सहज योग

(मराठी)

सहजयोग

परम पूज्य
माताजी श्री निर्मला देवी

विषय - सूची

१.	सहजयोग	४
२.	विश्व निर्मल धर्म	२२
३.	सहज संस्कृती	३७
४.	सहजयोगी	४३
५.	सहजयोगात नेता	५१
६.	सहजयोग आणि मुले	६५

सहज योग

'सह' म्हणजे बरोबर, 'ज' म्हणजे जन्मलेला, 'योग' म्हणजे सर्व चराचरातील व्यापलेल्या दैवी शक्तीशी मिलन. हा फारच सूक्ष्म विषय असून आपल्या अति उच्च उत्क्रांतीमध्ये ग्राह्य व सबळ पुरावा देणारा आहे.

सर्वप्रथम जिज्ञासू होऊन वैज्ञानिक दृष्टिकोनातून व्यक्तीने या विषयापर्यंत पोहोचले पाहिजे. तर्कसंगत, सन्मानपूर्वक या विषयाचे विवेचन व्हायला हवे आणि परीक्षण केल्यानंतर सत्य सापडल्यावर नि:संकोचपणे प्रामाणिक लोकांकडून याचा स्वीकार केला गेला पाहिजे कारण हा विषय मनुष्याच्या पूर्ण हितासाठी आणि सर्व विश्वाच्या हितासाठी आहे.

हे ज्ञान अतिप्राचीन आहे आणि त्याचा उगम भारतातून झाला आहे. प्रत्येक धर्माने पुनर्जन्म आणि जीवनवृक्षासंबंधी सांगितले आहे यात काही शंका नाही. विज्ञानाच्या ज्ञानाचा उगम ज्याप्रमाणे पश्चिमेकडून आहे पण ते पूर्वेने स्वीकारले आहे, मग याप्रकारच्या सत्याच्या ज्ञानाला का अस्वीकार केले गेले? मानवी संस्कृतीचे मूळ आणि विकासाच्या या ज्ञानाला कमीत कमी गांभीर्याने का नाही घेतले? राष्ट्रांनी विचार करावा की आधुनिक संस्कृती मानवी मूल्यांना का नष्ट करीत आहे. आम्ही कुठे भटकत आहोत? हे जाणण्यासाठी काळजीपूर्वक आत डोकावून बघितले पाहिजे. प्रगतीच्या मार्गावर आम्ही कुठे भटकलो आहोत? ही कुजलेली घाण कशाप्रकारे आपल्या समाजात येत आहे. असुरक्षा आणि निराशेने आपल्यातील जास्तीत जास्त लोक का त्रासलेले आहेत? विकसनशील देशातील अधिकाधिक लोक शारीरिक तसेच मानसिक अधोगतीसमोर का नतमस्तक झाले आहेत? विज्ञानाकडे या प्रश्नांचे काही उत्तर नाही, म्हणून आध्यात्मिकतेला शरण या. एक प्रश्न का विचारू नये? ब्रह्मांडाचे नियंत्रण

करणारी अशी इतर कोणती शक्ती आहे?

सर्व शास्त्रात वर्णन केलेली परमेश्वराच्या प्रेमाची एक सर्वव्यापक शक्ती आहे, ती म्हणजे परम चैतन्य. ही एक अशी सूक्ष्म शक्ती आहे जी असे सर्व जिवंत कार्य करते ज्याला मानवीय चेतनेच्या स्तरावर अनुभवू शकत नाही. सहजयोग्याला अर्थात एका साधकाला स्वत: आत्मसाक्षात्कार प्राप्त करण्याचा जन्मसिद्ध अधिकार आहे. आत्मसाक्षात्कार किंवा आत्मज्ञान सर्व धर्म तसेच मानवीय विकासाचे लक्ष्य आहे. ही अंतिम उपलब्धि आहे जी मनुष्याने प्राप्त करायची आहे, ज्यासाठी मनुष्याच्या मेरुरज्जू (पाठीचा मणका) वर तसेच मेंदूमध्ये पूर्ण जिवंत यंत्र स्थापन केले आहे. आपल्या विकास प्रक्रियेच्या दरम्यान हे तंत्र हळूहळू स्थापित होईल. मध्य नाडीतंत्र तसेच दोन्ही डावी तसेच उजवी नाडीतंत्राची अभिव्यक्ती करण्याच्या आपल्या शक्तीच्या माध्यमातून हे जिवंत कार्य केले जाते. विकास प्रक्रियेमध्ये जे काही आपल्याला प्राप्त होते त्याला चेतन मन मध्यनाडीतंत्र द्वारा व्यक्त करतो.

कणा-कणात व्याप्त असणाऱ्या या सूक्ष्म उर्जेशी आपला संबंध जोडण्यासाठी शुद्ध इच्छाशक्ती आहे जी मनुष्याच्या पवित्र (सॅक्रम) या अस्थीच्या आत ठेवली आहे आणि जिला कुंडलिनी म्हटले जाते. कुंडल म्हणजे वेटोळे. ही साडेतीन वेटोळ्यात बसलेली असते. साडेतीन कुंडलाचेही दैवी गणितीय महत्त्व आहे.

ह्या त्रिकोणाकार अस्थीला 'सॅक्रम' म्हणतात. या शब्दावरून लक्षात येते की प्राचीन काळी ग्रीसच्या लोकांना या अस्थीला दैवी पवित्र म्हटले. ही पवित्र अस्थी पाठीच्या कण्याच्या आधारावर स्थित आहे आणि त्रिकोणाकार आहे.

कुंडलिनी एखाद्या विद्युत यंत्रात एकमेकांना जोडणाऱ्या तारेसारखी आहे, जी

या विद्युत यंत्राचा संबंध विद्युत प्रवाहाशी जोडून देते. याप्रकारे ही कुंडलिनी शक्ती जेव्हा जागृत होते, तेव्हा त्यातील काही काही धागे वर चढतात आणि मानवाला सर्वव्यापक शक्तीशी (परमचैतन्य) जोडतात.

ही सहज घटना आहे, एक जिवंत प्रक्रिया आहे. उत्क्रांतीची क्रिया ही नेहमीच जिवंत क्रिया राहिलेली आहे आणि आता वेळ आली आहे की आत्मसाक्षात्काराद्वारे मनुष्याला आध्यात्मिक अस्तित्वाची अंतिम स्थिती प्राप्त होवो. मानवाची तुलना बीजाशी केली जाऊ शकते, जो आध्यात्मिक रूपाने सक्रिय नाही. ज्याने आध्यात्मिकतेमध्ये उन्नत होण्याच्या जिवंत क्रियेला पण सुरुवात केली नाही. परंतु बी जेव्हा धरतीमातेमध्ये गाडले जाते तेव्हा पाण्याच्या मदतीने त्या बीजाला अंकुरीत करण्याची शक्ती पृथ्वीमातेमध्ये आहे. याचप्रकारे सहजयोगाच्या शक्तीने कुंडलिनीदेखील विनासायास जागृत केली जाऊ शकते. जेव्हा ही कुंडलिनी जागृत होते तेव्हा मानवाच्या चेतनेत एक जिवंत प्रक्रिया सुरू होते ज्याच्या परिणामाने आध्यात्मिक अस्तित्वाचे पालनपोषण होते व ते प्रकाशित करते.

प्राचीन काळापासून या जिवंत क्रियेचे वर्णन भारतीय धर्मग्रंथांमध्ये स्पष्ट रूपात केले आहे. संस्कृत भाषेत १०८ उपनिषद् आहेत त्यातून कुंडलिनी जागृती व आध्यात्मिक प्रगतीविषयी वर्णन केलेले आहे. इतर देशांच्या धर्मग्रंथातही याचे पुरावे आहेत. बायबलमध्ये हिला जीवनवृक्ष म्हटले गेले आहे आणि याचा उल्लेख आहे की, 'मी तुमच्यासमोर ज्वाळांच्या जीभेसारखी प्रकट होईन.' कुंडलिनी जेव्हा जागृत होते तेव्हा ती अनेक चक्रातून मार्गक्रमण करते. प्रकाशित झाल्यावर हे चक्र अग्नीच्या ज्वाळेच्या जीभेसारखे भासते. पेंटेकोस्टच्या पवित्र पुरुषाची शीतल हवा हीच शक्ती आहे जिचा आपण सहजयोगात अनुभव करतो. सेंट थॉमसच्या सिद्धांतात सहज अनुभूतीला स्पष्ट शब्दात धार्मिक जीवनाचा परम उत्कर्ष म्हटले गेले

आहे. हा सिद्धांत आम्हाला आपल्या चक्रांची देखरेख करण्यासही सांगतो. पाठीचे मणके आणि मस्तकात असणाऱ्या सहा चक्रांतून कुंडलिनीला पार व्हावे लागते. आत्मसाक्षात्कार (बॅप्टीझम) अंतिम उद्देश्य आहे, कारण आपल्या टाळूच्या हाडाच्या आतून (सहस्रारातून) निघणाऱ्या परम चैतन्याच्या (होलीघोस्ट) थंड लहरींचा अनुभव मनुष्य करतो.

पहिल्या चक्राला मूलाधार म्हणतात. त्याला चार पाकळ्या (सब प्लेक्सेस) असून त्रिकोणी अस्थीच्या खाली व शारीरिक पातळीवर श्रोणी चक्र (पेल्व्हिक प्लेक्सेस) त्याचे दर्शनीय स्वरूप आहे, जे आपले उत्सर्जनासह प्रजोत्पादनाच्या कार्यासाठी जबाबदार आहे. कुंडलिनी जेव्हा उठते तेव्हा हे चक्र उत्सर्जन कार्यात तर निष्क्रिय होते परंतु कुंडलिनीच्या उत्थानात मदतीसाठी क्रियाशील राहते.

जागृतीच्यावेळी जर कुंडलिनीला सहा केंद्रांच्या वर यावयाचे असल्याने हे पहिले केंद्र, मूलाधार कुंडलिनीच्या सतीत्वाच्या पावित्र्याचे रक्षण करते.

मूलाधार आपल्या अबोधितेचे चक्र आहे. आपल्याला ज्ञात असायला हवे की अबोधितेचा कधी नाश होत नाही. हे नश्वर नाही, जरी मानवी विकृत कामुकतेचे ढग याला आच्छादित करीत असले तरी. प्रत्येक गोष्टीकडे कामवासनेच्या दृष्टीने बघणे व विचार करण्याने आपण कामुक होतो. पतन पावून आपण कामुकतेचे बिंदू बनून जातो आणि आपले आचरण माणसाप्रमाणे न राहता पशुंपेक्षाही हीन होत जाते. कामुकता, गृहस्वामीनींचे वेश्यांमध्ये परिवर्तन होणे, समलिंगी संबंध, स्त्री-समलिंगी संबंध, माता-पित्याद्वारे मुलांचे शोषण, कौटुंबिक व्याभिचारीक संबंध यामुळे हे खराब होते.

नैसर्गिक नियमांवरील नियंत्रणे झुगारूनदेखील मूलाधाराची शक्ती, अबोधिता

बनून राहते, जरी ती सुप्तावस्थेत वा रुग्णावस्थेत असली तरी कुंडलिनीच्या जागृतीने ती ठीक केली जाऊ शकते.

कुंडलिनीच्या जागृतीच्या वेळी हे केंद्र बाकी सर्व कार्य थांबवते. याप्रकारे शारीरिक कामे, उत्सर्जनाचे श्रोणी केंद्राकडून (पेल्व्हीक प्लेक्सेस) काम पूर्णपणे थांबते. याक्षणी साधक एक अबोध बालकासारखा बनतो.

वरच्या चक्रांमध्ये काही बाधा (अडथळे) असतील तर बऱ्याच लोकांमध्ये जागृतीच्या वेळी कुंडलिनीचे चढणे सर्वसामान्य दृष्टीकोनातून पाहू शकता. परंतु दुसऱ्या वा तिसऱ्या चक्रातील अडथळ्याची स्थिती त्रिकोणाकार अस्थीच्या हृदयासमान धडधडण्यावरून समजते.

दुसरे चक्र स्वाधिष्ठान आहे. याच्या सहा पाकळ्या आणि शारीरिक पातळीवर महारोहिणी केंद्राकडून (Aortic Plexus) कार्य घडवून आणते व हे चक्र आपल्याला नवनिर्मितीची शक्ती, विचार करण्याची व भविष्यवादी बनण्याची शक्ती प्रदान करते. चरबीच्या पेशींपासून मेंदूच्या पेशी तयार करून मेंदूला शक्तीचा पुरवठा करते.

तिसरे चक्र नाभी आहे व नाभीच्या मागच्या बाजूस दहा पाकळ्या आहेत. हे चक्र कोणतीही गोष्ट आपल्या आत धरून ठेवण्याची शक्ती देते. शारीरिक पातळीवर हे, सूर्य चक्राच्या (सोलर प्लेक्सेस) कार्यामध्ये सहाय्यक आहे.

चौथ्या चक्राला अनाहत म्हटले जाते म्हणजेच हृदयचक्र. याच्या बारा पाकळ्या आहेत आणि छातीच्या मध्य अस्थीच्या मागे मज्जारज्जूमध्ये आहे. हे चक्र वयाच्या बारा वर्षापर्यंत रोगप्रतिकारक शक्ती उत्पन्न करते व हे रोगप्रतिकारक शक्ती पूर्ण शरीरात पसरवते, ज्यामुळे शरीर वा मनावर कोणत्याही प्रकारचे आक्रमणाच्या स्थितीत हे लढण्यास तयार होते. व्यक्तीवर कुठल्याही आक्रमणाच्या वेळी हृदय अस्थी या रोग प्रतिकारकला

सूचना देते.

पाचवे चक्र विशुद्धी चक्र नावाने ओळखले जाते. हे चक्र मनुष्याच्या मानेच्या ठिकाणी असून त्यात १६ पाकळ्या आहेत, जे कान, नाक, घसा, मान, जीभ आणि दात इत्यादीवर देखरेख करते. दुसऱ्यांशी संपर्क करण्याची जबाबदारी या चक्रावर आहे कारण आपण आपल्या डोळे, नाक, वाचा (जीभ) हातांद्वारे संपर्क करतो. शारीरिक पातळीवर हे चक्र ग्रीवा (सर्व्हायकल प्लेक्सेस) केंद्रासाठी कार्य करते.

सहावे चक्र आज्ञा आहे आणि याच्या फक्त दोन पाकळ्या आहेत. याचे स्थान अशा ठिकाणी आहे, जिथे मेंदूमध्ये दोन ऑप्टीक मज्जातंतू एकमेकांना छेदून जातात. हे केंद्र पियूष आणि शंकूसमान ग्रंथीसाठी काम करते, जे अहंकार आणि प्रतिअहंकार या दोन्ही संस्था प्रकट करते.

सातवे, शेवटचे चक्र सर्वात महत्त्वपूर्ण आहे. याला **सहस्रार** म्हणतात. सहजयोगानुसार याच्या हजार पाकळ्या असतात. प्रत्यक्षात मेंदूत एक हजार नाड्या (नर्व्हज) आहेत आणि जर तुम्ही मेंदूला आडव्या छेदात कापले तर मेंदूतील या सर्व पाकळ्यांसारखे भाग सहस्र पाकळ्यांच्या कमळासारखी रचना करतात. आत्मसाक्षात्कारापूर्वी एक हजार पाकळ्यांचे हे केंद्र मेंदूच्या टाळू भागाला (लिम्बीक एरिया) कळीप्रमाणे झाकून ठेवते. याच्यावरून अहंकार आणि प्रतिअहंकाराचे फुग्यासारख्या आकाराने झाकलेले दिसतात. मस्तिष्क पूर्णपणे झाकलेले असते, जेव्हा या दोन्ही संस्था एकत्र येतात, मस्तकाच्या टाळूच्या भागात कडक अस्थी बनून मेंदूला पूर्ण झाकून टाकते आणि आपण अंड्याप्रमाणे एक बंद व्यक्तिमत्व बनून जातो. आपल्या पुनर्जन्माच्या वेळी डोक्याच्या टाळूच्या भागात हे बंद अंड्यासमान व्यक्तिमत्व तुटते. हेच कारण आहे की येशूच्या पुर्नजन्माच्या दिवशी ख्रिश्चन लोक अंडे भेट देतात.

आपल्या शरीरात 'स्वयंचलीत नाडी संस्था' (ऑटोनॉमस नर्व्हस सिस्टीम) कार्यरत आहे. ऑटो म्हणजे 'स्वत:', तर तो स्वत: कोण आहे, जो ही स्वयंचलीत नाडी संस्था चालवतो? डॉक्टर याला स्वयंप्रेरित संस्था मानतात, परंतु हे स्वयं कोण आहे?

हा 'स्वयं' आत्मा आहे. हा आत्मा मनुष्याच्या हृदयात निवास करतो आणि तो साक्षी अवस्थेत आहे. सर्व शक्तिमान परमात्म्याचे तो प्रतिबिंब आहे, जी त्याची शुद्ध इच्छा आहे, जी आदिमाता आहे. जिला आपण आदिशक्ती, पवित्र आध्यात्मिकता (होली घोस्ट) वा एथिना म्हटले जाते. म्हणून कुंडलिनी होली घोस्टचे प्रतिबिंब आहे, तर आत्मा परमात्म्याचे. परमात्म्याच्या व्यापक प्रेमाची शक्ती ही आदिमातेची शक्ती आहे, जी शक्ती रचना, विकास आणि सर्व जिवंत कार्य करते.

वास्तविक आपल्या नाडीसंस्थेमध्ये तीन मार्ग आहेत. मध्यमार्गाला आपण सषुम्ना नाडी म्हणतो, जी पॅरासिंपथॅटिक नर्व्हस सिस्टीम वा स्वयंचलीत नाडीसंस्थेकरीता काम करते. डाव्या बाजूकडील ईडा नाडी, डावी सिंपथॅटीकची व उजव्या बाजूची पिंगला नाडी उजव्या सिंपथॅटीकचे कार्य करते. वैद्यकीय शास्त्रात अजूनपर्यंत तरी हे शोधले गेले नाही किंवा स्वीकारले गेले नाही की, डावी व उजवी सिंपथॅटीक नाडी संस्था ह्या दोन भिन्न असून त्यांची कार्ये पूर्णपणे वेगवेगळी आहेत.

डाव्या बाजूच्या मार्गाला ईडा नाडी म्हटले जाते. ही मेंदूच्या उजव्या आणि मागील भागाशी जोडलेली आहे. डावी व उजवी नाडी एक दुसरीला आज्ञा चक्राच्या पातळीवर पार करतात. डावी बाजू आमच्या डाव्या सिंपथॅटीक नाडी संस्थेची देखभाल करते. ही नाडी आमच्या भावनात्मक आणि भूतकाळातील आयुष्याची देखभाल करते. आपल्या भूतकाळाची रचना ती करते. आजचा जो वर्तमान आहे तोच उद्याचा भूतकाळ बनत असतो.

अचेतन मन या नाडीकडून सूचना प्राप्त करीत असते. अचेतन मनाच्या ही पलीकडे एक अनंत 'सामूहिक अचेतन मन' आहे. सृष्टीच्या निर्मितीनंतर भूतकाळातील प्रत्येक गोष्ट सूप्त स्थिती सामूहिक अचेतनाच्या आत विद्यमान असते. विकास प्रक्रियेच्या दरम्यान जे मृत होते, ते सर्व एकत्र होऊन सामूहिक अवचेतनमध्ये जमा होते. मृत झाल्याने जे विकास प्रक्रियेच्या बाहेर गेले आणि जे काही अवचेतन मनाच्या बाहेर ओघळत आहे ते सर्व सामूहिक अवचेतन मनात साठत जाते.

उजव्या बाजूला पिंगला नाडी म्हणतात. ही ईडा नाडीला आज्ञा चक्राच्या ठिकाणी पार करते व मेंदूच्या डाव्या बाजूला आणि पुढील भागात अतिचेतन मन आहे जे भविष्याची रचना करते. भविष्यासंबंधी जे काही आपण विचार करतो ते उजव्या बाजूमध्ये रेकॉर्ड होत असतात आणि याचे एक सामूहिक अतिचेतन आहे, ज्यात मृत झालेले अति महत्त्वाकांक्षी, भविष्यवादी, व्यक्तित्व, आक्रमक पशू आणि वनस्पतींमुळे घटीत सर्व काही ते विद्यमान आहे.

मधला मार्ग सुषुम्ना आहे. या मार्गाने ब्रह्मरंध्र भेदण्यासाठी आणि सर्वव्यापक शक्तीच्या सूक्ष्म उर्जेत प्रवेश करण्याकरीता कुंडलिनी जात असते. याप्रकारे आत्मसाक्षात्कार घटीत होत असतो. सर्वप्रथम हातावर, टाळूच्या भागातून आणि बोटांच्या टोकांवर पवित्र आध्यात्मिक (होली घोस्ट) च्या थंड लहरींची जाणीव होते. हात स्थित होतात, कापत नाही, ते सामान्य दिसतात, परंतु साधकाला थंड चैतन्य लहरीच्या लाटा जाणवत राहतात. प्रथमच त्याला सर्वव्यापक शक्तीच्या अस्तित्वाची जाणीव होते.

याला नाकारणे सोपे आहे, परंतु वस्तुत: सत्याच्या साधकाने जर आजपर्यंत ते अनुभवले नसेल तर सर्वव्यापक शक्तीला नाकारणे हे काही योग्य नाही. जसे यापूर्वी सांगितले की यासाठी व्यक्तीजवळ शास्त्रज्ञासारखी निष्पक्ष बुद्धी

असली पाहिजे. एखाद्या संतमहात्म्यासाठी जे पूर्ण सत्य आहे, ते साधारण व्यक्तीसाठीही असेल असं नाही. तरीही विशाल मनाने मनुष्य बघू शकतो आणि असे झाले तर खोटा विश्वास न ठेवता सहजयोगावर व्यक्तीची श्रद्धा बसेल.

एखाद्या गंभीर, निष्पाप व्यक्तीप्रमाणे मनुष्याने समजून घेतले पाहिजे की उत्थानाची प्रतीक्षा करणाऱ्या सर्व लोकांच्या परिवर्तनासाठी सहजयोग आहे. आपल्या सर्व समस्या मानवनिर्मित आहेत. जर मनुष्याचे परिवर्तन वास्तविकता आणि सामूहिक चेतनेच्या नव्या साम्राज्यात होईल, जेव्हा त्याला आत्मज्ञान होईल आणि आपल्या अंतर्गत आपल्या मध्यनाडी संस्थेवर स्वाभाविक ज्ञानाच्या रूपात, ते दुसऱ्यांसाठीही जागृत होतील. तेव्हा आपल्या सर्व व्यक्तिगत, सामाजिक, आर्थिक आणि राजकीय समस्यांचे समाधान होईल. परंतु या संधीसाठी आपल्याला नम्र व्हायला हवे आणि जाणून घेतले पाहिजे की या प्रकारच्या जिवंत प्रक्रियेबद्दल विज्ञान आपल्याला काही सांगू शकत नाही. आत्मसाक्षात्कारानंतर जेव्हा मनुष्य शक्तीची अनुभूती करतो, तेव्हाच याचे नियम समजू शकतो.

सहजयोग ना फॅशन आहे, ना संप्रदाय किंवा इतर वैकल्पिक पद्धती. म्हणून सहजयोगात कुठलीही संस्था नाही. सहजयोगात कुठले सभासदत्व नाही, केवळ नाममात्र एक ट्रस्ट बनवावा लागला. या ट्रस्टच्या माध्यमातून आम्हाला कायदेशीर कार्य करावे लागते, परंतु यातही लोकांच्या नावाची यादी कायमस्वरूपी नाही. ही काही निर्जीव संस्था नाही, परंतु एक जिवंत सामूहिक संघटन आहे. शरीर पेशींनी बनलेले आहे. आत्मसाक्षात्कारानंतर या पेशींच्या आत्म्याला सहजयोग प्रकाशित (ज्ञानमय) करतो. कुंडलिनीच्या जागृतीने साधकाच्या अस्तित्वाचे खरेखुरे अंकुरण होते. हे 'बनणे' महत्त्वाचे आहे.

कुंडलिनी जेव्हा वर उठते तेंव्हा व्यक्तीला आपल्या डोक्याच्या टाळूच्या भागात सहजपणे थंड लहरीच्या झुळूकांची जाणीव होते. मनुष्याला स्वत:ला याची जाणीव करून घ्यावी लागते आणि सिद्धही करावे लागते. परमात्म्याच्या सर्वव्यापक शक्तीद्वारे ही थंड हवा प्रकट झाली आहे. जीवनात प्रथमच मनुष्यास या सूक्ष्म दैवी शक्तीची जाणीव होते. या शक्तीच्या अनुभवानंतर व्यक्तीने समजून घेतले पाहिजे की अजूनही कुंडलिनी पूर्णपणे स्थापित झालेली नाही. सर्वसाधारण भाषेत आपण म्हणू शकतो की संबंध जुळले नाही. हे पूर्णपणे स्थापित केले पाहिजे. अजून 'बी' मधून अंकुर फुटायचा आहे. पण माळ्याला या कोमल रोपट्याची निगा घ्यावी लागेल. याप्रकारे साधकाला प्रारंभी आपल्या आत्मसाक्षात्काराला सांभाळावे लागेल. काही लोक अत्यंत सहजतेने गहनता प्राप्त करतात, तर काही सहा-सात महिने कार्य करूनही ठीक होत नाहीत. अशा स्थितीत सहजयोगाचा अभ्यास आणि त्याच्या सरावानंतर व्यक्तीला कळेल की समस्या कुठे आहे.

याप्रकारे मनुष्य गुलामीच्या साखळदंडातून स्वतंत्र होतो. यानंतर कोणत्याही गुरूच्या मार्गदर्शनाची आवश्यकता राहत नाही. मदतीसाठी अंधारात न चाचपडता, व्यक्ती आपली स्वामी, गुरू बनून जाते. मनुष्य पूर्णपणे स्वतंत्र होऊन जातो. सहजयोग्याला ना कुणी भयभीत करू शकतो, ना हुशारीने प्रभावीत करू शकतो. सहजयोगात लोक बऱ्याच संप्रदाय, धर्मसंस्था आणि विविध विचारधारा बाळगणारे येतात अन् त्यांची पूर्वीची बंधने गळून पडतात. सहजयोगात साक्षात्कार प्राप्त केल्यानंतर व्यक्ती कोणत्याही बंधनात फसत नाही.

हे स्वातंत्र्य अतिशय सुंदर आहे आणि मनुष्य हळूहळू पक्ष्याप्रमाणे स्वत: उडायला शिकतो आणि जोपर्यंत मनुष्य यात पारंगत होत नाही आणि ईश्वरी विषयात सर्व काही जाणत नाही तोपर्यंत तो उडत राहतो.

सहजयोगात आल्यानंतर दुसऱ्याशी तुलना करता व्यक्तिमत्व इतके प्रगल्भ होते आणि विवेकबुद्धी इतकी तीव्र व श्रेष्ठ होते की प्रसिद्धी माध्यम दूरदर्शन, उद्योग, अगुरू, पथभ्रष्ट करणाऱ्या आधुनिक पद्धती, काहीही तुमचे मन योग्य मार्गावरून हटवू शकत नाही.

सहजयोगी जोपर्यंत स्वत: कुठल्या प्रलोभन, भय किंवा कपटी योजनेत फसत नाही, त्याला कुणी पथभ्रष्ट करू शकत नाही. सहजयोगी त्याच्या आणि अन्य सहजयोग्याच्या स्वातंत्र्याचा आनंद लुटतो. त्याला आपल्या शक्त्यांचा परिचय असतो आणि त्याचे ज्ञान असते. एक स्वंतत्र, शक्तिशाली संत बनून तो दैवी जीवन व्यतीत करतो.

या (साक्षात्कार) घटनेच्या सुरुवातीपासून व्यक्तीला चक्रांच्या समस्या आपल्या बोटांच्या टोकावर जाणवू लागतात. बोटांची टोके म्हणजे डाव्या व उजव्या सिंपथॅटीक नाडीसंस्थेची शेवटची टोके होत. सूक्ष्म केंद्र प्रतिबिंबित करीत असल्याने ते प्रकाशित होतात.

याप्रकारच्या प्रयोगाने बरेच लोक रक्ताचा कॅन्सर आदि भयानक आणि असाध्य रोगांपासून मुक्त झाले आहेत. असाध्य रोगांचा सहजयोगातून इलाज करण्यासाठी दिल्ली विश्व विद्यालयाकडून दोन डॉक्टरांनी एम.डी.ची डिग्री मिळविली आहे आणि एक अन्य संशोधक महिला सहजयोगावर आपला संशोधन ग्रंथ पूर्ण करीत आहे. सहजयोगाच्या पद्धतीने लंडनमध्ये सात डॉक्टर्स, ऑस्ट्रेलियात तीन आणि तैवानमध्ये एकजण रोग बरे झालेल्यांची नोंद करीत आहेत. सहजयोग केवळ शारीरिक समस्या ही नाही तर मानसिक आणि आध्यात्मिक समस्यांचे निवारण करतो. सहजयोगाने बरेच रोगी बरे झालेले आहेत. काही डॉक्टर्स त्यांच्या सहजयोगाच्या कुशल ज्ञानामुळे मानसिक रोगाच्या हॉस्पिटलचे कार्यभार सांभाळत आहेत. आमचे दोन मनोवैज्ञानिक खूप उच्च पदावर कार्यरत आहेत. एक तर लंडनमध्ये सात

हॉस्पिटलचे कार्यवाहक आहेत. बरेच अन्य चिकित्सक आणि सहजयोगी जगभर सहजयोगातून इलाज करीत आहेत. येथे हे नमूद करणे आवश्यक आहे की सहजयोग लोकांना रोगमुक्त करण्यासाठी नव्हे तर आत्मसाक्षात्कार मिळविण्यासाठी आहे. म्हणून आत्मसाक्षात्काराच्या फलप्राप्तीबरोबर व्यक्तीला पूर्ण शारीरिक, मानसिक आणि आध्यात्मिक समृद्धी प्राप्त होते.

तसेच बऱ्याच लोकांनी, कधी कधी रातोरात धुम्रपान, दारू आणि नशा आणणाऱ्या औषधांचे व्यसन सोडून दिले आहे. खूप लोक, जे नशा आणणाऱ्या औषधांचे व्यसनी होते, त्यांनी ते सोडले आहे कारण त्यांच्या आतील आध्यात्मिक शक्ती त्यांना आत्म्याचा आंनद मिळवून देतांना मदत करते आणि भयानक प्रतिक्रिया व भविष्यात विनाशकारी असणाऱ्या या व्यसनाच्या तात्पुरत्या आनंदामागे न धावण्यासाठी शक्ती प्रदान करते. तर्क किंवा मानसिक जडण घडण नव्हे तर, आत्म्याचा प्रकाश या अंधाराला दूर सारण्यास सामर्थ्य देतो. अगुरू, सांप्रदायिकता आणि असांप्रदायिकता यांनी पिडीत झालेल्या व्यक्ती पूर्णपणे ठीक झाल्या आहेत आणि आपापल्या क्षेत्रात महान व्यक्ती बनल्या आहेत. आपल्या कार्यकालात खूप जणांनी फार उंची गाठली आहे. हेग उच्च न्यायालयाचे माजी अध्यक्ष स्व.डॉ.नगेंद्रसिंह एक सहजयोगी होते.

शारीरिक, मानसिक आणि भावनात्मक समस्यांखेरीज आपल्या समाजात बऱ्याच मोठ्या समस्या आहेत. संतुलन आणि विवेक आणि सामूहिकतेचा विवेक नसल्याने हे घडते.

मुलांची आणि कुटुंबाची समस्या या सर्वप्रथम आहेत. सहजयोगात खूप विवाह होतात. आश्चर्याची गोष्ट अशी आहे मागील वर्षांमध्ये सहजयोगात झालेल्या विवाहांमध्ये फारच कमी घटस्फोट झाले. शिवाय या लोकांची मुले जन्मत: सहजयोगी असतात. जन्मानंतर तुम्ही त्यांच्या टाळूतून किंवा

शरीरातून थंड लहरी निघतांना जाणवू शकता. त्यांची अत्यंत आनंदी, शांत मुद्रा असते आणि जन्माचे वेळी त्यांच्या डोळ्यात चमक दिसून येते.

शेतीवर ही थंड चैतन्य लहरींच्या माध्यमातून सहजयोगाचा उपयोग होतो. बऱ्याच शेतकरी आणि कृषी संशोधकांनी प्रयोगातून सिद्ध केले आहे की परम चैतन्याच्या थंड लहरींनी प्रभावित बी पेरल्यावर कधी कधी हायब्रीड पिकाच्या पेक्षाही ८-१० पटीने पिकाचे उत्पादन होते. कारण हायब्रीड बीजामध्ये पुनरुत्पादनाची शक्ती नसते आणि तरीही ते मिळविण्यासाठी जास्त किंमत द्यावी लागते. ऑस्ट्रियाचे डॉ.हमीद आणि नासिकचे डॉ.संगवे यांनी फार मोठ्या प्रमाणावर प्रयोग केले आहेत.

पर्यावरणासंबंधी समस्यातही सहजयोग फारच मदत करतो कारण साक्षात्कारानंतर मनुष्य अधिकच संतुलित होतो व ना तो अनावश्यक गोष्टी वापरतो ना यांत्रिकी काम करतो की ज्यामुळे ज्याच्यात असंतुलन होईल आणि त्याच्यावर प्रभुत्व गाजवील. सहजयोग ऑस्ट्रियाच्या काही जंगलात ॲसिड पाऊस थांबविण्यात यशस्वी ठरला आहे.

सामान्य सहजयोगी सहज डॉक्टर्स आणि सहज शास्त्रज्ञ बनू शकतात आणि दुसऱ्या लोकांमधूनही असे व्यक्तिमत्त्व बनवू शकतात कारण त्यांच्यात दुसऱ्यांना आत्मसाक्षात्कार देण्याची आणि ठीक करण्याची शक्ती तयार होते. ज्याप्रकारे एक दिवा दुसऱ्या दिव्याला पेटवतो, त्याप्रमाणे सहजयोग सर्व प्रकारच्या क्षेत्रामध्ये पसरत आहे. ही जिवंत आणि अमूल्य प्रक्रिया असल्याने त्याचे मूल्य दिले जाऊ शकत नाही. जे ज्ञान तुम्हाला सहजयोगी बनविते, ते पूर्ण फुकट दिले जाते.

सहजयोगाचा अभ्यास सर्व जगात होत आहे आणि हे सर्व देश प्रतिदिन विकसित होत आहेत. या जिवंत प्रक्रियेसाठी कोणतेही धन दिले जात नाही. हेच कारण आहे की काही पैशांचे लोभी अगुरू, जे खोटे रूप धारण करून

संप्रदाय आणि संप्रदाय विरोधी बनवित आहेत, जे सहजयोगाच्या बिलकूल विरुद्ध आहे. ते परस्परांच्या विरोधी मात्र नाहीत. परंतु त्यांना हे समजणे आवश्यक आहे की हे मुक्ती, पुनर्जन्म आणि अंतिम निर्णयाचे सुवर्णयुग आहे. जर आपण हे प्राप्त करू शकलो, तर आपणा सर्वांना त्यांच्यासह, फार पूर्वी दिले गेलेल्या वचनानुसार दैवी प्रेमाचे आशीर्वाद प्राप्त होऊ शकतील.

काही मश्रूमसारख्या उगवणाऱ्या, संप्रदायविरोधी संस्था, ज्यांना ना काही ज्ञान आहे ना काही कायदेशीर मान्यता आहे ना अधिकार आहे, बस उभ्या राहिल्या आणि पैसे कमवीत आहेत. हे वेगळ्या प्रकारचे संप्रदाय आहेत. या संप्रदाय आणि संप्रदायविरोधी पंथांकडून पिडलेल्या हजारो लोकांना सहजयोगाने मदत केली आहे.

मानवाच्या अंतर्गत दहा मानवीय संयोजकता (valencies) आहेत. कुंडलिनीच्या जागरणाने जेव्हा या प्रकाशित होतात आणि मनुष्याला अती संतुलीत, धर्मपरायण आणि वास्तववादी, अंतर्गत स्वरूपात धार्मिक व्यक्ती बनवितात. कोणत्याही धर्माला मानणारी व्यक्ती कोणताही अपराध, कुणाची हत्या किंवा समाजासाठीं भयानक, हानिकारक कार्य करू शकते. काही लोक भीतीमुळे किंवा कौटुंबिक बंधनांमुळे धार्मिक बनतात. अर्थातच बरेचसे लोक जे प्रामाणिक आहेत, अति अबोधित आहेत, ते देखील या धर्माचे अनुकरण करीत राहतात. परंतु त्यांना हे समजत नाही की हे धर्म आध्यात्मिकतेची उंची गाठण्यासाठी बनविले होते. एकदा अंतर्गत धर्माचा उदय झाल्यावर सहजयोगी अशी व्यक्ती बनतो, ज्यात संतुलन आणि विवेक त्याच्या अस्तीत्वाचे अंग-प्रत्यंग बनले जाते आणि जो कोणत्याही अपराध, निरंकुशता वा कुणाच्या हत्येविषयी विचार करू शकत नाही. सर्वव्यापक परमात्म्याच्या शक्तीशी जोडलेला योगीच अशी व्यक्ती असू शकतो त्याला सहजयोगी म्हटले पाहिजे कारण त्याला सहज कुंडलिनी जागृतीचे पूर्ण ज्ञान

असते. आदिशक्ती, परम चैतन्याच्या प्रेम शक्तीचे ज्ञानही त्याला असते. याच कारणाने तो आतून अती करुणामय, प्रगल्भ, संतुष्ट व आत्मविश्वासू व्यक्ती असतो.

आपल्या जीवनमूल्यांची विविध क्षेत्रांमध्ये प्रगतीची घोडदौड सर्व जगात सहजयोगी करीत आहेत. सर्व राष्ट्रांच्या सर्व सहजयोग्यांमध्ये अतिशय सुंदर करुणेचे आणि प्रेमाचे संबंध आहेत.

काही उद्योगपती आपल्या कामगारांच्या विरोधामुळे त्रासले होते. सहजयोगाने मालक-कामगार संबंध इतके सुधारले की त्यांना यशस्वी व्यापारी म्हटले पाहिजे. व्यापार सुधारला आणि सर्वजण एकाच कुटुंबात असल्यासारखे काम करीत आहेत आणि खरोखर सहजयोगी व्यापारी इतर बंधू सोबत काम करण्याचा आनंद घेत आहेत.

काव्य, नाटक, कादंबरी आणि लेख इत्यादी साहित्याच्या क्षेत्रात काही लोक अत्यंत आश्चर्यकारकरीत्या कार्य करीत आहेत. जे लोक उर्दूचा एकही शब्द जाणत नव्हते ते या भाषेत सुंदर गीते तयार करीत आहेत. संगीतातही असे आहे. आदिशक्तीच्या आशीर्वादाने काही कलाकारांनी फार मोठी प्रसिद्धी प्राप्त केली आहे. ते म्हणतात की सहजयोगाच्या आशीर्वादाने ते संगीताच्या क्षेत्रात इतक्या उंचीवर पोहोचले आहेत. कला क्षेत्रातदेखील काही सहजयोग्यांनी सहजयोगात आल्यानंतर आपले नाव कमावले आहे. आर्थिकदृष्ट्या देखील लोकांमध्ये आश्चर्यकारक प्रगती झाली आहे. इंग्लंडमध्ये भयंकर बेकारी आहे, पण एकही बेकार सहजयोगी शोधून सापडणार नाही.

ही जगाच्या दृष्टीने जमेची बाजू आहे. परम चैतन्याच्या कृपेने सहजयोग्यांना विवेक आणि संतुलन प्राप्त होते. एवढेच नव्हे तर कुठल्याही क्षेत्रात वा

गतिविधीमध्ये कार्य करणारे शक्तिशाली चित्त सहजयोग्याला प्राप्त होते. याचा अर्थ असा सहजयोग्याने जर त्याचे चित्त एखाद्यावर टाकले तर त्यामुळे त्याचे प्रश्न सुटून त्याला मदत होते. हे चित्त एवढे सुंदर आहे व सुरुवातीपासून ते आपल्या वा दुसऱ्यांच्या विविध चक्रांविषयी मध्य नाडीसंस्थेवर बोटांच्या टोकांवर स्पष्ट सूचना देते. ह्या संकेताचे डिकोडींग झालेले असते, त्याचे खरेपण तपासून बघता येते. या चक्रांवरील उपचार किंवा सुधारणा करण्याचे ज्ञान जर एखाद्या व्यक्तीला असेल तर तो चांगल्या रीतीने दुसऱ्यांना मदत करू शकतो. एक सहजयोगी अहंकारविरहित व्यक्ती बनून जातो त्याला वाटत नाही की उपकार करण्यासाठी त्याने काही केले आहे. सहजयोग परमात्म्याचे जिवंत, अमूल्य आणि पवित्र प्रेम आहे. याप्रकारच्या पद्धती वा कुंडलिनी जागृतीसाठी कुठलेही पैसे घेतले जात नाहीत.

सहजयोग मनुष्याला फारच गतिमान बनवितो आणि मग तो सत्यासाठी संघर्ष करण्यालाही घाबरत नाही. अशा व्यक्तीशी कुणी लबाडी करू शकत नाही. सहजयोगी प्रामाणिक आणि प्रतिभावान वार्ताहरांना भेटले आणि ते सर्व सहजयोगात आले आहेत. ते अतिशय सकारात्मक असून सत्याच्या मागे उभे आहेत, रोमांच उभे करणाऱ्या असत्याच्या मागे नाहीत. हल्लीचा आधुनिक काळ भ्रष्टाचार आणि कलीयुगाचा काळ आहे. असत्यच जेव्हा मानवाचा स्वभाव बनतो. तो धन आणि कृत्रिम शक्तीच्या चिखलात साऱ्या उच्च मूल्यांचा विनाश करतो. हे पैशाने आंधळे झालेले लोक सैतानी कारवायांनी, खोटेपणा, कलंक, अभद्रतेने चांगल्या लोकांना हानी पोहोचविण्यात सार्थक मानतात.

काही सहजयोगी शिक्षण आणि शाळा चालविण्याच्या क्षेत्रात देखील आहेत. हे लोक अतिशय सुंदर कार्य करीत आहेत. त्यांनी काही फारच

बिघडलेल्या मुलांना नीट केले आहे आणि त्यांना सुंदर व्यक्तिमत्त्व बहाल केले आहे ही गोष्ट आश्चर्यकारक आहे. काही फारच बिघडलेली मुले नाही सुधारली. बरीच मुले जी वर्गात सुस्त होती. ती सहजयोगात आल्यानंतर तरतरीत व हुशार झाली आणि आपल्या अभ्यासात त्यांनी अती उत्तम रिझल्ट दिला. चार्टर्ड अकौंटंसी, वास्तुकला, इंजिनिअरींग आणि वैद्यकीय शास्त्रासारख्या कठीण विषयातही सहजयोग्यांनी फारच कमी वेळेत अत्यंत कौशल्य प्राप्त केले आहे.

प्रत्येक पातळीवर पूर्ण जगाला मुक्ती देण्यासाठी सहजयोग आहे. एका विशिष्ट संख्येने जेव्हा लोक सहजयोगात असतील, तर खरी धर्मनिष्ठेची जाणीव, धार्मिकता आणि परमात्म्याच्या प्रती आपले प्रेम आणि परमात्म्यावरील जागृत विश्वास प्रेरणा देईल. याप्रमाणे पुनर्जन्माची वेळ ठरविली जाईल. ही अंतिम निर्णयाची वेळ आहे आणि प्रत्येक व्यक्ती आत्म्याच्या प्रकाशात स्वत:ला आजमवू शकतो.

सहजयोगाच्या ज्ञानाचे वर्णन थोड्या वाक्यात वा लहान पुस्तिकेत सांगितले जाऊ शकत नाही. पण व्यक्तीने हे समजून घेतले पाहिजे की निर्मिती आणि विकासाचे महान कार्य एक महान सूक्ष्म शक्तीद्वारे केले जाते. जी महान दैवी आकारात आहे.

मनुष्य, जो दैवी कॉम्प्युटरसारखा आहे. मुख्य प्रवाहाशी जोडला गेला पाहिजे. आधुनिक सहजयोगाने अशी पद्धती शोधली आहे. ज्यामुळे सामूहिकरीत्या आत्मसाक्षात्कार दिला जाऊ शकतो. रशियात एका सभागृहात १४००० लोक येत असत, ज्यांच्यामध्ये ९०% लोकांना आत्मसाक्षात्कार प्राप्त झाला होता. त्या कठीण काळातही हे मोठे यश मानले पाहिजे. सुशिक्षित रशियन लोक स्वभावाने आतून मोकळे, खुल्या मनाचे आणि वैज्ञानिक दृष्टिकोन बाळगणारे असतात. मानवी बुद्धीच्या

पलीकडील प्रत्येक गोष्ट ते ताबडतोब ओळखू इच्छितात.

जगात गोंधळाच्या अवस्थेत हा एक विशेष काळ आहे. सहजयोग विस्तृत पातळीवर कार्य करीत असल्याने त्याला महायोग म्हटले पाहिजे. श्रीरामाच्या काळात फक्त नचिकेतला आत्मसाक्षात्कार मिळू शकला पण आज हजारो लोकांनी सहजयोगात नैपुण्य प्राप्त केले आहे.

नि:संशय आपला विश्वकर्मा, सर्व शक्तिमान परमात्मा विश्वाला नष्ट होण्यापासून वाचविण्यास उत्सुक आहे. म्हणून तो आपली शुद्ध इच्छा, आदिशक्तीच्या (होली घोस्ट, अथेना) माध्यमातून कार्यरत आहे.

एक नवे युग, 'कृतयुग' सुरू होतांना स्वयं ब्रह्मचैतन्य (सर्वव्यापक शक्ती) गतिमान झाले आहे. ते यश प्राप्त करीत आहे आणि चमत्कारही घडवीत आहे. हे काही गप्पागोष्टी वा शास्त्राचा अभ्यास नाही तर वास्तविकतेचे मोजमाप आहे. नि:संशय सर्व खोटारडे लोक सत्याचा सामना करायला घाबरतात. कारण सहजयोग त्यांच्या स्वार्थाविरूद्ध आहे. ते मोठ्या तीव्रतेने सहजयोगाचा विरोध करीत आहेत व आव्हान देत आहेत. सहजयोगीच सत्ययुगाची स्थापना करतील. आता ते आमचे देव, येशू, पैगंबर मोहंम्मद, तत्त्वज्ञानी सॉक्रेटीस वा अन्य अवतरणे, ऋषी आणि साक्षात्कारी लोकांप्रमाणे एकटे नाहीत. आता ते हजारो आहोत. कोणत्याही तऱ्हेने मूठभर लोक त्यांच्या सामूहिक उत्थानाला नुकसान पोहोचविण्यास प्रयत्नशील असणाऱ्यांना थांबवू शकणार नाही. सत्य प्रस्थापित होईल आणि सहजयोगाच्या पहाटेचा (परमात्म्याचे साम्राज्य) उदय क्षितिजावर दिसेल. सहजयोगाचा संदेश आहे की दुष्ट वृत्तीच्या लोकांनी हे सत्य स्वीकारून परमात्म्याच्या कृपेचा आनंद घेतला पाहिजे.

विश्व निर्मल धर्म

'विश्व' म्हणजे ब्रह्मांड, 'निर्मल' म्हणजे पवित्र, निष्कलंक आणि 'धर्म' म्हणजे धर्म.

मानवाच्या आत शुद्ध इच्छा (कुंडलिनी) रूपी सुप्त शक्ती वसलेली आहे. ही आदिशक्ती (होली घोस्ट) चे प्रतिबिंब आहे. बाकी सर्व इच्छा पवित्र नाहीत, कारण त्या आनंद देत नाहीत. अर्थशास्त्राचा एक नियम आहे की साधारणपणे इच्छा कधी तृप्त होत नाहीत. मनुष्य एका इच्छेपासून दुसरीकडे सारखा धावत असतो. कळत-नकळत मनुष्य आनंदाच्या शोधात असतो. तो पैशात आनंद शोधेल वा भौतिक गोष्टी मिळविण्यासाठी, सत्ता मिळविण्यासाठी किंवा मनुष्यातील प्रेम मिळविण्यासाठी, परंतु तो सुख-दुःख द्वयी युगुलामध्ये हरवून जातो.

प्रत्येक मानवाच्या हृदयात परमात्म्याचे प्रतिबिंब असणाऱ्या आत्म्याचा निवास आहे.

कुंडलिनी शुद्ध इच्छेची शक्ती आहे. ती प्रत्येकाची आपली आई आहे आणि सुप्तावस्थेत आहे व प्रत्येक व्यक्तीला पुनर्जन्म देण्यासाठी योग्य वेळेची प्रतीक्षा करीत आहे. ही एखाद्या टेपसारखी आहे, जिच्यावर सर्व पुण्य, पाप, इच्छा आणि आकांक्षांचे विवरण रेकॉर्ड केलेले आहे. सुप्त 'बी' च्या आत एका शाश्वत 'बी' सारखे हे आहे. जागृत होऊन जेव्हा ही सर्वव्यापक शक्तीशी जोडली जाते, तेव्हा चतुर्थ आयामाचा (तुरिया अवस्था) आध्यात्मिक विकास सुरू होतो.

आत्मा प्रत्येक व्यक्तीच्या आत एका व्यापक-अस्तित्वाच्या स्वरूपात आहे. सर्वशक्तिमान परमात्मा एकच आहे, प्रत्येक मानवाच्या हृदयामध्ये त्याचे प्रतिबिंबासारखे आहे. पण परावर्तक (रिफ्लेक्टर) भिन्न असल्याने प्रतिबिंब

वेगवेगळी होतात. जेव्हा हा आनंद आणि सत्याचा स्रोत असणारा आत्मा कुंडलिनीच्या माध्यमातून जोडला जातो, मनुष्याचे चित्त प्रकाशित होते. तेव्हा व्यक्ती पूर्ण सत्य आपल्या मध्यनाडीसंस्थेद्वारे जाणवून आनंदी व सामूहिक व्यक्ती बनते. आत्मा हृदयात प्रतिबिंबित आहे, पण परमात्म्याचे स्थान टाळूच्या भागाच्या वर मस्तकाच्या शिखरावर आहे.

मानवाच्या आत, कुंडलिनीच्या जिवंत शक्तीचे सर्वव्यापक दैवी शक्तीशी मिलन झाल्यावर ही व्यक्तीच्या आध्यात्मिकतेचा विकास करू लागते. आपल्या आध्यात्मिकतेला व्यक्ती पोहोचते आणि तिचा अन्य चतुर्थ आयाम विकसित होतो. याप्रकारे एका संतासारखे, बुद्धिमान व्यक्तिमत्त्व विकसित होते. हे व्यक्तिमत्त्व स्वाभाविक सहजरूपाने आपली ओळख देते. शुद्ध विद्येच्या ज्ञानातून सर्वव्यापक शक्तीला सांभाळणे शिकत व्यक्ती अधिक वेगाने ह्या नवीन आयामात विकसित होते.

एकदा आत्म्याचा प्रकाश चित्तात गेला की ती व्यक्ती प्रकाशित होऊन जाते म्हणजेच ती ओळखते की ती स्वतःचा मार्गदर्शक, स्वतःचा गुरू बनली आहे. पूर्वी ही जिवंत क्रिया काही निवडक लोकांपर्यंत सीमित होती. परंतु १९७० पासून सामूहिक आत्मसाक्षात्काराची ही अद्‌भूत पद्धती शोधून काढली आहे.

याप्रकारचे सर्व आत्मसाक्षात्कारी लोक विश्व निर्मल धर्माचे अनुकरण करतात, ज्याचा अर्थ आहे आपल्या आतील पवित्र धर्म. या लोकांनी ज्ञानाच्या उदयाचे वास्तविकरण केले आहे. त्यांनी आपल्या दिक्षाचे वास्तविकरण केले आहे कारण कुंडलिनीच्या टाळूतून बाहेर पडल्यानंतर त्यांना थंड लहरींचा अनुभव येतो आणि याप्रकारे ते धार्मिक संत, योगी आणि गुरू बनतात. ते अन्य सामान्य लोकांप्रमाणे नाहीत, ज्यांनी ना चेतनेच्या नव्या चौथ्या आयामात प्रवेश केला आहे आणि नाही तर स्वतःला

स्थिर केले आहे. हे लोक स्वत:ला आतून आणि दुसऱ्यांना सामूहिक चेतनेतूनच जाणतात. हे ते लोक आहेत, ज्यांनी एक अशी अवस्था प्राप्त केली आहे जिच्यात ते आपल्या मध्यनाडी संस्थेतून जाणतात की ते विराटाचे अंग प्रत्यंग आहेत. हा काही शब्दाचे जाळे फेकण्याचा अंधविश्वास वा तोंडी जमाखर्च नाही.

हे मुळांचे सूक्ष्म ज्ञान आहे. आधुनिक सभ्यतेचे वृक्ष बाहेरील बाजूस वाढलेले आहेत. जर आपण आपल्या मुळाशी जाऊन आपल्या अस्तित्वाच्या मूलतत्वाचा शोध घेतला नाही तर या अंसतुलीत, वेड्यावाकड्या वाढलेल्या संस्कृतीचा विनाश होणार आहे. हे अतिशय महत्त्वाचे आणि आवश्यक आहे की जगाने या मुळांना शोधण्यासाठी आपले चित्त त्यात घालावे. प्रत्येक शास्त्रात कोणत्या ना कोणत्या रूपात याचे वर्णन आहे आणि भारतीय शास्त्रज्ञांनी याचे विस्तृत रूपात वर्णन केलेले आहे. भारत अतिप्राचीन देश आहे आणि बऱ्याच संत आणि गुरूंची कृपा त्याच्यावर झाली आहे. या लोकांनी बरेचसे शोधपूर्ण ग्रंथ लिहिले आणि ध्येयप्राप्तीसाठी मार्गदर्शन केले. दुसऱ्या धर्माप्रमाणेच हे लोक ही बाह्य धर्ममार्तंडांकडून छळले गेले.

महान बुद्धिमान लोकांचे लिखाण जास्त करून संस्कृत भाषेत झाल्याकारणाने सर्व सामान्यांना ते उपलब्ध झाले नाही. अनुवाद करणाऱ्यांनीही कुंडलिनी जागृती हाच आत्मसाक्षात्काराचा केवळ मार्ग आहे असे सांगितले आहे. अनुवाद करतांना त्याला पूर्णपणे सोडून दिले गेले. बाराव्या शतकात संत ज्ञानेश्वर (ज्ञानाची देवता) यांचे अवतरण झाले. ते केवळ तेवीस वर्षे जिवंत राहिले. तीन भाऊ, एक बहीण, सर्वांना धर्म-कर्मठांनी छळले. आपले मोठे बंधू आणि गुरूंच्या आज्ञेने प्रादेशिक भाषेत (मराठीत) 'ज्ञानेश्वरी' नावाच्या पुस्तकाची रचना केली. याच्या सहाव्या

अध्यायात त्यांनी कुंडलिनीविषयी लिहिले, परंतु धर्ममार्तंडांनी या अध्यायाला निषिद्ध घोषित केले.

नंतर तांत्रिकांचा जमाना आला, ज्यांना ना कुंडलिनीचे ज्ञान होते ना शरीराचे आणि ना ते याची पद्धती (तंत्र) जाणत होते. ते काळ्या विद्येचा अभ्यास करीत होते आणि हिंसा आणि कामक्रिडेच्या चरित्रहीन कार्यविधीमध्ये मग्न होते.

कुंडलिनीच्या जागृतीबरोबर व्यक्तीच्या दहा धर्मगुरूतत्त्वांचीही (टेन कमांडंटस) जागृती होत असते. हा धर्म आपल्यात बनतो आणि आपल्या सर्व प्राथमिकता बदलून जातात. सर्वप्रकारच्या धर्मांचे अंतिम ध्येय हे सहजयोगीचा धर्म आहे. कोणत्याही धर्माच्या मर्यादांमध्ये अडकून न राहता सर्व धर्मांचे सार यात आहे. सर्व वास्तविक धर्माचा मार्ग एकाच दिशेने, एकच लक्ष्य प्राप्त करण्यासाठी जातो. ते ध्येय आहे पुनर्जन्म प्राप्त करून आत्मसाक्षात्कार मिळविणे. संस्कृत भाषेत पक्ष्याला द्विज म्हटले गेले आहे. द्विज म्हणजे दोनदा जन्मलेला. कारण पहिला अंड्याच्या रूपात आणि नंतर दुसरा जन्म होतो. याचप्रकारे आत्मसाक्षात्कार प्राप्त करून ब्रह्मज्ञान प्राप्त करणाऱ्या व्यक्तीला ही द्विज म्हणतात.

आमच्या आत या धर्माची जागृती झाल्यावर आपण ओळखतो की सर्व धर्मांची उत्पत्ती आध्यात्मिकतेच्या मूळ एकाच स्रोतापासून झाली आहे. सहजयोगात कुठल्याही धर्माची व्यक्ती येऊ शकते. ते सर्व ओळखतात की आम्ही एकाच धर्माशी जोडलेलो आहोत आणि हाच सर्व धर्मांचा सिद्धांत आहे. म्हणून सहजयोगात कट्टरता नाही, ना कुठली लढाई, ना भांडण. प्रत्येकजण स्पष्टपणे बघू शकतो, ज्या धर्माचे अनुकरण तो आतापर्यंत करीत होता तो त्यात कसा भरकटत होता आणि त्याने काय चुका केल्या. या चुका सुधारण्याची योग्यता त्याच्यात येऊन जाते. भारतात काही सहजयोगी

अंधविश्वास आणि जातीयवादाची समस्या यावर कार्य करीत आहेत. याचप्रमाणे बऱ्याच देशांमध्ये सहजयोगी चुकीच्या धार्मिक प्रथांना दूर करण्यासाठी झटत आहेत.

या दिव्य धर्माच्या काही पद्धतींमुळे या दिव्य धर्माला जिवंत आणि कार्यशील ठेवले आहे, हे समजून घेतले पाहिजे. कार्यप्रणाली आणि कुंडलिनीचे सर्व व्यापक शक्तीशी जोडले जाणे ह्या पद्धतीचे वर्णन केले गेले आहे. व्यक्तिमत्वाच्या वाढीसाठी ध्यानपद्धती आणि प्रत्येक वेळी ध्यानात राहण्यासाठी देखील पद्धती आहेत. शेवटी, तुम्हाला ध्यान करायचे नाही तर ध्यानात निरंतर राहायचे आहे.

हे सर्व ज्ञान आपल्याला परमात्म्याकडून प्राप्त होते आणि ते पूर्णपणे पवित्र ज्ञान आहे त्याला बदलता येत नाही आणि आव्हानही दिले जाऊ शकत नाही. हे स्थायी आणि अविरत प्रवाह असणारे ज्ञान आहे. हे सर्व सिद्ध केले जाऊ शकते आणि प्रमाणित केले जाऊ शकते.

तुम्ही निर्विचार स्थिती प्राप्त करता, ज्यात तुम्ही वर्तमानाशी जोडलेले असता. तुमचे सर्व विचार तुमच्या भूतकाळ वा भविष्यातून येतात, पण तुम्ही वर्तमानात राहत नाही. जेव्हा तुम्ही वर्तमानात असता, तेव्हा तुम्ही शांत होता आणि वर्तमानातच तुमची आध्यात्मिक प्रगती होते. तेव्हा प्रेरणा तुम्हाला विचाराच्या रूपातून येते. या प्रेरणेच्या कृपेने फार लोकांनी कला, संगीत, नृत्य आणि नाट्यकलेमध्ये महान कार्य केले आहे. याशिवाय या प्रेरणेतून बऱ्याच सहजयोगींनी व्यापार, राजनीती, आणि अर्थशास्त्रात मदत केली आहे. या प्रेरणेनेच पवित्र धर्माची निर्मिती केली आहे.

म्हणून व्यक्तीने हे जाणले पाहिजे की कशाप्रकारे आपले उत्थान पूर्ण सुरक्षित शांती क्षेत्रात कार्य करते आणि आमच्या मूल्यांचा व योगी असण्याचा आनंद

कशाप्रकारे घ्यायचा आहे. योगी कधी अहंकारी होत नाही. आपल्या स्थितीचा तो कधी डांगोरा पिटत नाही. याउलट तो अती नम्र होतो व सर्वांना ही स्थिती प्राप्त करण्याकरिता मदत करतो. अशा व्यक्तीला पूर्ण जगाच्या हिताची काळजी असते. ही चिंता त्याला धर्माच्या रूपात होते. त्याच्यावर लादलेली नसते, तर ती आतून येते म्हणून तो याप्रकारे कार्य करू शकतो. तो अपराध करीत नाही कारण आता त्याचे व्यक्तिमत्त्व पापभिरू आणि अपराधाची घृणा करणारे बनते. या विकास प्रक्रियेत त्यात पाप आणि खोटेपणाच्या विरूद्ध घृणा भाव निर्माण झाला आहे. याप्रकारचे व्यक्तिमत्त्व पूर्ण जगाला बदलून टाकेल. या तऱ्हेच्या महान व्यक्ती अगोदरही बऱ्याच होऊन गेल्या परंतु त्यांच्यात जास्त करून एकट्या होत्या त्यांना मदतनीस नव्हते. म्हणून त्यांना सुळावर चढविले गेले, विष दिले गेले. आंधळ्या समाजाने त्यांच्याबरोबर दुर्व्यवहार केले. पण आता आमचे बरेच सहजयोगी आहेत. त्यांच्यावर आक्रमण होऊ शकते, परंतु तो दिवस येईल, जेव्हा ते जगाला दाखवून देतील की त्यांनी काय प्राप्त केले आहे आणि जगाला काय मिळवायचे आहे.

सहजयोग व्यक्तीला आंतरिक रूपातून आध्यात्मिक आणि कपटी व्यक्ती ओळखण्यासाठी आध्यात्मिक संवेदनशीलता प्रदान करतो. तसेच तो दुसऱ्या मनुष्याचे श्रम आणि आपल्यातील कमतरता समजण्यासाठीची संवेदनशीलताही देतो. मनुष्य स्वत:चा न्यायाधीश बनतो. हा 'अंतिम निर्णय' आहे, जिथे व्यक्ती आपला निर्णय स्वत: करेल. कुंडलिनी निर्णायक बनेल. या निर्णयानंतर साक्षात्कारी आणि बिन साक्षात्कारी लोकांतून साक्षात्कारी लोक निवडले जातील.

साक्षात्कारी लोकांना गूढ ज्ञानी (Gnostic) म्हटले जाईल. ग्नोस्टीक शब्दाचा उगम संस्कृतमधील 'ज्ञान' शब्दापासून आहे. परंतु ज्ञानाचा अर्थ बौद्धीक

ज्ञान नव्हे कारण मेंदू वा बुद्धी व्यक्तीला तर्काकडे नेते आणि तर्काच्या मुळाशी विवेक नसतो. अपूर्ण असल्याने तर्कबुद्धी व्यक्तीला कोणत्याही शेवटच्या टोकाला नेऊ शकते, कुठल्या गोष्टीला तर्कसंगत सिद्ध करू शकते. म्हणून व्यक्तीने तर्कबुद्धीच्या वर जाऊन दिव्यतेचा उच्च विवेक विकसित केला पाहिजे. म्हणजे त्याद्वारा वास्तविक समस्या आणि त्यावरील उपाय समजू शकेल. व्यक्तीने समजून घेतले पाहिजे हेच सर्व धर्माचे सार आहे. केवळ हाच धर्म वस्तुतः आंतरिक अनुभव मिळवून देतो, जो व्यक्तीला आध्यात्मिकते प्रती संवेदनशील बनवितो. ही संवेदनशीलता अनेक भाषणे, उपदेश किंवा पुस्तकातून मिळू शकत नाही म्हणून एक सहजयोगी सर्व अवतार आणि संतांना जाणतो आणि त्यांचा सन्मान करतो.

जर आपण जगाला बदलायची इच्छा करीत असलो आणि आपल्या लोकांना पूर्ण विनाशापासून वाचवू इच्छितो तर आपल्याला अंगी विवेक धारण करायला हवा आणि हे तेव्हा शक्य आहे जेव्हा कुंडलिनी मेंदूला प्रभावित करेल. आज जेव्हा आपण बघतो जग विनाशाच्या टोकावर उभे आहे, हा प्रकाश अतिशय महत्त्वाचा आहे. नि:संशय विश्वकर्ता (परमात्मा) स्वत: आपले रक्षण करण्यास उत्सुक आहे, हेच कारण आहे, या कलीयुगात त्यांनी सर्वव्यापक शक्तीला कार्यशील केले आहे.

म्हणून आता कुंभ नावाचे नवे युग आरंभ झाले आहे. पवित्र आध्यात्मिक जल आणण्याचे काम कुंडलिनीचे आहे आणि 'कुंभ' या कार्यासाठी पूर्ण करणारे भांडे आहे. कुंडलिनी एखाद्या वृक्षाच्या त्या रसासारखी आहे, जो वर जातो व वृक्षाच्या प्रत्येक भागाचे पोषण करतो, परंतु एका विशिष्ट भागाशी थांबत नाही आणि आता तर विशेष काळ आहे. हा पुनर्जन्माचा काळ आहे. कुंडलिनीने अंतिम निर्णय घेतलेला आहे. व्यक्ती बोटांच्या टोकांवर स्वत:च स्वत:ला जाणू शकते. इतकेच नव्हे तर सर्वव्यापक शक्ती अतिक्रियाशील

झाली आहे, म्हणून कलीयुग ब्रह्मचैतन्याचे कृतयुगात परिवर्तित होत आहे. हे सामूहिक आत्मसाक्षात्कार आणि सामूहिक आत्मबोध घडवून आणीत आहे. सतत या सर्वव्यापक शक्तीशी जोडून आपला आत्मसाक्षात्कार मिळवून व टिकवून आपल्याला ब्रह्मचैतन्याच्या या गतीविधीतून फायदा घेतला पाहिजे. याप्रकारची स्थिती प्राप्त करून मनुष्य अतिशय प्रगल्भ आणि करुणामय होऊन जातो. वंश, लिंग, राष्ट्रीयता आणि वय त्याच्या प्रगल्भ जीवनात बाधा आणीत नाहीत.

सहजयोगाच्या आशीर्वादाचे वर्णन एका पुस्तकात करणे असंभव आहे कारण सहजयोग्यांचे अनुभव वर्णन करण्याकरीता अनेक ग्रंथ लिहावे लागतील.

आता व्यक्ती जे काही आधुनिक जगात करीत आहे ते प्रांसगिक आहे. या प्रासंगिकतेत प्रत्येक गोष्ट कार्यरत आहे. परंतु हे प्रासंगिक काम कुठलाही पूर्ण रिझल्ट दाखवू शकणार नाही. केवळ आत्म्याकडूनच पूर्ण ज्ञान प्राप्त होते म्हणून आत्म्याला जाणल्याखेरीज आपण पूर्ण सत्य जाणू शकत नाही. त्याशिवाय आपण नेहमी लढत-झगडत राहू आणि युद्ध करत राहू. जर आम्ही या पूर्णात स्थिर असू. तर आपण ओळखतो की प्रत्येक गोष्टीकरीता केवळ एकच सत्य आहे, तेव्हा ना कुठला तर्क असेल ना वादविवाद. प्रत्येक व्यक्ती या सत्याचा आनंद घेईल, कारण ते पूर्ण आहे.

मध्यभागी न राहिल्याने साम्यवाद आणि भांडवलवाद असे वाद अयशस्वी होतात. व्यक्ती जेव्हा मध्यावर (सहस्रारात) असते, तेव्हा ती फार मोठी भांडवलवादी बनते, कारण त्याच्याजवळ सर्व शक्त्या असतात आणि तो सर्वात जास्त साम्यवादी बनतो, कारण त्या शक्त्या त्याला दुसऱ्यांबरोबर वाटायच्या असतात. दुसऱ्यांना देऊन व्यक्ती आपल्या शक्तीचा आनंद घेऊ शकते. दुसऱ्यांना दिल्याशिवाय मनुष्य त्याने मिळविलेल्या गोष्टींचा आनंद कधी घेऊ शकत नाही.

बुद्धीवादींची एक मोठी समस्या आहे की ते कोणतीही गोष्ट पूर्णपणे स्वीकारीत नाही आणि प्रत्येक गोष्टीचा पर्याय शोधतात. आता मनुष्याच्या उत्थानाला काही पर्याय नाही. बी अंकुरीत होण्यासारखे कुंडलिनीलाही जागृत व्हावे लागते. परंतु सहजयोगात येऊनही काही लोक म्हणून गेले की हे मिळविण्यासाठी काही अन्य पद्धती आणि शक्त्यादेखील असतील. ही पलायनवादी प्रतिक्रिया झाली. विहीर खोदतांना एका ठिकाणी पाणी सापडले, तर दुसरीकडे खोदून काय उपयोग. जे तुम्ही मिळविले ते हे जल असतांना याला विहीर का समजत नाही? परंतु लोक याप्रकारे वास्तविकतेपासून दूर पळत आहेत. वास्तवाशी सामना करून मनुष्याने हे प्राप्त केले पाहिजे. जसे फार प्राचीन पुस्तकांमध्ये लिहिले आहे की मानवाच्या परिवर्तनाचा अन्य कोणताही मार्ग नाही. तरी ही लोक पलायन करीत असतील तर तुम्ही काही करू शकत नाही. कोणत्याही प्रकारे तुम्ही त्यांची निर्भत्सना नाही करू शकत.

आता प्रश्न असा आहे की कशा रीतीने या लोकांना सांगावे की ही जिवंत क्रिया आहे, जी आरंभ झाली आहे आणि ज्या लोकांजवळ काही पर्याय नाही, त्यांच्यात कार्य करीत आहे. या लोकांसाठी धैर्याची आवश्यकता आहे कारण जर ते लोक समजतील की हे त्यांच्या हितासाठी आहे, तर त्यांना वाचविले जाऊ शकते. सहजयोगात आल्यानंतर फारच कमी लोक भयानक रोगांनी पिडीत झाले आणि बऱ्याच लोकांना तर कधी डॉक्टर वा डेंटीस्टकडे जावे ही लागले नाही. हे व्यक्तीच्या मानसिक शांतीसाठीही आहे. खूप लोकांनी मला लिहून कळविले की शेवटी त्यांना मानसिक शांतता प्राप्त झाली. बऱ्याच लोकांनी लिहिले की कशाप्रकारे त्यांनी आपल्या कार्यात कौशल्य आणि संतुलन प्राप्त केले.

परंतु हे सर्व काही लोकांना विश्वसनीय वाटत नाही कारण ते नेहमी दूर पळत

असतात. या पलायनवादाने बऱ्याच योग्य व्यक्तींना वंचित केले आहे. ते खूप चांगले आणि सज्जन लोक आहेत परंतु पलायनवादी स्वभावामुळे ते सहजयोगात नाही येऊ शकत. सहजयोगी अत्यंत दयाळू आणि विवेकी आहेत. माझा विश्वास आहे की हे सर्व दूर पळणारे लोक एक दिवस समजतील की हे फक्त त्यांच्याच हिताचे नाही तर सर्व विश्वाच्या कल्याणासाठी आहे. धर्माच्या नावावर केवळ येशू, मोहम्मदसाहेब किंवा बुद्धालाच मानतील. सहजयोगात हे सर्व आपल्यासोबत आहेत. तुमच्या कुंडलिनीला पूर्ण रीतीने कार्यान्वित करतात. सहजयोगात प्रत्येक व्यक्ती त्यांच्याविषयी इतके काही जाणतो आणि सर्वात महत्त्वाची गोष्ट अशी की ते सर्व आमच्याबरोबर आहेत, आमचे अंग-प्रत्यंग आहेत व कुठलीही गोष्ट त्यांना वेगळे करू शकत नाही. इतिहासात ते तीच प्रक्रिया करीत होते आणि वर्तमानात त्यांच्यासोबत आम्ही पण तेच करीत आहोत.

काही जिज्ञासूंची एक वेगळी समस्या आहे. जिज्ञासेचा एक वेग, की ते जिज्ञासू आहेत, त्यांच्या जीवनात बनला आहे. ते थांबायला नाही म्हणतात आणि सतत जिज्ञासू बनून राहण्याची इच्छा बाळगतात. थांबून स्वतःचे अंतरावलोकन करण्याची वेळ आली आहे हे समजणे लोकांसाठी आणखी एक वेगळीच समस्या आहे. जरी परमात्मादेखील त्यांचेसमोर येऊन उभे राहिले तरी ते म्हणतील, 'ओ हो, आम्ही परमात्म्याला शोधीत आहोत, तुम्ही परम्यात्म्याविषयी काही जाणता वा नाही?'

हे बघितले गेले आहे की उच्च बुद्धीचे लोक सहजयोगाचा फार लवकर स्वीकार करतात. आता जे लोक सहजयोगात आहे त्यातील अधिकतर अत्यंत बुद्धिमान आहेत. त्यांच्यात काही विश्वविद्यालयात प्रोफेसर आहेत. परंतु बुद्धिमत्ता स्वतःला धोका देऊ शकते. म्हणून विवेकबुद्धी असणे आवश्यक आहे. ही एक विशेष प्रकारची बुद्धिमत्ता आहे, जी त्यांना सत्य

समजवून देते.

कोलंबिया, रशिया, बल्गेरिया या देशांमध्ये असे आढळले की फोटो बघितल्यावर लोकांना वाटले, हेच सत्य आहे. आम्ही हैराण झालो, की फोटोग्राफमध्ये कसे त्यांनी सत्य शोधले. ते सभांमध्ये हजारोंनी आले. दर्शन करतांना त्यांच्यात एक आध्यात्मिक संवेदनशीलता होती. मी एखाद्या सिनेमा नटीसारखी नाही किंवा बनावट गुरूसारखी नाही. मी सामान्य गृहिणी आहे. असे असूनही त्यांनी माझ्यातील आध्यात्मिकता कशी ओळखली. अती प्रशंसनीय गोष्ट अशी की काही लोकांमध्ये आध्यात्मिकता जाणण्याचा गुण असतो. माझा विश्वास आहे की नवीन पिढीमध्ये ही संवेदनशीलता थोडीशी अधिकच विकसीत होईल.

या सर्व अडचणीखेरीज सहजयोग हळू हळू पसरत आहे आणि मोठ्या सफलतेने बरेच चमत्कारपूर्ण कार्य करीत आहे.

काही धर्मकर्मठ, जे फक्त पैशाला हपापलेले आहेत, परमात्म्याच्या नावावर माफीयाप्रमाणे सहजयोगाविषयी खोट्या-नाट्या गोष्टी पसरवित आहेत. समस्या उभ्या करून काही लोक आम्हाला त्रास देण्याचा प्रयत्न करतील तरी आम्ही निराश वा त्रासून जाऊ नये. प्रसारमाध्यमांचीही जास्त काळजी करू नये. उदाहरणार्थ इटली, रशिया, बल्गेरिया, कोलंबिया, भारत, तैवान आणि नेपाळ अशा देशातील वृत्तपत्रे फार संवेदनशील आणि साह्य करणारी आहेत. काही देशांमध्ये वृत्तपत्रे संवेदनशीलता शोधीत असतात. सहजयोग फार महान उत्तेजन आहे, एक अद्वितीय शोध आहे, परंतु काही लोकांना अश्लील गोष्टी दाखविणे अधिक महत्त्वपूर्ण वाटते, अधिक पैसे मिळविण्यासाठी ते विचार करतात की उत्तेजित करणाऱ्या गोष्टी लोक वाचतील. तर अशाप्रकारे बातम्या द्यायच्या असतील तर ते देवोत, परंतु मला हे समजत नाही की ते आमच्यावर का टीका करीत आहेत? जर आम्ही कायदेशीर मार्ग पकडला

तर ते अडचणीत सापडतील आणि काही टीका करण्यापूर्वीच त्यांना काळजी घ्यावी लागेल. तरीही एका सहजयोग्याला ही सर्व टीका नम्रतेने स्वीकारावी लागेल. सहजयोग्यांनी हे ओळखले पाहिजे की असे लोक आंधळ्याप्रमाणे हत्तीविषयी सांगून सगळ्यांना अंधारात खेचत आहेत.

आमच्या कार्याची महानता फार मोठी आहे. जगात कोणत्याही क्षेत्रात आजपर्यंत झालेल्या कोणत्याही कार्यापेक्षा ते अधिक उंच आहे.

सत्य, सद्‌गुण आणि आपल्या आदर्शांवर आपण स्थिर राहायला हवे. मी नेहमी साडीचे उदाहरण देते. जर साडीचे एक टोक खिळ्याला अडकले असेल तर भयंकर वादळ आणि त्याचा वेग यापासून साडीला वाचवता येऊ शकते. याप्रकारे जोपर्यंत आपण आध्यात्मिक जीवनाच्या पवित्र मूल्यावर चालत राहू आणि आपल्या अस्तित्वाचे सौंदर्य शोधण्याचा प्रयत्न करू तर हळू-हळू लोक आपली अद्वितीय श्रेष्ठता ओळखतील. सहजयोगी म्हणून विशेष गुणाची वाहवा होईल. लोकांचे विचार बदलतील, ते आपल्या जीवनाची तुलना तुमच्या जीवनाशी करतील आणि दिव्य चैतन्य लहरीचा अनुभव घेण्यासाठी सहजयोगात येतील. जगाला वाचविण्याचा हा एकमात्र उपाय आहे आणि आम्हाला आमच्या विशेषतेला समजले पाहिजे. ही आध्यात्मिक क्रांती आहे. पण आम्हाला काही बलीदान द्यावयाचे नाही तर आनंद घ्यायचा आहे.

आम्ही सर्व आनंद अन्य लोकांना वाटण्यासाठी आणि त्यांची मदत करण्यासाठी चिंतित आहोत, परंतु सहजयोगात एक कमी आहे की तुम्ही त्याचे सदस्य बनू शकत नाही. स्वत:शी झगडून सहजयोगी बनावे लागते आणि माझ्या विचाराने लोक असे करू इच्छित नाहीत. परंतु बऱ्याच लोकांमध्ये उचित योग्यता आहे. त्यांनी तुमच्यातील धैर्य आणि आतील शक्ती बघितली आहे, ज्यामुळे तुम्हाला या महान मूल्यांचे रक्षण करावयाचे

आहे. मला विश्वास वाटतो की जेव्हा वेळोवेळी ते बघतील की कशी ही शक्ती त्यांना शक्तिशाली बनवित आहे, परिवर्तन घडवित आहे, दुसऱ्या लोकांना आत्मसाक्षात्कार देण्यासाठी आणि बदलण्यासाठीही शक्ती प्रदान करीत आहे. तेव्हा ते समजतील की त्यांच्या जीवनाचा अर्थ आणि ध्येय सर्वशक्तिमान परमात्म्याचे माध्यम बनेल.

सामूहिक सहमती आणि भावना विश्व निर्मल धर्मात अत्यंत महत्त्वपूर्ण आहेत. विश्वनिर्मलधर्म या सामूहिक कार्यामध्ये आणि अनुभवात कार्यरत आहे. प्रथम, प्राचीनकाळात केवळ एक-दोन साक्षात्कारी लोक होते. ते वैयक्तिकरीत्या आपला साक्षात्कार प्राप्त करीत होते. आधुनिक काळात सामूहिक साक्षात्काराची पद्धती शोधली गेली, म्हणून विनासामूहिक झाल्याशिवाय कुणीही आध्यात्मिक रूपाने विकसित होऊ शकत नाही. ही मानसिक अट नाही, सहजयोगात व्यक्तीच्या आतील चेतनेचे नव्या परिमाणाच्या रूपात सामूहिक चेतनेचा विकास होतो.

सामूहिकतेचा सन्मान आणि रक्षण होणे जरुरीचे आहे. सामूहिकतेचा उपयोग कुठल्या व्यापारासाठी केला जाऊ नये.

सामूहिकतेत हे समजून घेतले पाहिजे की कुणाही दुसऱ्याला कर्ज देणे-घेणे किंवा दुसऱ्या सदस्याचा फायदा उठविणे यास अनुमती नाही.

सामूहिकतेच्या कुणा एका सदस्याला दुसऱ्याच्या विरुद्ध वा लिडरच्या विरुद्ध जाण्याची आज्ञा न दिली जावी, उलट विश्व लिडरला सरळ सुचविले जावे.

सामूहिकतेतून विश्व लीडरच्या अनुमतीशिवाय कुणी धन जमवू नये आणि खर्च करू नये. सारा हिशेब ठेवला पाहिजे आणि सामूहिकतेला कळविले पाहिजे. सर्व काही नियमानुसार व्हायला हवे आणि त्याची हिशेब तपासणी व्हायला हवी.

धुम्रपान, दारू पिणारे, कामपिपासू वा मानसिक विकार पिडीत लोकांना सामूहिकतेच्या बाहेर ठेवले पाहिजे. ते केवळ सार्वजनिक कार्यक्रमांना येऊ शकतात.

सामूहिकतेत सर्वांनी सहजयोगाविषयी पारदर्शी असायला हवे. कुठलीही गोष्ट, लपवलेली वा रहस्यमय रहायला नको.

सामूहिकतेच्या दुसऱ्या एखाद्या सदस्याचे निरीक्षण करण्यापेक्षा प्रत्येकाने स्वत:ला पारखून घ्यावे.

वयोवृद्धांचा सन्मान आणि देखरेख अवश्य व्हायला हवी.

मुले आंतरराष्ट्रीय सहजयोग परिवाराचे सदस्य आहेत. ते पूर्ण विश्वातील सहजयोग्यांची संपत्ती आहेत. या समस्यांचे निराकरण विश्व स्तरावर व्हायला हवे. सामूहिकतेत वंश, रंग, मत, राष्ट्रीयता आणि रुढीवाद यांच्या (fundamentalism) बंधनातून बाहेर पडले पाहिजे. दिव्य प्रेम आणि सन्मान हे सामूहिकतेचे आधारस्तंभ आहेत.

सामूहिकता, पुस्तके, व्हिडियो, ऑडियो टेप (जे योग्य सदस्यांना वितरीत केले जाऊ शकेल) यासाठी जबाबदार असेल.

वैश्विक सहजयोग-वृत्तपत्रे सामूहिक केंद्रांना पाठवली जाऊ शकतात आणि ही केंद्र त्यांच्या इच्छेनुसार वितरीत करू शकतात.

पुस्तके, टेप, पुस्तिका, ऑडियो-व्हिडियो टेप, अंगठ्या, लॉकेट, पदके, बिल्ले आणि सेमिनारच्या फिरण्याच्या प्रवासाचा खर्च केला जाऊ शकतो.

आत्मसाक्षात्कार आणि दैवी उपचारासाठी पैसा घेतला जाऊ शकत नाही. लीडर जर कमवत नसतील तर त्यांच्या सहजाच्या प्रवासासाठी पैसे दिले जाऊ शकतात. विद्यालयात अध्यापक आणि कर्मचारींना निश्चित पगार

दिला जावा.

सार्वजनिक कार्यक्रमाचे आयोजन करताना सर्वांनी सामूहिकरीत्या काम करावे.

सामूहिकतेने वाईट पुस्तकांचा आणि चित्रपटांचा निषेध करावा. कोणत्याही व्यक्तीला ओरडण्याची वा वाईट भाषा बोलण्याची परवानगी देता कामा नये.

दोन व्यक्तींमध्ये आलिंगन आणि चुंबनाची आज्ञा देऊ नये. पती-पत्नी दरम्यान उघड्यावर रोमांससारखे आचरण नसायला हवे.

सभांमध्ये पुरुष आणि स्त्रिया दोन वेगवेगळ्या बाजूंना बसावे.

सामूहिकतेने कोणत्याही आधारावर कुठल्याही व्यक्तीचा ग्रुप बनवू नये.

सामुहिकतेत एक दुसऱ्यांना गप्पांमधून एक दुसऱ्याला आधार द्या. नकारात्मक किंवा सहजयोगाच्या बाहेरच्या लोकांना साथ देवू नका.

विश्वनिर्मलधर्माचे दार सर्वांसाठी उघडे आहेत. सहजयोगासाठी कोणतीही दीक्षा वा धर्मांतर नाही.

जर विश्वनिर्मलधर्मावर आक्रमण झाले तर विश्वातील सर्व सहयोगिंनी यासाठी लढले पाहिजे.

सामूहिकतेला पाहिजे की साक्षात्कारी लोकांद्वारे लिहिलेली पुस्तके आणि धर्मग्रंथ शोधून काढावीत आणि विश्व निर्मल धर्माच्या विषयात पुस्तके लिहावीत.

विश्व निर्मल धर्मात प्रवेश करून त्याच्या प्रगतीआड कार्य करणाऱ्या नकारात्मक शक्त्यांचे पूर्ण ज्ञान आणि त्याच्या प्रति सावधानी सामूहिकतेत असायला हवी.

व्यक्तिगत स्वच्छता एक सामान्य गोष्ट : सहजयोग्याने नेहमी वाहत्या, स्वच्छ पाण्याने तोंड-हातपाय धुवावे, साठलेल्या किंवा वॉश बेसीनमधील साठलेल्या पाण्याने नव्हे. टबमध्ये स्नान केल्यानंतरही सहजयोग्याने शॉवरखाली स्नान करावे. शरीराची चांगल्याप्रकारे स्वच्छता करणे अत्यंत आवश्यक आहे.

दुसरे, शरीराचे भाग उदा. दात, नाक, डोळे आणि हात स्वच्छ ठेवायला हवेत.

सहजयोग्याचे शरीर सडपातळ असणे जरूर नाही. काही बारीक, काही जाड आणि काही मध्यम आकाराचे. व्यक्तीच्या आवश्यकतेवर हे अवलंबून असते. कोणत्या गोष्टींची कमतरता आहे, कोणत्या गोष्टींची आवश्यकता आहे, हे सर्व योग्य आणि संतुलीत रूपाने सहजयोगाच्या माध्यमातून निश्चित केले जाऊ शकते.

सहजयोग्याचे भोजन चैतन्यमय आणि शरीराच्या गरजेप्रमाणे व्हायला हवे. उदाहरणार्थ एका तापट स्वभावाच्या, भविष्यवादी आणि जास्त विचार करणाऱ्या व्यक्तीने अधिक पिष्टमय पदार्थ खाल्ले पाहिजेत. आणि दुसरी व्यक्ती जी भविष्याविषयी विचार करीत नाही, सुस्त राहते, तिने प्रोटीन्स घेतले पाहिजेत. जरूरी नाही की सर्वांना एकाच प्रकारचे अन्न लागेल. हे व्यक्तीच्या प्रकृतीवर अवलंबून आहे.

सहज संस्कृती मनुष्याला स्वतःच नम्र बनविते. ज्या संस्कृतीचा मूळ दृष्टिकोन ‘बघा आणि दाखवा’ (प्रदर्शन) आहे तो एकदम समाप्त होतो. सहजयोगात पडलेल्या व्यक्तीला कोणतीही काळजी नसते की लोक त्यांच्याबाबतीत काय म्हणतील. बस, तो हास्यास्पद भडक कपडे वापरीत नाही आणि ना ही विनाकारण भानगडीत पडतो. तो अत्यंत सामान्य व्यक्ती

असतो आणि शांतपणे गौरवाने जीवन व्यतीत करतो.

सहजयोगी कधीही आळशी व्यक्ती बनत नाही. ना तो हिमालयावर जात, ना आपले कार्य सोडत. तो आपल्या स्थानावर टिकून राहतो. आपल्या आसपासचे वातावरण सुधारण्याचा प्रयत्न करतो आणि आपल्या इच्छाशक्तीने दिव्य प्रेमाचे आशीर्वाद त्याच्यावर अवलंबून असणाऱ्या लोकांसाठी देतो. एवढेच नव्हे तर त्याच्या देशासाठी आणि विश्वासाठी कार्य करतो.

म्हणून कुणी कंजूष वा नीच प्रवृत्तीची व्यक्ती सहजयोगासाठी योग्य नसते. केवळ उदारचित्त, करुणाशील आणि पैशाचा हव्यास नसणारी व्यक्तीच सहजयोगी असते. सहजयोगी कसा असायला हवा याचे वर्णन तर आम्ही केले आहे पण तर्क-वितर्क, अनावश्यक टिप्पण्या सहजसंस्कृतीचा भाग नाही.

प्रत्येक गोष्टीचा त्याच्या पवित्र अवस्थेत आनंद घेणे ही सहजसंस्कृती आहे. उदाहरणार्थ सहज संस्कृतीमध्ये कुणी दुसऱ्याच्या पती वा पत्नीच्या प्रेमाशी खेळू नये. तुम्हाला समर्पित पती-पत्नी व्हायला हवे. जर एखाद्या योग्य कारणाने पती-पत्नी संबंध निभावू शकत नसतील तर नि:संशय सहजयोग घटस्फोटाला परवानगी देतो. परंतु असे फारच कमी घडते.

आमच्या मातापित्यांचा ते सहजयोगाला मानीत नसले तरी मानसन्मान केला पाहिजे. आम्ही त्यांना क्षमा केली पाहिजे कारण ते नेत्रहीन आहेत.

सहजयोग्याने आपल्या मुलांचा योग्य मान ठेवावा. शिक्षकांनाही त्यांच्या विद्यार्थ्यांना मान द्यावा. मुले जरी अधिक हट्टी स्वभावाची असतील तर आई-वडील त्यांना थप्पड मारू शकतात, पण शिक्षक तसे करू शकत नाहीत. कोणत्याही प्रकारे शिक्षक मुलांना अशी शिक्षा देऊ शकत नाहीत, ज्याद्वारे त्यांना इजा पोहोचेल.

सहजयोग्याचे घर एखाद्या कमळाच्या फुलासारखे असायला हवे जिथे पूर्ण शरीरावर काटे असणाऱ्या भुंग्याचेही स्वागत होते आणि पूर्ण रात्र झोपण्याची अनुमती मिळते. सहजयोग्याचा स्वभाव गुलाबी रंगाच्या कमळासारखा व्हायला हवा, ज्यात आदरातिथ्य, माधुर्य आणि आनंदी स्वभावाच्या छटा दिसतील. जर सामर्थ्यवान असेल तर गरजवंतांना द्यायला हवे आणि आपल्या लोकांचे रक्षण करायला हवे.

आपल्या वैभवाचे त्याने प्रदर्शन करायला नको. जर त्याचेजवळ एखादी मोठी कार असेल वा वेगाने जाणारे एखादे साधन असेल तर त्याने अन्य लोकांना बरोबर चलण्यासाठी म्हणावे. परंतु सहजयोगाच्या बाहेरील लोकांसाठी असे करण्याची आवश्यकता नाही कारण ते त्याचा अयोग्य फायदा उठवू शकतात. कुणाचाही अयोग्य फायदा उठविण्यावर सहजयोग विश्वास ठेवीत नाहीत. सहजयोगी सर्वांसोबत करुणामय व्यवहार करील तर तो कोणत्या ना कोणत्या प्रकारे ऋण फेडून टाकतो. कुणावर उपकार करण्याची वा उपकार करवून घेण्याचा प्रश्नच उठत नाही.

सहजयोग्याची भाषा फारच सुंदर असते आणि त्याने या पद्धतीने बोलले पाहिजे की दुसरा मुनष्य त्या आनंदातील आत्मीयता अनुभवू शकेल.

सहज संस्कृतीमध्ये आजकालच्या कामुक प्रवृत्तीच्या भयानक विचारांची निर्भत्सना करायला हवी. असे अनौरस, बदनाम आणि समाजाने बहिष्कृत केलेल्या मुलांना क्षमा करून आपल्या संरक्षणात घेतले पाहिजे. अत्यंत हिंसक स्वभावाच्या आणि नासधूस करणाऱ्या मुलांना सहजयोगाच्या बाहेर त्यांच्या आई-वडिलांबरोबर ठेवले पाहिजे.

सहजयोगात कुठला धर्मतंत्रवाद नाही, कोणताही पुजारी नाही. सर्व एक आहेत. संपर्क करण्याकरिता आपले लीडर्स आहेत आणि या लीडर्स लोकांनी सर्वांपेक्षा चांगले वागले पाहिजे, ज्यांचे ते नेतृत्व करतात. त्यांना

उच्च प्रतीचा सर्वोत्तम सहजयोगी बनले पाहिजे. याप्रकारे लीडर्सच्या नियुक्तीचे विशेष काही महत्त्व नाही. काही लीडर्स लालची झाले किंवा वाईट सवयी लावून घेतल्या, त्यांना जावे लागले. जरी त्यांनी खोटा प्रचार केला तरी. मोठ्या समूहाशी संपर्क ठेवण्याची ही पद्धती आहे, म्हणून हिला स्वीकारून कार्यान्वित केले पाहिजे. जीवनाची पातळी बघून, वैभव, पद किंवा शिक्षण बघून नव्हे.

सहजयोगी आपल्या शक्त्या किंवा पैसे व्यर्थ गोष्टींवर उधळत नाही. ना ते दारू पितात, ना सिगारेट ओढतात, ना नशा करतात. स्त्रियांदेखील आपला पैसा ब्युटीपार्लरमध्ये घालवित नाही. हे त्यांचे सोबत घटीत होते. त्यांना कुणी असे करण्यास सांगत नाही. ते स्वत: हे सर्व काही करीत नाही. ते घाणेरडे चित्रपट बघत नाहीत, घाणेरडे साहित्य वाचत नाहीत. ते फारच आदरणीय आणि एकप्रकारचे अती पवित्र लोक आहेत.

जिथपर्यंत कायद्याचा संबंध आहे, छिद्रांनी परिपूर्ण असे जे कायदे आहेत ते लोकांना वाईट कामे करण्याला अनुमती देतात. परंतु सहजयोगी त्या कायद्यांचा स्वीकार करीत नाही ना त्या कायद्याच्या पळवाटांचा उपयोग आपल्या स्वार्थासाठी करतो.

भोगवादी समाज कधीही सहजयोगींचा आदर्श राहिलेला नाही. आत्मप्रकाश देणारा समाज, जो स्वयं-सर्वव्यापक दैवी प्रेमाच्या चमत्कारी शक्तीचा आनंदाचा अनुभव त्यांना प्रदान करतो, तो सहजयोग्यांचा आदर्श समाज आहे. सहजयोगाचे आदर्श बिलकूल भिन्न आहे.

आमच्या आतील आत्मा हे सामूहिक अस्तित्व आहे. सहजयोगाला आंतरराष्ट्रीय घोषित करण्यासाठी आम्हाला कोणतीही संस्था बनवावी लागली नाही, परंतु स्वयं आपण सहजयोगी एका राष्ट्रात सामावून वैश्विक बनतो, जिथे सूक्ष्मातून ब्रह्मांड बनते.

मनुष्याने जर हे समजून घेतले की हे सर्व नम्रतापूर्वक करावयाचे आहे तर या गोष्टी सोप्या होतील. जर तुम्ही अहंकारी आहात आणि तुमच्या भूतकाळाच्या बंधनात जखडलेले असाल तर तुम्ही दोष भावनांनी ग्रासले जाल आणि तुम्हाला विकसित होण्यास वेळ लागेल. तुमच्यासोबत काय घडले? तुम्ही काय होता? तुम्ही कुठून आला? कुठे जाणार आहात? या सर्व गोष्टींना साक्षी भावाने बघणे चांगले आहे. खूप सुंदर सहजयोगी आहेत ज्यांचे आचरण आणि जीवनप्रणाली जेव्हा तुम्ही एक वेळेला बघायला लागता, तर नि:संशय तुमच्या आत त्यांचा आदर्श रुजविण्याची भावना सुरू होते.

सहजयोगात बळाचा वापर होत नाही, केवळ मार्गदर्शक तत्त्व दृढतेने सांगितली जातात. व्यक्ती स्वत: ओळखते काय ठीक आहे आणि काय चूक आहे. हे करा, हे करू नका असे सांगण्याची गरज राहत नाही. जेव्हा व्यक्ती एखादे वाईट काम करायला लागते त्याच्या थंड लहरीच सांगू लागतात की हे अयोग्य आहे, कधी कधी तर लहरींचा प्रवाहच थांबतो. म्हणून लहरींवर विश्वास ठेवणे सर्वोत्तम आहे. पण असे करण्यासाठी तुम्हाला तुमच्या ध्यानावस्थेत असायला हवे म्हणजे तुम्ही चांगल्या प्रकारे लहरींचा अनुभव करू शकाल.

जोपर्यंत लोक दुसऱ्यांना साक्षात्कार देण्याच्या स्थितीपर्यंत पोहोचत नाहीत आपण त्यांना सहजयोगी म्हणवून घेण्याची अनुमती देत नाही. आत्मविकास करून सामूहिकतेच्या पवित्र गर्भात प्रवेश करण्यासाठी त्यांना विकासशील योगी बनवून ठेवले जाते.

प्रकाशित झाल्यावर हे सूक्ष्मज्ञान समजून घेणे अत्यंत सोपे आहे, परंतु याच्याविना या विचारांना तुमच्या डोक्यात भरणे कठीण आहे कारण विना साक्षात्काराने हे सर्व खोटे होते. साक्षात्कार मिळताच हे विचार तुमचे अनुभव बनतात. समजण्यासाठी त्यांना आत ढकलावे लागत नाही.

सहजयोग समजण्यासाठी मात्र एक गोष्ट लक्षात ठेवावी की नम्र, जिज्ञासू बनून आत्मसाक्षात्कार प्राप्त करावा मग तुम्ही सम्राट असा, अतियशस्वी व्यक्ती असा, खूप मोठे व्यापारी असा वा प्रसिद्ध वार्ताहर ह्या सर्व गोष्टी मौल्यवान नाहीत. कारण तुम्ही ओळखले पाहिजे की तुमच्या मानवी चेतनेला आता एक आणखी अवस्था प्राप्त करायची बाकी आहे.

ही काही वैयक्तिक मिळकत नाही, ही सामूहिक कमाई आहे, जी सामूहिकतेत कार्य करते. समजा, तुमच्या बोटांपैकी एखादे नख कापले गेले, तर ते कधीच वाढू शकत नाही. याप्रकारे तुम्हालाही सामूहिकतेचा हिस्सा बनावयाचा आहे, अन्य लोकांशी समरस व्हायचे आहे. तेव्हा तुम्हाला चांगले परिणाम मिळतील, जसे एका बागेत प्रत्येक वाढणाऱ्या वृक्षाला एका दुसऱ्या वृक्षाची मदत करावी लागते. जरी बागेत असे करणे आवश्यक नसले तरी सहजयोगात हे आवश्यक आहे. सामूहिक उत्थान कार्य करीत आहे. यात सामील न होणारे मागे पडतील. सामूहिक चेतना प्राप्त करून योग्य व्यक्तीला कोणत्याही रीतीने पूर्ण जागाला बदलण्याच्या या सोप्या पद्धतीविषयी विश्वस्त केले गेले पाहिजे.

सहजयोग्यांनी कधी पैशाची काळजी नाही केली पाहिजे कारण आध्यात्मिक कार्यासाठी आम्ही पैसा घेत नाही आणि परमेश्वराच्या नावावर धन गोळा करणाऱ्यांना आम्ही नाकारतो. कृपया हे लक्षात ठेवा, आपण परमात्म्याच्या साम्राज्यात आहोत आणि ही नागरिकता तुमची प्रत्येक गरज पूर्ण करते. प्रत्येक वेळेस तुम्ही हे अनुभवाल सहजयोगाचे कार्य करताना जेव्हा तुम्ही प्रयत्नशील असाल, कोणत्याही प्रकारे तुम्हाला धन उपलब्ध होईल. एखाद्या बेकायदेशीररीतीने वा बळजबरीने नव्हे, तर कोणत्यातरी आश्चर्यकारक रीतीने हे धन तुम्हाला मिळेल.

सहजयोगी

सहजयोगी ही प्रकाशित व्यक्ती आहे जिला कुंडलिनी जागृती (स्वतः सहजयोग पद्धतीने) द्वारा आत्मसाक्षात्कार मिळाला. ते त्या अंकुरित बी प्रमाणे आहे, ज्यांची आध्यात्मात जिवंत क्रिया सुरू झाली आहे.

सर्व जिवंत कार्ये करणाऱ्या सर्वव्यापक शक्तीच्या (ब्रह्मचैतन्य) लहरींचा अनुभव जोपर्यंत येत नाही तोपर्यंत ते सहजयोगी नाहीत.

आपल्या अंतर्गत, आतील माध्यम आणि कुंडलिनीच्या अवशिष्ट शक्तीच्या पूर्ण ज्ञानाविना ते सहजयोगी नाहीत. आपल्या मध्यनाडी संस्थेवर, कमीत कमी आपल्या बोटांच्या टोकांवर (ज्या दोन्ही सिंपथॅटिक नर्व्हस सिस्टीमच्या अंतिम टोकांवर) त्यांनी परमेश्वराच्या प्रेमाच्या सर्वव्यापक शक्तीची अनुभव (डिकोडींग) घ्यावा. तसेच आपल्या अनुभवाच्या कुटानूवादाचे ज्ञान ही त्यांना व्हायला हवे.

सर्वव्यापक शक्तीच्या ह्या दैवी लहरी प्रत्येक वेळी त्यांच्यात वाहायला हव्या, परंतु जर या लहरी थांबल्या तर त्या पुन्हा चालू करणे आणि आपली कुंडलिनी वर उठवण्याचे ज्ञान त्यांना असायला हवे. सर्वव्यापक शक्तीशी नेहमी जोडले राहण्याची ही पद्धत आहे.

स्वतःच्या आणि दुसऱ्या लोकांच्या चक्रांच्या सूक्ष्म स्थितीचे ज्ञान त्यांना व्हायला हवे. कमीतकमी दुसऱ्यांना आत्मसाक्षात्कार देण्याची शक्ती आणि त्यानंतर त्यांचे चक्र साफ करून त्यांना शारीरिक, भावनात्मक, मानसिक आणि आध्यात्मिक हितकारी वाढ देणारी शक्ती त्यांच्यात असायला हवी.

सहजयोग्यांचे बाह्यरूप हे आंतरिक शांती, दिव्य करुणा, आदर्श, त्यांची प्रगल्भता तसेच आनंदी जीवन व्यक्त करणारे असले पाहिजे

आपल्या दैवी परिणामस्वरूपाने सहजयोगी आतून चारित्र्यवान, कायदा मानणारा, ईमानदार, विवेकशील, बुद्धिमान आणि अत्यंत प्रेमळ बनतात.

विना सामूहिक व्यक्ती सहजयोगी नसते. परिपूर्ण होण्यासाठी (आपल्या चेतनेत, मध्य नाडी संस्थेवर आतून अनुभवातून समजून घेणे की तो विराटाचा अंग-प्रत्यंग आहे) आपल्या दिव्यतेचा अनुभव करणे त्याच्यासाठी बाकी आहे. सूक्ष्मचे विराटात परिवर्तन होते. सामूहिक चेतना विकसित झाल्यावर सहजयोग्याला स्पष्ट रूपाने आपल्या बरोबरच्या मनुष्याच्या आंधळेपणाचे ज्ञान होते. आपल्या देशातील आणि मोठ्या प्रमाणात सर्व जगातील समस्यांचे वास्तविक रूप तो ओळखतो. आपल्या विवेकबुद्धीने तो आपल्याबरोबरची माणसे, आपले राष्ट्र तसेच सर्व जगाची नाशकारक, हास्यपूर्ण मूर्खता आणि आक्रमक अत्याचारांना समजू शकतो व आपल्या प्रेमाच्या दिव्य शक्तीने त्यांना ठीक करण्यासाठी कार्य करतो.

आपली तसेच आधुनिक शोषणामध्ये बांधले गेलेल्या सहसोबती माणसांची चिंता सामूहिक समस्यांच्या नव्या क्षेत्रात दर्शविली जाते. त्याचे दहा धर्म आचरणांच्या (अंतर्गत शाश्वत पवित्र धर्म) जागृतीनंतर त्याच्या आत सहजयोग संस्कृतीचे अनुकरण करण्याचे धैर्य विकसित होते आणि तो चोहोबाजूंनी घेरलेल्या असत्याच्या बंधनातून या प्रकारे मुक्त होतो की जसे कमळ चिखलातून मोकळे होते.

वास्तविक तो खऱ्या धर्माच्या दैवी प्रकृतीने बांधला गेला आहे. तो इतरांसारखा आता नाही जो विशेष धर्माशी संबंधित राहून त्याच्या विरुद्ध अपराध करू शकणाऱ्या व्यक्तीसारखा राहत नाही. सहजयोगी आपल्या चेतनेत हे स्पष्टपणे जाणवतो की सर्व बाह्य धर्मांचा (जरी प्रथम भेट असली तरी) मूळ उगम एकच आहे आणि हे सत्य आहे व पवित्र आहे.

सहजयोगाच्या जिवंत क्रियेने जसजसा तो आपल्याला शुद्ध करतो तसतसा तो सर्व धर्माच्या एकतेला शोधतो. म्हणून कोणत्याही धर्म वा जातीशी सहजयोगी संबंधित राहिला तरी त्यांना वर्णभेदवाद वा जातीवादाची कोणतीही समस्या राहत नाही.

वास्तविकता ही त्याचेसाठी अती सुंदर, आनंदमय आणि चमत्कारपूर्ण असते. परमात्म्याच्या कृपेने तो पूर्ण संरक्षण, शांती व आनंदाची अनुभूती घेतो.

त्याचे आरोग्य अतिशय सुंदर होते आणि तो लहरींच्या दिव्य पद्धतीने दुसऱ्याला रोगमुक्त करण्याचे जाणतो. हळूहळू तो पूर्ण निरोगी होतो. नकारात्मक शक्तीपासून आपले रक्षण करणे त्याला जमते. योग्य-अयोग्य, सत्य-असत्याचे ज्ञान त्याला होते आणि सहजयोगाची धर्मपरायणता आणि सद्‌गुणाच्या मार्गाचा आनंद घेण्यास तो समर्थ बनतो.

सहजयोग्यामध्ये सौंदर्यदृष्टी प्रदर्शित करण्याची नवी प्रतिभा तयार होते पण तो स्वतःच्या फायद्याकरिता, दुसऱ्याचे शोषण करण्याकरिता वापरत नाही. त्याच्या व्यापारात वा उद्यमात त्याची प्रकाशित बुद्धी वापरायची असते, जी स्वार्थी नाही, संकोची वा अंकुश ठेवणारी नाही. एका अशा मस्तकाची अभिव्यक्ती जे स्पष्टपणे दुसऱ्यांचा विचार करते. तो आदर्शवादाच्या गतीचा आनंद घेतो कारण त्याला समजते की हे आदर्श, व्यापार जगात तात्पुरते व्यावहारिक परिणाम दाखवितात. सहजयोगी एकमेकांप्रती पूर्णपणे निष्कपट होतात व काही आशा न धरता त्यांच्यात परस्पर प्रेम, विश्वास आणि आदर होतो. अनेक प्रकारच्या फुलांसारखे ते सर्व सहजयोग्यांना समजतात. ते सर्व दुसऱ्या लोकांच्या भिन्न गुण, प्रतिभा आणि व्यक्तिमत्त्वाचा आनंद घेतात.

सहजयोगी एकाच कुटंबाचे सदस्य आहेत आणि या परिवाराच्या प्रत्येक वृद्ध, तरुण वा लहान सदस्यांचे संपूर्ण रक्षण सामूहिकतेलाच करायला पाहिजे.

संघटन करून, बळजबरी करून, ताकदीने सहजयोगी कार्यान्वित होऊ शकत नाही. विकासाच्या जिवंत प्रक्रियेच्या माध्यमातून याला कार्य करायचे आहे. बी अंकुरीत झाल्यावर ते जसे प्रकाशाकडे आपला मार्ग शोधीत प्राकृतिक रूपाने मोठा वृक्ष बनते, त्याप्रकारे कुंडलिनीची जागृती झाल्यावर व्यक्ती स्वत: विकसित होत जाते. या प्रकारे अंतर्गत पवित्र धर्माची (विश्व निर्मल धर्म) अभिव्यक्ती सहजयोग्याच्या व्यक्तिमत्वात व त्याच्या बाहेरही होते.

गहनता प्राप्त करणाऱ्या लोकांनी (सहजयोग्यांनी) आपला आळस, बंधने, अहंकार आणि अज्ञानाशी संघर्ष करतांना अन्य लोकांना विवश करू नये. आपल्या इच्छा आणि सत्यसाधनेद्वारा पूर्ण क्षमतेने उंच स्तरावर उठण्याची संधी सर्वांना दिली गेली पाहिजे.

सहजयोगात आल्यानंतर काही दिवसांनंतरही जे लोक दुष्चरित्र, ढोंगी, घमेंडी, निर्दयी, अत्याचारी, असत्यवान, कपटी, पैश्याचे लालची आढळले तसेच जे असभ्य व्यवहार करणारे वा कपड्यांच्या फॅशनमध्ये वाहून जाणारे, उद्योगाच्या हातातील बाहुले झालेले, अर्वाच्य भाषा बोलणारे, पुरुष किंवा स्त्रियांशी प्रेमचाळे करणारे, पती-पत्नीखेरीज दुसऱ्यांशी यौन संबंध ठेवणारे, विना प्रयास किंवा विचार न करता अंधविश्वासात फसलेले, एखादा पंथ आणि अगुरूचा अंधविश्वास, नीच वा संकोच स्तरावरील व्यवहाराचे अनुकरण करणारे हे सर्व सहजयोगात टिकू शकत नाहीत, जरी त्यांनी सहजयोगात येऊन स्थिर राहण्याचा प्रयत्न केला तरी. सहजयोगात पैसे कमावणारे लोक, जे परमात्म्याचा व्यापार करीत आहे त्यांना आतली केंद्रीय शक्ती (सेंट्रीफ्युगल फोर्स) सहजयोगाच्या बाहेर फेकून देते.

सहजयोगात कुटील व खेळखंडोबा करणाऱ्या लोकांची, जे अन्य सहजयोग्यांच्या शक्तीचे शोषण करण्याकरिता नकारात्मक कार्य करीत आहेत, आत्म्याच्या प्रकाशात सहज त्यांचे बिंग फुटते व ते स्वत:च

सहजयोगाच्या बाहेर फेकले जातात. कधी कधी त्यांना सहजयोग सोडण्यासही सांगितले जाते आणि मग काही दिवस बाहेर राहून त्यांना समजते त्यांनी काय गमावले आहे व ते वास्तविकरीत्या सुधारण्याचा प्रयत्न करतात. अशा लोकांना सहजयोगात परत येण्याची संधी प्रेमपूर्वक दिली पाहिजे. बाहेर जाणारे लोक निश्चितच सहजयोगाला बदनाम करण्याचा प्रयत्न करू शकतात. याप्रकारच्या प्रचाराने कोणीही चिंतित होऊ नये किंवा त्रास करून घेऊ नये, कारण आपण आता परमेश्वराच्या साम्राज्यात आहोत आणि आमच्या आणि सहजयोगाच्या विशाल विकासाला खोटेपणा वा आक्रमण प्रभावित करू शकणार नाही. याप्रकारच्या सर्व आक्रमणाची प्रतिक्रिया खरं तर आपल्या हितासाठी होते, कारण पृथ्वीवर परमात्म्याचे साम्राज्य आणण्यासाठी दैवी शक्ती प्रत्येकवेळी आपल्याला मदत करीत आहे.

ज्याच्याजवळ सत्य शोधण्याची जिज्ञासा नाही, त्यांचेवर सहजयोग्यांनी आपली शक्ती व्यर्थ वाया घालवू नये. खऱ्या जिज्ञासूला सत्याच्या शोधासाठी प्रत्येकवेळी मदत केली पाहिजे. हे गृहीत धरून की तो अजूनही जिज्ञासेच्या कृमिकोषात (स्वत:च्या जाळ्यात) अडकलेला आहे आणि अगुरू, धनपिपासू कथित धर्म जो वर उत्थान करू शकला नाही, जे मुख्य तत्त्व वा आधार आहे अशांना त्यांनी बनविलेल्या समस्येतून अत्यंत स्नेहाने वाचविले जाऊ शकते.

सहजयोग्यांची मुळे, जी दैवी पावित्र्यात गुंतली आहेत, त्यांनी काळजी करण्याचे कारण नाही. भ्रमाच्या सागरात त्यांना समुद्रात तरण्यायोग्य जहाजाप्रमाणे पाहिजे.

प्रत्येकात व सामूहिकतेत देवत्वाच्या आणि विश्व निर्मल धर्माच्या सर्व नियमांचा सन्मान केला पाहिजे व कार्यान्वित केले गेले पाहिजे. जर तुम्हाला

वाटत असेल तुमचा नेता तुमची मदत करत नाही तर तुम्ही तुमचे केंद्र शहर वा देशाच्या प्रश्नांविषयी विश्व लिडर्सला सूचित करू शकता.

सहजयोगी अती विवेकशील आणि प्रत्येक क्षेत्राचे ज्ञानी बनतात. त्यांना सर्व शास्त्र, भूतकाळातील सर्व गुरूंचे अवतार, ऋषी आणि आत्मसाक्षात्कारी व्यक्तींचे ज्ञान असायला हवे. अध्यात्माचा इतिहास कशाप्रकारे विकसत होऊन या सहजयोगाच्या (सहस्रार) पातळीवर पोहोचला, जिथे शेवटी भेदन घडले, याचे सर्व ज्ञान तुम्हाला अवगत व्हायला हवे. इतकेच नाही तर सर्व आत्मसाक्षात्कारी आत्म्यांनी ज्यांनी दैवी व आध्यात्मिकतेच्या विषयासंबंधी लिहिले, त्यातून सहजयोग्यांना शोधून काढावयाचे आहे. शास्त्रांच्या शोधातून ते सुंदर सत्य, जे बुद्धिमान मस्तक प्रकट करू शकते, सहजयोग्यांनी शोधले पाहिजे हे दाखविण्यासाठी की सर्व धर्मांचा जन्म आध्यात्मितेच्या एकाच मूळापासून झाला आहे. धर्मामध्ये झगड्यांचा शेवट केला पाहिजे.

म्हणून सहजयोग्यात एक प्रकारचे अनेकत्व जागृत होते आणि ते धर्माच्या सर्व बाबींकडे आणि धर्म चालविणाऱ्यांचा सन्मान करते त्याला याचे ज्ञान व्हायला हवे की कशाप्रकारे या गोष्टीचे ज्ञान व्हायला हवे की कशाप्रकारे ही सर्व अवतरणे आणि गुरू सूक्ष्म केंद्राशी जोडले गेले आहेत. हे सर्व सोप्या रीतीने समजू शकते. काही महिने याचा अभ्यास केला जाऊ शकतो आणि लोकांवर याचा प्रयोग करून प्रमाणित केले जाऊ शकते.

सहजयोगात जिवंत प्रक्रिया काम करते. मनुष्याला समजण्यासाठी एक मोलाची गोष्ट ही आहे की जिवंत प्रक्रिया स्वत:च प्रकट होते आणि आपला सुंदर विकास प्रकृतीला प्रदान करते. याप्रकारे हे मानवात ही कार्य करू लागते. प्रकाशित होण्याअगोदर मानव एक अर्थहीन बीजाप्रमाणे असतो. पण अंकुरित झाल्याबरोबर हे कार्य करू लागते आणि प्रकृती त्याची देखरेख करते. ज्या सहजयोगींमध्ये ही जिवंत प्रक्रिया प्रथम सुरू झाली, तिची

देखरेख करणारी सर्वव्यापक शक्ती ही वस्तुतः प्रकृतीची देखरेख करते. जसे आपण समजतो, मनुष्य काही जिवंत कार्य करू शकत नाही. एका मृत वस्तूतून दुसरी मृत वस्तू बनवून तो अहंकाराने भरून जातो. परंतु एक सहजयोगी विनासायास समजू शकतो की तो आता आपल्या शक्त्या प्रकट करीत आहे आणि जेव्हा तो त्या शक्त्यांचा प्रयोग करतो त्या अधिक विस्तृत व खोल असतात आणि प्रत्येक कार्यात त्याला अधिक विश्‍वास प्रदान करते.

विश्‍वास आंधळा नाही. विश्‍वासावर प्रयोग केले गेले आहेत आणि याला बोटांच्या टोकावर पडताळून पाहिले आहे. शास्त्रात वर्णिलेले सत्य तुम्ही जाणू शकता. आता काही काळ तुम्ही आपल्या प्रगतीवर ध्यान द्या, तुमच्या शुद्धीवर लक्ष द्या. तेव्हा स्वेच्छेने तुमच्याजवळ आत्मसाक्षात्कार मिळविण्याकरिता इच्छुक लोकांवर तुमचे चित्त टाका. परंतु प्रत्येक क्षणी जाऊन त्यांना येण्यासाठी म्हणून नका, ना त्यांची याचना साक्षात्कार मिळविण्यासाठी करा. परमात्म्याच्या साम्राज्यात अशा लोकांसाठी कोणतेही स्थान नाही. केवळ विकासाचे इच्छुक आणि विकसित होण्यासाठी जिज्ञासापूर्वक प्रयत्नशील लोकांकडेच व्यक्तीने चित्त द्यायला पाहिजे. कारण मानवाचे उत्थान वा पतनाचा मार्ग अडविण्यासाठी दिले गेलेल्या स्वातंत्र्याचा आम्ही अवश्य सन्मान केला पाहिजे.

नकारात्मक शक्त्या आणि लोकांपासून स्वतःला सुरक्षित ठेवा कारण त्यांना वाटते की त्यांना आव्हान दिले गेले आहे. असत्याचे पाठबळ असणारे लोक तुमच्यावर नाराज होतील आणि तुम्हाला हानी पोहोचविण्याचे काम करतील, जोपर्यंत शक्य आहे. होईल तोपर्यंत जाहिरात करू नका, जेणेकरून लोक तुमच्यावर हल्ला करणार नाहीत. दुसऱ्यासोबत स्पर्धा वा ईर्षा यात फसू नका. जर तुम्ही चांगले सहजयोगी आहात, तर तुम्ही स्वतः तुमच्या

जीवनाशी समन्वय कराल आणि दुसऱ्यांना त्रास देणार नाही.

दैवी आणि अंतर्गत पवित्र धर्माच्या (विश्व निर्मल धर्म) सर्व सिद्धांताचा सन्मान केला जावयास हवा आणि एका सहजयोग्याच्या जीवनात आणि सामूहिकतेत त्याची अभिव्यक्ती व्हायला हवी. आत्मसाक्षात्कार देण्यासाठी वा सहजयोग पद्धतीने रोग मुक्त करण्यासाठी सहजयोगी काही पैसे घेऊ शकत नाही. नेता जर काही धन जमा करत असेल तर त्याची सूचना विश्वनेत्याला दिली जावी.

गृहस्थी, कौटुंबिक कार्य वा दिनचर्येच्या दैवत्वाच्या विशेष गुणाची अभिव्यक्ती व्हायला हवी. ज्याप्रमाणे -

सत्य, अहिंसा, दिव्य प्रेम जे स्वामीत्वाच्या भावनेशिवाय असेल पण आरोग्यवर्धक असेल, आदरणीय व्यक्तींविषयी आदर, माता-पिता, बुजुर्ग, देशाच्या कायद्याप्रती सन्मान, सर्व धर्म आणि त्यांचे संस्थापकांप्रती सन्मान, आपले पावित्र्य, भद्रता, उदारता, आत्मसन्मानाचा आदर, सत्य आत्मसात करून त्याला मदत करण्याचे धैर्य, नि:स्वार्थ भावाने सहजयोगाच्या प्रचाराचा प्रयत्न, प्रामाणिकपणा, धर्मनिष्ठपणा, मध्यमार्गात संतुलन, दिव्य शक्ती व सहजयोगाचे ज्ञान, नम्रता, माधुर्य, क्षमा, संपूर्णता, प्रतिद्वंद्विता, विहीनता, आध्यात्मिक सुखात आनंद, वस्त्र, भाषा, सहनशक्ती आणि व्यक्तित्वात साधेपणा, शालीनता, ध्यानधारणेत परिश्रम.

सहजयोगी सदा आनंदीत असतात. ते कंटाळत नाहीत. त्यांच्या डोळ्यात चमक असते आणि चेहरे फुलांप्रमाणे ताजे टवटवीत असतात. ते स्वच्छ असतात. आपली आणि आपल्या आश्रमाची स्वच्छता ते काळजीपूर्वक करतात.

सहजयोगात नेता

नेता बनण्यासाठी सहजयोगी बनण्यापेक्षा अधिक वरची परीक्षा आहे कारण नेत्याला असा आदर्श बनायला लागेल, ज्याचे अनुकरण लोक करतील. सहजयोगाचे पूर्ण ज्ञान आत्मसात करावे लागते आणि त्यात दक्ष राहायला हवे. कुंडलिनी जागृती पद्धतीने पूर्ण धैर्य आणि प्रेमाच्या सोबतीने दुसऱ्यांना आत्मसाक्षात्कार मिळण्यासाठी आणि त्यांचे नेतृत्व करण्यासाठी तुम्हाला एक सुंदर प्रेमळ धैर्य विकसित करायला हवे.

म्हणून केंद्रात संचालकांचे दुसऱ्या योग्यांबरोबर असे वर्तन असायला हवे, ज्यातून समजेल की तो हृदयातून नेतृत्व करीत आहे, केवळ तोंडाने जमाखर्च करीत नाही.

संचालक शांततेने ऐकणारा असावा, टीका करणारा किंवा एकदम कोणत्याही निष्कर्षावर पोहोचणारा नसावा.

केंद्र वा व्यक्तीची अवघड समस्या त्वरीत सोडविण्याची योग्यता संचालकात असायला हवी.

समस्यांचे कारण आणि प्रेम तसेच काळजीपूर्वक त्याचे उत्तर शोधण्यासाठी त्याने सतत प्रयत्नशील राहिले पाहिजे.

प्रत्येक सदस्याबरोबर त्याचा दाट परिचय असला पाहिजे.

संचालकाला हे हवे की आपल्या चुका योग्य आहेत असे समजू नये कारण असे करण्याने ते सत्य न राहता तकलादू होऊ शकते.

संचालकाने सर्वप्रथम स्वत:ला बघून अशा रीतीने शुद्ध केले पाहिजे की भाषण देण्याऐवजी त्याचे पवित्र जीवन सहजरीत्या इतरांना मार्गदर्शनाचा प्रकाश दाखवेल. म्हणून संचालकाने पूर्ण उत्साह आणि आनंदाने सर्व नियमांचे पालन केले पाहिजे. याचा अर्थ असा आहे की नेत्याने सर्वप्रथम

स्वत:चे नेतृत्व केले पाहिजे व आपल्या सुंदर विचारांचा प्रयोग स्वत:वर केला पाहिजे, म्हणजे त्याला समजेल की दुसऱ्यांना मार्गदर्शन करण्यापूर्वी तो स्वत:शी कसा वागतो.

संचालकाने अत्यंत सक्रीय, कुशल, तत्पर, क्षमाशील, उदार, सन्माननीय आणि प्रेमळ असायला हवे. जर तो आदरणीय नसेल, तर इतर लोकांकडून सन्मानाची अपेक्षा करता येणार नाही.

सहजयोगी निश्चितच त्याचा आदर करतील आणि विश्वास ठेवतील, कारण त्याच्यात सन्मानाचे गुण दिसून येतात. दुसऱ्यांच्या विश्वसनीयतेच्या मूल्यावर आपली विश्वसनीयता संचालकाने वाढवू नये. त्याने नेतृत्वाची लोकशाही पद्धती विकसित केली पाहिजे, जी सामूहिक असेल. संचालकाने आपल्याभोवती 'होयबा' करणाऱ्या लोकांना एकत्र करू नये. आणि खोट्या प्रशंसेसमोर झुकू नये. अडचणींच्यावेळी प्रत्येक सहजयोग्याला संचालकांपर्यंत व्यक्तिगत रूपाने भेटता आले पाहिजे.

विकास प्रक्रिया, जी जीवनप्रक्रिया आहे आणि बी मधून जसा वृक्ष बनतो, त्याप्रमाणे आहे, त्याचे ज्ञान संचालकाला असायला हवे. म्हणून शक्तिप्रयोग वा कपटी गोष्टी या ज्ञानाला कार्यान्वित करू देणार नाही. याउलट या प्रकारच्या गोष्टी या जिवंत प्रक्रियेच्या मार्गात बाधा आणू शकतात. त्याची हत्या ही करू शकतात. अंतरावलोकन करून आपल्या आतील सुंदर अभिव्यक्तीची स्वाभाविक प्रक्रिया बघणे नेत्यासाठी सर्वोत्तम मार्ग आहे.

तुमच्या आसपास वादळ वा वाईट स्थिती असेल तर शांत व्हा आणि स्वत:ला शांतीच्या धुरेवर प्रस्थापित करा. संचालकाला हे ज्ञान हवे की आम्ही एक अवस्था प्राप्त केली आहे, जिच्याद्वारे आम्ही शांतीच्या केंद्रबिंदूवर आमचे चित्त टाकू शकतो. संचालकाला याचा वारंवार अभ्यास करून त्यात कौशल्य प्राप्त करायला हवे. नेत्याने आपल्या प्रयोगातून,

पुराव्यातून हे सत्य मानले पाहिजे की, आता आपण परमात्म्याच्या साम्राज्यात आहोत आणि परमात्म्याप्रती प्रेमशक्ती, परम चैतन्य पूर्णपणे कुशल आहे आणि याचे ज्ञान पूर्णपणे प्राप्त केले जाऊ शकते.

हळू हळू कार्य करणाऱ्या दिव्य प्रेमाच्या अनुभवातून एक अती शक्तिशाली समूह बनून जातो. प्रेमाने एक दुसऱ्यांशी जोडून राहतील आणि सामूहिक शक्तीला जिवंन शक्तीच्या रूपात ओळखाल. संचालकाने अन्य लोकांप्रमाणे रहावे व बनावे. हे जाणून की सामान्य राहणेच विशेष असेल आणि त्याला विशेष बनायचे नाही. संस्कृत भाषेत 'सामान्यः असामान्यः' चेतना हे नेतृत्वाच्या योग्यतेचे मूळ आहे.

म्हणून संचालकाला हवे की त्याने गोष्टीबाबतच्या आपल्या चेतनेच्या विकासाकडे काळजीपूर्वक बघावे. हे काम अगदी सहज आहे. कारण तुम्ही तुमच्या कुंडलिनीवर निर्भर राहू शकता. जितक्या सूक्ष्म भागाची चेतना हवी असेल त्यासंबंधी ती तुम्हाला अवगत करील. चित्त त्या ठिकाणी नेण्याच्या तुमच्या शक्तीच्या प्रयोगाने ज्या क्षेत्राचे ज्ञान तुम्ही मिळवू इच्छिता, मिळवू शकता. हे कार्यान्वित होईल. एक नेता या रूपात चित्ताच्या या कार्यपद्धतीत कौशल्य प्राप्त करू शकतो आणि शिवाय आपल्या कुंडलिनीच्या माध्यमातून दुसऱ्या सहजयोग्यांच्या चित्ताचे संचलन करण्याचे कौशल्य प्राप्त करणे शिकू शकतो.

संचालकाने भावनांना तीव्रतेने भडकवू नयेत, परंतु कोमलतेने योग्यांच्या भावना वर येऊ द्याव्यात आणि आपोआप त्यांना शांत होण्याची आज्ञा द्यावी. एखाद्या गोष्टीवर जर सहजयोगी नाराज झाला व तुम्ही जाणता की त्याचा राग योग्य आहे, तर सर्व समस्या समजून घेण्याचा प्रयत्न करावा. अचानक आणि त्याच कारणाने नाराज होण्याचे नाटक तुम्हीही करा. अचानक त्याच्या गरम डोक्यावर थंड पाणी टाकू नका, त्याच्यासोबत बसून

नाटक करून त्याला समजावून सांगा. मग शांत करा. त्यानंतर त्याच्याबरोबर बसून प्रश्नाचे उत्तर शोधण्याचा चांगला मार्ग निश्चित करा.

या दिव्य शक्तीचा प्रयोग कशाप्रकारे करायचा याचे ज्ञान हीच कार्यपद्धती आहे आणि तिची अभिव्यक्ती आणि सन्मान झाला पाहिजे. संचालकाचे समूहातील कोणत्याही व्यक्तीच्या मागे लागण्यात वा तिच्याशी भांडणाच्या सीमेपर्यंत पतन नाही झाले पाहिजे. कारण आत्म्याचा प्रकाश, जो क्षमेचा सागर आहे, तेच तुमचे शस्त्र आहे.

संचालकाने शांतपणे मागे हटले पाहिजे आणि दयाळू बनले पाहिजे. तुमची शांतता, निश्चित समूहाच्या कोणत्याही रागावलेल्या सदस्याला शांत करील. म्हणून संचालकाला शांत राहण्याची दिव्य शक्ती त्याचे कार्य सांभाळेल.

सहजयोग बुद्धीने समजून घेतला पाहिजे आणि हृदयातून त्याचा अभ्यास केला पाहिजे. काही लोकांमध्ये याच्या उलट आहे. ज्ञानाच्या विषयात कुणी पाखंडी नको. समूहात जर कुणी व्यक्ती एखादी सूक्ष्म गोष्ट शोधून काढीत असेल वा अनुभव करीत असेल तर संचालक आणि पूर्ण समूहाने त्याचे ऐकले पाहिजे.

संचालकाने स्वत:ला समजून घ्यावे व कोणत्याही बाबतीत खुशामतीमध्ये फसू नये. अयोग्य बाजू घेणाऱ्या लोकांना त्याने जवळ ठेवू नये. नेत्याने हे पहावे की त्याची संपूर्ण मान्यता आणि दैवी अनुभव अखंडीत ठेवावेत. त्याचे सादरीकरण करू नये वा त्यावर आपला रंग चढवू नये. सहजयोगाच्या शिकवणीने स्वत:ला श्रेष्ठ सिद्ध करण्याचा प्रयत्न त्याने करू नये आणि कधीही सहजयोगाला शब्दाच्या जंजाळात फसवू नये. नेत्यात दिखाऊपणा वा प्रदर्शन भाव नसावा. हे त्याला आंतरिक रूपाने वास्तविकतेपासून आणि मानवाच्या महान उद्धाराच्या कार्यापासून दूर नेईल.

संचालकाने आपल्या समूहाचे पालनपोषण केले पाहिजे आणि प्रत्येक व्यक्ती वा सामूहिकतेच्या दैवी विकासासाठी प्रयत्नशील असायला हवे.

एखाद्या व्यक्तीला न सांभाळण्याच्या स्थितीत नेत्याने जागतिक नेत्याला सूचित करावे. जागतिक नेत्याच्या अनुमतीशिवाय कुणाला समूह सोडण्यास वा परत येण्यास म्हणू नये.

वर्षभरातील ऋतुंप्रमाणे समूहाच्या सदस्यांची सहमती व काळजी, संचालक शांतपणे अनुभवू शकतो. सहजयोग एक जिवंत क्रिया आहे. त्यामुळे एखाद्या अनुभवी माळ्याप्रमाणे याला कार्यान्वित केले पाहिजे. जर फुलाप्रमाणे एखादी व्यक्ती कोमेजली असेल तर त्याचे मूळ कारण शोधून त्या व्यक्तीची मदत केली गेली पाहिजे. कधी कधी पूर्ण बागेवर आक्रमण होऊ शकते म्हणून वास्तविक समस्या शोधून सहजयोग पद्धतीने तिचे निराकरण केले पाहिजे.

एक निष्कपट व स्पष्ट समूहाच्या निर्मितीसाठी नेत्याने प्रयत्नशील असायला हवे. फारच कमी नियम व अटी ठेवून या जिवंत क्रियेत मदत करणे व तिला प्रकाशित करणे त्याचे कार्य आहे. बरेच अधिक नियम स्वातंत्र्य व जबाबदारी कमी करतात. इतकेच नव्हे बळाचा वापर सहजतेला घटवतो. लक्षात ठेवा, समूहाच्या सर्व व्यक्ती योगी तसेच साक्षात्कारी व्यक्ती आहेत. बनवाबनवी टाळण्याच्या गोष्टीला जन्म देते. प्रत्येक कायदा एक भगदाड तयार करतो.

संचालकाच्या चेतनेच्या प्रकाशात पूर्ण समूह एक इमानदार, स्पष्ट, प्रेमळ, हितकारी रूपात काम करतांना विकसित होईल. सर्व सदस्यांची वर्तणूक परस्परांशी, संचालकांशी, समाजाच्या अन्य घटकांशी अत्यंत शांत व करुणामय होईल.

पाण्याप्रमाणे, जो खडक कापण्यास समर्थ असतो, परंतु जो स्वत: कापला जात नाही, नेत्याला मृदूभाषी परंतु दृढ असायला हवे. आपण सर्व एकाच

विराटाचे अंग-प्रत्यंग, एकच शरीर आहोत, याचे ज्ञान संचालकाला हवे. शरीराच्या कोणत्याही भागाला जखम झाली तरी पूर्ण शरीराला वेदना होतात, म्हणून काळजीपूर्वक नेत्याने कुणाचीही बाजू घेऊ नये ना कुणी योग्याच्या भावनांना धक्का बसवावा. सामूहिकता विरोधी सर्व गोष्टी वाईट लहरी निर्माण करतात आणि नकारात्मक शक्ती दृढ होतात आणि याचा स्फोट झाल्यावर सहजयोगविरोधी मोठ्या शक्ती चे रूप घेऊ शकते.

भोजन आणि सुखसोयी संबंधी संचालकाने आग्रही नसावे, त्याने संतुष्ट असावे. सामान्य गोष्टीत त्याने आनंद बघावा. चांगले भाषण देण्याच्या स्पर्धेमध्ये संचालकाने फसू नये. ना कुणावर विचार न करता टीका करण्यासाठी एखाद्या योग्याला प्रोत्साहन द्यावे. नि:संशय बारीकशी मजा आणि मधूर मैत्रीपूर्ण विनोदी, संबंधी, जसे 'टांग खेचणे' अशाचा आनंद घ्यायला पाहिजे. हिताच्या गोष्टी सर्वांसाठी चांगल्या, फक्त एखाद्या व्यक्तीसाठी नाही, हा सिद्धांत लक्षात घेतल्यावर विस्ताराने सर्व कार्य अतिशय सोपे होईल.

सर्व संस्कृतींच्या चांगल्या गोष्टी व धार्मिकता आपल्यात सामावून घेणाऱ्या सहज संस्कृतीचे अनुकरण नेत्याने केले पाहिजे. सामाजिक संस्कृती, राजनैतिक संस्कृती आणि आर्थिक संस्कृती जेव्हा आध्यात्मिकतेपासून दूर जातात त्या आपले संतुलन व मूळ सिद्धांत घालवून बसतात. मध्यात नसल्याने त्यांना विकास प्रवाहाच्या बाहेर फेकले जाईल. सहजसंस्कृती मध्यात आहे, धार्मिक आहे आणि तुम्हाला तुमच्या आध्यात्मिकतेत वर उठवते. संचालकाला वर्तमान आणि भूतकाळातील परंपरागत धर्म, सर्व अवतार, गुरू, ऋषीमुनी आणि सर्व साक्षात्कारी आत्म्यांचे ज्ञान व आदर असायला हवा. कधीकाळी पवित्र धर्म, जे त्यांच्या धर्म मार्गावरून विचलित झाले. त्याचेही ज्ञान संचालकाला असायला हवे. याप्रकारची मार्गभ्रष्टता आत्मसाक्षात्कारी मुनष्य सहजतेने ओळखू शकतो. मार्ग-भ्रष्ट लोक एक

प्रकारच्या बंधनात अडकतात, ज्यात अंधविश्वास निर्माण होतो आणि आध्यात्मिकतेच्या प्रगतीत अडथळा निर्माण होतो. धर्म जेव्हा कुणा एका व्यक्तीला जास्त महत्त्व देतो, विशेषत: तो असे लोक तयार करतो, जे इतर धर्मांचा द्वेष करू लागतात, त्यांच्यावर टीका करतात व दुसऱ्यांमध्ये दोष शोधतात म्हणून ज्या धर्माला ते मानतात, एकमेकांवर टीका करीत आहेत, ते सर्व सारखे आहेत. मनुष्याला हे समजले पाहिजे की त्याने विवेक घालविला आहे, सर्व धर्माचे मूळ एकच आहे. त्यांना अपूर्ण ज्ञान आहे, जे वाढविले पाहिजे आणि सहजयोगाच्या माध्यमातून सिद्ध केले पाहिजे.

प्रत्येक धर्माने सांगितले आहे की तुम्हाला तुमचा आत्मसाक्षात्कार, पुनर्जन्म प्राप्त करायला हवा. परंतु हे लोक आपल्यावर 'आत्मसाक्षात्कारी' वा 'निवडलेले' वा 'निवडून दिलेले' असा शिक्का मारून घेतात आणि आपल्या आंधळेपणाने विनाशाच्या अंधकारात ओढले जातात. हेच कारण आहे की कधी-कधी आपण आश्चर्यचकित होतो, धर्माचा दावा करणारे, काही लोक एक प्रकारच्या पूर्णपणे सडलेल्या समाजाची निर्मिती करीत आहेत. अर्थशास्त्र वा राजनितिशास्त्रापर्यंत परमात्म्यात विश्वास ठेवणारे हे लोक ठीक आहेत, पण काही काळानंतर हे लोक वेगाने मार्ग भ्रष्ट होऊ शकतात कारण शेवटी ही उजवीकडे झुकणारी कार्यपद्धती आहे.

आता जरी ते सर्वशक्तिमान परमात्म्याला 'परमपिता' या रूपात मानतात, पण आदिशक्तीला मानत नाहीत. याचा अर्थ ते आपल्या आईप्रती अपराध करीत आहेत. म्हणजे अनैतिकताच. या प्रकारचे लोक प्रत्येक क्षेत्रात स्वच्छंदी बनून अनैतिकतेत भयंकर रोगांचे वा विकारांचे शिकार बनतील. म्हणून व्यक्तीने सावध राहायला हवे. अशा लोकांवर टीका करण्यापूर्वी नेत्याने पूर्ण समूहाला सांगावे की या लोकांप्रती हितकारी दृष्टिकोन बाळगा कारण त्यांचा नाश अटळ आहे. महान संत आणि महान अवताराच्या काही गोष्टी सांगून यातील अधिकतर लोकांचे रक्षण करण्याचा प्रयत्न करा.

ते कुठे भरकटले आहेत, हे दाखविण्यासाठी नेत्याने साक्षात्कारी लोकांनी लिहिलेली पुस्तके वाचून दाखवावी. नेत्याने असे नाही म्हटले पाहिजे की मी असे म्हणतो. तो खलील जिब्रान वा विल्यम ब्लॅक किंवा अशाच व्यक्तीच्या पुस्तकांचा उपयोग करू शकतो, सिद्ध करू शकेल की धर्मग्रंथात घुसून त्यावर प्रभुत्व मिळविण्यासाठी कशा काही लोकांनी अयोग्य गोष्टी सांगितल्या.

जरी लोक सुशिक्षित आहेत, तरीही धर्माची बंधने अतिशय शक्तिशाली आहेत आणि या धर्मांची शक्ती, म्हणजे नैतिकता, सद्‌गुण वा धार्मिकता नसून विध्वंसकता आहे कारण ते स्वत:ला सर्वोत्तम मानून दुसऱ्यांचा नाश करण्याचा प्रयत्न करतात. या तऱ्हेच्या सूडाची भावना जेव्हा कार्यरत होते, तेव्हा लोकांचा विश्वास धर्म आणि परमात्म्यावरून उठतो. परंतु सहजयोगी जाणतो, की परमात्मा आहे. अन्य सहजयोग्यांच्या उपस्थितीत अशा लोकांना समजावण्यापूर्वी नेत्याने सहजयोग्यांना सूचित करावे की त्यांनी कोणत्याही परिणामाच्या दिशेने उडी मारू नये वा अशी कोणतीही गोष्ट सांगू नये जी प्रथमपासून नरकाकडे निघालेल्या आंधळ्या लोकांना आणखी अशांत करील.

अतिशय ममतापूर्ण दृष्टिकोन ठेवून तुम्ही समजून घ्याल की हे लोक भटकत्या मेंढ्याप्रमाणे आहेत आणि अती करुणा, दया आणि चित्ताने यांचे रक्षण केले पाहिजे. तरीही हे काम अवघड वाटले तर त्यांची चिंता सोडा. त्यांना सोडा, आणि होऊ शकते, एखादे दिवशी ते फारच चांगले बनतील कारण जर कुंडलिनीने त्यांच्या आत कार्य सुरू केले आहे तर ते हळूहळू योग्य रस्त्यावर येतील.

कधी-कधी धर्मांधतेत हरवलेले लोक आपल्या साक्षात्कार वा पुनर्जन्माचे शोधक नसतात. अशा लोकांना नेत्याने आत्मसाक्षात्कारासाठी विवश करू नये, कारण ते अत्यंत अवघड काम आहे. त्यांच्यापेक्षा सहज साधक, जे

उत्सुक आणि प्रामाणिक आहेत, अशांची काळजी घ्या. जेव्हा आपण समजून जाऊ की सर्व अवतरणांचा उगम एकाच स्रोतापासून आहे आणि आपल्या आतून दैवी प्रकाश आहे, तेव्हा डोळे बंद करून कुणावरही विश्वास करण्यापेक्षा वर एक उच्च जीवन आहे. कशाही रीतीने त्यांना समजले पाहिजे की सर्व धर्मांचे मूळ सिद्धांत एकच आहेत. वेगवेगळ्या वेळी ते आले आणि काळानुसार त्यांनी कार्य केले. आत्मज्ञान तर्काहून खोल आहे. तर्क अहं पासून निर्माण होतो. पण पूर्ण ज्ञान आत्म्यापासून येते. आपल्या आध्यात्मिक मूल्यांचा आनंद घेत संचालकाला आध्यात्मिक जीवन व्यतीत करायला पाहिजे. याप्रकारे मध्य नाडीवर त्याचे ज्ञान अधिक वाढत जाईल.

संचालकाला आपला नि:स्वार्थतेचा आनंद घेतला पाहिजे. त्याने तृतीय पुरुषात संबोधले पाहिजे. उदाहरणार्थ त्याने म्हटले पाहिजे, 'कार्य होत आहे, हे कार्य होत नाही. त्याने असे नाही म्हटले पाहिजे, 'मी हे करीत आहे, हे माझे आहे, या माझ्या वस्तू आहेत.' 'माझे' हा शब्द आपल्या शब्दसंग्रहातून काढून टाकला पाहिजे.

संचालकाने स्वत:ला पूर्णपणे विकसित करावे. परंतु आवश्यकता असेल तर विश्व संचालकाचीही तो मदत घेऊ शकतो. त्याला ते पूर्ण स्वातंत्र्य आहे, जे स्वत:संबंधी निश्चय करण्यासाठी पूर्ण जबाबदारी त्याला देते. परंतु जर त्याला आवश्यक वाटत असेल तर तो अशा स्थितीत इतर नेत्यांची वा विश्व नेत्यांची मदत नि:संकोचपणे घेऊ शकतो कारण ते सर्व आपले आहेत आणि विराटाचे अंग-प्रत्यंग आहेत. संचालकाने धनपिपासू वा भोगवादी व्यक्ती नसायला हवे. त्याने कठीण, आक्रमक किंवा भौतिकवादी गोष्टींची मागणी करणारा असू नये, उलट त्याने त्याच्या वस्तू व पैसे लोकांना भेट वा मदतीच्या स्वरूपात द्यायला हव्यात. आधुनिक भौतिकवादी समाज त्याचा आदर्श कधी व्हायला नको. संचालकाने अतिशय स्वच्छ आणि कलात्मक

जीवन व्यतीत केले पाहिजे.

जगातील सहजयोगाचा विकास आणि घडणाऱ्या घटनांचे ज्ञान संचालकाला असायला हवे.

वृत्तपत्रांची कात्रणे त्यांनी ठेवली पाहिजे. वृत्तपत्रे जर सहजयोगावर टीका करीत असतील तर त्याच्यावर लक्ष ठेवले पाहिजे. एका दृष्टीने हे चांगले आहे की आमच्या त्रृटीकडे आम्ही बघू शकतो. परंतु वृत्तपत्र प्रामाणिक नसेल तर त्याची चिंता आम्हाला करण्याची गरज नाही. औषधे, कृषी, विज्ञान, संगीत, कलाकुसर, साहित्य, नाट्य, काव्य, व्यापार, शिक्षण आणि शाला, फोटोग्राफी आणि वास्तुकला या सर्व क्षेत्रात सहजयोगाचे यशस्वी प्रयोगाविषयी काळजीपूर्वक लिहिले जाणे आवश्यक आहे.

सहजयोगाच्या चमत्कारांचेही रेकॉर्ड ठेवले जावे आणि त्याची सूचना विश्व नेत्यांना दिली जावी.

चमत्काराच्या फोटोंविषयी सूचना दिली जावी आणि ते दाखविलेही जावयास हवे. परंतु जे सत्याचे साधक नाहीत, अशा लोकांना ते दाखविले जावू नयेत.

काही सहजयोगी नेता होते, तरीही त्यांना सहजयोग सोडावा लागला. त्यांच्यापैकी काही हुकूमशहा बनू लागले होते आणि आपल्या इच्छेने पैसा गोळा करू लागले होते. काही नेत्यांची विषयासक्ती ही दुर्बलता होती ज्यामुळे त्यांना सहजयोग सोडावा लागला. काही आपल्या त्या पत्नींचे शिकार झाले, ज्या ना सहजयोगात होत्या आणि ना सहजयोगींच्या गुणांजवळ होत्या.

आपल्या व्यक्तिगत गरजांसाठी अशा स्त्रियांनी आपल्या पतींवर आणि समूहावर प्रभुत्व जमविले. याप्रकारच्या स्त्रिया, मिसेस शियांग हाय शेक वा

मार्कोच्या पत्नीसारख्या होत्या. या त्या स्त्रिया आहेत, ज्या मंचावर आपले प्रभुत्व जमवून आपल्या पतीच्या हातून सत्ता खेचण्याचा प्रयत्न करतात आणि याप्रकारे आपला प्रभाव टाकू पाहतात. तसे पाहिले तर त्यांच्यात त्या मंचावर असण्याचे ना सामर्थ्य आहे ना योग्यता.

संचालकांशी विवाहित असणाऱ्या सहजायोगिनींचे कर्तव्य आहे की, सर्वप्रथम तिला समजले पाहिजे की ती पूर्ण समूहाची आई आहे आणि अती क्षमेच्या स्वभावाने समूहाची काळजी घ्यायची आहे. समजा समूहाच्या कुणा सदस्याचे सहजयोगात वागणे नेत्याला पसंत नाही. पत्नीचे कर्तव्य आहे की त्या व्यक्तीशी खास करून बोलून कोमल आणि मातृभावाने त्याला समजवावे की त्याने आपली वर्तणूक सुधारण्याचा प्रयत्न करावा आणि आपल्या प्रयत्नांनी कोमलतेतून ध्यानधारणा करीत दिव्यत्वापर्यंत पोहोचवीत एखाद्या विशिष्ट समजूतीपर्यंत पोहोचावे.

तिने (नेत्याच्या पत्नीने) सहजयोग्यांच्या सुख-सुविधा, भोजन, कपडे आणि इतर सर्व गोष्टींची देखरेख करावयाची आहे. परंतु असे करण्याऐवजी जर ती सहजयोग्यांचा नोकरासारखा उपयोग करू लागेल किंवा आपल्या गरजेनुसार त्यांचा उपयोग करू लागेल, सहजयोग्यांच्या पैशाला एखाद्या विशिष्ट हेतूसाठी उपयोगात आणत असेल तर अशी स्त्री लिडरची पत्नी बनण्यास पूर्णपणे अयोग्य आहे. अशा लिडरने त्वरीत माहिती करून घ्यायला पाहिजे की त्याची पत्नी काय इच्छिते आणि तेव्हा तिला स्पष्ट शब्दात सांगावे, की याप्रकारच्या गोष्टी त्याला पसंत नाहीत आणि जर ती असे करीत राहिली तर तो नेतेपदाचा त्याग करेल. काही काळानंतर सांगूनही जर त्याची पत्नी मानीत नसेल तर हे चांगले होईल की त्याने विश्व नेत्याला हे सूचवावे आणि नेतेपदाचा त्याग करावा.

याप्रकारच्या दोन-तीन स्त्रियांमुळे आम्हाला फारच त्रास झाला. या स्त्रिया अत्यंत चरित्रहीन, स्वार्थी आणि ईश्वरविरोधी होत्या. सुरुवातीला त्या जेव्हा

त्यांची लोकप्रियता वाढविण्याच्या मागे असतात, अशा स्त्रिया लोकप्रिय होऊ शकतात आणि मग समूहावर किंवा एखाद्या व्यक्तीवर त्या राक्षसासारख्या स्वार होतात. हे शक्य आहे कारण त्या स्त्रिया साधक नसतात. ज्याप्रकारे त्या वागतात आणि कार्य करतात आणि सहजयोग्यांशी खेळखंडोबा करतात, मला तर वाटते कुणी सैतानाने त्यांना तेथे नेमले आहे.

नेत्याच्या पत्नीच्या शक्तीचा मुख्य स्रोत समूहाच्या लिडरच्या हिताच्या दृष्टीने तिचे गहन प्रेम, आणि योगदानाची इच्छा आहे. वैयक्तीकरीत्या लिडर समूहाला वेळ देऊ शकत नसेल, पण त्याची पत्नी वेळ देऊ शकेल. तिने कुणाही सहजयोग्याविरुद्ध बोलले नाही पाहिजे, त्याच्या बाजूने बोलले पाहिजे. परंतु एखाद्या भयावह स्थितीत ती आपल्या पतीला पूर्व सूचना देऊ शकते. पण प्रत्येक वेळी ही तिची जबाबदारी आहे की ज्या धोक्यासंबंधी ती विचार करते, हे केवळ तिच्यासाठी नव्हे तर संपूर्ण समूहासाठी आहे. याप्रकारे परिस्थिती सांभाळली जाऊ शकते.

सहजयोगी संचालकांची मुले देखील या बाबतीत कुणी विशेष नाहीत. त्यांनी स्वत:ला सहजयोग्यांवर लादण्याचा प्रयत्न करू नये. त्यांनी विशेष पक्षपात वा 'प्रिन्स चार्मींग' प्रमाणे व्यवहाराची आशा करू नये. अत्यंत शांततेने सहजयोगाचे कार्य करताना त्या मुलांनी सर्वसामान्यांप्रमाणे राहायला हवे. लोकांच्या नजरेत त्यांनी चढून जाऊ नये. लोकांची दृष्टी चुकवून सहजयोगासाठी त्यांनी याप्रकारे कार्य करायला हवे, ज्याचा प्रभाव समजून घेतला जाऊ शकेल, पण या सुंदर मुलांना, जे आत्मसाक्षात्कारी आत्मा आहेत, कुणी बघू नये.

सहजयोगाच्या संपत्तीसंबंधी संचालकाने भांडण करू नये. त्यांनी हे समजून घेतले पाहिजे की, ही संपत्ती ईश्वराची आहे. म्हणून सामूहिकतेच्या कोणत्याही गोष्टीवर आपला हक्क दाखवू नये. नि:संशय सामूहिकतेच्या वस्तूंच्या पूर्ण यादीची माहिती त्यांना असायला हवी आणि सर्व वस्तू

चांगल्या रीतीने ठेवल्या जाव्यात.

सारे हिशेब पूर्णपणे स्वच्छ आणि स्पष्ट असायला हवेत. विश्व संचालकाच्या अनुमतीशिवाय कुठलेही धन एकत्र केले जाणार नाही. समाजाच्या प्रत्येक सदस्याला सर्व हिशेब दाखविला गेला पाहिजे. सर्व जमाखर्च याप्रकारे व्हायला हवा की सर्व लोक जमाखर्चात तुमची तत्परता आणि प्रामाणिकपणा प्रत्यक्ष बघू शकतील.

लोकांचा एक समूह जी वित्त कमेटी आहे तिच्याकडे पैसे जमा करणे सर्वोत्तम होईल. ही कमेटी पैशावर देखरेख करील आणि खर्च करण्याबाबत निर्णय घेईल. पैशाची जबाबदारी संचालकांवर राहील.

पैसा मनुष्याची दुर्बलता आहे. जेव्हा मनुष्य पैशाकडे बघतो, त्याचा फायदा घेऊ लागतो. म्हणून संचालकाने अशा दुर्बल लोकांकडे लक्ष ठेवावे आणि असे काम त्यांच्यावर सोपवावे ज्यात पैशाचा संबंध नसेल. विकसित होऊन काही काळाने ते अतिशय प्रामाणिक बनून जातील.

दुसरी दुर्बलता आहे स्त्रिया किंवा पुरुष यावर खालीलप्रमाणे उपाय करून नियंत्रण आणता येऊ शकते.

मुलाधाराचे शुद्धीकरण : मुलाधाराची शुद्धी याप्रकारच्या दुर्बल व्यक्तीमध्ये सुधारणा घडवू शकते. परंतु जर एखादी व्यक्ती याप्रकारची आहे तर तिला सहजयोग सोडावयास सांगावे कारण एक सडलेले सफरचंद पूर्ण टोपलीला खराब करून टाकते. असे जरी केले नाही तरी ती आश्रमात राहणाऱ्या सर्व स्त्री पुरुषांना समस्या उभी करू शकते. अपरिपक्व लोकांना सांभाळण्याचा सर्वात चांगला उपाय आहे की त्यांना ब्रह्मचर्याचे पालन करण्यास सांगितले जावे.

सहजयोगात ब्रह्मचर्याचा अर्थ आहे, एक पूर्ण जीवन एका पत्नीबरोबर पूर्ण विश्वासाने व्यतीत करणे. याचा निष्कर्ष असाही आहे की कुणा अन्य स्त्री

कडे न बघता पत्नीसोबत आयुष्यभर राहणे. भविष्यात सहजयोगाचे हे लक्ष्य आहे.

स्त्रियांमध्ये भटकणारे हे चित्त अचानक परत येते आणि आपल्या पत्नीमध्ये चांगल्या गोष्टी शोधू लागते आणि एक चांगले जीवन व्यतीत करण्याची इच्छा बाळगतात. युंग बरोबर असेच झाले आणि तो एकदम आपल्या पत्नीचा मित्र बनला, पूर्ण तऱ्हेने तिच्यावर प्रेम करू लागला आणि हे आत्मसाक्षात्कार झाल्यावरच होऊ शकते.

सहजयोग आणि मुले

खूप मुले आहेत जी जन्मापासून आत्मसाक्षात्कारी आहेत आणि योग्यांच्या घरी जन्मली आहेत. त्यांनी स्वत: आपले मातापिता निवडले आहेत, कारण हे मातापिता त्या मुलांची जीवनपद्धती समजू शकतील.

ही मुले लहान, कोमल, नुकत्याच उगवलेल्या अंकुरा वा रोपट्याप्रमाणे अहेत. आपल्या समूहात ही अशी मुले आहेत, ज्यांना जन्मानंतर आत्मसाक्षात्कार मिळाला. योगी मातापित्यांची अशी काही मुले आहेत, जी साक्षात्कारी नाहीत, परंतु जन्मजात नकारात्मक आहेत किंवा आजी-आजोबा, काका-काकी इत्यादी नातेवाईकांमुळे नकारात्मक होतात. याप्रकारच्या मुलांना शक्यतो माता-पित्यांसह समूहाबाहेर ठेवले जावे, जोपर्यंत ते सहजयोगी बनत नाहीत. मुलांना आई-वडिलांपासून दूर राहण्यासाठी विवश करू नये.

साक्षात्कारी मुलांशी प्रेमाने वागले पाहिजे. मुले प्रेम अधिकरीत्या जाणतात. मुलांना परमात्म्याच्या साम्राज्याचे नागरिक बनावयाचे असल्याने त्यांना मार्गदर्शनाची आवश्यकता असते. सर्वशक्तिमान परमात्म्याच्या नियम आचरणाचे पूर्ण ज्ञान असायला हवे. मुलांना ते योगी आहेत, हे सांगितले पाहिजे आणि त्यांना मान ही राखला पाहिजे. सन्मानामुळे ते आपल्या अस्तित्वाची स्थिती आणि सन्माननीय व्यक्तित्वाप्रती जागृत होतील.

मातापित्यांनी हे ओळखले पाहिजे की ही मुले शिक्षेला पात्र नाहीत कारण ती अतिशय विवेकशील आणि प्रेमळ आहेत. जर तुम्हाला या मुलांना शिक्षा करावी लागत असेल तर तुम्ही ओळखले पाहिजे की अद्याप वास्तविकरीत्या त्यांचे प्रेम संपादन केले नाही. कारण तुमचे प्रेमच त्यांच्यासाठी सर्वात महत्त्वाचे आहे. जर तुम्ही त्यांना सांगाल की ते तुमचा सन्मान करीत नाहीत,

तर परमात्मा त्यांच्या मातापित्यांवर नाराज होतील किंवा ते त्यांचे पावित्र्य घालवून बसतील, मग ताबडतोब ते आपल्या वागण्याच्या पद्धतीत बदल करतील. आपल्या माता-पिता वा लिडरसाठी कोणत्याही प्रकारची शिक्षा ते सहन करू शकत नाही. जर त्यांच्या माता-पित्यांनी एक दिवस वा एक वेळेस जेवण नाही केले तर ते मुलांना सरळ करण्यासाठी पुरेसे आहे.

या मुलांसोबत प्रेमळ राहिले पाहिजे. माता पित्याची वा लिडरची अशी इच्छा असावी की त्यांनी मुलांसारखे बनण्याचा प्रयत्न करावा आणि याप्रकारे त्यांच्याशी बोलावे, जसे ते त्यांच्या पातळीवर आहेत आणि मुलांना याची माहिती करून द्यावी, की त्यांना त्यांच्या (मातापित्यांच्या) देखरेखीची आवश्यकता आहे. आपल्या मुलांसोबत सहवास आणि त्यांना तोंड देण्याचे टाळण्यासाठी लोक जास्त करून मुलांना खूप सारी खेळणी देतात. का? एक सहजयोगी मुलगा इतका गोड असतो, त्याला थोडी खेळणी देण्याची आवश्यकता असते व त्याच्याबरोबर तुम्हीही त्या खेळण्याचा आनंद घ्यावयास हवा आणि त्यांच्याशी मजेशीर गोष्टी करायला हव्या. मुलांना कधीही प्रांगणात वा बाहेर तुमच्या गैरहजेरीत पाठवू नये. सतत त्यांच्यावर गुप्तरीतीने लक्ष असावे. त्यांच्या सर्व सौंदर्यपूर्ण व बारीकसारीक गोष्टींवर लक्ष असणे आवश्यक आहे. सहजयोगी मुले ही पूर्ण विश्व समूहाची बहुमूल्य संपत्ती आहे. मुले जर गालिचा किंवा एखादी किंमती गोष्ट खराब करतील तर आई-वडिलांनी त्रासू नये. त्यांनी आध्यात्मिक आणि सौंदर्यपूर्ण मूल्यांची चिंता केली पाहिजे. त्यांच्या सर्व निर्माण केलेल्या गोष्टींचे कौतुक केले पाहिजे आणि त्यांना उत्साहीत केले पाहिजे आणि जे निर्मिती करतात त्यांना समजून घेतले पाहिजे.

ही मुले इतकी बुद्धिमान आहेत, ते जाणतात आई-वडिलांकडून किती स्वातंत्र्य घेतले पाहिजे. ते वाईट असणाऱ्या अधिकतर गोष्टीदेखील

आईवडिलांचे लक्ष त्यांचेकडे वेधण्यासाठी करतात. पण जन्मजात साक्षात्कारी मुले कधी कधी असे करतात.

सहजी मुलांना स्वातंत्र्याचा उपयोग करण्याची अनुमती जोपर्यंत शक्य असेल दिली जावी, परंतु मोठ्यांचा आदरसत्कार करणे आणि सहज सदाचारी जीवनाच्या मर्यादांचे पालन करणे मुलांना शिकवले पाहिजे. हे तेव्हा शक्य होईल, जेव्हा समूहाचे अन्य लोकदेखील सन्माननीय वयस्करांचा आदर करतील. ते चांगल्या गोष्टी ताबडतोब आत्मसात करतात, कारण योग्य आदरणीय ओळखण्यात सहजयोगी मुले तत्पर असतात. म्हणून साहजिकच बुजुर्गांच्या सद्‌गुणांचे ते अनुकरण करतात. बिघडलेल्या मुलांकडून शिकलेल्या अपशब्दाचा वापर जर ते करीत असतील तर तुम्हाला काळजी करण्याची गरज नाही. बस! ते जे करीत आहेत, त्याच्याकडे लक्ष देऊ नका आणि तुम्हाला आश्चर्य वाटेल की तुमच्या दुर्लक्ष करण्याने ते चांगल्या रीतीने मार्गावर येतात. मुलांच्या चांगल्या गुणांची प्रशंसा सर्वांसमोर करायला हवी आणि कमतरतेविषयी प्रेमळपणाने एकांतात त्यांच्याशी बोलले पाहिजे आणि त्यांना सांगितले पाहिजे की ते जर याप्रकारे वर्तणूक करतील तर सर्व लोक त्यांना हसतील आणि वाईट म्हणून नावे ठेवतील. वाटून घेणे, दुसऱ्यांची काळजी, प्रेमाने लहान मुलांची देखरेख आणि विवेकपूर्ण निर्णय घेण्यात मुलांना प्रोत्साहन दिले पाहिजे. आई-वडील आणि शिक्षकांनी मुलांशी सहजयोग संस्कृतीविषयी अवश्य बोलले पाहिजे.

अपमानीत न करता त्रास न देता किंवा जास्त कठोर शासन न करता मुलांना नेहमी साधे आणि कठोर जीवन जगण्याची सवय शिकवली पाहिजे. माता-पिता आणि शिक्षकांद्वारा सांगितलेल्या साध्या जीवनाचा आदर्श सर्वोत्तम आहे. लहानपणीच जर त्यांना अधिक सुख-सुविधांची सवय झाली आणि जीवनात जर त्यांना तितके सुख मिळाले नाही तर ते आनंदी राहू शकणार

नाहीत. पण जर लहानपणापासूनच साधे जीवन जगण्याची सवय पडली तर आयुष्याच्या प्रत्येक परिस्थितीशी ते आनंदाने मिळवून घेतील.

मुलांना निसर्गाच्या सान्निध्यात ठेवले गेले पाहिजे. त्यांना माहीत असायला हवे की निसर्ग कशाप्रकारे शांततेने आणि प्रेमाने कार्य करीत आहे. सर्वप्रकारची रोपे, फुले, झाडे, भाज्या आणि पिकांचे ज्ञान त्यांना असायला हवे. घराबाहेर त्यांनी खेळायला हवे आणि पृथ्वीमातेची प्रतिकारक शक्ती त्यांच्यात विकसित व्हायला हवी.

भिन्न मातीचे ज्ञान त्यांना व्हायला हवे आणि किती विविध प्रकारे परमात्म्याने विश्वाची निर्मिती केली हे समजून घेतले पाहिजे. ऋतु कसे बनतात? आणि प्रकृतीवर कसे दैवी नियंत्रण अहे, हे देखील कळले पाहिजे. पशू कसे परमात्म्याच्या पाशात आहेत. पशू, पक्षी आणि मासे यांचे ज्ञान मुलांना आवश्यक आहे. विकास प्रक्रिया, कुंडलिनी आणि सहजयोगाचे ज्ञान त्यांच्यासाठी अधिक आवश्यक अहे. सहजयोग पद्धतीचे ज्ञान त्यांना असायला हवे. त्यांना हे समजावले गेले पाहिजे की पुनरुत्थानाच्या या दिवशी ते कसे जन्मले. सर्व चमत्कारांचे फोटो त्यांना दाखवून त्यांचे विचार त्यांना विचारले पाहिजे. त्यांचे आश्चर्यकारक अनुभवही लिहिले गेले पाहिजेत.

वर्गाच्या पाठ्यक्रमानुसार चालले पाहिजे. परंतु रिकाम्या वेळेत हस्तकलेच्या एका भागात (गांधीजींच्या मौलीक शिक्षणानुसार) त्यांचे व्यावहारिक ज्ञान वाढविले जाणे गरजेचे आहे. सहजाच्या मुलांचे व्यक्तिमत्वाला संगीत, नृत्य, कला, साहित्य आणि वक्तृत्व कलेत विकसित केले जाणे आवश्यक आहे. या प्रकाराने मुलांची अवलोकन शक्ती सुधारेल. कोणत्याही परिस्थितीत मुलांवर पुस्तकांचे ओझे टाकता कामा नये.

मुलांच्या आरोग्याला सर्वप्रथम महत्त्व दिले पाहिजे. सहजयोगाच्या डॉक्टरांकरवी त्यांची मासिक तपासणी केली पाहिजे. जर मुलांमध्ये काही

कमतरता आली तर त्याकडे पूर्ण ध्यान आणि देखरेख अवश्य करायला हवी. आपल्यावर सोपवलेली ही मुले बहुमूल्य आहेत.

भोजन साधे, पौष्टीक, स्वादपूर्ण व चवीपूर्ण वेगवेगळ्या प्रकारचे असावे. ज्यांना एखाद्या विशेष भोजनाची आवश्यकता असेल, त्यांना सोडून सर्वांना सारखे भोजन दिले जावे. ते काय खाऊ इच्छितात, अशा गोष्टी विचारून त्याचे चित्त विनाकारण वेधू नये. जर त्यांनी काही मागितले तर त्याकडे तुम्ही लक्ष द्यावे. ते विशेष आहेत, परंतु अनावश्यक लाडाने, प्रेमाने त्यांच्या अहंकाराला वाढू देऊ नये. ती विशेष प्रकारची सामान्य मुले आहेत हे सिद्ध करण्याकरिता त्यांना सभ्यता व सन्माननीय होण्याचे ज्ञान शिकविले पाहिजे.

मुलांच्या नैतिक वर्तणुकीवर काळजीपूर्वक ध्यान दिले पाहिजे. बारा ते चौदा वर्षाच्या वयापर्यंत त्यांच्याशी यौनसंबंधी गोष्टींची चर्चा करण्याची आवश्यकता नाही. काही गोष्टींमध्ये मुलांचा मान राखून व्यक्तिगत (गुप्त) रूपाने सांगितले गेले पाहिजे. वर्गात वा मोकळेपणाने यौन शिक्षण देता कामा नये. जेव्हा मुले तरुण व्हायला लागतील. तेव्हा आईवडिलांनी वा शिक्षकांनी वैयक्तिकरीत्या त्यांना हे शिक्षण द्यावे. सविस्तर माहिती वा मोकळेपणामुळे त्यांची अबोधिता भंग व्हायला नको.

वैयक्तिक आरोग्यासंबंधी सवयी, विशेषकरून पाश्चिमात्य मुलांच्या बदलल्या जावयास हव्या. त्यांनी आपले तोंड, हात-पाय वॉश बेसिनच्या साठवलेल्या पाण्याने न धुता वाहत्या पाण्याने धुतले पाहिजे. निंब वा बाभूळ इ.वृक्षांपासून बनलेल्या दंतमंजनाने जेवणानंतर दात साफ केले पाहिजेत. जीभ साफ करणे ही आवश्यक आहे. डोळे धुवून स्वच्छ ठेवले पाहिजेत. खेळ संपल्यावर, शौचास जाऊन आल्यावर, जेवण करण्यापूर्वी आणि नंतर नखे आणि हात स्वच्छ करणे आवश्यक आहे. शौचास झाल्यानंतर कागदाचा वापर न करता भरपूर पाण्याचा उपयोग केला पाहिजे. प्रत्येक

दिवशी त्यांना डोक्यापासून ते पायापर्यंत तेलाने मालीश करायला हवे आणि भारतात तर प्रत्येक दिवशी मुलांनी स्नान केले पाहिजे. त्यांनी रोज स्वच्छ धुतलेले कपडे घातले पाहिजेत. मुलांचे केस योग्य तऱ्हेने कापलेले व त्याला थोडे तेल लावून नीट विंचरलेले असायला हवेत आणि मुलींचे केस स्वच्छ धुवून त्यात थोडे तेल घालून वेणी गुंफली पाहिजे. मुलांचे बूट आणि पायमोजे अत्यंत आरामदायक आणि स्वच्छ हवेत आणि पायदेखील अतिशय स्वच्छ आणि सुरक्षित ठेवणे गरजेचे आहे.

मुलांच्या आवडी-निवडीचा रिपोर्ट ठेवला गेला पाहिजे. आई-वडिलांना त्यांच्या प्रगतीचे आणि समस्यांचे पूर्ण ज्ञान असायला हवे. आई-वडिलांसाठी तक्रार पुस्तिका असायला हवी. शिक्षक पूर्ण प्रशिक्षित सहजयोगी हवा. त्यांनी सुस्पष्ट असायला हवे. एखाद्या अशा व्यक्तीवर पैशाची जबाबदारी असावी, जो ते खर्च करू शकणार नाही. आर्थिक वर्षाअखेर ऑडीट झाले पाहिजे.

मानवी साहसी कार्यात ह्या मुलांना महान व्यक्ती बनायचे आहे. म्हणून त्यांना तसे तयार केले गेले पाहिजे. प्रेम आणि आदर या मुख्य गोष्टी आहेत ज्यांनी विद्यालयाचा पाया बनविला पाहिजे. या मुलांचे संघटन करण्याची आवश्यकता नाही. कारण ते प्रथमपासून जागृत आहेत. त्यांचे व्यक्तित्व हळू हळू उमलत जाईल. परंतु प्रेमळ मार्गदर्शनाची आवश्यकता अहे.

मुलांमध्ये सामूहिक वर्तणुकीला प्रोत्साहित केले गेले पाहिजे. त्यांच्या कलाकृती, फोटोग्राफी आणि त्यांच्या पर्यटनाच्या विविध कार्यांची प्रदर्शने भरवायला हवीत. तीन महिन्यांची सुट्टी असायला हवी.

सर्वाधिकार सुरक्षित

या पुस्तकाच्या कोणत्याही भागाची दुसरी आवृत्ती किंवा कोणत्याही प्रकारची प्रसिद्धी किंवा विविध माध्यमांमध्ये रूपांतर जसे इलेक्ट्रॉनिक, यांत्रिक, झेरॉक्स, पुनर्मुद्रण हे पूर्व परवानगीशिवाय करू नये.

ज्योतिर्मय झाल्यानंतर सूक्ष्मज्ञानाचे आकलन होणे सुलभ असते, परंतु याच्याशिवाय या विचारांना आपल्या मस्तिष्कमध्ये घुसवणे कठीण आहे कारण साक्षात्काराशिवाय हे सगळे कृत्रिम वाटते. साक्षात्कार मिळाल्यानंतर हे विचार आपले अनुभव बनतात. ते समजण्यासाठी त्यांना आपल्यामध्ये घुसवावे लागत नाही. सहजयोग समजण्याची एकमात्र पद्धत ही आहे की, तुम्ही नम्र, जिज्ञासू बनून साक्षात्कार प्राप्त करा. मग तुम्ही सम्राट असा, एखादी यशस्वी व्यक्ती असा, व्यापारी असा किंवा प्रसिद्ध वार्ताहर, या सर्व गोष्टी निरर्थक आहेत. कारण आपल्याला हे समजणे आवश्यक आहे की, आपल्या मानवीय चेतनेला अजून एक अवस्था प्राप्त करणे बाकी आहे.