हृदय की दीपावली

सहज योग के 50 वर्ष(1970 - 2020)

आइये अपना आत्म-साक्षात्कार पाइये। यह बिलकुल नि:शुल्क है।

परम पूज्य माताजी श्री निर्मला देवी

दिवाली के शुभ दिन पर जब हम आसपास दीपों से घर-आँगन सजाते हैं, तब एक दीप ऐसा है जिसकी लौ हमारे अंदर भी प्रकाशित होनी चाहिए। जब अंदर और बाहर दोनों जगह प्रकाश होगा तभी सत्य रूप से हम दिवाली के तत्त्व को समझ पाएंगे और वास्तव में दिवाली मनाएंगे। परन्तु ये लौ कौनसी है, कैसे जागृत होती है और इसकी विधि क्या है? यह सब बातें जान लेना भी आवश्यक है।

भारतवर्ष और पूरे विश्वभर में सभी धर्मों में अनेक साधू-संत हुए जिन्होंने आंतरिक जागृति की बात करी है। यह आंतरिक जागृति, हमारी रीढ़ की हड्डी के नीचे एक त्रिकोणाकार अस्थि में साढ़े तीन कुण्डल के रूप में स्थित, 'कुण्डलिनी' नाम की एक सूक्ष्म शक्ति की जागृति है। इसी कुण्डलिनी के षट्चक्र भेदन करने पर व्यक्ति आत्मसाक्षात्कार प्राप्त करता है और परमात्मा से योग में सहज ही स्थापित हो जाता है। चिरकाल में इस कुण्डलिनी की जागृति अत्यंत कठिन थी, परन्तु कलियुग का सबसे बड़ा गुण यह है कि इसमें सत्य को खोजने वाले साधक सुगमता से भव-बंधन से छुटकारा पा परमात्मा से एकाकार हो सकते हैं। इस बात का वर्णन श्री रामचरितमानस में कई बार किया गया है।

आज के समय में जब कलियुग अपने चरम पर है, तो ये जागृति श्री माताजी निर्मला देवी प्रणित सहज योग ध्यान द्वारा अति सुगमता से हो जाती है।परम पूज्य श्री माताजी निर्मला देवी जी ने वर्ष 1970 में सहज योग की शुरुआत की और अपनी आध्यात्मिक शक्ति से इच्छुक अनगिनत साधकों को निस्वार्थ भाव से आत्मसाक्षात्कार प्रदान किया। 'सहज' अर्थात सरल, स्वतःघटित होने वाला और 'योग' अर्थात परमात्मा से एकाकारिता, अर्थात सहज योग में बिना प्रयास के कुण्डलिनी सुगमता से जागृत हो जाती है, केवल शुद्ध इच्छा की आवश्यकता है। यह जागृति शुद्ध इच्छा व्यक्त करने पर स्वतः अपने आप हमारे स्वचालित नाड़ी तंत्र पर घटित होती है और इसके लिए हमें कोई बाहरी प्रयास या क्रिया नहीं करनी पड़ती।यह एक जीवंत क्रिया है, जो एक अनुभव है और जिसे व्यक्ति अपने हाथों की हथेलियों और सिर के तालु भाग पर शीतल चैतन्य लहरियों के रूप में महसूस कर सकता है।

दोहा/सोरठ

सुनु ब्यालारि काल कलि मल अवगुन आगार।
गुनउँ बहुत कलिजुग कर बिनु प्रयास निस्तार।।102(क)।।

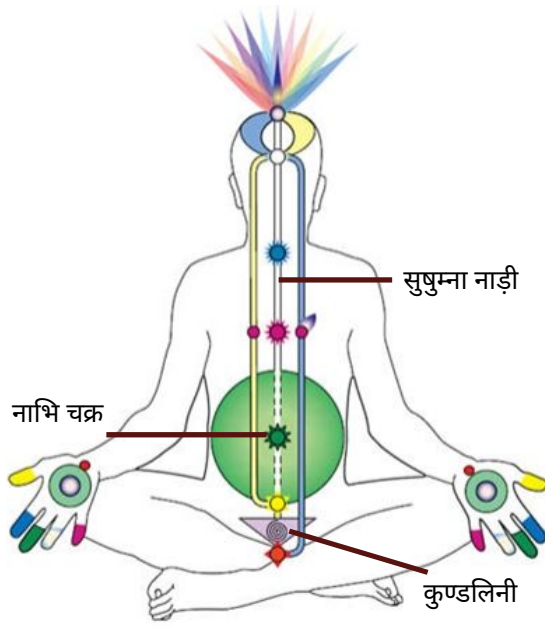
"हे सर्पों के शत्रु गरुड़ जी! सुनिए, कलिकाल पाप और अवगुणों का घर है। किन्तु कलियुग में एक गुण भी बड़ा है की उसमें बिना ही परिश्रम भवबंधन से छुटकारा मिल जाता है।"
श्री रामचरितमानस

इस शक्ति के जागृत होने पर हमारे अंदर के सभी तत्व और विभिन्न चक्रों पर विराजमान सभी देवी-देवताओं के गुण हमारे चरित्र में प्रक्षेपित होने लग जाते हैं। उनमें से एक श्री लक्ष्मी का तत्व भी है। आम तौर पर जब हम श्री लक्ष्मी की बात करते हैं, तो हम उन्हें धन की देवी के रूप में देखते हैं। परन्तु श्री लक्ष्मी का तत्त्व, जो हमारे अंदर भी स्थित है, इससे अलग है।

दिवाली के दिन हम श्री लक्ष्मी की पूजा करते हैं जो हमारे भीतर स्थित सूक्ष्म तंत्र के तीसरे चक्र- मणिपुर या नाभि चक्र पर विराजमान हैं। इस चक्र के खुलने पर ही हमारे अंदर श्री लक्ष्मी का तत्व जागृत होता है और हम उनके गुणों और आशीर्वाद से प्लावित होते हैं। श्री लक्ष्मी के मूर्त स्वरुप को हम देखें तो उनके चरण एक कमल पर स्थित हैं और अपने हाथों में उन्होंने दो कमल पकड़े हुए हैं। कमल सौंदर्य का और गुलाबी रंग प्रेम का प्रतीक है। यह दर्शाता है कि जिस व्यक्ति का लक्ष्मी तत्व जागृत है, उसका स्वभाव भी एक कमल की तरह प्रेममय, उदार और कोमल होना चाहिए। कमल छोटे से भँवरे को भी अपने अंदर सोने का स्थान देता है और अपनी पंखड़ियों से ढककर उसे सुख पहुंचा उसकी रक्षा करता है। लक्ष्मी तत्व का अर्थ अपने प्रेम की अभिव्यक्ति करना है। जिसके अंदर लक्ष्मी का तत्व जागृत हो जाता है उसका स्वभाव भी श्री लक्ष्मी के समान दानी, करुणामय और गरिमापूर्ण हो जाता है।

परन्तु आज हम देखते हैं कि यदि कोई धनवान है, तो पैसे को लेकर उसके मन में हमेशा असुरक्षा बनी रहती है। वह यहाँ-वहां धन छिपाना चाहता है। ऐसे व्यक्ति में गरिमा नहीं होती। भौतिकता की पकड़ आते ही हम लक्ष्मी तत्त्व से बाहर हो जाते हैं। लक्ष्मी तत्व धनलोलुपता नहीं है। किसी बन्दर या गधे पर यदि आप बहुत से नोट लाद दें तो क्या आप उससे लक्ष्मीपति कहेंगे? उसी प्रकार किसी व्यक्ति के पास कार है परन्तु वह हमेशा घबराया और परेशान रहता है तो क्या आप उसे लक्ष्मीपति कहेंगे? इस प्रकार के धन की कोई गरिमा नहीं होती। इसमें ना तो संस्कृति है ना माधुर्य।

दिवाली, महालक्ष्मी पूजा का दिवस है, केवल लक्ष्मी पूजा का नहीं- दोनों में अंतर है। श्री महालक्ष्मी की शक्ति श्री आदिशक्ति, की तीन शक्तियों में से एक है। यह शक्तियां भौतिक और सूक्ष्म दोनों स्तरों पर शक्तिशाली हैं। लक्ष्मी तत्त्व संतुष्ट होने के बाद ही हम महालक्ष्मी तत्व प्राप्त कर सकते हैं, जो केवल कुण्डलिनी जागृति से ही संभव है। जब व्यक्ति वैभव से तंग आ जाता है, तब उसे इस बात का एहसास होता है कि किसी चीज़ की कमी है और तब वह महालक्ष्मी के तत्व की ओर बढ़ता है। इसी तत्व से कुण्डलिनी का जागरण संभव है।



मानव का सूक्ष्म तंत्र

इसी कुण्डलिनी के उत्थान के लिए श्री महालक्ष्मी ने उत्क्रांति के मध्यमार्ग, सुषुम्ना नाड़ी का सृजन किया है। महालक्ष्मी का तत्त्व हमारे उत्क्राति की सीढ़ी है। कोल्हापुर के महालक्ष्मी मंदिर में लोग हमेशा 'उदे, उदे अम्बे' भजन गाते हैं क्योंकि कुण्डलिनी केवल महालक्ष्मी मार्ग से ही ऊपर जा सकती है तथा कुण्डलिनी ही 'अम्बा' अर्थात 'माँ' है। महालक्ष्मी तत्व जागृत होने के बाद मानव के अंतर में परिवर्तन होता है और आत्मतत्व बन साधक परमेश्वरी लीला का साक्षी और स्वयं का गुरु बन जाता है। ऐसा व्यक्ति बात-बात पर परेशान नहीं होता, प्रेम एवं करुणा का आनंद उठाता है। ऐसे व्यक्ति का चरित्र एक दीप के सामान प्रकाशमान हो जाता है। और जब कुण्डलिनी शक्ति, हमारे हृदय में आत्मा की लौ को जागृत कर देती है तब हमारे अंदर के अज्ञान का अन्धकार हट जाता है और चित्त आत्मा के प्रकाश से भर जाता है। यही दिवाली का असली तत्व है।

आत्मसाक्षात्कार प्राप्त करना हमारा जन्मसिद्ध अधिकार है और इसके लिए आप कोई शुल्क नहीं दे सकते। यह एक घटना है जो स्वतः घटित होती है और हमारी उत्क्रांति का अंतिम चरण है, ज़रूरत है तो केवल शुद्ध इच्छा की। यही असली दिवाली है जिसमें हृदय के दीप में प्रेम का तेल का डालकर, कुण्डलिनी की बाती से आत्मा की लौ हमारे चित्त को प्रकाशित करती है। आइये हम भी इस दिवाली अपना आत्मसाक्षात्कार प्राप्त कर एक प्रकाशमान दीप के समान अहंकार का तिमिर नाश कर,सत्य दर्पण करें। अब समय आ गया है कि हम सब इस बात को समझें और अनंत आनंद और चिरस्थायी शांति से जीवन निर्वाह करें। मानव की खोज का उत्तर अब आ गया है।

अष्टलक्ष्मी और उनके तत्त्व

आद्यलक्ष्मी: आद्य अर्थात "आदि" लक्ष्मी। यह सर्वप्रथम हैं।

विद्यालक्ष्मी: लक्ष्मी विद्या के अंदर की गरिमा हैं। यह आपको परमेश्वरी शक्ति को सँभालने की विधि सिखाती हैं और उसे सहृदयतापूर्वक उपयोग करने की समझ देती हैं।

सौभाग्यालक्ष्मी: यह सौभाग्य प्रदान करती हैं। सौभाग्य का अर्थ पैसा नहीं है, इसका अर्थ है पैसे की गरिमा।

अमृतलक्ष्मी: अमृत मतलब जिसे लेने के बाद मृत्य नहीं होती अर्थात चिरंजीवी होना। यह आत्मा है। अतः आत्मा की कृपा अमृतलक्ष्मी हैं।

गृहलक्ष्मी: गृहलक्ष्मी परिवार की देवी हैं। यदि यह तत्व घर की महिलाओं के अंदर जागृत तभी वह सही मायने में गृहलक्ष्मी हो सकती हैं।

राजलक्ष्मी: वे राजाओं की गरिमा प्रदान करती हैं। राजा की गरिमा, उसका प्रताप, राजलक्ष्मी का वरदान है।

सत्यलक्ष्मी: सत्यलक्ष्मी के माध्यम से आपको सत्य की चेतना प्राप्त होती है। यह महानतम आशीर्वाद है जो वे आपको प्रदान करती हैं- आनंद लेने की शक्ति।

योगलक्ष्मी: जो आपको योग प्रदान करती हैं. अर्थात परमात्मा के साथ जुड़ाव। ये शक्ति आपके अंदर स्थित है और यह आपको उस कृपा तक पहुंचाती है, जिससे आप योग की स्थिति तक पहुँचते हैं।

हाथों की हथेलियों पर चैतन्य को महसूस करें।

अधिक जानकारी हेतु : www.sahajayoga.org अथवा टोल फ्री नं. 1800 2700 800