# सहजयोग

## प्रचार-प्रसार का आनंद

प.पू.श्रीमाताजी निर्मला देवी
इनके प्रवचनों से संकलित

# सहजयोग

# प्रचार-प्रसार का आनंद

'The Joy of Spreading Sahajyoga' पुस्तक का हिन्दी अनुवाद

# प्रस्तावना

मैं आशा करती हूँ कि आप सब लोग सहजयोग प्रचार का महत्व समझते हैं। यदि आप सहजयोग प्रचार नहीं करते तो आप बिल्कुल बेकार हैं। जिस प्रकार यहाँ पर बहुत से दीप हैं, वैसे ही मेरे लिये महानतम चीज़ अधिक से अधिक सहजयोगियों का होना है। आप यदि इस विश्व को परिवर्तित करना चाहते हैं, लोगों को उनके निरर्थक जीवन की कठिनाइयों तथा अशान्ति से बचाना चाहते हैं तो आपको उन लोगों की रक्षा करनी होगी, उन्हें उबारना होगा। यही आपका कार्य है। सहजयोग के लिये आपको दक्षिणा देनी है।

# अनुक्रमणिका


| अध्याय | विषय | पृष्ठ |
|---|---|---|
| 1 | प्रचार-प्रसार के मूल तत्व | 5 |
| 2 | प्रचार करने की आनंदमय कला | 13 |
| 3 | प्रचार की इच्छा | 18 |
| 4 | प्रचार में गती | 23 |
| 5 | प्रचार का धर्म | 36 |
| 6 | प्रचार-प्रसार की आंतरिक स्थिति | 54 |
| 7 | सामूहिक फैलाव | 70 |
| 8 | निर्विचारिता में प्रचार-प्रसार | 92 |
| 9 | नवीन आयाम | 98 |
| 10 | प्रश्न एवं उत्तर | 112 |

# अध्याय एक

# प्रचार-प्रसार के मूलतत्व

"सिर्फ सहजयोग से ही
आप विश्व को बचा सकते हो।"

## पावनता

आध्यात्मिक उत्थान के संबंध में जब हम यह कहते हैं कि यह आसान है तो यह इतना आसान नहीं होता जितना आप सोच लेते हैं। कारण यह है कि यह एक बहुत गहन रूप से कार्यान्वित हुआ है। यहाँ तक कि आपकी माँ ने इसे पाने के लिये कड़ी मेहनत की है। इस प्रकार किसी व्यक्ति ने कार्य कर दिया है। यह आसान है तो आपको अपनी किस्मत का शुक्रगुजार होना चाहिये कि यह आपके लिये कठिन नहीं है। न कि आप शंका करते बैठें कि यह क्यों इतना आसान है और आपको इसके लिये कुछ करना है। यह ठीक बात है कि आप कुछ योगदान दे सकते हैं, किन्तु पहले उस चीज़ का फायदा उठाईये जो उपलब्ध है। इसके बाद आप इसमें कुछ और योगदान दे सकते हैं। पहले जान लीजिये कि जो भी कुछ पाया गया है वह आत्मसाक्षात्कार है तथा श्री गणेश जी की स्वच्छ करने की शक्ति है। अपने भीतर श्री गणेश को स्थापित करें। सबसे पहले आप उन्हे जरूर स्थापित करें। इसके बाद आप इसका उपयोग दूसरों के लिये, अपने लिये तथा सहजयोग के उन तरीकों को बेहतर से बेहतर करने के लिये कर सकते हैं जो आपने सीखे हैं।

मुझे अहं पक्ष के बारे में बताना है। पश्चिम के लोगों में इतना अहं क्यों है? एक बात जो यह है कि दायां भाग एक 'एक्सिलेटर' की भाँति होता है और बायां भाग एक 'ब्रेक' की भाँति। यदि ब्रेक ठीक नहीं हैं तो स्वाभाविक है कि 'एक्सिलेटर' को नियंत्रित नहीं किया जा सकता। अतः, बौद्धिक रूप से हमारे मूलाधार को राजी करना होगा और इसे ठीक करना होगा। इसके लिये हमें कठिन परिश्रम करना है। यदि आपका ब्रेक ठीक हो तो आप सहजयोग का कोई भी कार्य करेंगे तो अहं समस्या में नहीं पडेंगे तथा अहं आपको नियंत्रित नहीं कर पायेगा। इसलिये पश्चिम में जहाँ मंगलमयता तथा पावनता का विचार बहुत नष्ट हो चुका है, यह बहुत जरूरी है। किसी भी देवदूत की शक्ति यही है। इसे हमारे अंदर पूर्णरूप से स्थापित किया जाना है। इसके बाद वह शक्ति कार्य करेगी जो आपको विवेक देती है, जो आपको अहं-रहित भाव देती है।

हमें ऐसे लोगों की जरुरत है जो पूर्णरूप से प्रेम की पावनता में सरोबार हों। अत: हम प्रेम से एक दूसरे बिंदु की ओर जाते हैं जो है पावनता। पावनता विषय पर बहुत लोगों ने चर्चा की है। कहा गया है कि आपको पावन होना चाहिये, आपको पूर्ण रूप से खुला होना चाहिये। लोगों को आपके बारे में हर चीज़ पता होनी चाहिये। मैं तो नहीं सोचती कि यह पावनता है। पावनता वह है जो दूसरों को पावन कहे। यदि आप एक पवित्र व्यक्ति हैं तो फिर अन्य लोग पावन हो जाएंगे।

मान लीजिये, कि आपको स्वयं के बारे में कुछ ख्याल है; आप सोचते हैं कि आप एक सहजयोगी के रूप में बहुत उँचे स्थान पर हैं तथा आप प्रेम से परिपूर्ण हैं। हो सकता है यह सब काल्पनिक हो। क्या इससे दूसरे लोग पावन होते हैं? क्या आपकी पवित्रता दूसरों को पावन करती है? क्या यह उन्हे जागृति प्रदान करती है? क्या वे साक्षात्कारी आत्माएं बन सकते हैं? इसके बाद की बात यह है कि आप पावनता को कितना महत्व देते हैं? तथा आपने कितने लोगों को आत्मसाक्षात्कार दिया है? या आपने इसे स्वयं तक ही सीमित किया हुआ है? इस पावनता को फैलाने के लिए आप कितने स्थानों पर गये हैं? पावनता का प्रसार करना होगा। बगैर किसी शंका के, अपनी पावनता में आपको यह कार्य करना है क्योंकि यह एक बहुत, बहुत ही शक्तिशाली चीज़ है।

पावनता बहुत शक्तिशाली होती है। हो सकता है यह एक अथवा दो लोगों पर कार्य न करें, कोई फर्क नहीं पड़ता। कुछ लोग बहुत खराब, बहुत ही खराब हो सकते हैं, कोई बात नहीं। किन्तु इसका असर उन कई लोगों पर पड़ेगा जो सहजयोगी बनना चाहते हैं। आपको मात्र इसका परीक्षण करना है। किस तरह लोग आपको पसन्द करते हैं और किस तरह वे आपसे प्रभावित होते हैं। परम चैतन्य दैवी प्रेम की सर्वव्यापक शक्ति है जो आपसे इसलिये बहती है क्योंकि आप पावन हैं। यदि आप अपवित्र हैं तो यह भिन्न-भिन्न चक्रों पर रूक जाती है और कार्य नहीं करती। स्वभाव की पावनता, प्रेम की पावनता का क्या अर्थ है? वह यह है कि आप किसी व्यक्ति से प्रेम करते हैं

क्योंकि उस व्यक्ति के अन्दर आध्यात्मिकता है। आप उस व्यक्ति से प्रेम करते हैं क्योंकि उसमें पावनता है तथा आप उन लोगों में पावनता फैलाने के लिये अन्य स्थानों पर जाते हैं। एक पावन व्यक्ति कभी भी कोई समस्या खड़ी नहीं करता। अपावन व्यक्ति ही आये दिन कभी ये कभी वो समस्यायें खड़ी करता रहता है।

## स्रोत

अब जहाँ तक सहजयोग का संबंध है, कुण्डलिनी ही मूल चीज़ है। तथा जैसा कि मैंने आपसे बताया है कुण्डलिनी शुद्ध इच्छा है। एक बार पुनः इसे सुने, 'शुद्ध इच्छा'। इसका अर्थ है कि अन्य सभी इच्छाएं अशुद्ध हैं। केवल एक ही शुद्ध इच्छा है, वह है परमात्मा से एक होना, ब्रह्म से एक होना। वही 'एकमात्र' शुद्ध इच्छा है। अन्य सभी इच्छाएं अशुद्ध हैं। अतः अपने दिमाग को धीरे-धीरे इस प्रकार प्रशिक्षित करें कि यह उस इच्छा को सबसे प्रमुख चीज़ के रूप में हासिल कर ले। यदि आप अपने दिमाग को उस ढंग में प्रशिक्षित करेंगे तो आप शुद्ध इच्छा विकसित कर सकते हैं। इस प्रकार अन्य सभी इच्छाएं धीरे-धीरे व्यर्थ हो जाएंगी। परमात्मा से एक होने की यह इच्छा शुद्धतम तथा उच्चतम है। उसे पाने के लिये हमें क्या करना चाहिये?

उसे पाने के लिये आपको अपनी माँ को प्रसन्न करना होगा, बहुत सरल है ....। अतः माँ को कैसे प्रसन्न करें? उसके लिये आप स्वयं ही परखने की कोशिश करें। कौनसी चीज़ मुझे सबसे प्रिय है..... मुझमें करूणा के अतिरिक्त कुछ भी नहीं है। इच्छा रखें कि आप अपनी माँ को प्रसन्न रखेंगे।

मेरी उपलब्धि आपकी दैवी-शक्तियों की संपूर्ण अभिव्यक्ति है। यह बहुत सरल है, इसे सरल बनाया गया है। मैं केवल उन्हीं लोगों से प्रसन्न होती हूँ जो सरल हैं, अबोध हैं, जो चालाक नहीं हैं, जो परस्पर प्रेममय और करुणामय हैं। मुझे प्रसन्न करना बहुत आसान है। जब मैं आपको एक-दूसरे से प्रेम करते हुये, एक-दूसरे की अच्छी बातें करते हुये, एक-दूसरे की मदद करते हुये, एक-दूसरे का आदर करते हुये, एक-दूसरे के साथ खूब हँसते आनन्द मनाते हुये देखती हूँ तो मुझे अपना पहला आशीष प्राप्त होता है, पहला आनन्द।

## विश्व की स्थिती

जब मैंने अपना जीवन आरंभ किया तो पाया कि लोगों के सहस्रार जटिल थे। जितना अधिक मैंने अपनी चेतना के भीतर जटिलताओं को सुलझाने की कोशिश की उतनी ही अधिक यह कठिन होती गई। यदि आप मेरी उम्र को देखें तो पचास वर्षों में आप देख सकते हैं कि मानव कितना जटिल हो गया है। सहस्रार खोलने के बाद जब मैं पश्चिम में आई तो इन सोलह वर्षों के भीतर मैंने पाया कि वे अब सुधारे ही नहीं जा सकते हैं।

अब ऊँचा उठने के लिये आपके लिये मंच तैयार कर दिया गया है। आप देखते हैं कि जब आपका कोई कार्यक्रम होता है तो इसके लिये ५०० लोग आते हैं तथा दो सप्ताह के भीतर सब गायन हो जाते हैं। क्योंकि जब उत्थान घटित होता है तो कुण्डलिनी अहंकार को बाहर धकेल देती है तथा व्यक्ति को वास्तविकता के समीप ले आती है, किन्तु एक बार फिर अहंकार, जो अपनी गति में इतनी शीघ्रता से विकसित हो रहा है, कुण्डलिनी की गति को पीछे कर देता है तथा मस्तिष्क को ढक लेता है। इससे पता चलता है कि किस प्रकार आपका जीवन ईश्वर परायण हो सकता है? इससे तो शराब, पागलपन और जीवन की तमाम मौजें छूट जायेंगी। उन्हे लगता है ऐसे तो पागल बनने की उनकी पूर्ण स्वतंत्रता छीन जायेगी।

इसका दूसरा पहलू यह है कि 'आसुरी विद्या' काली विद्या ने नियंत्रण कर लिया है। जैसा कि श्रीकृष्ण ने १५ वे अध्याय में चेतावनी दी है कि यदि आसुरी विद्या नियंत्रण कर ले तो फिर 'शुद्ध विद्या' आसुरी विद्या की गति से मुकाबला नहीं कर सकती .....। उस स्तर पर भी, जब हम सहजयोगी हैं, हम अपने परमेश्वरी जीवन के प्रति संकोची हैं.....। मेरा अभिप्राय है कि जबकि सहजयोगी ईश्वर परायणता के प्रति आश्वस्त हैं फिर भी वे संकोची हैं। अब आप जानते हैं कि आपकी माँ आपसे एक पैसा भी नहीं लेती, इसके विपरीत वह खर्च करती है, आप सबको इससे फायदा हुआ है। परन्तु जब देने की बात आती है तब हर व्यक्ति संकोची हो जाता है। उस पृष्ठभूमि से आप

परमात्मा की अनुकंपा के प्रकाश की ओर आ रहे हैं। किन्तु आप इसके प्रति उत्साही नहीं होना चाहते, धीरे-धीरे, इस प्रकार हो सकता है कि आप अपना अवसर धीरे-धीरे गंवा दें। अत: सहजयोगियों की चेतना में, जहाँ आप अपने चक्रों के बारे में सब कुछ जानते हैं, आप अपनी चैतन्य लहरियों को जानते हैं, आप जानते हैं कि आप किस प्रकार दूसरों से जुडे हुये हैं, फिर भी यह सारी विद्या निजी लाभ के लिये ही है। भूतकाल की परछाई अभी भी विद्यमान है, जबकि अपने पास यह नई चेतना है।

आज जब आप देखते हैं कि पूरी दुनिया लड़ाई-झगड़े में व्यस्त है तथा वे लोगों को युद्धों से बचाने के लिये और भी बड़े, विशाल बचावकारी यंत्रों को बनाने में लगे हैं। लगता है कि पूरी दुनिया एक-दूसरे को मारने की, एक-दुसरे को खत्म करने की, प्रतिस्पर्धा, महत्वाकांक्षा की चुहा-दौड़ में लगी हुई है, जिसकी वजह से लड़ाई होती है और इसके बाद, इससे भी बड़े युद्ध। इतने अज्ञानी वे हैं। क्या आप रत्ती भर जमीन भी अपने मरने के बाद ले के जा सकते हैं? जब आप पैदा होते हैं तब आपकी मुठ्ठी बंद होती है। जब आपकी मृत्यु होती है तब आपकी हथेली खुली हुई होती है। आप अपने साथ क्या ले जाते हैं? चलो मान लिया कि आप कुछ नहीं ले जाना चाहते, किन्तु क्या आप उस चीज़ का आनन्द ले पाते हैं जिसके बारे में आप सोचते हैं कि वह इतनी महत्वपूर्ण है कि इसके लिये आपको संघर्ष करना है। यह संघर्ष सभी मूर्खों के बीच क्यों चल रहा है? यह आश्चर्यजनक है कि किस प्रकार जब जमीन के एक टुकडे की बात आती है तो लोग अपनी शान्ति को, अपनी समझदारी को छोड देते हैं तथा पूरी की पूरी चीज़ एक गलत दिशा में चल पड़ती है तथा संपूर्ण विनाश की ओर जा रही है।

मेरा एक स्वप्न है, इसमें कोई संदेह नहीं है, तथा मैं इसके बारे में काफी कुछ बोलती आई हूँ, किन्तु यह पूजा के साथ ही खत्म हो जाती है-जो एक अच्छी बात नहीं है। मैं जानती हूँ कि कुछ देशों में बहुत कठिनाई है। पता लगाने की कोशिश करें कि समस्या कहाँ हैं, क्यों यहाँ इतनी कठिनाई है। इस बात पर ध्यान दिया जाना चाहिये कि स्वयं को डिस्ट्रॉय करने के लिये लोग

क्या-क्या कर रहे हैं, मानो कि यह उसी खेल का एक अभिन्न हिस्सा हो जिसे हम अन्तिम न्याय कहते हैं, किन्तु हमें अपनी करुणा और प्रेम के माध्यम से जितना सम्भव हो सके उतने लोगों को बचाना है।

## आदिशक्ति का कार्य

यह आदिशक्ति का कार्य है; किसी संत का अथवा किसी अवतार का कार्य नहीं है। वे सब विद्यमान हैं इसमें कोई संदेह नहीं है। वे सभी हमारी मदद करने के लिये हर समय हमारे साथ हैं; किन्तु आप लोगों के पास आदिशक्ति की शक्ति है, जो कि बहुत महान है; जो बहुत ही सूक्ष्म है, जो चमत्कारी है। यह इतनी प्रभावकारी है, किन्तु जब तक आप स्वयं की शक्तियों के प्रति जागरूक नहीं हो जाते, आप इसे किस प्रकार कार्यान्वित कर पायेंगे? यह एक बंद पडी मशीन की तरह होगी जिसमें सारी चीज़ें तो हैं लेकिन इसे चालू करने वाला कोई नहीं।

हर समय मुझे बहुत ही खतरनाक दौर से गुजरना पड़ा। कभी-कभी मुझे लगा कि जिस तरह से चीज़े मेरे लिये इतनी कठिन हैं, मुझे एक दूसरा जन्म लेना पडेगा। किन्तु अब आपके लिये बहुत आसान हो गया है, जिस प्रकार एक व्यक्ति जो सड़क बनाता है उसे कठिन परिश्रम करना पडता है किन्तु जो लोग उस पर चलते हैं, वे महसूस नहीं करते कि उन्हें यह कितनी आसानी से मिल गई है। यदि वे इस बात को समझ लें तो फिर वे यह भी समझेंगे कि, ''इस सड़क पर बहुत लोग चलें, जिसे इतने; धैर्य, समझ तथा प्रेम से बनाया गया है।'

मुझे वास्तव में आप सभी सहजयोगियों को इस विश्व को बदलने के लिये अपना सब कुछ लगाते हुये देखना है-इस विश्व को बदलना है। जैसा दिख रहा है, मानवता को आपके माध्यम से ही बचाना है, न कि किसी अन्य के। कोई राष्ट्रपति, कोई प्रधानमंत्री, कोई मंत्री-इनमें से कोई भी व्यक्ति विश्व को बदल नहीं सकता.....। आप ही इसके अधिकारी हैं। आपके पास यह शक्ति है। क्या आप अपने ओहदे को, अपने अस्तित्व को समझते हैं, जो इतना उठ गया है? यदि वह भावना हो तो आप अपने अन्य लोगों के प्रति प्रेम

व करूणा अभिव्यक्त करने के लिये चारों ओर निकल पडते, उन्हे यह बताने के लिये कि वे क्या हैं?

केवल सहजयोग से ही आप इस विश्व को बचा सकते हैं। इसके अलावा और कोई चारा नहीं है। जो भी कुछ आप करना चाहें, चाहे गरीब की मदद करना, इसकी-उसकी मदद करना-बहुत, बहुत ही उथली बात है। सबसे अच्छी बात तो यह है कि जिस व्यक्ति को भी आप देखें उसे साक्षात्कार दें। हमने बच्चे देखें हैं। वे आगे आ रहे हैं। वे महान सहजयोगी भी होंगे। वह मैं देख सकती हूँ। किन्तु उनसे पहले, आपको अपनी काबिलियत दिखानी होंगी कि आपने क्या किया है। यह कोई गतिहीन कार्य नहीं है। यह एक बड़ा आंदोलन है, जिसे वास्तव में धमाकेदार होना चाहिये और जब तक इस प्रकार का कदम नहीं लिया जाता, मैं नहीं जानती कि प्रलय के लिये कौन जिम्मेदार होगा। आप ही वे लोग हैं जिन्हे मानव जाति की किस्मत बनानी है। इसे स्वयं पर इस प्रकार न लें कि यह कुछ भी नहीं है। आप अपना साक्षात्कार कभी भी नहीं ले पाते, आप मुझ तक नहीं पहुँच पाते। इतने लोगों में से आप ही वे हैं जो मेरे पास आये हैं तथा जिन्होंने साक्षात्कार मांगा और प्राप्त किया है। आप जानते हैं कि इसे थोपा नहीं जा सकता। इस साक्षात्कार को थोपा नहीं जा सकता। इस चेतना की प्रगति को भी थोपा नहीं जा सकता।

आपको उस चित्त को अपने अन्दर विकसित करना होगा कि आपने क्या किया है, आपने क्या किया है? यदि आप अभी भी पैसों की समस्या अथवा सत्ता की समस्या में तथा इधर-उधर की समस्याओं में उलझे हैं तो आप एक सहजयोगी नहीं है।

सहजयोगी हर चीज़ से उपर है तथा वह बहुत शक्तिशाली होता है। उन्हे शक्तियाँ प्राप्त होंगी-प्रेम और करूणा की शक्ति, जो कि प्रेम के शब्द मात्र नहीं हैं। यह न केवल एक प्रेम करने का कार्य है, किन्तु यह एक शक्तिशाली व्यक्तित्व है जो आपका होगा, जो मात्र दैवी-प्रकाश को प्रसारित करेगा तथा लोगों को मुग्ध कर पायेगा; सभी को मात्र यह चाहिये कि वे एक साहसी व्यक्तित्व को धारण कर लें।

# अध्याय दो

# प्रचार करने की आनंदमय कला

"प्रचार-प्रसार करने की
जरूरत आपको निर्माण करनी है।"

## परमात्मा की सृष्टि

परमात्मा ने छह दिनों में यह विश्व बनाया और सातवें दिन उन्होंने आराम किया। किन्तु आठवें दिन उन्होंने क्या किया? उन्होंने साक्षात्कार देना आरंभ किया; 'बगैर रूके'। कठिन परिश्रम करके...। सहजयोग का सूक्ष्मतर पहलू बहुत ही सरल है। यह करूणा है। यह क्षमा है। यह प्रेम है। परन्तु सबसे महानतम है-परमात्मा की सेवा। हम परमात्मा का कार्य कर रहे हैं। हम कैसे थक सकते हैं? शक्ति हमसे बह रही है, वह करूणा इतनी परिपूर्ण है, वह प्रेम इतना सौंदर्यपूर्ण है कि हम इसे किये बगैर नहीं रह सकते। हमें इसे दौड़ कर करना चाहिये।

## कलाकार

मैं कलाकार हूँ और मैं कला हूँ। परंतु आप कौन हैं? आप वह है जिसकी रचना की गई है, तथा आप भी रच सकते हैं, तथा आप भी कलाकार बन सकते हैं। यही मैं कह रही हूँ कि आप न केवल प्रकाश हैं किंतु वह प्रकाश हैं जो दूसरों को प्रकाश देता है। तथा आप उस ज्योति को बनाये रखेंगे जो आपने दूसरों को दी है। आपमें और अन्य लोगों में अब यही अंतर है। आप न केवल एक कलाकार होंगे, किंतु आप कलाकार की कला का आनंद भी लेंगे। यही वह है जिसे आपने प्राप्त किया है, आप जानते नहीं हैं, आप अपनी शक्तियों के प्रति जागरूक नहीं हैं। आपके अंदर घटित हुई यह एक जबरदस्त चीज़ है, जिसे आपको स्वीकार करना चाहिये। किंतु हमारा ध्यान वहाँ है जहाँ से गंदगी आ रही है, जहाँ से कचरा आ रहा है, आप जानते हैं कि कहाँ भद्दापन है।

आपके पास साक्षात्कार प्रदान करने की कला है। आप कुण्डलिनी के बारे में जानते हैं, आप सब इसके बारे में सब जानते हैं-आगे बढ़ें और लोगों से बात करें।

## ज्ञान

मुझे माध्यम चाहियें। वो माध्यम जो अपना काम जानते हैं, जो स्वयं को जानते हैं, जो इसे करने के लिये पर्याप्त रूप से समर्थ हैं। इसमें कोई शंका नहीं है कि आप विशेष लोग हैं। अन्यथा आप यहाँ क्यों होते? किंतु वह विशेषता यह है कि आप दैवी उर्जा के एक अच्छे वाहक हैं। आप एक बेहतरीन वाहक हैं। आप उसमें पारंगत हैं। यह कार्य करता है, यह स्वत: ही कार्य करता है। किंतु आपका दैवी के साथ संबंध परम होना चाहिये। परम मूल्यों के बारे में बात करना ठीक है। किंतु ये परम मूल्य क्या हमारे अंदर विद्यमान हैं या नहीं? यदि वे हमारे अंदर हैं तो हम दूसरों के अंदर के इन गुणों को आत्मसात क्यों नहीं करवाते। यह कठिन नहीं हैं। यह बिल्कुल भी कठिन नहीं है। मैं आपको बताती हूँ। मैं एक साधारण गृहणी मात्र हूँ। यह केवल मेरा प्रेम है; मैं कहूँगी कि मेरा स्वभाव ही ऐसा है जो कार्य करता है, मैं अपने बारे में विश्वस्त थी। हालांकि बाहर से मैं एक बहुत नम्र गृहणी लगती हूँ; लोग यहाँ तक सोचते थे कि मैं इसलिये ज़्यादा नहीं बोलती क्योंकि मुझे अंग्रेजी नहीं आती-यह हालत थी। किंतु बात यह नहीं है। बात यह है कि मैं जानती थी कि मैं कौन थी, मैं जानती थी मैं कौन हूँ तथा मैं जानती थी कि मुझे क्या होना है-बस यही बात है।

केवल यही एकमात्र अंतर है। यदि आप लोग यह ज्ञान अपने अंदर विकसित कर लें तो आप गतिशील हो सकते हैं। आपके अंदर महत्वाकांक्षाऐं नहीं होंगी; आपके अंदर कुछ भी इच्छाऐं नहीं होंगी, आपके अंदर क्रोध नहीं होगा। आपके अंदर लालच नहीं होगा-ये सभी चीज़ें तुरंत आपसे अलग हो जाती हैं।

## रचनात्मकता

आपके लिये इस प्रकार के अन्य लोगों की रचना करना कठिन नहीं है। इस विश्व को रूपांतरित करना कठिन नहीं है। समय आ गया है, सही समय आ गया है। जब उचित समय आता है, बहार का समय आता है तो बहुत से

फूल, फल बन जाते हैं। इसी तरह आप सब लोग बने हैं।

यह आप पर है कि आप सहजयोग फैलाने वाले बीज तैयार करें। अब आप चेतना के उस स्तर पर हैं, जहाँ परम चैतन्य आपके साथ है, पूर्ण रूप से आपका अभिन्न अंग हैं, आपको आवश्यक सहायता, आवश्यक प्रतिष्ठा तथा व्यक्तित्व भी प्रदान करने के लिये पूर्ण रूप से आपके साथ है।

जैसा मैंने आपको पहले बताया है कि साक्षात्कार के बाद आप बहुत ही रचनात्मक बन जाते हैं-हर चीज़ में रचनात्मक। खास तौर पर दूसरों को साक्षात्कार देने में तथा अपने जीवन में कला, संगीत, कविता, नाटक, लेखन इत्यादि की रचना करने में भी।

वास्तविकता के इस क्षेत्र में आपने क्या किया है? क्या आपने वास्तविकता का आनंद लिया है? क्या आपने परमात्मा के वास्तविक प्रेम के आनंद का अनुभव किया है? क्या आप उसमें मग्न हैं अथवा अभी भी आप तट के किनारे पर खडे होकर देख रहे हैं? आप रचना कर सकते हैं, आप जबरदस्त प्यार, जबरदस्त खुशी तथा शांति उत्पन्न करने में पर्याप्त रूप से समर्थ हैं। आज के विश्व को देखें, यह किस दशा में हैं, यह पूर्ण उथल-पुथल, भ्रम है, हर तरह की भ्रष्ट और विनाशकारी चीज़ें हो रही हैं। इतना भद्दा यह विश्व हो गया है। क्या आप इसे सुंदर बना सकते हैं? - आप बना सकते हैं, क्योंकि आप लोगों को परिवर्तित कर सकते हैं। किंतु यदि आप स्वयं ही एक सुंदर सहजयोगी नहीं हैं तो आप यह कैसे कर पायेंगे? अत: जब हम कार्य करते हैं तब हमें अपना चित्त स्वयं पर रखना है कि हमें अन्य लोगों को वास्तविकता के इस क्षेत्र में लाना है।

हमारे अपने दैवी-विश्वविद्यालय में कोई डिग्री नहीं होती, हम आपको कोई प्रमाणपत्र नहीं प्रदान करते; आप सहजयोगी हैं यदि आपने अपना साक्षात्कार प्राप्त कर लिया है। यदि कुण्डलिनी ने यहाँ छेदन (परम पूज्य श्रीमाताजी अपना हाथ सहस्रार की ओर करती हैं) कर लिया है-ठीक है, आप सहजयोगी हैं। किंतु हो सकता है वह सहजयोगी एक 'वास्तविक'

सहजयोगी न हो। यह केवल तभी निर्भर करता है जब आप आनंदमय हों तथा दूसरों को साक्षात्कार देने के लिये आतुर हों। आप अपना साक्षात्कार साझा करना चाहते हैं, आप इसे केवल स्वयं तक ही सीमित नहीं रखना चाहते। यदि वह आपकी स्थिति नहीं है तो फिर आप अभी तक एक पूर्ण सहजयोगी नहीं है। आप पता लगायें कि आपने कितने लोगों को साक्षात्कार दिया है। यह बहुत महत्वपूर्ण है। क्योंकि अगला साल, जैसा मैंने कहा है, एक बहुत महत्वपूर्ण, बहुत, बहुत महत्वपूर्ण साल है। अगले साल मैं आप लोगों को बाहर जाते हुये और साक्षात्कार देते हुये देखना चाहती हूँ।

मैं यहाँ इसलिये नहीं हूँ कि आपको बताऊँ कि आप अपनी निजी जिंदगी में क्या करें। किंतु आपको स्वयं पता होना चाहिये कि स्वयं को कैसे स्वच्छ और सुंदर रखें, आपको स्वयं के साथ क्या करना चाहिये। कुछ लोग इतने उथले होते हैं कि यह बात उनके दिमाग में जाती नहीं। सहजयोग उनके दिमाग में जाता ही नहीं-बहुत, बहुत उथले। अत: उन्हे भूल जाओ। मुझे नहीं लगता कि वे बच पायेंगे। अत: उन्हे भूल जाओ। वे आनंद नहीं उठा सकते। वे हमेशा किसी 'मूर्खतापूर्ण चीज़' के बारे में चिंतित रहते हैं। अत: आप इस तरह के लोगों के साथ कुछ भी न करें। किंतु, फिर भी बहुत सारे लोग हैं, कम से कम मैं सोचती हूँ ८०% लोग, जो खोज रहे हैं तथा आपको उनकी मदद करनी चाहिये।

आपकी माँ की इच्छा है कि अब आप सहजयोग की जिम्मेदारी अपने उपर लें तथा जो भी मिले उसे इसके बारे में बतायें। मेरा मतलब है कि मुझे सस्ती लोकप्रियता नहीं चाहिये, किंतु मैं जरूर चाहती हूँ कि सब जगह सहजयोगी बनें।

# अध्याय तीन

# प्रचार की इच्छा

"बाध्य करने वाली एक इच्छा
हर समय होनी चाहिये कि
हम ऐसे तरीके खोज निकालें जिनसे
हम सहजयोग का प्रचार कर सकें।"

## शुद्ध इच्छा

हमें अपने भीतर अपनी शुद्ध इच्छा को स्थापित करना है, कि हम सत्यसाधक हैं तथा हमें अपनी पूर्ण प्रगति और परिपक्वता को प्राप्त करना है। आज की पूजा संपूर्ण विश्व के लिये है। इस इच्छा से संपूर्ण विश्व को प्रकाशित करना होगा। आपकी इच्छा इतनी गहन होनी चाहिये कि वो आत्मा को प्राप्त करने की शुद्ध इच्छा-महाकाली शक्ति की शुद्ध चैतन्य लहरियाँ प्रसारित कर सके। वही वास्तविक इच्छा है। अन्य सभी इच्छायें मृगतृष्णा सम हैं।

आप ही वह लोग हैं जिन्हे परमात्मा ने विशेष रूप से चुना है, पहले तो इच्छा को अभिव्यक्त करने के लिये तथा इसके बाद शुद्धता की उस गहन इच्छा को प्राप्त करने के लिये। आपको पूरे विश्व को शुद्ध करना होगा, न केवल साधकों को अपितु उन लोगों को भी जो साधक नहीं है। आपको इस विश्व के चारो ओर आत्मा को प्राप्त करने की इच्छा का एक वातावरण बनाना है।

इस इच्छा के बगैर यह विश्व विद्यमान नहीं रह सकता था। परमात्मा की इच्छा ही आदिशक्ति है। यह सर्वव्यापक शक्ति है; यह हमारे भीतर कुण्डलिनी है। कुण्डलिनी की एक ही इच्छा है-आत्मा हो जाना। किसी अन्य चीज़ की यदि आप इच्छा करें तो कुण्डलिनी नहीं उठती। केवल तब उठती है जब यह जानती है कि यह इच्छा किसी ऐसे व्यक्ति से पूर्ण होने वाली है जो साधक के सामने होता है। यदि आपके अन्दर इच्छा नहीं है तो कोई भी इसे उठा नहीं सकता। सहजयोगी को अपनी इच्छा अन्य लोगों पर थोपने की कोशिश कभी भी नहीं करनी चाहिये।

बाध्य करने वाली एक इच्छा हर समय होनी चाहिये कि हम ऐसे तरीके खोज निकालें जिनसे हम सहजयोग का प्रचार कर सकें, अन्यथा यह इस तरह होगा जैसा ईसा मसीह ने कहा था कि कुछ बीज दलदल में गिरे तथा वे अंकुरित हुये, किंतु कभी बढ़े नहीं। आप वास्तविक अर्थ में केवल तभी बढ़ सकते हैं तथा कुछ ऐसी बहुत, बहुत विशेष तथा असली चीज़ बन सकते हैं

जब आप जान लें कि आप क्या कर सकते हैं।

आप परमचैतन्य हो, यदि आप जानो कि आप परम चैतन्य हो, फिर यह आपकी गरिमा का ध्यान रखता है, आपकी प्रतिष्ठा का ध्यान रखता है, यह आपकी बातों का ध्यान रखता है तथा आपकी देखरेख करता है। तथा जो भी कहा जाता है अथवा इच्छा की जाती है, आपको वह प्राप्त हो जाती है। आपकी इच्छायें भी बदल जाती हैं। आपकी इच्छायें मूर्ख चीज़ों के लिये नहीं होती, लेकिन किसी ऐसी चीज़ के लिये जो बहुत उत्कृष्ट हो। जैसे आप लोगों को बदलना चाहें; आप सहजयोग का काम करना चाहें, ये सभी इच्छायें पूर्ण रूप पूरी हो जाती हैं। जब आप इसे करना चाहें, आप इसे पसन्द करें तथा आप इसके बारे में सोचें। यह कुछ ऐसी चीज़ है जिसे देखते ही मानो आप सन्न रह जायें। तुरंत परम चैतन्य भार ले लेगा और आपको कोई समस्या नहीं होगी, कोई समस्या नहीं। क्योंकि जिस तरह से हम इन सभी कठिनाईयों के प्रति प्रतिक्रिया करते हैं तथा जीवन में तथाकथित विषमतायें एक नाटक बन जाती हैं, मात्र एक नाटक। आप आश्चर्यचकित रह जाते हैं। आपके देखते ही ये खत्म हो जाती हैं। इस तरह यह प्रकाश है; यदि यह अंधकार में प्रवेश करता है तो अंधकार को समाप्त कर देता है। अंधकार के समाप्त होने से हमारी समस्यायें भी समाप्त हो जाती हैं।

इस प्रकार यही वह चीज़ है जिसे हमारी चेतना को बनना है। चेतना को परम चैतन्य बनना होगा। फिर आप, सभी विचार, सब कुछ जो दैवी है पाएंगे। न केवल वह अपितु ईश्वरीय की मदद भी। दैवी के सभी समाधान। यह कोई आश्चर्यजनक चीज़ है जिससे हर चीज़ शांत हो जाती है, हर चीज़ स्थिर हो जाती है। इन सबको आप देखते हुये चकित हो जाते हैं कि आप इन सभी चीज़ों के कार्यान्वयन के केन्द्र में हैं। आपको बोध नहीं होता कि आप क्या कर रहे हैं, फिर भी आप करते हैं। वह अहं-विचार शून्य है, किंतु आप अपने आसपास घटते हुये देखते हैं, तथा फिर चकित रह जाते हैं कि यह कैसे घटित हो रहा है! पूरी जीवनशैली बदल जाती है, समझ बदल जाती है तथा आप अन्य लोगों के लिये खुशी, आनंद तथा ज्ञान का एक बड़ा स्रोत बन

जाते हैं। आपको कुछ भी नहीं पढ़ना। आपको कुछ ज़्यादा नहीं जानना, किन्तु आप हर चीज़ के बारे में जान लेंगे, क्या सही है तथा क्या गलत है। तथा केवल तभी आप चीज़ों के बारे में पूर्ण अधिकार के साथ कह पायेंगे कि यह सही नहीं है।

अब सहजयोग के पश्चात्, जरूरतें इस इच्छा में विलीन हो जात हैं: 'हे भगवान! यह आदमी जा रहा है-क्या मैं उसे पुकारूँ और उसे साक्षात्कार हूँ?' गली में आप किसी को देखेंगे और कहेंगे, 'इधर आओ, इधर आओ, मैं तुम्हे कुछ देना चाहता हूँ!' तथा आप उसे बिठायेंगे तथा उसे साक्षात्कार देंगे। यही आपका तरीका होगा, पागलों की तरह आप कहेंगे, 'ओह, नहीं, नहीं यह भद्र आदमी साक्षात्कार के बगैर है, चलो इसे प्रदान करते हैं। आपको चर्चों में जाना होगा, आपको विश्वविद्यालयों में जाना होगा, आपको इस तरह की सभाओं में जाना होगा, जहाँ उन्हे कोई अंदाजा नहीं है कि वे क्या प्राप्त कर सकते हैं, तथा इसके बाद उन्हे बिना भय के, बिना द्वेष के बतायें। आप उनसे बात करें तथा उन्हें बतायें कि हम यहाँ पर उनकी भलाई में मदद करते आये हैं। हम यहाँ पर अपनी भलाई के लिये नहीं आये हैं, अब हमारी सुनो, निश्चय, निश्चय ही आपके भीतर कुण्डलिनी बहुत प्रसन्न होगी। वह प्रसन्न नहीं है, आप इस बात को समझें। वह ऐसे लोगों से खुश नहीं है जो उसका पूरा उपयोग नहीं करते। अत: वह आपकी मदद करने में तथा पूरे विश्व के उद्धार के लिये जरूरी चीज़ें करने में बहुत, बहुत ही प्रसन्न होगी।

## इच्छाशक्ति

इच्छाशक्ति का अर्थ इच्छा नहीं होता। इच्छाशक्ति का अर्थ होता है 'इच्छा को कार्य में लगाना'। अत: आप इच्छा करें तथा इसके बाद कर्म में लगायें। आप यह कर सकते हैं। सबसे पहले आपको जानना होगा कि हमारे अंदर इच्छा अवश्य होनी चाहिये। इसमें कोई शंका नहीं कि वह है ..... आप प्रकाश दाता हैं तथा यह आपकी इच्छाशक्ति के माध्यम से ही कार्यान्वित होगा। अत: हमारी इच्छाशक्ति को कितना शक्तिशाली होना चाहिये? हमें अपनी इच्छाशक्ति के प्रति कितना समर्पित होना चाहिये, यह

व्यक्ति को जान लेना चाहिये। इच्छाशक्ति को आपको अपने भीतर पूर्ण रूप से .....लेना चाहिये। एक बार आप इस सहजयोग को करना शुरू कर देंगे तो आप मान लेगें कि सहजयोग कितना महत्वपूर्ण है जो परमात्मा तथा दैवी शक्ति की नज़रों में पूरी सृष्टि को एक वास्तविक अर्थ प्रदान करता है। तथा अपने अंदर देखने की कोशिश करनी चाहिये, 'क्या हम मूल बातों को समझते हैं? क्या हमारे अंदर वो गुण हैं जिनके द्वारा हम उन मूल बातों को बनाये रख सकते हैं? सहजयोग की पहली मूल बात यह है कि आपको अपनी आत्मा बनना होगा, ताकि आपका शरीर केवल आत्मा की शक्ति प्रसारित करे। यह सहजयोग की पहली मूल बात है।

अब आप अपनी इच्छाशक्ति के साथ क्या करते हैं? सबसे पहले आप इच्छा करें फिर आप कार्य करें। मैं कहाँ जा रहा हूँ? मैं क्या कर रहा हूँ? मैं एक सत्य साधक हूँ। एक सत्य साधक होने के नाते क्या यह काम मुझे करना चाहिये? इससे तुरंत संतुलन आ जायेगा! इस संतुलन को आना होगा। सबसे प्रमुख चीज़ है स्वयं को संतुलित करना। किसी प्रकार के उग्र व्यवहार को अवश्य संतुलित करना चाहिये। जीवन के प्रति किसी तीव्र रूझान को अवश्य ही कम करना चाहिये। यहाँ पर हम पाते हैं कि इच्छाशक्ति विरोध करती है तथा एक विपरीत दिशा में कार्य करती है। उदाहरण के लिये लोग जिद्दी हो जाते हैं। वे यह स्वीकार नहीं करना चाहते कि उन्हे संतुलित होना है तथा वे कहते हैं, 'ओह! मैं ठीक हूँ?' तथा वे स्वयं को सही दिखाने के लिये दुनिया भर की सफाई देते हैं। आप किसके लिये सफाई दे रहे हैं? आप खुद के साथ ही लड़ रहे हैं। क्यों? क्योंकि आप अभी तक अपने भीतर पूर्ण रूप से समग्र नहीं हुये हैं।

अत: दूसरा बिंदू समग्रता है। आपके चित्त की समग्रता। समग्रता तब आती है जब आप एक ही चीज़ करते हैं, एक ही चीज़ चाहते हैं, एक ही चीज़ का आनंद उठाते हैं। यदि आप कोई अन्य चीज़ चाहते हैं, तब आप अपने चित्त में समग्रता को भी डाँवाडोल पाते हैं। किंतु यदि आप अपनी आत्मा को चाहते हैं तो आप केवल यह चाहते हैं कि आत्मा प्रसन्न रहे।

# अध्याय चार

# प्रचार में गती

"आपमें से हर व्यक्ति को प्रतिदिन
अवश्य सोचना चाहिये की, मैंने आज
सहजयोग के लिये क्या किया?"

## कार्य

आपको अहंकारी नहीं होना चाहिये, लेकिन स्वाभिमानी जरूर होना चाहिये। स्वाभिमानी कि आप सहजयोगी जन हैं, स्वाभिमानी कि आप ऐसे समय पैदा हुये जब आपको परमात्मा का कार्य करना है और आपको परमात्मा ने चुना है। अत: पहले आपको उस स्तर तक आना है। जैसे कुछ लोगों को मैं अचानक पाती हूँ कि वे सहजयोग में उदास, एकान्तवासी हो जाते हैं। उन्हे कभी भी क्षमा नहीं किया जायेगा क्योंकि परमात्मा ने आपको बहुत कुछ दिया है। मान लीजिए कि कोई व्यक्ति आपको हीरा देता है, आपको गर्व होता है, आप इसे पहनते हैं और दिखाते हैं। किंतु जब आपको अपनी आत्मा दी गयी है, इस पर आपको गर्व होना चाहिये और कुछ एकान्तवासी लोगों की तरह बर्ताव नहीं करना चाहिये कि, 'मैं अब कोई काम नहीं करूँगा। मैं बाहर नहीं जाऊँगा, मैं घर पर बैठुंगा और ध्यान करूंगा।' ऐसे लोगों के लिये सहजयोग में कोई स्थान नहीं है। अशा लोकांना सहजयोगात स्थान नाही. 'मैं यह नहीं कर सकता।' 'नहीं कर सकता' ये शब्द उन लोगों के शब्दकोश से निकल जाना चाहिये जिनसे सहजयोगी होने की उम्मीद की जाती है।

मैं २४ घंटे काम करती हूँ। एक मिनट भी मैं बर्बाद नहीं करती। इसी प्रकार मैं उम्मीद करती हूँ कि आप अपने २४ घंटे अपने उद्धार तथा संपूर्ण विश्व के उद्धार के लिये समर्पित करेंगे।

इस विश्व में, हरेक को कुछ कार्य करना होता है। फिर सहजयोगियों को क्या करना है? यह बहुत दुर्लभ घटना है कि आपने साक्षात्कार प्राप्त किया है। इसलिये हम अपने चित्त को कहीं भी क्यों खर्च करें? हम अपने ध्यान की अनदेखी क्यों करें? क्यों? हमें विकसित होना पड़ेगा। हम अलग लोग हैं। हम इस दुनिया में एक बिलकूल अलग प्रजाति हैं। हम साक्षात्कारी आत्माऐं हैं। ईसा के समय में ऐसे लोग नाममात्र ही रहे होंगे। उससे भी पूर्व चीन में तथा अन्य जगहों में, एक उम्र में एक ही गुरु हुआ करता था। जबकि आप इतने सारे गुरु हैं, किंतु आप एक गुरु के रूप में अपनी शक्तियों को इस्तेमाल नहीं

करना चाहते।

क्यों न महिलाऐं भी इन्हे इस्तेमाल करें? मैं देखती हूँ कि सहजयोग में पुरूषों की अपेक्षा महिलाऐं कहीं अधिक आलसी हैं। यह दिखना चाहिये कि मैं स्वयं एक महिला हूँ, अकेले दम पर मैंने यह सारा कार्य किया है; तथा आपको क्यों इसे नहीं करना चाहिये? क्योंकि पूरी दुनिया में लोगों को बदलना एक जबरदस्त कार्य है। किंतु यह आपके लिये बहुत आसान है-यदि मैं कर सकती हूँ तो आप यह क्यों नहीं कर सकते? किंतु अपने संपूर्ण चित्त को इस पर लगायें कि, 'हम सहजयोग को कार्यान्वित करेंगे, अपने लिये नहीं, अपितु मानवता की भलाई के लिये।' हमें इसकी जरूरत है, हमें इसकी बहुत जरूरत है। आपकी करुणा, आपका प्रेम सब व्यर्थ हो रहा है, यदि आप केवल अपने परिवार के बारे में सोचते हैं-क्या फायदा है? लोग साक्षात्कार के पहले भी यही सब करते हैं। अत: अपने परिवार, अन्य सभी चीज़ों से पूरी तरह चिपकने का क्या फायदा है? आपको संपूर्ण विश्व से लिप्त होना चाहिये। अब आप संपूर्ण विश्व से संबंधित हैं, अब आप व्यक्तिवादी नहीं रहे। अब और नहीं! अब जैसा कि मैंने कहा है, बूँद सागर बन गई है। स्वयं को सागर के साथ एकरूप करिये। सागर सबसे निचला होता है, यदि आपने देखा हो, सबसे निचला, इतना कि शून्य बिंदू भी सागर से ही आरंभ होता है। सागर इतना नम्र है। यह निम्नतम बिंदू पर रहता है, किंतु सभी नदियाँ इसमें गिरती हैं तथा सागर आकाश में बादलों को भेजने का काम करता है तथा ये पुन: फटते हैं तथा वर्षा बनकर उसी सागर में पुन: गिरते हैं। वे उसी सागर के पास पुन: लौटते हैं। अत: जो नम्र हैं वे अधिक लोगों को आकर्षित करेंगे। जो भले हैं वे बहुत सारे सहजयोगियों को आकर्षित करेंगे।

## क्रियाशील बनना

आपको पूर्ण हृदय से समर्पण करना होगा। मैं जो हूँ, वो मैं हूँ, मैं वह थी, मैं वह रहूँगी। मैं कम या ज़्यादा नहीं होने वाली। यह एक सनातन व्यक्तित्व है। यह अब आप पर निर्भर है कि आप मुझसे जितना संभव हो सके उतना प्राप्त करें। इस आधुनिक काल में अपने जन्म का सदुपयोग करें। अपनी पूर्ण

परिपक्वता तक विकसित हों। जो संपूर्ण योजना परमात्मा आपके माध्यम से कार्यान्वित करना चाहते हैं-उसके लिये समर्थ बनें। जैसे ही समर्पण आरंभ होता है आप क्रियाशील बन जाते हैं। उस पर पकड़ बनाये रखें। इसके लिये, मैं कहूँगी कि केवल ध्यान ही एक रास्ता है। हाँ, बौद्धिक रूप से आप बहुत सी चीज़ें कर सकते हैं। आप बौद्धिक रूप से मुझे स्वीकार कर सकते हैं।

भावनात्मक रूप से अपने हृदय में आप मुझे समीप महसूस कर सकते हैं। किंतु ध्यान के माध्यम से, समर्पण करें। ध्यान समर्पण के सिवाय कुछ भी नहीं-यह 'पूर्ण' समर्पण है। अब आप कहेंगे, ''हमें क्या करना चाहिये?'' हर दिन स्वयं का सामना करें। यथार्थ में, देखें कि आप सांसारिक चिंताओं में कितना समय बिताते हैं और अपने उत्थान में कितना। क्या आपने हर चीज़, अपनी सभी चिंताऐं, सर्वशक्तिमान परमात्मा पर छोड़ दी हैं? क्या आप पूरी तरह से अपनी पृष्ठभूमि से बाहर आ गये हैं? मैं किस प्रकार दूसरों से संबंधित हूँ? मैं दूसरों के साथ किस प्रकार बात करता हूँ जो सहजयोगी लोग हैं?

अत: अब आलस्य करने का समय नहीं रहा। अब आपको उठना तथा जागना होगा। आज वह दिन है जब मुझे उम्मीद है कि आप निर्विकल्प में कूदेंगे। किंतु केवल प्रयास के द्वारा ही आप वहाँ ठहर पाएंगे, अन्यथा आप एक बार फिर नीचे फिसल जायेंगे। अत: इस भाषण को बार-बार पढ़ें, तथा इसके बारे में सोचे नहीं। यह मत सोचिये कि यह किसी और के लिये है, यह आपके लिये है। आप सबके लिये हैं; आपमें से प्रत्येक के लिये, तथा आप स्वयं के बारे में जानिये कि प्रतिदिन आप कितनी दूर जा रहे हैं।

हम प्रेम के इस संदेश को किस प्रकार प्रसारित करने वाले हैं? आप दो तरीकों से यह कर सकते हैं। आप कितना व्यक्तिगत रूप से इसे कर सकते हैं तथा आप कितना सामूहिक रूप से इसे कर सकते हैं। अत:, मेरा अगुआ लोगों के लिये एक सुझाव है कि कोई भी सुझाव जो लोगों से आपको प्राप्त हो, आप अवश्य ही स्वीकार करें। आप केवल एक अगुआ हैं। क्योंकि आपको मात्र एक-दूसरे से संचार करना है। आपको किसी पर हावी नहीं होना है; आपको कुछ ऐसा नहीं होना है कि आप किसी बात पर किसी व्यक्ति को

हुक्म दें। किंतु आपको मेरे तथा उनके बीच संचार व्यक्ति होना है। इस प्रकार अब आप देखें कि ये लोग आपको नये विचार देते हैं। उन्हे लिख लीजिये। मत सोचिये कि केवल आप ही हैं जिनके पास विचार हैं। उनसे विचार लें। हो सकता है वे आपको कोई ऐसी बात बतायें जिसे करना हो तथा इसे लिखा तथा रिकार्ड करना चाहिये कि, 'हाँ, यह कहा गया था। इसे किया जाना था।' तथा फिर जो भी संभव हो उसका अनुकरण करने की कोशिश करें, यदि आपको कोई शंका हो, आप कभी भी मुझे टेलीफोन कर सकते हैं तथा पता लगा सकते हैं। किंतु उन्हे इस गतिशीलता में जरूर शामिल करें। हर व्यक्ति इसमें शामिल हो।

## गती

जो शक्तियाँ हमारे पास हैं वह सहजयोग के लिये है। जैसे माँ के पास सहजयोग के लिये शक्तियाँ हैं वैसे ही हमारे पास भी सहजयोग के लिये शक्तियाँ हैं तथा जैसे वह करती हैं, हमें भी वैसे करना चाहिये।

किंतु इस प्रकार का मोह है; माँ सब कुछ कर रही हैं हम क्या कर सकते हैं? ऐसी बात नहीं है। आपको यह करना होगा। यह एक बहुत महत्वपूर्ण निर्लिप्सा है, जो मैं आपसे बता रही हूँ। इसे आपको स्वयं ही करना होगा। ऐसा नहीं है कि माँ करेंगी, आखिरकार वे सब कुछ कर रही हैं। यह सही है। एक तरह से यह सही है। किंतु आप यंत्र हैं...! अत: स्रोत भले ही हो, किंतु यंत्रों को काम करना होगा, हनुमान की भाँति आप यंत्र हैं तथा आपको कार्य करना होगा। हनुमान का दूसरा गुण है: वे समय से परे थे.....! वे हर काम अति शीघ्र करते थे। उदाहरण के लिये हम सहजयोग पर एक पुस्तक तैयार कर रहे हैं। पिछले १६ वर्षों से यह चल रहा है....। ''यह हो रहा है, माँ यह हो रहा है।'' इसके बाद हम सहजयोग के द्वारा ठीक हुये बीमार लोगों का विवरण दर्ज कराने की व्यवस्था करने की कोशिश कर रहे हैं। ''यह हो रहा है। बहुत बढ़िया। हो रहा है, हो रहा है।'' फिर हम रूस में सहजयोग फैलाने जा रहे हैं। ''हो रहा है।'' सभी राक्षस वहाँ पहले ही पहुँच गये हैं किंतु देवदूत अभी भी लगे हुये हैं। बड़े धैर्यवान। बड़े धैर्यवान देवदूत। इस प्रकार हनुमान

का एक गुण था कि वह एक फुर्तिले व्यक्ति थे। किसी व्यक्ति के काम करने से पहले ही वह कर डालते हैं।

ट्रेफेलगर तक जाना और नेपोलियन को हराना बहुत बढ़िया है। किंतु धर्म के क्षेत्र में, मैं सोचती हूँ कि लोग समय का महत्व नहीं समझते। हम देर करने में गुरु हैं तथा हमारे अंदर देर करने की आदत है। ''ठीक है, मैं टेलीफोन करूँगा, मैं पता लगाऊँगा, मैं करूँगा.... यह होगा।'' यह हमारी सबसे बड़ी कमी है। बेहतर होगा कि इसे जल्द किया जाये, तुरंत ही। वही समय इसे करने का है। किंतु अगले साल ''हम देखेंगे, आप जानते हैं, गणपतिपुले के बाद हम इस बारे में विचार करेंगे, हम चर्चा करेंगे तथा फिर हम बहस करेंगे, तथा ये फिर वो।'' जब आज हम हनुमान जी की पूजा कर रहे हैं तो उनके चरित्र के बारे में वह एक बात है जिसे व्यक्ति को समझना है कि हमारे अंदर वही फुर्ती होनी चाहिये। इसे अभी ही करना होगा, हम इसे एक ओर नहीं टाल सकते। हम पहले से ही बहुत पीछे चल रहे हैं।

परिणाम देखने के लिये आपको फुर्तीले लोगों की तरह बनना होगा। आप लोगों को फुर्ती दिखानी होगी। ना कि देर करना और ना अन्य चीज़ों से संतुष्ट होना अपितु सकारात्मक चीज़ों से, हम क्या कर रहे हैं.... वहाँ काम है और हमें काम करना है। अत: चित्त काम पर होना चाहिये और हम इसके बारे में क्या कर रहे हैं।

मैं बहुत खुश हूँ कि एक विडियो-फिल्म बनाने का सुझाव अमेरिका से आ रहा था। फिर अडचनें भी तो हैं। हमें कैसे पैसा मिलेगा, क्या होगा? आप केवल शुरु कर दें! आपको मिल जायेगा। आपके पास शक्तियाँ हैं। हर चीज़ ठीक ढंग से तालमेल में आ जाएंगी, हमें केवल इसे शुरु कर देना चाहिये।

किंतु यदि हम मानवीय तरीके से बर्ताव करें: पहले सोचना, फिर इसकी योजना बनाना तथा फिर इसे रद्द कर देना, इस तरह से बात नहीं बनेगी। हालाँकि यह हनुमान जी हैं जो हर समय पिंगला नाड़ी पर दौड़ रहे हैं। वह क्या करते हैं-वे हमारी योजनाओं को बिगाड़ देते हैं। क्योंकि बजाये उनके हम

पिंगला पर दौड़ते हैं। अच्छा तो ठीक है। आप इसे चला रहे हैं। मैं तुम्हे ठीक कर दूँगा। इस प्रकार वे हमारी योजनाओं को हर समय भटकाया करते हैं। इस तरह हमारी तमाम योजनायें असफल होती हैं। हम समय के बारे में, उन चीज़ों के बारे में जिनका कोई महत्व नहीं है, बहुत ध्यान देते हैं। किंतु हम सहजयोग में अपने समय, अपनी प्रगति के बारे में ध्यान नहीं देते। हमारे पास अवश्य ही लक्ष्य होने चाहिये, हमारा नियत समय होना चाहिये। ठीक है, इस समय तक हमें इसे प्राप्त करना है, किंतु इसे जितना जल्दी करें उतना बेहतर होगा। अन्य सभी चीज़ों को संभाला जा सकता है। किंतु यह आपका काम है। कोई और इसे करने वाला नहीं है। यह आपका कार्य है। आपको सहजयोग करना है। आपको इसे फैलाना है, आपको इसे एक स्तर तक लाना है, जब लोग इसे देख सकें। १८ वर्ष बीत गये हैं, यह १९ वाँ वर्ष है। अत: आज आपको साहस करना होगा, आपको बिना किसी भय के साहस करना होगा। सामूहिक रूप से तथा व्यक्तिगत रूप से-भूल जाते हुये कि क्या होगा। मेरा मतलब है कि आपको जेल नहीं होगी, आपको क्रूसारोपित नहीं किया जाएगा, उसके लिये निश्चिंत रहें। मेरा आशय यह है कि यदि आपकी नौकरी चली जाती है तो आपको दूसरी मिल जायेगी। तथा यदि आपको नौकरी नहीं भी मिलती तो आपको बेकारी-भत्ता मिल सकता है, ठीक है। अत: आपको बेकार की उन चीज़ों के बारे में चिंतित नहीं होना है, जिन्हे लेकर लोग बैठ जाते हैं और परेशान होते हैं, किंतु इस पर भी उन्हे काम मिलता है, वे अपना काम करते हैं....! आप जागरूक नहीं हैं कि आप देवदूत हैं, कि आपको यह करना है। इसके अलावा कुछ भी महत्वपूर्ण नहीं है।

मैं आशा करती हूँ कि आज की पूजा से वह उत्साह, वह साहसी स्वभाव आपकी पिंगला को चैतन्यित करेगा तथा इसके बारे में बिना अहंकार को महसूस किये, हनुमान जी की तरह बहुत ही नम्रतापूर्वक हम अपना कार्य करेंगे। .....कितनी गतिशीलता तथा कितनी विनम्रता-क्या मेल था वह। तथा उसे आपको प्रकट करना है। जितना कार्य आप करेंगे, उतना ही स्वयं को अधिकारपूर्वक जता पायेंगे। आपको पता चल जायेगा कि नम्रता ही

एकमात्र चीज़ है जो मदद करती है। आज्ञा पालन ही एकमात्र चीज़ है जिससे हमारे कार्य के जारी रहने में मदद मिलती है। और आप नम्र से नम्र बनते जायेंगे। किंतु आप यदि वह चीज़ हैं, ''मैं पहले ही यह हूँ,'' तो फिर बात खत्म। किंतु यदि आप जानते हैं कि यह परमात्मा ने किया है, परम चैतन्य सब कुछ कर रहा है। मैं केवल एक यंत्र हूँ, इसके बाद नम्रता आयेगी तथा आप एक प्रभावी यंत्र होंगे।

आपको वास्तव में इन मीडिया कर्मियों के पास जाना होगा; इन मंत्रियों के पास जायें और मिलें; प्रिन्स आफ वेल्स के पास जायें तथा उनसे मिलें, एक अन्य व्यक्ति के पास जायें, उनसे मिलिये, समितियाँ बनाइये, देखें कि आप क्या कर सकते हैं। इसमें अपना दिमाग लगाइये, हमें क्या करना है..... यदि आप परमात्मा का कार्य कर रहे हैं तो आपकी चिंताओं का भार उठा लिया जाता है। आपको किसी चीज़ की चिंता करने की जरूरत नहीं है, इन्हे ले लिया जाता है। किंतु यह स्व-प्रचार नहीं है, यह नहीं है, यह सामूहिक का प्रचार है। मुझे उम्मीद है कि आज आपने समझ लिया है कि आपके जीवन का सूक्ष्म पहलू क्या है, जो वहाँ है, जो प्रदर्शित हो रहा है, जिसे मैं स्पष्ट रूप से देख सकती हूँ तथा आप, आप सब अपने ध्यान में उसके बारे में जागरूक हो जायेंगे जो आपके अन्दर है।

यह सबसे बड़ी वह चीज़ है जिससे परमात्मा को खुशी होगी तथा परमात्मा आपकी देखभाल करेंगे, पूर्ण रूप से। उसी विश्वास के साथ, जैसे हनुमान जी, आपको आगे जाना होगा तथा इसे कार्यान्वित करना होगा।

## आंतरिक गतिशीलता

आजकल मैंने देखा है कि ऐसे लोग हैं जो सस्ती लोकप्रियता की चिंता करते हैं। मैं ऐसे लोगों को जानती हूँ जो दूसरों के लिये हर चीज़ करेंगे। यह करना, वह करना, परन्तु केवल सस्ती लोकप्रियता के लिये। उन्होंने इसे आवश्यक रूप से समझा नहीं है कि जो भी आप कर रहे हैं, क्या यह सस्ती लोकप्रियता के लिये है? आपको सहजयोग में कोई चुनाव नहीं लड़ना है,

आपको कोई चुनाव में मतदान नहीं करना है। किंतु प्रतिदिन क्या होता है, वह व्यक्ति जिसमें सहजयोग की गतिशीलता है, तुरंत हाजिर होता है। हर व्यक्ति जानता है। बोलने में नहीं, प्रभाव जमाने में नहीं, दिखावा करने में नहीं, सस्ती लोकप्रियता के पीछे दौड़ने में नहीं, किंतु अपने भीतर बढ़ने में-उसके लिये मैं कह नहीं सकती कि आपको क्या करना है। एक पेड़ कैसे बढ़ता है। खुद से ही। आप सहजयोग के जीवंत उदाहरण हो। अत: आप स्वयं के द्वारा कैसे बढ़ेंगे? स्वयं के द्वारा आप बढ़ेंगे-वह परमात्मा का दिया हुआ एक वचन है। किंतु इसे अन्तर्दर्शन तथा ध्यान के माध्यम से बढ़ने दें। और जिसे हम कहते हैं संपूर्ण समर्पण तथा भक्ति। उस दिन मैंने आपको 'श्रद्धा' शब्द के बारे में बताया था - यह मात्र प्रार्थना नहीं है, यह मात्र विश्वास होना नहीं है, किंतु श्रद्धा वह है जो आपके हृदय में है-उपलब्धि का आनंद : आपकी भाक्ति और समर्पण के माध्यम से, उसे श्रद्धा कहा जाना चाहिये। केवल उस चीज़ से ही यह कार्यान्वित होगा। किंतु आपको स्वयं पर विश्वास तथा सहजयोग पर विश्वास करना होगा।

जब आप किसी चीज़ को देखते हैं तो यह प्रतिक्रिया करती है। चीज़ों को देखने के मेरे ढ़ंग में अंतर यह है कि 'वह' कार्य करता है। जब मैं आपको देखती हूँ तो आपकी कुण्डलिनी प्रतिक्रिया करती है, जब मैं इस पर दृष्टि डालती हूँ तो यह चैतन्यित हो जाती है। कटाक्ष-कटाक्ष: हर नज़र; हर नज़र से वस्तु प्रतिक्रिया करती है। तथा निरीक्षण का अर्थ है, मैं जानती हूँ कि यह क्या है। मैं जानती हूँ कि यह क्या है। एक व्यक्ति को देखने मात्र से मैं जान जाती हूँ कि बात क्या है। एक वस्तु को देखने से मैं समझ जाती हूँ बात क्या है-'निरीक्षण'। किंतु पूरी बात स्मृति में है। जैसे हम जा रहे थे और उन्होंने कहा, कि वहाँ केवल काले पत्थर ही हैं। मैंने कहा, ''नहीं, वहाँ लाल पत्थर भी हैं।'' उन्होंने कहा, ''कहाँ? क्या आपको मालूम है?'' मैंने उन्हे पत्थर मिलने की 'एकदम सही' जगह बताई। उन्होंने कहा, ''आपको कैसे पता चला, माँ?'' मैंने कहा, ''हमने उस रास्ते को करीब आठ साल पहले पार किया था और मुझे पता था कि यहाँ लाल पत्थर हैं।'' अत: हर चीज़ जो मैं

देखती हूँ वह चैतन्यित हो जाती है और मैं यह ध्यान भी देती हूँ कि वहाँ क्या है और सही समय आने पर इस्तेमाल के लिये सब तैयार है।

किंतु मैं क्या करती हूँ? मैं क्या करती हूँ? मैं कुछ भी नहीं करती, मैं कुछ नहीं करती। मैं विचार नहीं करती। मैं योजना नहीं बनाती। हर चीज़ जो आप करते हैं, मैं नहीं करती। अत: जब आपके पास उस किस्म का स्वभाव हो तो आपको हैरानी होगी। गतिशीलता की मात्रा इसे कार्यान्वित करेगी। आपको एक जोशीला व्यक्ति (डायनेमो) बनाने की जरूरत नहीं है, यह आपके भीतर है। इसे कार्यान्वित होने दें।

## जी-जान लगा दें

आपको वचन देना होगा, ''माँ, हम उसी उत्साह से, उसी चित्त से काम करेंगे जैसा आप कर रही हैं, तथा स्वयं को स्थापित करने का प्रयास करेंगे।'' स्वयं को शांत करें, मौन रखें। हम बहुत बोलते हैं। बहुत बातें करते हैं, काम कुछ नहीं। उस शांत गरिमा में अपनी उर्जा को बचा कर रखें। आपको स्वयं के बारे में संपूर्ण विचार रखना होगा कि 'आप कौन हैं?' आपका यह समझना जरूरी है कि आप क्या करते आये थे, आपने इसके बारे में क्या किया है? बातें, बातें, बातें। इस तरीके से तो काम नहीं चलेगा। वातावरण अच्छा है, हर चीज़ बढ़िया है। भविष्य बहुत प्रफुल्ल लगता है, हर चीज़ एकदम ठीक है। किंतु हर चीज़ से परे सबसे प्रमुख है। आपकी माँ की इच्छा कि आप पूरे विश्व का उद्धार करेंगे। इस ओर आपका चित्त रखें। आपको दैवी-प्रेम ऋतंभरा प्रज्ञा के उन वनों के समान होना है जो चलते हैं, बोलते हैं, तथा गतिमान हैं।

हम भँवर में हैं। यह केवल एक शीतल बयार नहीं है; यह अब एक भंवर है। अत: हमें क्या करना चाहिये? हमें इनके साथ गतिशील होना पड़ेगा, उसी गति के साथ। हमें उसके जैसा होना होगा। अत: हम अपने भीतर देख सकते हैं कि हम गति के साथ चल रहे हैं, बाकी दुनिया नहीं। अब बात यह है कि हम कैसे इसके साथ चलें। इसे अपने अन्दर कैसे, निमग्न कर लें। इस प्रकार

की चीज़ें आपके लिये नहीं बनी हैं, क्योंकि आप साक्षात्कारी आत्मायें हैं, यह हो सकता है उनके लिये बनी हों, जो साक्षात्कारी नहीं है। आप समझें, मैं क्या कहना चाह रही हूँ। किंतु फिर भी मैं महसूस करती हूँ कि आपमें से कुछ लोगों को लगता है कि मैं अन्य लोगों के बारे में बात कर रही हूँ तुम्हारे बारे में नहीं। अब यह सोचें कि 'यह सब मेरे बारे में ही माँ बोल रही हैं, यह सब मैंने करना है। मुझे जिम्मेवार होना चाहिये।' आपके अन्दर जिम्मेदारी का यह भाव आना चाहिये कि 'हम भँवर में हैं तथा इस भँवर को पूरे विश्व में ले जाने के लिये 'मैं' जिम्मेदार हूँ; मैं इसके बारे में क्या कर रहा हूँ। केवल केन्द्र पर जाना और भेंट करना,' ठीक है? हम केन्द्र पर हो आये। लोगों को लगता है कि यदि वे केन्द्र पर जायें तो उन्हे सभी आशीष मिलने चाहियें। केन्द्र पर जाने के लिये उन्हें क्यों आशीर्वाद दिये जायें? किसी दयनीय जगह पर जीने की बजाये वे केन्द्र पर जा रहे हैं, जो एक स्वर्णिम स्थान है; अत: उन्हे आशीर्वाद क्यों दिया जाये, आखिरकार उन्हे पहले ही बहुत आशीर्वाद मिल चुका है। अथवा वे यह सोचते हैं कि ओह, हम सामूहिकता में रह रहे हैं। कितने लोगों से आपने प्रेम किया है। वास्तव में प्रेम किया है। ईमानदारी से हमें गिनना होगा। यह बहुत जरूरी है। फिर, हमने सहजयोग के लिये रचनात्मक ढ़ंग से क्या किया है। आप प्रसन्नता का अनुभव नहीं कर पायेंगे, जब तक कि आपने इस प्रकार की अथवा कोई अन्य चीज़ न की हो।

आध्यात्मिकता की यह बहुत विशेष शक्ति है। उनमें से कोई भी आपको यह कहने अथवा बताने में समर्थ नहीं हो सका कि कुण्डलिनी किस प्रकार जागृत की जाती है। अब आप सबको यह शक्ति प्राप्त हो गई है, जो कि कितनी दुर्लभ चीज़ है। आप सबको यह प्राप्त है। मैं किसी भी ऐसे व्यक्ति को नहीं देखती जिसके पास कुण्डलिनी जागृत करने की वह शक्ति नहीं है। आप स्वयं के साथ संतुष्ट नहीं हो सकते, हो सकते हैं किंतु यह कोई बहुत अच्छी बात नहीं है। यदि आपका सहस्रार खुला हुआ है और आप कुण्डलिनी जागृत करना जानते हो तो आप लोगों को साक्षात्कार देने का यथासंभव प्रयास करें। लोगों को आत्मसाक्षात्कार से ज़्यादा फायदा किसी भी चीज़ से मिलने वाला

नहीं है। दूसरे परोपकारों का कोई फायदा नहीं है; पैसे देना, यह देना-किसी काम का नहीं है। सबसे अच्छा है उन लोगों से मिलने निकल पड़ना जो अपना आत्मसाक्षात्कार चाहते हैं-तथा उन्हें साक्षात्कार प्रदान करना।

इस दिन मुझे केवल इतना कहना है कि अब इतने सारे वर्ष बीत गये हैं, मैंने बहुत कठिन परिश्रम किया है, दिन-रात तथा मेरी केवल यही इच्छा थी कि आप लोग इसे गंभीरता से स्वीकार करें तथा इसे कार्यान्वित करें। अपने साक्षात्कार को स्वयं तक सीमित न रखें। जितना संभव हो सके उतने लोगों को साक्षात्कार प्रदान करें-यह मेरे उपर तथा परमात्मा के उपर आभार होगा। बात केवल यही है कि आप दूसरे लोगों को साक्षात्कार देने का प्रयास करें। आप कभी भी कोई गलती नहीं कर सकते क्योंकि कुण्डलिनी जानती है। वह आपको जानती है, वह जानती है कि आप आत्मसाक्षात्कारी आत्मा हैं। वह आपका आदर करेगी। यहाँ तक कि आप गलतियाँ करेंगे तो भी वह इसे ठीक करेगी तथा वह आपकी सहायता करेगी हर प्रकार से।

मैं मात्र एक गृहणी हूँ जिसके पास किसी का भी सहारा नहीं था। किंतु मैं विश्वस्त थी कि यह मेरा काम था कि किस प्रकार सहस्रार खोला जाये। जो भी यह है-बाहर से, कोई बात नहीं-सहस्रार खोलने का तरीका ढूँढना मेरा काम था, जो मैंने किया। अब आप भी वह जानते हैं। अत: यह आपका काम है। तथा वैज्ञानिक अब आपके पास प्रश्न पूछने आयेंगे क्योंकि वे जानते नहीं है कि वे जिस चीज़ के बारे में बात कर रहे हैं वह तो वही चीज़ है जो हम पहले से ही कर रहे हैं। इस प्रकार आप इतने शक्तिशाली हैं, सब के सब। किंतु आपमें से कितने लोग वाकई में यह कार्य कर रहे हैं, यही मुख्य बात है। आज एक बहुत महत्वपूर्ण दिन है। मैं आपको बताना चाहती हूँ कि आपको हाथों को मजबूत करना होगा। कहा जाता है कि देवी के एक हजार हाथ हैं, किंतु वे एक हजार हात भी अब यह चाह रहे हैं कि आप अपने दो हाथों के साथ आयें और इसे कर्यान्वित करें। यह बहुत महत्वपूर्ण है जो आपको करना है। इस विश्व में हर प्रकार कि समस्यायें अज्ञानता की वजह से आती हैं, चाहे वह राजनीति हो या कोई अन्य समस्या। यह किस प्रकार सुलझती है, यह भी

अपनी दैवी शक्ति के साथ सुलझा सकते हैं।

आपका आदर्श मुझे होना चाहिये। यदि आप एक संत की भाँति आचरण करें तो आपका बहुत आदर किया जायेगा। संत को अन्दर तथा बाहर से संत की भाँति होना चाहिये। वह व्यक्ति जो इस प्रकार का आचरण करता है, वह चमकता है, तथा हर व्यक्ति जानता है, ''ओह! यहाँ एक महान संत आया है,'' आपको उसके लिये एक बहुत अमीर आदमी नहीं बनना। आपको एक बड़ा राजनेता अथवा एक बड़ा मंत्री नहीं होना; कुछ नहीं। एक आम आदमी भी पूरी चीज़ को व्यक्त कर सकता है।

अत: मैं सोचती हूँ कि इस विश्व को बेहतर करने का एक तरीका यह हो सकता है कि आप सभी लोग जिम्मेदारी ले लें। आप यात्रा करने की कोशिश करें। अब कुछ लोग यात्रा करें। जाईये, कुछ केन्द्रों को स्थापित करें, उसकी देखभाल करें। फिर किसी अन्य जगह जायें, उस केन्द्र को स्थापित करें तथा देखभाल करें। अब जंगपुरा अथवा किसी जगह एक केन्द्र स्थापित करें। आने का प्रयास करें। बाजार की जगह पर कुछ परचें वितरित करें। कुछ लोगों को इकट्ठा करें, इसे स्थापित करें। वे थोडे लोग ही हैं जो काम कर रहे हैं। यह कोई तरीका नहीं है। आपमें से हर एक पूर्ण का अभिन्न अंग है।

इस प्रकार, आपको उन इलाकों में जाना है, जहाँ अभी तक आप नहीं गये हैं। क्योंकि हमारे पास अश्वेत प्रजाति के बहुत लोग हैं, मैं सोचती हूँ अफ्रीका से। अत: मैं सोचती हूँ कि इसे कार्यान्वित करने के लिये अगले साल में अफ्रीका जाऊँगी। साथ ही हमारे पास अन्य बहुत सारे क्षेत्र हैं जहाँ मुझे लगता है हमें इसे कार्यान्वित करना है। यदि यह करूणा आपके अन्दर है तो फिर यह आपको बाध्य भी करेगी कि आप काम करें ताकि वे जो खोज भी नहीं रहे हैं-वे भी शांति पा सके।

# अध्याय पाँच

# प्रचार-प्रसार का धर्म

"हम सत्य के इस महान धर्म से संबंधित हैं।
अब आपको इस महा महायोग के लिये
जिम्मेदारी होना होगा।"

## संपदा एक मिथ्या है

सहजयोग में कंजूसी के लिये कोई जगह नहीं है, कोई जगह नहीं। कंजूसी एक छोटे दिमाग का लक्षण है। मैं नहीं कहती कि तुम मुझे रूपया-पैसा दो, किंतु यह सच है कि जिस ढंग से हम पैसों की ओर देखते हैं, जिस तरीके से हम इससे चिपके रहते हैं: भौतिक चीज़ें, भौतिक समृद्धि, भौतिक वस्तुएं, लिप्साएं। आपकी महानतम संपदा है आपकी माँ। उसके माध्यम से आपके अपने भाई-बहन हैं। आप संपदा की मिथ्या समझते हैं। आपकी शक्तियों की भी वही बात है, जो लोग अन्य लोगों पर इस्तेमाल करते हैं। जो लाग सहजयोग से पैसा कमाने की कोशिश करते हैं अथवा सहजयोग में एक प्रकार का विशेषाधिकार चाहते हैं, यह बहुत सूक्ष्म हो सकता है। यह बहुत दूरगामी हो सकता है। यह सूक्ष्मता इस सीमा तक चली जाती है कि मैंने देखा है कि लोग सहजयोग के नाम पर पैसा बचाने की कोशिश करते हैं। बात यह भी है कि ध्यान पैसों के उपर लगा हुआ है। रूपया-पैसा बनाने पर अथवा इसे बचाने पर। सहजयोग से कोई व्यवसाय निकाल लेना यह सब बेहूदगी है। किंतु यदि आप ऐसा कहते हैं, तो मैं कहती हूँ, ठीक है, थोडी देर चल कर देख लो-कोशिश कर लो। आपको मालूम हो जायेगा कि सहजयोग कोई व्यवसाय नहीं है। सहजयोगी साथ मिलकर काम कर सकते हैं, कोई व्यवसाय कर सकते हैं; किंतु सहजयोग कोई व्यवसाय नहीं है। यह परमात्मा का व्यवसाय है; जहाँ आपको जो भी कुछ आपके पास है उसे 'उर्जित' करना पडता है। किसी भी चीज़ से लिप्त न होते हुये। लिप्त नहीं होना। ऐसा कोई भी रूपया-पैसा देना नहीं है, किंतु अपना पूर्ण हृदय इसमें उडेलना है। यदि आप अपना पूरा हृदय इसमें नहीं उडेल सकते तो आप वह प्राप्त नहीं कर सकते।

यही बात सत्ता के संबंध में भी है। कुछ लोग सोचते हैं कि वे सहजयोगियों तक को वो वश में कर सकते हैं, उन्हे नियंत्रित कर सकते हैं। ऐसे लोग सहजयोग से बाहर फैंक दिये जाते हैं-पूर्ण रूप से। आपको प्रेम की शक्ति का आनंद लेना चाहिये, ताकि लोग आपको अपने रक्षक, अपने सहायक, अपने सहारे, अपने मित्र के रूप में देख सकें। बजाये कि उस

आदमी के रूप में जो एक प्रभुत्व जमाने वाला व्यक्ति है।

## उदारता

आप सबके लिये यह समझना जरूरी है कि जो भी पैसा आपने सेमिनार के लिये दिया है, वह पूर्ण रूप से, पूर्ण रूप से मानवता की भलाई के लिये उपयोग किया जा रहा है। हो सकता है यह (मानवता) सहजयोग में न आ सके किंतु इसका सहजयोगियों के माध्यम से लाभ उठाया जा सकेगा। अत: मैं आपसे निवेदन करूँगी कि आप कंजूस न हों। आपको मुझे पैसे देने की जरूरत नहीं है, किंतु आपका स्वभाव एक कंजूस की भाँति नहीं होना चाहिये। पैसा होने पर भी इसका फायदा न लिया जा सके तो इसका क्या लाभ? अत: आप सबको दान करना सीखना है, मुझे नहीं, अपितु उस संस्था को जिसे बनाने का विचार उन लोगों का है। ठीक है; जब मैं इसे चलाने योग्य लोग पा लूँगी तो मुझे ऐसी संस्था बनाने में कोई हर्ज नहीं है। क्योंकि हमें वह सब नहीं करना जो बाकि के मूर्ख लोगों ने किया है, तथा मैं आप सबसे अनुरोध करूँगी कि थोड़ा उदार बनें। उदारता हमारे कार्य के सामाजिक पक्ष के लिये होनी चाहिये, जिस पर ध्यान दिया जाना बहुत जरूरी है। वे धन की ओर इतने अभिमुख हैं कि वे बहुत ही कंजूस हैं। वे अपना पूरा का पूरा धन स्वयं पर ही खर्च करते हैं। किंतु दूसरों पर कुछ भी नहीं। उसे वह बचाने की कोशिश करेंगे। कोई अच्छा काम किया जाना है तो वे अपना धन बचा कर रखेंगे। किंतु अपने लिये वे सबसे बढ़िया शराब खरीदेंगे। वे सबसे अच्छी चीज़ खरीदेंगे। अपने लिये। किंतु दूसरों के लिये उनके पास कोई पैसा नहीं है। यहाँ तक कि जब उन पर बकाया हो तो भी वे पैसे बचाने की कोशिश करेंगे। वे उस समय भी पैसे बचायेंगे जबकि उन पर बकाया हो.....। कभी-कभी तो वे किताबें अथवा कोई भी अन्य चीज़ मुफ्त में पाना चाहते हैं जिसके लिये दूसरे लोग पैसा चुकाते हैं। कल्पना करें! आपके आत्मसाक्षात्कार के लिये मैं पैसा दूँ। मैं अपने पैसों से यात्रा करती हूँ तथा अपने पैसों से खुद की चीज़ें लेती हूँ। वे तो उस काम के लिये भी पैसा नहीं देंगे जो काम किया जा चुका है। मेरा मतलब यह है कि जो लोग कार्यक्रम आयोजित कर रहे हैं उन्हें

पेण्डॉल डालना होता है। मैं आपको साक्षात्कार मुफ्त में देती हूँ किंतु यह नहीं कि मैं आपके कार्यक्रम के लिये लगे पेण्डॉल के लिये भी पैसे दूँ।

कल आप कहेंगे, ''माँ, हमारा यहाँ आने और जाने का किराया भी दीजिये।'' मुझे कोई आश्चर्य नहीं होगा। ऐसे लोग बहुत कंजूस होते हैं। एक पाई भी वह देंगे तो सोचेंगे कि उन्हे पैसा वापस मिलना चाहिये। इसके अलावा उनके लिये कोई अन्य चीज़ अतिरिक्त की जाती है, तो उसकी तो कोई गिनती ही नहीं। केवल एक बात जो आप प्राप्त कर सकते हैं वो आपको मिलना ही चाहिये। किंतु जब देने की बात आती है तो वे शून्य हो जाते हैं। तथा ऐसे धन-उन्मुख लोग भयानक रूप से, असाधारण रूप से अमीर हैं। यह समझ में नहीं आता कि वे किस प्रकार अमीर हैं। क्योंकि उनमें उदारता नाम की कोई चीज़ नहीं है, न इस बात की प्राथमिकता तथा मर्यादा कि पैसा कहाँ खर्च करना है। इस बारे में आत्म-सम्मान नहीं है। कोई आत्म-सम्मान नहीं है। यह बहुत आश्चर्यजनक है।

यह सब अहंकार से आता है, जो आपको चीज़ों की प्राथमिकता देखने का अवसर ही नहीं देता। बहुत आश्चर्य की बात है। वे अपने उपर पैसा खर्च करेंगे, यह खरीदेंगे, वो खरीदेंगे। लेकिन सही काम करने के लिये उनके पास कोई पैसा नहीं है, यह बहुत आश्चर्य की बात है, जो हम बहुत से लोगों में देखते हैं, यहाँ तक कि सहजयोग में भी। जिस चीज़ का पैसा उन पर देय है, जो किसी चीज़ के लिये बहुत जरूरी है, किंतु वे पैसे नहीं देते। आप उस जगह पैसा नहीं बचा सकते जहाँ आत्मसाक्षात्कार आयोजन की बात है। यह घोर आश्चर्यजनक है कि ये लोग इस प्रकार बर्ताव करते हैं-ये सभी देश एक के बाद एक गरीब से और गरीब होते जा रहे हैं। पैसों के बारे में जितनी आप चिंता करेंगे उतनी मुश्किल आपके लिये बढ़ती जायेगी।

यह सच है कि मुझे पैसों की कोई जरूरत नहीं है। आपको पता ही है कि मैंने न जाने कितने हजार रूपये अपनी जेब से खर्च किये हैं। किंतु समस्या यह है कि कोई भी व्यक्ति यह समझना नहीं चाहता कि यह कितनी शर्म की बात है कि एक गुरू आपके लिये खर्च कर रहा है....।

सुषुम्ना का मध्य मार्ग उन लोगों के लिये है जो मध्य में हैं। वे लोग जिनकी अपने बारे में सही सोच है और जिनके पास अपनी सुबुद्धि है, ऐसे लोग बहुत उदार हैं। आप किसी भी गुरू को लीजिये, कोई सद्गुरु, किसी को भी लीजिये। नानक को लें, कबीर को लें अथवा तुकाराम को लें। तुकाराम के बच्चों ने उनसे कहा, ''आप हमारे लिये थोडे गन्ने ले आईये।'' अतः वे चल दिये और उनके मालिक ने, जिनके खेत की देखभाल वे कर रहे थे, उन्हे बहुत सारे गन्ने दे दिये। इस प्रकार वे घर लौट रहे थे रास्ते में तमाम बच्चे गन्ने माँगने लगे। उन्होंने सारे गन्ने दे दिये। वे घर आ गये। उनके पास अपने बच्चों के लिये एक भी गन्ना नहीं बचा! वे अति-उदारता से पीड़ित थे। वे इतने उदार हैं, आप कल्पना भी नहीं कर सकते। आप उन लोगों से पूछें जिन्होंने मुझे उस रूप में देखा है।

उदारता ही एकमात्र तरीका है जिससे आप दूसरों के प्रति अपने प्रेम को अभिव्यक्त कर सकते हैं। मैंने आपको पहले भी बताया है। आपकी सारी भौतिक संपदा तथा सारी चीज़ों का कोई अर्थ नहीं है जब तक कि आप अन्य लोगों के प्रति उदारता न दिखायें। किंतु यह गुप्त होनी चाहिये तथा पूर्ण रूप से मौन।

## आध्यात्मिक ऋण

यह समझना होगा कि आप सभी लोग पता लगायें कि सहजयोग में आने के लिये आप कितने जिम्मेदार रहे हैं। यह सच है कि आप सब सुरक्षित हैं, आप सब आशीर्वादित हैं, हर व्यक्ति ने वह पाया है जिसे उसने चाहा है। उनमें से अधिकांश लोगों ने। किंतु उनमें से कितने लोग इस ऋण को लौटा रहे हैं? कितने लोग साक्षात्कार अन्य लोगों को प्रदान करने के लिये काम कर रहे हैं? यह ऋण आप पर है किंतु यदि आपका चित्त 'अव्यवस्थित' है, यदि आपका चित्त साफ नहीं है, सामान्य नहीं है तो फिर आप एक 'आक्टोपस' की भाँति बन जाते हैं, आप इससे, उससे लिप्त हुये चले जाते हैं.....। आपको एक मुक्त पंछी की भाँति होना है। ये सभी 'लिप्साएं' आपको कहीं भी

ले जाने वाली नहीं है। आप केवल सहजयोग से लिप्त रहें तथा सतर्क रहें कि आपने स्वयं को जान लिया है। यदि आप केवल अपना मूल्य, अपना स्तर समझ लें तो मैं कह सकती हूँ कि हम इस विश्व को बदल सकते हैं।

सबसे पहले, आप स्वयं की निजी जिम्मेवारी अवश्य समझें कि आप सबने सहजयोग बिल्कुल मुफ्त में प्राप्त किया है, किंतु आप पर एक विशेष ऋण है तथा वह ऋण यह है कि आपने अन्य लोगों को साक्षात्कार प्रदान करना है। यदि आप इसे स्वयं के लिये रखते हैं और कार्यान्वित करने के लिये इसे केवल अगुआओं पर छोड़ देते हैं तो यह कभी भी कार्यान्वित नहीं होगा। कितने लेगों को आपने साक्षात्कार दिया है? आपको इसे गिनना होगा। क्योंकि आपकी उपलब्धि के एक निश्चित स्तर के उपर आप बहुत रचनात्मक, बहुत ही रचनात्मक बन जाते हैं। इस उम्र में भी मैं काम कर रही हूँ, किंतु मैं यह पाती हूँ कि एक बार आप साक्षात्कार पाने के बाद स्वयं में संतुष्ट हो जाते हैं तथा एक मठवासी की तरह बन जाते हो। हम मठवासियों तथा पुजारियों को नहीं रखना चाहते। हम क्या चाहते हैं? ऐसे सहजयोगी जो लोगों से सहजयोग के बारे में बाते करेंगे, सहजयोग को बढ़ायेंगे तथा और अधिक सहजयोगी बनायेंगे। अतः आपको गिनना होगा कि कितने सहजयोगी आपने बनायें हैं?

केवल आशीर्वाद ही हो और कोई कर्तव्य नहीं, 'आपने सहजयोग पर कितना धन खर्च किया है?' सबसे पहले आप एक प्रश्न पूछें, ''मैंने सहजयोग के लिये कितना समय दिया है? मैं कितना धार्मिक और गुणी व्यक्ति रहा हूँ? मैंने सहजयोग के लिये अच्छा नाम कमाने के लिये क्या किया है? मेरा निज़ी व्यवहार कैसा है? मैं कैसा रहता आया हूँ?.....'' आपको समय, पैसा-हर चीज़ आपकी नौकरी-हर चीज़ देनी होगी-हर चीज़ आपको छोडनी होगी....!

## चित्त

कुछ भी ठीक नहीं हो सकता जब तक कि आप अपने चित्त की

सूक्ष्मताओं को विकसित न कर लें; तथा तभी विकसित होती हैं जब आप अपना चित्त उन सभी चीज़ों से हटा लेते हैं जो जड़ हैं। जब भी आपका चित्त किसी विचार में बहुत जाये तो वहाँ से चित्त हटा लें; जैसे, 'ओह, इसे भूल जाओ।' किंतु परम चैतन्य में आप अपना पूरा चित्त लगायें, चैतन्य लहरियाँ देते समय अपना पूरा चित्त लगायें, अपनी स्वयं की चैतन्य लहरियों को देखते हुये पूरा चित्त लगायें, अन्य चीज़ों की चिंता करने की आपको कोई जरूरत नहीं है, उनकी देखभाल कर ली जायेगी।

आपका चित्त मुझ पर होना चाहिये और आप आज्ञा चक्र पर विचारों के निम्न अनुबन्धनों को कहें, ''हम कितने भाग्यशाली हैं कि हमें आत्मसाक्षात्कार मिला! हम सहजयोगी हैं। परमात्मा ने हमें चुना है। हम कैसे कार्य करेंगे यदि हम कमजोर बने रहें? आदिशक्ति ने पूरी मानवजाति का उद्धार करने की शक्ति हमें दी है। हम यह कर सकते हैं और हम इसे करेंगे।''

करुणा का अर्थ आज यह है कि लोगों को सहजियों में, अच्छे लोगों में बदला जाये। यह आदिशक्ति का प्रेम है। क्योंकि जो पैदा हुये हैं उन्हे एक न एक दिन मरना ही है। हमें निष्ठुर नहीं होना है, यह सही बात है, किंतु हमारा चित्त इस बात पर होना चाहिये कि हम कितने लोगों को साक्षात्कार दे रहे हैं।

अपनी उर्जा का उचित ढंग से उपयोग करें, स्वयं को उचित रूप से स्वच्छ करें तथा स्वयं को समर्पित करें। समर्पण के लिये आपको कुछ नहीं करना है, केवल अपने अहंकार और प्रतिअहंकार को छोड़ना है। इन बोझों को उतार दीजिये तथा ऐसा स्थान बनाये जो सहृदय हो तथा यह कार्यान्वित होगा। राक्षसों का संहार करना आसान है, किंतु भटकी हुई आत्माओं का क्या किया जाये? एक वर्ष तक हर चीज़ कार्यान्वित होगी, दो वर्षों के लिये भी हो सकती है। इसके बाद मैं उन्हे तबाह कर दूँगी। उसके पहले आप लोग तैयार रहें क्योंकि जब मैं तबाह करूँगी तो वे आप लोगों के पास दोबारा आ जायेंगे। अत: आप लोग इतने उच्च हों कि आप इस चीज़ से खत्म न हो जायें। मेरे लिये उन्हे खत्म कर देना। किंतु पहले तो वे अवचेतन में चले जायेंगे फिर वे आप पर पुन: आक्रमण करेंगे। अत: मैं चाहती हूँ कि वे लकवे, मधुमेह

तथा इसी प्रकार की चीज़ों के साथ जीवित रहें। तथा वे रहेंगे, वे मरेंगे नहीं। यह एक बहुत जबरदस्त कार्य है। तथा मैं चौबीस घंटे काम कर रही हूँ। मैं सोती नहीं हूँ तथा कोई आराम नहीं करती तथा आप यह जानते हैं। मैं उन खूबसूरत दिनों के दृश्य को बहुत स्पष्ट रूप से देख सकती हूँ जहाँ आप सब लोग एक साथ परमानंद मना रहे होंगे। जो मैं चाहती हूँ वह यही है कि हम बहुत सारे लोगों को शैतानी ताकतों के चंगुल से छुड़ा लें, जिसके लिये हमें समर्पित होना होगा। हमारा चित्त बहुत सारी निरर्थक चीज़ों पर है, भौतिकवादी चीज़ों पर। इसका कोई अंत नहीं है। थोड़े से ही संतुष्ट रहें। भौतिक रूप से भी आपकी देखभाल की जायेगी।

कोई ज़्यादा समस्या नहीं आने वाली। अत: ढ़ेर सारी चीज़ों के पीछे मत भागिये। इन चीज़ों में कोई दिलचस्पी मत लीजिये। यह सारा कबाड़ है। आपको प्रेममय तथा स्नेहयुक्त होना है। जब आप सत्य को छोड़ देते हैं तो आप पाषाण हृदय व्यक्ति बन जाते हैं। 'मेरी किसी भी चीज़ में दिलचस्पी नहीं है।' तो फिर आप जैसे पत्थर में भला किसकी दिलचस्पी होगी। आप ही नींव हैं, तथा आपके बच्चे आपके बारे में बात करेंगे, न कि इनके जैसे भयानक लोगों के बारे में। आपको प्रेम, स्नेह का आदर्श बनना है, प्रभुत्व तथा ऐसी बेवकूफियों का नहीं। आप सभी लोग प्रथम सहजयोगी होंगे। आप ही वे लोग हैं जो जीवन के प्रति पूर्ण धारणा को बदलेंगे। नये विचारों का निर्माण करना है। क्या आप लोग अपनी जिम्मेदारियों के प्रति जागरूक हैं?

## शांती

इस प्रकार सहस्रार का खुलना उत्क्रांतिमूलक प्रक्रिया का सबसे महत्वपूर्ण हिस्सा था। अन्य उत्क्रांतिमूलक प्रक्रिया मानव को किस स्तर तक लाई हैं? हमने युद्ध किये, हमने हर तरह के मूर्खतापूर्ण क्रिया-कलाप किये, जिससे हमने सचमुच में, बहुत से देशों को, बहुत से लोगों को बर्बाद कर दिया। अब जब आप उस सर्वव्यापक शक्ति से जुड़ गये हैं, यह एक युद्ध, एक निर्मल शक्ति है, पूर्ण रूप से शुद्ध शक्ति है, जो आपको पूर्ण भावना, पूर्ण

समझ प्रदान करती है कि आपको किस प्रकार गतिमान होना है, आपको कैसा होना है, आपमें क्या होना चाहिये। यही वह चीज़ है जिसे आत्मसाक्षात्कार कहा जाता है। किंतु मैं तो यह कहूँगी कि आत्मसाक्षात्कार उससे भी आगे की शक्ति है। यदि आपका मस्तिष्क ज्ञान से, वास्तविक ज्ञान से समृद्ध होता हो, फिर भी कुछ अन्य चीज़ें ऐसी हैं जो आपमें होनी चाहिये, तथा सबसे महत्वपूर्ण चीज़ है कि आपको पूर्ण रूप से जागरूक होना है। मैं पुनः कहूँगी शब्द 'जागरूक'। विश्व की 'वैश्विक रूपांतर' की इस बड़ी योजना में आप कहाँ खड़े हैं-इसके प्रति जागरूकता। आपकी क्या स्थिति है? इस वैश्विक रूपांतर के लिये आपसे 'क्या उम्मीद की जायें?' आपकी क्या स्थिति है? आप कहाँ खड़े हैं? आपके द्वारा कौनसा कार्य किया जाने वाला है? अब यह आपके उपर बाध्यता है कि, ''मुझे कुछ करना है।'' जब यह बाध्यता आप पर कार्य करना शुरू करती है, जो डरावनी नहीं है, जो कष्टप्रद नहीं है, अपितु बहुत शांतिपूर्ण तथा आनंदपूर्ण है। जो कहती है, 'मुझे यह देखना है कि अन्य लोग भी स्वयं को जानें।' अतः उन्हे जानने के लिये सबसे पहले आप सब स्वयं के चक्रों को अवश्य जानें। ऐसे बहुत से लोग हैं जो अपना साक्षात्कार पाते हैं, मैं तुरंत जान जाती हूँ, किंतु वे अपने चक्रों के साथ व्यवस्थित नहीं हो पाते। उन्होंने अपने चक्रों को समझना होगा कि उनके चक्रों में समस्यायें क्यों हैं। उन्हे पता चल जायेगा कि उन्हे समस्यायें हैं, किंतु फिर भी वे इन पर ध्यान नहीं देते, इन्हे देखते नहीं और यूँ ही चले जाते हैं। उनके लिये यह एक प्रकार से 'यूँ ही' वाली बात है, कहना चाहिये। ये समस्यायें मेरे अन्दर है-कोई फर्क नहीं पडता! किंतु जहाँ तक मैं सहजयोग कार्यान्वित कर रहा हूँ, वहाँ पडता है। यह केवल अन्य लोगों के लिये नहीं है, अपितु आपके लिये भी है। यह जरूरी है कि आप अपने चक्रों को ठीक करें। यह आपके लिये सबसे जरूरी चीज़ है, फिर इसके बाद आपको आत्म-ज्ञान मिलेगा। इस अर्थ में कि आप जानेंगे कि क्या दोष हैं, कहाँ दोष हैं, मैं क्या गलत कर रहा हूँ, मुझे क्या करना चाहिये? जब आप इसे ठीक करते हैं, जब आप उन केन्द्रों को ठीक करते हैं तब चेतना, मैं कहूँगी कि उन सभी चीज़ों के बारे में पूर्ण रूप से प्रबुद्ध होगी। यह एक जबरदस्त चीज़ है। यह बहुत

जबरदस्त है क्योंकि यदि आपको इस पागल दुनिया को एक समझपूर्ण चीज़ में बदलना है तथा यदि हमें उन सबको आत्मसाक्षात्कार देना है तो इस कार्य की कल्पना करें।

यह कितना महान कार्य है। हमें इस कार्य को करने के लिये कितने लोगों को जरूरत पडेगी। किंतु यदि आपकी इच्छा शक्ति इस बारे में दृढ़ है, तो आप इसे करने के लिये बाध्य महसूस करेंगे। किंतु सामान्यत: हम अपने घरों को चलाने के लिये, पैसा कमाने के लिये, यह करने के लिये वह करने के लिये बाध्य होते हैं। वह आप कर सकते हैं। किंतु आपके जीवन का मुख्य उद्देश्य लोगों को बदलना है तथा इसे कार्यान्वित करना है। यह बदलाव वैश्विक शांति के लिये है।

मैं नहीं जानती कि इसकी भविष्यवाणी की गई थी कि नहीं कि एक संपूर्ण परिवर्तन घटित होगा। किंतु उन्होंने परिवर्तन की बात की थी। मैं उस पहलू के बारे में नहीं जानती तथा मैं अपने दिमाग को परेशान नहीं करती कि कितने लोग परिवर्तित हो रहे हैं। किंतु परिवर्तन के बाद आपको अवश्य ही स्थिर होना है। सबसे पहले आप देखें क्या आप एक शांत व्यक्ति हैं। क्या आपके हृदय में शांति है। यदि आपके हृदय में कोई शांति नहीं है तो फिर आप एक सहजयोगी नहीं हैं। यदि आप उत्तेजित हो जाते हैं तथा यदि आप लोगों पर चिल्लाना शुरू कर देते हैं तो इसका अर्थ है कि आप एक सहजयोगी नहीं है। आपको एक शांत, बहुत ही शांत स्वभाव का होना चाहिये। यह बहुत ही जरूरी है। अब उस शांति के साथ जो चीज़ होनी चाहिये वह है शुद्ध करूणा। जो आप कर रहे हैं वह कुछ खास आपके फायदे के लिये नहीं है, अपितु इसलिये कि आप दूसरों का भला करने, उन्हे परिवर्तित करने के लिये इस बल से बाध्य होते हैं। यह महानतम भलाई है जो आप दूसरों के लिये कर सकते हैं, कि उनके दिमाग ठीक हो जायें, वे अपनी बीमारियों से मुक्ति पा लें, वे अपनी समस्याओं से निजात पा लें। प्रथम और सबसे महत्वपूर्ण चीज़ जो होती है वह यह कि वे दूसरों को परिवर्तित करने की शक्ति पा लेते हैं। जब आपके पास दूसरों को बदलने की शक्ति है तो फिर आप इसे व्यर्थ में न जाने

दें। आप इसे खुद के लिये इस्तेमाल न करें, इसका अर्थ है कि प्रगति पूर्ण नहीं हुई है। आप इसकी चर्चा अवश्य करें। आप इसके बारे में अवश्य ही बात करें तथा इसे आप अवश्य ही कार्यान्वित करें। जहाँ तक सम्भव हो, इसे कार्यान्वित करें। यह वह रास्ता है जिससे हम लोगों को वैश्विक स्तर पर फैला सकते हैं, जिनका संपूर्ण परिवर्तन हो सकता है। हमारी सभी समस्यायें, चाहे भारत में हों अथवा कहीं भी, मनुष्य के कारण ही हैं। क्योंकि वे प्रबुद्ध नहीं हुये हैं। समझें कि, यदि आप प्रबुद्ध हैं तो आपको किसी झगड़े अथवा किसी लड़ाई इत्यादि किसी की समस्या नहीं होगी। यदि आप प्रबुद्ध हैं तो आप दूसरें लोगों के बारे में सोचेंगे। दूसरें, जैसे वे आपके अपने हों। अपने दिमाग को उनकी चिंता में लगाईये। आप अपने बारे में ही सोचते नहीं रह सकते। यदि आप प्रबुद्ध हैं तो आपके दिमाग में किसी प्रकार के फसाद का कोई प्रश्न ही नहीं उठता। आजकल, धर्म के नाम पर, हर चीज़ के नाम पर, कितनी हिंसा व्याप्त है। यह हिंसा आसानी से ठीक की जा सकती है, यदि वे सभी लोग सहजयोगी बन जायें। सोचिये, यदि वे सारे लोग सहजयोगी बन जायें तो वे किस बात पर लड़ेंगे? इस प्रकार के सब धर्मों के उपर सहजयोग का धर्म है तथा फिर धर्म के ये सभी झगड़े समाप्त हो जाएंगे।

एक सहजयोगी होने के नाते हमारी सारी गतिविधियाँ, मुझे कभी नहीं लगा कि वे इतनी महत्वपूर्ण हैं। हमें बहुत सा समय देना होगा। मूर्खतापूर्ण, उथली चीज़ों के बारे में चिंतित न होते हुये अपितु किसी ऐसी गंभीर चीज़ के लिये, जो हमारे अन्दर और बाहर है, उसे अवश्य ही बाहर लाया जाना चाहिये। यदि मैं आपसे पुछूँ, ''आप कितने लोगों से घृणा करते हैं? आप कह सकते हैं २० लोगों से तथा .....(लंबा ठहराव), आप समझने का प्रयत्न करें, पूरा का पूरा वातावरण मुझे ऐसी मनोव्यथा से भर देता है कि मुझे तो समझ ही नहीं आता हम सहजयोगी क्या करने वाले हैं। उनकी क्या योजनायें है। क्या आप अपने भीतर झांकेगे कि कौनसे रचनात्मक कार्य हम कर रहे हैं तथा कौन से विध्वंसक कार्य हम करते आये हैं। आपको इस बात को समझने के लिये एक जोरदार झटके की जरूरत है।

जिस तरह से हमारे कार्यक्रम एवं पूजायें होती हैं, मैं उससे खुश हूँ, किंतु यदि आप मेरे अंतर्मन से पूछें, तो मेरा मन बहुत ही, बहुत ही दुःखी है। इस समय एक सहजयोगी होने के नाते आपको क्या करना चाहिये.....(छोटा ठहराव) .... आप समजें कि सहजयोग के साथ मुश्किल यह है कि आप आनन्द लेना शुरू कर देते हैं तथा इसके बाद आप आसपास नहीं देखते की क्या हो रहा है।

मुझे अब आपको जरूर बताना है कि मैं मिथ्या.....(धीमा अंतराल) के बीच युद्ध में हूँ, यह एक क्षेत्र है-मैं नहीं जानती कि मुझे क्या कहना चाहिये-हमारे अन्दर अभी भी एक प्रकार का दोष है, जिससे हम लड़ने की कोशिश नहीं करते। मैं आप सब लोगों से अब अनुरोध करूँगी कि आप सब लोग स्वयं के बारे में ध्यान करें तथा स्वयं देखें कि कहाँ गलती है। यह एक बड़ा झटका है, तथा इस झटके को कम करने लिये सहजयोगी क्या कर सकते हैं?

वे क्या कार्यान्वित कर सकते हैं जिससे मानवीय जीवन के भयानक तरीके खत्म हो जायें?

यह प्रेम की शक्ति से संभव है, आप कर सकते हैं। किंतु हमें वह शक्ति अपने हृदय में अवश्य ही विकसित करनी चाहिये। यह अब हम सबके लिये एक बड़ा सबक है कि हम स्वयं को परखें-क्या हम ठीक हैं? अथवा हम दूसरों से घृणा लिये चल रहे हैं? हमारे मन का क्या कार्य है? क्या यह प्रेम करता है अथवा घृणा? यह प्रेम, यदि यह आपको प्रबुद्ध करता है तो आपको आश्चर्य होगा कि आप मेरे लिये कितनी बड़ी ताकत होंगे। मैं अकेले पूरी चीज़ से नहीं लड़ सकती। मुझे ऐसे लोग चाहियें जो वाकई में अपना प्रेम विकसित कर सकें और इसके सिवाय कुछ भी नहीं। अब हम सबके लिये यह एक चुनौती है; पूरे विश्व में सभी सहजयोगियों के लिये यह केवल मानने वालों और न मानने वालों की तथा सहजयोगियों और गैर सहजयोगियों की लड़ाई नहीं है। किंतु यह एक ऐसी लड़ाई है जहाँ हम सब एक हैं तथा हम इससे लड़ेंगे।

हमें प्रत्येक चरण पर और भी सूक्ष्म होना है। आज इस बिंदु को देखना बहुत ही जरूरी है कि कहीं हम उसी शैतानी चीज़ के अंग-प्रत्यंग तो नहीं है जो कार्यान्वित है? अथवा हम उससे मुक्त हैं तथा इससे लड़ने के लिये तैयार हैं? यह एक बड़ी लड़ाई है तथा मुझे उम्मीद है कि यह निर्णायक है। .....इसके बाद मानव-जाति पर कोई भी क्रूरताएं नहीं होगी, कोई लड़ाई नहीं, क्योंकि यह राक्षसों और हमारे बीच की लड़ाई है। यह सामान्य नहीं है। तथा इसकी व्याख्या करनी होगी, उनको भी समझाना होगा जो शैतानी ताकतों के समर्थक हैं। एकमात्र चीज़ आप कह सकते हैं, ''माँ, हम कैसे जानेंगे कि कौन विरोध में है और कौन नहीं?'' आप जानकार हैं, आप सहजयोगी हैं, आप जानते हैं कि कौन गलत पक्ष की ओर है। मैं जानती हूँ कि सहजयोगी बचा सकते हैं तथा उन्हे सही रास्ते पर ला सकते हैं, ज्ञान के तथा प्रेम के। किंतु शैतान के प्रचार से, जो विद्यमान है, सावधान रहें।

मैं आपके हृदय के गहनतम भाग को छूना चाहती हूँ, जिसे सामंजस्य स्थापित करना चाहिये। मुझे विश्वास है कि आप आने वाले खतरे के परिणाम को समझेंगे। हो सकता है, हो सकता है कोई मानव बचा हुआ न मिले, हो सकता है कोई बच्चे भी बचे हुये न मिलें, क्योंकि यदि इस प्रकार चीज़ कार्यान्वित हो रही हो तो यह बहुत मुश्किल है बहुत ही मुश्किल है। मेरा पूरा अस्तित्व डगमगा जाता है, विचलित हो जाता है, आप जीवन के हर कोने में झांक कर देखें: कहाँ यह बात हो रही है? कहाँ लोग क्रूरता की बातें कर रहे हैं? क्या हो रहा है? जो भी मेरा विचार है-वह किसी एक अथवा दो नहीं अपितु, हम सबके बारे में है। जिस लड़ाई का सामना मैं कर रही हूँ वह एक गंभीर प्रकृति की है, इसमें कोई संदेह नहीं है। किंतु यदि आप सब मिल कर लड़ें, तो कितना कुछ हम कार्यान्वित कर सकते हैं! मेरे पूर्ण प्रयत्न, समझ, शक्तियाँ हर चीज़ अब आपके हाथों में है, तथा यही वह है जिसके लिये आपको तैयार रहना है। मात्र इसके बारे में पढ़ने से, अथवा बोलने से नहीं, अपितु प्रेम की शक्ति का अपने अन्दर निर्माण करके। मैं आश्वस्त हूँ कि सहस्रार के खुलने से आप करेंगे। किंतु प्रेम की शक्ति से कुछ समझने के लिये

कुछ पड़ने की कोशिश करें। यह एक बहुत ही गहन विषय है, तथा जब आप इसके बारे में बात करते हैं, मैं आधी अंदर और आधी बाहर रहती हूँ। मुझे आपको बताना है कि आप सब इसे विकसित करें तथा केवल वही (प्रेम की शक्ति) इन 'शैतानी ताकतों' के विरूद्ध एक ताकतवर प्रतिरोध का रूप लेगी।

मेरे संपूर्ण आशीर्वाद आपके साथ हैं, तथा मैं चाहती हूँ कि आप सब व्यक्तिगत रूप से इसे कार्यान्वित करें। आप कितने लोगों से प्रेम करते हैं, कितने लोगों से, इसका आप पता लगायें।

मुझे उम्मीद है कि आप लोग समझ गये होंगे कि मैं जो चाहती हूँ वह आपको करना है। एक नई पीढ़ी आ रही है। आप सब, आप सभी लोग मेरे हृदय में हैं। मैं आपसे बहुत प्रेम करती हूँ। मैं चाहती हूँ कि आप लोग एक सैनिक के रूप में लड़ने के लिये मेरे साथ आयें। मुझे बताया गया है कि ऐसे कुछ लोग हैं जो समूह बना रहे हैं। यह एक बहुत ही गलत बात है। इस समय हमें जिस चीज़ की जरूरत है वह है पूर्ण एकता। इसलिये इस तरह के सभी लोगों से कह दें कि जरा ढ़ंग से रहें। उन्हे सहजयोगी बनाने का कोई फायदा नहीं है। यह मेरी हार्दिक इच्छा है कि आप वाकई में प्रेम और शांति के सैनिक बनें क्योंकि उसी कारण से आप यहाँ हैं, आप उसी के लिये यहाँ पैदा हुये हैं। अत: आनंद उठायें।

## धर्म

आप उस हर चीज़ का आदर करते हैं जो सुंदर है, आप उस हर चीज़ का आदर करते हैं जो अच्छी है। किंतु आप किसी भी चीज़ की पकड़ में नहीं हैं। यदि मैं चाहूं तो मैं एक सोने की चेन पहन सकती हूँ और चाहूं तो कुछ भी नहीं। मुझे परवाह नहीं है। यही स्वभाव होना चाहिये। यदि है तो ठीक है, यदि होगा तो भी ठीक है। कोई भी चीज़ मुझ पर हावी नहीं हो सकती। कोई भी चीज़ मुझे पद नहीं दे सकती। मैं खुद अपने पद पर, अपनी स्थिति पर तथा अपनी शक्ति पर खड़ी हूँ। क्योंकि मैं वह युद्ध चेतना हूँ। मुझे कोई भी चीज़ खराब नहीं कर सकती। कोई भी चीज़ मुझे गिरा नहीं सकती। न ही मैं किसी

चीज़ को स्वयं के द्वारा वश में करने देती हूँ। इसी तरह हम महान गुरू होने वाले हैं। कल्पना करें कि यहाँ ६२० लोग हैं और एक ही गुरू पुरे विश्व को बदलने के लिये काफी है। ६२० गुरूओं से तो परमात्मा ही जाने क्या हो सकता है।

आप सभी को आत्मसाक्षात्कार मिला है; आपके पास दूसरों को साक्षात्कार देने के लिये पूरा ज्ञान है। आपके लिये यह जानना बहुत जरूरी है कि पहले ही आपके पास क्या है। क्योंकि यदि आप इसे अपने हाथ में नहीं लेंगे और दूसरों को साक्षात्कार देने का प्रयत्न नहीं करेंगे तो सर्वप्रथम आपको स्वयं पर विश्वास नहीं होगा दूसरा आपके अन्दर आत्मसम्मान भी नहीं होगा। दूसरी बात यह है कि आप दूसरे व्यक्तियों को चैतन्य लहरियाँ दें, किंतु उन लोगों से लिप्त न हों। मैंने देखा है कि कुछ लोग ज़्यादा ही लिप्त हो जाते हैं। यदि वे एक व्यक्ति को साक्षात्कार देते हैं तो सोचते हैं कि उन्होंने एक बड़ा काम कर दिया है और वे उस व्यक्ति, उसके परिवार, उसके संबंधियों पर कार्य करना शुरू कर देते हैं। अत: जहाँ तक आपने सीखा है कि भले ही वह संबंधी हो, कितना भी नजदीकी क्यों न हो किंतु जरूरी नहीं है कि उसके पास साक्षात्कार का उतना ही मौका होगा। उन्नति का एकमात्र रास्ता है सामूहिकता, इसके अलावा और मार्ग नहीं है।

यदि आप अपने बच्चों को बचाना चाहते हैं तो आपको स्वयं ही एक आदर्श गुरू बनना होगा। यदि आप मात्र सहजयोग की बात करते हैं और समझते हैं कि आप एक सहजयोगी हैं और बगैर इन शक्तियों को अपने अंदर जागृत किये सहजयोग का प्रचार भी करते तो भी इसका कोई फायदा नहीं है। इस प्रकार हमें देखना है कि हम अपने अंदर इन शक्तियों को कैसे विकसित करें।

गुरू पूजा के इस दिन मुझे अब यह कहना है कि आपको बहुत कठिन, बहुत कठिन परिश्रम करना है। परम आवश्यक बात यह है कि सहजयोग के प्रति आपने अपने जीवन की, अपने समय को कितना समर्पित किया है। केवल तभी आप गुरू के उस पद को प्राप्त कर सकेंगे। मुझे देखिये मैं एक

गृहणी हूँ। मेरी अपनी पारिवारिक जिम्मेदारियाँ, समस्यायें हैं किंतु इसके बावजूद मैं हर समय सहजयोग की बात करती हूँ, सहजयोग की तथा उन सारी चीज़ों की जिनका संबंध संपूर्ण विश्व के मानव के उद्धार से है। बात केवल यहाँ और वहाँ की नहीं संपूर्ण विश्व की है। यह आपका विस्तृत दृष्टिकोण होना चाहिये। केवल आपके स्कूल, कालेज अथवा विश्वविद्यालय के लिये ही नहीं, अपितु आपका एक विस्तृत दृष्टिकोण होना चाहिये। इसे आपको हर प्रकार की परिस्थितियाँ, अपनी हर समस्याओं को हल करते हुये विकसित करना चाहिये। एक बार यह व्यक्तित्व आपका हो जाये तो आपको आश्चर्य होगा कि आप कितने सारे लोगों की मदद कर सकते हैं। मैं जानती हूँ कि यहाँ ऐसे बहुत सारे लोग हैं जो प्रशंसा के लायक हैं। मैं सचमुच उनसे प्रेम करती हूँ और वे भी मुझसे प्रेम करते हैं। किंतु व्यक्ति को हमेशा यह देखना चाहिये कि चूँकि आप गुरु बनने जा रहे हैं तो आपको सावधानी की जरूरत है कि आप यह न सोच लें आप एक गुरू हैं। आप कभी भी पहले से ही न सोच बैठें कि आप एक गुरु हैं। जैसे ही आप सोचते हैं कि आप एक गुरु हैं तो आपका अहंकार बढ़ने लगता है। जैसे ही आप निर्णय कर लेते हैं कि, 'मैं कुछ नहीं हूँ, मैं अपनी माँ के हृदय में एक छोटी सी लहर हूँ।' यदि ऐसी विनम्र भावना आपके अंदर आये तो आपकी सभी समस्यायें सुलझ जायेंगी और चीज़ें घटित होंगी। क्योंकि आपका चित्त तथा आपका व्यवहार ही लोगों को प्रभावित करेगा, बाकी कुछ नहीं। जो भी आप आजमा कर देख लें, आप ही सहजयोग को आगे ले जाने वाले हैं।

मैंने ऐसे लोगों को देखा है जो इतने धर्मान्ध हैं कि वे गैर-सहजयोगियों से मिल भी नहीं सकते। वे गैर-सहजयोगियों से मिलने में हर समय डरे-डरे रहते हैं। यह सच है कि आपको ऐसे लोगों से मिलने की जरूरत नहीं है जो शैतान हैं, जो सहजयोग के विरुद्ध हैं, इसके विरुद्ध बाते करते हैं। किंतु जो सत्य के खोजी हैं उनके पास जाना हमारा कर्तव्य है। बहुत से लोग उस स्थिति तक पहुँच गये हैं जहाँ यह बात उनके मस्तिष्क में स्थापित हो गई है। उस समय हम धर्म से परे 'धर्मातीत' हो जाते हैं अर्थात धर्म हमारा अभिन्न अंग हो

जाता है जिसे हम छोड़ नहीं सकते। सहज हमारे अंदर एक अभिन्न अंग हो जाता है जो कि एक बहुत बड़ी उपलब्धि है क्योंकि तब आप कोई कर्मकाण्ड नहीं करते, आपको अन्य लोगों से मिलने में कोई परेशानी नहीं होती, आपको चिंता नहीं होती कि आपकी लहरियाँ खराब हो जायेंगी। फिर आप किसी चीज़ से पकड़े नहीं जाते, आप अन्य नकारात्मक ताकतों से भी नहीं पकड़े जाते। कोई भी आपका अहित नहीं कर सकता। उस स्थिति को मैं कहती हूँ आपकी श्रद्धा की पूर्णता। उस समय सहस्रार पूर्ण रूप से इतना प्रबुद्ध होता है कि आप धर्म बन जाते हैं। सहस्रार पर इसके स्थापित होने पर आप सत्य पर खड़े हो जाते हैं।

इतने सारे संतों के साथ, सहजयोग को फैलाने में मुझे कोई भी चिंता क्यों हो? वजह यह है कि ऐसे कुछ लोग हैं जो आपको गिराते हैं, कुछ जिद्दी लोग हैं तथा कुछ ऐसे हैं जो बाधित हैं, कुछ ऐसे हैं जो बुद-बुदाने वाली आत्माएं हैं। ऐसे लोगों पर तनिक भी ध्यान न दें। वे सभी लुप्त हो जाएंगे। कोई फर्क नहीं पड़ता। हमने अपने लिये एक महान दिवस का निर्माण करना है जिससे हमें गर्व हो कि हम सत्य के एक महान धर्म से जुड़े हुये हैं। अभी तक कोई भी ऐसा धर्म नहीं है जो सत्य का धर्म हो। यह करता कुछ है और बोलता कुछ और है। इन धर्मों का अवतार से कोई लेना-देना नहीं है। आपको कुछ ऐसा करना है जिससे लोग आपको देख कर कह सकें कि हम अपनी माँ को इस व्यक्ति में देख सकते हैं। अपने मन में केवल इतना सोचें कि हमने अभी तक क्या त्याग किया है?

कोई भी त्याग पर्याप्त नहीं है। किंतु क्या हमने किसी भी चीज़ का त्याग किया है? इससे आप समझेंगे कि आपको आपकी माँ दूसरा जन्म बगैर किसी कठिनाई के दिया है। उसने प्रसव-पीड़ा के सभी दर्द अपने उपर लिये हैं। अब आप बड़े हो गये हैं तथा आपको समझना होगा कि आप बड़े हो गये हैं और आप बच्चों की तरह बर्ताव नहीं कर सकते। वह बात अब खत्म हो गई है। अब आप परिपक्व हो गये हैं। आपको इस महायोग के लिये जिम्मेवार होना है, इस महान धर्म के लिये जो हमने स्थापित किया है। यह धर्म जो सभी

धर्मों को समग्र करता है। यह धर्म जो उन सभी लोगों को पावन कर देता है जो इसके समीप आते हैं। यह सभी नदियों का सागर है। सभी नदियाँ विश्व धर्म के इस महासागर में अती हैं। अत: हमें ऐसा होना है कि हम दैवी-बाँसुरी के संगीत के नये ढंग, नई लय के अनुरूप हो जायें। जब तक यह घटित नहीं होगा तब तक मुझे नहीं लगता कि पश्चिमी लोगों के पास कुछ ज़्यादा अवसर हैं।

# अध्याय छः

# प्रचार-प्रसार की आंतरिक स्थिति

''मैं सहजयोगी हूँ।''

## अंतर्दर्शन

मैं आपसे कहना चाह रही हूँ कि आपको स्वयं पर पूर्ण विश्वास होना चाहिये। यह बहुत जरुरी है। इस विश्वास को रखें कि, 'मैं सहजयोगी हूँ'। स्वयं से इतना तो प्रश्न करें कि, 'मैंने क्या काम किया है? मुझे क्या करना चाहिये?' आपका संपूर्ण व्यवहार, आपका संपूर्ण माधुर्य, आपकी संपूर्ण सज्जनता, आपकी हर चीज़ प्रभावित करेगी। न केवल यह बात होगी अपितु नकारात्मक शक्तियाँ भी काम नहीं करेंगी। यदि आप सकारात्मक होने की कोशिश करेंगे तो नकारात्मक शक्तियाँ काम नहीं करेंगी। उनका आप पर कोई असर नहीं होगा। उनकी पूरी सुरक्षा की जाएगी (सकारात्मक शक्ति), तथा वे देखभाल करेंगी। एक माँ होने के नाते मुझे आप सभी से एक निवेदन करना है कि आपको मेरे बच्चे होने के लायक बनना होगा। मैं अब अठहत्तर वर्ष की हो रही हूँ, तब भी मैं कठिन परिश्रम कर रही हूँ। जबसे मैं लास एंजेल्स से आई हूँ तबसे मैं बीमार हूँ। इसका क्या कारण है? मैं कभी भी बीमार नहीं पडती। मुझे बहुत कमजोरी महसूस हुई। मैं चल नहीं पाई। क्यों? ऐसा क्या हो गया था? कारण यह है कि आप लोग कमजोर हैं। आप मेरे बच्चे हैं। आप मेरे शरीर के अंग-प्रत्यंग हैं। आप न केवल वह हैं अपितु आप मेरे शरीर की कोशिकाएं हैं। यदि आप कमजोर हैं तो मैं भी कमजोर हो जाऊंगी।

अत: मैं आपसे बारंबार निवेदन करती हूँ कि आपको इतना बड़ा आशीर्वाद मिला है जो सामान्यत: लोगों को नहीं मिला करता। वे हिमालय जाते हैं, वर्षों तक तपस्या करते हैं उसके बाद उन्हे आशीर्वाद मिलते हैं, बहुत कठिनाईयों के उपरांत अब आपने इसे आसानी से प्राप्त कर लिया है। मात्र स्वयं को बलिष्ठ कर लें, स्वयं को कहें, विश्वास रखें कि, 'मुझे यह कार्य करना है।'

अब आप कह सकते हैं, ''हमें क्या करना चाहिये?'' हर दिन स्वयं का सामना करें। वास्तव में यह देखें कि आप कितना समय सांसारिक चिंताओं में बिताते हैं और कितना समय अपने उत्थान में। क्या आपने हर चीज़, अपनी सभी समस्यायें सर्वशक्तिमान परमात्मा पर छोड़ दी हैं? क्या आप अपनी

पृष्ठभूमि से पूर्णतया बाहर आ गये हैं, उन सभी चीज़ों को छोड़ते हुये जो मूर्खतापूर्ण थीं। यह भी देखना है कि मैं किस प्रकार दूसरों से जुडा हुआ हूँ? मैं दूसरों से किस प्रकार बात करता हूँ, जो लोग सहजयोगी हैं।

अपनी चेतना में हमें चेतन होना है कि कहाँ तक हमने अपने पारस्परिक संबंधों की चेतना प्राप्त की है, अर्थात विराट की सामूहिक चेतना, मस्तिष्क यानि सहस्रार की सामूहिक चेतना। सैद्धांतिक रूप से सहस्रार विष्णु तत्व है परन्तु वहाँ पर शासक देवता श्रीमाताजी निर्मला देवी हैं। तो इस प्रकार आप घटित हुये इस सुन्दर सामंजस्य को देख सकते हैं। श्री विष्णु की सभी शक्तियों को शासक देवी के अनुरूप, उनके चरण कमलों पर, उनके अनुसार कार्य करना पड़ता है। अत: श्री विष्णु की चेतना पूर्णत: शासक देवी के हाथों में हैं। जो कुछ भी घटित हो रहा है उसे घटित होने दें। अपने सहस्रार इस देवी को समर्पित करें। देवी क्योंकि आपके बीच में है इसलिये ऐसा कर पाना बहुत आसान है। आपके अपने सहस्रार हैं और इस आधुनिक युग में आप सहजयोगियों ने ही इस देवी को देखा है।

कहा जाता है कि आपको परमात्मा से तीन चीज़े माँगनी चाहिये :

सालोक्यं - परमात्मा के दर्शन।
सामीप्यं - परमात्मा का सामीप्य
सानिध्यं - परमात्मा का साथ

परंतु आपको तो तादात्म्यं अर्थात परमात्मा की एकरूपता भी प्राप्त हो गई है, यह किसी भी योगी सन्त या पैगम्बर की धारणा नहीं है। आपको ये तादात्म्य मेरे शरीर से बाहर रहते हुये प्राप्त हो गया है। जबकि सन्तो, पैगम्बरों और योगियों को तादात्म्य मृत्यु पश्चात् मेरे शरीर के अन्दर आने पर प्राप्त हुआ। अत: समय सीमा को समझें, अपनी महानता को समझें और इस बात को भी कि सृष्टि के इस उच्चतम कार्य को करने के लिये किस प्रकार आम लोगों को चुना है। आलस्य के लिये अब कोई समय शेष नहीं रहा। आपको उठना है, जागना है। आज वो दिन है जब मुझे आशा है कि आप निर्विकल्प

में छलांग लगायेंगे। लेकिन प्रयत्न द्वारा ही आप वहाँ रुक पायेंगे अन्यथा पुन: आप नीचे की ओर फिसल जायेंगे। इस प्रवचन को बार-बार सुनें (पढ़ें), इसके विषय में सोचें। अपने बारे में आपको ज्ञान होना चाहिये कि प्रतिदिन आप कितना आगे बढ़ रहे हैं।

मैं उन्हे बता रही हूँ कि कैसे एक सहजयोगी को महसूस करना चाहिये। आप लोग संतुष्ट होने चाहियें। प्रथम और सर्वप्रथम आपको संतुष्ट रहना है। आप केवल अपने अंदर देखें कि क्या आप संतुष्ट हैं कि नहीं। आपने वह उच्चतम चीज़ पाई है जो आपने चाही थी। आपको शान्ति मिली, आपको आनंद प्राप्त हुआ तथा परमात्मा के सभी आशीष प्राप्त हुये। उसके बावजूद भी यदि आप असंतुष्ट हैं, ऐसी चीज़ों को सदैव करना चाहते हैं जो व्यथाकारी हैं। कुछ लोग हमेशा मुझे दिखाने में लगे रहते हैं, आगे आना चाहते हैं- अथवा वे सहजयोग से दूर जाना चाहते हैं।

सर्वप्रथम आपको सहजयोग फैलाना चाहिये। आप कितने लोगों को सहजयोग में लाये हैं? जरा इसके विषय में सोचे! हम सहजयोगी हैं- सहजयोग का क्या अर्थ है? आप संत हैं! इस विश्व में सभी संत बहुत कठिनाई से संत बने हैं, यातनाओं से गुजरकर। उन्होंने कितना कार्य किया है। अकेले एक संत ने बहुत सारे लोगों को अपनी ओर आकर्षित किया। यह सच है कि वह उन्हे आत्मसाक्षात्कार नहीं दे सका। यह ज्ञान मैंने आपको दिया है। किंतु आप केवल पता लगायें कि आप सहजयोग के विषय में क्या कर रहे हैं। केवल ध्यान ही एक विषय नहीं है। ध्यान किसलिये है? ध्यान इसलिये है कि इससे आप दूसरों की मदद करने के लिये समर्थ हो जायें। इस कलियुग में हमें ऐसे लोगों की बहुत जरूरत है जो दूसरों की मदद करने के लिये तत्पर हैं।

यदि आप वास्तव में लोगों को साक्षात्कार देते हैं तो इन सभी चीज़ों का निवारण हो सकता है। सच है कि यह आदिशक्ति की तरंग है जिसने इस विश्व को सृजित करने का कार्य, आपको सृजित का कार्य तथा आपको सहजयोगी बनाने का कार्य आरंभ किया, किंतु आपकी जिम्मेदारी भी बहुत महत्वपूर्ण है।

मुझे लगा कि यह मेरी जिम्मेदारी है, आप जिम्मेदार नहीं हो सकते, किंतु एक फर्क है। मैंने कभी महसूस नहीं किया कि यह मेरी जिम्मेदारी है, कभी महसूस नहीं किया कि यह मेरा कार्य है; कभी नहीं लगा कि मुझे इसे करना है। मैंने बस कर दिया। यही कार्य है। यही उस किस्म का व्यक्तित्व है जो आपका होना चाहिये। एक बहुत विनम्र ढंग से, एक बहुत सुंदर ढंग से आपको इसे करना है। तथा आप आश्चर्य करेंगे कि किस तरह आपकी रक्षा की जाती है; किस तरह आपको सहारा दिया जाता है तथा किस प्रकार हर चीज़ कार्यान्वित होती है।

सबसे बड़ा परिवर्तन यह है कि आप स्वयं को पूर्ण रूप से जान लेते हैं तथा उस ज्ञान से आप दूसरों को परिवर्तित करते हैं। स्वयं को स्वयं सीमित मत कीजिये। आपको फैलना होगा। यह शक्ति आपको स्वयं को पूर्ण रूप से जानने के लिये तथा विश्वस्त होने के लिये, नम्र और भद्र होने के लिये तथा लोगों से इस प्रकार बात करने के लिये दी गई है कि वे जाने कि आपका हृदय सहजयोग है। यह आपको इसलिये मात्र नहीं दी गई है कि आप कहें कि आप सहजयोगी हैं, किंतु इसलिये दी गई है कि आप स्वयं को पूर्ण रूप से जानें; अपनी संपदा को देखें, अपनी समझ को देखें।

अब मैं जरूर कहूँगी कि इस दुनिया में इतने सारे लोग हैं, लाखों की संख्या में जबकि आप लोग ही सहजयोग में आये हैं। मैंने आपको चुना नहीं है, आपने मुझे चुना है। जब आपने मुझे चुन लिया है तो आप अपने अंदर अवश्य जान लें कि, 'ऐसी कोई बात मेरे अंदर जरूर है जो मुझे सहजयोग में लाई है तथा जिसने मुझे सूक्ष्मतंत्र समझाया है। यह एक बहुत ही सूक्ष्मतंत्र है तथा यह केवल बहुत सूक्ष्म लोगों द्वारा ही जाना जा सकता है न कि जड़ लोगों द्वारा। यदि आप स्वयं ही अपना 'स्व' खोजेंगे और फिर आगे बढ़ेंगे तो कोई अहं नहीं हो सकता क्योंकि आप अहं नहीं हैं।

जैसा कि मैंने आपसे बताया है कि जिन लोगों में अहं है, उन्होंने सहजयोग में भी पैसे बनाये हैं। स्वयं को बढ़ाने के लिये कुछ एक चीज़ें आयोजित करने की कोशिश भी करते हैं। वे एक बहुत ही भिन्न स्तर पर हैं।

किंतु यदि आप उस तरह के नहीं हैं तो आपको मात्र स्थिर नहीं होना है; आपको यह करना है कि पता लगायें, 'मैं कौन हूँ।' मैं कौन हूँ? ईसामसीह ने कहा है, 'स्वयं को जानो' इसका अर्थ यह है कि आप महान हैं। आपके अंदर छिपी हुई प्राथमिकतायें हैं जिन्हें आप नहीं जानते। जैसे ही आप स्वयं को जान लेते हैं आपके अंदर आत्मसम्मान आता है, आप गलत काम नहीं करते, आपके अंदर गुस्सा नहीं होता अपितु आप प्रेम के महासागर बन जायेंगे। यही होना चाहिये, यही सहजयोग है।

मैं समझती हूँ कि ये निकृष्टतम दिन चल रहे हैं, जैसा लोग कहते हैं यह पूर्ण कलियुग है। किंतु इस समय आप यहाँ क्यों हैं? लोगों को जागृति देने के लिये। उन्हे सही विचार देने के लिये। किंतु किस प्रकार? जब तक कि आप पूर्ण रूप से जान नहीं लेते कि आप इस कार्य को करने के लिये समर्थ हैं और उस कार्य को करने के लिये समर्थ हैं।

## प्रेम

प्रेम की कोई सीमा नहीं होती। प्रेम तो असीम होना चाहिये। इतना असीम प्रेम कि पूरे विश्व को अपने पाश में बाँध ले। यह शक्ति है, यह कार्यरत है। आपको तो केवल इसका माध्यम बनना होगा, ऐसे व्यक्ति जो इस प्रेम का संचार कर सकें। प्रेम के इस खजाने पर आपका पूर्ण अधिकार है। इसे आप सर्वत्र फैला सकते हैं।

अब आपको संपूर्ण विश्व के साधकों से प्रेम करना होगा। उन्होंने गलतियाँ की हैं किंतु आपकी माँ उनसे प्रेम करती है। आपको उनसे प्रेम करना है। यदि उन्हे सुधारा जाना है तो यह कार्य मैं करूंगी। आप उस तरीके से कुछ न करें जिससे उन्हे चोट पहुँचे। संकोच धारण कीजिये। परस्पर बातें करते हुये स्वयं को शिक्षित कीजिये, स्वयं को प्रशिक्षित करते हुये ऐसी बाते कहें जो मधुर और अच्छी हों, जिनसे दूसरे व्यक्ति को अहसास हो कि यह व्यक्ति सहजयोग संस्कृति में यथोचित रूप से पला-बढ़ा व्यक्ति है। इस प्रकार हमारी सहजयोग संस्कृति में जब हम एक-दूसरे से बातें करते हैं तो हमारे अंदर

श्रीराम का संकोची स्वभाव होता है।

आज आप सभी को अपने हृदय में वचन देना है। अपने हाथ को हृदय पर रखें तथा कहें, ''माँ, हम प्रेम करेंगे, हम आपका दिव्य प्रेम फैलायेंगे, पूरे विश्व को इस प्रेम में सरोबार करेंगे, सभी लोगों को आत्मसाक्षात्कार प्रदान करेंगे, हम चिल्लायेंगे नहीं, हम क्रोधित नहीं होयेंगे, हम तमाम कर्मकाण्ड नहीं करेंगे, किंतु मात्र अपने अहंकार को आपको समर्पित, समर्पित करेंगे।'' इसे समर्पित करें, अपने अहंकार को समर्पित करें। आपकी सभी समस्यायें सुलझ सकती हैं क्योंकि जब तक अहंकार बना रहता है दैवी-शक्ति हस्तक्षेप नहीं करती। आप कुछ भी कर लें, आप जुड़े हुये नहीं हैं संबंध तो है ही नहीं, ईसामसीह वहाँ मौजूद नहीं हैं, वे वहाँ नहीं रहे। उन्हे स्थापित करने के लिये सबसे पहले आप अवश्य दर्शायें कि आप किस प्रकार प्रेम करते हैं। इसका यह अर्थ नहीं है कि आप अपनी पत्नी से प्रेम करें, अपने बच्चों से प्रेम करें और अपने घर से प्रेम करें। आपको सबसे प्रेम करना है। हर व्यक्ति को प्रसन्न रखने की कोशिश करें। यही कारण है कि मैं संगीत पसंद करती हूँ क्योंकि संगीत के माध्यम से आप चैतन्य लहरियाँ फैला सकते हैं। यह चैतन्य लहरियाँ फैलाने का, लहरियों से प्रेम करने का एक बहुत अच्छा माध्यम है। किंतु जो लोग संगीतकार हैं उन्हे प्रेममय व्यक्ति होना चाहिये। उन्हे गुस्सैल, दिखावटी और स्वयं को बहुत मानने वाला नहीं होना चाहिये।

मैंने आपसे बताया है कि किस प्रकार आपकी स्वयं की प्रगति, आपका स्वयं-सुधार, आपकी सहजयोग में स्वयं की स्थिति ही बतायेगी कि आप क्या हैं। जो भी कुछ दूसरे लोग कहें, इसका फर्क नहीं पड़ता, आप स्वयं के बारे में ईमानदारी से, सच्चाई से जो कहते हैं वही असलियत है तथा आप हर समय स्वयं का सामना करें। मैं महिलाओं के विषय में विशेष रूप से कहुँगी कि मैं स्वयं एक महिला हूँ तथा इतने वर्षों से मैंने बहुत कठिन परिश्रम किया है। एक महिला होने के नाते मैं जरूर कहूँगी कि सभी महिलाओं को प्रयास करना चाहिये।

हमेशा यह कहा जाता है कि हम शक्ति हैं, किंतु मैं उनकी जिंदगी में

शक्ति के रूप में किया गया कोई भी कार्य नहीं देखती। वे एक प्रकार से हर समय सहजयोग पर निर्भर रहती हैं। उन्हे अपनी स्वतंत्रता में खड़ा होना होगा। उन्हे आत्मनिर्भर बनना होगा तथा उन्हे हर चीज़ के बारे में सही विचार रखने होंगे। मैं विश्वस्त हूँ यदि महिलाएं उस ढंग से आगे आयें तो सहजयोग बहुत फैल जायेगा। महिलाओं की तुलना में पुरुष कहीं अधिक सहजयोग के लिये कार्य कर रहे हैं। मैं समझ सकती हूँ कि उनके परिवार-बच्चे हैं। किंतु सबसे महत्वपूर्ण चीज़ यह है कि जैसे ही आप सहजयोग में सक्रिय होंगे तो आपके बच्चे भी ठीक ढंग से बढ़ेंगे , परिवार की भी देखभाल की जायेगी। आखिरकार एक दैवी शक्ति है जो आप सभी की देखभाल करती है। आपको अवश्य ही विश्वास करना चाहिये कि यह दैवी शक्ति सोचती है, समझती है, यह आयोजित करती है तथा सबसे परे यह आपसे प्रेम करती है। इस दैवी शक्ति को समझा जाना चाहिये कि यह अब आपकी है तथा आप इस दैवी-साम्राज्य में हैं, जहाँ आपको किसी भी प्रकार की कोई भी समस्या नहीं रहती।

अब एक नई शताब्दी शुरु होने जा रही है और बहुत सी चीज़ों को घटित होना है। आप सभी को निर्णय करना है कि आप कुछ करेंगे। आपकी सहजयोग फैलाने के संबंध में जो भी समझ है, आप इसके लिये प्रयत्न करेंगे, आप सभी लोग अपना मन इस ओर लगायेंगे। यदि महिलायें कहीं बाहर न जा सकें तो वे कुछ लिख सकती हैं। वे अपने आध्यात्मिक उन्नति के विषय में लिख सकती हैं अथवा अपने अनुभवों के विषय में। सहजयोग में कार्य हेतु निर्लिप्सा के लिये आपको एक निर्लिप्त व्यक्ति होना होगा। यह महालक्ष्मी तत्व की खासियत है कि ऐसा व्यक्ति निर्लिप्त होता है। यह ऐसी चीज़ों से लिप्त नहीं होता जो बेकार हैं। किंतु इसका अर्थ यह नहीं है कि आप सन्यास ले लें और परिवार से दूर भाग जाये, अपने गृहस्थ से दूर हो जायें, हर चीज़ से भाग जायें। यह निर्लिप्सा नहीं है, यह पलायन है। किंतु निर्लिप्सा वह है जहाँ आपके पास सब कुछ होते हुये भी आप निर्लिप्त हैं अर्थात आप इससे अपने फायदे के बारे में चिंतित नहीं रहते। ऐसी चीज़ें घटित हो सकती हैं, बहुत आसानी से यदि आप वास्तव में अंतर्दर्शन करें। अंतर्दर्शन ध्यान करने का

सबसे अच्छा तरीका है। पहले अंतर्दर्शन करें उसके बाद ध्यान करें, फिर आपकी उन्नति होगी। आपका, आपकी आत्मा का वास्तविक आनंद जब आपको मिलने लगेगा तो आप मूर्खतापूर्ण बेकार की चीज़ों के पीछे नहीं लगेंगे। अपितु आप सहजयोग में एक काम के आदमी बन जायेंगे जो ऐसे आश्चर्यजनक काम करेगा कि हर आदमी अचंभे में पड़ जायेगा कि एक आम इन्सान ने कैसे इतनी उपलब्धि हासिल कर ली, कैसे वह इसे कर पाया।

## साहस

मैंने स्वतंत्रता का ध्वज देखा था। यह जब ध्वज हमने अपनी स्वतंत्रता प्राप्त करने के उपरांत बनाया था। मैं इस ध्वज को उपर जाते हुये और दूसरे ध्वज को नीचे आते हुये देख सकी। मैं आपको बता नहीं सकती कि कैसी भावना ने मुझे झकोर दिया था। ऐसी भावना मानो सत्य ने किसी तरह असत्य पर विजय प्राप्त कर ली। वह न्याय, अन्याय पर विजयी हुआ। वह भावना अभी भी इतनी है कि मैं ध्वज को देख भी नहीं सकती। यदि मैं इसे देख लूँ तो मैं पूरे इतिहास, पूरी चीज़ याद करती हूँ: कितने लोगों ने त्याग किया था, कितने लोग शहीद हुये थे, कितने सारे लोगों ने इसके लिये संघर्ष किया था; यह ध्वज उसका प्रतिनिधि है। आप भी उन सभी चीज़ों के प्रतिनिधि हैं। आप उन सभी आदर्शों के प्रतिनिधि हैं। आप उन सभी त्यागों के प्रतिनिधि हैं। मानव जाति के कल्याण के लिये प्राप्त की जाने वाली उपलब्धि के प्रतिनिधि भी आप हैं। आपको दूसरों के लिये एक बड़ी उपलब्धि हासिल करनी है। आपको स्वयं के भीतर कार्य करना है, 'आप दूसरों के लिये क्या कर सकते हैं; आप दूसरों के लिये क्या हासिल कर सकते हैं; वह कौनसा सर्वोत्तम तरीका है जिससे आप उन गुणों को आत्मसात कर पायें कि आप एक बिलकुल ही अनूठे व्यक्तित्व के हो जायें।

जैसा कि मैंने आपसे बताया है, ऐसे बहुत से महान नेता तथा बहुत से महान लोग हुये हैं, जिन्हे बहुत लोग याद करते हैं। अब आपको देखना है कि ऐसा क्या था जिससे वे महान बनें। आखिर इतने वर्षों के उपरांत भी क्यों लोग उन्हे याद करते हैं? मैंने आपको शिवाजी महाराज का पद प्रदान किया

है, वे एक अन्य महान आत्मा थे। उनके ऐसे सिद्धांत थे तथा उनकी अपनी भाषा में, अपनी प्रवृत्ति, हर चीज़ में एक सौंदर्यपूर्ण जीवनी थी। इन सभी चीज़ों के साथ वे एक साहसी व्यक्ति थे। जैसे ही आप ऐसे हो जाएंगे, आप किसी भी महत्वपूर्ण चीज़ को करने से पीछे नहीं हटेंगे। आपको किसी भी चीज़ का डर नहीं रहेगा। आप यूहीं गोल-गोल नहीं घूमेंगे अपितु आप जानेंगे कि किस प्रकार समाधान निकाला जाये और इसे कैसे कार्यान्वित किया जाये। यह आपके साथ घटित होगा; यदि आप वास्तव में स्वयं को जानेंगे तो आपके पास साहस की वह शक्ति होगी। आप दु:साहसी नहीं होंगे अपितु आपके अन्दर साहस के साथ विवेक होगा। यही आपका स्व है जो ढेर सारा विवेक, ढेर सारा साहस देगा। यह कोई 'संघर्षशील आत्मा' नहीं है, यह हिंसक स्वभाव नहीं है, यह एक 'अच्छा स्वभाव' वाली बात भी नहीं है, किंतु यह एक बहुत ही शांत, सुंदर, साहसपूर्ण रूख है। साहस शांतिपूर्वक बहुत ही शक्तिशाली होता है। आपको किसी व्यक्ति को मारना नहीं है, किंतु आपको साहस के साथ खड़ा होना है। यही दूसरा गुण है जो आप व्यक्त करेंगे। यह बहुत नम्र, बहुत मधुर है, आप उस साहस के साथ खड़े होंगे। मैं जानती हूँ कि आपमें से बहुत से लोग उस तरह के हैं।

इसमें कोई संघर्ष नहीं है, कोई झगडा नहीं है, केवल साहस के साथ खड़े होना है और वह सब करना है जो ठीक है। यह बहुत संभव है क्योंकि आपका संबंध अब सर्वशक्तिमान परमात्मा के साथ है। आपका संबंध परम चैतन्य से है तथा वही सभी कार्य करेगा।

जब सहजयोगी अबोधिता एवं उनकी चैतन्यित चेतना, जो उनके माध्यम से परमात्मा का संदेश है, को प्राप्त होते हैं तब उनकी पूर्ण रूप से रक्षा की जाती है। यहाँ तक कि होलिका जैसी आसुरी औरत भी उसे जला नहीं पाती। आज वह दिन है जब हमें एक सहजयोगी के रूप में मानना है कि हमें जीवन में कोई खतरा नहीं है। हम निर्भय लोग हैं, किंतु हम विनम्र लोग हैं, प्रेममय लोग हैं जो जितना संभव हो सके उतनों को बचाने के लिये तथा संपूर्ण मानवता को एक अलग चेतना में उठाने के लिये तत्पर हैं। अपनी उत्क्रांति की

प्रक्रिया में आपको उपलब्धि हासिल करनी है, जिसके लिये आपको कठिन परिश्रम करना होगा। जैसा कि तुकाराम ने कहा है कि यह 'येऱ्या गबाळ्याचे काम नोहे।' यह वीरों का काम है, केवल साहसी लोग ही इसे कर सकते हैं।

आप जानते हैं कि कभी-कभार व्यक्ति को इस दुनिया का सामना करना पड़ता है - कठिनाईयों तथा आलोचना तथा किस प्रकार लोग आपका अपमान करने का प्रयास करते हैं, जहाँ आपको अपनी शांति बनाये रखनी होती है। व्यक्ति को यह मानना होगा कि इस दुनिया में बहुत सारे लोग मूल रूप से बहुत महान आत्माऐं हैं। आपको केवल उन तक पहुँचना है, उनका पता लगाना है, उन्हे समझना है तथा उन्हे खोजना है।

अब सहजयोगी उतने परेशान नहीं हैं जितना वे एक वर्ष थे। अब वे जानते हैं कि इस विश्व में बहुत सारे लोग हैं जो सहजयोग समझते हैं। किन्तु वह काफी नहीं है। हमें बहुत लोगों को, हजारों लोगों को साक्षात्कार देना है। हजारों लोगों ने अपना साक्षात्कार लेना है। इसे साबित करना है जब आप मेरा जन्मदिन मना रहे हैं, कि अब कलियुग नहीं रहा अब कृतयुग शुरू हो गया है। इस पृथ्वी पर अब कृतयुग समाप्त होकर सतयुग को लायेगा।

## निर्लिप्त विश्वास

आपको परिस्थितियों से निपटते हुये, इस सर्वव्यापक शक्ति के सामर्थ्य पर अवश्य ही पूर्ण विश्वास रखना है। जैसे ही आप निर्लिप्त होकर कहते हैं कि ये कार्य आप ही करो, वैसे ही काम बन जाता है। जैसे ही आप कहते हैं कि आप (सर्वव्यापक शक्ति) ही इस कार्य को करेंगे, आप ही करेंगे, इससे पूरा परिदृश्य बदल जाता है। क्योंकि आप अपनी सभी जिम्मेदारियाँ, अपनी सभी समस्यायें इस दैवी शक्ति को सौंप देती हैं जो इतनी शक्तिशालि है, इतनी समर्थ है कि वह हर कार्य कर सकती है। इस प्रकार यदि आप सोचते हैं कि यह समस्या आप सुलझाने वाले हैं तो दैवी शक्ति कहती है, ठीक है चलो अपनी किस्मत आजमालो। किंतु यदि आप वास्तव में इस समस्या को दैवी शक्ति को सौंप दें तो यह कार्य करेगी।

सहजयोग में हर प्रकार की समस्यायें हमें दिखती हैं। विशेषरूप जब हम देखते हैं कि बहुत से लोग सहजयोग में दिलचस्पी नहीं लेते। सहजयोगियों की संख्या भी कम है, फिर आपको इसके विषय में बुरा लगता है। परंतु क्या आपने कभी इस मन पर ध्यान किया है? क्या आपने इस चीज़ को दैवी शक्ति पर छोडने की कोशिश की है? हम क्यों परेशान हों? जब हमारे पास हमारे सहस्रार से दैवी शक्ति मिल रही है तो हम क्यों चिंतित हों? हम क्यों इसके बारे में सोचें? इसे केवल दैवी शक्ति पर छोड दें।

यह संभव है यदि आप इसे प्राप्त कर सकें। यह मानव के लिये बहुत कठिन है क्योंकि वह अहं के साथ रहता है। वह अपने परिवेश के साथ रहता है। किंतु यदि इन चीज़ों के साथ लिप्सा चली जाये तो फिर मात्र आपका काम होता है, सब कुछ इस दैवी शक्ति पर छोड़ देना।

यदि हमारा एकमात्र रूख ऐसा हो तो आपको आश्चर्य होगा कि आप कितना संतुष्ट महसूस करेंगे। लोगों को आध्यात्मिकता में उन्नत होते हुये देखना एक बहुत ही आनंदमय चीज़ है। इसके बारे में मात्र बात करना ही नहीं, मात्र इसके बारे में पढ़ना ही नहीं, अपितु स्वयं के भीतर इसे घटित करना, इसका वास्तविकरण करना। अत: यह गुण बहुत ही सहायक है तथा यह वास्तव में हर सहजयोगी की मदद करता है; धैर्यवान बने रहें, नम्र बने रहें, उदार बने रहें। किंतु आपको सुधारना भी है। दूसरे व्यक्ति को सुधारने का एक ढंग होता है, ऐसे लोग जो दिव्य-जगत से नहीं आ रहे हैं अपितु सामान्य जगत से आ रहे हैं। इसलिये उन्हें सुधारना एक कठिन कार्य है। कुछ लोग इतने गर्म-मिजाज होते हैं, वे इसे बर्दाश्त नहीं कर सकते, कोई बात नहीं, आपको उन्हें क्षमा करना है। किंतु सबसे अच्छा है कि ऐसे लोगों पर ध्यान केन्द्रित करें जो सरल है, जो प्रेममय हैं, जो स्नेही हैं। उसके बाद धीरे-धीरे ये सारे जटिल लोग भी सम्मिलित हो जाएंगे। दूसरे लोगों से आपके व्यवहार में मातृत्व होना चाहिये, मातृत्व भावना होनी चाहिये।

माँ का स्नेह और प्रेम, वह क्षमा किये चली जाती है तथा आश्वासन देती है कि, 'मेरी माँ है, मुझे कुछ नहीं हो सकता।' यह आश्वासान बहुत

अच्छे से कार्य करता है। किंतु यही आश्वासन आपने अन्य सहजयोगियों को भी देना है जो आपसे साक्षात्कार पा रहे हैं। उन्हे महसूस करायें कि आप उनसे नाराज नहीं हैं। वे मूर्ख हैं, मैं जानती हूँ, वे कभी-कभी हिंसक हो जाते हैं, मैं हर प्रकार के व्यक्ति से मिली हूँ। किंतु केवल एक चीज़ जिसने कार्य किया है वह है शुद्ध प्रेम। शुद्ध प्रेम में किसी चीज़ की अपेक्षा का तत्व नहीं होता। आप उस व्यक्ति को शुद्ध प्रेम मात्र दें तथा पूरे चित्त से उसे सुधारने का प्रयत्न करें। किंतु दैवी-कार्य में आपको उस व्यक्ति से लिप्त नहीं होना। मान लीजिये कोई ऐसा व्यक्ति है जो ठीक नहीं है, जो कष्टप्रद भी है, आपसे क्रोधित होता है, नाराज होता है, आपका अपमान करता है, वगैरह। अत: उसे भूल जायें, दूसरे बहुत लोग हैं, एक व्यक्ति के पीछे पडने की, उस व्यक्ति से लिप्त होने की अथवा उसे भाव देने की कोई जरूरत नहीं है।

यदि आप सहस्रार से एकरूप हैं तो, तो सहस्रार स्वयं ही कार्य करता है। यह आपको लोगों के संपर्क में, ऐसे लोगों के संपर्क में लायेगा कि आप आश्चर्यचकित रह जाएंगे कि कैसे यह कार्य करता है। हर देश की समस्यायें हैं और कहना चाहिये कि एक विध्वंसक छवि है, हर देश की। किंतु कुछ देशों में, मैं नहीं जानती कुछ बात है। जैसे ही वह सहजयोगी बन जाते हैं, कोई समस्या नहीं रहती। किसी भी चीज़ की कोई भी समस्या नहीं। एक बार सहजयोगी बन जाने पर उन्हे बताने की जरूरत नहीं, वे खुद ही इसे कार्यान्वित करते हैं, वे जानते हैं, ये क्या हैं।

अपनी ही तरह हर देश में समस्यायें हैं, जहाँ पर लोग उच्च स्थान तक नहीं गये वो कोई बड़े साधक नहीं हैं, पर जिस देश में जो लोग महान साधक थे वो भी लुप्त होते जा रहे हैं। जैसे इंग्लंड में, सभी साधक नशिली चीज़ें, हिप्पी की तरह रहना इन सब बेकार की बातों में उलझ गये हैं और इन सब में अमरिका की स्थिति बहुत ही दयनीय है। वो इतनी दयनीय है कि वो गलत रास्तों पर भटक गये हैं और वहाँ के लोगों को सच्चे साधक को ढूँढ निकालना भी मुश्किल हो गया है।

धीरे-धीरे ये सब कार्यरत हो रहा है, परंतु मुझे अभी ये कहना है, कि हमें ये नहीं सोचना है कि किसी देश में सहजयोग का कार्य बहुत कम है और कहीं बहुत अधिक चल रहा है। हमें ये सोचना है कि सहजयोग पूरे विश्व में कार्य कर रहा है और हम उस समाज का एक हिस्सा है जहाँ सहजयोग है। ये एक दुर्लभ समाज है जो पहले कभी नहीं था।

## सत्य-प्रकाश

इन छोटी-छोटी मोमबत्तियों की ओर देखिये। जो भी थोडा प्रकाश उनमें हैं, वे वह प्रकाश दे रही हैं। वे स्वयं को जला कर प्रकाश दे रही हैं। यदि हम वह प्रकाश नहीं दे सके, तो ज्योतिर्मय होने का क्या फायदा है? ज्योतिर्मय होने का अर्थ स्वयं मात्र के लिये प्रकाश नहीं है-प्रेम, करुणा का प्रकाश जो दिव्य है, जो सामान्य नहीं है, जो तुच्छ नहीं है, जैसा आप फिल्मों में देखा करते हैं। यह दैवी प्रेम है जो कार्य करता है। मुझे कबीलाईयों के प्रति विशेष भावना है। बिना अपने किसी कसूर के वे एक बहुत ही दयनीय जिंदगी बिता रहे हैं। और कैसे कबीलाईयों ने आत्मसाक्षात्कार प्राप्त किया। आप देख सकते हैं कि आप इसे हर उस व्यक्ति को दे सकते हैं जो इसे पाना चाहता है। एक बात जरूर है कि आप इसे उन पर लाद नहीं सकते। यदि उनमें इच्छा है, एक शुद्ध इच्छा, वे आत्मसाक्षात्कार प्राप्त कर सकते हैं।

वही निर्मल तत्व आपको प्राप्त हो गया है। यह आपको पावन करता है, आपकी बाधाओं को दूर करता है, आपको आनंद, प्रसन्नता एवं सत्य प्रदान करता है। आपको यही माँगना चाहिये। अन्यथा सब अंध:कार है। आपको प्रकाश नहीं आता, चाहे आप ईसाई हों, हिन्दू हों, मुसलमान हों या कोई अन्य। आपको सत्य का प्रकाश नहीं प्राप्त हो सकता। यही सत्य का प्रकाश आपको प्राप्त करना है। उसके पश्चात् आपने क्या करना है? यह प्रकाश आपने अन्य लोगों को देना है, आपने अन्य लोगों को परिवर्तित करना है। इस दिशा में आपने बहुत परिश्रम किया है। कई बार तो मैं हैरान होती हूँ कि इतना अच्छा कार्य करने वाले लोग किस प्रकार से इतने विनम्र और भले हैं?

किस प्रकार उन्होंने ये उपलब्धि प्राप्त की हैं, ये बात मैं नहीं समझ सकती। नि:संदेह कुछ धन लोलुप और सत्ता लोलुप भी हैं परन्तु इन चीज़ों से आनन्द नहीं मिलता। आपके अन्दर सत्य का प्रकाश ही आनन्द का स्रोत है। आप सबने इस आनन्द का अनुभव किया है, परन्तु अब मुझे ये कहना है कि ये अनुभव आपने अन्य लोगों को भी देना है। ये केवल आपके लिये ही नहीं है। अधिक से अधिक लोगों को ये आनन्द अनुभव करायें। परन्तु आपमें से कितने लोग ये कार्य करते हैं?

एक दिवाली के दिन आप जो करते हैं वह है लोगों को ज्योतिर्मय करना, आप उन्हे ज्योतिर्मय करते हैं। यह सब जो आप उनके लिये कर रहे हैं, यह एक अच्छी बात है, आपको यह अवश्य ही करना है। किन्तु यह भी जानें कि आपको स्वयं दीप बनना है, जो स्वयं को नहीं जानता। इस प्रकार दो संदेश हैं, पहला है संसार को ज्योतिर्मय करना, हमें पहले दूसरों को प्रकाशित करना है।

यदि मैं कहती हूँ कि मैं आदिशक्ति हूँ, तो इसका अर्थ है कि मैं नहीं जानती मैं कौन हूँ। सही बात है। मुझे यह कहना पड़ा क्योंकि लोगों ने कहा कि, 'माँ, आप घोषणा करें।' 'घोषित क्या करूं?' जो भी मैं हूँ वह मैं हूँ। अब मैं पाती हूँ कि घोषणा करने से आप लोगों ने और अधिक प्रगति करनी शुरु कर दी है। तो ठीक है, चलो ऐसे ही सही। किन्तु किसी को भी कुछ भी घोषित करने अथवा कुछ कहने की जरूरत नहीं है। यही स्थिति व्यक्ति को प्राप्त करनी है। किंतु उस स्थिति को प्राप्त करने के लिये आपको काम करना होगा। और काम है सहजयोग का प्रचार। आपको बहुत से दीपों को प्रज्ज्वलित करना है। इसका अर्थ है कि आप समझ लेंगे कि आप वह प्रकाश हैं जो प्रकाश दे रहा है तथा एक सूक्ष्म तरीके से आप समझ लेंगे कि मैं ही प्रकाश हूँ। बहुत से सहजयोगी बहुत सा कार्य कर रहे हैं-सहजयोग का प्रचार-प्रसार। यह एक बहुत बड़ी चीज़ है, जो घटित हुई है। बहुत देशों में जिस तरह से सहजयोग फैला है, उससे इसने बाहरी धर्म के अंधकार को दूर कर दिया है, इसने दुनियाभर के जातिवाद, ये वाद, वो वाद का अंधकार दूर

कर दिया है।

मुझे उम्मीद है कि आप अपने जीवनकाल में ही इस स्थिति को प्राप्त कर लेंगे। इस स्थिति में आप अन्य लोगों को आत्मसाक्षात्कार देने के संपूर्ण कार्य की उपलब्धि हासिल करते हैं। जो लोग अन्य लोगों को साक्षात्कार नहीं देते हैं, जो मात्र पूजाओं में आते हैं, ये चीज़ें मध्यम दर्जे की हैं, वे बहुत ऊँचा नहीं उठ सकते। इस प्रकार पूजाओं में आने का क्या अर्थ है कि आप पूजा में तुरंत उपर उठें और फिर आप नीचे आ जायें। किंतु जो लोग स्थिर होकर उन्नत होते हैं वे ही इस स्थिति में उपर उठेंगे। मैं आश्वस्त हूँ कि मैं अपने जीवनकाल में ही ऐसे लोगों को देख पाऊँगी जो यदि यहाँ खड़े हों तो वे शान्ति प्रसारित करें, प्रकाश प्रसारित करें, वे हर चीज़ प्रसारित करें क्योंकि वे प्रकाश हैं, उन्हे प्रकाशित करने की जरूरत नहीं किंतु वे प्रकाश हैं। ऐसी स्थिति विकसित करनी चाहिये तथा स्वयं के भीतर इसे कार्यान्वित करना चाहिये।

# अध्याय सात

# सामूहिक फैलाव

"सामूहिकता सहजयोगी
का स्वभाव है।"

## सामूहिकता

आम्ही हमारा धर्म आंतरराष्ट्रीय है। हम किसी देश से संबंधित नहीं हैं, हममें से कुछ किसी देश से संबंधित हो सकते हैं कि हम इटली के नहीं हैं, हम भारत के नहीं, हम ऑस्ट्रेलिया के नहीं, फिर हम कौन हैं? हम परमात्मा के साम्राज्य के हैं। इस प्रकार हम विलियम ब्लैक के बताये अनुसार परमात्मा के बंदे हैं। अत: हम परमात्मा के बंदे हैं और हमारे अन्दर इस प्रकार के किसी विचार का बंधन नहीं है कि हम इस देश के हैं अथवा उस देश के। अपनी सामूहिकता में जैसे ही आप इस बात को समझते हैं फिर आप विस्तृत होने लगेंगे। न केवल विस्तृत होंगे किंतु वह विस्तार आपको स्वयं के बारे में एक प्रकार का विश्वास देगा कि आपको सहजयोग की जिम्मेदारी संभालनी है।

यह सब ठीक है जो मैं सहजयोग में प्राप्त करता हूँ, जो मैंने सहजयोग में प्राप्त किया है। सहजयोग में मेरा क्या फायदा हुआ है? व्यक्तिगत मुझे क्या मिला? कैसे मैंने चक्रों को ठीक किया है। उपलब्धि का यह एक पहलू है तथा दूसरा है जिम्मेदारी लेना। हमें हर जगह सहजयोग फैलाना है।

## जिम्मेदारी

आपकी प्रथम और परम जिम्मेदारी सहजयोग है। क्योंकि आपको पता होना चाहिये यह कितना जबरदस्त कार्य है। यह इतना महान कार्य है, पूरे विश्व को परिवर्तित करना-यही मेरा सपना है। इस वृद्ध आयु में भी मैं वही सोचती हूँ। अब अगर वह मेरा सपना है तो आपका कैसा रूख होना चाहिये? आपका स्वभाव हर जगह सहजयोग को फैलाने का होना चाहिये। यही मुख्य चीज़ है। मैं आपको इन पूजाओं में केवल नवीनीकरण के लिये बुलाती हूँ, कहना चाहिये आपको और अधिक उर्जा तथा इस तरह की चीज़ें देने के लिये। किंतु यदि आप इसे एक महान आशीर्वाद समझ कर घर में बैठ जाएंगे तो इसका कोई फायदा नहीं है। आपको अवश्य ही सहजयोग फैलाना है।

इस प्रकार सभी सहजयोगियों की, सभी सहजयोगियों की प्रथम और परम जिम्मेदारी है सहजयोग का प्रचार-प्रसार। आपने कितने लोगों को

साक्षात्कार दिया है? आपने कहाँ-कहाँ सहजयोगी की चर्चा की है? आप लोग सहजयोग की बाते करते हुये बहुत शर्माते हैं। जब तक कि कोई जन कार्यक्रम न हो, आप सार्वजनिक रूप से सहजयोग की चर्चा नहीं करते। आपके पास सहजयोग के लिये कोई समय भी नहीं है, आप बहुत व्यस्त लोग हैं।

यदि आपको शिवजी तथा उनके आशीष का हर समय अनुसरण करना है, उनकी सुरक्षा में रहना है तो आपको बहुत उच्च गुणों वाला सहजयोगी बनना होगा। यह तब दिखता है जब आप चहुँ ओर सहजयोग फैलाने निकल पड़ते हैं। यही वह गुण है जो आपमें नहीं है। मैं बहुत खुश हूँ कि ऑस्ट्रेलिया में सहजयोग फैल गया है। मुझे नहीं पता कि ऐसा क्या हुआ है। दूर-दूरस्त स्थान जैसे ऑस्ट्रेलिया में भी यह फैला। शुरुआत में मुझे कुछ झटके लगे किंतु अब यह फैल गया है। आस्ट्रिया में भी यह फैला है। इटली में भी। किंतु और जगहों में, यह फैला ही नहीं। इसका क्या कारण है? कारण यह है कि अगुआ लोग बाहर नहीं जाते। उदाहरण के लिये इंग्लैण्ड में, मैंने उत्तर से दक्षिण तक, पूर्व से पश्चिम तक सफर किया है। आपको विश्वविद्यालयों में सभी दिशाओं में जाना है, युवा लोगों में जाना है। यदि हिप्पीवाद फैल सकता है तो सहजयोग क्यों नहीं? यह जंगली-आग की तरह फैला है तो सहजयोग क्यों नहीं फैलता?

ये सभी चीज़ें विद्यमान हैं, जिनकी चेतावनी मुझे आपको देती है- सावधान रहें! यदि आपने साक्षात्कार प्राप्त किया है तो आपकी जिम्मेदारी है कि आप अन्य लोगों को साक्षात्कार प्रदान करें तथा सहजयोग का प्रचार करें। यदि आप यह नहीं कर सकते तो फिर भगवान ही आपको बचाये। मुझे कुछ नहीं कहना। आपको अन्तर्दर्शन करना है, 'मैंने सहजयोग के लिये क्या किया है? मैंने सहजयोग से क्या प्राप्त किया है?'

सहजयोग को देखना आपकी जिम्मेदारी है, आपने इसे स्वयं के लिये तथा दूसरों के लिये प्रेम से कार्यान्वित करना है। इस प्रकार एक माँ के लिये अपने बच्चों को बाहर जाते हुए देखना एक बहुत बड़ी बात है। इस अवसर पर

कुछ ज़्यादा बोलना आसान नहीं है। किंतु मुझे साहस जुटाना पडा और समय पर कहने का निर्णय किया कि मुझे इस बारे में सब कुछ उन्हे बताना ही है। क्योंकि अब इसे कार्यान्वित करना आपकी जिम्मेदारी है। यह आपकी जिम्मेदारी है। अपने ढंग से सोचें कि हम सहजयोग के लिये क्या कर सकते हैं। हर चीज़ में आप सहज देख सकते हैं, विचार पा सकते हैं। उन्हे दूसरों को दें, उन्हे लिखकर रखें। अपनी काव्य-रचना करें। आप सभी के द्वारा बहुत सी चीज़ें की जा सकती हैं, और अब व्यर्थ करने के लिये कोई समय नहीं रह गया है। यह बहुत शीघ्र कार्य है क्योंकि यह विश्व अपनी बर्बादी के कगार पर खड़ा है। केवल हम ही लोग हैं जिन्हे इसे बचाना है। अत: यह हमारे लिये एक आपातकाल है। उस आपातकाल में व्यक्ति को जानना है कि सहज का स्वभाव ही हर चीज़ कार्यान्वित कर रहा है। किंतु यदि यह कार्य सही समय पर नहीं हुआ तो हमें एक दूसरे विश्व की जरूरत पडेगी। यह एक अन्य समस्या है। हमें गंभीरता से इसके बारे में सोचना है तथा हर चीज़ का तत्व समझना है। आपको समझना है कि आप फलाना-फलाना चीज़ क्यों करते हैं। जैसे ही आप यह तरीका अपनाते हैं, 'ये नहीं, ये नहीं, ये नहीं,' लो मुझे कोई हैरानी नहीं होगी कि आपकी प्रगति बहुत शीघ्र होगी। बहुत तेज़ी से प्रगति होगी तथा मैं आपको बहुत जल्द निर्विकल्प में बहुत अच्छे से स्थापित हुये व्यक्तियों में देखूंगी। मैं आपको आशीष देती हूँ कि आप अपनी आध्यात्मिकता में बहुत परिपक्व हों। अब हमें जो कार्य करना है वह है लोगों को परिवर्तित करना, यह हमारा कार्य है। हमें लोगों को परिवर्तित करना है। हम परिवर्तित हो चुके हैं, एक बिंदु तक पहुँच चुके हैं और कह सकते हैं कि हमारा पुनरुत्थान हो चुका है। हमें पूरे विश्व का पुनरुत्थान करना है। यह हमारा कार्य है। ये सारे झगडे, लड़ाईयाँ, झूठ आदि समाप्त हो जाएंगे।

हमारे लिये ईसामसीह ही पथ-प्रदर्शक हैं। उन्होंने यह सारा कार्य हमारे हित के लिये किया। सर्वसाधारण व्यक्ति के रुप में वे अवतरित हुये। सर्वसाधारण व्यक्ति के रूप में जीवन व्यतीत किया। यद्यपि उनमें बहुत सी शक्तियाँ थीं परन्तु उन्होंने इन शक्तियों का उपयोग किसी को नष्ट करने के लिये

नहीं किया। इसी प्रकार हम भी प्रेम एवं स्नेह के साथ मृत्यु से भी वास्तव में छुटकारा पा सकते हैं, अपनी गलतफहमियों से छुटकारा पा सकते हैं। अपने विनाशकारी स्वभाव से मुक्त हो सकते हैं। यह विनाशकारी स्वभाव सहजयोगियों के लिये अत्यन्त भयानक है। हमें केवल यही आशा है कि सहजयोगी पुनरुत्थान को पा लेंगे। मैं केवल इतना जानती हूँ कि यदि बहुत से लोग सहजयोगी बन जायें तो ये विश्व परिवर्तित हो जाएगा। इस विश्व को परिवर्तित होना होगा। परन्तु आपका उत्थान होते रहना चाहिये। अपने उत्थान पथ पर आप बढ़ते चले जाईये, इससे वापिस मत लौटिये।

यहाँ-वहाँ छोटी-छोटी चीज़ों की चिंता मत करिये। आपकी बहुत बड़ी जिम्मेदारी है। और यह जिम्मेदारी है मानव मात्र को परिवर्तित करने की। ये आपका कर्तव्य है। आपने कितने लोगों को परिवर्तित किया, कितने लोगों को बदल दिया। पुरुष और महिलाओं दोनों पर ये बात लागू होती है। आपको अन्य लोगों में परिवर्तन लाना है। ये आपका कार्य है और इसके लिये शक्ति आपने ईसामसीह से प्राप्त की है कि आप अन्य लोगों को परिवर्तित करें। आनन्द और प्रसन्नता के नए विश्व में उन्हे परिवर्तित करके ले आएं। सहज निर्मल धर्म में उन्हें ले आयें। वास्तव में यदि ऐसा हो जाए तो विश्व के विषय में सोचें, हमारे लिये ये कितना सुंदर संसार हो जाएगा। हर सहजयोग का कर्तव्य है कि इस नये साहसपूर्ण कार्य को करे और ये खोजने का प्रयत्न करे कि वह कितने लोगों को परिवर्तित कर सकता है और कितने लोगों को सच्चे मार्ग पर ला सकता है।

मुझे आशा है कि अगली बार जब हम यहाँ मिलेंगे तो इन आठ मेजबान देशों के यहाँ उपस्थित लोगों से दुगुनी संख्या में सहजयोगी उपस्थित होंगे। आप सबको मेरा हार्दिक प्रेम। महान दिन हमारी प्रतीक्षा कर रहे हैं। अब हमें केवल अपनी जिम्मेवारी को समझना है। मुख्य चीज़ ये है कि कितने लोगों को हमने परिवर्तित किया। कितने लोगों को हमने पनुर्जीवन दिया। इस चीज़ का लेखा-जोखा रखा जाना चाहिए। इसका नहीं कि हमने कितनी पूजाओं में भाग लिया। पूजाएं केवल आपको शक्ति प्रदान करने के लिये होती हैं, परन्तु

ये आपका कार्य नहीं है, आपका कार्य नहीं है। अपने कार्य के लिये आप पूजाओं से सारी आवश्यक शक्ति ले सकते हैं परन्तु यदि आप इस शक्ति का उपयोग नहीं करते हैं तो इसका क्या लाभ? तो मैं अब ये बात आप पर छोडती हूँ कि आपको स्मरण रहे कि आप पुनरुत्थान को पा चुके हैं। और अब आपने अन्य लोगों को पुनरुत्थान प्रदान करना है। पूर्ण उथल-पुथल और विध्वंस के इस समय में यही महत्वपूर्णतम कार्य है।

आपने स्वयं की जिम्मेदारी को समझना है। इस पृथ्वी माँ को देखें, कैसे वह अपनी जिम्मेदारी समझती है। वह मात्र मिट्टी और कीचड़ से बनी है-किंतु उसे देखिये। कैसे वह जागृत है, कितनी वह सूक्ष्म है, कैसे वह कार्यान्वित करती है? कितनी वह सतर्क है, कितनी सावधान है वह! जबकि आप हालांकि हर चीज़ से इतने आशीर्वादित हैं, क्या आप इसे दूसरों को देने का सोचते हैं? बारह शिष्यों के साथ ईसाई धर्म पूरे विश्व में फैल गया, यद्यपि ये कोई अच्छा काम नहीं था। इस्लाम भी कोई अच्छा काम न था, फिर भी फैला। ये सभी बुरे कार्य फैल गये, तो सहजयोग का अच्छा काम क्यों नहीं फैलता? इसे फैलना ही होगा। इसे विभिन्न स्थानों पर जाना होगा। कोशिश करें, पता लगायें। कहाँ आप जा सकते हैं तथा इसकी चर्चा कर सकते हैं। दूसरों का भला करें, उनकी मदद करें।

समय बहुत कम है और मैं सोचती हूँ कि यदि आप समय को देखें तो पायेंगे कि जिस गति से हम चल रहे हैं वह ठीक नहीं है। हमें बहुत तेज़ होना है, हमें बहुत आगे जाना है तथा हमें अपने निरंतर, बहुत प्रयासों से और भी अधिक सहजयोगी बनाने हैं किंतु सहजयोग को यूँही लिया जा रहा है और यही कारण है कि हम अपनी जिम्मेदारी में असफल हो रहे हैं। हमें पृथ्वी माँ से सीखना है। आप कह सकते हैं कि, 'श्रीमाताजी, कैसे हम आपकी तरह हो सकते हैं?' आखिरकार आप आदिशक्ति हैं! इसमें क्या बात है, आप समझें कि आप एक अंगुली से चीज़ों को गतिमान कर सकते हैं। किंतु मैं क्यों करूँ, मैं क्यों? क्या जरूरत है? इस प्रकार उस प्रतिबिंब में कि, 'मैं पृथ्वी माँ हूँ,' अपने भीतर उस सुंदर सृष्टि में, आपको विश्व की जरूरत के प्रति बहुत

संवेदनशील होना है। विश्व की क्या जरूरत है। आज यदि आप असफल हो जायें तो सदा के लिये सारी चीज़ असफल हो जाएगी। केवल कुछ ही लोग होंगे। अत: आपको आवश्यकता यह है कि आप सहजयोग फैलायें, क्योंकि यह प्रेम केवल आपके लिये मात्र नहीं है। इसका आनन्द केवल आपको ही नहीं लेना है। इसका आनन्द यथा संभव सर्वाधिक लोगों को संपूर्ण विश्व में मिलना चाहिये। अत:, आज के दिन हमें निर्णय लेना है कि हमें आदिशक्ति के बच्चे होने के नाते हमें बाहर निकलना है, हर जगह, हर कोने में हमें आवाज देनी है तथा ऊँची आवाज में कहना है कि हम किस समय में रह रहे हैं तथा एक सहजयोगी होने के नाते आपको कौनसी जिम्मेदारी पूर्ण करनी है। ऐसा जरूर कोई कारण होना चाहिये कि आप यहाँ क्यों है। जिस प्रकार शुरू में सहजयोगी मुझसे पूछा करते थे, 'माँ, मैं पिछले जन्म में क्या था? क्या मैं शिवाजी था?' मैंने कहा, 'इसका क्या फायदा है? आप जो भी रहे हों, किंतु आज आप क्या हैं? यह ज़्यादा बड़ी बात है।' आपको समझना होगा। आप हो सकता है नेपोलियन हों, कहीं के राजा या रानी रहे हों, तो क्या हुआ? उन्होंने किया ही क्या? क्या उन्होंने किसी की कुण्डलिनी उठाई? क्या उनमें कोई शक्ति थी? ईसामसीह के दो अथवा मोहम्मद का कोई भी शिष्य क्या यह कर सकता है? क्या उनमें कुण्डलिनी की समझ थीं? क्या उनमें दूसरों के लिये कोई प्रेम था कि वे उन्हे आत्मसाक्षात्कार देते? कुछ सूफी हुये थे, उन्होंने कभी किसी को आत्मसाक्षात्कार नहीं दिया। बहुत सारे संत हुये थे उन्होंने भी किसी को आत्मसाक्षात्कार नहीं दिया। मोहम्मद साहब ने किसी को साक्षात्कार नहीं दिया। ईसामसीह ने किसी को नहीं दिया, न ही गौतम बुद्ध ने किसी को आत्मसाक्षात्कार दिया। जरा इसके बारे में सोचिये। कृष्ण ने नहीं दिया, राम ने नहीं दिया। कोई और नहीं किंतु आप यह कर सकते हैं।

आप यह कर सकते हैं। आप कुण्डलिनी के विषय में सब कुछ जानते हैं। यह एक बहुत बड़ी बात है क्योंकि आप आदिशक्ति के बच्चे हैं। आप यहाँ हैं और आपकी माँ भी यहाँ हैं। यह मेरे लिये बड़े सौभाग्य की बात है कि आप यहाँ पर है। मुझे आप पर गर्व है, किंतु बारंबार मुझे आपसे कहना है कि काम

को तेज़ गति से करें, हमें तेज़ गति से चलना है तथा सहजयोग में और भी ज़्यादा लोगों को लाना है। इस बात को बलपूर्वक कहना मेरे लिये थोडा कठिन हैं, आप जानते हैं यह मेरा स्वभाव है। मैं क्रोधित नहीं हो सकती तथा मैं कोई बात बलपूर्वक आपसे नहीं कह सकती। किंतु यदि आप असफल होते हैं तो बात केवल यह होगी कि आपने मुझे पूर्ण रूप से असफल कर दिया। इसका यही अर्थ है, इससे कुछ कम नहीं। यदि आप ऐसा नहीं करना चाहते हैं तो मैं आप सबसे अनुरोध करूंगी कि आप एक शपथ लें कि आप सहजयोग का प्रचार करेंगे तथा आप सहजयोगी की चर्चा करेंगे, सहजयोग के बारे में जानेंगे।

सबसे बड़ी चीज़ जो अब हुई है, जिससे मैं बहुत खुश हूँ कि सहजयोगी सहजयोग के बारे में बहुत जिम्मेदार महसूस करते हैं। वे महसूस करते हैं कि उन्हे इस प्रकाश को हर जगह फैलाना है। यह अब उनकी दिली इच्छा है कि वे सहजयोग को फैलायें। पहले यह इच्छा थी कि उन्हे आत्मा बनना है। इससे पूर्व ऐसे भी कुछ लोग थे जो आत्मा को नहीं खोज रहे थे, किंतु वे भी सहजयोगी बन गये। मुझे आश्चर्य है कि आपमें से कुछ लोग इतनी दूर जा पायेंगे और अचानक आप जानते हैं कि फलाना व्यक्ति वहाँ गया और उसने यह किया। इस प्रकार जब आप वास्तविकता के क्षेत्र में आते हैं, तो मैं नहीं जानती कि किस तत्व को पहले आपने ग्रहण किया, यह आपकी समझ है। किंतु एक बात आपने जानी कि आप निश्चित रूप से दिव्य शक्ति से जुड़ गये। कुछ लोगों को बहुत जबरदस्त अनुभव हुये, कुछ को थोड़ा कम। किंतु मैंने देखा कि उनमें ज़्यादातर स्वयं पर यकीन करने लगे, स्वयं को समझने लगे और स्वयं पर विश्वास रखने लगे।

मुझे विश्वास है इस पृथ्वी का, विश्व का संपूर्ण उद्धार घटित होगा, यदि आप लोग जिम्मेदारी ले लें। जिम्मेदारी में कुछ समस्यायें हैं, जिन्हें हमें पता होना चाहिये। जब आप जिम्मेदार महसूस करते हैं तो आपको अवश्य जानना है कि आप कार्य प्रभारी नहीं हैं, यह पहली बात है। दूसरी बात है आप जरूर जानें कि आपके साथ ऐसी बहुत सी अन्य शक्तियाँ भी हैं, बहुत सारे

देवदूत और गण भी हैं। आप अकेले नहीं हैं। अत: आपका सोचना कि आप कुछ कर रहे हैं, शायद आपको अहंकारी बना दे। उस समय अच्छा रहेगा कि आप कहें, मैं कुछ नहीं कर रहा, यह परमात्मा हैं, जो कर रहे हैं।

## सामूहिक ध्यान करें

समस्या यह है कि आप लोग समझते नहीं हैं कि आपको सहजयोग के लिये जिम्मेदार होना है, अन्य लोगों को साक्षात्कार देने के लिये जिम्मेदार होना है तथा आपको सामूहिक ध्यान के सभी कार्यक्रमों में उपस्थित होना है। सामूहिक ध्यान से आप ठीक हो जाते हैं। यदि आप नियमित रूप से सामूहिक ध्यान में जायें तो मैं वचन देती हूँ कि आपकी सभी समस्यायें सुलझ जाएंगी।

आपको सामूहिक रूप से ध्यान-धारणा करनी है क्योंकि मैं सभी प्राणियों में सामूहिक अस्तित्व हूँ। जब आप सामूहिकता में ध्यान करते हैं तो वास्तव में मेरे बहुत करीब होते हैं। जब भी कोई कार्यक्रम आदि हो, अवश्य थोडा सा ध्यान करें। ध्यान-धारणा को हर कार्यक्रम में प्राथमिकता दी जानी चाहिये। भजन गायें, सभी कुछ कर लें, उसके बाद ध्यान करें। मैं जब किसी चीज़ पर बल दूँ तो समझ लें कि मैं जो बता रही हूँ अवश्य वह सत्य होगा, इसका पूर्ण आधार है। यद्यपि ये बात कुछ सांसारिक प्रतीत होती है परन्तु यह अत्यंत महत्वपूर्ण है। यह प्रेम और अधिक प्रभावी होता है जब यह सामूहिक होता है।

## गिनें आप कितनों को दोष देते हैं

सबसे महत्वपूर्ण बात तो ये है कि आपने कितने लोगों को आत्मसाक्षात्कार दिया। यही आपका जीवन है। कमल यदि है तो यह अवश्य खिलेगा, परन्तु इसकी सुगन्ध बिखेरना आवश्यक है। कमल का भी उत्तरदायित्व है तो आप लोगों का क्यों नहीं होना चाहिये? मैं ये नहीं कह रही हूँ कि ईसा मसीह की तरह आप भी क्रुसारोपित हो जायें, नहीं। मैं कहती हूँ कि आप अपने जीवन का आनन्द लें, शान्ति, सुस्थिरता एवं संतुलन प्राप्त करें। परन्तु साथ-साथ आपने सहजयोग भी फैलाना है। अब आपका यही कार्य है।

आपकी नौकरी आदि अधिक महत्वपूर्ण नहीं। महत्वपूर्ण कार्य तो केवल ये है कि आपने कितने लोगों को आत्मसाक्षात्कार दिया। यह अत्यन्त कठिन कार्य है क्योंकि लोगों ने सभी महान अवतरणों, सूफियों और सन्तों के सिद्धांतो को बिलकुल गड़बड़ कर दिया। परन्तु आप लोग तो, कम से कम ऐसा न करें। अत: कृपा करके सोचें कि आप किसे आत्मसाक्षात्कार दे सकते हैं, किससे आप सहजयोग की बात कर सकते हैं। हमें फैलना है। आपके अगले पत्र में, मुझे आशा है, मुझे ये सुनने को मिलेगा कि आपने कितने लोगों को आत्मसाक्षात्कार दिया। ईसा मसीह के क्रूसारोपण, उनके जन्म और उनके पृथ्वी पर अवतरण के लिये आज्ञा चक्र ही सबसे बड़ा कारण है। आप जिन्हें आत्मसाक्षात्कार देते हैं वो आज्ञा चक्र पार करके सहस्रार में पहुँच जाते हैं।

अत: सहजयोग में आप सभी कुछ समझते हैं। ये सब समझना अत्यन्त सुगम है, सहजयोग को समझना अत्यन्त सहज है परन्तु आत्मसाक्षात्कार के बाद। अत: आस-पास, चहुँ ओर जाकर आपको देखना होगा कि कितने लोगों को आप आत्मसाक्षात्कार दे सकते हैं। सभी कुछ ठीक है। आपका पूजा करना भी ठीक है, पूजा भी ठीक है। परन्तु सबसे आवश्यक कार्य ये है कि आपने कितने लोगों को आत्मसाक्षात्कार दिया। मैं जानना चाहूँगी कि कितने लोगों को आपने आत्मसाक्षात्कार दिया, विशेष रूप से महिलायें। क्योंकि महिलायें आत्मसाक्षात्कार देने में दुर्बल हैं। मैं जानती हूँ कि वो बहुत कार्य कर सकती हैं। आखिरकार मैं भी एक महिला हूँ, परन्तु सहजयोग में मैं महिलाओं को उस स्तर पर नहीं पाती। वो बहुत कार्य कर सकती हैं, परन्तु वे अपने जीवन के महत्व को नहीं समझतीं। आप बहुत महत्वपूर्ण हैं।

कितने लोग ऐसे हैं जिन्हे आत्मसाक्षात्कार प्राप्त हुआ? बहुत से सूफिओं को आत्मसाक्षात्कार मिला, उन्होंने काव्य लिखे और बस समाप्त। बहुत से सन्तों ने बहुत कार्य किया, बहुत कुछ लिखा। भारत में ऐसे बहुत से सन्त हुये। उन्होंने सभी ग्रंथ लिखे। लोग इन ग्रन्थों को पढ़ते हैं परन्तु कुछ भी घटित नहीं होता। आपमें आत्मसाक्षात्कार देने की कला है। आपको कुण्डलिनी का ज्ञान है, इसके विषय में आप सभी कुछ जानते हैं। आगे बढ़ें

और लोगों से बात करें।

जब मैंने सहजयोग आरम्भ किया तो मैं अकेली थी और मैं तो एक महिला हूँ। तो अब आप लोगों का क्या है? आप सब लोगों के सम्मुख ये चुनौती है कि आपने कितने लोगों को आत्मसाक्षात्कारी बनाया। यहाँ तक कि आपके परिवार के लोग भी सहजयोगी नहीं है। आपकी बेटी और बेटा भी सहजयोगी नहीं है। तो ईसा मसीह का महिमागान करने का क्या लाभ है? उनका स्तुतिगान यदि आप करते हैं तो आपको चाहिए कि लोगों को आज्ञा से ऊपर उठाएं। उनका स्थान हमारे अन्दर कितना ऊँचा है। परन्तु आपने कभी उनका सम्मान नहीं किया कि आपके अन्दर विद्यमान इतने उच्च देवता ने आज्ञा चक्र को पार कर लिया, वो अन्य लोगों ने क्यों नहीं किया।

आज की पूजा के बाद हम देखेंगे कि आपमें कितना दृढ़ संकल्प है। आपको ये बात समझनी चाहिए कि देवी आपकी माँग करने पर नहीं आतीं, वे अपनी इच्छा से आती हैं। उनका अपना ही समय है। परन्तू यदि आप लोगों की संख्या बहुत अधिक हो जाए, बहुत बड़ी संख्या में लोग सन्त हो जाएं और अन्य लोगों को भी आप सन्त बनायें तो हर तरह से मैं आपके साथ हूँ। अन्यथा मैं आपको उपलब्ध हूँ, मैं आपके साथ हूँ, आप मेरी चैतन्य-लहरियाँ प्राप्त कर सकते हैं, मेरी पूजा भी कर सकते हैं। ये सारी चीज़ें आपको प्राप्त हैं, इसमें कोई सन्देह नहीं। परन्तु इन सब चीज़ों की योग्यता, इनका अधिकार भी आपको तभी तक है जब आप सहजयोग करते हैं। यदि आप सहजयोग फैला रहे हैं और यदि आप इसे अन्य लोगों को दे रहे हैं केवल तभी आपको देवी की चैतन्य लहरियाँ प्राप्त करने के योग्य माना जाएगा।

कुछ देशों में यदि सहजयोग इतना शक्तिशाली है तो आपके देश में, आपके पडोस में, आपके सम्बधियों में यह इतना शक्तिशाली क्यों नहीं? अत: आपको यह निर्णय करना है कि अन्य लोगों को आत्मसाक्षात्कार देने के लिये आप स्वयं को समर्पित कर दें। सहजयोग के विषय में बातचीत करना अत्यन्त आनन्ददायक है।

आपने कितने लोगों को आत्मसाक्षात्कार दिया है, इसके बारे में मुझे कोई कुछ नहीं लिखता। ये भी लिखकर नहीं बताते कि वे सहजयोग का प्रचार-प्रसार करने में वो कितने समर्थ हैं। कोई भी कुछ भी लिखकर नहीं बताता। ये बहुत ही आश्चर्यजनक है। आप लोगों ने मुझे ये सब बताना चाहिये।

## आलोचना

जब मैं सहजयोगियों को सहजयोगियों की आलोचना करते देखती हूँ तो मुझे हैरानी होती है। जब आप एक के ही अंग-प्रत्यंग हैं तो आप कैसे आलोचना कर सकते हैं? एक आँख द्वारा दूसरी की आलोचना, मेरी समझ के बाहर है। मैं आलोचना कर सकती हूँ, इसमें कोई बात नहीं, किंतु आप क्यों करें? आप एक दूसरे की आलोचना क्यों करें? आपको केवल एक काम करना है वह है एक दूसरे को प्रेम करना। ईसा मसीह ने इस बात को तीन बार कहा था, मैंने अवश्य ही इसे पहले ही १०८ दफा कह दिया होगा कि, आपको परस्पर प्रेम करना है। केवल यही एक तरीका है, जिससे आप करुणा को अभिव्यक्त कर रहे हैं। यदि मैंने आपको कभी किसी समय कोई प्रेम दिया हो तो आपको दूसरों के प्रति धैर्यवान होना ही होगा, प्रेममय होना ही होगा। मैं कभी कभार लोगों की खुशामद करती हूँ तो पाती हूँ कि वे तुरंत ही दूसरों की आलोचना अथवा इस प्रकार की किसी चीज़ पर उतर आते हैं। अब मूल बात यह है कि यदि हमारी करुणा बह रही है तभी हम माँ से करुणा से प्राप्त कर सकेंगे।

दुसरों पर टीका-टिप्पणी करना अत्यंत आसान है। 'बाकी सब गलत हैं' ये कहना भी अत्यंत आसान है, पर अपने अंदर की गलतियों को ढूँढना ज़्यादा आसान है क्योंकि आप दूसरों को सुधार नहीं सकते, पर स्वयं को जरूर सुधार सकते हो। ये इस प्रकार आसान है, जैसे आपकी लड़की का विवाह किसी दूसरे व्यक्ति से हो गया। अब कल्पना कीजिये की उन दोनों में कुछ समस्या उत्पन्न हो गयी तो उस दूसरे व्यक्ति को कहने के बजाय आपको अपनी लड़की को समझाना अधिक अच्छा होगा क्योंकि वो आपकी लड़की

है। इसी तरह दूसरे लोगों को सुधारने से अच्छा है आप स्वयं को सुधारें, ये ज्यादा आसान है। अगर आप अपनी अहंकार की ओर ही देखते रहें, जो इन सब बातों को रोक देता है, तो अधिक आसान रहेगा। ऐसी कौन व्यक्ति जिसका कल्याण हुआ है और सहजयोग का आशीर्वाद प्राप्त हुआ है? आपको ये समझना है कि एकदूसरे के साथ झगड़ा करके, एकदूसरे से लड़ाई करके आप सहजयोग की शक्ति कम कर रहे हो। आप कल्पना करें कि अगर जो शक्ति के चैनल्स हैं (नाड़ी) वो एकदूसरे के साथ झगड़ा करने लगे तो आपकी उर्जा कैसे प्रवाहित होगी? इसलिये आपको पहले अपनी नाड़ियों को ठीक करना है और उसे समझ लेना है। अगर आपके सभी चैनल्स एकसाथ काम करेंगे तो अधिक अच्छी तरह से कार्य हो सकता है। इसलिये आपको एकसाथ रहना चाहिये। सामूहिकता को आपको समझना चाहिये। जब सामूहिकता को कुछ तकलीफ होती है तब आपका कौनसा चक्र पकड़ता है? आप बोल सकते हो? विशुद्धि और सहस्रार के कारण... मैं सभी देवताओं की विराट हूँ। सभी चक्र मस्तिष्क में (सहस्रार) हैं और तिसरी बात ये है कि जब ये ठराविक स्तर के उपर जाता है तब आपका हृदय पकड़ता है और विशुद्धि, सहस्रार और हृदय इनका एकत्रीकरण शुरू हो जाता है। जब इसमें दायीं या बायी आज्ञा में से एक शामील हो जाती है तब एकादश रुद्र में बढोतरी होती है। (एकादश रुद्र का आज्ञा चक्र का स्थान पकड़ता है)

## फैलते हाथ

अमेरिका संपूर्ण विश्व की विशुद्धि है, अत: यह बहुत ही जरूरी है कि जो लोग यहाँ के प्रभारी हैं वे विशुद्धि की सभी शक्तियों को जानें, इसलिये उन्हे यह भी जानना है कि किस प्रकार इन शक्तियों को संरक्षित रखना है और संपूर्ण विश्व में इसे फैलाना है। जो दो हाथ विशुद्धि चक्र को संगठित करते हैं उनसे आपको सहजयोग फैलाना है। आपको विभिन्न समाजों में, देशों में जाना है-छोटे गांवों तक में भी आपको सहजयोग फैलाना है। केवल अपने हाथों में पहले शीतल लहरियाँ देख लें। इसका अर्थ है कि आपने अपने जीवन में परमात्मा की सर्वव्यापी शक्ति अनुभव कर ली। इस प्रकार यह

सामूहिक, सर्वव्यापी प्रेम है जो आपके हाथों में आता है और आपको सीखाता है।

## बातें करें

भौतिक पदार्थों के लिये जो भी कार्य आप अब कर रहे हैं वह आपके हित में नहीं। पहले तो आप नन्हे बच्चे थे, बहुत छोटे थे। अब आपका सामूहिक अस्तित्व है। कोई भी कार्य आप अपने लिये नहीं कर रहे। उस सामूहिक व्यक्ति के लिये कर रहे हैं। उस विराट की चेतना प्राप्त करने के लिये आप उन्नत हो रहे हैं। यही, यही पूर्णत्व आपने प्राप्त करना है। आपकी नौकरियाँ, आपका पैसा या आपका धन, आपकी पत्नी, आपके पति, आपके बच्चे, मातायें, संबंधी, ये मोह अब समाप्त हो गये हैं। अब आपको सहजयोग की जिम्मेदारी उठानी होगी। आप सभी समर्थ हैं और इसलिये आपका पालन किया गया है। जैसे भी आपको अच्छा लगे, जितनी भी आपकी क्षमता है वैसे कार्य करें। पूर्ण समर्पण से आप इसे प्राप्त करेंगे। समर्पण ही एकमात्र चीज़ है। पूर्ण समर्पण ही आगे उन्नत होने का एकमेव मार्ग है। सभी देशों को, सभी राष्ट्रों को, सभी लोगों को, सर्वत्र, ये महान संदेश दें कि पुनरुत्थान या पुनर्जन्म का समय आ गया है। यही वह समय है और आप सब लोगों में यह कार्य करने की योग्यता है।

सहजयोग के बारे में बात करें। परन्तु सहजयोगी बहुत शर्मीले हैं। एक बार मैं हवाई जहाज़ से जा रही थी। मेरे पास बैठी महिला के शरीर से बहुत ही गर्मी निकल रही थी। मैंने उनसे पूछा कि उसका गुरू कौन है? उसने मुझे नाम बताया। मैं हैरान थी कि उसे आध्यत्मिकता का बिलकुल भी ज्ञान न था फिर भी ऐसे लोगों के बडे-बडे घर हैं, बड़े-बड़े मंदिर हैं, सभी कुछ है। वह महिला अपने इस गुरु की प्रशंसा किये चली जा रही थी। मैंने सोचा कि यह अत्यन्त निर्लज्ज है। उसके अपने अन्दर कुछ नहीं है। उसके शरीर से इतनी गर्मी निकल रही थी और फिर भी वो अपने गुरु की बातें किये चले जा रही थी। परन्तु सहजयोगी ऐसा नहीं करते। मैं हैरान थी कि सहजयोगी क्यों नहीं सहजयोग के विषय में बात करते?

किंतु एक दिन मैं किसी के साथ बाज़ार गई। मेरे साथ एक सहजयोगी भी था। मैं हैरान थी कि वह उन्हे मेरे विषय में बताने लगा और आत्मसाक्षात्कार देने लगा। उन लोगों को इससे प्रसन्नता हुई कहीं भी आप जायें, अपने पड़ोस में, अपने बाज़ार में, सर्वत्र आपको सहजयोग के विषय में बताना चाहिये। जिस तरह ईसाई लोग आनन्दगान (केरल) गाते हैं वैसे ही आपको भी भजन गाने चाहियें और इसके माध्यम से हमें सहजयोग बताना होगा। हम इतने संकोचशील क्यों हैं? इतनी अधिक शर्म से सहजयोग का हित नहीं होगा। अत: कृपा करके अन्य लोगों को आत्मसाक्षात्कार देने का प्रयत्न करें। आपमें शक्तियाँ हैं। अपने पर भरोसा करें। मैं सोचती हूँ सहजयोगियों में आत्मविश्वास की कमी है। बहुत ही कम लोग बाहर निकल कर इस कार्य को करते हैं। इटली और आस्ट्रेलिया में मैंने देखा है कि सहजयोग का बहुत प्रचार-प्रसार हुआ है क्योंकि उन लोगों में दृढ़ विश्वास है कि जो हमें प्राप्त हुआ है वह हमें अन्य लोगों को भी देना है। हमें यह अन्य लोगों में भी बाँटना है।

समस्या आज बहुत ही जटिल है। आपका मूल ढाँचा न केवल इन छद्म लोगों द्वारा खराब कर दिया गया है, अपितु बहुत सी अन्य चीज़ों द्वारा भी जो आपने स्वीकार कर ली हैं। समाज, पारिवारिक जीवन, नशा, बुरी आदतें तथा बहुत सी ऐसी चीज़ें हमारे अन्दर घुस आयी हैं तथा उन्होंने ऐसा जाल बुन दिया है कि इससे बाहर आना संभव नहीं है। इससे बाहर आने का केवल एक ही रास्ता है।

कुछ चिड़ियाओं के बारे में अपने बचपन में मैंने चिड़ियाओं की एक कहानी पढ़ी थी। एक जाल इन चिड़ियाओं को पकड़ने के लिये बिछाया गया था, जिसमें वो फँस गईं। उन्होंने महसूस कर लिया, 'हमारे साथ धोखा हुआ है।' उन्होंने थोडे-बहुत दाने देखे और उन्हे धोखा हो गया। इस प्रकार उनका जाल से निकलना असंभव हो गया। यह एक असंभाव्य बात हो गई। एक चिड़िया बाहर नहीं आ सकती, जैसे ही कोई बाहर आने की कोशिश करती, बाकी चिड़िया और अधिक फँस जाती। हालात और भी खराब हो जाते। अब

क्या किया किया जाये? सभी ने इकठ्ठा कहा कि, 'क्यों न इस जाल के समेत उडा जाये? और बाद में इसे चोंचे से काट कर हम सब मुक्त हो जाएंगे, किंतु सबसे पहले यहाँ से निकला जाये।' सभी एक साथ अपनी ताकत लगायें और उड़ जायें। और उन्होंने यही किया। उन्होंने अपने पंख फैला लिये और एक साथ उड़ गईं। और वे अंतत: मुक्त हो गई। आज सहजयोग भी इसी प्रकार की एक युक्ति है। एक व्यक्ति इसे कार्यान्वित नहीं कर सकता। यह असंभव बात है। यदि एक व्यक्ति इसे करता है, तो यह एक असंभाव्य बात है। उसको जाना होगा और एक गुफा में स्थाई रूप से रहना होगा। कोई भी एक व्यक्ति, यहाँ तक कि ईसामसीह की शक्तियों से मुक्त होने पर भी इस पृथ्वी पर आया, क्रूसारोपित हो गया और खत्म। तीन वर्षों तक कार्य किया बाद में उन्हें क्रूसारोपित कर दिया गया। किसी ने भी उन्हें समझा नहीं।

कुछ लोग सोचते हैं कि वे सहजयोग में बहुत ऊँचे स्थान पर हैं, किंतु यह बात नहीं है, ऐसी बात नहीं है। इस बात के कोई मायने नहीं हैं कि आप अपने बारे में क्या सोचते हैं। जो आपको करना है वह यह समझना है कि मैंने क्या किया है? आपने कितने लोगों को आत्मसाक्षात्कार दिया है; कितने लोगों से आपने इसकी चर्चा की है। लोगों को सहजयोग के बारे में बात करते हुये तक शर्म आती है। सहजयोगी किसी व्यक्ति को नहीं बताता कि सहजयोग क्या है? उन्हें संकोच होता है। उनके कई सौ मित्र होंगे, वे सौ दोस्तों से मिलेंगे किंतु वे कभी भी नहीं बतायेंगे कि सहजयोग क्या है। उनसे बताने में वे संकोचशील हैं। उन्हें पार्टियों में जाने में कोई हर्ज नहीं। अन्य लोगों के शराब पीने पर वे कहेंगे कि, 'मैं नहीं पीता।' किंतु वे यह नहीं कहेंगे कि, 'मैं सहजयोगी हूँ, मैं पी नहीं सकता, स्वभाव से ही मैं पी नहीं सकता।' अत: यह तीसरी बात है जहाँ आपको घोषणा करनी है। आपका स्वयं पर विश्वास अवश्य होना चाहिये और आपको उद्घोषणा करनी चाहिये। सभी संतो ने घोषणा की थी, इसके लिये मार दिया गया। आपने देखा है किस प्रकार सुकरात को जहर दिया गया। कोई बात नहीं, आपको मारने वाला कोई नहीं है। इस आधुनिक युग में मौलिक अधिकार विद्यमान हैं, अत: आपको कोई

मार नहीं सकता। मेरी बात मान लीजिये, किंतु आप अवश्य ही घोषणा करे। आपके द्वारा घोषणा पूर्ण विश्वास के साथ की जानी चाहिये तथा इसमें समझ होनी चाहिये कि सहजयोग कितना महत्वपूर्ण है। उद्देश्य है संपूर्ण विश्व का परिवर्तन। आपके परिवर्तन से संपूर्ण विश्व परिवर्तित होगा। अन्यथा यह बहुत ही जटिल चीज़ है, सहजयोग अपनी कार्यप्रणाली की वजह से बहुत ही जटिल है।

मेरे भाषणों में क्यों आप देखते हैं कि आते तो हजारों हैं किंतु जब आप लोगों से मिलने की बात आती है तो मुश्किल से चार-पाँच ही रह जाते हैं। कारण यह है कि आप ही संपर्क करने में कम पड़ते हैं। एक भद्र पुरुष मुझसे मिलने आया था और उसने मुझने कहा, 'माँ मैं एक बार आपके व्याख्यान में आया था। शायद फ्रांस में। और जिस ढंग से आपने हमसे बात की, मधुरता से हमें बताया, उन विचारों को हमारे मस्तिष्क में डाला उससे हम बहुत ही गदगद हो गये। आप इतनी दयालु और धैर्यवान थीं। किंतु जब हम नेताओं से मिले तो वे बुलडोजर की भाँति रहा। फिर तो नये लोगों का आना असंभव हो जायेगा। अब यदि एक शक्ति है जो ब्रह्माण्डीय शक्ति है, जो कि आपके माध्यम से कार्य कर रही है, आप मात्र एक माध्यम हैं, तो इसे अपने माध्यमों से इस शक्ति को कार्य करने दें। किंतु यदि कोई अहं-चक्कर हो, तो इस वजह से आपके पास आने वाले जम नहीं पाते। आपको उनके प्रति बहुत ही मधुर और नम्र होना है। किंतु मुझे बताया गया कि हाल में भी वे लोगों से घमंड से पेश आते हैं, जो मेरे कार्यक्रम में आते हैं। इस प्रकार हमसे पता चलता है कि आप अभी भी वहाँ नहीं हैं, यह सहजविरोधी स्वभाव है। आपको हर एक के प्रति बहुत ही नम्र, बहुत ही मधुर और बहुत विवेकी होना है। सभी को आने दें, सभी को बैठने दीजिये, मैं इससे निपट लूंगी, मैं इसकी देखभाल कर सकती हूँ। अत: यह एक चीज़ है जो आपके, सहजयोग और आपे स्वभाव पर प्रतिक्रिया करती है। जब आप दूसरों पर क्रोधित होने लगते हैं, उन्हें डाँटने लगते हैं अथवा उन पर चिल्लाने या उनसे बहस करने लगते हैं। मैं सोचती हूँ जितना हम कम बोलें उतना ही बेहतर है, ताकि कम से कम आपके क्रोध की

अभिव्यक्ति तो इस प्रकार की नहीं होगी। किंतु क्रोध में यह भी होता है यदि इसे दबाया जाये तो यह एक दबे हुये बीज की तरह कार्य करता है और आप कभी-कभार ज्वालामुखी हो उठते हैं। अत: हमें यह कला सीखनी है कि हमारे भीतर की शान्ति कहीं अधिक शक्तिशाली है। शांति ही सबसे अधिक शक्तिशाली चीज़ जो हमने प्राप्त की है। यदि कोई बाहरी व्यक्ति आकर बहस करने लगे तो आप केवल शान्त हो जायें। आप ध्येय-धारणा कीजिये और आप उनसे निपटने में समर्थ हो जाएंगे।

## सामूहिक पुनरुत्थान

ईसा मसीह के पुनरुत्थान को अब सामूहिक पुनरूत्थान होना होगा। यही महायोग है। सामूहिक पुनरूत्थान होना ही होगा तथा इस सामूहिक पुनरूत्थान के लिये सबसे पहले सहजयोगियों को सामूहिक होना होगा। क्योंकि कुण्डलिनी जागरण के माध्यम से आप पार हो जाते हैं, कोई संदेह नहीं कि आप पार हो जाते हैं। किंतु आप सामूहिकता के क्षेत्र में प्रवेश करते हैं और यदि आप उस सामूहिकता को अपने अन्दर व्याप्त नहीं होने देते तो आप नीचे आ जाते हैं। मान लीजिये कि आप तत्वों से परे स्थिति को प्राप्त कर लेते हैं, जहाँ आप एक सामूहिक अस्तित्व हैं। आप जागरूक होते हैं कि आप पूर्ण के अंग-प्रत्यंग हैं। आप जागरूक होते हैं कि आपको अपनी नाक की तथा अपनी आँख की सहायता करनी है क्योंकि आप संपूर्ण के अंग-प्रत्यंग हैं। आप उस स्थिति को प्राप्त करते हैं जहाँ आप समझते हैं कि मैं भी उतना ही महत्वपूर्ण हूँ जितनी की अन्य कोशिकायें हैं और अन्य कोशिकायें मुझसे सहायता प्राप्त करती हैं तथा उन्हें मुझे पोषण देना है। हम एक हैं। संपूर्ण सामंजस्य होना चाहिये। यह चेतना आत्मसाक्षात्कार के पश्चात आती है तथा यदि आप नहीं समझते कि यह सामूहिक चेतना ही एकमात्र रास्ता है जिससे आप उस क्षेत्र में टिक सकते हैं अन्यथा आप बाहर आ जाते हैं। आप अपने ही छोटे-छोटे कुँऐ बनाने लगते हैं और उनमें गिर जाते हैं। जितना अधिक आप स्वयं को विस्तृत करेंगे आप और अधिक उँचा उठेंगे, लेकिन आप फिर अपनी बाधाओं को ग्रहण कर लेते हैं। किंतु यदि आप सोचते हैं कि

आपको संपूर्ण के लिये जीना है, मैं संपूर्ण के लिये जिम्मेदार हूँ, मैं एक कोशिका के नाभिक को बनाने के लिये जिम्मेदार हूँ जो संपूर्ण की देखभाल करेगा और यदि मैं गिरता हूँ तो इससे बाकी लोगों को कष्ट होगा। इसलिये मेरे नीचे गिरने का कोई प्रश्न नहीं है क्योंकि मुझे इस स्तर तक पुन: उठाया गया है। मैं सामूहिकता की उस स्थिति में पहुँच गया हूँ जहाँ मेरा अस्तित्व मेरी आत्मा है, जो एक सामूहिक अस्तित्व है तथा मुझे वहाँ स्थित होना है मुझे वहाँ होना है, मैं गिर नहीं सकता, इस तरह मैं नहीं रह सकता। किंतु मैंने देखा है कि आत्मसाक्षात्कार पाने के बाद भी लोग अपने से बाहर नहीं आ पाते। वे तब भी घरोंदो में बने रहते हैं। वे अपने पंखों को फैलाकर गा नहीं पाते और अपने घरोंदो से बाहर आकर उड़ नहीं पाते। यह वो नहीं कर पाते। वे अभी भी जीवन के छोटे तरीकों से एक छोटे ढंग से, हर ढंग से चिपके हुये हैं। एक पावन दिवस मनाने हेतु आप अलग से जाना चाहते हैं। क्यों? यह पावन दिवस समय है, जैसा कि इसे कहा जाता है। जब आप अन्य सहजयोगियों के साथ होते हैं तब आप वास्तव में पावन दिवस मना रहे होते हैं। अन्यथा आप कब पावन दिवस मना पाते हैं? कौनसा अलग रास्ता है? उनके साथ होना ही वास्तव में होली डे है। इसी कारण व्यक्ति को समझना चाहिये कि उसे अपनी सामूहिकता को फैलाना है। यदि आप अपनी सामूहिकता को नहीं फैलाते तो आप व्यर्थ हैं। आप सहजयोगियों की एक व्यर्थ रचना मात्र हैं जिसके बारे में मुझे खेद से कहना है कि इसका पतन होगा। ऐसे लोग हांलाकि शुरूआत में दिखाई देते हैं लेकिन वे धीरे-धीरे ठीक हो जाते हैं और जब आप अपनी पूर्ण स्थिति को प्राप्त होते हैं तब आप एक-दूसरे की संगति का आनन्द लेने लगते हैं। उनसे आपको कोई भय नहीं रह जाता, उनसे कोई आसक्ति, कोई अपेक्षा नहीं रहती, मात्र इसमें आनन्द आता है। इसे घटित होना होगा। हमारे शरीर की सभी कोशिकायें उसी तरह हैं। यदि वे साथ रह सकती हैं तो हम क्यों नहीं? कम से कम हम खुद को कोशिकाओं से तो ज़्यादा सयाने मानते हैं। कम से कम इतनी तो अपेक्षा है क्योंकि हम एक कोशिका से इतना ज़्यादा विकसित होते हुये इस स्तर तक पहुँचे हैं। और इससे भी बड़ी बात है कि आप

परमात्मा की सृष्टि में सर्वोच्च स्थान पर हैं। आप उच्चतम हैं। तो इसमें क्या मुश्किल है? जब आप पुर्नउत्थित होते हैं तो पहली चीज़ जो आपके साथ होनी चाहिये कि आप समझें कि अब आप एक व्यक्ति नहीं रहे किंतु आप एक सामूहिक अस्तित्व हो गये हैं। आप एक पृथक व्यक्ति नहीं रहे। जो सारी चीज़ें आपको वैयक्तिकता को करती हैं उन्हें फैंक दीजिये। वे सारी समस्यायें जो आपको व्यक्तिगत समस्याओं के रूप में आती है वे बिलकुल बेकार हैं, झूठी हैं, व्यर्थ हैं। सामूहिक समस्याओं के बारे में सोचिये, मैं ऐसे लोगों से खुश होती हूँ।

अब आप परमात्मा के साम्राज्य में प्रवेश कर चुके हैं तथा वह आपकी देखभाल करेगा। क्योंकि आप वह स्थिति अपने अन्दर स्थापित करते हैं कि आप एक सामूहिक अस्तित्व हैं। अन्य सभी चीज़ें छूट जाएंगी। धीरे-धीरे हर व्यक्ति को पुनः गठित किया जायेगा। यहाँ तक कि बहुत कठिन किस्म के लोगों को भी मैंने सुधरते हुये देखा है। किंतु आप क्यों नहीं होते, हर किसी को सुधारने में लगे हुये हैं, आप क्यों नहीं सुधरते? आप कहाँ तक वहाँ पहुँचे हैं? आप अपने विश्वास में कहाँ तक पहुँचे कि आप परमात्मा के साम्राज्य में पहुँच गये हैं और आपका कार्य परमात्मा की शक्ति द्वारा देखा जा रहा है उसका मार्गदर्शन किया जा रहा है और मैं इससे अवगत हूँ। मैं अवगत हूँ कि मैं परमात्मा के साम्राज्य में प्रवेश कर चुका हूँ जो मेरी सामूहिकता के माध्यम से अभिव्यक्त है। इस प्रकार सामूहिकता एक सहजयोगी का स्वभाव है तथा यही बात शक्ति को समझनी है।

## विवेक

हम वे लोग हैं जिन्हे किसी समाज से डरना नहीं है। हमें इससे बाहर आना है तथा हमें उन्हे सीख देनी है। जो भी कुछ अच्छा है वह हम करेंगे चाहे आप इसे पसंद करें या नहीं। यह एक संत का लक्षण है। यदि आपने किसी संत को देखा है, कहीं पर भी, वे हर दिशा में निकले यह बताने के लिये कि क्या सत्य है, क्या किया जाना चाहिये। यही संत का लक्षण है। अन्यथा

आपके संत कभी-कभार समाज में, कभी-कभार सहजयोग में, कभी-कभी यहाँ घुल जाते हैं। फिर ऐसे संतो का क्या फायदा? आप मुझे कोई भी बतायें, संत का उदाहरण दीजिये जिसने समाज से संघर्ष न किया हो, जिसने समाज की गलतियों को रेखांकित न किया हो, एक बुलंद ढंग से, बगैर किसी भय के? क्या आप किसी ऐसे संत को जानते हैं?

सहजयोगियों के लिये यह बहुत जरूरी है कि उनके भीतर उस प्रकार का साहस हो। यदि आप अपना विवेक बढायें तो यह कार्य करेगा। अहं कक्ष की ओर आप किस प्रकार का विवेक विकसित करते हैं और किस तरह? दायीं ओर आपके अन्दर सभी देव, सभी देवता लोग बैठे हुये हैं। आपको इन देवताओं को समझना होगा। आपको जानना है कि वे क्या करने वाले हैं। मान लीजिये कि आप रास्ते में कहीं भटक गये तो आपको आम लोगों की भाँति नहीं सोचना चाहिये, 'ओह, मैं रास्ता भटक गया! मैं कैसे वहाँ पहुँचूंगा? मैं क्या करूं?'आखिरकार आप किसी बेकार के काम से जा रहे हैं। इसका कोई फर्क नहीं पड़ता। किंतु आप अवश्य सोचें, 'हनुमानजी ने अवश्य ही मुझे यहाँ किसी काम के लिये भेजा होगा। चलो देखते हैं।' इसे स्वीकार करें। परिस्थिति को स्वीकार करें। जब आप परिस्थिति को स्वीकार करते हैं तब आप देवताओं के हाथों में होते हैं तथा वे आपका मार्गदर्शन करते हैं। आपके देवता इसे कार्यान्वित करते हैं। इसे स्वीकार करें। यह स्वीकृति आपको अपने अहं के उपर एक बेहतरीन विवेक देगी। जो भी गलत हो जाता है, सब ठीक है। हम इसे स्वीकार करते हैं।

सबसे परे आपको परम चैतन्य को परखना है। यदि आप कुछ करते हैं और चैतन्य झुकाव की ओर होता है फिर तो निश्चय ही महसूस करें कि, 'मैं सहजयोगी हूँ, मेरे लिये मेरी लहरियाँ और मेरा उत्थान ही परम महत्व की चीज़ है।' इस प्रकार दायीं बाजू की ओर विवेक बढ़ाने के लिये, आपको अपना लक्ष्य जानना है, अपना गंतव्य स्थान जानना है। आप अवश्य जानें कि आप किस मार्ग पर खड़े हैं और आपको कहाँ लाया गया है। आज आप कहाँ हैं? हम अन्य लोगों की भाँति नहीं हैं।

सहजयोग एक अनमोल रत्न है। आप इसे हर किसी को नहीं दे सकते। मैंने लोगों को एयरपोर्ट में लोगों की कुण्डलिनी उठाते हुये देखा है। नहीं! यह सबके लिये नहीं है। उन्हे सहजयोग में आना होगा। उन्हे इसे माँगना पडेगा। उन्हे इसकी याचना करनी होगी। केवल तभी अपना साक्षत्कार प्राप्त कर सकते हैं। हम संख्या नहीं चाहते, हम सहजयोगियों की गुणवत्ता चाहते हैं, हम सत्य जिज्ञासुओं की गुणवत्ता चाहते हैं। किंतु जब हम श्रीमाताजी के लिये बहुसंख्य में वोट चाहने लगते हैं तो मुझे कहना है कि मैं किसी चुनाव में खड़ी नहीं हूँ। चाहे आप मुझे चुने अथवा नहीं, मैं चुनी हुई हूँ, मैंने यह कार्य कर लिया है, आपको इसे नहीं करना हैं। मुझे उसके लिये ज़्यादा लोगों की जरूरत नहीं है। तथा जब आप विवेक में चूक जाते हैं तो आप देखते हैं कि कुछ समस्यायें खड़ी हो जाती हैं।

# अध्याय आँठ

# निर्विचारिता में प्रचार-प्रसार

''सहजयोग को कार्यान्वित किया जाना है,
इसके बारे में सोचा जाना नहीं है।
सोचना काम टालने के लिये
एक आलसी व्यक्ति का पहनावा है।''

## दिमागी काम

सहजयोग मस्तिष्क की गतिविधियों से नहीं किया जाता। यह आध्यात्मिक स्तर पर कार्य करता है, जो मानसिक स्तर से कहीं अधिक उँचा स्तर है। आपको समझना है कि सहजयोग किया जाना है, इसे सोचा जाना नहीं है। आप इसके बारे में सोच ही नहीं सकते। जो कुछ भी आप सोच-विचार के कर लें, आप सहजयोग में कोई परिणाम हासिल नहीं कर सकते।

एक मस्तिष्क जो सरल है, जो है, जिसके अन्दर प्रेम है, वह सीधे ही समझ सकता है कि मैं क्या कह रही हूँ। इस जटिल मस्तिष्क को सही करना है, तथा इसके सबसे अच्छा रास्ता है सोच-विचार बंद कर देना। केवल सोचना छोड़ दें। यही आपको करना है। अब जब आप सोचना बंद कर देते हैं तो आपको लगता है कि कुछ भी नहीं किया जा सकता। किंतु केवल सोचने मात्र से भी आप कुछ नहीं करते। उदाहरण के लिये, मुझे आपको एक भाषण देना है किंतु मैं इसके बारे में सोचना शुरू कर दूँ तो आप क्या सुन पायेंगे? क्या आप मेरे सोच-विचार को सुन सकते हैं? आपको दीपों को प्रदीप्त करना है, फिर आप सोचने लगें कि, 'मुझे इन्हें प्रदीप्त करना है।' क्या इससे दीप जल उठेंगे? इसे समझना होगा कि सोचने से आप कुछ नहीं करते। सोचना एक आलसी व्यक्ति की पोशाक है और यह काम नहीं करने के लिये पहनी जाती है।

जब वास्तविकता स्वयं को करूणा के रूप में अभिव्यक्त करती है तब आप इसके बारे में कुछ नहीं करते। उदाहरण के लिये यह करना भी कि मैं आपकी कुण्डलिनी उठाती हूँ, मुझे नहीं मालूम कि यह मैं करती हूँ। क्योंकि आप सब लोग तैयार हैं, आप बिलकुल एक मोमबत्ती की तरह हैं। मैं एक जली हुई मोमबत्ती हूँ और यदि यह मोमबत्ती दूसरी अन्य मोमबत्तियों को रोशन कर दें तो मुझे नहीं लगता कि मैंने कोई बहुत बड़ा काम कर दिया है। यही वास्तविकता है। इसमें कोई विनम्र होने वाली बात नहीं है। किंतु यह वास्तविकता है। मैं वाकई में कुछ भी नहीं करती। आप सभी को इस उद्देश्य के लिये बनाया गया है। परमात्मा ने आपको इस प्रकार बनाया है, और

आपको मात्र स्वयं को स्वीकार करना है। यदि यह सीधे-सरल ढंग से कार्यान्वित हो जाये तो आत्मसाक्षात्कार प्राप्त होता है। वास्तविकता एवं धारणा में अंतर यह है कि धारणा के मामले में हम अहं विकसित करते हैं अथवा हम कोई अन्य प्रणाली बनाते हैं जिससे हम अनुगृहीत महसूस करते हैं। किंतु वास्तविकता के संबंध में हम इसे मात्र कर डालते हैं। यह मात्र कार्यान्वित होता है। आप तृतीय पुरुष में बात करने लगते हैं। जैसे आप कहते हैं, 'यह कार्य कर रहा है।, यह कार्य नहीं कर रहा।' यह कौन? 'यह' है जो कार्य कर रहा है? तब आप महसूस करते हैं कि आप परमात्मा की उसी महान शक्ति के लिये कार्य कर रहे हैं जो उसका दिव्य प्रेम है, जो सर्वव्यापक है, जो सभी जीवंत कार्य कर रही है तथा आपको उसी का अंग-प्रत्यंग बनना है।

आत्मा ही मंगलमयता को कार्यान्वित करती है। जब आप इस ढंग से सोचते हैं तो बहुत सा तनाव चला जाता है। आपको घड़ी का गुलाम बनना है, फिर किताबों का गुलाम, फिर आपको बाजार का गुलाम बनना है, किराये पर ली जाने वाली जगह का गुलाम बनना है। किंतु यदि आप इसे अपनी आत्मा को कार्यान्वित करने दें तो फिर हर चीज़ कार्यान्वित हो जाएगी। आप उस स्थान/बिंदु तक पहुँचेंगे जब यह आपके लिये सबसे शुभ होता है। आप किस प्रकार इसे स्वीकार करते हैं-केवल स्वीकार करके। इस प्रकार यदि आप मात्र अपनी सत्ता को छोड़ दें तो आप अपनी आत्मा की सत्ता में चले जाएंगे। आप अपनी सत्ता छोड दीजिये जो आपे अहंकार की है, अथवा आपके प्रति अहंकार की। आप इसे छोड़कर देखिये किस प्रकार यह कार्यान्वित होता है। इसका परीक्षण बिंदु क्या है? किस प्रकार आप इसका परीक्षण करते हैं। यह कार्यान्वित होता है-यही इसका परीक्षण बिंदु है। यह कार्य करता है। इसे कार्य करने दें। अपना चित्त लगायें। चित्त का दूसरा भाग है तनाव। यह मत कहें कि, 'आज ही क्यों नहीं यह हो जाये, इसे आज ही हो जाना चाहिये था, हमें इसके होने की उम्मीद थी, इसी समय क्यों नहीं?' हे प्रभु, तेरी इच्छा ही पूर्ण हो! अत: वह विचार जो हमारे मन में घूमने लगता है, जो तनाव उत्पन्न करता है, वह आत्मा का विचार नहीं है। आपको कहना

चाहिये, 'यह विचार नहीं, यह विचार नहीं'। आप पायेंगे कि आपके अन्दर सकुन आ गया-अब आप आराम पा रहे हैं। नेती, नेती, नेती ....। किसी भी विचार को स्वीकार न करें। आप निर्विचार में चले गये। उस स्थिति में आप आत्मा महसूस करते हैं।

समर्पण वास्तव में स्वयं की ओर मुड़ना है। और अपने भीतर दैवी व्यक्तित्व की ओर देखना है। जब आपके अन्दर दैवी व्यक्तित्व आ जाये तो श्रद्धा-भक्ति की कोई समस्या नहीं होती। आप इससे एकरूप हो जाते हैं, आप इसका आनन्द लेने लगते हैं। किंतु यह तार्किकता सबसे बेकार चीज़ है, जो आपसे चालबाजी करती हैं, जो आपको यह समझने से रोकती है कि जो भी आपका जीवन अब तक रहा वह एक बहुत ही भौतिक और जड़ जीवन था। आप इससे बाहर आ गये, आप इससे विकसित हुये, आप उपर उठ गये। अब आपको पुष्पित होने के लिये सुगंधमय होने के लिये तार्किकता छोडनी पड़ेगी। यह बंधनकारी है। तार्किकता से बचने की कोशिश करें, बहस करने एवं बहाने बनाने से बचने की कोशिश करें।

## चिंता

आपको 'कैसे? क्या? कहाँ? कब?' इत्यादि के बारे में चिंतित नहीं होना है और जब नकारात्मकता अपना काम कर रही है तो आप एक सैनिक हैं, आपको केवल लड़ना है। कोई भी अडचन नहीं होनी चाहिये-केवल आगे बढ़ते रहें।

आपके लिये स्वयं के मूल्य को समझना बहुत जरूरी है, कितने आश्चर्य ढंग से आप महत्वपूर्ण हैं। इस समय आपका जन्म हुआ, आपने अपना साक्षात्कार प्राप्त किया। किसके लिये? इस विश्व का उद्धार करने के लिये, मानव जाति का परिवर्तन करने के लिये। इस संपूर्ण विश्व को परमात्मा के साम्राज्य में ले जाने के लिये। इसलिये आप यहाँ हैं। अत: मैं आप सबसे आशा करती हूँ कि आप इस नये विकास को अपने सहस्रार में, सबके सहस्रार में धारण करें। हमें संपूर्ण विश्व का सोचना है, हम केवल सहजयोगियों तथा सत्य साधकों की मात्र नहीं सोच सकते। ठीक है। वे सत्य

साधक हैं लेकिन बाकी दुनिया का क्या होगा? उनकी बहुत सी समस्यायें हैं और बहुत सी चीज़ें की जानी हैं। उदाहरण के लिये भारत में गरीबी की समस्या है। इसलिये मैं उनके लिये कुछ करने की सोच रही हूँ। आपके देशों में अपनी समस्यायें हैं। उन समस्याओं का पता लगायें। उनके लिये आप एक प्रकार का आंदोलन शुरू कर सकते हैं। जितना संभव हो सके उतना उनकी मदद करने की कोशिश करें। मैं मिशन वालों की तरह नहीं हूँ, कि आप नाम की खातिर किसी का धर्मांतरण कर दें। आपको इसे अपने आनन्द के लिये करना है। यह कार्य आपके लिये आनन्द है। इसी प्रकार आप समाज तक पहुंचेंगे और आपको डर नहीं लगेगा कि आप पकड़े जाएंगे।

## सूक्ष्मता

जैसे जैसे आप गुणवत्ता में उन्नत होंगे वैसे वैसे अधिक से अधिक लोग सहजयोग में आएंगे। हर समय आप कहते हैं, 'माँ, मेरे चाचा अभी तक सहजयोगी नहीं बनें, मेरी माँ, मेरा भाई अभी तक सहजयोगी नहीं बने।' मैं आपकी भावना को जानती हूँ कि आपके पिता सहजयोगी नहीं हैं। अत: उन्हे भूल जायें। वे आपके सच्चे संबंधी हैं। फिर उसके बाद जब ये सभी लोग शामिल हो जाएंगे तब आपके माता-पिता, भाई-बहन, बच्चे सबके सब इसमें कूद पडेंगे। वे उसी किस्म के हैं, वे इंतजार और इंतजार करते रहेंगे, वे जिज्ञासु नहीं है। किंतु जो लोग जिज्ञासु हैं उन्हे आपको खोजना है, आपको उनका पता लगाना है। मेरा चित्त अवश्य ही आपके साथ है तथा जब भी आप मुझे याद करेंगे मैं आपकी पूर्ण सेवा में पहुँच जाऊंगी। जो भी आप चाहेंगे, मैं आपकी यथा संभव मदद करने के लिये वहाँ पहुँच जाऊंगी। कोई भी चीज़ जो आपको कठिन लगती है वह कठिन नहीं है। वह कठिन इसलिये है क्योंकि इसे आप अपने उपर ले लेते हैं। किंतु यदि आप इसे दैवी प्रेम की, आदिशक्ति के परम चैतन्य की सर्वव्यापक शक्ति पर छोडेंगे तो कुछ भी कठिन नहीं है। कोई भी चीज़ इतनी बिगडी हुई नहीं है कि आप उसे संभाल ही नहीं सकते। आप इसे नहीं कर रहे। विनम्रता केवल उन्ही लोगों के लिये संभव है जो बलिष्ठ हैं क्योंकि उन्हे किसी प्रतिक्रिया की आवश्यकता नहीं होती। उन्हे

किसी सुरक्षा की आवश्यकता नहीं है। उनकी विनम्रता उन्हे बहुत सुरक्षित रखती है। अत: आप महसूस करना शुरू कर देते हैं कि आप मिट्टी का एक छोटा कण हैं और उसी समय आपको महसूस होता है कि आप संपूर्ण आकाश भी हैं। ऐसा लचीला रूख आपके अन्दर विकसित हो जाता है तथा वह आपको सूक्ष्म से सूक्ष्म बनाता है क्योंकि आप किसी भी चीज़ में, किसी भी विषय, किसी व्यक्तित्व, किसी भी समझ, किसी भी पुस्तक, किसी भी चीज़, कोई भी उद्यम में एक बहुत सूक्ष्म ढंग से प्रवेश कर सकते हैं और तुरंत देख लेते हैं कि क्या किया जाना है। और जब आप बहुत महान बन जाते हैं तो आप सोचने लगते हैं अथवा मैं कहूँगी महसूस करने लगते हैं कि आप बहुत से लोगों की मदद करने के लिये, यह महान कार्य करने के लिये क्या कर सकते हैं। जब यह आपके साथ घटित हो तो आप यह सोचें कि आप अहंकारी हैं, न ही आपको यह सोचना है कि आप बहुत छोटे हैं। केवल एक ही बात है कि अब आप आत्मा हैं और आत्मा बहुत सूक्ष्म होती है। यह एक बहुत ही सूक्ष्म प्रकाश है किंतु यह किसी भी चीज़ में प्रवेश कर सकता है, यह किसी भी चीज़ में विस्तृत हो सकती है, यह कहीं भी रह सकता है और कहीं भी विलीन हो सकता है। यह सूक्ष्म व्यक्तित्व जो आपका है वह आपकी आत्मा है। यह इसे इस्तेमाल भी नहीं करते किंतु यह आपको इस्तेमाल करती है हर समय। बगैर आपकी जानकारी के यह आपको इस्तेमाल करती है।

अत: दूसरी बात यह होनी चाहिये कि आप संकल्प नहीं करें कि आप क्या करने वाले हैं। जो भी मैंने निश्चय किया अवश्य ही मुझे वह करना है। जो भी आपने निश्चय किया, ठीक है, किंतु यदि यह फलीभूत नहीं होता तो चिंता करने की कोई बात नहीं, परेशान होने वाली कोई बात नहीं, जरूरत से ज़्यादा घबराने वाली कोई बात नहीं है।

आपको अवश्य जानना है कि आप इसे नहीं कर रहे, हर चीज़ सुंदरतापूर्वक आपके लिये व्यवस्थित, आयोजित और रखी हुई है। आप निश्चय करें यदि आपका निर्णय वही करने का है तो यह कार्यान्वित होगा और यदि नहीं होता तो इसे होना भी नहीं था।

# अध्याय नौ

# नवीन आयाम

"सहजयोग आध्यात्मिक जगत का
महानतम कार्य है, जहाँ संपूर्ण ब्रह्माण्ड,
सारे देवी-देवता तथा सारे देवदूत तथा अवतरण
तथा पैगम्बर सभी इसे कार्यान्वित करने के लिये
आपके भीतर और बाहर लगे हुये हैं।"

## कार्य

सहजयोग में आपको एक ही जीवनकाल में आत्मसाक्षात्कार मिल गया। और इसी जीवनकाल में आपको उन्नत होना है। इसी जीवन में आपको सबसे परम प्राप्त करना है। इस प्रकार समय बहुत ही कम है। और पृष्ठभूमि बहुत अंधेरी है। आप ऐसे लोगों से घिरे हुये हैं जो सुबह से शाम तक विध्वंसक विचार डालते रहते हैं। अब आप ही ऐसे लोग हैं जिन्हे इन सभी लोगों से कहीं अधिक शीघ्र पल्लवित (गतिमान) होना है। किंतु एक प्रकार का आलस्य है। हांलाकि आप समझते हैं कि आपकी चेतना उनसे बहुत अलग है। फिर भी यह आलस्य सहजयोग को उस ढंग से स्वीकार नहीं करता जैसे इसे करना चाहिये था। आपमें से प्रत्येक को प्रतिदिन सोचना है: मैंने आज सहजयोग के लिये क्या किया है? किंतु आप अभी भी अपनी नौकरियों, अपना पैसा बनाने में, लोगों से संबंध बनाने में जिनका सहजयोग से कोई लेना-देना नहीं है, लगे हुये हैं। हमें उस स्तर तक उठने के लिये अपना भरसक प्रयत्न करना है कि हम जानें, कि हम भरोसा करें, हम उस पर कार्य करें, उससे एकरूप हो जायें। जड़ स्वतंत्रता के लिये हम कुछ भी करते हैं, किंतु सूक्ष्मतर स्वतंत्रता के लिये सहजयोगियों को हर वह चीज़ करनी है जो संभव है।

पहली चीज़ जो समझनी है, जिसके प्रति जागरूक होना है, जो हर समय आपके चेतन मन में होनी चाहिये वह यह है कि आप लोग योगी हैं। आप ही वे लोग हैं जो शेष मानव जाति से बहुत अधिक उंचे हैं। संपूर्ण मानवजाति का उद्धार आप पर ही निर्भर करता है। सृष्टि का प्रयोजन आपसे ही सिद्ध होने वाला है। अत: सबसे पहले आपको अपनी चेतना में जागरूक होना है कि आप बहुत महत्वपूर्ण हैं और इसलिये आपको आत्मसाक्षात्कार दिया गया है। किस प्रकार आप अपने संस्कारों से तथा अहं के साथ रह सकते हैं? हांलाकि अब आप जागरूक हैं, आप अपने चक्रों के प्रति चेतित और जागरूक होने पर भी उन्हे स्वच्छ नहीं रखते। आपको इस पर शर्म भी महसूस नहीं होती कि वे खराब हैं। क्योंकि कुछ समय पश्चात् आप उनकी चेतना भी

खो देते हैं। इसका अर्थ है कि आप सूक्ष्मतर बन गये हैं। किंतु अपनी चेतना में आप अभी भी सूक्ष्म नहीं बने हैं। जो लोग साक्षात्कारी नहीं है उनकी अपेक्षा आपको कहीं अधिक ज्ञान है, जैसे परम सत्य। उदाहरण के लिये हम चैतन्य लहरियों का उपयोग भी नहीं करते जब इसकी आवश्यकता होती है, हम इसका उपयोग नहीं करते। अथवा कभी-कभी मशीनी ढंग से हम बंधन लगाना शुरू कर देते हैं। इस प्रकार आप अपने चक्रों के प्रति अभी भी अचेतित/अनभिज्ञ हैं। अपने हृदय से करने की चेतना ही वह है जो मैं आपसे चाहती हूँ कि आप प्राप्त करें। जैसे कुछ लोग हैं जो सहजयोग में बहुत मेहनत कर रहे हैं बाकि अन्य इसे यूंही ले रहे हैं। वे मदद करना नहीं चाहते। वे बनी-बनाई चीज़ चाहते हैं। इससे पता चलता है कि वे अपने आनन्द की शक्तियों को भी नहीं जानते। परिपूर्णता और संतोष की भावना से आपकी सभी समस्यायें सुलझ जाएंगी, विशेषकर बाईं विशुद्धि की।

## आध्यात्मिक कार्य

मुझे हर प्रकार की समस्याओं का, हर प्रकार की परेशानियों का, हर प्रकार के दबावों का सामना करना पडा, क्यों? केवल आप लोगों की रचना को देखने के लिये और अपने हाथों में लेने के लिये। आपको कार्य करना होगा, हर उंगली को कार्य करना पडता है। और यही चीज़ मैं आपको बताती आई हूँ कि यह अब आपकी जिम्मेदारी है कि हम न केवल स्वयं सहजयोगी बनें, अपितु पुष्पित समय बनकर अधिक से अधिक सहजयोगी बनायें।

यह आदिशक्ति का कार्य है। इसे समझने की कोशिश करें। यह किसी संत का कार्य नहीं है। यह किसी अवतरण का कार्य नहीं है। यह किसी राजनेता का कार्य नहीं है। न ही किसी बड़े नेता का कार्य है। यह आदिशक्ति का कार्य है जो इतना पारदर्शी ढंग से अपने अन्दर परिणामों को दिखा रहा है।

अब इसे देखना आपका कार्य है। मुझे प्रसन्न करना आपकी बलवती इच्छा है, यह मैं जानती हूँ। मैं जानती हूँ कि आप मुझे कितना प्रेम करते हैं। सबसे बड़ा काम जो आप मेरे लिये कर सकते हैं वह है सहजयोग का प्रचार-

प्रसार। यह एक बहुत विशेष, बहुत कठिन आशीष आपने प्राप्त किया है। आपको कुछ भी प्रयास नहीं करना पड़ा। आपको कोई पैसा नहीं देना पड़ा आपको किसी कर्मकाण्डों से नहीं चिपकना पड़ा। आपने इसे सहजरूप से प्राप्त किया। किंतु इसका यह अर्थ नहीं है कि यह एक किस्म से आपका जन्मसिद्ध अधिकार है। यह आदिशक्ति का कार्य है। और आदिशक्ति का कार्य आपके जीवन में दिखाई देना चाहिये। यह बगैर निर्व्याज्य करूणा है।

लोगों ने गरीब लोगों को करूणा प्रदर्शित करके गरीबों की देखभाल करके, अपंगों की देखभाल करके अपना धर्म फैलाने की कोशिश की है। सहजयोगियों को ऐसा करने की वास्तव में जरूरत नहीं है। उन्हे लोगों को मात्र परिवर्तित करना है। ऐसे तरीकों और उपायों का पता लगायें कि किस प्रकार आप आदिशक्ति का संदेश फैला सकते हैं। अपना दिमाग इसमें लगायें और आपको मालूम होगा कि कैसे आप इसे कर सकते हैं।

आप एक आध्यात्मिक कार्यकर्ता हैं। आप एक सामाजिक कार्यकर्ता नहीं है। यह सही है कि आप वैसे समाज कार्य कर सकते हैं। इसे वैसे करने में कोर्स हर्ज नहीं किंतु आपका प्रमुख कार्य है मानव का परिवर्तन। इसके साथ तुच्छता की, क्रुरता की, दूसरों को यातना देने की, क्रोध की बीमारी इन सभी बीमारियों को ठीक किया जा सकेगा जो कि आंतरिक है बाहरी नहीं। इसी की आज जरूरत है। हर देश लड रहा है और उसे सताया जा रहा है तथा बर्बाद हो जाने का खतरा है। केवल एक ही तरीका है कि उन्हे आत्मसाक्षात्कार दिया जाये। जो घटित होने वाली चीज़ है उसे स्पष्ट रूप से देखा जाना चाहिये कि जब किसी को आत्मसाक्षात्कार देते हैं और वह इसकी कद्र करता है तथा इसमें उन्नत होता है तो आपकी रक्षा की जाती है। आपकी पूर्ण रूप से रक्षा की जाती है।

कौन आपकी रक्षा करता है, आप पूछ सकते हैं? आदिशक्ति, यह सही है। किंतु इस विश्व में एक विध्वंसक शक्ति भी कार्यरत है जो नकारात्मकता की नहीं अपितु शिव की सकारात्मक विध्वयंसक शक्ति है। यदि वे देखते हैं कि आदिशक्ति का कार्य ठीक चल रहा है तो वे खुश होते हैं। किंतु वे वहाँ

बैठकर हर व्यक्ति को देख रहे हैं, सहजयोगियों के प्रत्येक कार्य को देख रहे हैं। और यदि वे पाते हैं कि कोई चीज़ वाकई में गलत है तो , मैं इसे वश में नहीं कर सकती। वे विनाश करते हैं। मैं वहाँ तक नहीं जा सकती। वे विनाश करते हैं। न केवल विनाश अपितु हजारों का विनाश वे कर सकते हैं।

## प्रेम के सैनिक

यह मेरा हार्दिक विश्वास है, मेरी इच्छा है कि आप वास्तव में प्रेम और शांति के सैनिक बन जायें। क्योंकि इसी कारण आप यहाँ पर हैं, आप उसी के लिये जन्में हैं। अत: आनन्द में रहें।

आप प्रेम के मृदु सैनिकों की तरह हैं, तथा इसी का आपने प्रचार करना है। दूसरों से बात करें और उन्हें वह आनन्द दें जो आपके पास है। केवल यह मानकर संतुष्ट न रहें कि यह आपके पास है अथवा आपमें कुछ लोगों के पास। आपको इसे तेज़ी से फैलाना है, और आप यह कर सकते हैं। कारण यह है कि इसमें पैसों की जरूरत नहीं, इसमें किसी दिखावे की जरूरत नहीं, अन्दर की चीज़ इसे कार्यान्वित करती है, यह पहले ही वहाँ विद्यमान है, प्रत्येक व्यक्ति के अन्दर यह है। मुझे सब मालूम था। यह सच है कि मुझे सब मालूम था किंतु अब आपको भी यह मालूम है। अत: आपको इसे कार्यान्वित करना है। इसे इस ढंग से कार्यान्वित करें कि मुझे विश्वास है कि यह दुनिया एक दिन बदल जायेगी।

## स्वप्न

मैं देखना चाहती हूँ कि आप लोग अपने देश में क्या कर रहे हैं। आप कहेंगे कि, 'मेरे देश में लोग निराशाजनक रूप से खराब हैं।' मैं मना नहीं करती। किंतु फिर भी ऐसे स्थान हैं, ऐसे क्षेत्र हैं जहाँ आप जाकर उनसे बात कर सकते हैं - विशेषकर मीडिया को अवश्य ही संभाले। यह कुछ ऐसा है जिसे आपको करना है, पता लगायें कि क्यों आप यह नहीं कर सकते। मुझे देखिये, मुझे किसी की सहायता नहीं मिली और फिर भी किस प्रकार मैं सहस्रार भेदन कर पाई, आप भी अन्य लोगों का सहस्रार भेदन कर सकते हैं।

यह कठिन नहीं हैं क्योंकि मेरा स्वप्न है कि, इस विश्व में कम से कम चालीस फीसदी लोग ऐसे हों जो साक्षात्कारी हों, जो सहजयोग कर रहे हों तथा लोगों को साक्षात्कार प्रदान कर रहे हों तथा लोगों को बदलने का प्रयास कर रहे हों। किसी भी व्यक्ति के पास जाकर आप उसे यह बता सकते हैं। चाहे कोई भी हो।

## समय सीमा

इस अवतार को आना ही था, समय आ गया था। एक नियत समय और एक सहज समय में अन्तर है। नियत समय वह है जिसमें आप कह सकते हैं कि फलाना ट्रेन इस समय प्रस्थान करेगी और इस समय पहुँचेगी। किंतु जीवंत चीज़ें जो सहज हैं, नैसर्गिक हैं उनके लिये आप समय नहीं बता सकते। यह अवतरण उस समय हुआ था जब इसका होना निश्चित किया गया था।

यह एक विशेष समय है, ऋतंभरा का सर्वश्रेष्ठ समय है जब आपको उन्नत होना है। यह खास बात है, ऋतु इसी का है। इस ऋतु में यदि आप उन्नत नहीं होते तो आप नहीं हो पायेंगे। आपको पूरा लाभ उठाना चाहिये। पूरी तीव्रता के साथ आपको सहजयोग करना है। इसका अर्थ यह नहीं कि आप अपनी नौकरी छोड़ दें, वगैरेह। यदि आप सहजयोग में गहन है तो आज हर चीज़ में गहन होंगे।

कृतयुग का अर्थ है एक वह समय जिसमें आपको कुछ करना है, कृत का अर्थ है जब इसे किया जाये। इस प्रकार आप उस हिसाब से माध्यम हैं जो परमात्मा का कार्य कर रहे हैं। आप परमपिता तथा उसकी शक्तियों के माध्यम हैं।

हमारा 'स्व' में आनन्दविभोर रहना महत्वपूर्ण है। शायद आपको अपने आनन्द का पूरा अहसास नहीं है। इतिहास में कभी भी इतने अधिक लोगों को आत्मसाक्षात्कार नहीं मिला था, कभी नहीं। इतिहास में कभी भी ऐसा नहीं हुआ कि आपकी समस्याओं के समाधान के लिये आदिशक्ति स्वयं पृथ्वी पर आईं। ऐसा कभी नहीं हुआ कि हल्के प्रयत्न करने वालों, थोडी जिज्ञासा रखने वालों, थोडी समझ रखने वालों को इस प्रकार आत्मसाक्षात्कार मिला

हो। यह ऐसा है मानो एक पत्थर अचानक ही हीरा बन जाये। आप हीरे से तराशे हुये एक हीरा बन जाते हैं। ऐसी आनन्दमय स्थिति में आप हैं। जबरदस्त शांति अन्दर आ गयी है। यह इतनी प्रभावशाली है। जब मैं उन्हे देखती हूँ तो स्वयं मैं भी नहीं जान पाती। मैं वास्तव में हैरान हूँ कि यह किस प्रकार कार्य करता है।

आनन्द केवल कृतज्ञ भाव से ही, अपने हृदय को कृतज्ञता से विशाल करके ही आ सकता है। आनन्द कृतज्ञता का प्रतिफल है। कृतज्ञता जो मात्र सांसारिक अथवा जुबानी क्रिया न होकर हार्दिक है। ये हृदय से है, हृदय की कृतज्ञता है। आनन्दमय लोग कभी भी दूसरों से ईर्ष्या नहीं करते। क्योंकि आनन्द से बढ़कर कौनसी चीज़ है? आनन्द के कई आयाम होते हैं, आप कारण और परिणाम से परे हो जाते हैं। सभी देवदूत, सभी गण आपकी मदद करने के लिये हाजिर हैं। आप यह जानते हैं। यह कार्यान्वित होता है। किंतु आप इसे यूँ ही मानकर लेते हैं। आपके जानने पर भी कि यह घटित हुआ है, आपके अन्दर आनन्द का वह असर नहीं है। ऐसा होना कितना आनन्दमय है

समय आ गया है, आप ही वे लोग हैं जो अपने अच्छे व्यवहार से परमात्मा का मन बदलने वाले हैं, विध्वंसक परमात्मा का। आप ही उन्हे प्रसन्न करने वाले हैं। आप ही बताईये कि इस पश्चिमी जगत में कौन व्यक्ति योग्यता रखने वाला है। आप लोग ही इसके लिये चुने गये हैं, इसके लिये आप विशेष रूप से तैयार किये गये हैं, ताकि बचे हुये लोगों के लिये करुणा के परमात्मा जागृत हो जायें।

परन्तु अब समय आ गया है कि आप लोग सत्य को जान लें। परन्तु सत्य जो नीरस नहीं है, सत्य जो करुणा है, सत्य जो सबको अपने में समेट लेता है, सत्य जो हमारे अस्तित्व का पूरा दृश्य दर्शाता है। इस पृथ्वी पर हम क्यों हैं? हमारा उद्देश्य क्या है? हमें क्या करना चाहिए? आदिशक्ति की शक्तियाँ ऐसी ही है, प्रेम एवं करुणा की शक्तियाँ जो आपको सर्वप्रथम आत्मा का ज्ञान देती हैं। आपकी दृष्टि में प्रेम अत्यन्त सीमित है। अपने अस्तित्व की चेतना आपमें नहीं है। कल्पना करें कि आपके सम्मुख कितना महान कार्य

करने को है? आत्मा के विषय में गम्भीरता पूर्वक कितना आपने जानना है? यह कार्य अत्यन्त महत्वपूर्ण है। सर्वप्रथम आपको आत्मा को जानना होगा। अब आपके पास आत्मा का प्रकाश है। आत्मा के इस प्रकाश में आप देख सकते हैं कि आप क्या हैं। आप ये भी देख सकते हैं कि आप किस सीमा तक जा रहे हैं, कितने गलत कार्य कर रहे हैं और स्वयं को कितनी हानि पहुँचा रहे हैं। इसे ठीक करने की, सुधारने की और अपने विवेक में लौटने की शक्ति भी आपमें है। यह अत्यन्त महत्वपूर्ण समय है। यह समय आपको फिर प्राप्त न होगा। मानव के इतिहास में ऐसा समय पहले कभी नहीं आया और भविष्य में भी ये समय कभी नहीं आएगा। यह ऐसा काल है जिसमें आपने न केवल चेतना और आत्मज्ञान को प्राप्त किया है परन्तु आप आत्मज्ञान देना भी जानते हैं। बाकी सभी सन्तों ने, ताओ और जेन लोगों ने केवल इतना वर्णन किया है कि आत्मज्ञानी व्यक्ति क्या है, वह किस प्रकार व्यवहार करता है, उसकी शैली कैसी है और अन्य लोगों से वह किस प्रकार भिन्न होता है। किसी ने भी ये नहीं बताया कि आत्मज्ञानी किस प्रकार बना जा सकता है। कोई भी ये बात न कह सका, कोई भी इस कार्य को न कर सका क्योंकि संभवत: उनमें से अधिकतर लोग कुण्डलिनी के विषय में जानते ही न थे और जो जानते थे वो भी लोगों से इसके विषय में बात न कर सके।

अत: आदिशक्ति का महानतम कार्य कुण्डलिनी को आपकी त्रिकोणाकार अस्थि में स्थापित करना था। यह कुण्डलिनी आदिशक्ति नहीं है। आदिशक्ति तो बहुत महान चीज़ है, बहुत बड़ी चीज़ है, बहुत विशाल है, बहुत गहन है और बहुत सुदृढ है और कहीं अधिक शक्तिशाली है। कुण्डलिनी आदिशक्ति का प्रतिबिम्ब मात्र है और जब यह उठती हैं तो आप जानते हैं, आपमें क्या घटित होता है और किस प्रकार आप आत्मसाक्षात्कार प्राप्त करते हैं। परंतु आपको अत्यन्त सावधान होना होगा। क्या आप वास्तव में सुहृद व्यक्ति हैं या करुणामय हैं? आप यदि करुणामय हैं तो मेरे विचार से कोई भी सुहृद व्यक्ति अन्य लोगों की सहायता करेगा, उनका उद्धार करेगा। अपनी उपलब्धियों से और अपने आत्मसाक्षात्कार की अवस्था से ऐसे लोग

सन्तुष्ट नहीं हो सकते, ऐसा नहीं हो सकता। अदिशक्ति को इतने सारे प्रयत्न करने की, इतना कठोर परिश्रम करने की क्या आवश्यकता थी? आप जानते हैं कि मुझे अत्यन्त कठोर परिश्रम करना पडा, परन्तु अपने शैशवकाल से ही मैंने कठोर परिश्रम किया है और अत्यन्त कठिन, मानवीय सूझ-बूझ के अनुसार अत्यन्त ही कठिन, परिस्थितियों में से गुजरी हूँ। परन्तु मेरे लिये सबसे कष्टकर समय वह होता है जब मैं उन लोगों को देखती हूँ जिन्हे मैंने आत्मसाक्षात्कार दिया है और जो आत्मसाक्षात्कारी हैं फिर भी अन्य लोगों के प्रति जिम्मेदारी महसूस नहीं करते या जिम्मेदारी की भावना उनमें है तो वह बहुत कम है। उनमें उस वांछित करुणा एवं प्रेम का अभाव है जो आज विश्व की मानवता की रक्षा करने के लिये, हमारे लिये आवश्यक है। यही हमारा मुख्य कार्य है। केवल मुख्य कार्य ही नहीं परन्तु हमें केवल यही कार्य करना है। अन्य चीज़ों से कुछ भी उपलब्धि न होगी। अन्य लोगों को आत्मसाक्षात्कार देने के लिये उन्हें ये ज्ञान देने के लिये आपको अपने व्यक्तिगत प्रयत्न करने होंगे।

मेरे लिये बहुत ही स्पष्ट है। मेरे पास समय कम है, क्योंकि यंत्रों को ठीक होना है। आपको उचित ढंग से यंत्र की उन्नति करनी है ताकि प्रेम के परमात्मा, परमात्मा का प्रेम इससे प्रवाहित हो। हमें ऐसे सुंदर पुष्पों की रचना करनी है जिनकी वह सराहना करें, जिससे वह विध्वंस नहीं करे। इस नाटक को देखने वाले को प्रसन्न करना होगा कि वह अपने विध्वंस को टाल दे। इसी वजह से मैंने कहा है कि समय बहुत कम है, समय बहुत कम है। यदि हम चाहते हैं कि हमारे बच्चे परमात्मा के साम्राज्य में उन्नत हों, वे बच्चे महान संत हैं जिनका जन्म हुआ है। यदि आप उन्हें आनन्द मनाने का एक पूर्ण अवसर प्रदान करना चाहते हैं तो हमें सबसे पहले एक अच्छा माता-पिता बनना होगा। ऐसे लोग नहीं जो अपने भ्रमों के साथ जी रहे हों। सहजयोग में हर चीज़ की व्याख्या नहीं की जा सकती, मैं व्याख्या नहीं कर सकती क्योंकि आपके अन्दर वे शक्तियाँ नहीं हैं जो यह समझ सके। संपूर्ण प्रकृति इसे कार्यान्वित करने के लिये लालायित है। किंतु आपको आत्मा के साथ

सहजयोग करना सीखना होगा। यह सहजयोग मात्र यूंही लेने वाली बात नहीं है। इसे आत्मा होना है, पूर्ण आत्मा बनना है। यह बहुत जरूरी है। कोई भी चीज़ इसे रोक न पाये।

मुझे आशा है कि आज की उद्घोषणा से हम सभी को स्वयं के प्रति तथा हमारे रचयिता के प्रति अपनी जिम्मेदारियों की समझ मिलने में मदद मिलेगी। मेरे प्रेम के लिये मेरी स्तुति करना अच्छा है। जो भी कुछ हुआ है उसके लिये मेरी स्तुति करना ठीक है, किंतु आपसे सच बताऊं, मैं जानती भी नहीं हूँ कि आप मेरी स्तुति कर रहे हैं। मुझे महसूस नहीं होता, क्योंकि मैं स्वयं भी स्वयं नहीं हूँ। मैं स्वयं को एक अलग सत्ता के रूप में देखती हूँ और फिर स्वयं से कहती हूँ, 'देखो, तुम आदिशक्ति हो, ठीक है, किंतु तुमने अपने बच्चों को बिगाड दिया है, तुमने उनके साथ पूर्ण न्याय नहीं किया है। वे हर चीज़ को आसानी से और तुच्छता से लेते हैं। अत: कल आपको अपने हृदय में एक शपथ लेनी होगी। शब्द महत्वपूर्ण नहीं हैं। यह आपके अस्तित्व की एक जीवंत क्रिया होनी चाहिये। उसे यह सिद्ध करना होगा। उसे आपको मनवाना है कि आप पूर्ण रूप से समर्पित हैं। और उसका प्रभाव आप अपने व्यक्तित्व में, अपने अस्तित्व में, अपनी अभिव्यक्ति में महसूस करेंगे।

स्वतंत्रता के सभी विचारों को मर्यादाओं से बंधा होना है। यदि स्वतंत्रता में कोई मर्यादा न हो तो यह स्वच्छंदता है। यह मूर्खता है। इससे मदद मिलने वाली नहीं है। अत: हमें सहजयोगियों से महान राजनेता बनाने हैं। इसकी भविष्यवाणी की गई है कि यदि सहजयोग नहीं फैलता तो तीसरा विश्वयुद्ध अवश्यंभावी है। तीसरे विश्व युद्ध से लोगों को बहुत कष्ट होंगे। यदि बड़ी संख्या में लोग सहजयोग में आ जायें तो इसे टालना संभव है। किंतु यदि वे नहीं आते तो तीसरा विश्व युद्ध होगा और इसका असर लोगों पर इतना हानिकारक होगा कि अंत में सम्मेलन में सहजयोगियों को बुलाया जायेगा न कि राजनयिकों को। सहजयोगियों से सलाह ली जायेगी और वे निर्णय लेंगे कि विश्व के लिये क्या किया जाना चाहिये। कल वे शासक होंगे। हमारे अन्दर राम की भाँति एक शासक होने का एक संपूर्ण विचार होना चाहिये।

हमें स्वयं के साथ बहुत दूर जाना है; स्वयं को प्रशिक्षित करते हुये, स्वयं को सीखाते हुये, अहं से मुक्त होते हुये तथा समझते हुये कि हमें उन्नत होना है। यह एक बहुत ही बड़ा कार्य है, यह एक महान कार्य है। कभी-कभी आप सोचते हैं, 'माँ, आप हमसे इसे करने की उम्मीद कैसे कर सकती हैं?' किंतु मैं सोचती हूँ कि आप लोग इसी के लिये चुने गये हैं। आपको यह करना है। इसे कार्यान्वित करें। इस प्रकार हमें स्वयं को इस प्रकार प्रशिक्षित करना है कि पहले हम स्वयं के अच्छे शासक बनें, फिर दूसरों के।

लोग नहीं जानते कि समय आ गया है। यह आखिरी मौका है। आपको दूसरा मौका नहीं मिलेगा। बाइबल में इसे 'अंतिम न्याय' कहा गया है। आपका अंतिम न्याय सहजयोग में है तथा इसे कैसे करना है इसका निश्चय आपके द्वारा किया जा सकता है। जब प्रकाश आपके अन्दर आता है तो आप स्वयं का न्याय कर सकते हैं। 'देखो, मेरा फलाना चक्र पकड़ रहा है।' फिर आप कहते हैं कि, 'माँ, मेरे इस चक्र में पकड़ है।' आप जानते हैं कि मैं आपके लिये अपने सारे प्रयत्नों को लगाने के लिये तैयार हूँ। आप भी एक दूसरे पर कार्य कर सकते हैं। इसके द्वारा आप अपने सभी दोषों, समस्याओं तथा पापों वगैरह को पूरी तरह से साफ कर सकते हैं। आप उस बोझ को क्या ढोयें? इसे उतार फैंकने के स्थान पर लोग सहजयोग से दूर भाग रहे हैं। यह इंसानी दिमाग है। वह हमेशा सोचता और चिंतित रहता है। डरने जैसी कोई भी चीज़ नहीं है। यदि आप थोड़े स्थिर हो जायें तो आप समझेंगे कि यह शक्ति कितनी बड़ी है, जो न केवल आपके दोषों पर रोशनी डालती है अपितु उन्हे दूर भी करती है। उन्हे पूरी तरह से दूर करती है।

सर्वप्रथम आपका यह समझना जरूरी है कि कुण्डलिनी शक्ति बहुत ही पवित्र तथा कुमारी है। यह कुमारी शक्ति हमें साफ और निर्मल करती है। सहजयोग में आपको आत्मसाक्षात्कार देते हुये यह बहुत प्रसन्न होती है। इसके बाद केवल दो संभावनायें रह जाती है। आप या तो अपने भीतर आत्मसाक्षात्कार को पहचान लें और इसकी महानता में उँचे उठें और इसमें गहन हों, अथवा इसे पूरी तरह से छोड़ दें। इसमें कोई तीसरा विकल्प नहीं हो

सकता।

जब भी अवतरण आये महान और मंगलकारी कार्य हुये। किंतु अब वह समय आ गया है, जिसमें वह कार्य किया जायेगा जो अब तक किये गये कार्यों में से सबसे परम कार्य होगा; जिसके माध्यम से आप भी मंगलमयता के कर्ता होंगे और आप स्वयं के भीतर विद्यमान आत्मा को जान लेंगे। यह सहजयोग तथा अवतरणों का अब तक किया गया सबसे बड़ा काम है। इसे संपूर्ण समाज को प्रेरणा देनी है। इस महान अंत जीवन में, जब कलियुग की छायायें संपूर्ण विश्व को लपेट रही हैं, आपकी मशालें, उँची लपटों के साथ डालनी चाहियें तथा उनके प्रकाश में आप मंगलमयता, आनंद तथा समृद्धि को प्राप्त कर सकेंगे। इसके लिये जरूरी है कि आप अपने दीपों को साफ रखें। आपको अपने पापों तथा पुराने कर्मों को धो डालना चाहिये। आपके पुराने कर्म आपके अहं के साथ ही धुल जाते हैं।

यह अंतिम न्याय है। देखते हैं क्या होता है? जो लोग भी आ जायें मेरे लिये ठीक है। यदि वे न आयें तो भी ठीक है। याद रखिये परमात्मा आपके आगे नहीं झुकेंगे। आपको अपनी स्वतंत्रता में उनका वरण करना है। यदि आपने उन्हें प्राप्त नहीं किया है तो यह उनका दोष नहीं है न ही यह सहजयोग, मेरा या आत्मा का है। आप, जो अपना अहंकार लिये हैं, आप स्वयं इसके दोषी हैं। यहीआपकी संपत्ति है, संपदा है तथा यह आपको केवल इसलिये दी गई है कि आप इसे स्वीकार करें, इसे जानें तथा इसका आनंद लें।

अब यह आपकी जिम्मेदारी है कि आप इसे कार्यान्वित करें। यह आपकी जिम्मेदारी है। अपने ढंग से इसके बारे में सोचें, हम सहजयोग के लिये क्या कर सकते हैं? हर चीज़ में आप सहज देख सकते हैं। आपको प्रेरक विचार मिलेंगे। उन्हे दूसरों तक पहुँचायें। उन्हे लिख लें। अपनी काव्य-रचना कीजिये। आप सबके द्वारा बहुत सी चीज़ें की जा सकती है तथा अब व्यर्त करने हेतु कोई समय नहीं बचा। यह एक शीघ्र कार्य होना होगा, क्योंकि यह विश्व अपने विनाश के कगार पर खड़ा है। केवल हम ही वे लोग हैं जिन्हे इसे बचाना है। यह हमारे लिये एक आपातकाल है। इस आपातकाल में आपको

जानना है कि सहज का स्वभाव ही हर चीज़ कार्यान्वित कर रहा है। किंतु यदि यह सही समय पर कार्य नहीं करता तो फिर एक दूसरा विश्व युद्ध होगा, जो एक अन्य समस्या है। हमें इसके बारे में गंभीरता से सोचना है तथा हर चीज़ का सार समझना है। हमें स्वयं के बारे में समझ होनी चाहिये कि क्यों आप फलांना-फलांना काम करते हैं।

## प्रचार-प्रसार का आनन्द

आप बहुत महान लोग हैं; आप पूरे विश्व को बचा सकते हैं। मैं जरूर कहुँगी कि मुझे उम्मीद नहीं थी कि यह सब मेरे जीवन काल में ही घटित हो जायेगा और यह हो गया। मैं आपको बहुत, बहुत ही महान लोगों के रूप में देखती हूँ। विशेषकर महिलाओं को इसे और भी अधिक कार्यान्वित करना है क्योंकि मैं भी एक महिला हूँ और महिलाओं में प्रेम करने की तथा सहन करने की एक विशेष शक्ति होती है। मुझे आपसे आशा है कि आप सभी सुंदर, सुंदर सहजयोगी बनें। दुनिया किसी और चीज़ से नहीं अपितु आपके कार्यों, आपके गुणों तथा आपकी प्रेम करने की शक्ति से ही कायल हो। मैंने बहुत सी चीज़ें देखी हैं; आप लोगों के बारे में अनुभव की हैं। जब मैं उसके बारे में सोचती हूँ तो मुझे बहुत अच्छा लगता है। मैंने लोगों को देखा है कि किस प्रकार उन्होंने ऐसी चीज़ों को निपटाया और उनकी देखभाल की जो कठिन थी और उन्होंने इसे कर दिखाया।

अब हम एक नये विश्व के लिये हैं और इस नये विश्व में सहजयोगियों की एक नई प्रजाति को अपने परिणाम दिखाने हैं, उन्हे अपनी शक्तियाँ, अपना साहस तथा अपनी समझ दिखानी है। यह गंभीर नहीं है, यह उथली चीज़ नहीं है अपितु यह आनंदमय है। यह केवल आनंद है जो अपने स्वयं के बारे में महसूस करना है। मैं आपको ये सब इसलिये बता रही हूँ की क्योंकि यह आपके भीतर है, यह आपकी शक्तियों के भीतर है। यह हर समय आपके अन्दर विद्यमान है; तथा आपने इसका सामना भी किया है।

महानतम आनन्द तो आपको तब प्राप्त होगा जब आप महसूस करेंगे

कि आप अन्य लोगों को आत्मसाक्षात्कार दे सकते हैं। आप उनके जीवन परिवर्तित कर सकते हैं। ऐसा आनन्द तो आपको तब भी नहीं मिलेगा जब आप बहुत बड़ी लाटरी पा लें, बड़ी नौकरी पा लें, कोई बहुत बड़ा व्यापार कर लें या कोई बहुत बड़ा पुरस्कार पा लें। नहीं। सहजयोगी बनाने के आनन्द की कोई सीमा ही नहीं है, यह अत्यन्त आनन्ददायी होता है। आपमें गहन भाईचारा, एकाकारिता, आनन्द, प्रेम और करुणा का आनन्द विकसित हो उठता है। यह आनन्द एक भिन्न स्तर का होता है, सर्वसाधारण आनन्द जैसा नहीं।

मैं अवश्य कहूँगी पर यह आखिरी बात नहीं है, हमें बहुत तेज़ी के साथ, बहुत उत्साह के साथ एवं आनन्दपूर्ण ढंग से कार्य करना है। आप नहीं जानते कि आपको क्या प्राप्त होता है जब आप किसी व्यक्ति को आत्मसाक्षात्कार प्रदान करते हैं। आप एक बार इसे करें और आप इसका मजा उठायेंगे और फिर आप चाहेंगे कि आप इसे और भी अधिक, अधिक से अधिक करते रहें।

# अध्याय दस

# प्रश्न एवं उत्तर

"आत्मसाक्षात्कार प्राप्त करने के बाद
लोग सहजयोग में लौटकर क्यों नहीं आते?"

सहजयोग में आत्मसाक्षात्कार पाने के तुरंत पश्चात व्यक्ति को अपने दोष दिखाई देने लगते हैं। और मानव स्वभाव के अनुसार वह सहजयोग से दूर भागने लगता है। ज्योंही उसे अपने दोष दिखाई देने लगते हैं, वह घबरा जाता है। उसे विश्वास नहीं होता कि उसके अन्दर इतने दोष हैं। वह डर जाता है और संदेह करने लगता है। आपने देखा है कि हजारों लोग आत्मसाक्षात्कार लेते हैं परन्तु लौटकर कभी सहजयोग में नहीं आते। इसका कारण क्या है? सौ लोगों को यदि आत्मसाक्षात्कार मिलता है तो केवल दस लोग वापिस आते हैं। ऐसा हमेशा होता है। इसी कारण से सहजयोग प्रसार की गति बहुत धीमी है। कोई बात नहीं। कारण ये है कि मनुष्य स्वयं को इस प्रकार स्वीकार कर चुका है कि वह अपने दोषों के विषय में जानना ही नहीं चाहता और जब उसे दोष दिखाई देने लगते हैं तो वह दूर भागने लगता है। एक जीवन से दूसरे जीवन तक दोषों का भार ढोते रहने से बेहतर ये होगा कि अपने दोषों को समझें और उन्हे सुधार लें।

जब आप आत्मसाक्षात्कारी हो गये हैं तो मुझे कहना है कि आप एक नये जन्में व्यक्ति हैं, अत: यदि आप अपने चित्त का आदर करने लगेंगे तो धीरे-धीरे आप सहजयोग में अपनी गहराई बढ़ा लेंगे। किंतु बहुत से लोग जो आत्मसाक्षात्कार प्राप्त कर लेते हैं वे मुश्किल से ही सहजयोग में लौटकर आते हैं। यदि वे आते भी हैं तो उनमें और अधिक चैतन्य लहरियों की इच्छा विकसित नहीं होती। वे तब भी अपने दैनिक जीवन में व्यस्त होकर ऐसी चीज़ों में अपना चित्त व्यर्थ कर देते हैं जिनसे आपको सूक्ष्म भावनायें नहीं मिलती। उदाहरण के लिये एक व्यक्ति जो जरूरत से ज़्यादा ही पढ़ा-लिखा है, जैसे ही वह अपना आत्मसाक्षात्कार प्राप्त करता है, वह इसकी तुलना अपनी पढ़ी हुई चीज़ों से करने लगता है। इससे उसका चित्त एक बार फिर बेकार हो जाता है। होता यह है कि उसका चित्त इन परंपरागत विचारों से निर्धारित हो जाता है। इन विचारों में कुछ सही हैं, कुछ गलत हैं, उनमें से कुछ तो बिलकुल ही असत्य हैं, कुछ बेकार हैं, कुछ केवल रद्दी-कचरा हैं जिन्हे मात्र पैसा कमाने के उद्देश्य से छापा गया है। जैसे ही आपको

आत्मसाक्षात्कार प्राप्त होता है, आप तुरंत अपनी जड़ चेतना की ओर लौट जाते हैं और इस सूक्ष्मता की तुलना जड़ता से करने लगते हैं। इस प्रकार आपकी चैतन्य लहरियाँ फिर से चली जाती हैं।

वास्तव में मैंने देखा है कि आत्मसाक्षात्कार प्राप्त करने के पश्चात छोटे बच्चों को लंबी अवधि की अच्छी नींद आती है। वे कुछ देर के लिये थोडे से निष्क्रिय हो जाते हैं। किंतु एक बड़ा व्यक्ति जब आत्मसाक्षात्कार प्राप्त करता है तो वो फौरन बुक स्टाल पर पहुँचकर कुण्डलिनी पर लिखी एक किताब खरीद कर पढ़ना शुरू कर देता है।

जो लोग शारीरिक विकलांगता अथवा शारीरिक तकलीफ इत्यादि की वजह से सहजयोग में आते हैं, कुछ मामलों में वे उनसे बेहतर होते हैं जो लोग बीमार नहीं हैं। कारण यह है कि उन्हें आनन्द में पीड़ा से राहत मिलती है। उन्हे मिली राहत आनन्द की एक छोटी सी परछाई है और वे समझने लगते हैं कि इसका आनन्द लिया जाना चाहिये। किंतु वे लोग भी राहत पाकर गायब हो जाते हैं। वे समझ नहीं पाते कि इसके आगे, इससे बढ़कर भी कोई चीज़ है जिसका स्वाद तथा आनन्द लिया जाना है। सहजयोग में शारीरिक आनन्द अपने आप में आपके चित्त को सूक्ष्म रखने में पर्याप्त है।

आपको अपने चित्त को कहीं केन्द्रित नहीं करना है, किंतु आपको अपने चित्त में सूक्ष्म से सूक्ष्मतर होते जाना है। आप जानते हैं कि चित्त को केन्द्रित करना एक गलत तरीका है। ऐसा कुछ सहजयोगियों द्वारा किया गया था और आप उसका परिणाम जानते हैं। उनके चक्र टूट गये और खत्म हो गये। जब आज्ञा चक्र पर चित्त को केन्द्रित किया जाता है तो आपने देखा है कि आज्ञा चक्र टूट जाता है। आपको अपने चित्त को कहीं केन्द्रित नहीं करना है, केवल अपने चित्त को सूक्ष्म से सूक्ष्म करना है।

**उन लोगों का क्या है जो भले हैं, साधक नहीं है, परन्तु जिन्होंने आत्मसाक्षात्कार प्राप्त करने के पश्चात भी सहजयोग के महत्व को नहीं समझा?**

श्रीमाताजी : ऐसे लोग परिसंचरण से बाहर हो जाएंगे। स्वीकार करने की अपेक्षा सहजयोग अस्वीकार अधिक करता है। निर्णय चल रहा है। ऐसे लोग साक्षात्कार से बाहर हो जाएंगे। ऐसे लोगों से आप साक्षात्कार की बात नहीं कर सकते और न ही उन्हे बन्धन आदि दे सकते हैं। वे ऐसे लोग हैं जिनमें हो सकता है, आपकी रुचि रही हो, परन्तु वे अन्य बातों में खो चुके हैं। उदाहरण के रूप में दही का मंथन करके मक्खन निकलता है और बाकी का सब छाछ रह जाती है। इस मक्खन को अलग करने के लिये छाछ में मक्खन का एक बड़ा सा पेड़ा डाला जाता है और फिर मंथन करने पर छाछ के अन्दर का सारा मक्खन डाले गये मक्खन में पेडे से चिपकर उसका आकार बहुत बड़ा कर देता है। फिर भी मक्खन के कुछ कतरे पीछे रह जाते हैं। जो कतरे मक्खन के उस बड़े पेड़े से नहीं चिपकते उन्हे छाछ के साथ फैंक दिया जाता है। अत: जो लोग सहजयोग में नहीं आते या जिनमें इसकी योग्यता नहीं है, उन्हे बाहर फैंक दिया जायेगा। यह सत्य है, परन्तु आपमें निरपेक्षिता होनी चाहिये ; अर्थात आपको ऐसे लोगों से लिप्त नहीं होना चाहिये।

## निराशा

परमात्मा की दृष्टि से जब भी कोई चीज़ बहुत महत्वपूर्ण होती है तो मैं पाती हूँ कि सारी नकारात्मक शक्तियाँ अपनी योजनाओं को अंजाम देने लगती हैं कि किस प्रकार इसमें देरी हो, कैसे इसमें अड़चने डाली जायें, कैसे इसे विचलित किया जाये या इसमें रोड़े डाले जायें। परमात्मा करुणा हैं, वे दया हैं, वे सब कुछ हैं। किंतु अपनी दया में ही वे इस विश्व को नष्ट करने वाले हैं। वह अपने विरुद्ध और अधिक पापों को नहीं घटित करने देगा। अन्य तरीकों से भी वह नष्ट करता है। कैन्सर क्या है? हमारे शरीर में होने वाले ये रोग क्या हैं? ये हमारी स्वयं की विध्वंसक शक्तियों के अतिरिक्त कुछ भी नहीं है जो हमने अपने भीतर ही बनाई हैं। हमसे बाहर कोई बाहरी खतरा अथवा परग्रही आक्रमण नहीं है। न ही, ऐसा कोई खतरा है। यह हमारे अन्दर ही है, जब आक्रमण निर्मित हो जाता है इसके प्रति हमें सावधान रहना है। स्वतंत्रता के नाम पर हमने अपने अन्दर विनाश के बीज एकत्रित कर लिये हैं। यह ऐसी

अन्तर्निहित प्रक्रिया है कि हमें पता भी नहीं चल पाता कि ये हमला हो रहा है, शिष्टाचारों तथा कृत्रिम तौर-तरीकों से ही संतुष्ट हैं।

सबसे आसान है बैठ जाना और सवाल पूछना, किंतु सबसे अच्छा है अपने आत्मसाक्षात्कार को प्राप्त करना। आज यही चीज़ परम महत्व की है। यह सच है कि जिस प्रकार के मानव हैं, इन परिस्थितियों की वजह से यह कार्य बहुत तेज़ी से होने वाला नहीं है। मैं इस बारे में बहुत विश्वस्त हूँ। मैंने भरसक प्रयत्न किया है। पहाड़ों की भाँति कुण्डलिनी उठानी पड़ती है। वास्तव में यह पहाडों को उठाने जैसा है। आप थक-हार जाते हैं। लेकिन बात यह है कि वे इसकी कदर करना भी नहीं चाहते। अत: निराश मत हों; इसके विषय में बुरा न मानें। धीरे-धीरे तथा नियमित रूप में विश्वस्त हूँ कि आपकी खुद की आँखों में लोग देखेंगे कि किस प्रकार आपका जीवन आनन्द, खुशी एवं समझ में परिवर्तित हो गया है। वे देखेंगे कि आप कितने प्रेममय और प्रसन्न हो गये हैं तथा फिर वे विश्वास कर लेंगे कि आपके लिये एक बेहतर जीवन है। कुछ लोग इतने निराश हैं कि वे हर चीज़ में काली तस्वीर ही देखा करते हैं। वे इतने निराश हैं कि उन्होंने हार मान ली है। उन्होंने बिलकुल ही हार मान ली है। वे कहते हैं, 'अब हम इससे मुक्त हो गयें हैं। हमने सब कुछ किया और अब हम कुछ और नहीं करना चाहते।'

मैंने फ्रांस में देखा है। वे लोग विश्व के विनाश और आसन्न विध्वंस के विषय में चर्चा कर रहे हैं। वे लोग चर्चा कर रहे हैं कि, 'चलो अब खत्म हो जायें। बहुत देख-सह लिया। चाहे यह एटम बम से ही अथवा किसी अन्य चीज़ से अंतिम विनाश हो ही जाये। चलो सब खत्म हो जायें।'

यह इतना निराशाजनक है। मैं उन लोगों की निराशा समझ सकती हूँ जो इसके बारे में सोच रहे हैं, जो इसके बारे में चिंतित हैं। मैं इससे चिंतित हूँ। मुझे कोई शंका नहीं है कि व्यक्ति निराश होता है। यहाँ तक कि सहजयोगी भी कभी-कभी बहुत निराश हो जाते हैं और निराश होकर कहने लगते हैं, 'छोड़ देते हैं माँ, हम इससे तंग आ चुके हैं और इसे और अधिक नहीं करना चाहते।' किन्तु मैं नहीं जानती कि अपने चित्त को आत्मा से किस प्रकार

हटाऊँ। यदि आप चाहें तो आत्मा से चित्त हटाने की भरसक कोशिश कर लें, आप नहीं हटा सकते क्योंकि आप वहाँ पर हैं। जो भी कुछ हैं जितना संभव हो सके उतने लोगों को बचाने के लिये आप संघर्ष करेंगे। जो भी सहजयोगी एक अंतराल के पश्चात निराश हो जाते हैं उनके लिये मुझे कहना है कि आपको निराश नहीं होना। यदि आपके अन्दर दूसरे लोगों के लिये भावनायें हैं तो आपको साहस और समझ धारण करनी होगी। यदि आप उनके लिये अपनी चिंता जतायेंगे तो वे आपको समझेंगे और आप अधिक से अधिक लोगों को बचा पायेंगे, उनका उद्धार कर पायेंगे और वे परमात्मा के साम्राज्य में प्रवेश कर लेंगे। जिस प्रकार आप आनन्द उठा रहे हैं, वैसे वे भी आनन्द उठायेंगे।

इसमें एक ही अडचन है कि आपको लगता है कि बहुत से लोग अभी भी खोये हुये हैं। इससे कोई फर्क नहीं पड़ता। आपको कठिन परिश्रम करना है। आपको समझना है कि ऐसी नकारात्मक ताकतें विद्यमान हैं जो उन्हें नीचे धकेल रही हैं। उन्हे अधोगति में ले जा रही हैं। वे अज्ञानी हैं और वे नहीं जानते कि इस सांसारिक जीवन से परे भी एक जीवन है। किंतु मैं विश्वस्त हूँ कि धीरे-धीरे यह कार्यान्वित होगा। व्यक्ति को समझना है कि परमात्मा का कार्य परमात्मा से आशीवार्दित होता है। वे आपको अपने सभी आशीर्वाद प्रदान करेंगे और आपकर सहायता करेंगे ताकि आप अपने वांछित कर्तव्य पूरे कर सकें। समय बीत रहा है, बहुत कम समय अब बचा रहा है। समय खत्म हो रहा है और इसी वजह से निराशा बढ़ रही है। यही निराशा इस पृथ्वी पर सहजयोग के अवतार का कारण बनी है। आपको आपके आसपास में दिखाई देने वाली अडचनों से लड़ने के लिये और भी अधिक शक्तिशाली महसूस करना होगा तथा इस सृष्टि के परम लक्ष्य को कार्यान्वित करना है।

**अध्यात्मिकता में पूर्ण उन्नति प्राप्त करने के बाद हमारे साथ क्या होना चाहिये ?**

**श्रीमाताजी :** व्यक्ति को समझना है कि हम सभी को जीवन के कुछ समान सिद्धांतो से बंधा होना है। जीवन का एक आम सिद्धांत जिससे हम आदिशक्ति के द्वारा बंधे हुये हैं, वह यह है हम सभी के अन्दर कुण्डलिनी

होती है। यह जानवरों में भी होती है पर इतनी विकसित नहीं होती। कुण्डलिनी का वह पूर्ण स्वरूप नहीं होता जिसे जगाया जा सकें, किंतु केवल मानव रूप में ही यह एक संबंध के रूप में विकसित हुई है जो हमारे भीतर दैवी शक्ति है, जो कि आदि कुण्डलिनी का प्रतिबिंब है, जो इस कलियुग में इतनी आसानी से जागृत हो जाती है। यह वह आम सिद्धांत है जो हम सब लोगों में है। अत: हमें सभी लोगों का आदर करना है, चाहे वो किसी भी देश के हों-किसी भी देश से संबंधित हों, किसी भी वर्ण के हों-क्योंकि उनके अन्दर उनकी अपनी कुण्डलिनी है। इसके बाद आप जैसे लोग आते हैं जो कि जागृत हैं, जो प्रबुद्ध हैं, जिन्होंने आत्मसाक्षात्कार प्राप्त किया हुआ है। जब आप समझते हैं कि आदि माँ के चित्त का यह आनन्द केवल एक खेल है, केवल एक आनन्द है। फिर जब आप आध्यात्मिकता में अपनी पूर्ण उन्नति को प्राप्त करते हैं तो आपके साथ क्या होना चाहिये? हमारा अस्तित्व कैसा होना चाहिये?

यह वह प्रश्न है जो आपने कई बार पूछा है। आपके द्वारा किये इस प्रश्न से पता चलता है कि अभी आप वहाँ नहीं हैं क्योंकि जब आप वहाँ पहुँचते हैं तो आप प्रश्न नहीं पूछा करते। दूसरी बात जो आपके साथ होती है वह यह है कि आप मात्र अस्तित्व बन जाते हैं। मात्र अस्तित्व, तथा वह अस्तित्व जब आप बनते हैं तब आप दिव्यता के गुणों को प्रतिबिंबित करने लगते हैं।

**हम क्यों नहीं प्रगति कर पा रहे?**

**श्रीमाताजी :** हमें यह समझना बहुत जरुरी है कि हम प्रगति क्यों नहीं कर रहे हैं। वास्तव में जिन लोगों में आत्मविश्वास की कमी होती है उन लोगों में हेकड़ी आ जाती है। आत्मविश्वास ऐसे लोगों में छिन-भिन्न होता है, जिन लोगों में 'स्व' अभिव्यक्त नहीं होता। अपने 'स्व' को प्रकट होने दें। जब 'स्व' नहीं प्रकट होता तब आपको हर किस्म की समस्यायें होती हैं और फिर शिकायत करते रहते हैं। वास्तव में ये समस्यायें आपके अन्दर रहती हैं। शिकायत तो परमात्मा को होनी चाहिये। इसके बारे में सोचें, जिसने इस ब्रह्माण्ड को रचा, जिसने आप सभी को इतने प्रेम और स्नेह के साथ रचा, जिसने इस सूरज के तले आपको हर चीज़ दी। जिसने आपको

आत्मसाक्षात्कार भी प्रदान किया, आपको प्रकाश दिया, यथासंभव हर चीज़ दी और एक आप हैं जो उसी के विरूद्ध शिकायत कर रहे हैं। आपको नहीं करनी चाहिये। स्वयं के बारे में शिकायत करें कि 'मैं' ठीक नहीं हूँ, मुझे ठीक होना है'- इस बारे में शिकायत करें, स्वयं का सामना करें।

लोगों की अपनी अन्य रूचियाँ तथा प्राथमिकतायें तथा अन्य चीज़ें जो उनके लिये बहुत महत्वपूर्ण हैं। सदैव वे अपना समय उसके लिये बर्बाद कर रहे हैं तथा फिर वे कहेंगे-माँ, हम सहजयोग में बहुत ज़्यादा प्रगति नहीं कर पा रहे हैं। यदि आप निर्णय कर लें कि सबसे पहले हमने सहजयोग करना है और बाकी की चीज़ें बाद की हैं-केवल तभी आपके अन्दर सहजयोग वास्तव में स्थापित हो सकता है।

सहजयोग में एक दूसरा बहुत सूक्ष्म बिंदु है, इसके बारे में मैं आपसे प्रश्न पुछूंगी। तो बताईये कि सहजयोग की प्रगति आपके अन्दर क्यों नहीं हो रही है? कौनसी अनिवार्य शर्त इसमें है? क्या कोई बता सकता है? आप सभी निर्विचार हैं, यही समस्या है। अत: बताईये कि सहजयोग में कौनसी बाध्यता हैं जो बहुत जरूरी है, जो किसी भी अवतार, न ही पैगम्बर, न ही किसी गुरु अथवा किसी अन्य के साथ नहीं थी।

उत्तर : यह स्वयं ब्रह्मशक्ति का समन्वय है तथा ऐसा कभी नहीं हुआ कि ब्रह्मशक्ति ने स्वयं कभी अवतार लिया हो।

श्रीमाताजी : वो तो ठीक है, किंतु बाध्यता कौनसी है?

उत्तर (लोगों में से) : बंधन, संस्कार।

श्रीमाताजी : नहीं, नहीं, आपके लिये कौनसे बंधन हैं? आप सहजयोगियों के लिये कौन से बंधन हैं?

उत्तर : हमारा व्यवहार आदर्श व्यवहार नहीं है?

श्रीमाताजी : नहीं, बिलकुल भी नहीं। आदर्श व्यवहार वाले बहुत से व्यक्ति हैं। हाँ।

उत्तर : हम बहुत सोचते हैं।

श्रीमाताजी : नहीं, नहीं, यह बात नहीं है। मैं जो कहना चाह रही हूँ वह ये नहीं है। मैं कह रही हूँ कि सहजयोग में एक छोटी बाध्यता क्या है?

उत्तर : समर्पण

श्रीमाताजी : हाँ, थोडा करीब आये हो। किंतु फिर भी बात पूर्ण नहीं हुई।

उत्तर : आज्ञाकारिता।

श्रीमाताजी : हर व्यक्ति में आज्ञाकारिता हो सकती है।

उत्तर : आनन्द।

श्रीमाताजी : आनन्द तो परिणाम है, बाध्यता कौनसी है? आपको क्या चुकाना है?

उत्तर : भक्ति, प्रेम, समर्पण।

श्रीमाताजी : प्रेम, आपके अन्दर हर व्यक्ति के लिये प्रेम हो सकता है! इसमें कौनसी बड़ी बात है? फिर भी, आप थोड़ा नजदीक पहुँचे हैं।

उत्तर : मान्यता, खुला हृदय।

श्रीमाताजी : कौनसी बाध्यता है? कौनसा ऋण आपको चुकाना है? आपको किस पद तक पहुँचना है? किस चीज़ की जरूरत है? वह क्या कहती है?

उत्तर : हमें परमपुज्य श्रीमाताजी के प्रति समर्पण करना है।

श्रीमाताजी : समर्पण तो ठीक है, आप पहुँच तो गये हैं किंतु अन्दर नहीं पहुँचे।

उत्तर : आपको आदिशक्ति के रूप में मानना है।

श्रीमाताजी : सही। बिलकुल सही। यही, यही महत्वपूर्ण बात है। जब

तक आप मुझे मान्यता नहीं देंगे तब तक आध्यात्मिक उन्नति संभव नहीं है। जैसे-जैसे आप प्रगति करते हैं मान्यता बढ़ती जाती है। यह साथ-साथ चलती है। और यही आधुनिक युग की सबसे कठिन, बहुत कठिन समस्या है क्योंकि हम किसी को तब तक नहीं मानते जब तक कि उसका चुनाव न हो जाये अथवा इसे कोई पद अथवा एक पदवी न मिल जाये। किंतु अपने हृदय से मान्यता देने के लिये आपको अपने अन्दर एक बहुत संवेदनशील आध्यात्मिक उपलब्धि प्राप्त करनी है। यह एक मानसिक मान्यता नहीं है। यह एक समग्र मान्यता है। कुछ लोग मुझे अपने हृदय से मान्यता देते हैं किंतु अपनी बुद्धि से मुझे मान्यता नहीं देते। इस प्रकार वे लड़ते रहते हैं। अथवा वे मुझे शारीरिक रूप से स्वीकार नहीं करते कि व्यक्ति को कुछ चीज़ें शारीरिक रूप से भी करनी पड़ती हैं। किंतु यह मान्यता स्वयं ही आनन्ददायी है। केवल यह सोचना और यदि मुझे सोचना होता कि मैं आदिशक्ति के सम्मुख हुई हूँ तो मैं बहुत खुश हुई होती। तथा मेरी आत्मा को आनन्द मिलता कि, 'हे परमात्मा, यह मेरे साथ घटित हुआ, मैंने कौनसा ऐसा बड़ा काम किया था।' जब वह मान्यता आती है, यह आपको सहजयोग में पूर्ण रूप से अनुशासित करती है। उदाहरण के लिये आप किसी व्यक्ति को जानते हैं-मान लीजिये, इंग्लैण्ड की रानी, तो यह एक मानसिक मान्यता होती है कि तुरंत आपके अन्दर एक प्रकार का शिष्टाचार आ जाता है। परन्तु सहजयोग में सारा अनुशासन अन्दर से आता है। तो आप मुझसे पूछ सकते हैं, 'श्रीमाताजी, पहले अंडा हुआ या मुर्गी?' यह इस तरह की बात हुई। इसी ढंग से हम कह सकते हैं कि, 'माँ, पहले हमारी आध्यात्मिक जागृति हो या पहले हम आपको मान्यता प्रदान करें।' जब मोमबत्ती जलती है तो प्रकाश फैलता है, यह साथ-साथ घटित होता है, फिर आप कहेंगे कि, 'श्रीमाताजी, इस प्रकाश को हम कैसे बढ़ायें? यहाँ मैं आपसे पूछना चाहती हूँ कि हमें क्या करना चाहिये?'

उत्तर : ध्यान, श्रीमाताजी हमें ध्यान करना चाहिये।

श्रीमाताजी : वह एक चीज़ है, किंतु लोग इसे मशीनी रूप से करते हैं।

उत्तर : सही इच्छा से ध्यान किया जाये।

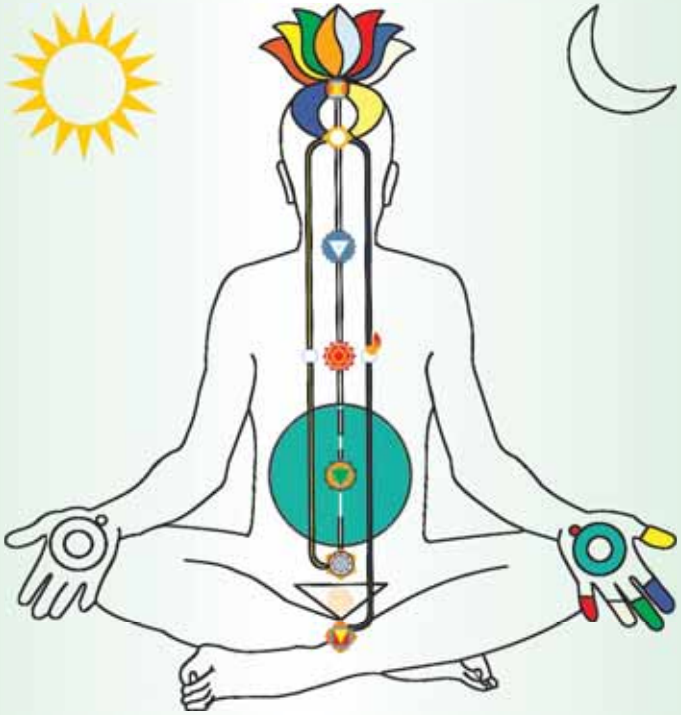
श्रीमाताजी : नहीं। सबसे अच्छी चीज़ जो मैं सोचती हूँ वह है ऐसा स्वभाव जो हर चीज़ को साक्षी रूप से देखने वाला हो। हर चीज़ में मानो श्रीमाताजी ही इसे कर रही हैं। इसके बाद आप बहुत सारे चमत्कार होते हुये देखेंगे। इस प्रकार मानसिक रूप से आप समझने लगेंगे कि हमारी श्रीमाताजी में कुछ खास बात है। इसके बाद एक बात और है, आपको हर समय मुझे अपने हृदय में रखना है, ताकि आप अपनी भावनाओं को देख सकें कि कितनी सुंदर भावनायें आती हैं, पुलकित करने वालीं, विभिन्न किस्म की सौंदर्यपूर्ण, आनन्ददायी तरंगे। जब आप समुद्र में जाते हैं, आप समुद्र को प्रेम नहीं करते किंतु समुद्र आपसे प्रेम करता है। समुद्र की समस्त तरंगे आपको पुलकित करती हैं। हमें केवल प्रार्थना करनी है कि हम इस प्रेम के सागर में और गहरे उतर जायें और फिर आप अपने हृदय से लहरियों को एक फव्वारे की तरह बाहर आता महसूस करेंगे। आपको स्नान कराती हुईं और ऐसा आनन्द बहेगा कि जब लोग आपको देखेंगे तो वे आपसे पुछेंगे कि आपके अन्दर क्या हो रहा है! जिस प्रकार आपकी आँखे जगमगा रही हैं तथा जिस प्रकार आपके चेहरे चमक रहे हैं, हमें विश्वास नहीं हो रहा है कि क्या हो रहा है? और आप मात्र अपने भीतर आनन्द के साक्षी होंगे और आप आनन्द में होंगे क्योंकि इसका वर्णन करने के लिये कोई शब्द नहीं हैं। जैसे कहा जाता है कि सहस्रार में आपको निरानन्द प्राप्त होता है, अर्थात केवल परम आनन्द, जिससे बढ़कर कुछ भी नहीं है।

।। जय श्रीमाताजी ।।

## सर्वाधिकार सुरक्षित

बिना पूर्व आज्ञा के इस पुस्तक के किसी भी भाग की प्रतिलिपि या किसी भी रूप में प्रसारण वर्जित है। कोई भी व्यक्ति अनधिकृत रूप से यदि इसका प्रकाशन करता है तो उस पर हानिपूर्ति का दावा किया जाएगा।

आपको आपके जीने का अर्थ अभी समझा नहीं वरना
आप आपसे निर्मित शक्ति से जुड़ गये होते।



सूक्ष्म तंत्र

परम पूज्य श्रीमाताजी निर्मला देवी
संस्थापिका, सहजयोग