आहे आणि फूलसुद्धा मरणार आहे. परिणामी प्रेम जे बंधनकारक आहे किंवा कशाला चिकटलेले आहे ते सुद्धा नष्ट होते.

आत्म्याचे प्रेम हे बंधनकारक मनाच्या प्रेमापेक्षा निराळे आहे. बंधनात्मक मनाच्या प्रेमाला मर्यादा असू शकतात. कारण ते मर्यादित आहे. आपल्यामधील प्रेमाचा मोठा शत्रू म्हणजे, अहंकार, की जो आपल्या डोक्यावर फुग्यासारखा आहे आणि हा अहंकार आपल्याला फार क्लेश देतो. ते एखादा गालिचा पाहतात, की जो त्यांच्या शर्तीनुसार चांगला नसतो. म्हणून ते त्याबद्दल टीका करतात. त्याप्रकारच्या अटी अगदी कालच्या दर्जाच्या असतात आणि दुसऱ्या बाजूने अलीकडच्या पातळीवर तुम्ही तुमच्या देशावर प्रेम करता. तेव्हा तुम्ही म्हणता, की माझा देश सर्वात चांगला आहे. मग ते लोकांना मारत असोत किंवा जागतिक शांततेचा भंग करीत असोत. तुमच्याप्रमाणे ते बरोबर आहे. कारण तो तुमचा देश आहे.

मी रविंद्रनाथ टागोरांचे पुस्तक वाचत होते. प्रत्यक्षात ते एक आश्चर्यच आहे. त्या पुस्तकाला एका इंग्रजी लेखकाने सुंदरशी प्रस्तावना दिलेली आहे. ज्यामध्ये त्याने उल्लेख केला आहे, की पाश्चिमात्यांमध्ये निर्माणक्षमता मारली गेली आहे. त्याने भारतीय समीक्षकाजवळ चौकशी केली की, 'तुम्ही तुमच्या कवींवर टीका करता का? तुमच्याजवळ टीकाकार नाहीत का?' तो भारतीय म्हणाला, 'आमच्याकडे आहेत. ते अशी टीका करतील, की यावर्षी आमच्याकडे पाऊस झाला नाही आणि आम्हाला ही समस्या आहे.' 'परंतु कवींवर आणि कलाकारांवर ते टीका करीत नाहीत का?' असे पुन्हा इंग्रजी माणसाने विचारले. त्या भारतीयाने असे उत्तर दिले की, 'जी निर्मिती आहे, ती टीका करण्यासाठी नाही, जर कलावंत आपल्यापुढे दर्जाहिन असे काही ठेवतो तेव्हा अर्थातच ते आपल्याला आवडणार नाही. परंतु जर ते अतिशय सुंदर मनाने केलेले असले तर ते सुंदरच असणार. मग तुम्ही त्याचे समीक्षण करणार नाही.' आम्ही त्याप्रमाणे निर्माण करू शकत नाही, म्हणून आपण त्याची टीका करतो. कला व नवनिर्मिती याविषयी आपण जागृत असले पाहिजे.

आम्हाला तो गालिचा आवडत नाही, का? कारण तो आमच्या बौद्धिक क्षमतेशी जुळत नाही.

आपल्या समजाच्या चौकटीत ते बसत नाही. म्हणून ते आपल्याला आवडत नाही. तुम्ही त्याच्या इंचभर तरी निर्माण करू शकता का? म्हणून ती अनाधिकार कृती होते. ते अनाधिकार आहे. 'अनाधिकार चेष्टा'. टीका करण्याचा तुम्हाला अधिकार नाही. जर तुम्ही काही कृती करू शकत नाही तर तुम्ही टीकाही करू शकत नाही. त्यापेक्षा त्याचं कौतुक करा. तुम्ही स्वतःला पहा, की तुम्हाला अधिकार नाही. म्हणून तुम्ही टीकेसाठी योग्य नाही. तुम्हाला हे सुद्धा ठाऊक असले पाहिजे, की तुम्ही तुमच्या अहंकाराचे गुलाम आहात. जरी तुम्ही आणि तुमचा अहंकार काय सांगतो याला बौद्धिकतेची क्षमता आणली तरी शेवटी तो एक विशिष्ट समूहाचा, देशाचा अहंकार बनतो. म्हणून त्यांना वाटते, की ती कला नाही. ते एक कारण आहे, की आम्ही कोणीही कलेत कुशल नाही. हे आम्ही कबूल करीत नाही. जे गरीब आहेत ते पुष्कळ सोसतात. ह्या सर्व कलावंतांनी आर्थिक व इतरदृष्ट्या खूप सहन केले आहे.

यापेक्षा स्वतःबद्दल, तुमच्या देशाबद्दल, तुमच्या ज्या सर्व सवयी आहेत त्याबद्दल टीका करा व त्याबद्दल हसा. हा सर्वात चांगला मार्ग होय. जर तुम्ही स्वतःच्या चुका शोधून काढत असाल, तर तुम्ही दुसऱ्या व्यक्तीच्या निर्मितीक्षमतेबद्दल शंका घेणार नाही. संतांप्रमाणे, ज्यामुळे तुम्हाला पकड येत असेल किंवा ज्यांना समस्या आहेत, त्यांना तुम्ही घालवू शकता. त्यांना हे बंधनकारक नाही, कारण हाताच्या बोटांवर तुम्ही हे अनुभवू शकता. मग तुम्ही काय कराल? प्रेमाने तुम्ही त्या व्यक्तीला सांगितले पाहिजे, की इथे तुझे चुकते आहे किंवा तुझ्यामध्ये ही चूक आहे. तो त्याच्या दोषात सुधारणा करेल अशाप्रकारे सांगितले पाहिजे. या उलट जर तुम्ही त्याला सांगितले, तर तो आहे यापेक्षा अधिक वाईट होतो, याचा अर्थ काय? तुम्ही त्या व्यक्तीवर कधीच प्रेम करीत नाही.

प्रत्येकाला आत्मिक प्रगती करण्याची संधी द्या. सहजयोगात असे पुष्कळ लोक आहेत, की जे फार चांगले आहेत. परंतु त्यात असेही काही लोक आहेत, की जे डोक्याने मूर्ख किंवा इतर प्रकारचे आहेत. ते कदाचित इतरांपेक्षा अधिक बुद्धिमान किंवा हुशार असू शकतील. परंतु सहजयोगात ते त्या पातळीपर्यंत जाऊ शकत नाहीत. तुम्ही असे म्हणू शकता, की त्यांची बुद्धी कशी काय शक्य आहे? समजा धरतीमाता सूर्यासारखी फार उष्ण झाली असती तर तिथे मग वाढ झाली नसती किंवा जर ती अगदी थंड असती तरीही तिथे प्रगती झाली नसती. म्हणून तिला या अवस्थेत यावे लागले. की जी अधिक थंडही नाही किंवा उष्णही नाही. त्यामुळेच प्रगती होऊ शकली. अगदी त्याचप्रमाणे मानवाला नेमस्तपणा व संतुलन देऊन काम करायचे आहे. तुम्ही हे जाणले पाहिजे, की कशाच्याही अतीला जाता कामा नये. हे संतुलन तुम्ही तेव्हाच शिकाल जेव्हा तुम्ही एखाद्यावर प्रेम कराल.

कधीकधी आपल्याला काही लोकांना सहजयोग सोडण्यास सांगावे लागते. हे त्यांच्यावरील प्रेमाखातर असते कारण एकदा ते बाहेर पडले तर त्यांची प्रगती होते. जेव्हा ते सहजयोगात असतात तेव्हा ते उपद्रवी बनतात. जेव्हा ते बाहेर पडतात तेव्हा त्यांचा उपद्रवीपणा नष्ट होतो. हेच तर्कशुद्ध आहे आणि मग त्या व्यक्तीच्या लक्षात येते, की यापुढे तो उपद्रवी राहू शकणार नाही. तरीसुद्धा तुम्ही पूर्णपणे



सहनशीलता व समजूतदारपणा दाखविला पाहिजे. तुम्ही एखाद्या प्रेमळ माणसाप्रमाणेच बोलले पाहिजे.

मला फुले आवडतात. आई तुझ्यावर आमचे प्रेम आहे, हे व्यक्त करण्यासाठी तुम्ही मला फुले देता. मला माहीत आहे, की तुमचे माझ्यावर प्रेम आहे. परंतु तुम्हाला ते अधिक जास्तपणे व्यक्त करावेसे वाटते. तर अशाप्रकारे या सर्व भौतिक गोष्टींचा वापर तुम्ही तुमच्यातील प्रेम व्यक्त करण्यासाठी करता. दुसऱ्या व्यक्तीला समजेल अशाप्रकारेसुद्धा ते अगदी सहजपणे दाखविता येईल. पण सहस्राराची सर्व शक्ती ही प्रेम आहे. तेव्हा तुम्ही हे पाहिले पाहिजे, की या मेंदूने प्रेम केले पाहिजे. एकदा का तुमच्या मेंदूची आणि बुद्धीची सहजयोगाच्या शक्तीबद्दल खात्री पटली, की तुम्ही या तर्काला येऊन पोहोचला की तिथे चिकित्सा व संकलन वगैरे करण्याचा काही उपयोग नाही, हे फक्त प्रेमच आहे. हीच गोष्ट तुमच्या सहस्राराबाबत आहे, की जो तुमचा मेंदू आहे. त्याचा वापर तुम्ही चिकित्सा करण्यासाठी, टीका करण्यासाठी आणि अशाच प्रकारच्या सर्व मूर्खपणाच्या गोष्टींसाठी केला जातो. पण आता आवश्यकता आहे ती प्रेमाची व प्रेमाचा आनंद लुटण्याची. हे पूर्णत्वाचे शिखर आहे, की जिथे तुमचा मेंदू फक्त प्रेमच करतो. एखाद्याने हे ओळखले पाहिजे कारण त्याने प्रेमाची शक्ती पाहिली आहे.

एकदा का तुम्ही त्या स्थितीला पोहोचला, तर तुम्ही म्हणू शकता, की तुम्ही निर्विकल्पात आहात. तेव्हा तुमच्या डोक्यामध्ये कोणतीही शंका नसते. कारण तुम्ही फक्त प्रेमच करत असता. प्रेमामध्ये आपण कधीच संशय घेत नाही. जेव्हा तुम्ही फक्त विचार करता, तेव्हाच तुम्ही संशय घेता. कारण जेव्हा तुम्ही प्रेमाचा आनंद लुटत असता, तेव्हाच प्रेम हे आनंद होते आणि आनंद हे प्रेम असते.

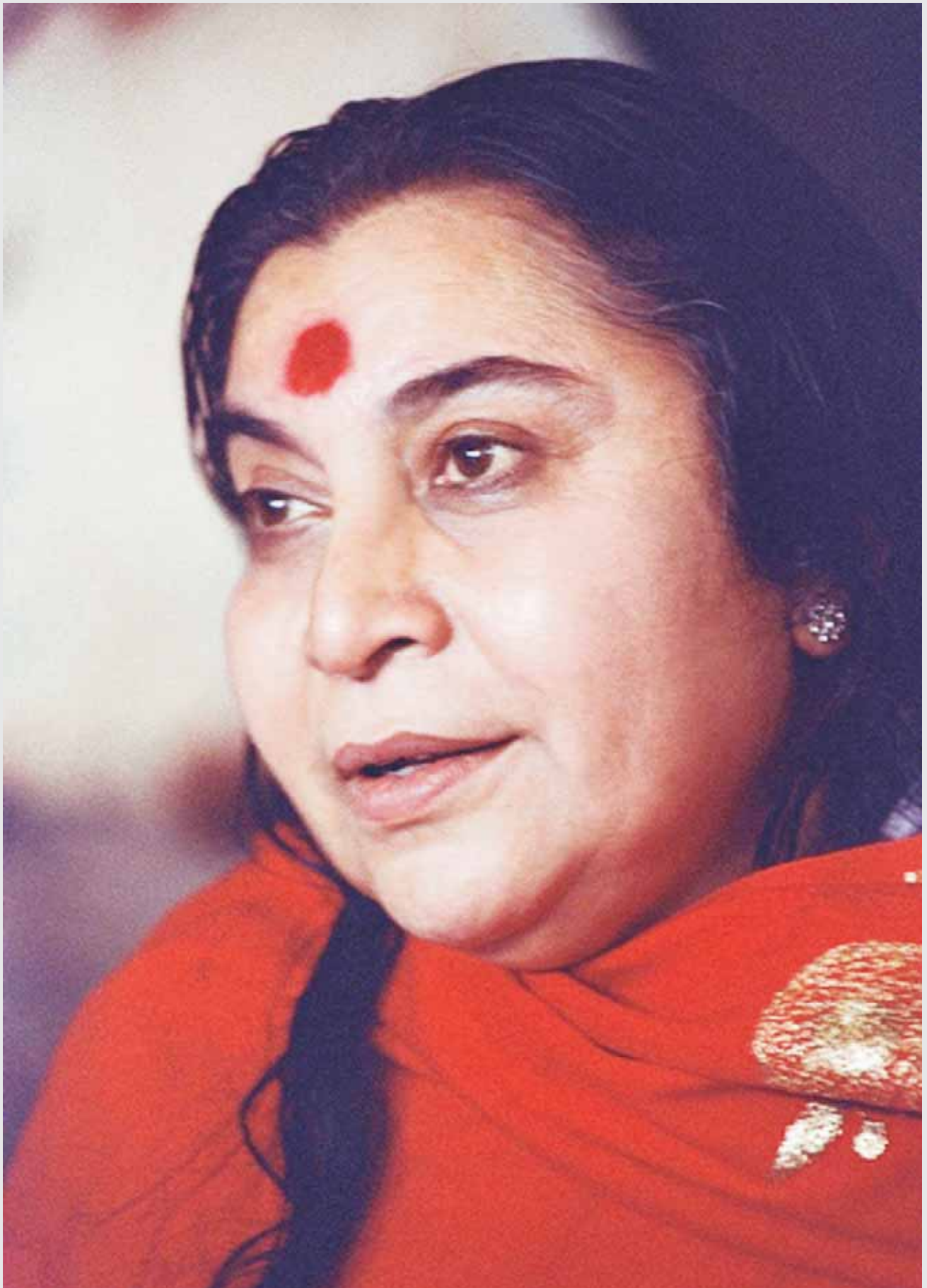
आपल्या ध्यानाच्या प्रक्रियेने आणि स्वतःला व दुसऱ्याला ओळखून आपण आपले सहस्रार पुन्हा उघडतो. आता दुसरा बाहेरचा मार्गच नाही. आपण त्याच्या आता शेवटाला पोहोचलो आहोत. सगळं तर्कशास्त्र आता संपलेले आहे. आता तुम्ही प्रेमाच्या सागरात उडी घ्या. बस्स, संपले, एकदा का तुम्ही तुम्हाला प्रेमाच्या सागरात वाहून घेतले तर तिथे काहीच करायचे उरणार नाही. फक्त प्रत्येक लाटेचा, प्रत्येक थेंबाचा, प्रत्येक स्पर्शाचा आनंद लुटा हेच प्रत्येकाने शिकले पाहिजे. सहजयोग हे दुसरे काही नसून फक्त प्रेमच आहे.

वेदना व यातना

रक्ताचा कर्करोग, ल्यूकेमिया

परिस्थितीमुळे जेव्हा आपण आपल्या जगण्याची सुरुवात वेगात आणि धावपळीत करतो आणि सर्व वेळ विचार करण्यात जातो त्याचा परिणाम होतो. प्लिहा/पाणथरी हे शरीराचे स्पिडोमीटर आहे आणि ती आपल्या जगण्याला लय देते. जेव्हा स्वाधिष्ठान चक्र आपले कार्य बरोबर करीत नाही त्यावेळी प्लिहेचे काम बिघडते. प्लिहेचे काम आपल्या शरीरातील रक्तपेशींच्या संख्येवर नियंत्रण ठेवणे आहे, परंतु प्लिहा जास्त प्रमाणात रक्तपेशी निर्माण करू लागते व त्याचा परिणाम म्हणजे रक्ताचा कर्करोग होतो. (दि.१.८.१९८९)

हे प्लिहेतील बिघाडामुळे होते. तिचे कार्य फार महत्त्वाचे आहे. हे शांतीचे केंद्र आहे. ज्यांची प्लिहा बिघडली आहे त्या माणसाला शांती नसते. उदा.जेव्हा आपण काही खात असतो, त्याचवेळी वर्तमानपत्रही वाचतो किंवा ज्यावेळी आपण सायकल चालवत असतो, त्यावेळी आपल्या हातात सँडविच असते. अतिशय वाईट गोष्ट म्हणजे कामासाठी आपण धावपळ करतो आणि आपण आर्ततेने वेडेपीसे होतो आणि आपण घाईत आपले अन्न ग्रहण करतो अशावेळी प्लिहेच्या कामात बिघाड होतो व त्यामुळे रक्ताचा कर्करोग होऊ शकतो. तरुण मुलांमध्ये ही सर्वसामान्य गोष्ट झाली आहे. जर आई किंवा वडील त्याप्रकारे चिडखोर वा तापट स्वभावाचे असतील तर मुलांमध्ये जन्मतःच रक्ताचा कर्करोग होऊ शकतो. (दि.१४.५.१९८२) यासाठी सर्वोत्तम म्हणजे सकाळच्या प्रहरी वर्तमानपत्र वाचू नये कारण त्यामध्ये वाईट बातम्याच जास्त असतात. त्यामुळे आपल्या मनावर आघात होतात. त्यात धकाधकीचे जीवन. यामुळे रक्ताचा कर्करोग होतो किंवा हृदयावर आघात (हार्टअॅटॅक) होतो. रक्ताच्या कर्करोगाचा आणखी एक परिणाम म्हणजे गृहलक्ष्मीतत्त्व नष्ट पावते. (दि.३१.१.१९८३)



अतिशय जास्त प्रमाणात विचार करणारा, तसेच जास्त योजना आखणारा माणूस, तसेच जगातील सर्व गोष्टींची जबाबदारी आपल्यावरच असे समजणारा, भ्रमात राहणारा माणूस हे या रोगाला बळी पडतात. भ्रामुळे त्याचा अहंकार वाढतो. त्यामुळे डाव्या बाजूच्या अवयवांवर अतिशय विपरीत परिणाम होतो (दि.६.१०.१९८१) जर डावी नाभी, डाव्या आज्ञेला किंवा डाव्या स्वाधिष्ठानाला जोडली गेली, तर तुमची प्रतिकारशक्ती कमी होऊन रक्ताचा कर्करोग होऊ शकतो. (दि.२१.९.१९८६/२) या आजाराचा परिणाम म्हणजे उजव्या बाजूचे संतुलन जाते. (दि.१३.३.२००४) स्वाधिष्ठान चक्राचे डाव्या बाजूवरील संतुलनही निघून जाते. (दि.१३.३.१९८४) जर आपण अगुरुंचे शिष्यत्व स्वीकारले तर डाव्या बाजूवर असंतुलन येऊन हा आजार होऊ शकतो. (दि.२९.१.१९८३)

यासाठी स्त्रियानी काय काळजी घ्यावी हे पाहू. जेव्हा तुम्ही गरोदर असता त्यावेळी गर्भाची काळजी कशी घ्यावी? आपल्या मुलांचे संगोपन कसे करावे? याबाबत प्रत्येकीला या सर्व गोष्टींची माहिती असणे आवश्यक आहे. या फार महत्त्वाच्या गोष्टी आहेत. आईच्या वागणुकीचा, राहणीमानाचा मुलांवर परिणाम होतो. ह्या गोष्टी अनुवंशिकतेने मुलांमध्ये येतात कारण आई तशी असते. आईचे रक्त मुलांमध्ये असते व ते रक्त मुलांमध्ये आईचे गुणदोष प्रस्थापित करते व ते बरे करणे फार अवघड होते. जर तुम्ही गरोदरपणाचा आदर केला नाहीकाय घडू शकेल? आई जर अतिशय वेगवान असेल तर मूल तो वेग स्वीकारणार. (दि.८.१०.१९८२) ज्या आया स्वभावाने गडबड करणाऱ्या असल्या, हे करायचे आहे, ते करायचे आहे अशा विचाराने अस्वस्थ असल्या आणि स्वभावतः अतिशय गडबड करणाऱ्या असल्या, मुलांबरोबर तशा वागत असल्या तर न जन्मलेल्या मुलांनाही रक्ताचा कर्करोग होतो. (दि.२१.९.१९८६/२) रक्ताच्या कर्करोगाची पुष्कळ माणसे सहजयोगात बरी झाली आहेत, पण ते काम आपले नाही. ते लगेच सहजगत्या घडून येते. कुंडलिनी उत्थानाच्या स्वाभाविक प्रक्रियेतून ते घडते. (दि.१४.५.१९८२)

वेगाने काम करणाऱ्या माणसांना रक्ताच्या कर्करोगाचे कारण बनावे लागते. यात भविष्यकाळाचा विचार करण्यामुळे जास्त परिणाम होत नाही. परंतु धावपळीचे आयुष्य जगणाऱ्या माणसांना रक्ताच्या कर्करोगाची शिकार व्हावे लागते. कारण प्लिहा आणि बाणीच्या प्रसंगी जास्त कार्य करते. ज्यावेळी आपण विचारमग्न असतो त्यावेळी प्रत्येक क्षणी मेंदूतील मेदपेशी व पोटातील मेदपेशी यांची अदलाबदल होत असते व या कार्यावर स्वाधिष्ठान चक्राचे नियंत्रण असते. (दि.८.१०.१९८२) परंतु हे कार्य बिघडल्यामुळे रक्ताचा कर्करोग, मधुमेह असे रोग होऊ शकतात. (दि.१.८.१९८९, ७.५.१९८७) प्लिहेचे पेशींवरील नियंत्रण सुटले तर ती अधिक रक्तपेशी उत्पादित करणे सुरू करते. अधिकाधिक रक्तपेशी आणि मग त्या असंख्य होतात. त्या स्वतःच आणखीन पेशी निर्माण करू लागतात. जर तुम्ही आत्मसाक्षात्कारी असाल तर चैतन्य लहरींनी तुम्ही हे बरे करू शकता. त्यासाठी तुमचा हात प्लिहेवर ठेवा. जर तुम्ही आत्मसाक्षात्कारी असाल तर चैतन्य वाहू लागते. या प्रवाहित शक्तींमुळे प्लिहेचे कार्य सुधारते, नियंत्रित होते. प्लिहेला नवीन जीवनशक्ती मिळते. तिला चैतन्य लहरीद्वारे ज्ञान प्राप्त होते. कारण ही शक्ती विचार करते, मदतकार्य करते. स्थापना करते, अशी मदत प्लिहेला मिळते आणि प्लिहा बरी होते. आराम करते आणि शांत बनते. त्या माणसाला जर मध्यात आणण्याचा प्रयत्न केला तर त्या माणसाला अधिक आरामदायी वाटते. अधिकाधिक शांत होतो. अशाप्रकारे तुम्ही रक्ताचा कर्करोग बरा करू शकता. (दि.८.१०.१९८२)

स्तनांचा कर्करोग (ब्रेस्ट कॅन्सर)

स्त्रियांमध्ये असुरक्षिततेच्या भावनेमुळे स्तनांचा कर्करोग होतो. जेव्हा पती अप्रामाणिक असेल तेव्हा त्याचा परिणाम म्हणून होतो (दि.२९.८.१९८१) किंवा त्याच्या वाईट दृष्टीमुळे होतो. (दि.११.७.१९८२) इतर स्त्रियांशी अनैतिक वागल्यामुळे पतीने पत्नीच्या मातृत्वाला आव्हान दिले तिचा स्तनांचा कर्करोग वाढीस लागू शकतो. (दि.१.८.१९८९, ११.७.१९८२) आपल्या छातीच्या हाडामध्ये सुरक्षिततेचे स्थान आहे. जर असुरक्षितता आल्यामुळे त्याचे कार्य बंद पडले तर तुम्हाला अडचणी निर्माण होतात. स्तनांचा कॅन्सर व त्याप्रकारचे इतर आजार, त्याचप्रमाणे काही वेळेस श्वासनाचे विकार निर्माण होतात. जिथे सुरक्षिततेची भावना आहे तिथे श्रीजगदंबा देवतेचे स्थान आहे. ही माँ जगदंबा सर्व विश्वाची आई आहे. तुम्हाला ती जागृत करावी लागते. जर ती जागृत झाली तर तुम्हाला त्या अडचणी येणार नाहीत ही इतकी साधी गोष्ट आहे. (११.५.१९८१)

श्वासोच्छ्वास (Breathing)

हंस चक्राच्या ठिकाणी नाड्या संतुलनात आणण्याचा सर्वात उत्तम मार्ग म्हणजे श्वासोच्छ्वासाचे व्यायाम. एका नाकपुडीतून श्वास आत घ्या, क्षणभर श्वास धरून ठेवा.....आणि नंतर दुसऱ्या नाकपुडीतून बाहेर सोडा. आता श्वास दुसऱ्या नाकपुडीने घ्या थोडा वेळ रोखून धरा त्यानंतर पहिल्या नाकपुडीद्वारे बाहेर सोडा. हे तीन वेळा करा आणि अतिशय सावकाश करा. (दि.१७.५.१९८०/२)

ध्यानधारणेमध्ये.....तुम्ही तुमच्या हृदयावर अथवा भावनेवर लक्ष केंद्रित करा. ध्यान करतांना श्रीमाताजींचा चेहरा नजरेसमोर आणण्याचा प्रयत्न करा. आपल्या श्वासोच्छ्वासाकडे लक्षपूर्वक पहा, तो हळूहळू संध होतो कां? कमी होतो कां? प्रत्येक श्वासाच्या शेवटी आत व उच्छ्वासाच्या शेवटी बाहेर क्षणभर थांबतो कां? जणू काही थांबवत आहोत असे करा, परंतु त्याबाबत परिश्रम घेऊ नका. नंतर तुमची कुंडलिनी उर्ध्वगामी करा. सरतेशेवटी सहस्राराचा मंत्र तीन वेळा म्हणा आणि ध्यानात लीन व्हा. श्वासोच्छ्वासाच्या नियमनामुळे शांती प्रस्थापित होईल.(दि.१८.११.१९७९, ०.०००१) स्वतःला तुमच्या आत प्रश्न विचारा.....तुम्ही तुमचे विचार श्वासोच्छ्वासामधून नियंत्रित करू शकता. (दि.३.११.१९८१)

संरक्षणाचे केंद्र, जर ते तुमचे बंद असेल तर तुम्हाला समस्या येतील. जसे छातीची समस्या आणि त्यासारखे इतर आजार. श्वासोच्छ्वास हे संरक्षणाचे इंद्रिय आहे. तेथील देवता 'श्री जगदंबा', जी सान्या विश्वाची माता, जगन्माता, तिला तुम्ही जागृत करावे. ती जागृत झाली तर तुम्हाला या समस्या येणार नाहीत. ही अगदी साधी, सरळ गोष्ट आहे. (दि.११.५.१९८१)

जे लोक मध्यात आहेत त्यांना आणखी एक समस्या येऊ शकते. ती म्हणजे मंद श्वासोच्छ्वास व कमी रक्तदाब. ही पॅरासिम्पथेटिक नर्व्हस सिस्टिममुळे येऊ शकते. जेव्हा हे लोक परमेश्वरविरोधी गोष्टी करणाऱ्यांविरोद्ध लढा देत असतात त्यावेळी ते थकून जाण्याची शक्यता असते. त्यांना थकवा येतो. परंतु त्यांच्यात परत सुधारणा होते व ते आपोआप बरे होतात. (दि.९.२.१९८३)

आता एक नवीन कल्पना आलेली आहे, की तुम्ही मीठ व साखर खाऊ नका. कल्पना करा मीठ श्वासोच्छ्वासासाठी आणि साखर ही ज्वलनासाठी आवश्यक आहे.

टेंगूळ (Bumps)

कपाळाचा सर्व भाग जर टेंगूळाने भरलेला असेल तेंव्हा तुम्ही जाणलेच पाहिजे की त्याच्या कलकी शक्तीचा ताबा सुटला आणि कलकी चक्र हाताबाहेर गेलेले आहे. त्यावेळी सर्व हाताच्या बोटांची आणि तळव्याची आग होऊ लागते आणि कधीकधी सर्व शरीराचीही आग होऊन भयंकर जळजळ होते. कलकी शक्ती भालप्रदेशावर स्थित आहे आणि जेव्हा कलकी चक्रावर पकड येते त्यावेळी सर्व मूर्धा व डोक्याच्या वरील भाग यावरील ताबा जातो. सर्व डोके बधीर होते. या माणसांची कुंडलिनी वर येऊ शकत नाही, जर चुकीच्या गुरूंसमोर कपाळ टेकविले किंवा सतत विचारमग्न असलात तर ही समस्या येऊ शकते. ज्याचे कलकी चक्र पकडले आहे त्याला भयंकर आजार जसे कर्करोग किंवा महारोग इ. होऊ शकतात. अशा व्यक्तीवर नैसर्गिक आपत्ती, संकटे येतात. (दि.२८.९.१९७९)

तुम्ही पहा की, कुंडलिनी शक्ती ही कशाप्रमाणे डोके स्वच्छ करते. तुम्हाला त्यातील फरक लक्षात येईल. तुम्हाला समजेल किती टेंगूळे आहेत. आपल्या डोक्यावर इकडे-तिकडे किती टेंगूळे आहेत व शुद्धतेनंतर ते कसे सर्वत्र समान, स्वच्छ होत आहेत. जशी तुमची प्रगती होईल तसे आश्चर्यकारकरीत्या तुमचे डोके स्वच्छ, सारखे होईल. तुम्हाला कोठेही टेंगूळे अगर इतर व्याधी जाणवणार नाही. (दि.९.१०.१९७९/२)

कर्करोग (Cancer)

कर्करोग म्हणजे आपल्यातील सिम्पॅटिक नर्व्हस सिस्टीमचा अती वापर झाला म्हणजे होणारा विकार आहे. जर तुम्ही मध्यनाडी संस्थेवर ताबा मिळविलात तर तुम्ही मध्यमार्गी व्हाल आणि पूर्णपणे कर्करोग बरा कराल, पण आपण इथे आजार बरे करण्यासाठी नसून केवळ आपल्या उत्थानासाठी आहोत. (दि.२४.१०.१९७७/१) सहजयोगाशिवाय कर्करोग कधीच बरा होऊ शकणार नाही कारण आपल्या शरीरात असलेली प्रतिकार शक्ती ही मर्यादित आहे. ही शक्ती आपल्या नाडीसंस्थेमार्फत वापरली जाते. जेव्हा ही शक्ती अती वापरामुळे संपते तेंव्हा त्या संस्थेमधील पेशी आपल्या मनाप्रमाणे काम करू लागतात. आपले त्यांच्यावरील नियंत्रण संपते. जसे पडक्या घरात मूल बेबंद धावेल. तशा त्या पेशी मोकाट सुटतात. त्यांची उत्पत्ती व कार्यावर आपले नियंत्रण राहत नाही. त्या प्रमाणापेक्षा जास्त वाढतात, त्यांचा आकार बदलतो, त्या विकृत होतात व कर्करोग होतो. जर तुम्ही त्यात शक्ती ओतलीत की जी सर्व चराचरातील चैतन्य शक्ती त्या आजारी माणसात ओतली तर तो बरा होऊ शकतो. ही शक्ती तुमच्या शरीरात सतत वाहत असल्यामुळे व ती आपण ध्यानामुळे सतत प्रवाही ठेवल्यामुळे कमी किंवा नष्ट होण्याचा प्रश्नच उद्भवत नाही तेव्हा तुम्ही बिनधास्तपणे शक्तीचा उपयोग करा. (दि.२९.७.१९७९)

जे लोक डाव्या बाजूचे आहेत त्यांना जास्त करून कर्करोग होतो हे मी पाहिले आहे. (दि.८.१०.१९८२) डाव्या बाजूची अतिशय वागणूक यामुळे हे घडते. (दि.१४.५.१९८२) जे उजव्या बाजूचे आहेत, जे आक्रमक

आहेत, त्यांच्यात हे प्रमाण कमी आहे. जे भावनिकदृष्ट्या अस्वस्थ आहेत त्यांच्यामध्ये हा विकार आढळतो. (दि.८.१०.१९८२) ते मानसिक, भावनिक त्रास करून हा आजार ओढवून घेतात. हा आजार सहजयोगात बरा होऊ शकतो व अशा आत्यंतिक टोकाला गेलेल्या माणसाला जर तुम्ही ध्यान केंद्रवर आणले तर तो बरा होऊ शकतो. (दि.१४.५.१९८२) मी कर्करोगी पाहिला नाही की जो भावनेच्या आहारी गेला आहे. म्हणजे मुख्यत्वे हा भावनिक असंतुलनाचा आजार आहे. आता जेव्हा तुम्ही अशा आजारी माणसाच्या चैतन्य लहरी पाहाल तेव्हा तुम्हाला दिसेल, की त्याच्या डाव्या हाताची बोटे अत्यंत गरम आहेत. त्याची आगआग होत आहे. जर तुम्ही व्यवस्थित तपासले तर तुमच्या लक्षांत येईल, की तुमची दोन्ही हाताची बोटे गरम होत आहेत. तुम्हाला तुमच्या दोन्ही हातावर उष्णता जाणवेल. सर्वत्र, संपूर्ण तळहात, तिथे जळजळ जाणवेल. तिथे तुम्हाला त्रास सुरू होत असल्याचे जाणवेल. (सोलर प्लेक्सस एरियादेखील) अर्थातच नाडी वा हृदयाचे ठोके म्हणजे कर्करोग नव्हे पण ते एक लक्षण असू शकते. (दि.८.१०.१९८२)

आता कर्करोगाचे कारण पाहू. आपण कोणतीही गोष्ट अती केली, अगदी निकडीच्या प्रसंगी तर ती दोन्ही बाजूवर जाते कारण त्यामुळे नाडीसंस्था व्यक्त करते..... त्या आपल्या नाडीसंस्थेसाठी कार्य करतात. जेव्हा तिथे निकड जाणवते तिथे केंद्र तयार होते. दोन्हीकडून डावी व उजवीकडून एकत्रित येऊन सेंटर होते (डाव्या उजव्या बाजूकडून एकत्र येऊन परिणामस्वरूप मध्य मार्ग) याद्वारे यामधून जो Medulla Oblongata बाहेर येतो.....पाठीच्या मणक्याकडे हाच पाठीचा कणा म्हणून घटित होतो. त्या पेशी या पाठीच्या मणक्याला आधार देतात मग इथे केंद्र होते. उदा.जेव्हा मध्य उजव्या बाजूकडे खेचला जातो किंवा डावी बाजू अतिशय नाडी संस्थेत होते, मग ही जोडणी तोडली जाते. आपल्याला स्वतंत्रता दर्शवित एकत्रित एक स्वतंत्र मार्ग बनतो. (त्याच्या डाव्या व उजव्या बाजूचे घटक मार्ग) जेव्हा ते तुटतात. मध्यमार्गाचे कनेक्शन, जे शक्तीचा पुरवठा करण्याचे काम करते अगदी पूर्णतेसह ते तुटते आणि पूर्णत्वाबरोबरचा संपर्क जेव्हा तुटतो त्यामुळे तिथे डाव्या बाजूचा समस्वय साधू शकत नाही....तिथे कोणताही डाव्या बाजूचा ताबा नसतो आणि त्यामुळे पेशी स्वतंत्रपणे राहतात.....त्याला आपण 'अत्यंत घातकी' संबोधतो...ते स्वैरपणे काम करतात.....सर्व अवयवांवर ते दबाव आणतात आणि त्या आपल्या रक्तात फिरू लागतात आणि अन्य भागातही जातात. ह्या सर्व द्वेषयुक्त पेशी...अत्यंत घातकी.....अगदी स्वैराचारी.....आपण त्याच्यावर ताबा मिळवू शकत नाही. कदाचित काही संधीने जर तुम्ही त्यांना परत मागे आपल्या पूर्णत्वाच्या संपर्कात आणल्यात.....कर्करोग बरा होतो. हे अगदी असे साधे आहे. जेव्हा कुंडलिनीचे उत्थान होते, ती ही केंद्रे जागृत करते आणि जेव्हा ही केंद्रे जागृत होतात तेव्हा सर्व सुरळीत होते. व्यक्ती मूळ स्थितीवर येते. (दि.८.१०.१९८२)

डाव्या बाजूचा आजार हा त्यांच्यामध्ये असणाऱ्या अन्य वस्तुंमुळे होतो, चुकीच्या माणसांपुढे नतमस्तक झाल्याने (दि.३१.७.१९८४) ज्यामुळे एकादश रूद्र सत्ता गाजवतात, पुढाकार घेतात आणि समस्या निर्माण करतात.(दि.२९.१.१९८३) निर्मिती प्रक्रिये आपल्या मनामध्ये डाव्या बाजूला अत्यंत खोलवर एक जागा निर्माण झाली आहे तिथून आपल्यावर हल्ले होतात. (दि.१३.३.१९८४) प्रोटीन ५८ आणि ५२ जे, ह्या घटनेची सर्व परिस्थिती काबूत आणतात, जी कर्करोगाची आपल्यामध्ये आहे आणि जी आपल्या आत प्रवेश करते.....जे अनभिज्ञ क्षेत्रातून काही आपल्यात प्रवेश करते.....त्याला ते म्हणतात हे, जे आपल्यात खरे जिवंत 'जन्मापासून अस्तित्वात आपल्यात आहे' मी त्याला सामूहिक चेतना म्हणते. आपल्यातील जे मृत आहे ते

वेदनी व सीतनी



आपल्या पेशींचा ताबा घेतात. म्हणजे अशी काहीतरी गोष्ट आपल्यात शिरते व पेशींचा ताबा घेते. (दि.७.१०.१९८२) पेशींचा पूर्णत्वाबरोबरचा संपर्क तुटतो आणि त्या स्वैरपणे वागू लागतात आणि त्या अत्यंत घातकी बनतात त्यामुळे हा विकार सुरू होतो. सहजयोग्यांमध्ये सतत वाहणाऱ्या चैतन्यांमुळे हा विकार बरा होऊ शकतो. चैतन्यामध्ये भावनिक, शारीरिक, मानसिक आणि उत्क्रांतीवादी तत्त्व जेव्हा दुषित पेशींवर वापरली जातात त्यावेळी चक्रांच्या शक्तीमुळे या पेशींवर परत नियंत्रण प्रस्थापित होते व सामान्य स्थितीवर परत येऊ शकतो. (दि.१३.३.१९८४)

प्रेम करण्याचे ढोंग करणाऱ्या पतीमुळे, संरक्षणाची भावना गेल्याचा परिणाम म्हणून स्त्रियांना स्तनांचा कर्करोग होतो अथवा पती भटक्या, भिरभिरत्या नजरेचा असल्यास होतो. (दि.११.७.१९८२) आणखी दुष्ट आणि दुसऱ्यांना दुखावणारा असल्यासही परिणामी कर्करोग होतो. (दि.११.७.१९८२) हा सहजयोगाने बरा होऊ शकतो. जी स्त्री सहजयोग करते तिला स्तनांचा कर्करोग होणार नाही. (दि.७.५.१९७९) कर्करोग फक्त तुमच्या आत्मसाक्षात्काराने बरा होतो. दुसरा कोणताही मार्ग नाही. जर तुम्ही आत्मसाक्षात्कारी असाल, तर तुम्हाला कर्करोग होणार नाही. जर स्वतःला मध्यमार्गात कसे ठेवावे हे जर तुम्हाला समजले तर कर्करोग होणार नाही. (दि.२.१.१९८०) आधुनिक काळातले सर्वात मोठे पाप म्हणजे आईच्या विरोधातली कृती, त्यामुळे कर्करोग होतो, ज्यामुळे शरीरात मोठ्या प्रमाणात उष्णता निर्माण होते. (दि.१३.१.१९८३/२) सर्व कर्करोग्यांमध्ये अत्यंत मोठ्या प्रमाणावर उष्णता निर्माण होते. त्यांचे शरीरात आगआग होत असते. (दि.२४.५.१९८१)

उन्हात आपले शरीर न झाकता राहण्याचा मार्ग हा अत्यंत चुकीचा आहे त्यामुळे तुमच्यात त्वचेचा कर्करोग वाढीस लागेल. आपली त्वचा जास्त प्रमाणात जाळली (उष्णतेच्या संपर्कात) जाऊ नये. तुम्हाला माहीत पाहिजे, की ही चांगली गोष्ट नाही. (०.२.१९७९/१)

सामूहिकतेमध्ये मी कर्करोग ठीक करते. जर तुम्ही जास्त असाल आणि स्वच्छ माणसे असाल तर.....तुमचे नाडीचे मार्ग (चॅनल्स) हे अतिशय समस्येने भरलेले असतील, तर तुमच्यात काहीच राहणार नाही. जर स्वतःला तुम्ही स्वच्छ करीत राहिलात, मी सामूहिकतेत कर्करोग पसरण्याची गोष्ट बंद करू शकते. जर तुम्ही अधिक चैतन्य लहरी पसरवणारे असाल तर.....उजवी व डावी बाजू विराटात स्वच्छ करण्याची घटना घटित होते. डाव्या बाजूचे हल्ले आणि उजव्या बाजूचे हल्ले हे कर्करोग निर्माण करतात आणि हे सर्व महाभयंकर आजार सर्व निघून जातात कारण ते कमी प्रमाणात असतात (दि.२७.९.१९८०) मी कर्करोगाचे अस्तित्व पूर्णपणे बंद करू शकते. जर माझ्याकडे २१,००० सहजयोगी असले तर महारोगही मला थांबविता येतो. कर्करोग तर मी आटोक्यात आणत आहे. कर्करोगावर ताबा मिळवीत आहे. (दि.२७.९.१९८०)

पावित्र्य (Chastity)

अबोधिता स्थित करण्याची सवय म्हणजेच शुद्धता, पावित्र्य. हे सर्व धर्माचा पाया आहे आणि हे तुमच्यात गौरी म्हणून कार्य करते, कुंडलिनी म्हणून आणि तुमच्या मर्यादा ठरविल्या जातात. पाश्चिमात्य देशात पूर्णपणे पवित्रता/शुद्धता याचे तारतम्य, ज्ञानाचा अभाव आहे. आपण आपल्या पावित्र्याचा आदर केला पाहिजे. ही

विष्णूमायेची शक्ती आहे. ही गौरीची शक्ती, शुद्ध कुमारिका आहे आणि ती विष्णूमायाद्वारे संरक्षित केली जाते. आपल्या धार्मिक जीवनाचे ते मूलतत्त्व आहे. सहजयोगामधील सदाचरणी जीवनाचे मूळ हे शुद्ध पावित्र्य आहे. शुद्ध पावित्र्याच्या ज्ञानाशिवाय तुमच्यात धर्म स्थापना होणार नाही. नैतिक पावित्र्य भौतिक पावित्र्याच्या आधी येते, परंतु तुम्ही जेव्हा सहजयोगात पैशाची फसवणूक करता अथवा तुम्ही नैतिक फसवणूक करत त्याचा परिणाम तोच होतो.....डाव्या विशुद्धीवर पकड येते. तिथे संपूर्ण समस्या तिथे त्यापासून सुरू होते.(दि.१.९.१९८५)

शुद्धता, पावित्र्य हा सर्व चक्राचा (शक्तीकेंद्र) पाया आहे....जर डाव्या विशुद्धीवर पकड आली तर उर्वरित सर्व चक्र कमकुवत होतात (दि.१.९.१९८५) श्रीगणेशांची लपलेली शक्ती म्हणजेच डावी विशुद्धी आणि ती पावित्र्येसारखी काम करते.....डाव्या विशुद्धीमधून, बंधन दिल्याने किंवा आईकडून चैतन्यलहरी घेतल्याने ही स्थापित होत नाही आणि घेतलेली हरवून जाते, पण जर तुम्ही स्वतःच स्वतःला शुद्ध करीत राहिलात प्रत्येक सकाळी व सायंकाळी आणि सर्वांचा सामना करीत राहिलात आणि स्वतःला दोषी न समजता तर शुद्ध पावित्र्य स्थिर होते. सर्व वेळ इंद्रिय लोलूपतेमध्ये रममाण होणे हे शुद्ध पावित्र्याचे लक्षण नव्हे (दि.१.९.१९८५) पती व पत्नींचे संबंध कसे आहेत हे विष्णूमाया पाहिल. (दि.१.९.१९८५) काही प्रदेशामध्ये शुद्ध पावित्र्य फक्त स्त्रियांसाठी असून पुरुषांसाठी नाही असा विचार प्रवाह आहे.....हे चुकीचे आहे. हे दोघांसाठीही महत्त्वाचे आहे.(२१.७.१९९३)

बालमृत्यू

पुष्कळ मुलांचा मृत्यू होतो.....त्यांच्या अंथरूणावर, बिछान्यामध्ये.....जसे की अगदी समजून येत नाही, की ते कसे मृत झाले? आणि माणसेदेखील अगदी त्याप्रमाणे मरण पावतात. अगदी बिछान्यात. काय घडते. हे Astral माणसे आणि माध्यम आणि दिव्यदृष्टीची स्त्री आत्म्यांना बोलावण्यास सुरुवात करते.....आणि ती त्या मुलांचे आत्मे मिळवते की जे झोपलेले आहेत आणि मूल मृत होते कारण आत्म्याला त्याचा मार्ग परतण्यासाठी सापडत नाही. अशी पुष्कळच मुले याप्रमाणे मरण पावतात. अशाप्रकारच्या सुप्त अवचेतन प्रक्रिया अतिशय धोकादायक असू शकतात कारण ते हृदय शून्य आहे. त्यांना जाणवा नाहीत. जे उजव्या बाजूचे आत्मे आहेत त्यांच्याकडे भावना नाहीत.(दि.१.१०.१९८३)

गोलाकार भ्रमण/अभिसरण (Circulation)

प्रतिकार शक्तीला संस्कृतमध्ये गण म्हटले जाते. हे छातीच्या हाडाच्या अंमलाखाली असतात. त्याच हाडामुळे निर्माण होतात आणि हल्ले किंवा रोग याच्याशी संघर्ष करतात. ते पूर्णपणे शेवटी मध्य हृदय चक्राच्या अंमलाखाली असतात. वयाच्या बाराव्या वर्षापर्यंत आपल्या प्रतिकार शक्तीची वाढ होते. जी नंतर आपल्या जीवनात संपूर्ण शरीरात वर्तुळाकार मार्गाने जाते आणि आपल्या रोगांबरोबर लढते आणि भावनिक गोष्टींबरोबर संघर्ष करते.(दि.२२.७.१९७९)

हे अतिशय सूक्ष्म आहे. मला जरासुद्धा समजत नाही. स्त्रिया ज्या पद्धतीचा पेहराव करतात...मला आश्चर्य वाटते.....हा आजारी पडण्याचा उत्तम मार्ग आहे. त्या उंच टाचेचे बूट वापरतात.....ही आधुनिक पाश्चात्य

देशातील पिढी.....ते अशाप्रकारचे भयंकर रोग वाढवत आहेत. या उंच टाचांच्या पादत्राणांमुळे त्यांचे पाय सुजतात त्यामुळे अशुद्ध रक्तवाहिन्या फुगून गाठी होतात. अतिशय काळजी घेऊन परमेश्वराने तुम्हाला घडविले आहे. तुम्ही तुमच्या आरोग्याबरोबर काय करीत आहात? थोड्या मोठ्या टाचा ठीक आहेत, पण या इतक्या उंचीच्या टाचा, त्यामुळे तुमच्या पायांच्या नसां व रक्ताभिसरण खराब होते.

तुम्ही आपले डोके थंडीत झाकून ठेवा म्हणजे मेंदू गोठणार नाही. कधी कधी झाकून घ्या. सर्व वेळ नको. जर ते खूपच घट्ट बांधले तर नसा दबतील. तसेच उन्हात जास्त वेळ बसणे टाळावे म्हणजे मेंदूतील चरबी विरघणार नाही. (दि.४.२.१९८३)

सिरॉसिस (Cirrhosis)

सिरॉसिस हा यकृताचा आजार आहे. हा उजव्या बाजूच्या समस्यांमुळे होणारा आजार आहे. (दि.९.२.१९८३) उजव्या बाजूकडील स्वाधिष्ठान चक्राच्या असंतुलनामुळे हा आजार होतो. (दि.१३.३.१९८४) या आजारामुळे शिथिल अवयवाचा आजार होतो. यकृत खराब होणे, अंगावर पुरळ येणे तसेच अॅलर्जी ही आणखीन काही लक्षणे आहेत. (दि.३१.१.१९८३)

स्वच्छता (Cleansing)

स्वतःला स्वच्छ करीत राहणे आणि स्वतःला बरोबर (योग्य स्थितीत ठेवणे).....अर्थातच हे प्रत्येक सहजयोग्याचे महत्त्वाचे कर्तव्य आहे. तुमच्याकडे ज्या समस्या आहेत त्या समस्येने तुमची ओळख नसावी. परंतु तुम्ही त्यांना सामारे जाण्याचा प्रयत्न करा आणि त्या बऱ्या करा. हे तुम्हा सर्वांसाठी अतिशय विश्वसनीय आहे. आपल्या सर्व समस्या आणि सर्वप्रकारचे त्यासंबंधीचे (डोक्यातील) विचार त्यासंबंधीचे सर्व पुस्तकांचे वाचन आणि त्याबाबत जे जे म्हणून शोधकार्य करावयाचे ते आणि त्याबाबतचा सर्व मूर्खपणा यातून प्रत्येकाला मार्ग काढावा लागतो आणि त्या सर्वांमधून बाहेर पडावे लागते. (दि.१३.१२.१९८७)

परंतु तुम्हाला तुमची जबाबदारी समजत नाही.....तुम्ही काय करीत आहात? तुमच्या स्वच्छतेकडे तुम्ही लक्ष देत नाही.....तुमच्या आध्यात्मिक वाढीकडे/उन्नतीकडे तुम्ही लक्ष देत नाही.....तुम्ही मला बिलकूल मदत करीत नाहीत.....कारण ह्या चैतन्य लहरी बाहेर वाहत नाहीत.....त्यांना तुमच्यामधून वाहत राहता आले पाहिजे....तुम्ही मार्ग आहात. तुम्ही स्वतःला स्वच्छ आणि विनम्र आणि शांत, सहनशील ठेवल्याशिवाय हे घटित होणार नाही. (दि.२७.९.१९८०) तुम्हाला तुमच्या खालच्या स्तरावरून उत्थान मार्गात येणे गरजेचे आहे. प्रत्येकाला हे समजलेच पाहिजे...तुम्ही काय करीत आहात? तुम्ही त्या मूर्खपणात स्वतःला स्वैर सोडले आहे. त्यामधून बाहेर पडण्यासाठी मेहनत घ्यायला हवी. तुम्हाला सकाळी लवकर उठायचे आहे, तुम्हाला उठावेच लागेल आणि काम करावेच लागेल. तुम्हाला तुमची जबाबदारी समजली पाहिजे. हा महत्त्वाचा मुद्दा आहे. (दि.२७.९.१९८०)

हा आपला जीवनमार्ग आहे.....आपण आपल्या स्वतःला स्वच्छ ठेवणे.....ही आपली (स्वच्छता

करणे म्हणजे) स्वतःच्या आंघोळीप्रमाणे (स्नान) आहे. आपल्यात सर्व काही ओंगळ, घाणेरड्या गोष्टी व विचार आहेत, त्या सर्वांना बाहेर काढा. जे कोणी सहजयोगी आहेत आणि ज्यांना आश्रमात रहावे लागते (वास्तव्य करावे लागते) त्यांनी प्रत्येक रात्री पावलांच्या स्वच्छतेचा (मीठ-पाणी उपचार) उपचार करावा आणि ध्यानधारणा अवश्य करावी कारण तुमचा अहंकार एकमेकांच्यात जात असतो. हे पूर्णपणे दूषितीकरण, मलिनता, घाणेरडे डाग आहेत. विनम्र बनण्याचा प्रयत्न करा. (दि.७.९.१९८०)

काही माणसे वरीलपैकी काहीच करीत नाहीत आणि स्वतःला सहजयोगी म्हणवतात. काही जण पाण्यात पावले ठेवण्याचा उपचार घेत नाहीत आणि ध्यानही करीत नाहीत. मला समजत नाही, की ते सहजयोगी कसे? मला काहीही कळू शकत नाही. प्रत्येक दिवशी तुम्ही पाय पाण्यात ठेवण्याचा उपचार घेतला पाहिजे. प्रत्येक सकाळी तुम्ही स्वतःच्या बाधांना, अहंकाराला मारलेच पाहिजे. जर तुम्हाला संधी मिळाली तर, तुम्ही ते करावेच. त्यामुळे तुम्ही स्वच्छ व्हाल. हा एक भाग आहे. (दि.७.९.१९८०) पाणी जितके वापरता येईल तितके वापरा आणि हात दहा वेळा स्वच्छ करा. हे अत्यंत गरजेचे आहे. आपल्याला चैतन्य लहरी चांगल्या प्राप्त होण्यासाठी हात स्वच्छ करीत रहा. (दि.२७.९.१९८०)

काही जण विचार करतात, जे काही आम्ही करतो आम्ही सहजयोगी आहोत. जे ध्यान करीत नाहीत, तुम्ही बघा तुम्ही कधीही सहजयोगी होऊच शकत नाही. सहजयोग्याने निर्णय घ्यावेत, ईश्वरी, दैवी शक्तीला शरणागत असावे. ईश्वरी शक्तीद्वारे निर्णय घ्या. जर तुम्ही खरे असाल, जर तुम्ही साधे असाल, तुम्ही ठीक आहात असे परमेश्वर ओळखतो. तिथे तुम्ही असता. जर तुम्ही तिथे नसाल तर तो तुम्हाला बाहेर फेकून देतो. (दि.७.९.१९८०)

आता मी सांगते, की सहजयोग्यांकडे रूढ संस्कार नसावेत.....धार्मिक विधींचे स्तोम माजविण्याचे संस्कार नेहमीच तुम्हाला पूर्णपणे मृत बनविणार....तिथे असे रूढ संस्कार अजिबात नसावेत.....जसे पहाटे तुम्ही मंत्राने सुरुवात करता आणि मंत्रांचे पुनःउच्चारण करीत रहाता, ही यांत्रिक गोष्ट झाली. ही पूर्णपणे देवदेवतांचा आदर करण्याची बाब नाही. परंतु हे योग्य आहे, की तुम्हाला जी देवता जागृत करावयाची आहे...त्या देवतेचा विचार करा. स्वच्छता करण्याचा प्रयत्न करा. सर्व समजूतदारपणा आणि सावधपणा सोबत ठेऊन.....अगदी आदरपूर्वक, सर्व शिष्टाचारासह आणि कोणाचे तरी नाव घेऊ नका. चेतना प्राप्त होईल अशा मंत्राद्वारे प्रार्थना करा. कोणताही चेतना देणारा मंत्र म्हणा....ही यांत्रिक गोष्ट नाही. सहजयोग म्हणजे अशी गोष्ट आहे, की हृदयामधून स्फुरण पावते आणि बाहेर येते. ही हृदयाची जाणीव आहे. जर तुम्ही हृदयपूर्वक करीत नसाल तर त्या करण्याला कोणताही अर्थ नाही. (दि.११.५.१९८१)

तुम्ही ते तसेच चालू ठेवा, पण काही वेळानंतर तुम्हाला कळेल, की तुमच्या चैतन्य लहरी नाहीशा झाल्या आहेत. तुमची थंड वाऱ्याची झुळूक बंद झाली आहे कारण हृदयाला यांत्रिक गोष्टी आवडत नाहीत. प्रत्येक दिवशी नवीन गोष्ट घडते. ती सवयीने लिप्त नसते. प्रत्येक गोष्ट त्याच सवयीनुसार त्याच गोष्टी करू नका. ते प्रत्येक दिवशी नवीन स्वरूपात, बुडबुड्याच्या रूपात वर येते आणि यांत्रिक स्वरूपात तुम्ही जे करता त्यामुळे सरस्वती शक्तीचा नाश होतो. प्रत्येकाने सर्व पूर्ण प्रेमाने करावे स्वतःच्या व दुसऱ्याच्या. स्वतःवर व दुसऱ्यावर पूर्ण विश्वास ठेवून करावे. (दि.११.५.१९८१)




तुम्हाला समजले पाहिजे की सहस्र उघडल्यावर तुमच्यामध्ये ती शक्ती आली आहे, जिच्यात हे तीन गुण आहेत. ही महान शक्ती तुम्हाला प्राप्त झाली आहे. यासाठी आपल्याला स्वरूप यशस्वी, श्रीमंत अथवा प्रसिद्ध व्यक्तींची आवश्यकता नाही. आपल्याला चारित्र्यवान, विचारी आणि ठाम विचारांच्या लोकांची आवश्यकता आहे, जे असे म्हणतील की, 'काहीही होवो मी याचा स्वीकार करेन, याची साथ देईन आणि याला सहयोग करेन.'

प.पू.श्रीमाताजी, १०.९.१९९३

♦ प्रकाशक ♦

निर्मल ट्रांसफॉर्मेशन प्रा. लि.

प्लॉट नं.८, चंद्रगुप्त हौसिंग सोसायटी, पौड रोड, कोथरुड, पुणे - ४११ ०३८. फोन : ०२०- २५२८६५३७, २५२८६७२०, e-mail : sale@nitl.co.in



परमेश्वराची इच्छा सर्वांची काळजी घेऊ शकते.
तुम्हाला कोणत्याही गोष्टीची चिंता करण्याची
आवश्यकता नाही. समजून घेण्याचा प्रयत्न करा
की तुमच्या समस्यांचे कारण हे आहे की तुम्ही त्या
परमेश्वरावर सोडू इच्छित नाही.

श्रीमाताजी, १०.५.१९९२