

# SAHAJA 2021



# Shalivahan Shak 1942-43



**JAN (Upto 28 Paus/ 29 onward Maagh)**

WK	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	31					1	2
1	3	4	5	6	7	8	9
2	10	11	12	13	14	15	16
3	17	18	19	20	21	22	23
4	24	25	26	27	28	29	30

- 2 Sankashti (Ganesh Sankasht Chaturthi)
- 12 Moonless Night
- 14 Makar Sankranti
- 20 Saptami 22 Navmi
- 26 Republic Day of India
- 27-28 Full Moon Night
- 31 Sankashti

**APRIL (->27 Chaitra/ 28-> Vaishaakh)**

WK	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
13					1	2	3
14	4	5	6	7	8	9	10
15	11	12	13	14	15	16	17
16	18	19	20	21	22	23	24
17	25	26	27	28	29	30	

- 4 Easter 11 Moonless Night
- 13 Gudi Padwa, Chaitra Navratri begins
- 19 Saptami 21 Ram Navmi
- 25 Mahavir Jynti 26 Full Moon Night
- 27 Hanuman Jynti 30 Sankashti

**JULY (->24 Ashaad/ 25-> Shrawadh)**

WK	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
26					1	2	3
27		5	6	7	8	9	10
28	11	12	13	14	15	16	17
29	18	19	20	21	22	23	24
30	25	26	27	28	29	30	31

- 9 Moonless Night
- 16 Saptami 18 Navmi
- 23 Full Moon Night
- 23 Guru Purnima
- 27 Angarki (Sankashti on Tuesday)

**OCT (->20 Ashvin/ 21-> Kartik)**

WK	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
39	31					1	2
40	3	4	5	6	7	8	9
41	10	11	12	13	14	15	16
42	17	18	19	20	21	22	23
43	24	25	26	27	28	29	30

- 5 Moonless Ngt 7 Ghatsthapna
- 7-14 Winter NavRatri
- 15 Dussehra 19 Full Moon Night
- 19 Kojagiri Purnima/ Sharad Purnima
- 24 Sankashti

**FEB (->27 Maagh/ 28-> Falgun)**

WK	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
5		1	2	3	4	5	6
6	7	8	9	10	11	12	13
7	14	15	16	17	18	19	20
8	21	22	23	24	25	26	27
9	28						

- 10-11 Moonless Night
- 15 Shri Ganesh Jayanti
- 16 Lalita Panchami, Vasant Panchmi
- 19 Rath Saptami 20 Durga Ashtami
- 21 Navmi
- 23 Maha Samadhi Day
- 26 Full Moon Night

**MAY (-> 26 Vaishakh/ 27->Jyeshtha)**

WK	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
17	30	31					1
18	2	3	4	5	6	7	8
19	9	10	11	12	13	14	15
20	16	17	18	19	20	21	22
21	23	24	25	26	27	28	29

- 5 Sahastr Day 10-11 Moonless Night
- 14 Akshay Tritiya 19 Saptami 21 Navmi
- 25 Full Moon Ngt 26 T. Lunar Eclipse (S/E Asia, Aus, Americas, India)
- 26 Budh Purnima 29 Sankashti

**AUG (->22 Shrawadh/ 23-> Bhadrapad)**

WK	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
31	1	2	3	4	5	6	7
32	8	9	10	11	12	13	14
33	15	16	17	18	19	20	21
34	22	23	24	25	26	27	28
35	29	30	31				

- 7 Moonless Night
- 11 Hariyali Teej 15 Saptami
- 15 Independence Day of India
- 16 Navmi 21 Full Moon Night
- 22 Rakshabandhan (Rakhi)
- 25 Sankashti
- 30 Shri Krishna Janmashtmi

**NOV (->19 Kartik/ 20-> Margshirsh)**

WK	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
44		1	2	3	4	5	6
45	7	8	9	10	11	12	13
46	14	15	16	17	18	19	20
47	21	22	23	24	25	26	27
48	28	29	30				

- 2 Dhanteras 4 Moonless Night
- 4 Narak Chaturdashi (morning)
- 4 Diwali 6 Bhai Dooj 11 Saptami
- 12 Navmi 18 Full Moon 19 Guru Nanak J.
- 18-19 Partial Lunar Eclipse (N Europe, Aus, E Asia, Americas, N/W Africa) 23 Angaraki

**MAR (->28 Falgun/ 29-> Chaitra 1943)**

WK	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
9		1	2	3	4	5	6
10	7	8	9	10	11	12	13
11	14	15	16	17	18	19	20
12	21	22	23	24	25	26	27
13	28	29	30	31			

- 2 Angarki (Sankashti on Tuesday)
- 11 Maha Shivratri
- 12 Moonless Ngt 21 Saptami
- 21 Birthday of Adishakti Mother
- 23 Navmi 27-28 Full Moon Night
- 28 Holi Fire 29 Holi Color
- 31 Sankashti

**JUNE (->24 Jyeshtha/ 25->Ashaadh)**

WK	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
22			1	2	3	4	5
23	6	7	8	9	10	11	12
24	13	14	15	16	17	18	19
25	20	21	22	23	24	25	26
26	27	28	29	30			

- 9 Moonless Night
- 10 Annular Solar Eclipse (Canada, Greenland, Russia)
- 17 Saptami 19 Navmi
- 23-24 Full Moon Ngt 27 Sankashti

**SEPT (->20 Bhadrapad/ 21-> Ashvin)**

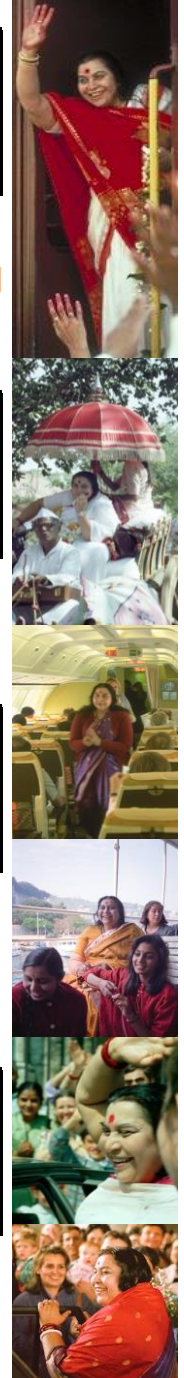
WK	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
35				1	2	3	4
36	5	6	7	8	9	10	11
37	12	13	14	15	16	17	18
38	19	20	21	22	23	24	25
39	26	27	28	29	30		

- 6 Moonless Night
- 9 Haritalika Tritiya
- 10 Shri Ganesh Chaturthi
- 13 Saptami 15 Navmi
- 19 Anant Chaturdashi
- 20 Full Moon Night
- 24 Sankashti

**DEC (->19 Margshirsh/ 20-> Paus)**

WK	SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
48				1	2	3	4
49	5	6	7	8	9	10	11
50	12	13	14	15	16	17	18
51	19	20	21	22	23	24	25
52	26	27	28	29	30	31	

- 3 Moonless Night
- 4 Total Solar Eclipse (S of S Africa)
- 10 Saptami 12 Navmi
- 18 Shri Datt Jayanti
- 18 Full Moon Ngt 22 Sankashti
- 25 Christmas



**SAHAJA  
PUJAs**

Maha Shiv Ratri  
Birthday

Easter  
Sahastr Puja  
Kundalini Puja  
Shri Adishakti Puja

Shri AdiGuru Puja  
Shri Krishna Puja -  
Shri Ganesh Puja -

Navratri Puja  
Diwali Puja  
Kartikeya  
Christmas

## Important Days in Sahaja Yoga (2nd edition 01 Jan 2021)

Sl	Event	Observed on	Significance	As explained by Shri Mataji	Web-Link
1	Ganesh Sankasht Chaturthi (Sankashti)	4th Moon day after every Full Moon day	Shri Ganesha's Birthday is celebrated	See Angaraki	
2	Angaraki (Angaraki Ganesh Sankasht Chaturthi)	Sankashti happening on Tuesday	Shri Ganesha's Birthday is celebrated	"Today's yog (combination) is very powerful. On the day of this special yog, which is called 'Angaraki'- 'Angaraki Chaturthi' [fourth Moon day] is the 'charturthi' of 'Krishna Paksha' [waning phase of the moon]. On every 'charturthi' Shri Ganesha's Birthday is celebrated. But if the Chaturthi falls on a Tuesday .... then it is celebrated in a grand way" <i>Hindi Speech, Christmas Puja, Ganpatipule, India, 24th Dec 1991</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=oVJmoLv-z_JY">https://www.youtube.com/watch?v=oVJmoLv-z_JY</a>
3	Makar Sankranti	14/ 15 January (Variation due to effect of leap year)	Northward movement of Sun begins after reaching Tropic of Capricorn.	"Sankranti means something new to happen today. Kundalini is awakened within you, and you have become a new person compared with what you were before. But on the day of Sankranti, you should know that you have to please the Goddess sitting within you" <i>Hindi Speech, Sankranti Puja, Pratishtan, Pune, India, 17th Jan 2008</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=qJJultGhqlA">https://www.youtube.com/watch?v=qJJultGhqlA</a>
4	Republic Day of India	26th January	Constitution of India was implemented this day in 1950.	"Today the occasion is so great that on this day I should be worshipped because essence of all the manifestation, all the material worlds of the world is India." <i>English Speech, Devi Puja, Pune, India, 26th Jan 1985</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=dQAcw76pONc">https://www.youtube.com/watch?v=dQAcw76pONc</a>
5	Shri Ganesh Jayanti	4th Moon day after No Moon in Maagh month (Jan/ Feb)	Birthday of Shri Ganesha	"Today is a very big day, because the really Pure Spirit has taken birth today" <i>Hindi Speech, Shri Ganesh Jayanti, Pratishtan, Pune, India, 10th Feb 2008</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=wokRrd4EZZw">https://www.youtube.com/watch?v=wokRrd4EZZw</a>
6	Lalita Panchami, Vasant Panchami	5th Moon day after No Moon in Maagh month (Jan/ Feb)	Worship of Shri Gauri	"Today is a very auspicious, Lalita Panchami day. Lalit means beautiful, extremely beautiful. And Lalita is name of Gauri ji. This day is adorned as day of Gauri ji because Ganesh ji was born yesterday. Otherwise too you know that my name in horoscope is Lalita" <i>Hindi Speech, Lalita Panchami, Mumbai, India, 5th Feb 1976</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=3EcYikiz0YE">https://www.youtube.com/watch?v=3EcYikiz0YE</a>
7	Rath Saptami	7th Moon day after No Moon in Maagh month (Jan/ Feb)	Worship of Sun	"it is said that the Sun travels with his seven forces, or say, seven colours in a big chariot. And today they celebrate this day as a day when Sun travels with a divine vibrations all over the world, and illumines ... on that day you cannot do havan because Surya already is there" <i>English Speech, Durga Puja, Rahuri, India, 1st Feb 1982</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Ybv f3LlQ2W0">https://www.youtube.com/watch?v=Ybv f3LlQ2W0</a>
8	Durga Ashtami, Bhishma Ashtami	8th Moon day after No Moon in Maagh month (Jan/ Feb)	Worship of Durga. Also day of vow taken by Bhishma	"Ashtami is the day when the Goddess killed nine rakshasas together with Her eight hands .... Today is another day, is called Bhishma Ashtami, is the day when Bhishma, who was a great saint who took a great vow and that vow he carried out all his life .... So also you should try to take a vow and with that vow, you should be able to achieve something which has not been yet achieved" <i>English Speech, Durga Puja, Rahuri, India, 1st Feb 1982</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Ybv f3LlQ2W0">https://www.youtube.com/watch?v=Ybv f3LlQ2W0</a>

## Important Days in Sahaja Yoga (2nd edition 01 Jan 2021)

<u>Sl</u>	<u>Event</u>	<u>Observed on</u>	<u>Significance</u>	<u>As explained by Shri Mataji</u>	<u>Web-Link</u>
9	Maha Shivratri	13th Moon night after No Moon in Falgun month (Feb-Mar)	Worship of Shri Shiv	"I hope with the Puja today we'll try to settle you into that great principle of Shiva. Let your attention, every particle of your attention be filled, sparkled and rejoice by that blessing of Shiva tattwa" <i>English Speech, Shivratri Puja, Sahaj Temple, Delhi, India, 11 Feb 1983</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Plq8UakP69M">https://www.youtube.com/watch?v=Plq8UakP69M</a>
10	Birthday of Adi Shakti Mother	21st March	Shri Mataji took birth at Chhindwara, India on 21-Mar-1923 at 12:00 Noon	"The birthday of Your Mother, and all such celebrations have a very deep significance, because on such occasions, special vibrations flow in the atmosphere. When all the celestial bodies, the Eternal Personalities, Gods and Goddesses sing the praise, and that's how the whole atmosphere is filled with mirth and happiness" <i>English speech, Birthday Puja, London, UK, 23rd Mar 1980</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=QdVLm7Y_b3Y">https://www.youtube.com/watch?v=QdVLm7Y_b3Y</a>
11	Holi Fire (Holika Dahan)	Full Moon in Falgun month (March)	Holika sat in fire with Pralhad to kill him. However, Fire did not burn Pralhad. Instead, Holika herself was burnt, despite boon from Agni Devta	"Today is the great day of Holika Dahana, where symbolism of this occasion is that the satanic forces were burnt by the innocence of Prahlada ....when the Sahaja Yogis take to innocence and complete dependence onto their vibraty awareness, which is the indication of God's manifestation through them, they are completely protected and even satanic person like Holika could not burn him" <i>English Speech, Public Program, Delhi, India, 28th Mar 1983</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=LQhV6ktiTL0">https://www.youtube.com/watch?v=LQhV6ktiTL0</a>
12	Holi Color (Dulhandi)	Next Day of Holi (March)	Celebration of Holi with colors & sweets	.... in this way if you think that today is Holi. On the day of Holi, we will have a lot of fun. No problem. When Shri Krishna himself has said, play, it is Leela. All the world is Leela. But to achieve the decorum/ dignity above Leela, you have to do penance at Agya Chakra" <i>Hindi Speech, Holi celebrations, Delhi, India, 28th Feb 1991</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=KRlVL9asEZw">https://www.youtube.com/watch?v=KRlVL9asEZw</a>
13	Easter	On the first Sunday after first full moon after 21 March	Lord Jesus resurrected this day	"Through resurrection Christ had shown that one can be resurrected with the body that you have. And without His resurrection, we could not have managed the crossing of Agnya chakra" <i>English speech, Easter Puja, Kolkata, India, 14th Apr 1995</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=3YSwt2DKUzq">https://www.youtube.com/watch?v=3YSwt2DKUzq</a>
14	Gudi Padwa	1st Moon Day after No Moon in Chaitra month (Mar-Apr)	New Year day of Shalivahan Shak (Calendar)	"Among the Shalivahanas who were a Babruvahana, they defeated Vikramaditya. He then started this new almanac called Shalivahana. Today is the first day" <i>Hindi Speech, Gudi Padwa puja, Noida, India, 18th Mar 1999</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=GE28wVav9U4">https://www.youtube.com/watch?v=GE28wVav9U4</a>
15	Nav Ratri (Chaitra)	9 Nights from Gudi Padwa to Ram Navmi (Mar-Apr)	Worship of Goddess	"Today is the New Year's Day for Sahaja yogis, because this is the New Year's Day of the Shalivahan calendar .... Establishment of the Gauri takes place during these nine days. But Ganesh has to be established before anything else" <i>English Speech, Ganesh &amp; Gauri Puja, Sydney, Australia, 4th Apr 1981</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=70vi67esWFO">https://www.youtube.com/watch?v=70vi67esWFO</a>
16	Shri Ram Navami	9th Moon day after No Moon in Chaitra month (Mar-Apr)	Shri Ram was born this day at 12 Noon	"the right side was created by the advent of Shri Ram because he showed a path of creating among people the awareness that they should be ruled, that they should not be anarchist" <i>English Speech, Shri Ram Navami, Chelsham Road, London, UK, 2nd Apr 1982</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=qeTJFWA_qX4">https://www.youtube.com/watch?v=qeTJFWA_qX4</a>

## Important Days in Sahaja Yoga (2nd edition 01 Jan 2021)

<u>Sl</u>	<u>Event</u>	<u>Observed on</u>	<u>Significance</u>	<u>As explained by Shri Mataji</u>	<u>Web-Link</u>
17	Marriage Anniversary of Shri Mataji	7th April	Shri Mataji got married to Sir CP Shrivastava on 7th April 1947	"It is one of the most important things for Sahaja Yoga that one should get married" <i>English speech, marriage anniversary, Sydney, Australia, 7th Apr 1981</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=c2rmluI90mU">https://www.youtube.com/watch?v=c2rmluI90mU</a>
18	Shri Mahavir Jayanti	13th Moon day after No Moon in Chaitra month (Mar-Apr)	Birthday of Shri Mahavir	"Shri Mahavira rules on our Ida nadi. All the good and bad conditionings are corrected by him" <i>Hindi speech, Shri Mahavir Puja, Delhi, India, 4th Apr 1993</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=T4BiCUrSG9s">https://www.youtube.com/watch?v=T4BiCUrSG9s</a>
19	Shri Hanuman Jayanti	Full Moon in Chaitra month (Mar-Apr)	Birthday of Shri Hanuman	"Along with his strength, there was a lot of Divine discretion in him. He was very intelligent ... such intellect that examines and understands everything .... Hanuman ji is very strong and fast deity whereas Shri Ganesh is cool" <i>Hindi speech, Shri Hanuman Puja, Pune, India, 31st Mar 1999</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=QVRbYlv-uOc">https://www.youtube.com/watch?v=QVRbYlv-uOc</a>
20	Akshaya Tritiya	3rd Moon Day after No Moon in Vaishakh month (Apr-May)	Akshaya = non-destroyable. Tritiya = 3rd day of moon	"Think it out or make some arrangement to get something eternal from it.... which can be used in the glory of God" <i>Hindi Speech of Shri Mataji. Date unknown</i>	<a href="https://youtu.be/5Dfri7UTKhk">https://youtu.be/5Dfri7UTKhk</a>
21	Sahastrar Day	5th May	Shri Mataji opened the Sahastrar Chakra of the world on 5th May 1970	"It is a very privileged place for you to enter into the Sahastrara of the Viraat, to reside in the brain as cells of that Sahastrara" <i>English speech, Sahasrara Day Puja, Laxenburg, Vienna, Austria, 5th May 1985</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Bdb8j3gMsHw">https://www.youtube.com/watch?v=Bdb8j3gMsHw</a>
22	Shri Buddha Purnima	Full Moon in Vaishakh month (Apr-May)	Birthday of Shri Buddha	"These three deities on your Agnya Chakra: Christ, Mahavira and Buddha, three of them are tapah. Tapah means penance. You have to do penance. And penance now in Sahaja Yoga doesn't mean that you give up your wife or give up your husband, give up your children, give up your family; but here tapah means meditation" <i>English speech, Shri Buddha Puja, Study camps, near Cambridge, UK, 31 May 1992</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Y4tpGZVlgoY">https://www.youtube.com/watch?v=Y4tpGZVlgoY</a>
23	Adi Shakti Puja	June	Worship of Shri Adi Shakti and Adi Kundalini	"we are going to worship the Adi Shakti and the reflection of Adi Shakti within you, is the Kundalini. We can say this is the worship of the Adi Shakti and Adi Kundalini .... All this, whatever is created on this Universe and in many Universes, is the work of the Adi Shakti" <i>English speech, Cabela Ligure, Italy, 9 Jun 1996</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=qLDA87XQg">https://www.youtube.com/watch?v=qLDA87XQg</a>
24	Guru Purnima	Full Moon in Ashaadh month (Jun-Jul)	Worship the Guru, the teacher who takes us to self-realization	"In Sahaja Yoga the Guru puja has a very different significance from any other guru puja. When you worship your Guru you are also worshipping the Guru within you. This is not in any other guru-disciple system because, in you, the Guru, the Master has been awakened" <i>English speech, Guru Puja, Avignon, France, 8th Jul 1990</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=GIEUJi-AzLo">https://www.youtube.com/watch?v=GIEUJi-AzLo</a>

## Important Days in Sahaja Yoga (2nd edition 01 Jan 2021)

<u>Sl</u>	<u>Event</u>	<u>Observed on</u>	<u>Significance</u>	<u>As explained by Shri Mataji</u>	<u>Web-Link</u>
25	Tritiya/ Teej	3rd Day of Moon after every No Moon	Auspicious Days	"Tritiya is the special day for the virgins. Kundalini is the virgin desire. It is virgin because it has not yet manifested itself. And also, on the third center of Nabhi, the virgins appear as shaktis of Guru" <i>English Talk to yogis, Ganapatipule, India, 3 Jan 1987</i>	<a href="https://soundcloud.com/nirmala-vidya-portal/sets/1987-0103-shri-nirmala-devi">https://soundcloud.com/nirmala-vidya-portal/sets/1987-0103-shri-nirmala-devi</a>
26	Independence Day of India	15th August	India got its Political freedom from British rule on this day in 1947	"I have seen the flag going up-our national flag, and the British flag going down. All that has happened after so much of struggle, so much of sufferings of the people" <i>English Speech, Shri Krishna Puja, Cabella Ligure, Italy, 16th Aug, 1998</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=5-gqvnCauKQ">https://www.youtube.com/watch?v=5-gqvnCauKQ</a>
27	Raksha Bandhan (Rakhi)	Full Moon in Shravan month (Aug)	Sisters tie a band called Rakhi on the wrist of brothers	"If you call somebody a sister, the sisterly and daughterly relationships, and motherly relationships, always bring down the so-called ego, which is hiding in the left Vishuddhi" <i>English speech, Raksha-Bandhan, Hounslow, London, UK, 11th Aug 1984</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=OpYKBfzFr0c">https://www.youtube.com/watch?v=OpYKBfzFr0c</a>
28	Shri Krishna Puja	8th Moon Day after Rakhi in Bhadrapada month (Aug-Sep)	Shri Krishna was born this day at Midnight	"The important thing about the power of Shri Krishna is that it gives you a witness state" <i>English speech, Shri Krishna Puja, Cabella Ligure, Italy, 16th Aug 1998</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=5-gqvnCauKQ">https://www.youtube.com/watch?v=5-gqvnCauKQ</a>
29	Shri Ganesh Chaturthi	4th Moon day after No Moon in Bhadrapad month (Sep)	Worship of Shri Ganesha	"you should put your eyes onto the greenery to improve your Ganesha. And when it is very warm, then you can also walk barefeet on the green in the morning-time, when there is dew on it" <i>English speech, Shri Ganesh Puja, Troinex, Geneva, Switzerland, 22nd Aug 1982</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=82ihAK8A8xw">https://www.youtube.com/watch?v=82ihAK8A8xw</a>
30	NavRatri (Winters)	In Ashwin month after No Moon -1st to 9th Moon day (Sep-Oct)	Devi Durga killed demons to save the mankind	"To do Navaratri is to 1) accept the powers of the Shakti 2) To realize the power that all these chakras have got in themselves, and 3) that when they are enlightened how you can express all these powers of these nine chakras within ourselves. The seven chakras plus the heart and the moon makes it nine" <i>English speech, Navratri Puja, Hampstead, London, UK, 23rd Sep 1984</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=P1znzNIPCm0">https://www.youtube.com/watch?v=P1znzNIPCm0</a>
31	Shashthhi (sixth day) of NavRatri (Winters)	6th Moon day after No Moon in Ashwin month (Sep-Oct)	Shakambhari Devi day	"It is is a most fortunate for Me to have come to Kolkata on the Shashthhi Day. Otherwise too, by Divine design, Mother (Goddess) comes to Kolkata on Shashthhi day. Shashthhi Day is of Shakhambhari Devi; and on that day the whole Nature should be lush green" <i>Hindi Speech, Shri Mahadevi Puja, Kolkata, India, 10th Oct 1986</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=eVNaTmkEEJg">https://www.youtube.com/watch?v=eVNaTmkEEJg</a>
32	Ashtami of NavRatri (Winters)	8th Moon day after No Moon in Ashwin (Sep-Oct)	Worship of Shri Durga	"on an Ashtami, that is today .... all the weapons of the Goddess are to be worshipped" <i>English Speech, Durga Puja, Vienna, Austria, 26th Sep 1982</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=5Fzyseln4Nw">https://www.youtube.com/watch?v=5Fzyseln4Nw</a>
33	Dussehra	10th Moon day in Ashwin Month (Sep-Oct)	Lord Rama killed Ravana. Celebration of victory of good over evil.	"Many things happened on Dassera Day. The most important was that Shri Rama was coronated as a king on this day. He also killed Ravana on this day" <i>English speech, Shri Ram Puja, Dussehra day, Les Avants, Switzerland, 4th Oct 1987</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=OghSKVfx-zg">https://www.youtube.com/watch?v=OghSKVfx-zg</a>

## Important Days in Sahaja Yoga (2nd edition 01 Jan 2021)

<u>Sl</u>	<u>Event</u>	<u>Observed on</u>	<u>Significance</u>	<u>As explained by Shri Mataji</u>	<u>Web-Link</u>
34	Kojagiri Purnima/ Sharad Purnima	Full Moon in Ashwin month (Oct)	Goddess checks for state of awakening (self-realization). Non SYs mistake it to keep awake in the night.	Quote required	<a href="https://www.amruta.org/recollections/chapter-22-1986-november-and-december-india/">https://www.amruta.org/recollections/chapter-22-1986-november-and-december-india/</a>
35	Dhan Trayodashi/ Dhanteras	13th Moon day after Full Moon in Ashwin Month (Oct-Nov)	After the great churning of ocean, Shri Lakshmi came out of the sea	"that is the day when the Gruha Lakshmi is worshipped. But a Gruha Lakshmi has to be worthy of the worship; and then some utensil is given to the Gruha Lakshmi.... She is the giver of wealth, wealth which is material as well as spiritual" <i>English Speech, Diwali Puja, Hampstead, London, UK, 6th Nov 1983</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Reh7Q-1oWtQ">https://www.youtube.com/watch?v=Reh7Q-1oWtQ</a>
36	Narak Chaturdashi	14th Moon day after Full Moon in Ashwin Month/ 1 Moon Day before Diwali (Oct-Nov)	Narakasura demon was killed and put into hell	"You know Narakasura has taken his birth and he is to be killed - the Sahaja Yogis are going to kill him .... When Kartikeya is awakened within you he can be killed. But for that you have to be just like gold, untarnishable people. ... When he was killed the gate of hell was opened and all those who were his disciples or his followers or satanic people were put. That's the only day you can sleep late" <i>English Speech, Diwali Puja, Hampstead, London, UK, 6th Nov 1983</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Reh7Q-1oWtQ">https://www.youtube.com/watch?v=Reh7Q-1oWtQ</a>
37	Diwali/ Deepawali, Mahalakshmi Puja	No Moon Day in Kartik Month (Oct-Nov)	Mahalakshmi is worshipped	"That is the night when you put the lights on, because it is the darkest night the negative forces can walk in; so the lights are put because Lakshmi can come in ... For us Diwali has a very great significance. That is, from one light many lights are awakened and they are put in a line, so they are called as Diwali - means the lights are put in a line" <i>English Speech, Diwali Puja, Hampstead, London, UK, 6th Nov 1983</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Reh7Q-1oWtQ">https://www.youtube.com/watch?v=Reh7Q-1oWtQ</a>
38	Jesus Christ's Birthday	Same day as Diwali (Oct-Nov)	Mother Mary and Jesus are worshipped as Shri Mahalakshmi and Shri Ganesha	"The symbol of Mahalakshmi, for me, is Mary, and for you it is Mahalakshmi is the symbol. And the symbol of Ganesha outside is Christ .... So, both of them are worshipped only on a Diwali day. So actually this is the Christmas. This is the real Christmas that was before also, and this was the time baby Christ was born, not the 25th Dec" <i>English Speech, Diwali Puja, Hampstead, London, UK, 9th Nov 1980</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=worXLL2QxZQ">https://www.youtube.com/watch?v=worXLL2QxZQ</a>
39	Prathma after Diwali	First Moon day after Diwali (Oct-Nov)	Shalivahan New Year	"because you are all My children you have to use the same calendar, Shalivahanas calendar and that is the first day of the Shalivahanas calendar. And what do they do in the morning time to celebrate it? They take one of these jars(Lota), Aquarius and put a shawl with it. And that is put as a flag, representing the Aquarius and the shawl of the Mother. That's why they are called as Shalivahan - the ones who carry the shawls of the Mother" <i>English Speech, Diwali Puja, Hampstead, London, UK, 6th Nov 1983</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Reh7Q-1oWtQ">https://www.youtube.com/watch?v=Reh7Q-1oWtQ</a>

## Important Days in Sahaja Yoga (2nd edition 01 Jan 2021)

<u>Sl</u>	<u>Event</u>	<u>Observed on</u>	<u>Significance</u>	<u>As explained by Shri Mataji</u>	<u>Web-Link</u>
40	Bhai Dooj/ Bhau Beej	2nd Moon day after Diwali (Oct- Nov)	Sisters put Tika on the forehead of brothers	"It is pure relationship where the sister prays for the protection of the brother, and brother prays for the self-sufficiency, of the Kshema- well being, of the sister" <i>English Speech, Diwali Puja, Hampstead, London, UK, 6th Nov 1983</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Reh7Q-loWtQ">https://www.youtube.com/watch?v=Reh7Q-loWtQ</a>
41	Shri Guru Nanak Jayanti	Full Moon day in Kartik month (Nov)	Birthday of Guru Nanak	"So, to celebrate his birthday on such a date is also a myth, because he never died. He is eternally living" <i>English speech, Guru Nanak Puja, Nirmala Palace, London, UK, 1st Nov 1982</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=uEuLmlBvS6A">https://www.youtube.com/watch?v=uEuLmlBvS6A</a>
42	Shri Dattatreya Jayanti	Full Moon day in Margshirsh month (Dec)	Birthday of Shri Adiguru Dattatreya	"I bow to the Guru of all the Gurus - Adi Guru, Shri Datta Maharaja. He is my Guru also. He has taught Me quite a lot on Sahaja Yoga all through my many births" <i>Hindi speech, Mumbai, India, 9th Dec 1973</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=-kgQwUDUmsw">https://www.youtube.com/watch?v=-kgQwUDUmsw</a>
43	Christmas	25th December	Birthday of Lord Jesus Christ	"But He was not only born just for Romans or for anyone, but He was born for the whole world. Because ego had started growing in human beings at that time" <i>English speech, Christmas Puja, Chelsham road ashram, London, UK, 25th Dec 1981</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=ythMngPBzol">https://www.youtube.com/watch?v=ythMngPBzol</a>
44	No Moon (Amavasya)	Moonless Nights	Danger on left side	"on the night of new-moon and full-moon always there are dangers on your left and right sides. Especially on these two days ... you should sleep very early at night. .... The night of new moon, you should meditate especially on Shri Shiva .... On the night of full moon, you should meditate on Shri Rama and surrender yourself to Him for protection" <i>Hindi Speech, How to meditate, Mumbai, India, 29th May 1976</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=pXD5bBaraws">https://www.youtube.com/watch?v=pXD5bBaraws</a>
45	Full Moon (Poornima)	Full Moon Nights	Danger on right side	"On the night of full moon, you should meditate especially on Shri Shiva .... On the night of full moon, you should meditate on Shri Rama and surrender yourself to Him for protection" <i>Hindi Speech, How to meditate, Mumbai, India, 29th May 1976</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=pXD5bBaraws">https://www.youtube.com/watch?v=pXD5bBaraws</a>
46	Saptami and Navmi	7th/ 9th Day of Moon after every No Moon	Auspicious Days	"On the saptami and navami, especially on these two days, you have my special blessings .... Make some special arrangements so that you can have proper meditation on these days" <i>Hindi Speech, How to meditate, Mumbai, India, 29th May 1976</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=pXD5bBaraws">https://www.youtube.com/watch?v=pXD5bBaraws</a>
47	Solar Eclipse	When shadow of Moon falls on earth. Occurs only on No Moon Day	Has bad effect on us	"A pregnant woman should never see the eclipse of the sun or the moon, because if they see the sun eclipse they (children) will have physical problems" <i>English speech, Le Reincy Ashram, France, 17th Aug 1987</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=IEFI GgotvxM">https://www.youtube.com/watch?v=IEFI GgotvxM</a>
48	Lunar Eclipse	When Earth shadows Moon. Occurs only on Full Moon	Has bad effect on us	"...And if they see the lunar eclipse, the moon's eclipse, then they (children) will have mental problems" <i>English speech, Le Reincy Ashram, France, 17th Aug 1987</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=IEFI GgotvxM">https://www.youtube.com/watch?v=IEFI GgotvxM</a>
49	Setting Sun	Everyday	Has bad effect on us	"If you see a setting sun during pregnancy for long times then you will get children whose eyes are very weak" <i>English speech, Public program, Rome, Italy, 29th Apr 1982</i>	<a href="https://soundcloud.com/nirmala-vidya-portal/19820429-3rd-public">https://soundcloud.com/nirmala-vidya-portal/19820429-3rd-public</a>
50	Tuesday	Every week	Day of Shri Ganesha, Shri Hanuman, Mooladhara Chakra, Mars Planet	"Tuesday is the day when Ganesha was established ... Tuesday is the day of Mars" <i>English Speech, Sydney, Australia, 4th Apr 1981</i>	<a href="https://youtube.be/fF1QxahjSk">https://youtube.be/fF1QxahjSk</a>

## Important Days in Sahaja Yoga (2nd edition 01 Jan 2021)

<u>Sl</u>	<u>Event</u>	<u>Observed on</u>	<u>Significance</u>	<u>As explained by Shri Mataji</u>	<u>Web-Link</u>
51	Wednesday	Every week	Day of Swadhishtana Chakra, Mercury Planet	"She [Goddess] started working on Wednesday .... Wednesday is the day of Mercury and Wednesday is swadhishtana." <i>English Speech, Sydney, Australia, 4th Apr 1981</i>	<a href="https://youtu.be/fF1QtxahjSk">https://youtu.be/fF1QtxahjSk</a>
52	Thursday	Every week	Day of Guru, Bhavsagar Chakra, Jupiter Planet	"Thursday is the day of Jupiter... we call it Guru. Jupiter is the teacher" <i>English Speech, Sydney, Australia, 4th Apr 1981</i>	<a href="https://youtu.be/fF1QtxahjSk">https://youtu.be/fF1QtxahjSk</a>
53	Friday	Every week	Day of Goddess, Heart Chakra, Venus Planet	"Friday is the day of Goddess, Mother of the Universe, Venus" <i>English Speech, Sydney, Australia, 4th Apr 1981</i>	<a href="https://youtu.be/fF1QtxahjSk">https://youtu.be/fF1QtxahjSk</a>
54	Saturday	Every week	Day of Shri Krishna, Vishuddhi Chakra, Saturn Planet	"Saturday is the day of Shri Krishna, Shani, is Saturn" <i>English Speech, Sydney, Australia, 4th Apr 1981</i>	<a href="https://youtu.be/fF1QtxahjSk">https://youtu.be/fF1QtxahjSk</a>
55	Sunday	Every week	Day of Shri Christ, Agya Chakra, Sun	"Sunday is the day of Christ, the Sun" <i>English Speech, Sydney, Australia, 4th Apr 1981</i>	<a href="https://youtu.be/fF1QtxahjSk">https://youtu.be/fF1QtxahjSk</a>
56	Monday	Every week	Day of Shri Sadashiv, Sahastrar Chakra	"Monday is the day of SadaShiv" <i>English Speech, Sydney, Australia, 4th Apr 1981</i>	<a href="https://youtu.be/fF1QtxahjSk">https://youtu.be/fF1QtxahjSk</a>
57	Everyday	Morning & Evening	Meditation time	"For the Antarman [inner self], it is important that you all should meditate morning & evening, EVERYDAY. It is alright even if you do not brush your teeth, but you must meditate" <i>English Speech, Brisbane, Australia, 6th Apr 1991</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=mZawQhv2_DM">https://www.youtube.com/watch?v=mZawQhv2_DM</a>
58	Everyday	Morning	Morning Meditation for purification of our nerves for our spiritual ascent	"You have to today promise me that, from tomorrow, you all are going to get up in the morning and meditate. I was suggesting that if you take your baths in the morning, it would be better so that you won't have your sleepy condition" <i>English speech, London, UK, 23rd Mar 1980</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=QdVLm7Y_b3Y">https://www.youtube.com/watch?v=QdVLm7Y_b3Y</a>
59	Everyday	Morning	Morning Meditation for purification of our nerves for our spiritual ascent	"Morning meditation is meant to look towards ourselves that, What am I doing? What are the faults within me? I get angry. How should I get over my anger? Do I have such desires, which are harming me and will destroy me? Why do I get into these?" <i>Hindi Speech, Delhi, India, 27 Nov 1991</i>	<a href="https://soundcloud.com/nir-mala-vidya-portal/19911127-dyan-ki-avashakta">https://soundcloud.com/nir-mala-vidya-portal/19911127-dyan-ki-avashakta</a>
60	Everyday	Evening	Evening meditation for cleansing ourselves and to praying for the humanity	"Evening meditation should be towards outside, means, "what I have done for others? what I have done for Sahaja Yoga? what I have done for Shri Mataji?" .... so Morning meditation is about knowledge and evening meditation is for devotion" <i>Hindi Speech, Delhi, India, 27 Nov 1991</i>	<a href="https://soundcloud.com/nir-mala-vidya-portal/19911127-dyan-ki-avashakta">https://soundcloud.com/nir-mala-vidya-portal/19911127-dyan-ki-avashakta</a>
61	Everyday	All the time	Be in the state of Yoga all the time	"You cannot do meditation, you have to be in meditation. You become meditative. You are all the time in meditation. I mean, there is no time when you are not, because you become a different person" <i>English Speech, Caxton Hall, London, UK, 24 Nov 1980</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=nSTm2iI2cS4">https://www.youtube.com/watch?v=nSTm2iI2cS4</a>

Feedback for corrections, improvements & augmentation are requested for next year's edition. Email - belpraveen@gmail.com



## महत्वपूर्ण दिन- सहज योग में (दूसरा संस्करण 01 जनवरी 2021)

क्रम	महत्वपूर्ण दिन	घटित होने का दिन	महत्व	श्री माताजी का उद्धरण	वेब लिंक
1	गणेश संकष्टी चतुर्थी (संकष्टी)	हर पूर्णिमा के बाद चतुर्थी	श्री गणेश का जन्मदिन मनाया जाता है	अंगारकी देखें	
2	अंगारकी (अंगारक गणेश संकष्टी चतुर्थी)	मंगलवार को हो रही संकष्टी	श्री गणेश का जन्मदिन मनाया जाता है	"आज का योग बहुत जबरदस्त है। और इस विशेष योग के दिन, जिसे कि अंगारकी कहते हैं .... कृष्ण पक्ष की चतुर्थी है। हर चतुर्थी को श्री गणेश का जन्मदिन मनाया जाता है। लेकिन जो मंगलवार को आती है .... तो वो दिन बहुत बड़ा मनाया जाता है" <i>हिंदी प्रवचन, क्रिसमस पूजा, गणपतिपुले, भारत, 24 दिसंबर 1991</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=oW/moLv-z_JY">https://www.youtube.com/watch?v=oW/moLv-z_JY</a>
3	मकर संक्रांति	14/15 जनवरी (लीप वर्ष के प्रभाव के कारण भिन्नता)	मकर रेखा तक पहुँचने के बाद सूर्य का उत्तर दिशा की ओर गमन	"संक्रांति का मतलब है कि आज कुछ तो नवीन होना। आपके अंदर कुण्डलिनी का जागरण हो गया और आप पहले से नवीन हो गए। लेकिन संक्रांति के दिन अब ये जान लेना चाहिए कि अपने अंदर बैठी हुई देवी जो है, उसे खुश करना" <i>हिंदी प्रवचन, संक्रांति पूजा, प्रतिष्ठान, पुणे, भारत, 17 जनवरी 2008</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=gJJulGhqlA">https://www.youtube.com/watch?v=gJJulGhqlA</a>
4	भारत का गणतंत्र दिवस	26 जनवरी	सन 1950 में इस दिन भारत का संविधान लागू हुआ था	"आज का अवसर इतना महान है कि इस दिन मेरी पूजा की जानी चाहिए। क्योंकि समस्त सृजन का, समस्त भौतिक विश्वों का सार भारत है" अंग्रेजी भाषण, देवी पूजा, पुणे, भारत, 26 जनवरी 1985	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=dQAcw76pONc">https://www.youtube.com/watch?v=dQAcw76pONc</a>
5	श्री गणेश जयंती	माघ महीने में अमावस्या के बाद चतुर्थी	श्री गणेश का जन्मदिवस	"आज का दिन बहुत बड़ा है, क्योंकि साक्षात् पवित्र आत्मा ने जन्म लिया" <i>हिंदी प्रवचन, श्री गणेश जयंती, प्रतिष्ठान, पुणे, भारत, 10 फरवरी 2008</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=wokRrd4EZZw">https://www.youtube.com/watch?v=wokRrd4EZZw</a>
6	ललिता पंचमी, वसंत पंचमी	माघ महीने में अमावस्या के बाद पंचमी	श्री गौरी की आराधना	"आज का दिन बड़ा शुभ, ललिता पंचमी है। ललित का मतलब है सुंदर, अतीव सुंदर। और ललिता गौरी जी का नाम है। क्योंकि कल गणेश जी का जन्म हुआ है इसलिए आज गौरी जी का दिन सजाया जाता है। वैसे भी आप जानते हैं कि मेरा कुंडली का नाम ललिता है" <i>हिंदी प्रवचन, ललिता पंचमी, मुंबई, भारत, 5 फरवरी 1976</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=3EcYikiz0YE">https://www.youtube.com/watch?v=3EcYikiz0YE</a>
7	रथ सप्तमी	माघ महीने में अमावस्या के बाद सप्तमी	श्री सूर्य की आराधना	"कहा जाता है कि सूर्य अपनी सात शक्तियों, या कहें तो, सात रंगों के साथ एक बड़े रथ में यात्रा करता है। आज का दिन इसलिए मनाया जाता है क्योंकि सूर्य अपने दिव्य चैतन्य के साथ पूरे विश्व का भ्रमण करता है और इसे प्रकाशित करता है .... इस दिन आप हवन नहीं कर सकते क्योंकि सूर्य पहले से ही मौजूद है" <i>अंग्रेजी प्रवचन, दुर्गा पूजा, राहुरी, भारत, 1 फरवरी 1982</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=YbvF3LIQ2W0">https://www.youtube.com/watch?v=YbvF3LIQ2W0</a>
8	दुर्गा अष्टमी, भीष्म अष्टमी	माघ महीने में अमावस्या के बाद अष्टमी	दुर्गा की पूजा। भीष्म द्वारा की गयी प्रतिज्ञा का भी दिन	"अष्टमी के दिन देवी ने अपने आठ हाथों से नौ राक्षसों का मर्दन किया था ... आज एक और दिन है, जिसे भीष्म अष्टमी कहा जाता है। इस दिन भीष्म ने, जो कि एक महान संत थे, एक महान व्रत लिया था और सारा जीवन उस व्रत का पालन किया था .... इसलिए आपको भी व्रत लेने की कोशिश करनी चाहिए और उस व्रत के साथ, आपको कुछ ऐसा हासिल करने में सक्षम होना चाहिए जो अभी तक हासिल नहीं हुआ है" <i>अंग्रेजी प्रवचन, दुर्गा पूजा, राहुरी, भारत, 1 फरवरी 1982</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=YbvF3LIQ2W0">https://www.youtube.com/watch?v=YbvF3LIQ2W0</a>
9	महा शिवरात्रि	फाल्गुन महीने में अमावस्या के बाद त्रयोदशी की रात्रि	शिवजी की आराधना	"मुझे उम्मीद है कि आज पूजा से मैं आपको महान शिव तत्व में स्थापित करने का प्रयत्न करूँगी। आपका चित्त, आपके चित्त का हर कण शिव तत्व के आशीर्वाद से भरा हुआ, चमकीला और आनंदमय हो जाये" <i>अंग्रेजी प्रवचन, शिवरात्रि पूजा, पुराना सहज मंदिर, दिल्ली, भारत, 11 फरवरी 1983</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Plq8UgkP69M">https://www.youtube.com/watch?v=Plq8UgkP69M</a>
10	आदि शक्ति माँ का जन्मदिन	21 मार्च	श्री माताजी ने भारत के छिंदवाड़ा में 21 मार्च 1923 को दोपहर 12:00 बजे जन्म लिया	"आपकी माँ के जन्मदिन, और इस तरह के सभी समारोहों का बहुत गहरा महत्व है, क्योंकि ऐसे अवसरों पर, वातावरण में विशेष चैतन्य होता है। तब समस्त ब्रह्माण्ड, चिरंजीवी, देवी और देवता स्तुति गाते हैं, और इस तरह से पूरे वातावरण में उल्लास और आनंद भर जाता है" <i>अंग्रेजी प्रवचन, जन्मदिन पूजा, लंदन, यूके, 23 मार्च 1980</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=QdVLM7Y_b3Y">https://www.youtube.com/watch?v=QdVLM7Y_b3Y</a>

## महत्वपूर्ण दिन- सहज योग में (दूसरा संस्करण 01 जनवरी 2021)

क्रम	महत्वपूर्ण दिन	घटित होने का दिन	महत्व	श्री माताजी का उद्धरण	वेब लिंक
11	होली	फाल्गुन माह की पूर्णिमा	प्रह्लाद को अग्नि ने नहीं जलाया। इसके बजाय, वरदान के बावजूद, होलिका आग में जल गई थी	"आज होलिका दहन का महान दिन है। इस अवसर का प्रतीक यह है कि प्रह्लाद की अबोधिता से शैतानी ताकतों को जला दिया गया था .... जब सहजयोगी अबोध हो जाते हैं और चैतन्य लहरियों पर पूरी तरह निर्भर हो जाते हैं, जो कि उनके माध्यम से भगवान की अभिव्यक्ति का संकेत है, वे पूरी तरह से संरक्षित हो जाते हैं। यहां तक कि होलिका जैसे शैतान भी उन्हें नहीं जला सकते" अंग्रेजी प्रवचन, सार्वजनिक कार्यक्रम, दिल्ली, भारत, 28 मार्च 1983	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=LQhV6kiTL0">https://www.youtube.com/watch?v=LQhV6kiTL0</a>
12	दुलहंडी (रंग खेलने वाली होली)	होलिका दहन से अगला दिन	रंगों और मिठाइयों के साथ होली उत्सव	".... इस तरह से अगर आप समझें कि आज होली है। होली के दिन तो हम बहुत मजा उठाएंगे। कोई बात नहीं। श्रीकृष्ण ने ही जब कह दिया खेलो, वो तो लीला है। सब दुनिया लीला है। पर लीला के ऊपर जो मर्यादाएं हैं, उसको पाने के लिए आज्ञा पर आपको तप करना होगा" हिंदी प्रवचन, होली समारोह, दिल्ली, भारत, 28 फरवरी 1991	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=LQhV6kiTL0">https://www.youtube.com/watch?v=LQhV6kiTL0</a>
13	ईस्टर	21 मार्च के बाद पहली पूर्णिमा के बाद पहले रविवार को	इस दिन श्री ईसा मसीह फिर से जीवित हो उठे थे	"पुनरुत्थान के माध्यम से ईसा मसीह ने दिखाया था कि आपका सशरीर पुनर्जागरण हो सकता है। उनके पुनरुत्थान के बिना हम आज्ञा चक्र को पार करने में कामयाब नहीं हो सकते थे" अंग्रेजी प्रवचन, ईस्टर पूजा, कोलकाता, भारत, 14 अप्रैल 1995	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=3YSw12DKUzq">https://www.youtube.com/watch?v=3YSw12DKUzq</a>
14	गुड़ी पडवा	चैत्र महीने में अमावस्या के बाद प्रथमा	शालिवाहन शक का नया साल	"शालिवाहनमें में जो एक बब्रुवाहन थे, उन्होंने विक्रमादित्य को हराया। उसके बाद उन्होंने ये नया पंचांग शुरू किया जिसे शालिवाहन कहते हैं। उसमें आज का दिन प्रथम दिन है" हिंदी प्रवचन, गुड़ी पडवा पूजा, नोएडा, भारत, 18 मार्च 1999	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=GE28wVav9U4">https://www.youtube.com/watch?v=GE28wVav9U4</a>
15	नवरात्रि (चैत्र)	गुड़ी पडवा से राम नवमी तक नौ रातें	शक्ति की पूजा	"सहजयोगियों के लिए आज नए साल का दिन है, क्योंकि यह शालिवाहन कैलेंडर का नया साल है ... इन नौ दिनों के दौरान गौरी की स्थापना की जाती है। लेकिन गणेश को सबसे पहले स्थापित करना होगा" अंग्रेजी प्रवचन, गणेश और गौरी पूजा, सिडनी, ऑस्ट्रेलिया, 4 अप्रैल 1981	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=70vi67esWfo">https://www.youtube.com/watch?v=70vi67esWfo</a>
16	श्री राम नवमी	चैत्र महीने में अमावस्या के बाद नवमी	श्री राम का जन्म इस दिन दोपहर 12 बजे हुआ था	"दायां पक्ष श्री राम के आगमन से बना था क्योंकि उन्होंने लोगों में जागरूकता पैदा करने का एक रास्ता दिखाया था कि उनके ऊपर शासन होना चाहिए, कि वे अराजकतावादी न हों" अंग्रेजी प्रवचन, श्री राम नवमी, चैलम रोड, लंदन, यूके, 2 अप्रैल 1982	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=qeTIFWA_qX4">https://www.youtube.com/watch?v=qeTIFWA_qX4</a>
17	श्री माताजी के विवाह की वर्षगांठ	7 अप्रैल	श्री माताजी का विवाह 7 अप्रैल 1947 को सर सी पी श्रीवास्तव से हुआ	"सहज योग के लिए यह सबसे महत्वपूर्ण चीजों में से एक है कि व्यक्ति को शादी करनी चाहिए" अंग्रेजी प्रवचन, शादी की सालगिरह, सिडनी, ऑस्ट्रेलिया, 7 अप्रैल 1981	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=c2rmlu190mU">https://www.youtube.com/watch?v=c2rmlu190mU</a>
18	श्री महावीर जयंती	चैत्र महीने में अमावस्या के बाद त्रयोदशी	श्री महावीर का जन्मदिन	"महावीर जी जो थे, ये हमारी इड़ा नाड़ी पर उनका राज्य है। और हमारे अंदर जो संस्कार, कुसंस्कार सब होते हैं, उसको वो ठीक करते हैं" हिंदी प्रवचन, श्री महावीर पूजा, दिल्ली, भारत, 4 अप्रैल 1993	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=T4BiC_UrSG9s">https://www.youtube.com/watch?v=T4BiC_UrSG9s</a>
19	श्री हनुमान जयंती	चैत्र मास की पूर्णिमा	श्री हनुमान का जन्मदिन	"उनकी शक्ति के साथ उनके अंदर नीरक्षीर विवेक बहुत था। बड़े ही बुद्धिमान थे .... वो बुद्धि थी जो प्रेम से हरेक चीज को जांचे और समझे। उस बुद्धि के एक विशेष स्वरूप श्री गणेश थे और श्री हनुमान हैं। दोनों में विशेषता ऐसी है कि हनुमान जी बहुत बलिष्ठ, बहुत तेज देवता हैं और श्री गणेश ठन्डे हैं" हिंदी प्रवचन, श्री हनुमान पूजा, पूना, भारत, 31 मार्च 1999	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=QVRblyl-uOc">https://www.youtube.com/watch?v=QVRblyl-uOc</a>
20	अक्षय तृतीया	वैशाख महीने में अमावस्या के बाद तृतीया	अक्षय = जो कभी नष्ट न हो	"कोई ऐसा विचार करें या कोई ऐसा प्रबंध बनाएं कि इससे कोई अक्षय चीज को प्राप्त करें.....जो परमात्मा के गौरव में इस्तेमाल करें" श्री माताजी का हिंदी प्रवचन, तिथि अज्ञात	<a href="https://youtu.be/5Dfri7UTKhk">https://youtu.be/5Dfri7UTKhk</a>

## महत्वपूर्ण दिन- सहज योग में (दूसरा संस्करण 01 जनवरी 2021)

क्रम	महत्वपूर्ण दिन	घटित होने का दिन	महत्व	श्री माताजी का उद्धरण	वेब लिंक
21	सहस्रार दिवस	5 मई	श्री माताजी ने 5 मई 1970 को विश्व का सहस्रार चक्र खोला	"विराट के मस्तिष्क में प्रवेश करना और मस्तिष्क में उस सहस्रार की इसकी कोशिका बनकर उसमें रहना आप लोगों के लिए एक विशेष अधिकार का स्थान है" अंग्रेजी प्रवचन, सहस्रार दिवस पूजा, लक्सेनबर्ग, वियना, ऑस्ट्रिया, 5 मई 1985	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Bdb8j3qMsHw">https://www.youtube.com/watch?v=Bdb8j3qMsHw</a>
22	श्री बुद्ध पूर्णिमा	वैशाख महीने की पूर्णिमा	श्री बुद्ध का जन्मदिन	"आपके आज्ञा चक्र पर ये तीन देवता- क्राइस्ट, महावीर और बुद्ध तप हैं। तप का अर्थ है तपस्या। आपको तपस्या करनी होगी। और सहज योग में अब तप का मतलब यह नहीं है कि आप अपनी पत्नी, पति, बच्चों या अपने परिवार को त्याग दें, बल्कि यहाँ तप का अर्थ है ध्यान" अंग्रेजी प्रवचन, श्री बुद्ध पूजा, शुडी कैंप, कैम्ब्रिज के पास, यूके, 31 मई 1992	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Y4tpGZylqoY">https://www.youtube.com/watch?v=Y4tpGZylqoY</a>
23	आदि शक्ति पूजा	जून	श्री आदि शक्ति और आदि कुंडलिनी की पूजा	"आज, हम आदि शक्ति, और आपके भीतर आदि शक्ति की प्रतिबिंब कुंडलिनी, की पूजा करने जा रहे हैं। हम कह सकते हैं कि यह आदि शक्ति और आदि कुंडलिनी की पूजा है .... इस ब्रह्माण्ड, और समस्त ब्रह्माण्डों में, जो कुछ भी है वह आदिशक्ति के ही द्वारा बनाया गया है" अंग्रेजी प्रवचन, कबेला, इटली, 9 जून 1996	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=qLDA87XQg">https://www.youtube.com/watch?v=qLDA87XQg</a>
24	गुरु पूर्णिमा	आषाढ महीने की पूर्णिमा	गुरु की पूजा- गुरु वह जो आत्म-साक्षात्कार की ओर ले जाए	"सहज योग में गुरु पूजा का किसी अन्य गुरु पूजा से बहुत अलग महत्व है। जब आप अपने गुरु की पूजा करते हैं तो आप अपने भीतर के गुरु की पूजा भी करते हैं। ऐसा किसी अन्य गुरु-शिष्य प्रणाली में नहीं है क्योंकि आपके अंदर गुरु की जागृति हो गई है" अंग्रेजी प्रवचन, गुरु पूजा, एविमन, फ्रांस, 8 जुलाई 1990	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=GIEUJi-AzLo">https://www.youtube.com/watch?v=GIEUJi-AzLo</a>
25	तृतीया / तीज	अमावस्या के बाद तृतीया	शुभ दिन	"तृतीया का दिन कुंवारी कन्याओं के लिए विशेष दिन है। कुंडलिनी एक कुंवारी इच्छा है। यह कुंवारी है, क्योंकि यह अभी तक स्वयं प्रकट नहीं हुई है। और साथ ही, नाभि चक्र पर, कुंवारी गुरु के रूप में दिखती हैं" अंग्रेजी प्रवचन, गणपतिपुले, भारत, 3 जनवरी 1987	<a href="https://soundcloud.com/nirmala-vidya-portal/sets/1987-0103-shri-nirmala-devi">https://soundcloud.com/nirmala-vidya-portal/sets/1987-0103-shri-nirmala-devi</a>
26	भारत का स्वतंत्रता दिवस	15 अगस्त	1947 में इसी दिन भारत को ब्रिटिश शासन से राजनीतिक स्वतंत्रता मिली थी	"मैंने अपने राष्ट्रीय ध्वज को ऊपर जाते हुए और ब्रिटिश ध्वज को नीचे जाते देखा है। इसके लिए लोगों ने कितना संघर्ष किया, कितनी पीड़ाएँ सही हैं" अंग्रेजी प्रवचन, श्री कृष्ण पूजा, कबेला, इटली, 16 अगस्त, 1998	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=5-gqvnCauKQ">https://www.youtube.com/watch?v=5-gqvnCauKQ</a>
27	रक्षाबंधन	श्रावण महीने की पूर्णिमा	भाइयों की कलाई पर बहनें राखी बाँधती हैं	"यदि आप किसी को बहन बुलाते हैं, तो बहन, बेटे और मां के रिश्ते हमेशा तथाकथित अहंकार, जो बांयी विशुद्धि में छिपा रहता है, उसको नीचे लाते हैं" अंग्रेजी प्रवचन, रक्षा-बंधन, हाउंस्लो, लंदन, यूके, 11 अगस्त 1984	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=OpYKBzFr0c">https://www.youtube.com/watch?v=OpYKBzFr0c</a>
28	श्री कृष्ण पूजा	भाद्रपद माह में रक्षा बंधन के बाद अष्टमी की मध्यरात्रि	श्री कृष्ण का जन्म इस दिन मध्य रात्रि में हुआ था	"श्री कृष्ण की शक्ति के बारे में महत्वपूर्ण बात यह है कि यह आपको एक साक्षी अवस्था प्रदान करती है" अंग्रेजी प्रवचन, श्री कृष्ण पूजा, कैबेला, इटली, 16 अगस्त 1998	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=5-gqvnCauKQ">https://www.youtube.com/watch?v=5-gqvnCauKQ</a>
29	श्री गणेश चतुर्थी	भाद्रपद महीने में अमावस्या के बाद चतुर्थी	श्री गणेश की आराधना	"आपको अपने गणेश तत्व को सुधारने के लिए अपनी दृष्टि हरियाली पर रखनी चाहिए। और जब मौसम में गर्माहट हो, तो सुबह के समय आपको हरी घास पर नंगे पैर चलना चाहिए जब उस पर ओस पड़ी हो" अंग्रेजी प्रवचन, श्री गणेश पूजा, ट्रिनेक्स, जिनेवा, स्विट्जरलैंड, 22 अगस्त 1982	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=82ihAK8A8xw">https://www.youtube.com/watch?v=82ihAK8A8xw</a>
30	नवरात्रि (शरद)	आश्विन महीने में अमावस्या के बाद प्रथमा से नवमी तक	देवी दुर्गा ने मानव जाति को बचाने के लिए राक्षसों का वध किया	"नवरात्रि पूजा करने का मतलब है 1) देवीशक्ति की शक्तियों को स्वीकार करना 2) सभी चक्रों के अंदर निहित शक्ति का जागरण करना, और 3) सभी नौ चक्रों की शक्तियों की जागृति के बाद हमारे अंदर इनकी अभिव्यक्ति। सात चक्रों के अलावा हृदय और चंद्रमा मिलकर नौ चक्र होते हैं" अंग्रेजी प्रवचन, नवरात्रि पूजा, हम्पस्टीड, लंदन, यूके, 23 सितंबर 1984	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=P1znzNIPcm0">https://www.youtube.com/watch?v=P1znzNIPcm0</a>

## महत्वपूर्ण दिन- सहज योग में (दूसरा संस्करण 01 जनवरी 2021)

क्रम	महत्वपूर्ण दिन	घटित होने का दिन	महत्व	श्री माताजी का उद्धरण	वेब लिंक
31	नवरात्रि की षष्ठी	आश्विन महीने में अमावस्या के बाद षष्ठी	शाकंभरी देवी की आराधना	ये परम भाग्य है हमारा भी कि षष्ठी के दिन कलकत्ते में आना हुआ। जैसा कि विधि का लेखा है कि कलकत्ते में षष्ठी ही के दिन आया जाता है। षष्ठी का दिन शाकंभरी देवी का है, और उस वक्त सब दूर हरियाली छानी चाहिए" <i>हिंदी प्रवचन, श्री महादेवी पूजा, कोलकाता, भारत, 10 अक्टूबर 1996</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=eVNaTmkEEJg">https://www.youtube.com/watch?v=eVNaTmkEEJg</a>
32	नवरात्रि की अष्टमी	आश्विन महीने में अमावस्या के बाद अष्टमी	श्री दुर्गा की आराधना	"अष्टमी के दिन, जो कि आज है,... देवी के सभी अस्त्रों की पूजा की जानी है" <i>अंग्रेजी प्रवचन, दुर्गा पूजा, विएना, ऑस्ट्रिया, 26 सितम्बर 1982</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=5Fzyseln4Nw">https://www.youtube.com/watch?v=5Fzyseln4Nw</a>
33	दशहरा	आश्विन महीने में अमावस्या के बाद दशमी	भगवान राम ने रावण का वध किया। बुराई पर अच्छाई की जीत का उत्सव	"दशहरा के दिन बहुत सी बातें हुईं सबसे महत्वपूर्ण यह था कि इस दिन श्री राम का एक राजा के रूप में राज्याभिषेक किया गया था। उन्होंने इस दिन रावण का वध भी किया था" <i>अंग्रेजी प्रवचन, श्री राम पूजा, दशहरा दिवस, लेस अवेंट्स, स्विट्जरलैंड, 4 अक्टूबर 1987</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=OqHSKVfx-zg">https://www.youtube.com/watch?v=OqHSKVfx-zg</a>
34	कोजागिरी पूर्णिमा / शरद पूर्णिमा	आश्विन महीने की पूर्णिमा	देवी जागृति (आत्म-साक्षात्कार) की स्थिति की जाँच करती है। आम लोग समझते हैं कि यह जागते रहने की रात है		<a href="https://www.amruta.org/recollections/chapter-22-1986-november-and-december-india/">https://www.amruta.org/recollections/chapter-22-1986-november-and-december-india/</a>
35	धन त्रयोदशी / धनतेरस	आश्विन महीने में पूर्णिमा के बाद त्रयोदशी	समुद्र मंथन से श्री लक्ष्मी का समुद्र से उद्भव हुआ था	"इस दिन गृह लक्ष्मी की पूजा की जाती है। लेकिन एक गृह लक्ष्मी को पूजा के योग्य होना पड़ता है, और फिर कुछ बर्तन गृह लक्ष्मी को दिए जाते हैं ... वह धन-संपत्ति की दाता हैं - धन-संपत्ति जो कि जड़ और आध्यात्मिक दोनों प्रकार की है" <i>अंग्रेजी प्रवचन, दिवाली पूजा, हैम्पस्टेड, लंदन, यूके, 6 नवंबर 1983</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Reh7Q-1oWtQ">https://www.youtube.com/watch?v=Reh7Q-1oWtQ</a>
36	नरक चतुर्दशी	आश्विन महीने में पूर्णिमा के बाद चतुर्दशी	नरकासुर राक्षस को मार कर नरक में डाला गया	"आप जानते हैं कि नरकासुर ने जन्म लिया है और उसे मार दिया जाना है - सहजयोगियों ने उसे मारना है। .... जब कार्तिकेय आपके भीतर जागृत होंगे तब वह मारा जा सकता है। लेकिन इसके लिए आपको सोने जैसा बनना होगा- खराब न हो सकने वाले लोग .... जब उसे मारा गया तो नरक के द्वार खोल दिए गए और जो उसके शिष्य, अनुयायी या शैतानी लोग थे, सबको इसमें डाल दिया गया। वही एकमात्र दिन है जब आप देर तक सो सकते हैं" <i>अंग्रेजी प्रवचन, दिवाली पूजा, हैम्पस्टेड, लंदन, यूके, 6 नवंबर 1983</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Reh7Q-1oWtQ">https://www.youtube.com/watch?v=Reh7Q-1oWtQ</a>
37	दिवाली / दीपावली, महालक्ष्मी पूजा	कार्तिक महीने की अमावस्या	महालक्ष्मी की आराधना	इस रात आप रोशनी करते हैं क्योंकि यह सबसे अंधेरी रात होती है, जिसमें नकारात्मक शक्तियां अंदर आ सकती हैं। इसलिए रोशनी की जाती है ताकि लक्ष्मी अंदर आ सके ... हमारे लिए दिवाली का बहुत बड़ा महत्व है। एक लौ से बहुत सारी लौ जागृत की जा सकती हैं। दीपों को एक पंक्ति में सजाया जाता है, इसलिए इसे दिवाली कहा जाता है - इसका मतलब है कि रोशनी को पंक्ति में रखना" <i>अंग्रेजी प्रवचन, दिवाली पूजा, हैम्पस्टेड, लंदन, यूके, 6 नवंबर 1983</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Reh7Q-1oWtQ">https://www.youtube.com/watch?v=Reh7Q-1oWtQ</a>
38	ईसा मसीह का जन्मदिन	दिवाली के ही दिन	मैरी माता और यीशु को श्री महालक्ष्मी और श्री गणेश के रूप में पूजा जाता है	"मेरे लिए महालक्ष्मी का प्रतीक मैरी हैं, आपके लिए वह महालक्ष्मी और बाह्य में गणेश का प्रतीक ईसा मसीह हैं .... इसलिए, दोनों की पूजा केवल दिवाली के दिन की जाती है। इसलिए वास्तव में यह क्रिसमस है। यह क्रिसमस है। असली क्रिसमस जो पहले भी था, और इसी समय ईसा मसीह का जन्म हुआ था, न कि 25 दिसंबर को" <i>अंग्रेजी प्रवचन, दिवाली पूजा, हैम्पस्टेड, लंदन, यूके, 9 नवंबर 1980</i>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=worXL2QxZQ">https://www.youtube.com/watch?v=worXL2QxZQ</a>

## महत्वपूर्ण दिन- सहज योग में (दूसरा संस्करण 01 जनवरी 2021)

क्रम	महत्वपूर्ण दिन	घटित होने का दिन	महत्व	श्री माताजी का उद्धरण	वेब लिंक
39	दिवाली के बाद प्रथमा	दिवाली के बाद प्रथमा	शालिवाहन नववर्ष	"आप मेरे बच्चे हो इसलिए आपको इसी कैलेंडर, शालिवाहन कैलेंडर, का उपयोग करना है। शालिवाहन कैलेंडर का यह पहला दिन है। और वे इसे मनाने के लिए सुबह के समय क्या करते हैं? एक लोटा लेते हैं और एक शॉल डालते हैं इसके साथ, एक ध्वज के रूप में, जो कुंभ और माँ के शॉल का द्योतक है। इसीलिए उन्हें शालिवाहन कहा जाता है - माँ की शॉल के वाहक" अंग्रेजी प्रवचन, दिवाली पूजा, हैम्पस्टेड, लंदन, यूके, 6 नवंबर 1983	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Reh7Q-1oWtQ">https://www.youtube.com/watch?v=Reh7Q-1oWtQ</a>
40	भाई दूज / भाऊ बीज	दिवाली के बाद दूज	भाइयों के माथे पर बहनें टीका लगाती हैं	"यह शुद्ध संबंध है, जिसमें भाई की रक्षा के लिए बहनें प्रार्थना करती है, और बहन के क्षेम लिए भाई प्रार्थना करता है" अंग्रेजी प्रवचन, दिवाली पूजा, हैम्पस्टेड, लंदन, यूके, 6 नवंबर 1983	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Reh7Q-1oWtQ">https://www.youtube.com/watch?v=Reh7Q-1oWtQ</a>
41	श्री गुरु नानक जयंती	कार्तिक महीने की पूर्णिमा	गुरु नानक का जन्मदिन	"तो, इस तरह की तारीख पर अपना जन्मदिन उनका जन्मदिन मानना भी एक मिथक है, क्योंकि वे कभी नहीं मरे। वह अमर हैं" अंग्रेजी प्रवचन, गुरु नानक पूजा, निर्मला पैलेस, लंदन, यूके, 1 नवंबर 1982	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=uEulmlBvS6A">https://www.youtube.com/watch?v=uEulmlBvS6A</a>
42	श्री दत्तात्रेय जयंती	मार्गशीर्ष महीने की पूर्णिमा	श्री आदिगुरु दत्तात्रेय का जन्मदिन	"सारे गुरुओं के गुरु, आदिगुरु श्री दत्त जी महाराज। उनका आज महान दिवस है। उनको मैं नमस्कार करती हूँ। वो मेरे भी गुरु है। उन्होंने मुझे अनेक जन्मों में सहज योग पर बहुत कुछ सिखाया है"	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=-kgQwUDUmsw">https://www.youtube.com/watch?v=-kgQwUDUmsw</a>
43	क्रिसमस	25 दिसंबर	प्रभु यीशु मसीह का जन्मदिन	लेकिन वह केवल रोमनों या किसी और के लिए पैदा नहीं हुए थे, बल्कि वह पूरी दुनिया के लिए पैदा हुए थे। क्योंकि उस समय मानव में अहंकार बढ़ने लगा था" अंग्रेजी प्रवचन, क्रिसमस पूजा, चेलशाम रोड आश्रम, लंदन, यूके, 25 दिसंबर 1981	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=ythMnqPBzoi">https://www.youtube.com/watch?v=ythMnqPBzoi</a>
44	अमावस्या	अमावस्या की रात	बाईं ओर का खतरा	"अमावस्या की रात को लेफ्ट और राइट साइड दोनों तरफ में आपको डेंजर (खतरे) होते हैं। दो दिन, विशेषकर अमावस्या की रात्रि को और पूर्णिमा की रात्रि को बहुत जल्दी सो जाना चाहिए .... विशेषकर अमावस्या के दिन, आपको शिवजी का ध्यान करना चाहिए .... और पूर्णिमा के दिन आपको श्री रामचंद्र जी का ध्यान करना चाहिए" हिंदी प्रवचन, ध्यान कैसे करें, मुंबई, भारत, 29 मई 1976	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=spXD5bBaraws">https://www.youtube.com/watch?v=spXD5bBaraws</a>
45	पूर्णिमा	पूर्णिमा की रात	दाईं ओर का खतरा		
46	सप्तमी और नवमी	सप्तमी और नवमी	शुभ दिन	"सप्तमी और नवमी, दो दिन विशेषकर, आप पर आशीर्वाद हमारा रहता है .... सप्तमी और नवमी के दिन जरूर ऐसा कोई आयोजन करना जिसमें ध्यान आप अपना पूरा करें" हिंदी प्रवचन, ध्यान कैसे करें, मुंबई, भारत, 29 मई 1976	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=spXD5bBaraws">https://www.youtube.com/watch?v=spXD5bBaraws</a>
47	सूर्य ग्रहण	जब पृथ्वी पर चंद्रमा की छाया पड़ती है। अमावस्या को ही होता है	हम पर बुरा प्रभाव पड़ता है	"गर्भवती महिला को कभी भी सूर्य या चंद्रमा का ग्रहण नहीं देखना चाहिए, क्योंकि यदि वे सूर्य ग्रहण देखती हैं तो बच्चों को शारीरिक समस्या होगी" अंग्रेजी प्रवचन, ले रेनीसी आश्रम, फ्रांस, 17 अगस्त 1987	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=IEFIGgotvxM">https://www.youtube.com/watch?v=IEFIGgotvxM</a>
48	चंद्र ग्रहण	जब चंद्रमा की छाया पृथ्वी पर पड़ती है। पूर्णिमा को ही होता है	हम पर बुरा प्रभाव पड़ता है	"... और अगर वे चंद्र ग्रहण, चंद्रमा के ग्रहण को देखती हैं, तो बच्चों को मानसिक परेशानी होगी" अंग्रेजी प्रवचन, ले रेनीसी आश्रम, फ्रांस, 17 अगस्त 1987	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=IEFIGgotvxM">https://www.youtube.com/watch?v=IEFIGgotvxM</a>
49	सूर्यास्त	प्रतिदिन	हम पर बुरा प्रभाव पड़ता है	"यदि आप लंबे समय तक गर्भावस्था के दौरान डूबते हुए सूरज को देखते हैं तो आपको कमजोर आँखों वाले बच्चे होंगे" अंग्रेजी प्रवचन, सार्वजनिक कार्यक्रम, रोम, इटली, 29 अप्रैल 1982	<a href="https://soundcloud.com/nirma-ala-vidya-portal/19820429-3rd-public-program-1">https://soundcloud.com/nirma-ala-vidya-portal/19820429-3rd-public-program-1</a>
50	मंगलवार	हर सप्ताह	श्री गणेश, श्री हनुमान, मूलाधार चक्र, मंगल ग्रह का दिन	"मंगलवार वह दिन है जब गणेश को स्थापित किया गया था... मंगलवार मंगल ग्रह का दिन है" अंग्रेजी प्रवचन, सिडनी, ऑस्ट्रेलिया, 4 अप्रैल 1981	<a href="https://youtu.be/IF1QxahjSk">https://youtu.be/IF1QxahjSk</a>

## महत्वपूर्ण दिन- सहज योग में (दूसरा संस्करण 01 जनवरी 2021)

क्रम	महत्वपूर्ण दिन	घटित होने का दिन	महत्व	श्री माताजी का उद्धरण	वेब लिंक
51	बुधवार	हर सप्ताह	स्वाधिष्ठान चक्र, बुध ग्रह का दिन	"देवी ने बुधवार को काम करना शुरू किया ... बुधवार बुध ग्रह का दिन है और बुधवार स्वाधिष्ठान है" अंग्रेजी प्रवचन, सिडनी, ऑस्ट्रेलिया, 4 अप्रैल 1981	<a href="https://youtu.be/IF1QbxahjSk">https://youtu.be/IF1QbxahjSk</a>
52	गुरुवार	हर सप्ताह	गुरु, भवसागर चक्र, बृहस्पति ग्रह का दिन	गुरुवार बृहस्पति का दिन है ... हम इसे गुरु कहते हैं। बृहस्पति ग्रह गुरु है" अंग्रेजी प्रवचन, सिडनी, ऑस्ट्रेलिया, 4 अप्रैल 1981	<a href="https://youtu.be/IF1QbxahjSk">https://youtu.be/IF1QbxahjSk</a>
53	शुक्रवार	हर सप्ताह	देवी, हृदय चक्र, शुक्र ग्रह का दिन	शुक्रवार देवी का दिन है, ब्रह्मांड की माता, शुक्र" अंग्रेजी प्रवचन, सिडनी, ऑस्ट्रेलिया, 4 अप्रैल 1981	<a href="https://youtu.be/IF1QbxahjSk">https://youtu.be/IF1QbxahjSk</a>
54	शनिवार	हर सप्ताह	श्री कृष्ण, विशुद्धि चक्र, शनि ग्रह का दिन	शनिवार का दिन श्री कृष्ण का दिन है, जो शनि ग्रह हैं" अंग्रेजी प्रवचन, सिडनी, ऑस्ट्रेलिया, 4 अप्रैल 1981	<a href="https://youtu.be/IF1QbxahjSk">https://youtu.be/IF1QbxahjSk</a>
55	रविवार	हर सप्ताह	श्री यीशु मसीह, आज्ञा चक्र, सूर्य का दिन	रविवार यीशु मसीह, सूर्य का दिन है" अंग्रेजी प्रवचन, सिडनी, ऑस्ट्रेलिया, 4 अप्रैल 1981	<a href="https://youtu.be/IF1QbxahjSk">https://youtu.be/IF1QbxahjSk</a>
56	सोमवार	हर सप्ताह	श्री सदाशिव, सहस्रार चक्र का दिन	"सोमवार सदाशिव का दिन है" अंग्रेजी प्रवचन, सिडनी, ऑस्ट्रेलिया, 4 अप्रैल 1981	<a href="https://youtu.be/IF1QbxahjSk">https://youtu.be/IF1QbxahjSk</a>
57	प्रतिदिन	सुबह शाम	ध्यान का समय	"अंतर्मन के लिए यह महत्वपूर्ण है कि आप सभी को सुबह और शाम, हर दिन ध्यान करना चाहिए। भले ही आप अपने दांतों को ब्रश न करें, लेकिन आपको ध्यान जरूर करना चाहिए" अंग्रेजी प्रवचन, ब्रिस्बेन, ऑस्ट्रेलिया, 6 अप्रैल 1991	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=mZawQhv2_DM">https://www.youtube.com/watch?v=mZawQhv2_DM</a>
58	प्रतिदिन	सुबह	आध्यात्मिक उन्नति पाने के लिए हमारी नसों की शुद्धि के लिए सुबह का ध्यान	"आपने मुझे आज वादा करना है कि, कल से आप सभी सुबह उठकर ध्यान करेंगे। मेरा सुझाव है कि यदि आप सुबह स्नान करें तो बेहतर होगा, ताकि आप उनींद न रहें" अंग्रेजी प्रवचन, लंदन, यूके, 23 मार्च 1980	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=QdVLM7Y_b3Y">https://www.youtube.com/watch?v=QdVLM7Y_b3Y</a>
59	प्रतिदिन	सुबह	आध्यात्मिक उन्नति पाने के लिए हमारी नसों की शुद्धि के लिए सुबह का ध्यान	"सबसे का जो ध्यान है वो अपनी ओर नजर करने का ध्यान है, कि मैं क्या कर रहा हूँ? मेरे अंदर क्या दोष है? मेरे अंदर क्रोध आता है, इस क्रोध को मैं कैसे नष्ट करूँ? मुझे ऐसी इच्छाएँ होती हैं जो कि मेरे लिए दुःखदाई हैं, मुझे नष्ट करेंगी, उनमें मैं क्यों जाता हूँ?" हिंदी प्रवचन, दिल्ली, भारत, 27 नवंबर 1991	<a href="https://soundcloud.com/nirmala-vidya-portal/19911127-dyan-ki-avashakta">https://soundcloud.com/nirmala-vidya-portal/19911127-dyan-ki-avashakta</a>
60	प्रतिदिन	शाम	खुद को साफ करने और मानवता के लिए प्रार्थना करने के लिए शाम का ध्यान	"तो शाम का ध्यान है, वो बाहर की ओर होना चाहिए। माने मैंने औरों के लिए क्या किया, मैंने सहज योग के लिए क्या किया, मैंने माँ के लिए क्या किया? .... सबसे का ध्यान अगर हम कहें कि ज्ञान का है, तो शाम का ध्यान भक्ति का है" हिंदी प्रवचन, दिल्ली, भारत, 27 नवंबर 1991	<a href="https://soundcloud.com/nirmala-vidya-portal/19911127-dyan-ki-avashakta">https://soundcloud.com/nirmala-vidya-portal/19911127-dyan-ki-avashakta</a>
61	प्रतिदिन	हर समय	हर समय योग की अवस्था में रहना	"आप ध्यान नहीं कर सकते, आपको ध्यान में रहना होगा। आप ध्यानमग्न हो जाएंगे। आप हर समय ध्यान में होते हैं। ऐसा कोई समय नहीं है जब आप ध्यान में नहीं होते, क्योंकि आप एक अलग व्यक्ति बन जाते हैं" अंग्रेजी प्रवचन, कैक्सटन हॉल लंदन, यूके, 24 नवंबर 1980	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=nSTm2l2cS4">https://www.youtube.com/watch?v=nSTm2l2cS4</a>

अगले वर्ष के संस्करण में त्रुटि सुधार करने और इसे बेहतर बनाने के लिए आपके सुझाव आमंत्रित हैं - [belpraveen@gmail.com](mailto:belpraveen@gmail.com)