

# Atma Kya Hai

Date : 3rd March 1991  
Place : New Delhi  
Type : Public Program  
Speech : Hindi  
Language

## CONTENTS

### I Transcript

Hindi	02 - 10
English	-
Marathi	-

### II Translation

English	-
Hindi	-
Marathi	-

# ORIGINAL TRANSCRIPT

## HINDI TALK

Scanned from Hindi Chaitanya Lahari

सत्य को खोजने वाले आप सभी साधकों को हमारा नमस्कार । डाक्टर साहब ने अभी आपको सभी चक्रों के बारे में बता दिया है । उसी प्रकार कल मैंने आपको तीन नाड़ियों के बारे में बताया था ये थी ईड़ा, पिंगला और सुषुम्ना नाड़ी । ये सब नाड़ियां, ये सारी व्यवस्था, परमात्मा ने हमारे अन्दर कर रखी है । इस उत्क्रान्ति के कार्य में, जबकि हमारा विकास हुआ है, तब धीरे - धीरे एक - एक चक्र हमारे अन्दर प्रस्फुटित हुआ । किन्तु सारी योजना करने के बाद, पूरी तरह से इसकी व्यवस्था करने के बाद भी एक प्रश्न था कि हमारे अन्दर ये जो परमेश्वरी यंत्र बनाया हुआ है इसको किस तरह उस परमेश्वरी तत्व से जोड़ा जाय । मैंने आपको कल बताया था चारों तरफ ब्रह्म चैतन्य रूप ये परमात्मा का प्रेम, उनकी शुद्ध इच्छा कार्य कर रही है । लेकिन ये ब्रह्म चैतन्य अभी तक कृत नहीं था इसलिए जब कलयुग घोर स्थिति में पहुंच गया तो उसी के साथ-साथ एक नया युग शुरू हुआ है जिसे हम कृत्युग कहते हैं और इस कृत्युग के बाद ही सत्य - युग आ सकता है । इस कृत्युग में ये ब्रह्म चैतन्य कार्यान्वित हो गया है । इसी कारण सहजयोग में हजारों लोग पार होने लगे हैं अर्थात् सहस्रार का खोलना बहुत जल्दी था । जब से सहस्रार खुला है, कृत्युग शुरू हो गया है । अब इस कृत्युग का अनुभव आपको साक्षात्कार के बाद आयेगा । हर पल आयेगा । आपको आश्चर्य होगा कि ब्रह्म चैतन्य का कार्य कितना सुन्दर, अनुपम और ईमानदारी का है । इसमें कहीं कोई गलती नहीं, इसमें इतना प्रावीण्य है, इतना कुशल है कि आश्चर्य होता है कि ये किस तरह कार्य करता है । तो अब आपका एक कार्य है कि आपका संबंध उस ब्रह्म चैतन्य से हो जाये, उसके लिए आपके अन्दर ये कुण्डलिनी शक्ति सट्टे तीन वलयों में बैठी हुई है । वलय को कुण्डल कहा है । इसीलिए इस शक्ति को कुण्डलिनी कहते हैं । ये शक्ति आदि-शक्ति का प्रतिबिम्ब है और आत्मा परमात्मा का प्रतिबिम्ब है । आपसे कल बताया था कि आदिशक्ति परमात्मा की शुद्ध इच्छा है और वो इच्छा ये है कि सब जो कुछ जो इंसान के स्वरूप, मानव के स्वरूप में इस संसार में है, सब उनके साम्राज्य में आएं और आनंद का उपभोग करें । यही उनकी एक शुद्ध इच्छा है । जिस वक्त कुण्डलिनी उठ करके और इन छः चक्रों को भेदती हुई ब्रह्म-रन्ध्र को भेदती है और उस सर्वव्यापी ब्रह्मचैतन्य से एकाकारिता प्राप्त करती है उस वक्त क्या - क्या घटित होता है वह जान लेना चाहिए । सबसे पहले जैसे आप लोगों में से बहुत लोगों को ठंडी - ठंडी हवा सी लगती है, ये ठंडी - ठंडी हवा जो आपको महसूस हुई, जिसका बोध हुआ, यही ब्रह्मचैतन्य है । कुण्डलिनी जब ऊपर चली आई तो वहां से भी आपको ठंडी - ठंडी हवा का एहसास हुआ । यह तो बाह्य की चीज हुई जिससे कि आप जान लें कि आप पा गए हैं । इसे हम आत्मसाक्षात्कार कहते हैं । उसकी शुरुआत हो गई किन्तु

आत्मा क्या है ये जान लेना चाहिए । मैंने कहा है कि आत्मा आपके हृदय में प्रतिबिम्बित होती है । आत्मा सिर्फ एक प्रतिबिम्ब मात्र हमारे सारे कार्य को देखने वाला एक दृष्टा है । अभी तक उससे हमारा कोई संबंध नहीं । न वह देखता है और न ही उसका प्रकाश हमारे चित्त में है । हमारा चित्त अब भी अंधकार में ही है । तो इस आत्मा का स्वभाव क्या ? वह जान लेना चाहिए । वो जानते ही आप जान जायेंगे कि इस आत्मसाक्षात्कार से आप क्या प्राप्त करते हैं । पहले तो जब कुण्डलिनी इन चक्रों में से गुजरती है तो आपको अनेक प्रकार की नई-नई उपलब्धि होती है, जैसे शायद डॉक्टर साहब आपने बताया होगा कि क्या-क्या उपलब्धियाँ होती हैं । लेकिन जब आत्मा का प्रकाश आपके चित्त में आ जाता है तब आप आत्मा का इस स्वरूप में जो कार्य है उसे प्राप्त करते हैं । और उसका सबसे बड़ा कार्य यह है कि उसके प्रकाश में आप 'केवल सत्य' को जानते हैं । मैं कहूँ सत्य को नहीं 'केवल सत्य' को । इसका फर्क समझें आप ? जितने मुँह उतनी बात होती है । जितनी आँखें उतना देखना होता है । किन्तु 'केवल सत्य' यह होता है कि जब इसे आप प्राप्त कर लें तो सब लोग एक ही चीज को जानते हैं और उसमें दूसरी शक्ति है कि ये केवल ज्ञान को देखती है जैसे कि समझ लीजिए कोई आदमी कहेगा कि ठीक है ये एक फोटो है या एक मूर्ति है या एक साधु है ये असली है । आप कैसे जानियेगा कि ये असली है कि नकली है ? इस तरह से आप इसे जान सकते हैं कोई अगर कहता है कि ये असली है, कोई कहता है नकली है, उसकी कोई पहचान नहीं, उसका कोई ज्ञान नहीं, तो फिर वो जानने के लिए कोई मार्ग भी नहीं । एक ही मार्ग है कि 'केवल ज्ञान स्वरूप' जो आत्मा है उसके प्रकाश में हर चीज को देखना चाहिए । उस वक्त आप उस आदमी की ओर या उस फोटो की ओर या उस मूर्ति की ओर हाथ करके पूछें - दोनों हाथ - आत्म साक्षात्कार के बाद, कि क्या ये सत्य है ? ये गुरु सत्य है ? इतना ही पूछना है बस । ऐसे पूछते ही आपके हाथ में उस सत्य के दर्शन हो जायेंगे । आप जान जायेंगे अगर वो सत्य है तो आपके हाथ में ठंडी - ठंडी हवा चल पड़ेगी । जैसे कल यहाँ पर शिर्डी के श्री साईनाथ के बारे में किसी ने पूछा कि माँ शिर्डी के साईनाथ क्या सच्चे थे ? मैंने कहा हाथ करो मेरी ओर, एक दम उनके हाथ में जोर - जोर से ठंडी - ठंडी हवा बहने लगी । ये कुछ बातें शास्त्रों में भी लिखी गई हैं । ये जो कहा है कि परमात्मा है । आजकल तो ऐसे भी लोग हो गये हैं जो कहते हैं कि परमात्मा नहीं है । ये कहना तो बड़ी अशास्त्रीय और अवैज्ञानिक बात है कि परमात्मा नहीं है । आपने खोजा है ? आपने जाना है ? बगैर देखे ही आप कह रहे हैं कि परमात्मा नहीं है । जानने के बाद आप कहें तब तो कोई बात भी है । लेकिन अगर आप पूछें कि परमात्मा है ? एकदम आपके हाथ में ठंडक सी चलेगी । यदि आप सहजयोग में काफी उतरे हों तो ऐसे लगेगा जैसे ऊपर से नीचे तक गंगा बह रही है । एकदम से आदमी शांत हो जाएगा । सो पूरी तरह से जिसे हम केवल ज्ञान कहते हैं वह आप प्राप्त करेंगे । शुरुआत में जब तक पूरी तरह से आप नाव में नहीं बैठें तो हो सकता है कि डगमग हो, लेकिन जब आप पूरी तरह से उसमें जम जाते हैं तो आश्चर्य होता है कि छोटे - छोटे बच्चे भी बता सकते हैं कि ये साहब कैसे हैं ? अभी एक बच्चे ने (अंग्रेज बच्चे ने) फोन उठाया और मुझसे कहा - 'माँ वह योगी नहीं है, वह आपसे बात करना चाहता है' ये कैसे जाना ? ये चैतन्य जो है उसका आपको बोध होता है।



कल मैंने आपको बताया कि बोध होने का मतलब होता है कि केन्द्रीय स्नायु तंत्र पे, अपनी मज्जा संस्था पर आप जानते हैं । ये कहने से नहीं कि ये ऐसा है, वैसा है । जैसे आप अब देख सकते हैं कि यहाँ एक सफेद चद्दर बिछी हुई है, सब लोग देख सकते हैं कि यहाँ एक सफेद चद्दर बिछी हुई है, उसी प्रकार आप जानते हैं अपने सैन्ट्रल नर्वस सिस्टम पे कि सत्य क्या है और असत्य क्या है । फिर बताने की जरूरत नहीं, कहने की जरूरत नहीं । सो सत्य को जानना है । बुद्धि से नहीं हो सकता । अगर बुद्धि से होता तो इतने झगड़े क्यों खड़े होते ? कहीं साम्यवाद है, कहीं पूंजीवाद, कहीं प्रजातंत्र है कहीं राक्षस राज्य ( डेमोक्रेसी ) । ये सारे वाद झूठे हैं, किसी में भी सत्य नहीं क्योंकि ये सिर्फ हर एक की अपनी धारणा है और उस धारणा को सत्य मानकर लोग उससे चिपक गए । जैसे हमारी बात लीजिए, आप सब ये कहेंगे कि हमारे पास जब सब शक्तियां हैं तो हम तो बड़े भारी (केपिटलिस्ट) पूंजीवादी हैं, सारी शक्तियां हमारे पास हों तो हम तो बहुत बड़े कैपिटलिस्ट हैं ही परन्तु बहुत ही बड़े कम्युनिस्ट भी हैं क्योंकि वो शक्तियां सबको दिए बगैर हमें चैन नहीं । इस उम्र में भी हर तीसरे दिन सफर करते रहते हैं । चैन ही नहीं । जब तक दिया नहीं अच्छा ही नहीं लगता । देने की शक्ति कम्युनिज्म से नहीं आती और पाने की शक्ति कैपिटलिज्म से नहीं आती । तो हर चीज में जो सत्य का अंश है उसे जानने का एक ही तरीका है कि इस आत्मा को प्राप्त करो । तब आप समझ जायेंगे कि कौन - कौन दुनियां में आज तक हुए जो कि आत्मसाक्षात्कारी थे । कौन सी धारणाएं सत्य हैं कौन सी झूठ हैं । कौन सा हिस्सा धर्म का ठीक है और कौन सा झूठ है । कौन से शास्त्र में कौन सा सच लिखा गया है और कौन सा झूठ । कौन सी बात इसमें असलियत है और बाकी नकलियत । जिसे कहते हैं पर्दाफाश कर देना । ये सिर्फ आत्मा के प्रकाश में ही घटित हो सकता है और दूसरी बात कि आपका जो चित्त है, आपका चित्त जिसे ध्यान (अटेन्शन) कहते हैं, ये इस प्रकाश से जब प्लावित होता है, इसका पोषण होता है, जब इस प्रकाश से भर जाता है तब जहां भी चित्त घुमाइये जहां भी नजर करिए एक कटाक्ष-मात्र से भी आप बहुत से कार्य कर सकते हैं । और यहां बैठे - बैठे कहीं भी दुनियां में जो चीज हो गई है, जो लोग हो गए हैं और जो लोग हैं, किसी के बारे में भी आप जान सकते हैं । ऐसा ये कम्यूनिकेशन है बहुत ही कुशल । आजकल के जैसे नहीं कि टेलीफोन ही नहीं लगते । यहां बैठे - बैठे आप जान सकते हैं कि किस आदमी में क्या बात है, कौन सा चक्र उसका पकड़ा है । व्यक्ति की बुराई तो बाह्य चीज है, लक्षण है, अंदरूनी चीज ये है कि उसके कौन से चक्र पकड़े हैं । यहां बैठे - बैठे ही आप उसके चक्र ठीक कर सकते हैं । लेकिन ये कम्यूनिकेशन पूर्णतया दृढ़ हो जाना चाहिए । एक चित्तमात्र से आप इतना कार्य कर सकते हैं । और आपका चित्त जो है वह एकाग्रता से सब देखता ही रहता है । बस देखता है । मैंने आपको कल कहा था कि किसी चीज को देखते हुए सोचने की कोई बात नहीं । देखते बनता है, कितने प्रेम से यह सजाया है, यह भी सोचने की बात है १ या किस कलाकर ने अपनी कला का आनंद यहां भरा है, यह भी सोचने की बात है १ वह जो कुछ सम्पूर्ण में सोचने की बात है । वह जो कुछ सम्पूर्ण में उसने यहां दिया है वो सारे का सारा चैतन्य बनकर के झरने लगजाता है और बस आनंद के सागर में मनुष्य डोलायमान रहता है । जिसे हम शुल्वात में कहते हैं कि निर्विचार समाधि प्राप्त हुई ।

हठ योग में जिन लोगों ने सिर्फ व्यायाम करना जाना है उन्हें जानना चाहिए कि व्यायाम एक बहुत थोड़ी सी चीज है। पातांजली का अगर आप पातांजल शास्त्र पढ़ें तो उसमें समाधि की ही बात की है, पहल निर्विचार, फिर सन्निकल्प, फिर निर्विकल्प समाधि। इस तरह से उन्होंने इसकी तीन दशाएँ दिखाई हैं, वही आपको सहजयोग में प्राप्त होंगी। समाधि का अंग्रेजी में अर्थ हो सकता है (अवेयरनेस) चेतना, कि आपमें एक नया आयाम, एक नया डायमेंशन आ जाता है जहाँ आप बुद्धि से परे उठकर के हर चीज को समझने लग जाते हैं। सहजयोग में आपने सुना होगा कि बहुत से (म्यूजिशियन्स) संगीतकार हैं, बहुत से (आर्टिस्ट) कलाकार हैं (जो बड़े मशहूर आजकल हो गए हैं) वो सहजयोग में आते ही बहुत बड़े आर्टिस्ट हो गए पहले कुछ भी नहीं थे। उसकी वजह यह है कि उनका चित्त इतना सकाग्र हो गया है कि जिस भी चीज को देखता है उसका पूरा का पूरा हिसाब - किताब उसका पूरा चित्त ही मानो उसके मनस्पटल पर छा जाता है। बहुत से बच्चे ऐसे होते हैं जो स्कूलों में पढ़ने में बहुत कमजोर होते हैं, सहजयोग में आ के अब्बल आने लग जाते हैं। यहाँ तो रिकार्ड है कि एक लड़का 23 साल के अंदर सी.ए. हो गया। अभी तक कोई नहीं हुआ।। सब चीज के रिकार्ड हैं। इंजीनियर्स जो कभी इतनी उम्र में नहीं हुए थे वे हो गए। सहजयोगी बच्चे पढ़ने लिखने में बहुत तेज हो जाते हैं। स्वभाव में उनके अदब आ जाता है, अपनी संस्कृति की जो विशेषता है कि हमें अदब करना चाहिए। सुबह से पृथ्वी तत्व को हम नमस्कार करते हैं कि तुझे हम पैर से छुएंगे, क्षमा करना। यह जो अदब है पहले सिखाया जाता था, बताया जाता था, देखा जाता था। अपने आप ही मनुष्य नम्र हो जाता है। उसमें एक अदब आ जाता है और उस नम्रता में बड़ा मजा आता है। जिन - जिन बातों के बारे में धार्मिक पुस्तकों में लिखा गया है वह सारे ही तत्व हमारे अंदर जागृत हो जाते हैं। ऐसे - ऐसे लोग जो मशहूर गुस्सेल थे, गुस्सेल तो क्या कहना चाहिए बहुत ही ज्यादा उपद्रवी लोग थे, जो हाथ में हमेशा तलवार बंदूक लेकर घूमते थे, वो भी हमारे इतने प्यारे बेटे हो गये कि लोगों को समझ ही नहीं आता कि इनको क्या हो गया है। ऐसे बदल कैसे गये? ये इतने सुन्दर कैसे हो गए? तो अपने अंदर का जितना भी गौरव है जितनी भी विशेषताएँ हैं जितना भी प्यार है, वो सारा ही एकदम उमड़ पड़ता है और मनुष्य शांति में स्थापित हो जाता है। जैसे एक चक्का है, चक्र है, पहिया है वह घूमता है लेकिन उसका जो मध्य है जो धुरी है वह शांत रहता है। आप चक्के की उस परिधि से निकलकर के मध्य में आ जाते हैं।

ये आत्मा आप ही के अन्दर बसा हुआ आपका अपना है और कुण्डलिनी भी आपकी आपनी शक्ति है। आत्मा के प्रकाश में जो सबसे बड़ी चीज देखनी है वह है आनंद। आनंद में सुख और दुख नहीं होता। एकमेव चीज निरानंद, सब निराआनंद और उस निरानंद को आप अपने आप ही प्राप्त कर लेते हैं। जैसे कि सब कुछ ड्रामा चल रहा है चारों तरफ और फिर भी आप उसमें उलझ जाते हैं। गर कोई लड़ रहा हो तो आप उसके साथ लड़ने लग जाते हैं। यदि कोई रो रहा हो तो आप उसके साथ रोने लग जाते हैं। लेकिन जब ड्रामा खत्म हो जाता है तो आपको पता चलता है कि ये तो खत्म हो गया, अरे ये तो ड्रामा था। उसी प्रकार भव सागर पार करके दुनियाँ के झमेले की ओर आप देखते हैं कि



ये तो सारा खेल है, ये लीला है। क्योंकि विशुद्ध चक्र श्री कृष्ण को बात आप समझ सकते हैं। आदि - गुरुओं के बताये सारे धर्म आपके अन्दर जागृत हो जाते हैं। फिर सहजयोगी गलत काम नहीं कर सकता। डर से नहीं, बहुत से लोग डर से अच्छे होते हैं, क्योंकि वे अच्छाई का मजा उठाने लग जाते हैं अच्छे होने का मजा उठाने लगते हैं। मैंने तो अति कंजूस लोगों को दानत्व में मशहूर होते देखा है। उनके अंदर छुपा हुआ दाता उभर आया बाहर। आपनों प्रेम का वह सारा कार्य है। सारे विश्व को ये प्रेम चाहिए।

परमात्मा का प्रेम निर्वाण्य है, अलिप्त है। जैसे कि एक पेड़ में उसके अंदर का तत्व - सत्व, सब कुछ चढ़ता है। पेड़ की हर शाखा, पत्ते फूल सबको देता है। फिर भी किसी एक चीज में अटक नहीं जाता है। मान लीजिए कि उसे एक फूल पसंद आ जाय, यदि वह सत्व वहीं अटक जाय तो पेड़ तो मर जायेगा और फूल भी मर जायेगा। तो किसी चीज में अटकाव करना ही प्रेम का मारना है। मेरा बेटा, मेरी बेटा, मेरा घर, ये ममत्व है। अंत में वहीं बेटा, बेटा और घर इतना सताते हैं कि अरे घाप दे घाप। अगले जन्म तो बाबा एक बच्चा न हो तो अच्छा है। ये तो सब को अनुभव है। इस अनुभव से जो आपने ज्ञान प्राप्त किया वह बड़ा दुःखदायी लगा होगा। आत्मसाक्षात्कार से सहज में ही आप जान लेते हैं कि किसी से भी लगाव करने की कोई जरूरत नहीं। जिसके साथ जो करना है वह करना है। लेकिन किसी में अटकने की कोई जरूरत नहीं। स्वतः ही आपके व्यक्तित्व में वह बात आ जायेगी। मैं किसी चीज को मना नहीं करती। परदेश में आप जानते हैं कि बहुत से लोग ड्रग्स लेते हैं। यहाँ भी शुरू हो गया है मैंने सुना है थोड़ा बहुत। पर वहाँ के लोगों में बड़ी ईमानदारी है। वे डोंगी नहीं हैं। वहाँ पर लोगों में जरा डोंग है। वजह ये बड़ी - बड़ी बातें हम जानते हैं हमारे सामने राम - लक्ष्मण रहे, कृष्ण रहे, तानक रहे, कबोर रहे, तुवाराम, सब बड़े - बड़े लोग इस देश में आये। तो हम लोग यह सोचते हैं कि चलो कम से कम उन बड़े - बड़े आदर्शों का दिखावा तो हम कर सकते हैं कि हम भी अच्छे हैं। मंदिर में मूर्ति रखेंगे श्री राम की और बाबा को रोज मारेंगे। कोई - कोई लोग तो ऐसे हैं कि सुबह से शाम तक सौ झूठ न बोलें तो वे हिन्दुस्तानी ही नहीं सकते। हिन्दुस्तानी को पहचान यह है कि झूठ बोलना चाहिए। सोचिए - ये सब चीजें हमारे अंदर इसलिए समा गई कि हम डोंग करते हैं। हर आदमी अपने को आदर्श बताने की कोशिश करता है। अपने अंदर उसने कभी देखा ही नहीं। ये देखा ही नहीं कि मैं क्या हूँ? मैं क्यों झूठ बोलता हूँ? क्या जरूरत है मुझे झूठ बोलने की? ठीक है आप नम्रता रखें, बोलें ही मत, लेकिन हमारे सामने इतने बड़े - बड़े आदर्श व्यक्तियों की जीवनियाँ हैं कि उनको देखकर हमें लगता है कि इनके सामने हम इतने बुरे लगेंगे। इसलिए दिखावा करना अच्छा है। चाहे फिर वह धार्मिक हो, चाहे नास्तिक हो, चाहे वह मंदिरों में जाए चाहे मस्जिदों में, चाहे वो भगवान को कुछ भी कह दें। अपने ये जो साधू संत हो गए हैं उनकी क्या विशेषता थी? वह क्यों नहीं झूठ बोलते थे? वे क्यों नहीं दुष्टता करते थे? उन्होंने ऐसे संघ क्यों नहीं बनाये जो सबकी मार पीट करें? उनमें कौन सी ऐसी शक्ति थी कि उनको इतना सताया, इतना तंग किया तो भी वे शांति पूर्वक अपने में ही आनंद विभोर रहते थे? तो इसमें भी हमारा दोष नहीं। गर हमने डोंग किए हैं तो उनमें कम से

कम एक बात तो अच्छी है कि हम इन आदर्शों का विशेष मानते हैं । गर आपने ढाँग करने छोड़ दिए तो मन्त हो जायेंगे, विदेशों में मैं देखती हूँ वहाँ तो कोई संस्कृति ही नहीं है । ऐसी नंदी संस्कृति है कि इनसे कुछ सीखने का हमारे लिए है ही नहीं, कुछ भी सीखने का नहीं लेकिन ये ढाँग छोड़ना पड़ेगा। अपनी संस्कृति में कुछ चीजें अत्यन्त सुन्दर हैं । परदेशी कोई आदर्श नहीं हुए इसलिए ढाँग नहीं है । इसलिए सहजयोग में जाए औरपार हो गए खट से । गहनता में उतर जाते हैं । एक रात में लोगों ने ड्रग्स छोड़ दी जिसके नशे में बेहोशी की हालत में आये थे प्रोग्राम में । शराब छोड़ दी एक रात में । लेकिन हिन्दुस्तान में नहीं छूटती जल्दी से । थोड़ा टाइम लग जाता है । कुछ लोगों की आदत छूट भी जाती है । एक साहब सहजयोग में आकर भी तम्बाकू खाते थे । उनसे छूट नहीं रही थी वो आकर कहने लगे माँ पता नहीं क्यों जब मैं आपके फोटों के सामने ध्यान करने बैठता हूँ तो मेरा मुँह ऐसा फूलने लग जाता है । कहीं हनुमान जी तो नहीं हो रहा हूँ ? मैंने कहा कि कोई विशुद्धि का ही कष्ट है । कहने लगे हाँ विशुद्धि मेरी बहुत दुःखती है । मैंने कहा देखिये मैं सब बात बताऊँ ? कहने लगे, हाँ । आप तम्बाकू खाते हैं तो आप हनुमान जी जैसे हो ही जायेंगे । तम्बाकू खाना आप छोड़ दीजिए खट से । उनके दिमाग में आया माँ ने कैसे जाना । उस दिन से तम्बाकू छूट गया । फिर भी साल भर लगा । साल भर तक वह हनुमान जी बनते रहे । तब लगा कि सब ठीक हो गया । तो सहजयोग में यह भी इलाज है । गर आप ढाँगी पना करेंगे तो चारों तरफ फैला हुआ परम चेतन्य उसका भी इलाज कर लेगा । बहुत बड़ी सजा नहीं देता, थोड़ी सी । एक और साहब सहजयोग में आये दो साल रहे तो भी सिगरेट पीते थे । कहने लगे कभी - कभी पीते हैं । मैंने कभी किसी से नहीं कहा कि सिगरेट मत पियो, शराब मत पियो, नहीं तो आधे लोग ऐसे ही उठ जायेंगे । सहजयोग के बाद देखेंगे । तो एक दिन वो गाड़ी चला रहे थे । उनके साथ छः और लड़के घर के गाड़ी में जा रहे थे । अब सात आदमी गाड़ी में, कहीं जाकर के एक्सीडेंट हो गया । सारी गाड़ी टूट गयी, सब कुछ हो गया, सब लड़कों को चोट आई, लेकिन इन महाशय को सिर्फ विशुद्धि की अंगुली पर चोट आई । जब आप सिगरेट पीते हैं तो दायाँ विशुद्धि पकड़ती है । तब आये लेकर मेरे पास अंगुली । कहने लगे माँ आज से सिगरेट छूट गई । आदि शक्ति की ये जो शक्तियाँ हैं ये प्रेम से भरी हैं । ऐसे छोटे - छोटे तरीकों से आपको वो ठीक करती है । और आप स्वयं ही जानते हैं कि मेरा ये चक्र पकड़ा है । जैसे दिल्ली में जब मैं शुरू में आती थी तो लोग कहते माँ मेरा तो आज्ञा पकड़ गया माने ये कि मैं बड़ा अंहकारी हूँ, मेरे अंदर अंहकार है । माँ इसे ठीक करो । लेकिन आप ही बताइये अगर आपने किसी से कहा कि तुम अंहकारी हो, सद्दाम हुसैन से भी कहिए, तो मारने को दौड़ेगा । वो मानेगा थोड़े ही, कोई नहीं मानेगा कि मैं अंहकारी हूँ । पर साक्षात्कार के बाद आप स्वयं कहते हैं माँ मैं बड़ा अंहकारी हूँ । ऐसा नहीं, अब सारी ही भाषा चक्रों की शुरू हो गयी । चक्रों की ही बात होती है कि माँ मेरा आज्ञा पकड़ा है ठीक करो । इस प्रकार मनुष्य की भाषा ही बदल जाती है । आप एक दूसरे को जानने लगते हैं कि इनका क्या पकड़ा है ? एक साहब सहजयोग के बाद भी बहुत जोर - जोर से डाँटते थे लड़ाई करते और बाकी सहजयोगी देखते थे । खासकर दिल्ली से कुछ लोग पहुँचे थे उधर महाराष्ट्र में । महाराष्ट्र के लोग जरा दब्यु हैं । दिल्ली वाले सोचते हैं कि हम राजधानी में रहते हैं सो उन्होंने झाड़ना शुरू कर दिया, वे चुपचाप सब खड़े रहे । तो मैंने कहा कि तुम लोगों ने कुछ कहा क्यों



नहीं ? कहने लगे माँ क्या कहें इनकी दायी विशुद्धि पकड़ी हुई थी तो वो करते क्या ? राइट विशुद्धि पकड़ी थी तो उनको तो बोलना ही था । हम उनसे बोलकर क्यों अपनी राइट विशुद्धि खराब करते । बोलने दीजिए हर्ज क्या है ।

तो स्थित प्रज्ञ को जो परिभाषा आपको गीता में बताई है वो मनुष्य के ऊपर है । और जैसे कि विशुद्धि चक्र में बताया कि आपसी प्रेम आये । एक जमाने में भारत को गुलाम रखने वाले घमंडी अंग्रेज भी सहजयोगी बन कर जब यहाँ आते हैं और महाराष्ट्र के देहातों में घूमते हैं, उनकी झोंपड़ी में बैठ कर के खूब आनंद से गाना गाते हैं मराठी और हिन्दी में, बहुत से मुसलमान सहजयोग में आ गए हैं । आपको आश्चर्य होगा । और सब गणेश जी की स्तुति करते हैं । और जो कट्टर हिन्दू थे वो भी अल्लाह हो अकबर करके अपनी विशुद्धि को ठीक करते हैं । तो आपको सहजयोग में मुसलमान भी होना पड़ेगा और सिख भी होना पड़ेगा, इसाई भी होना पड़ेगा । असलियत में, नकलियत में नहीं । बाकी सब नकलियत में बैठे हैं । सब धर्मों का जो मजा है उठाइये । ये क्या बेवकूफी है, लड़ रहे हैं । सब धर्मों में इसका मजा है कि ऊँची ऊँची बातें कही हैं । इतनी कुछ हमारी व्यवस्था कर गए उसका मजा उठाना चाहिए । अंधकार वश आपस में लड़ रहे हो । दूसरे का भय, एक साँप भी दूसरे साँप से नहीं डरता, कोई जानवर भी मैंने सुना नहीं जो एक दूसरे से डरता है । पर इंसान एक दूसरे से बहुत डरता है । और जितना देश प्रबल होगा जैसे अमेरिका । अमेरिका में एक अमेरिकन दूसरे से डरता है । जितना वो डरता है वो हम लोग नहीं डरेंगे । इसकी वजह यह है कि व्यक्तिगत रूप से सबने अपनी - अपनी प्रगति कर ली है । व्यक्तिगत प्रगति में मनुष्य अकेला छूट जाता है लेकिन आत्मसाक्षात्कार के बाद सामूहिकता में वह पनपता है । जैसे कि आप एक ही विराट के अंग प्रत्यंग हो गये एक ही अकबर के आप अंग - प्रत्यंग हो गये । एक हाथ को तकलीफ हुई तो दूसरा हाथ फौरन मदद को आ जाता है । सारा संसार आपका मित्र है, सारा संसार आपकी मदद करने वाला है । ये सब कुछ केवल सहजयोग से हो सकता है ।

उत्थान का समय आ गया है । इस उत्थान को आप प्राप्त करें और उसमें जमें और अपने आत्मसाक्षात्कार में पूर्णतया जिये । यही आत्मिक आनंद है जिसे आत्मानंद कहते हैं । उसे प्राप्त करना है, उस सुख को उठाना है । सब कुछ आपके लिए तैयार है । पूरा इंतजाम है सिर्फ आपकी मनकी तैयारी हो तो ये कार्यपूर्णतया हो सकता है । सहजयोग में आने के बाद यह जान लेना चाहिए कि अभी भी अंदर चक्रों में कुछ न कुछ दोष है। उसको पूरी तरह पहले स्वच्छ करना है और ठीक से रखना है । किस तरह से करना चाहिए यह आपको सीखना चाहिए । गर आपको अपनी जरा भी इज्जत है, जरा भी अपना ख्याल है, जरा भी अपने साक्षात्कार को आप विशेष चीज मानते हैं तभी आप इसे पा सकते हैं । आलतू फालतू लोगों का यह काम नहीं इसको चाहिए विशेष। जैसे आप विशेष हैं तभी तो आप यहाँ आए हैं । लेकिन आपने अपनी विशेषता जानी नहीं । इसे पूरी तरह से जान लें, ये बड़ा भारी काम है । सारे संसार में हो रहा है । हमारे पति भी आप जानते हैं यूनाइटेड नेशन्स में सेक्रेटरी जनरल रहे, और 134



देशों में काम किया वह कहते हैं कि सहजयोग वास्तविक यूनाइटेड नेशन्स है। हजारों आदमी इकट्ठे हो जाते हैं। हर दिसम्बर में हम लोगों का मेला लगता है। आठ - दस दिन हम लोग गणपतिपुरे में रहते हैं। इस मर्तबा 56 देशों से लोग आए थे। कोई झगड़ा नहीं कुछ नहीं सब आपस में प्रेम से थे। कोई झगड़ा नहीं बच्चों का, स्त्रियों का, पुरुषों का कोई झगड़ा नहीं। और इतनी शुद्धता। अपने पति के साथ विदेश में रहते हुए मैं देखती हूँ कि आदमी किसी औरत के पीछे भाग रहा है वह औरत उस आदमी के पीछे भाग रही है। मुझे समझ नहीं आता। ये सब पागलपन छूट जाता है। मनुष्य एकदम शुद्धस्वरूप हो जाता है। जैसा हमारा नाम निर्मल ऐसे आप सब निर्मल हो जाइये। ये सब व्याधियों और लालच इनसे आप सब छूट जाते हैं। इनसे एक दम फारिक हो जाते हैं।

मैं आपको कोई बड़े - बड़े आश्वासन नहीं दे रही। जो आप हैं इसे आप प्राप्त करें। लेकिन इसमें सामूहिकता से कार्य होना है। गर आप कहें कि मैं घर में अकेला पूजा करता हूँ तो इससे कुछ नहीं होने वाला। इससे आप की गहनता बढ़ेगी लेकिन वह रुक जायेगी क्योंकि जब तक पेड़ फैलेगा नहीं तब तक गहनता आयेगी नहीं और अगर आप सिर्फ फैलते ही गये और गहनता नहीं जोड़ी तो भी आप में असंतुलन आ जायेगा। इसलिए जो संतुलन धर्म का है वह आपके अंदर जागृत होने के लिए है। आपको सामूहिकता में आना है। सामूहिकता में ही यह कार्य हो सकता है। कल भी एक साहब ने बताया यों मैं घर में सब करता ही हूँ, मैं आपको मानता हूँ तो भी मुझे बीमारी आ गई। मैंने कहा मुझे मानने से कुछ नहीं होगा। आपको सबकी माननी होगी। जैसे एक नाखून टूट जाये फिर उसकी कौन परवाह करता है।

सहजयोग का आज का तरीका सामूहिकता का है। एक देश ही नहीं सारे संसार के देश इसमें बंधे हुए हैं। हमारी छोटी - छोटी बातों को हमें बुद्धि से नहीं छोड़ना सहजयोग से छूट जायेगी। कुण्डलिनी के जागरण से छूट जायेगी। नहीं तो आप तो जानते हैं कि हम लोगों के दिमाग कैसे है? छोटे - छोटे संकीर्ण दिमाग हमारे बन गए भय के कारण, अज्ञान के कारण। प्रकाश में हम जानते हैं कि हम सब एक हैं। तो सारा ही सहजयोग का कार्य प्रेम का है। इस प्रेम की शक्ति को हम आज तक कभी भी उपयोग में नहीं लाये। सिर्फ द्वेष की शक्ति को इस्तेमाल करते रहे। लोग समझते हैं कि द्वेष की शक्ति बड़ी शक्तिशाली होती है। कोई न कोई बहाना बनाकर उससे द्वेष करो। कोई एक गुप बना लिया, उससे द्वेष करो। लेकिन प्रेम की शक्ति मानसिक नहीं है, परमात्मा की शक्ति है। और वह समर्थ परमात्मा है। इसकी शक्ति को प्राप्त करने के बाद कौन सी ऐसी दुनियां में शक्ति है जो इसे झुका सकती है? सारी दुनियां आज आपके भारतवर्ष में आपके चरणों में आ सकती है क्योंकि इसका चरोहर आपका है। आपके पास संस्कृति का इतना बड़ा दान है। बहुत बड़ी सम्पदा है आपके पास। और ये भारत वर्ष साक्षात् योगभूमि है। एक बार हम प्लेन से आ रहे थे। मैंने पति से कहा कि आ गए हम

हिन्दुस्तान में । कहने लगे कैसे ? मैंने कहा देखो चारों तरफ चैतन्य है । चैतन्य कैसे चमक रहा है ? उन्होंने पायलट से जाकर पूछा । उसने कहा अभी एक मिनट पहले हम आए हैं । ये ऐसा अपना भारतवर्ष है । इस पृथ्वी को आप क्या समझते हैं जिस पर आप बैठे हैं ? यहां हजारों साधू संतों ने अपना खून सींचा है । इस पवित्र भूमि पर रह करके आप बहुत आसानी से इस पवित्रता को पा सकते हैं । लेकिन जो कुछ गंदगी इधर - उधर इकट्ठी हो गयी है वह छूट जानी चाहिए । इसके लिए गहनता चाहिए । अपने आप से सब चीज धीरे - धीरे छूट जाती है । अब सहयोग दिल्ली में बहुत फैल गया है । और जब मैं यहां पहले - पहले आई थी मारे डर के मेरा सारा बदन संकुचा गया कि मैं कैसे लोगों को सहजयोग समझाऊंगी । औरतें तो फैशन की बात कर रही थी और आदमी नौकरी की बात कर रहे थे । मैंने कहा इनके बीच में मैं कहां चलूं और क्या बात करूं ? अब देखिए बदल गया जमाना । अब लोग आत्मा की बात कर रहे हैं, प्यार की बात कर रहे हैं । सत्य युग आने में देर नहीं । सब आप ही पर निर्भर है । इसलिए आपसे विनती है कि अगर आपको आत्म साक्षात्कार हो भी जाए तो भी इसको आखिरी चीज नहीं समझना । अभी आपको सम्पूर्ण में उतरना है । समग्रता में उतरना है । समग्र होना है । पूर्ण को प्राप्त करना है और उस पूर्णत्व को प्राप्त करने के लिए आपको थोड़ा सा समय देना है । यहां पर बहुत अच्छे सहजयोगी लोग हैं उनसे पूछ करके आप चल सकते हैं । आप जानते हैं कि दरवाजा खुला है, पागल भी अंदर आ ही जाते हैं । हर तरह के लोग आ जाते हैं । बहुत से लोग उनको ही देख के भाग जाते हैं । गर वो पागल है आप तो पागल नहीं । यहां तो सबके लिए दरवाजा खुला है । बहुत से लड़ाके अंदर आ जाते हैं, बहुत से गुस्सेल आ जाते हैं । हर तरह के लोग अंदर आ जाते हैं आने दीजिए लेकिन आप उनको देखकर भाग मत जाइए और बैठकर कोशिश कीजिए कि हम पूरी तरह से इस ज्ञान को प्राप्त करें और आज का जो महान युग धर्म है, इस परिवर्तन का महानकार्य जो कि इतिहास में एक विशेष स्थान रखता है, वह अपने आने वाली पीढ़ी के लिए कितना आनंददायी है । यह सोचकर आप लोग सब एकाग्रता से पूर्णतया सहजयोग में उतरें । अपने प्रति एक श्रद्धा रखते हुए, अपने प्रति एक विश्वास रखते हुए कि मैं मानव हूं और मैं अतिमानव हो सकता हूं, इस दृढ़ भावना से आप अपना आत्म साक्षात्कार मांगें और यह कार्य हो सकता है । इस तरह से हमारे पर पूर्ण अधिकार रखते हुए आप इसे प्राप्त हों ।

आप सबको अनन्त आशीर्वाद ।