नवीन सहस्रकात

प्राचीन भविष्यवाणी साकारणार

✦ योगी महाजन ✦

नवीन सहस्त्रकात प्राचीन भविष्यवाणी साकारणार

(New Millennium चा मराठी अनुवाद)

योगी महाजन

अनुवाद

श्री.अ.शि.आंबर्डेकर

शुद्ध विद्येचा स्रोत
परमपूज्य माताजी श्री निर्मलादेवींच्या
चरणांवर समर्पित

मूळ लेखकाचे मनोगत

नवीन सहस्रकाच्या उंबरठ्यावर आपल्या कल्पनेतील जग युद्ध व जाती–वर्ण भेदापासून मुक्त होईल असे स्वप्न आपण पाहतो आणि त्याचबरोबर समस्त मानवजात उन्नतीच्या आणखी उच्च स्तरावर येऊन प्रेमाने व गुण्यागोविंदाने नांदू लागेल ही संतांची भविष्यवाणी प्रत्यक्षात उतरेल याची आशा करीत आहोत.

सध्याच्या विज्ञानयुगात चंद्रावर वा मंगळावर मानव पोहोचणे ही प्रचंड प्रगती कौतुकास्पद असली तरी माणूस म्हणून आपण अजून मध्य स्तरावरच आहोत.

हेवा–दावा, वैर, द्वेष, मोह, भय इ.पासून सुटका न झाल्याने नुसते आधुनिक पेहराव करून माणूस सुधारत नसतो; त्यासाठी त्याचे अंतर्मनही सुधारले पाहिजे. माणसाच्या मेंदूमधून प्रचंड भौतिक प्रगती साध्य झाली असली तरी माणसाच्या आतमध्ये परिवर्तन न घडल्यामुळे आचार–विचार–कृती यांच्यात एकसूत्रीपणा आलेला नाही.

आपल्याला दिव्य मानवांचे जग बनवण्याचे ध्येय गाठण्यासाठी पूर्वापार चालत आलेल्या पद्धती व कल्पना बदलल्या पाहिजेत. त्यासाठी पुनर्निर्णय करणे आवश्यक आहे, पण साक्षीरूप प्राप्त झाल्याशिवाय हे शक्य होणार नाही. साक्षी अवस्थेत अहंकार, संस्कार यांना शिरकाव नसतो. ही स्थिती मिळविण्याचा सुलभ उपाय म्हणजे ध्यानधारणा. सहजयोगात या ध्यानाची सोपी पण परिणामकारक पद्धत सांगितली आहे. प.पू.श्रीमाताजी निर्मलादेवींनी सुरू केलेल्या सहजयोगामधूनच आपल्याला एकविसाव्या शतकात सगळीकडे सुख–शांतीचे साम्राज्य निर्माण करण्याची दिशा मिळणार आहे. आत्म्याचा प्रकाश मिळाल्यावर हे कसे घडून येणार ते सांगण्याचा हा प्रयत्न.

...योगी महाजन

अनुवादकाचे मनोगत

New Millennium Fulfills Ancient Prophecies या श्री.योगी महाजन यांच्या मूळ इंग्रजी ग्रंथाचा हा मराठी अनुवाद. मूळ पुस्तक वाचल्यावर प्रथमच जाणवणारी गोष्ट म्हणजे विषयाचा आवाका. दुसरी गोष्ट म्हणजे नवीन सहस्रकाच्या उंबरठ्यावर असणाऱ्या मानवासमोर तो आताच ठेवण्याचे औचित्य.

सहजयोग्यांमधील मराठी लोकांनाही सहजयोगाबद्दलची आपुलकी असल्यामुळे त्यांना या विषयाची व्याप्ती ओळखण्यास मदत व्हावी, या दृष्टीने या इंग्रजी पुस्तकाचा अनुवाद करण्याची कल्पना प.पू.श्रीमाताजींच्या कृपेने पुढे आली. पुस्तकाचा मध्यवर्ती विषय गहन असल्यामुळे अनुवाद करण्याचा प्रयत्न मूळ संकल्पनांना धक्का लागणार नाही याचे भान ठेऊन भाषानुरूप मांडणी करण्यासाठी थोडेफार बदल करावे लागले. विशेषत: बायबल वगैरेसारख्या ग्रंथांमधील अवतरणे भाषांतर म्हणून न करता सरळ भाषेत त्याचा अर्थानुरूप अनुवाद केला आहे. अर्थात संदर्भ टीपा मूळ पुस्तकाप्रमाणेच त्या त्या ठिकाणी उद्‌धृत केल्या आहेत. त्यातूनही काही कमी जास्त झाले असल्यास क्षमा केली जाईल ही खात्री आहे.

थोडक्यात पण मोजक्या भाषेत मांडलेला हा विषय आहे. त्या दृष्टीने सहजयोगाची आजकालच्या जागतिक परिस्थितीच्या संदर्भातील उपयुक्तता व आवश्यकता वाचकांना जाणवेल व चिंतन–मननासाठी काही दिशा मिळेल अशी आशा आहे.

श्री.योगी महाजन यांनीच ही संधी उपलब्ध करून दिल्याबद्दल त्यांचे आभार मानावे तेवढे कमीच होतील.

...श्री.अ.शि.आंबर्डेकर, पुणे

डिसेंबर १९९९

अनुक्रमणिका

अध्याय	शीर्षक	पृष्ठ क्र.
१	भविष्यकालीन वेध नसलेली संस्कृती लयास जाते	७
२	अणुबाँबपेक्षाही शक्तिशाली चिरंतन शक्ती-स्रोत	१३
३	त्रिगुणात्मक क्षेत्र-दर्शन	२०
४	आणखी एक क्षेत्र दर्शन	३१
५	अंगभूत अबोधिता	३८
६	मायाजाल आणि भ्रांती	४८
७	मानसिक ताणतणाव आणि उपाय	५३
८	माणसांची उथळ वागणूक	५७
९	निर्व्याज्य प्रेम	६३
१०	मी अपराधी नाही	७०
११	प्रेमामधूनच लोक सुधारतील	७४
१२	वैश्विक प्रेमाची अमर्याद व्याप्ती	७९
	उपसंहार	

अध्याय १
भविष्यकालीन वेध नसलेली संस्कृती लयास जाते

रात्री आकाशात चमकणाऱ्या चांदण्यांचे लहान मुलांना खूप कुतूहल असते. त्यांच्याकडे नजर गेली की, त्यांना हात लावावा असे त्यांना वाटत असे. त्यावेळेस त्यांची दृष्टी शाळा आणि घर यांच्या पलीकडे अगदी दूरपर्यंत पोहोचलेली असते. कुठेतरी लांबवर या ताऱ्यांच्या जगात आपण जाऊ असे त्याला आंतमधून वाटत असते. प्रत्येक रात्री त्या तारका त्याला खुणावत असतात.

या तारका विश्वामध्ये त्यांना आखून दिलेल्या मार्गाप्रमाणे प्रवास करत असल्या तरी मानवाला मन, अहंकार, बुद्धी याच्या पलीकडील विश्व जाणण्यासाठी प्रेरणा देत राहतात म्हणूनच माणूस विचार करू लागतो, 'मी कोण आहे? मी इथे का जन्माला आलो? मानवी जीवनाचा हेतू काय आहे? आणि यानंतर आपले काय होणार?' या विचारांमधेच उत्क्रांतीच्या या महाप्रवासात मानव आणखी उन्नत टप्प्यावर येऊन महामानव बनेल. या दिव्य स्वप्नाचा उगम आहे.

शाळा, कॉलेज किंवा मोठमोठे ग्रंथ वाचून मिळणाऱ्या ज्ञानापेक्षा आणखी एक परमश्रेष्ठ ज्ञानाचा अत्युत्तम खजिना विश्वामधे आहे आणि तिथेच शुद्ध ज्ञान साठवलेले आहे. इ.स.पूर्व ३०० शतकाच्याही आधी काही ख्रिस्ती बांधवांना सापडलेल्या अशा एका खजिन्यातील हा उतारा पहा.

''.... आणि एक दिवस असा येईल, की तुझा
आत्मा जागा होईल आणि मानवी शरीर
नुसते जगण्यासाठी व खाण्या–पिण्यासाठी

नाही तर पवित्र जीवनाच्या मूळ प्रवाहामध्ये
उतरण्यासाठी आहे हे तुला समजेल, मग तू
त्या पवित्र प्रकाशात मिसळून जाशील.
यापेक्षा काही जास्त मी सांगत नाही कारण
त्या प्रकाशमय प्रवाहातून
तू अशा ठिकाणी येशील, जिथे शब्द नसतील.'

मानवाचे चित्त जेव्हा त्याच्या संकुचित बुद्धीच्या पलीकडे पोहोचते तेव्हा ते एका उच्च स्तरावरील सामूहिक शक्ती स्पंदनाबरोबर जोडले जाते आणि त्या लहरींमधून आकाशातील ग्रह–तारकांबरोबरच नव्हे तर त्यांच्यापेक्षा विशाल अशा 'सामूहिक चेतने'बरोबर जोडले जाते.

अलीकडे काही रशियन शास्त्रज्ञांनाही सामूहिकच चेतनेचा हा भाग समजला आहे, पण त्याचे मोजमाप करणे अजून त्यांना समजले नाही. मानवी चेतना सीमित असली तरी सामूहिक चेतनेबरोबर ती उन्नत झाली, की अमर्याद होते. तेव्हाच आपण अंतिम सत्य जाणू शकतो. अंतिम सत्याचा प्रकाश पडला, की मायेचा पडदा उरत नाही आणि स्वत:बद्दलच्या भ्रामक कल्पना, श्रद्धा, मते, आराखडे, मानसिक कल्पना इ. सर्व पुसले जाते. मग आपले व्यक्तिमत्व एक वेगळे रूप धारण करते. सनातन मूल्ये, उच्च तत्त्वे, वैश्विक सत्तेची कार्यप्रणाली व सर्वात महत्त्वाचे म्हणजे आंतरिक चिरंतन अस्तित्व याची जाणीव झाल्यामुळे ते प्रगल्भ होते. सत्याच्या या प्रकाशामध्ये कुठल्याही घटनेमधील सत्य व असत्य ताबडतोब दृष्टोत्पत्तीस येते. प्रेम व करुणेच्या शक्तीकडून हे घडून येते. ही शक्ती मातृप्रेमाच्या दृष्टीमधून सर्व पाहत असल्याने तिला लेकरांच्या चुकांचा राग येत नाही, तिकडे ती दुर्लक्ष करते व आपल्या प्रेमामधूनच त्यांना सुधारते. परीक्षेत नापास झालेल्या मुलाला ती सोडून देत नाही तर हळुवारपणे त्याला मार्गावर आणते. लहान मूल चालायला शिकते तेव्हा पुन्हा पुन्हा धडपडते

पण आई गोड बोलून त्याला चालायला मदत करते, त्याच तऱ्हेने प्रेम व करुणा आपली दृष्टी हळूहळू पण सातत्याने आत्मप्रकाशाच्या दिशेने वळवतात. सध्याच्या आधुनिक काळामध्ये साक्षात आदिशक्ती श्रीमाताजी निर्मलादेवी आपल्या सर्वांच्या सौभाग्यामुळे, त्यांच्या मानवजातीबद्दलच्या करुणा व प्रेमामधून, सत्याचा शोध घेणाऱ्या हजारो लोकांना आत्मसाक्षात्कार देत आहेत. आत्मज्ञान देण्यासाठी त्यांनी अलौकिक असा सहजयोग सांगितला आहे. प्रेम व करुणा हा त्यांच्या उपदेशाचा गाभा आहे. तसाच त्यांच्या आनंदी व्यक्तिमत्त्वाचा तो परिपाक आहे. त्यांच्या नुसत्या दर्शनानेही त्यांच्या प्रेमाचा व आनंदाचा साक्षात अनुभव प्रत्येक माणसाच्या अंतरंगात घटित होतो, त्याची कुंडलिनी ताबडतोब जागृत होते आणि त्या जागृतीमधून तो अंतर्बाह्य बदलून जातो.

नोबेल पारितोषिक पुरस्कर्ता आल्फ्रेड नोबेल यांचा वंशज मार्कस नोबेल एका कार्यक्रमात श्रीमाताजींच्या कृपेने सहजयोगातून होणाऱ्या या परिवर्तन प्रक्रियेबद्दल बोलताना म्हणाला,

''परमेश्वरी प्रेमशक्तीचा वैश्विक परमानंद एखाद्या योगपद्धतीमधून काहीही पैसे मोजावे न लागता मिळत असेल तर?

उत्क्रांती-प्रवासात निम्नस्तरावरील प्राण्यांपासून मानव आजकालच्या स्थितीला आला. या स्थितीपेक्षाही जाणीवेच्या आणखी एका उच्च स्थितीला तो आला आणि त्याचा मेंदू व मज्जासंस्थाही अशाच उच्च स्तरावर पोहोचल्या तर?

यच्चयावत मानवप्राण्यांचे आणि या सुंदर निसर्ग सृष्टीचे अस्तित्व अशा उन्नत मानवी जाणीवेमधून टिकून राहणार असेल तर?

डार्विनच्या सिद्धांताप्रमाणे ज्या उत्क्रांतीला हजारो पिढ्या लागल्या त्या ऐवजी मानवाची जाणीव एका जन्मातच उन्नत होणार असेल तर?''*

* कॅलिफोर्नियातील १८ जून १९९७ च्या भाषणामधून

आंतरिक परिवर्तनाची सुरूवात हा मानवामध्ये जन्मसिद्ध पण सुप्त असलेल्या प्रेम व करुणामय परमेश्वरी शक्ती बीजाला फुटलेला अंकुर आहे. त्याचा आविष्कार व्यक्तिमत्त्व, आचार व विचारांमधून प्रकट होतो. हा प्रभाव व्यापक झाला तर समाज जीवनाच्या धारणा, मूल्ये व संबंध उच्च स्तरावर येतील व सर्व मानवजातीला त्यापासून लाभ होईल. आता समाजामध्येही स्वत:ला प्रगत व खुल्या अंत:करणाचे म्हणवणारे लोक असतात; माणसामध्ये सुसंस्कार घडवून समाजामध्ये किंवा संस्थांमधून लोकोद्धाराचे कार्य करणारे लोकही असतात, पण या कार्याची पद्धत व दिशा मानवी बुद्धीमधून मिळविलेली असते. अशा विचारांमधूनच कम्युनिझम, समाजवाद, भांडवलशाही असे वेगवेगळे सिद्धांत उदयास आले व आपापल्या पद्धतीप्रमाणे लोकहिताच्या, लोककल्याणाच्या व्यवस्था देशोदेशी चालू झाल्या, पण प्रदीर्घ काळ गेल्यावर या व्यवस्था कुचकामाच्या असल्याचे दिसून आले. रशियामध्ये संघ राज्य कोलमडल्यानंतर असे दिसून येत आहे की, रशियन लोक जे पूर्वी चर्च संस्थेच्या विरोधात होते ते आता त्याला मान्य करू लागले आहेत. पूर्वीची चर्चप्रणाली आता पुन्हा जोम धरू लागली आहे. त्याचे कारण म्हणजे मानवी बुद्धी एका सरळ, समपातळीवर कार्य करीत असते. म्हणून ती एका मर्यादेपर्यंत कार्य करू शकते व कालांतराने उलट मार्गाकडे वळते. म्हणून सामूहिक विषयांसंबंधी केवळ बुद्धिवादी भूमिकेमधून समर्पित राहून भागत नाही, तर उद्दिष्ट साध्य करण्यासाठी प्रकाशित दूरदृष्टी असणे महत्त्वाचे व जरुरीचे आहे. इतिहासात असे दिव्य दृष्टी असलेले महात्मा गांधी, कमाल पाशा, गॅरीबाल्डी, अब्राहम लिंकन, जॉर्ज वॉशिंग्टन असे अनेक महात्मे होऊन गेले.

भारतीय थोर योगी, सूफी संत, झेन मुनी अशा अनेक थोर पुरुषांना ध्यानधारणेमधून अशी दिव्य दृष्टी व ज्ञान प्राप्त झाले होते, पण मुख्य गोष्ट म्हणजे स्वत:च्या 'स्व' स्वरूपाचे सत्य जाणल्याशिवाय दृष्टीला सत्याचे

तेज येत नाही. शेक्सपिअर म्हणाला होताच, ‘सर्वात महत्त्वाचे म्हणजे तू स्वत:शी प्रामाणिक रहा.’ सत्याबद्दल नुसते बोलणे सोपे असते, पण त्याप्रमाणे आचरण करणे सोपे नाही. उलट कठीणच आहे. नुसत्या शाब्दिक भाषणांमुळे सगळीकडे गोंधळ व गडबड माजून वादविवादच वाढले आहेत. नवीन एकविसाव्या शतकासाठी आपण अशी प्रार्थना करू या की, जगभरातील सर्व मानवजात या थोर पुरुषांची शिकवण मुळापासून आत्मसात करेल व सुखी होईल. सर्वांचे ध्येय समान असेल तर पंथापंथातील कडवटपणा व दुराग्रह संपून जाईल. सागरासारखे विशाल होण्याऐवजी त्यातील बिंदूच म्हणून राहण्याची वृत्ती काय कामाची? पंथा–पंथाबद्दल खल माजवून तेच तेच कुटत बसण्याऐवजी सर्वसमावेशक एकाकारितेचा प्रयत्न जास्त हितकारक नव्हे का? श्रीकृष्ण, येशू ख्रिस्त, मोहम्मद, झोरास्टर, लाओ त्से, कन्फूशियस इ. सर्व थोर पुरुषांची शिकवण एकत्र गुंफून आपणा सर्वांनी त्यांच्यासारखी दिव्य ज्ञानदृष्टी मिळवू या.

साडेतीन कुंडलात मानवामध्ये असलेली शाश्वत शक्ती
वर्ष १९९७ मध्ये मास्कोत घेतलेले चित्र

अध्याय २

अणुबाँबपेक्षाही शक्तिशाली चिरंतन शक्ती-स्रोत

निसर्गामध्ये जिवंत फुले असतात म्हणूनच त्यांच्यासारखी कृत्रिम फुले बनविली जातात. त्याचप्रमाणे सर्व धर्मातील थोर ऋषी–मुनी व प्रेषितांनी जर सर्वव्यापी अखंडपणे कार्य करणाऱ्या दिव्यशक्तीबद्दल सांगून ठेवले आहे, तर ती शक्ती विश्वामध्ये असलीच पाहिजे. त्या शक्तीला रूप, आकार आहे की नाही आणि तिची पूजा कशी केली जाते ही वेगळी गोष्ट.

नवजात अर्भकाला आईची जाणीव जशी जन्मत:च येते तशी विश्वनिर्मिती करणाऱ्या शक्तीबद्दलच्या प्रेमामुळेच त्याची पूजा करण्याची ओढ अनंतकाळापासून मानवामध्ये आहे. हा विश्वकर्ता स्वत:च एक प्रेमाचा महासागर आहे, या प्रेमामधूनच मानव व निसर्गाची निर्मिती केली गेली. मानवी शरीर पंचमहाभूतांपासून बनलेले असले तरी त्याच्या हृदयाचे स्पंदन कसे चालते, श्वासोच्छवास कसा चालतो किंवा त्याच्या अंतरंगात आनंद कसा येतो, याचा विचार केला तर या प्रेमशक्तीलाच मानावे लागेल. मानवाला प्रेम करण्याची शक्ती जन्मत:च मिळालेली आहे. तिची स्थापना त्याच्या शरीरामध्ये अशा सूक्ष्म प्रकारे केली आहे, की तिला दुसरी कुठलीही शक्ती छेडू शकणार नाही. सर्व थोर साधू–संतांनी या शक्तीचा अनुभव घेतला व त्याचे वर्णन केले. ख्रिस्त त्याला 'स्पिरीट' असे म्हणाले, तर 'अग्निरूपी परमात्म्यापासून आत्मा (Spirit) आला व मग विश्वाची निर्मिती केली गेली,' असे मोझेसने सांगितले. मानवाच्या पाठीच्या कण्यात माकडहाडात स्थापित केलेली शक्ती म्हणजे प्रेमाचा अनंत स्रोत आहे. वैदिक शास्त्रात माकडहाडाला Sacrum Bone म्हणतात. त्या ग्रीक शब्दाचा अर्थ पवित्र असा आहे. अर्थातच या ग्रीक लोकांना या दैवी शक्तीची जाणीव होती हे उघड आहे.

भारतीय पुराणकालीन ग्रंथांमधून, म्हणजे ख्रिस्तपूर्व ५००० वर्षांपासून या शक्तीचा 'कुंडलिनी' या नावाने उल्लेख केला गेला. त्या वेळेपासून आत्मज्ञान झाल्याशिवाय ज्ञान, तपस्या पूर्ण झाली नाही असे मानले जाते. ज्ञानसाधना ही भौतिक वस्तूमात्रापेक्षा आत्मज्ञानाशी जास्त निगडीत होती. सन २००० मधील प्लूटोच्या आगमनानंतर या ज्ञानप्रक्रियेला अशी गती मिळाली आहे, की आता आपल्या खऱ्या स्वरूपाला जाणल्याशिवाय आणि त्यामधून मानवी अस्तित्वाच्या पाळेमुळ्यांपर्यंत पोहोचल्याशिवाय गत्यंतर नाही. मानवी शरीरातील असंख्य पेशींची पुनर्निर्मिती, संवर्धन, सांभाळ आणि कार्य त्यांच्या मूळ रचनेमध्ये बदल न होता कसे चालते? आघातग्रस्त पेशी पुन्हा मूळ स्वरूपात कशा येतात? मानवी शरीराला नको असलेल्या बाहेरील वस्तूमात्रांचे शरीरातून विसर्जन कसे होते? या नियमाला मानवी गर्भच कसा अपवाद ठरतो? सॉक्रेटीससारख्या तत्त्वज्ञानी पुरुषालाही हे प्रश्न सतावत राहिले व शेवटी तो इतकेच म्हणू शकला, की 'स्वत:ला ओळखा.' हे 'स्व' स्वरूपाचे ज्ञान ग्रंथांच्या अभ्यासातून येणार नाही, कारण हे अंतर्ज्ञान आहे, आत्म्याचे ज्ञान आहे आणि ते एकदा प्राप्त झाले, की सर्व ज्ञान, अगदी अणुपरमाणूपेक्षाही प्रचंड ज्ञान मिळते. ज्या माणसाने आत्मा जाणला तो तेच ज्ञान दुसऱ्याला देऊ शकतो. तसे नसेल तर एका जन्मातही हे ज्ञान मिळण्यासारखे नाही.

बायबलमध्ये जीझस ख्राईस्टने असे म्हटल्याचे लिहिले आहे –

> जीझस आपल्या अकरा शिष्यांना म्हणाला, ''मी गेलो म्हणून दु:ख करू नका. माझे जाणेच कदाचित उचित आहे. मी गेलो नाही तर तुम्हाला उद्धारणारा भेटणार नाही. मी शरीराने तुमच्यासमोर असताना हे सांगत असलो तरी तो चैतन्य प्रवाह कार्यान्वित झाला, की तुम्हाला अजून खूप काही

सांगेल आणि माझ्याच शब्दांतून सांगेल. सध्याच्या काळी न उमगणाऱ्या आणखी बऱ्याच गोष्टी तुम्हाला तो सांगेल आणि परमेश्वराचा अंतिम निर्णय होण्याआधी त्या चैतन्याकडून अनेक गूढ गोष्टींचा तुम्हाला उलगडा करून दिला जाईल.

आत्मा, जन्म–मृत्यू, अमरत्व, मानवाची दुसऱ्याबद्दल आणि परमेश्वराबद्दल एकात्मतेची श्रद्धा हे ही सर्व माणसाला लक्षात येईल. त्यामुळे सर्व जग आणि मानवजात सत्यमार्गावर येईल. उद्धारकारक शक्ती प्रगट झाली, की तीच समाजाला दुराचारापासून परावृत्त करेल आणि मी जे सांगतो त्याची सत्यता पटवून देईल. मानवाच्या हिताचे जे आहे, त्याचे महत्त्व समजावून देईल आणि अनीतीचे निर्मूलन करेल. ती प्रकट झाल्यावर मी काही करायचे राहणार नाही कारण परमेश्वराच्या साम्राज्यात येण्यासाठी तुम्ही लायक बनाल. मगच तो दयाळू परमेश्वर मला ओळखतो तसाच तुम्हालाही ओळखेल.....''*

सुयोग असा की, श्रीमाताजी निर्मलादेवींच्या अवतरणामुळे ही भविष्यवाणी खरी ठरली आहे. त्यांना सांगितलेल्या सहजयोग ध्यानधारणेमधून आत्मा जाणण्यासाठी धडपडत असणाऱ्या सर्व साधकांना त्यांच्या माकडहाडातील प्रेमशक्ती जागृत झाल्यावर आत्मानुभूती मिळविणे शक्य झाले आहे.

हे समजवतांना श्री माताजी म्हणतात, ''प्रत्येक मानवप्राण्यामध्ये आत्म्याचा वास आहे. तुमच्या माकडहाडात सुप्त असलेली शक्ती तुमची

**The Acquariam Gospel of Jesus the Christ : Ch.162, V4.*

स्वत:ची आई आहे. तीच तुमचे पालनपोषण करते. या शक्तीला कुंडलिनी म्हणतात. तिचे स्वरूप करुणामय, प्रेमळ, आरामदायक व पोषक आहे. साडेतीन वेटोळे घालून तुमच्या जन्मापासून तिथेच असलेली ही शक्ती तुमच्या आत्मसाक्षात्कारानंतर उत्थान पावण्याची वाट पहात असते. तुमची आईच असल्यामुळे तुमचे नुकसान ती कसे करेल? तुमची सर्व माहिती तिला असते आणि पुनर्जन्म देण्यासाठी ती उत्सुक असते.''

सहजयोगामध्ये बुद्धीचे वा तत्सम कुशलतेचे काही काम नाही, तर एक अतिसूक्ष्म सर्वव्यापी शक्तीकडून तो घटित होतो. कुंडलिनी ही आपल्यामधील जिवंत शक्ती असून आपल्या सर्व क्रियाप्रकियांचा तिच्याशी संबंध येतो. आत्म्याच्या जाणिवेमधून आपली मध्यवर्ती मज्ञासंस्था प्रज्वलित होते व चैतन्य लहरींमधून आपल्यामधील आत्मा प्रकट होतो. आपले लक्ष आपल्या जाणिवेकडे लागले की, दुसऱ्यांच्यामधील कुंडलिनीकडे आपोआप जाते आणि त्यांच्या कुंडलिनीची स्थिती आपण जाणू शकतो; यालाच सामूहिक चेतना म्हणतात. अर्थात आपण त्यांच्याशी संपर्कात येतो आणि विश्वमनाएवढे व्यापक होतो. असे घटित झाले, की दुसऱ्यांचे वेगळे असे अस्तित्व आपण जाणत नाही. या प्रेमशक्तीचा प्रभाव एवढा आहे, की आपण फक्त आपल्याच हाताच्या हालचाली करून दुसऱ्याची कुंडलिनी उचलू शकतो. कुंडलिनीचे सामूहिक जागरण अशाच प्रकारे घटित होते. याचप्रकारे सध्याच्या काळात सत्य काय व असत्य काय हे आपण ओळखणार आहोत. आश्चर्याची गोष्ट म्हणजे जेरूसलेममधील जॉन या पाद्रीने फार पूर्वी लिहून ठेवलेले भाकित या प्रक्रियेशी जुळणारे असे आढळून आले आहे. त्याने म्हटले होते,

> ''या सहस्रकानंतर येणाऱ्या सुवर्ण सहस्रकात माणसांचे डोळे उघडतील. त्याची दृष्टी आपल्या स्वत:पुरती किंवा राष्ट्रापुरती बंदिस्त न राहता सर्व

जगांत एका टोकापासून दुसऱ्या टोकापर्यंत पोहोचू शकेल आणि सर्व लोकांना समजू शकेल. एका व्यक्तीचे दुःख दुसऱ्यालाही व्यथित करते हे त्यांना समजेल. सर्व मानवजात जणू एका प्रचंड मानवदेहामध्ये सामावली आहे, असे त्यांना वाटेल आणि सर्वांचे हृदय एकवटून त्या महादेहाचे हृदय बनून जाईल. सर्व माणसांना समजणारी अशी एकच भाषा असेल आणि सरतेशेवटी तेजस्वी मानवांनीच जग भरून येईल....

....त्यावेळी एक महिला मानवजातीवर साम्राज्य मिळवेल. त्याचा उज्ज्वल भविष्यकाळ दाखवणारे तत्त्वज्ञान त्याला समजावेल. या पुढच्या सहस्रकामध्ये माता म्हणून तिचे अवतरण होईल आणि सैतानाचे राज्य संपून मातृहृदयाच्या सुखद प्रेमाची पहाट होईल. दुष्ट प्रवृत्ती विलयास जातील आणि मूर्तिमंत सौंदर्य प्रकट होईल. या सहस्रकानंतर येणारे सहस्रक प्रकाशमय असेल. सर्व मानवजात एकमेकांवर प्रेम करून गुण्यागोविंदाने सुखाने राहू लागतील आणि त्यांची सर्व स्वप्ने प्रत्यक्षात उतरतील...

...हाच माणसाचा दुसरा जन्म ठरेल. सर्व मानवजातीवर आत्म्याचे अधिष्ठान येऊन त्यांचे प्रेमबंध बळकट होतील. सैतानाचे राज्य लयास जाईल. मानवाला नवीन आत्मविश्वास प्राप्त होईल. या सहस्रकानंतरच्या सहस्रकातील सुरुवातीचे दिवस

क्लेशकारक झाले तरी त्याच्या पाठोपाठ आनंद व उत्साहाने भरलेले दिवस येणार आहेत. नीतीमत्तेचे पालन करण्यातच कल्याण आहे हे मानवाला समजेल आणि धरणीमातेला पुन्हा एकदा सुसंवाद लाभेल...

...पृथ्वीच्या आणि आकाशाच्या एका टोकापासून दुसऱ्या टोकापर्यंत जाणाऱ्या पायवाटा तयार होतील. जंगले पुन्हा एकदा वृक्षराजीने भरून जातील, वाळवंटामध्येही हिरवळी दिसू लागतील आणि पाणी पुन्हा स्वच्छ होईल....

....पृथ्वीवर अनेक बगीचे तयार होतील. मानव सर्व जिवंत प्राणीमात्रांची काळजी घेईल आणि आपणच केलेली अस्वच्छता व घाण दूर करेल. सारे जग आपले घर आहे हे त्याला समजेल आणि सूज्ञतेने उद्याचा विचार करायला तो शिकेल. आपल्या स्वत:च्या मानवी शरीराचे आणि पृथ्वीवरील सर्व गोष्टींचे त्याला ज्ञान मिळेल...

...आजार आणि रोग पैदा होण्याआधीच नाहीसे होतील. माणूस स्वत:ला आणि इतरांना झालेले आजार बरे करू शकेल. आपला आत्मसन्मान आपणच राखला पाहिजे हे त्याला समजेल. आजपर्यंत स्वार्थ आणि मोहाला बळी पडलेल्या माणसाचे हृदय विशाल बनून गरीबांसाठी श्रम व पैसा खर्च करण्यासाठी तत्पर होईल. सर्व मानवप्राण्यांच्या हितासाठी तो झटू लागेल आणि अशा तऱ्हेने एका नव्या युगाची सुरुवात होईल. देण्यातील व वाटून

घेण्यातील समाधान समजल्यावर माणसाचा स्वार्थ व आप्पलपोटेपणा संपून जाईल. माणसाला आत्मा सापडल्यावर त्याच्यावरच तो विसंबून राहील आणि दुष्ट लोक सापडणारच नाहीत, पण हे सर्व लढाई, जाळपोळ यांच्यापासून झालेल्या विध्वंसाच्या राखरांगोळीपासून होणार आहे. यासाठी शक्तिशाली मानवाची जरूरी वाटू लागेल, जो विनाशापासून माणसाला वाचवू शकेल...

...सर्व प्राणीमात्रांवर प्रेम करायला माणूस शिकेल. एका जन्मामध्ये त्याला अनेक जन्माचे पुण्य मिळेल आणि हा प्रकाश सदैव तेवत राहील हे ही त्याला उमगेल...*

* जेरुसलेममध्ये जॉन याचा जन्म सन १०४२ मध्ये फ्रांसमधील एका मठात झाला. इ.स.१११९ मध्ये त्याने त्याची भाकिते पुस्तकरूपात लिहून ठेवली. त्याची मूळ लिखित प्रत १४ व्या शतकात मॉस्कोजवळील एका मठात मिळाली.

अध्याय ३
त्रिगुणात्मक क्षेत्र दर्शन

अमेरिका, भारत व अनेक पौर्वात्य देशांमध्ये फार पुरातन काळापासून निसर्गातील व्यापक घटनांमधून व्यक्त होणाऱ्या शक्तींची पूजा करण्याची प्रथा सुरू झाली. पृथ्वी, चंद्र–सूर्य, समुद्र, वायू इ.ऊर्जा स्त्रोत मानवाच्या संवर्धनासाठी आवश्यक असतात. साहजिकच त्यांच्याबद्दल मानवाला कृतज्ञता वाटू लागली. त्यातूनच या शक्तींना प्रसन्न करून त्यांच्याकडून खूप आशीर्वाद मिळवता येतात ही श्रद्धा मानवामध्ये निर्माण झाली.

पृथ्वी ही सुबत्ता देणारी आणि पालनपोषण करणारी शक्ती मानून तिचा माता म्हणून आदर केला जात असे. धान्य–फलोत्पादनासाठी ऊर्जा पुरविणारा सूर्य ही पुरुषशक्ती आणि आल्हाद देणारा चंद्र ही स्त्री–शक्ती असा विचार रूढ झाला. याच तत्त्वानुसार झेन संस्कृतीमधील संस्थापकांनी शक्तीला यिन–यांग असे रूप व नाव दिले.

माणसाचा मेंदू अशाच दोन विभागात विभागला आहे, हे ही एक नवलच म्हणायला हवे. आपल्या मेंदूचा डावा भाग सूर्यनाडी द्वारा आपल्या शरीराच्या उजव्या भागाच्या कार्यावर नियंत्रण ठेवतो म्हणून तो पुरुष–प्रकृतीचा असतो; त्याचप्रमाणे आपल्या मेंदूचा उजवा भाग चंद्रनाडीद्वारा शरीराच्या डाव्या भागाच्या कार्यावर नियंत्रण ठेवतो म्हणून स्त्री–प्रकृतीचा. सामान्य माणसाच्या जीवनात या दोघांपैकी एक प्रकृतीचा प्रभाव जास्त असल्याचे दिसून येते, तर कधी कधी तो या दोन्ही प्रकृतींमध्ये दोलायमान होऊन वावरत असल्याचे दिसून येते. प्रत्येक माणूस त्या दृष्टीने या दोन्ही गुणांच्या कमी–जास्त मिश्रणामुळे एक विशिष्ट व्यक्तिमत्त्व घेऊन जगतो, पण त्यातही एक समानतेने आढळणारा विशेष म्हणजे ह्या दोन प्रकृती गुणांचे प्रमाण माणसामध्ये कायम नसून आजूबाजूच्या व्यक्ती व घटनांचा

प्रभाव पडत असल्यामुळे ते सतत बदलत असते. त्या बदलानुसार त्याच्या स्वभावामध्येही नेहमी फरक होत राहतो म्हणूनच कदाचित 'माणूस केव्हा काय करेल याचा भरवसा नसतो' ही म्हण पडली असावी. अशा व्यक्तीसमूहांचा समाज बनत असल्यामुळे वेगवेगळ्या संस्कृती निर्माण झाल्या. अर्थात त्यांच्यामध्ये काही वेगळेपण असले तरी काही साम्य ही आढळून येते. उदा.चंद्रनाडीचा प्रभाव असलेल्या दोन व्यक्ती एकमेकांबरोबर सरमिसळून जातात तर दोन विरुद्ध नाडीचा प्रभाव असलेल्या दोन व्यक्तींमध्ये वारंवार भावनिक संघर्ष दिसून येतो.

प.पू.श्रीमाताजींच्या शिकवणुकीप्रमाणे चंद्रनाडीमध्ये आपली शुद्ध इच्छाशक्ती कार्यरत असते. ही नाडी आपल्या डाव्या बाजूला पाठीच्या कण्याच्या तळापासून सुरू होऊन मस्तकापर्यंत जाते, आपल्या भूतकाळातील स्मृती व इच्छा जिवंत करते व त्यांचेच कार्यशक्तीमध्ये परिवर्तन घडून येते. ही शक्ती जोपर्यंत जिवंत असते तोपर्यंत माणसाला जगण्याची इच्छा असते. ही शक्ती नाहीशी झाल्यावर माणूस जिवंत राहू शकत नाही. या शक्तीकडून माणसाच्या भावना उद्दीपित होतात आणि परिणामस्वरूप मेंदूच्या उजव्या बाजूला मन (Super Ego) तयार होते. हीच व्यापक दृष्टीने माणसाची मानसिकता म्हणून समजावी.

इच्छा निर्माण झाल्यावर तिची परिपूर्ती होऊन ती शमणे हे ओघाने आलेच. आपल्या उजव्या बाजूमधील सूर्यनाडीमधून ही कार्यशक्ती पुरवली जाते. ह्या कार्यशक्तीमुळे कार्य करण्याची प्रेरणा माणसाला होते. कार्य करणे म्हणजे शरीर व बुद्धीचा वापर करणे. शरीराच्या व बुद्धीच्या कार्याचा परिणाम म्हणून आपल्या मेंदूच्या डाव्या बाजूला अहंकार निर्माण होतो. यावरून हे दिसून येईल की, सूर्यनाडीच्या कार्यामधून चिकित्सा, पृथक्करण, स्पर्धा, आक्रमकपणा इ.गुणांचा प्रभाव पडतो, तर चंद्रनाडीच्या कार्यामधून नम्रता, हळुवारपणा, संवेदनशीलता, सहकार्य, अंत:प्रेरणा इ.गुणांचा प्रभाव पडतो. यांनाच झेन संस्कृतीमध्ये अनुक्रमे यांग व यिन

प्रकृती म्हणून संबोधले आहे. या दोन सूर्य–चंद्र नाड्या ह्याच आपल्या स्थूल शरीरातील पाठीच्या कण्याबाहेर असलेल्या सिंपथेटिक मज्जासंस्था आहेत.

माणसाच्या मेंदूचे दोन अर्धगोल हे आपल्यामध्ये दोन विरुद्ध पण एकमेकांस पूरक कार्य करत असतात. आपल्या शरीराच्या उजव्या बाजूवर नियंत्रण ठेवणारा एक अर्धगोल विचार, योजना, सर्वेक्षण व पृथक्करण इ. कार्य चालवतो; तर डाव्या बाजूवर नियंत्रण ठेवणारा उजवा अर्धगोल भावना, स्मृती, इच्छा इ. कार्य चालवतो.

माणूस जेव्हा काही कृती करतो तेव्हा अज्ञानामुळे 'मी अमूक करतो' असे समजतो. खरे पाहिले तर माणूस काहीच जिवंत कार्य करू शकत नाही कारण सर्व जिवंत कार्य निसर्गाकडून होत असते. उदा.माणूस वृक्ष निर्माण करू शकत नाहीच पण जिवंत झाडे तोडून त्या लाकडापासून नुसते फर्निचर बनवतो, पण 'मी कार्य करतो' ह्या गैरसमजुतीमुळे त्याला अहंकार मात्र येतो आणि सतत असेच कार्यरत राहिल्यामुळे तो इतका फुग्यासारखा बळावतो की तो फुगा त्याच्या मेंदूमध्ये मावेनासा होतो. या अतिरेकामुळे त्याच्या मनावर ताण येतो व डावीकडील चंद्रनाडीवर दबाव येतो.

जे लोक सतत भविष्याबद्दल योजनांत मनाने गुंतलेले असतात ते आपल्या ऐहिक फायद्याबद्दल व इतरांवर प्रभुत्व गाजवण्याबद्दल विचार करत असतात. असे लोक उजवीकडचे होतात आणि प्रत्येक बाबतीत अधिकाधिक उतावळे होतात. त्यामुळे वर्तमानातील आनंदाला ते मुकतात. उदा.एखादा व्यापारी आर्थिक फायदा कसा जास्त मिळेल याबद्दल सतत धडपडत राहिला तर त्या संपत्तीचा उपभोग घ्यायला त्याला सवडच मिळणार नाही. शिवाय त्याच्या व्यक्तिमत्त्वामध्ये एक प्रकारची शुष्कता, आक्रमकता व छपवेगिरी दिसू लागते. अहंकाराच्या आधीन गेल्यामुळे त्याचा परिणाम चक्रम व मूर्खपणाच्या वागण्यामध्ये होतो.

डोळ्यावरचा चष्मा कपाळावर सरकवून तो कुठे सापडत नाही म्हणून घर डोक्यावर घेणाऱ्या माणसाची उपमा अशा व्यक्तींना बरोबर लागू पडते.

भावनिक अतिरेकीपणा हा कमजोर चंद्रनाडीचा परिणाम असतो. अशा अवस्थेत माणूस उन्माद व नैराश्य यांच्या हिंदोळ्यावर हेलकावत राहतो. डाव्या बाजूचे लोक संस्कारांनी जखडलेले असतात. त्यांना कसला बदल रुचत नाही व चालतही नाही. त्याचा त्यांना धोकाच वाटतो. इतके ते भूतकाळात अडकलेले असतात आणि त्याचेच गुणगान करत बसतात. परिणामस्वरूप अशी व्यक्ती आळशी, निरुत्साही, नकारात्मक व स्वत:चेच खरे मानणारी बनते. या मनोवृत्तीचा मेंदूवर प्रमाणाबाहेर दबाव आला की वेडेपणा, फीट येणे, विपरीतपणा इ. विकारांचा त्रास होतो. अशा मनोधारणेचे लोक संसर्गप्रवण असतात आणि आपली बाधा नकळत पण सहजपणे दुसऱ्या माणसांना पोचवतात. विशेषत: डावी बाजू कमजोर असलेली व्यक्ती अशा माणसाच्या संपर्कात आली तर ती ह्या बाधा आपणच आपल्यामध्ये शोषून घेते. कमजोर व भावनाप्रधान माणूस अशा आजारांना पटकन बळी पडतो आणि एकदा हे त्रास सुरू झाले, की वाढतच जातात व सरतेशेवटी घोर मानसिक दुर्बलता त्याला ग्रासून टाकते. असे म्हणता येईल, की नकारात्मक व विरोधी चैतन्य लहरी पटकन व लक्षात येणार नाही अशा तऱ्हेने ताबा मिळवतात. ज्या व्यक्तीकडून त्या पसरवल्या जातात त्या व्यक्तीचा यात दोष नसतो आणि त्याचे त्यावर काही नियंत्रण नसते. ज्या लोकांची भावनाविवशता पटकन प्रकट होते अशा लोकांकडून बहुधा हे त्रास इतरांकडे पाठवले जातात. एकमेकांच्या संपर्कात येणाऱ्या दोन किंवा अधिक व्यक्तींमध्ये चैतन्य लहरींचे हे दळणवळण सतत चालूच असते. माणसांना एकमेकांच्या गाठी–भेटींमधून सुख वाटणे वा अस्वस्थ वाटणे हे मुख्यत: चैतन्य लहरींच्या अशा कमी–अधिक देवाण–घेवाण होण्यावर बरेच वेळा अवलंबून असते. शिवाय दोन व्यक्ती एकमेकांबरोबर भावनिक दृष्ट्या किती निकट आहेत यावरही प्रभाव अवलंबून असतो.

लहरींचा हा प्रवास तडकाफडकी होत असतो, पण सहजयोगात उतरल्यावर अशा त्रासांपासून आपण स्वत:चा बचाव करू शकतोच; तसेच त्रास झालाच तर आपल्या चक्रांवर आलेले दोष दूर करू शकतो.

नकारात्मक चैतन्य–लहरी समाजाला फार घातक असतात कारण अशा लहरी असणारी व्यक्ती अनेक प्रकारचे त्रास व पीडा इतरांकडे सुपूर्त करतात. जी व्यक्ती कमजोरपणामुळे अशा लहरींचे शोषण करते तिला हे त्रास होऊ लागतात म्हणजे ह्या व्यक्तींच्या नकळत अशा नकारात्मक चैतन्य–लहरींचे आदान–प्रदान घडून येते. असे झाले तर एखाद्या कमजोर व्यक्तीमध्ये अशा विरोधी लहरींचा प्रभाव इतका जोरदार होतो, की त्याच्या सूक्ष्म शरीराला त्या बांडगुळासारख्या चिकटून बसतात व प्रबळ बनत जातात. कालांतराने त्या व्यक्तीमध्ये त्याचा प्रभाव दिसून येऊ लागतो व त्याच्या स्वभावात, वागण्या–बोलण्यामध्ये त्याचा परिणाम दिसू लागतो. जणू त्याच्या मानगुटीवर कुणी भूत संचारल्यासारखा तो वागू लागतो. वैद्यकीय चिकित्सेमध्ये अशा व्यक्तीला मनोरुग्ण समजतात आणि त्याच्यावर काही वैद्यकीय उपचार चालत नाही. पण सहजयोग पद्धतीच्या ध्यानामुळे आपल्यामध्ये बाहेरून आलेली निगेटिव्हिटी दूर करता येते व मन:स्वास्थ्य परत मिळवता येते. आपल्यामध्ये अशा बाधांचा शिरकाव होऊ न देणे व झालाच तर त्यापासून आपले संरक्षण करणे हे अत्यंत महत्त्वाचे कार्य आपला आत्माच करत असतो. आपली सूक्ष्म चक्रे व नाड्यांच्या यंत्रणेमधून हे कार्य करण्याची शक्ती आपल्याजवळ मुळातच असते. आपण त्या संवेदनांकडे लक्ष मात्र ठेवले पाहिजे.

यावरून हे लक्षात येईल, की आपले हित थंड चैतन्य–लहरींच्या संपर्कात राहण्यामध्ये आहे, तशा व्यक्तींच्या सहवासात राहण्यामध्ये आहे. त्यामुळे आपण नेहमी संतुलनात राहू व त्रासदायक बाधा आपल्याकडे येऊ शकणार नाहीत. एकदा कुंडलिनी सहस्रारात आल्यावर साधक साक्षीस्वरूपात येतो आणि त्यानंतर बाहेरील बाधांचा त्याच्यावर परिणाम

होऊ शकत नाही. आजूबाजूला जे चालते ते त्याला कळते पण त्या सर्वांपासून तो अलिप्त राहतो. अर्थात आपल्या उन्नतीकडे लक्ष देणे, त्याबद्दल सतर्क राहणे हाच उत्तम उपाय आहे.

थंड चैतन्य–लहरी कसल्याही खराब बाधांचे निराकरण करण्यात शक्तिशाली असतात. अशा शक्तिशाली व्यक्तीकडून पसरणाऱ्या चैतन्य–लहरींसमोर दुसऱ्या व्यक्तीच्या खराब (गरम) लहरी टिकू शकत नाहीत. पण दुसरी व्यक्तीही त्यासाठी थंड चैतन्य लहरी स्वीकारण्याच्या स्थितीत असेल तर हे घटित होते. या अर्थाने दुसऱ्यांवर फक्त प्रेम केले तरी त्यांचे दोष नाहीसे होतील. प्रेममय चैतन्य–लहरी अनेक चमत्कार घडवून आणू शकतात. माणसांचे दुर्धर रोग ही या चैतन्याने ठीक होतात तर माणसाचे स्वभावदोष व चुकीचे विचार का सुधारले जाणार नाहीत? याच तत्त्वानुसार समाजातले थोडेसे लोकही जागृत होऊन ध्यान करू लागले तर त्यांच्या चैतन्याचा परिणाम साऱ्या समाजावर यथावकाश होणारच यात शंका नाही. निसर्ग तर चांगल्या चैतन्य–लहरी तत्परतेने स्वीकारतो आणि त्याचा सुपरिणाम दिसून येतो. उदा.शेती करताना पेरणी करण्यासाठी चैतन्य युक्त बियाणे वापरले तर उत्पादनात लक्षणीय वाढ होते, पिकाला कीड लागत नाही, जंतुनाशक औषधांचा खर्च वाचतो हे प्रयोगान्ती सिद्ध झाले आहे. सक्षम चैतन्य लहरींमुळे हवामानातही अनुकूल बदल घडून येतो. नवीन सहस्रकाच्या आगमनकाळी सहजयोग व सहजयोगीजन जगभरातील सर्व मानवजातीसाठी शांती, सहकार्य व एकजुटता हाच संदेश घेऊन अधिकाधिक कटिबद्ध व कार्यरत होत आहेत.

आता आपण पुन्हा एकदा आपल्या मूळ विषयाकडे, कुंडलिनीकडे वळू या. आधीच्या माहितीवरून हे समजले, की कुंडलिनी शक्ती मानवी शरीरात प्रस्थापित करण्याच्या प्रक्रियेमध्ये मधोमध आणखी एक नाडी निर्माण होत असल्याचे पाहिले. हा मध्यमार्ग ही एक तिसरी मिती आहे. हा

मध्यमार्ग (सुषुम्ना) हाच कुंडलिनीचे उत्थापन होऊन टाळूपर्यंत वर येण्याचा मार्ग आहे. या उत्थान मार्गामध्ये असलेल्या शक्ती केंद्रातून (चक्र) त्यांचे क्रमाक्रमाने भेदन करून कुंडलिनी टाळूपर्यंत येते. सहस्त्रारामध्ये कुंडलिनी स्थिरावल्यावर सर्वव्यापी परमेश्वरी प्रेम शक्तीच्या संपर्कात येऊन साधक अवर्णनीय सत्–चिद्–आनंद स्वरूप जाणतो. एका कवीने ह्या स्थितीचे वर्णन खालीलप्रमाणे केले :–

मला दिव्य दृष्टी मिळाली,
आणि माझ्या हृदयातील आत्म्याकडून
तुझ्या विश्वाचे गूढ समजले.
मला दिव्य ज्ञान देऊन
तूच मला माझ्याजवळचा
ज्ञानाचा अखंड झरा उघडा केलास.
अमृताच्या झऱ्यामधून
प्रेम आणि ज्ञानाचा पूर अखंड
प्रकाशासारखा वाहत आहे.

ही अनुभूति कोणाला क्षणार्धात प्राप्त होते तर कोणाला थोडा वेळ लागतो. याचे कारण समजण्यासाठी आपल्याला आणखी एका म्हणजे चौथ्या संदर्भाकडे वळले पाहिजे.

हा चौथा संदर्भ म्हणजे आपल्या सूक्ष्म शरीरातील विद्युत चुंबकीय शक्तीस्थाने, ज्यांना 'चक्र' म्हणतात. कुंडलिनी या चक्रांचे भेदन केल्याशिवाय टाळूपर्यंत वर येऊ शकत नाही. चक्रांची स्थिती जर बिघडलेली असेल तर कुंडलिनीला वर येण्यास कठीण जाते, पण कुंडलिनी ही आदिशक्तीचाच अंश असल्यामुळे मुळातच शक्तिशाली असते आणि चक्रांमधील अडचणी दूर करत पार होण्यास सिद्ध असते. याला किती काळ लागेल याचे निश्चित गणित नाही, पण सहजयोग पद्धतीने हे

शक्य आहे यात शंका नाही.

सिंपथेटिक आणि पॅरासिंपथेटिक संस्था आपल्या मध्यवर्ती मज्जासंस्थेद्वारा कार्य करतात. आपल्या मेंदूकडून पाठवले जाणारे ज्ञान संदेश वर सांगितलेल्या चक्रांद्वारा या संस्थेला मिळतात व पुढे शरीरातील वेगवेगळ्या पेशींना ते ज्ञान पोहोचते. अशी रचना केल्यामुळेच पेशी कार्य करू शकतात, त्यांचे पृथक्करण वा वाढ होऊ शकते. या व्यवस्थेमुळेच शरीरातील अवयवांना कार्यान्वित होण्याच्या प्रेरणा मिळत राहतात.

शरीरातील प्रत्येक पेशी ही जिवंत वस्तू आहे आणि प्रत्येक जिवंत वस्तूला तिच्यामधील जीन्सप्रमाणे जाणीव असते. किंबहुना जाणीव आहे म्हणूनच ती जिवंत आहे. जाणीव नाहीशी झाली की पेशी मृतवत होते. चंद्र व सूर्य नाडींचे कार्य प्रमाणाबाहेर वाढले तर त्यांची संवेदनक्षमता कमजोर होते आणि संदेशग्रहण व वहनामध्ये अडथळे येतात. परिणामस्वरूप सिंपथेटिक व पॅरासिंपथेटिक संस्थांकडून येणारे संदेश मध्यवर्ती संस्थेला नीट समजत नाहीत व आकलन दुर्बलतेमुळे पेशींचे कार्यही मंदावते. अर्थात शरीरातील अवयव व स्नायूंच्या कार्यामध्ये बिघाड येतो व त्याचा परिणाम त्यांच्या आरोग्यावर होतो. आपल्याला येणारे बहुतेक मनोकायिक आजाराचे हेच मुलभूत कारण आहे. यावरून हे दिसून येईल, की शरीरातील अवयवांना येणारी दुर्बलता व कमजोरीचे मुख्य कारण शक्तीच्या मूळ स्रोताबरोबरच त्यांचा संबंध बिघडणे हे आहे. मानवी स्वभावातील अतिरेकामुळे नैसर्गिक रीतीमधून मिळणारे संरक्षण बिघडते आणि शक्तीचा हा प्रभाव संपल्यावर विनाशाशिवाय मानवजातीला पर्याय नाही.

आपण जेव्हा डाव्या किंवा उजव्या बाजूमधून कार्य करतो तेव्हा कुठल्याही गोष्टीबद्दल एकतर्फी आकलन होते. संपूर्ण वस्तू समग्रपणे समजत नाही. अशा संकुचित दृष्टिकोनातून कार्य झाल्यामुळे विरोधाभास होतो. सर्व संघर्षाचे मूळ याच्यातच सापडते. मध्यनाडीमधून कार्य

झाल्यास सत्यस्थितीचे सम्यक ज्ञान मिळते. अशा तऱ्हेने सर्वांना एकच दृष्टिकोन व एकच भवितव्य सापडले तर संघर्षाला जागाच राहणार नाही.

कुंडलिनी जागृत होऊन जेव्हा वर येते तेव्हा ती डाव्या व उजव्या बाजूंमध्ये संतुलन प्रस्थापित करते आणि माणसांमध्ये संयम व सामग्रीकरण घडवून आणते. स्वत:ला संतुलनात ठेवले म्हणजे सर्व प्रश्नांचे उत्तर सापडते. डाव्या किंवा उजव्या बाजूमधील एकतर्फी आशयाचा संकुचितपणा दूर होऊन व्यक्तिमत्वामध्ये संतुलितपणा व समग्रपणाचा प्रभाव येतो. समाज जेव्हा अशा स्थितीला येतो तेव्हाच शांतता, प्रगती व समृद्धी प्राप्त करून घेऊ शकतो. उदा.उजव्या (सूर्य) बाजूकडून होणारे कार्य ज्ञानोपासना व प्रगती घडवून आणत असते. त्यामुळे नवनवीन कल्पना, नवीन विचारप्रणाली, संबंधांमधील नवीन सुधारणा इत्यादींचा अविष्कार होत राहतो. वैचारिक ऊहापोह, सांकेतिक भाषा, चित्रकलेमधील चित्रविचित्र कल्पनाविषय याद्वारे हे दिसून येते, पण एखाद्या चित्रकाराने डाव्या वा उजव्या बाजूमधून संकल्पना साकारण्याचा प्रयत्न केला तर त्याच्या कलाविष्काराला संस्कार व मनोघडणीच्या मर्यादा पडतात, पण तोच कलाकार जर या दोन प्रवृत्तींमधून बाहेर पडून स्वतंत्र झाला तर त्याची प्रज्ञा अंतराळात झेप घेऊन विषयाच्या मुळापर्यंत पोहोचू शकते. अर्थात हे त्याचे चित्त मध्यमार्गामध्ये स्थिर झाल्यावरच होऊ शकते कारण त्यावेळी तो सामूहिक चेतनेच्या संपर्कात येतो आणि निर्मितीच्या (सृजनशक्तीच्या) उगमापाशी पोहोचलेला असतो.

अलीकडे रॉजर पेनरोज या ब्रिटिश शास्त्रज्ञाने ज्ञानाच्या प्रक्रियेचा शोध घेतला. आधुनिक गणित व भौतिक शास्त्रांच्या आधारावर त्याने हे संशोधन केले. त्या अभ्यासामधून त्याने असा निष्कर्ष काढला, की आपल्याला या शास्त्रांमधील प्रमेये व सिद्धांत समजू शकतात; पण ते ज्ञान कुठून येते हे समजण्यासाठी आपल्याला हेच गृहीत धरावे लागते की, या ज्ञानाचा खजिना एखाद्या बँकेसारखा कुठेतरी सुरक्षित ठेवलेला असला

पाहिजे, ज्याच्यामध्ये यच्चयावत ज्ञानाचे भांडार जपून ठेवलेले आहे. अर्थात अशा खजिन्यामधील ज्ञान माणसाच्या मेंदूमध्ये वा मनामध्ये कसे उतरते हे तो सांगू शकला नाही.

सहजयोग सुरू होण्यापूर्वीही माणसाच्या मेंदूत ज्ञान कसे उतरते ह्याची कोणाला कल्पना नव्हती. आइनस्टाइननेही त्याला सापेक्षवादाचा शोध कसा लागला हे सांगताना वरीलप्रमाणेच विचार मांडला होता. तो म्हणाला होता, 'मला समजत नाही पण अज्ञात अशा कुठूनतरी माझ्या डोक्यात हा सिद्धांत चमकला.' कुंडलिनीच्या जागृतीची अनुभूती मिळाल्यावर हे समजून येते की, कुंडलिनी टाळूमधून बाहेर आल्यावर साधकाची मानवी जाणीव उन्नत होऊन सर्वव्यापी परमेश्वरी प्रेमशक्तीच्या व सृजनशक्तीच्या संपर्कात येते. असा योग प्राप्त झाल्यावर त्याला पाहिजे असलेल्या माहितीविषयाकडे चित्त लावल्यानंतर साधकाला या विश्वव्यापी ज्ञानभांडारामधून संदेश मिळत राहतात. त्याचप्रमाणे त्याच्या कलेला याच भांडारामधून प्रेरणा मिळत राहतात. अशा तऱ्हेने समाजाला उन्नत स्थितीकडे येण्याची दिशा मिळते. उदा.मायकेल एंजलो, लिओनार्डो, रॅफेल अशा थोर कलाकारांचे आविष्कार चैतन्य-लहरींचे उद्दीपन करतात ते याचमुळे. साधकांना जाणीवेच्या उन्नत स्तरावरची निर्विचारावस्था मिळते. जगातील अशा अनेक पेंटिंग्जमधूनही (उदा.बालक घेतलेली मॅडोना) चैतन्याच्या लाटा उसळत असतात. त्याचप्रमाणे मोझार्ट, बिथोव्हन, विवाल्डी इ. कलाकारांचे संगीत तसेच भारतीय शास्त्रीय संगीतामध्ये श्रोत्याला आत्मानुभूती देण्याची ताकद आहे. कुंडलिनी जसजशी अधिक जागृत होते तसतसे साधक गहनतेत उतरतात व समाजाला प्रगल्भता येते. ही प्रगल्भता जसजशी पसरते तसे समाजातील दोष दूर होऊन तो एकसंध बनू लागतो. अशा सामूहिकतेमध्ये सर्व मानवजातीचे एक कुटुंब बनण्याची शक्ती असते व असेच स्वप्न सॉक्रेटिसनेही पाहिले होते.

येशू ख्रिस्तांच्या मुखातूनही असेच शब्द आल्याचे बायबलमध्ये लिहिले आहे, ते शब्द वा स्वप्न असे –

''मग मानवांचे वंशज बंधुभावाने वागतील, एकमेकांवर प्रेम करतील, त्यांना त्यांच्या आकाशातील बापाकडून व जन्मदात्या मातेकडून जे प्रेम मिळाले तेच ते सगळीकडे पसरवतील आणि एकमेकांबरोबर सुखा–समाधानात राहतील. मग पृथ्वी सर्व दु:ख, यातना, सैतानी चक्रांपासून मुक्त होईल आणि पृथ्वीवर सगळीकडे प्रेम व आनंदाचे साम्राज्य येईल. पृथ्वीवर त्यावेळी स्वर्गाचे अवतरण होईल व परमेश्वराचे साम्राज्य सुरू होईल.''*

भारतातील थोर द्रष्टे म्हणून नावलौकिक मिळालेल्या रविंद्रनाथ टागोरांनीही सर्व धर्माचे व पंथाचे लोक गुण्यागोविंदाने एकत्र येतील हेच भाकित त्यांच्या काव्यामधून खालील शब्दांत मांडले –

''आर्य, अनार्य,
हिंदू–मुसलमान सारे या ;
इंग्रज, ख्रिश्चन, ब्राह्मण,
सारे सारे या,
मन स्वच्छ करून हातात हात गुंफा,
अरे गरिबांनो, तुम्हीपण या,
इथे तुम्हाला दु:खं नाही, अपमान नाही
घाबरू नका, सारे या,
इथे आईच्या मांडीवर,
भारतमातेच्या कडेवर
तुम्हा सर्वांना मुक्तद्वार मिळेल.''

(स्वैर अनुवाद)

**Gospel of peace of Jesus Christ by disciple John*

अध्याय ४
आणखी एक क्षेत्र दर्शन

चौथ्या क्षेत्रामध्ये विश्वामधील सूर्यमालांसारख्या व तशाच अनाकलनीय अशा सूक्ष्म नसांची रचना आहे. 'जे पिंडी तेच ब्रह्मांडी' हे त्याचे यथायोग्य वर्णन आहे. 'भविष्यकाळी पिंडाची रचना ब्रह्मांडातील गृह–ताऱ्यांच्या रचनेसदृशच आहे,' हा शोध वैज्ञानिक लावतील व त्यांचा एकमेकांवर परिणाम होतो हे दाखवून देतील. सध्या मात्र आपण मानवाच्या सूक्ष्म शरीराचे कार्य कसे चालते आणि त्यातील घटकांचे आपापसातील संबंध कसे आहेत, त्यांच्या सूक्ष्म कार्यप्रणालीमधून मानव स्वत:ची, सामूहिक व पृथ्वीवरील मानवजातीची उन्नती कशी साध्य करणार आहे हे पाहू या.

मध्यनाडी–सुषुम्ना मध्ये सात शक्तीकेंद्रे प्रस्थापित आहेत. त्यांना योगभाषेत चक्रे म्हणतात. ही चक्रे आपापल्या स्थानी विशिष्ट कंपन संख्येने सतत फिरत असतात व त्या गतीमधून कोटी–कोटी चैतन्य–लहरी पसरवत असतात. स्थूल शरीरामध्ये पाठीच्या कण्याबाहेर वैद्यकशास्त्रात सांगितल्याप्रमाणे Plexuses च्या स्वरूपात ती दिसून येतात. त्यांच्याकडून शरीरातील सर्व अवयव व अंतस्राव करणाऱ्या ग्रंथींचे कार्य सांभाळले जाते. या चक्रांच्या कण्यामधून त्यांचा मानवी जाणिवेबरोबर संबंध असतो. म्हणून आपल्या सर्व क्रिया व प्रतिक्रियांचा चक्रांवर, ती अत्यंत संवेदनक्षम असल्यामुळे सतत परिणाम होत राहतो. आपल्या शारीरिक, मानसिक, भावनिक व आध्यात्मिक क्रिया चक्रांवर आपला ठसा सतत उमटवत असतात. हा ठसा चांगला–वाईट असतो. अर्थात वाईट किंवा चुकीच्या वागणुकीमुळे चक्रे कमजोर होतात. तसेच सुयोग्य वागणुकीमुळे चक्रांचे पोषण होते. चक्रे कमजोर झाल्यावर त्यांच्यामध्ये बिघाड होण्याची व

त्यामुळे आजार होण्याची शक्यता असते. याशिवाय आपल्या अवतीभोवतीचे वातावरण, घटना, लोक, प्रदूषण, पर्यावरण यांच्यामुळेही चक्रांवर पटकन आघात येतात. सर्दी झालेल्या व्यक्तीच्या संपर्कात येणाऱ्या व्यक्तीलाही सर्दीचा त्रास होऊ लागतो, त्याचप्रमाणे हृदय चक्र ठीक नसल्यास दुसऱ्याच्या कमजोर हृदयाचा परिणाम आपल्यावर होऊ शकतो. जिथे भावनिक सान्निध्य व सलोखा असतो अशाच वेळी हे त्रास सुरू होण्याची अधिक शक्यता असते. चक्रे ज्याप्रमाणे सतत ऊर्जा (चैतन्य) बाहेर सोडत असतात त्याप्रमाणे बाहेरील ऊर्जा ते शोषून घेतात.

कुंडलिनीच्या जागरणापूर्वी आपली चक्रे बहुधा आपल्याच क्रिया–प्रतिक्रियांमुळे नादुरुस्त असतात. आपण कळतनकळत जे काही करतो त्यामुळे चक्रांच्या विशिष्ट कार्यांमध्ये अडथळे येऊन ती कमजोर होऊ शकतात. उदा.मूलाधार चक्र स्त्री–पुरुष संबंधांमधील अनैतिकता, स्वाधिष्ठान चक्र–मद्यसेवन, नाभी चक्र–मानसिक ताणतणाव, हृदय चक्र–असुरक्षित भावनातिरेक, विशुद्धी चक्र–अपराधीपणाची भावना, आज्ञा चक्र–क्षमा करण्याची उपेक्षा इत्यादी कारणांमुळे बिघडतात. सर्व चक्रे प्रक्षेपण सक्षम असल्यामुळे हे दोष आरशात प्रतिबिंब पडावे इतक्या सहजपणे प्रकट करतातच, पण त्या व्यक्तीच्या बोलण्या–वागण्यातूनही ते दिसून येतात.

उदा.हृदय चक्र बिघडलेल्या व्यक्तीची ही स्थिती त्याच्या अगदी जवळच्या संबंधात राहणाऱ्या व्यक्तीला त्याच्या चक्रावर जाणवते; तसेच त्यालाही तो त्रास होऊ शकतो, पण या दुसऱ्या व्यक्तीने बंधने वगैरे घेऊन हा त्रास कमी केला तर पहिल्या व्यक्तीलाही आराम वाटतो. अर्थात त्याने असे केले नाही आणि त्याकडे दुर्लक्ष केले तर तो त्रास जास्त होण्याची शक्यता असते. याचा अर्थ एका बाधित व्यक्तीचा त्रास दुसऱ्या व्यक्तीकडे खेचला जातो, पण त्यावर उपायही सापडतो.

चक्रांवर आलेल्या बाधा विषाणूंची लागण व्हावी, अशा झपाट्याने एकाकडून दुसरीकडे, दुसरीकडून तिसरीकडे पसरत जातात आणि हे प्रमाण वाढत गेले, की एखाद्या समूहालाही ही बाधा येते म्हणजेच ती सामूहिक होते. असे झाल्यावर या बाधेचे प्रकट होणारे स्वभावगुण पण सामूहिकरीत्या दृष्टोत्पत्तीस येतात म्हणूनच एखाद्या विशिष्ट समाजात एक समान वैशिष्ट्य किंवा दोष आढळून येतो. हे सर्व चक्रांच्या सामूहिक स्थितीप्रमाणे घडत असते.

त्याच प्रकारे सुदृढ चक्रांमधून चांगले गुणही व्यक्तींमध्ये व समाजामध्ये त्यांच्या व्यवहारातून दिसून येतात. एखाद्या राष्ट्रामध्ये काही विशिष्ट गुणाविष्कार याच तत्त्वानुसार सामूहिक स्तरावर जनतेच्या वैशिष्ट्यांमधून लक्षात येतात. उदा.भारतीयांचे मूलाधार चक्र सुदृढ असल्यामुळे त्या देशात पावित्र्य व अबोधितता यांचा अजूनही आदर राखला जातो. तसेच इटालियन लोकांमध्ये सक्षम स्वाधिष्ठान चक्रामुळे कलागुणांचा व निर्मितीचा आविष्कार जास्त दिसून येतो. जगातील सर्वश्रेष्ठ कलाशिल्प इटलीमध्येच सापडतात. याबरोबर आणखी एक प्रत्ययास येणारी गोष्ट म्हणजे एखाद्या व्यक्तीकडून साऱ्या समाजाच्या हिताचे कार्य घडून येते म्हणजे एखाद्या व्यक्तीचे चक्र सुधारत गेले तर त्याचा प्रभाव सामूहिकतेमधील इतरांच्या चक्रावर होऊन ती चक्रे सुधारत जातात आणि असे सगळीकडे घडून आले तर पृथ्वीवरील तो त्रास सगळीकडे नाहीसा होईल, यात काय नवल?

कॅलिफोर्नियातील सहयोगिनी उर्सुला डोअरिंग ही पंधरा वर्षांपासून सहजयोग करीत आहे. तिने सांगितलेला हा अनुभव पहा : 'एके दिवशी श्रीमाताजी मला क्लिअर करत होत्या. अडीच तास त्या मेहनत घेत होत्या आणि सारख्या 'स्वत:ला दोषी समजू नकोस' असे मला सांगत होत्या. त्या दिवशी त्यांना भेटायला आलेले बरेच लोक बाहेर ताटकळत होते

आणि नेमका त्यामुळेच मला आपण त्यांचा फार वेळ घेत आहोत ही अपराधीपणाची जाणीव सारखी बोचत होती. मला तिथून लवकर निघून जावे असेही वाटू लागले, मग एकदम श्रीमाताजी मला म्हणाल्या, ‘स्वत:ला आपण एक मूर्ख जनावर आहोत असे समज. तुझी चक्रे ठीक झाली तर त्याचा परिणाम इतरांवरही होणार आहे आणि तुझ्यासारखे तेही असल्या त्रासांपासून मुक्त होणार आहेत, हे लक्षात घे. म्हणून स्व:ला दोषी समजू नकोस. त्यामुळे चैतन्य लहरींच्या प्रवाहीपणामध्ये अडथळा येतो.’’

यावरून आपल्या सर्वांमध्ये असणारी ही चिरंतन शक्ती एखाद्या अणुबाँबपेक्षाही किती शक्तीशाली आहे हे दिसून येते.

दूषित पर्यावरणामुळेही चक्रांवर बाधा येतात. उदा.अतिरेकी प्रदूषण असलेल्या शहरांमधील सर्वांना विशुद्धी चक्रांचा त्रास होतो. आपल्या अवतीभोवतीच्या नकारात्मक चालीरीतींचा आपल्यावरही आपल्या नकळत परिणाम होतो हे यावरून समजेल. नवीन सहस्त्रक सुरू होत असताना माणसांचे आरोग्य असल्या नकारात्मक जीवनशैलींवर अधिकाधिक अवलंबून राहणार आहे आणि म्हणूनच त्यातील दोष काढून टाकणे अत्यंत महत्त्वाचे आहे. नद्यांचे प्रदूषण, वातावरणातील आणि समुद्रातील गढूळपणा या सर्वांचा मानवपिंडातील सूक्ष्म रचनेवर परिणाम होणार आहे हे विसरून चालणार नाही. माणसाच्या आतमध्ये जे आहे तेच बाहेर प्रकट होत राहते. त्या दृष्टीने आपले जग लहान होत चालले आहे. इंडोनेशियामधील जंगलात लागलेल्या भीषण आगीमुळे दूरवरच्या अग्नेय आशियातील असंख्य लोकांना विशुद्धी चक्रावरचे त्रास झाले, पण या शतकाच्या अखेरीसच आपल्याला हे लक्षात आले आहे की, आपली चक्रे शाबूत राहण्यासाठी आपल्याला दुसऱ्यांच्या चक्रांची पण काळजी घेतली पाहिजे. कदाचित येशूच्या "Love Thy Neighbour' या उपदेशाचा असाच गर्भित अर्थ असावा.

अशी स्थिती आल्यावर माणसा–माणसाचे वैयक्तिक असे मन उरत नाही आणि सर्व मानवजातीत ही एकरूपता आली, की आपले मन जागतिक उंचीवर व्यापक होऊन दोन्ही मिळून सूर्यमालेच्या मनामध्ये मिसळून जाते. यातूनच पुढे जाऊन ते विश्वमन बनते. प्रसिद्ध शास्त्रज्ञ आईन्स्टाईनने म्हटले होते, की त्याला विश्वमनाकडून मिळालेल्या संदेशांमधून नवीन शोध सापडले. ७०–८० वर्षांपूर्वी त्याला समजले होते, की अणुपेक्षाही अत्यंत सूक्ष्म असलेले कण (Bosons Particles) कमालीच्या थंड तापमानामध्ये एकमेकांत अलगपणे ओळखू येणार नाही इतके एकरूप होतात. तो म्हणाला होता की, 'परमेश्वरालाच फक्त ज्ञात असलेल्या कल्पनातीत अशा कमालीच्या थंड तापमानामध्ये हे शक्य आहे.' त्यानंतर इ.स.१९९५ मध्ये शास्त्रज्ञांना इतके थंड तापमान प्रयोगशाळेत बनविणे शक्य झाले व हा सिद्धांत सिद्ध झाला आणि आईन्स्टाईनचे म्हणणे सत्यात उतरले.

अणुपासून ग्रहांपर्यंतच्या सर्व वस्तूमात्रांना इतकी सूक्ष्म तरंग लांबी असते आणि स्वत:चे विशिष्ट आकार, स्थान व गती असल्यामुळे त्यांना स्वतंत्र अस्तित्व असते, पण त्यांच्यापैकी सर्वांत गतिमान व उष्ण तापमानाचे पदार्थ प्रथम विरघळू लागतात.

वरील प्रयोगाचे शास्त्रीय तत्त्व असे, की तापमान कमालीचे थंड झाल्यावर कणांची तरंग–लांबी वाढत राहते आणि एकमेकांत मिसळून जाते. हे झाल्यावर सगळे कण एकत्रित येऊन ढगासारखे एकत्र होतात. अंड्याच्या पेटीमध्ये सर्व अंडी एकाच कप्प्यामध्ये न तुटता फुटता बसविली जावीत अशी कल्पना केल्यास हे समजते.

वैयक्तिक मन, जागतिक मन, अवकाश मन हे अशाच तऱ्हेने एकत्र येऊन विश्वमन बनणे जाणिवेच्या एका विशिष्ट स्तरावर कसे घडून येते हे वरील शास्त्रीय विवेचनावरून समजेल. दुसऱ्या बाजूने याचा विचार केला

तर असे म्हणता येईल, की विश्व मनाचीच ही सर्व रूपे आहेत.

असे म्हणायला हरकत नाही, की व्यक्तिगत मन आणि पर्यावरण (निसर्ग) एकमेकांवर प्रभाव पाडत असतात आणि वैश्विक मनाचा त्या दोघांवर प्रभाव पडत असतो. त्याचप्रमाणे दोन व्यक्तीगत मनेही एकमेकांवर क्रिया–प्रतिक्रिया करत असतात. बाधित मनामुळे शारीरिक, मानसिक आणि भावनिक विकृती निर्माण होतात.

अशा परिस्थितीत मानवाचे शारीरिक, मानसिक, भावनिक व सांस्कृतिक संबंध हे सर्वंकष सामूहिक प्रक्रियांपासून वेगळे असू शकत नाही. सहजयोगातील सामूहिक ध्यानामधून हेच प्रत्ययास येते. सामूहिकतेमधून पसरणाऱ्या चैतन्य लहरी इतक्या शक्तिशाली असतात, की तेथील कुणा एकाला चक्रांवर होणारा त्रासही त्या लहरींमुळे बरा होतो म्हणून सहजयोगी स्वत: घरी ध्यान नियमित करत असला तरी सामूहिक ध्यानाचा त्यास नक्कीच जास्त फायदा होतो म्हणून प्रत्येकाला उन्नतीसाठी सामूहिकतेत असणे फार आवश्यक आहे.

केवळ सतत स्वत:पुरता विचार करणारा प्राणी स्वत:चे नुकसान करून घेतोच पण त्याचबरोबर आजूबाजूचा परिसर व वातावरणही बिघडवतो. शरीरातील प्रत्येक पेशी शरीराबरोबर स्वत: वाढत असतात म्हणून अस्तित्व हे एकाकी असू शकत नाही तर जीवाने आजूबाजूच्या परिस्थितीबरोबर जुळवून घेण्याची ती एक पद्धत असते म्हणून वातावरणात व सामूहिकतेत जीवनप्रवाह सतत चालू असतो.

ही उच्च दर्जाची विचारश्रेणी समजावून घेतांना हे ही लक्षात घेतले पाहिजे, की अशा सामूहिक जीवनप्रवाहात देखील काही अनिष्ट प्रवृत्ती नकळत पण हमखास शिरत असतात व सामूहिकतेला बाधा आणतात. सामूहिकता बळकट व्हावी म्हणून अशा हीन प्रवृत्तींना प्रतिबंध करणे व त्यांना उघड करणे फार आवश्यक असते.

कसलीही नकारात्मक विरोधी बाधाही कॅन्सरसारखी वाढत असते म्हणून तिच्याबद्दल उदासीन राहणे धोक्याचे आहे. उलट कुंडलिनीच्या जागरणानंतर मिळणाऱ्या परिवर्तन शक्तीसामर्थ्यामुळे आपल्याला शहाणपण मिळते व अशा बाधा दूर करून स्वत: सुधारून आपल्या उन्नतीच्या प्रवासात यश मिळते.

अध्याय ५
अंगभूत अबोधिता

आईच्या कुशीत विसावलेले बालक ही मानवी जाणीवेमधून कधीही पुसली जाणार नाही अशी प्रतिमा आहे. पूर्वीच्या काळी मॅडोनाची केली जाणारी पूजा याच शुद्ध इच्छेमध्ये प्रचितीला आली. तिला मानणाऱ्या लोकांनी तिची उच्च आध्यात्मिक पातळीवरील देवता म्हणून स्थापना केली. पुरुष स्वरूपातील देवापेक्षा तिला जास्त मान दिला जात असे. विशेषत: कॅथॉलिक ख्रिश्चन व तत्सम संस्कृतीमध्ये हा प्रघात अजूनही कटाक्षाने पाळला जातो.

नवजात बालकाचा जन्म
जरी आईच्या कुशीमधून झाला असला
तरी मी हेच सत्य सांगतो की,
तू या धरणीमातेचाच अंश आहेस
ही तुझ्यामध्ये आणि तूही हिच्यामध्ये
तिच्यापासूनच तुझा जन्म झाला आणि
तिच्यामध्येच तुझा जिवंतपणा आहे.*

इ.स.पूर्व ५००० च्या आधीपासून भारतीय संस्कृतीमध्ये आईच्या मांडीवर निर्धास्त असलेले निष्पाप बालक ही पूजनीय प्रतिमा मानली जात असे. ही निरागसता सामूहिक सुप्त चेतनेमधून येते आणि ती आदिशक्तीच्या तिच्या लेकरांबद्दलच्या प्रेमाचे द्योतक आहे. किंबहुना प्रेम ही पूज्य माता आणि बालक ही निरागसता असाच या प्रतीकामधून साकार केलेला जीवनाचा गर्भित अर्थ आहे, त्याच अर्थाने प्रेम ही सर्वव्यापी परमेश्वरी

**Essene Gospel of Jesus Christ* (अनुवाद)

शक्ती आहे आणि ती अबोधिततेमधूनच प्रत्ययाला येत अते असे म्हटले जाते. मानवामधील सर्व सूक्ष्म नसा पूर्णतया शुद्ध झाल्यावरच त्याच्या निर्मितीमधील परमेश्वरी प्रेम व हेतू व त्याच्यात अंतर्भूत असलेले सौंदर्य याची त्याला कल्पना येऊ शकते. निसर्ग आणि पशुपक्षी या अर्थाने त्यांच्या अबोधिततेमुळेच सर्वथा परमेश्वराच्या आधीन असतात.

अबोधितता हा मूलाधार चक्राचा गुण आहे. ही अबोधितता चिरंतन व अबाधित असते, तिच्यावर कितीही आघात झाले तरी ती नष्ट होत नाही कारण ती विश्वनिर्मितीच्या सुरुवातीपासूनच शक्तीरूपाने स्थापित केलेली आहे. ही अमर्याद शक्तीच मातीमध्ये पेरलेल्या बीजाला अंकुर फुटून बाहेर पडण्याची क्षमता देते. माती त्या बीजाला आईसारखे सांभाळते. त्याचप्रमाणे मानवजन्माला आलेल्या जीवांचे आदिशक्ती तिच्या प्रेमामधून संगोपन करते. इतके असले तरीही आपल्यामधील ही अबोधिता अनेक कारणांनी झाकली गेल्यामुळे मानवाला या प्रेमशक्तीची जाणीव होत नाही. जीवनामध्ये अज्ञानापोटी आपण करत असलेल्या अनेक कर्मांमुळे या अबोधितेवर एक प्रकारचा पडदा येतो आणि आपल्याला तिचे विस्मरण होते, पण मुळामध्ये ती असतेच, नाहीशी होत नाही आणि हा पडदा दूर झाल्यावरच तिचा प्रत्यय येतो.

सचेतन प्राण्यामध्ये अबोधिता जन्मजात असते, तिच्याकडूनच आपल्याला सूज्ञता मिळते व तीच आपल्याला संरक्षण पुरवून मार्गावर ठेवते. उदा.आपल्या शरीरात काही परके जीवाणू शिरले तर ही अबोधिता आपल्यामधील प्रतिकारशक्तीला कार्यान्वित करते व हे परके जीवाणू बाहेर फेकले जातात वा मारले जातात. ही जाणीव जीवयंत्रणेत नसेल तर आपले शरीर बेकार होईल. अबोधिता जितकी स्वच्छ व शुद्ध असेल तितकी ही प्रतिकार प्रक्रिया सक्षम राहील. त्याचप्रमाणे कळत वा नकळत आपण आत्मविन्मुख होऊन वागतो तेव्हा हीच अबोधिता आपल्याला तशी सूचना देते. आपण त्याकडे कानाडोळा केला तर ती एक प्रकारे निराश वा नाराज

होते आणि या चक्राला त्रास होतो, ते क्षीण होते. उदा.एखाद्या स्त्रीच्या पवित्रतेला धोका आला तर तिच्या अंगभूत अबोधितेला थरकाप सुटतो आणि परिणामस्वरूप मानसिक संतुलन बिघडते. अबोधितेला हा आघात सहन होत नाही असा याचा अर्थ आहे.

आपल्यामधील अबोधिता किती महत्त्वाची आहे हे जोपर्यंत आपण लक्षात घेत नाही तोपर्यंत आपण स्वतःचा व दुसऱ्याचा आदर करू शकत नाही. ही जाणीव नसेल तर स्त्री–पुरूष संबंध ही फक्त शारीरिक भूक राहते आणि मादक द्रव्यसेवनासारखे आपण ती भागवतो. मादक द्रव्ये ही अबोधितेला ग्रासून टाकण्याचा प्रयत्न करतात. अपवित्र शारीरिक संबंध आणि ड्रग्स याच्यामुळे मूलाधार चक्र कमजोर होते आणि प्रतिकारशक्तीही क्षीण होते, याच परिस्थितीमध्ये एड्स सारखे जीवाणू शरीरात प्रवेश करतात. आता मात्र सहजयोग आणि कुंडलिनी जागरणानंतर व त्यातून मिळणाऱ्या चैतन्य लहरींमधून हे चक्र पूर्ववत ठीक होते.

विषयसेवन हा एक माणसाचा सामान्य, नैसर्गिक देहधर्म आहे, पण त्याचा विचार नीट समजून केला गेला पाहिजे. मानवी उत्थान प्रक्रियेमध्ये शरीरोपभोगाला काहीही देणे–घेणे नाही. कुंडलिनी जागरणामध्ये तर त्याचा काडीमात्र संबंध नाही. बऱ्याच मंडळींनी व तंत्र–मंत्रादि साधना करणाऱ्यांनी कुंडलिनीबद्दल लिहिताना तिला यौन उर्जा असे म्हटले आहे व तिचा साठा उलट वळवल्यास कुंडलिनी जागृत होते, असेही सांगितले आहे. मानवी शरीरशास्त्राचे सामान्यज्ञान असलेल्या माणसालाही हे अशक्य असल्याचे समजेल. शिवाय कुंडलिनीचे स्थान मूलाधार चक्राच्या वर आहे आणि स्त्री–पुरुषांच्या गुप्त इंद्रियांचे कार्य या चक्राकडून सांभाळले जाते. कुंडलिनीचे स्थान मूलाधार चक्राचे वर असल्यामुले त्या चक्राचा कुंडलिनीवर काहीही परिणाम होत नाही. कुंडलिनीचे जागरण आत्मासाक्षात्कारी–ज्याची कुंडलिनी अधिकारी व्यक्तीकडून जागृत

केलेली आहे–व्यक्तीकडूनच होऊ शकते. कोणा गैर, अनधिकारी–विशेषत: तांत्रिकाकडून–व्यक्तीकडून तसा प्रयत्न केला तर वेडेवाकडे प्रकार होऊ शकतात. कुंडलिनीचे जागरण हा एक सहज, उत्फूर्त व आनंददायक अनुभव आहे म्हणून मानवाच्या उत्थानामध्ये लैंगिक धर्माचा काहीही संबंध नाही.

लहान बालकाचे निरागस हास्य आपल्याला अबोधितेची जाणीव करून देते. बालपणापासूनच अबोधितेच्या पायाभूत संस्कारामधून आपले संगोपन होत असते व उत्थानाची वाटचाल सुरू होत असते. ती आपल्याला सूज्ञता आणि उपजत शहाणपण देते. मोठमोठ्या संस्थांमधून आपल्याला कार्यक्षेत्रातील प्रावीण्य मिळविण्याचे शिक्षण दिले जाते पण सूज्ञता मिळत नाही. याच्या उलट खेड्यातला अशिक्षित शेतकरी, त्याच्या मातीबरोबरच्या घनिष्ठ संबंधामुळे, उपजत शहाणपण कशाला म्हणतात हे दाखवतो.

''....ज्ञान मिळवण्याच्या लालसेपासून सूज्ञतेचा आरंभ होतो; विद्येबद्दल कळकळ वाटणे म्हणजे सूज्ञतेबद्दल ओढ असणे; ही ओढ म्हणजे तिच्या नियमांचे पालन करणे आणि असे पालन केल्यावर अमरत्वाचा अधिकार प्राप्त होतो; अमरत्व म्हणजे परमेश्वराच्या सतत सान्निध्यात येणे. अर्थात सूज्ञतेबद्दल जागरूक राहण्याने माणूस राजपदाला लायक बनतो....''

''....सूज्ञतेमध्ये आत्म्याचा वास असतो; आत्मा पवित्र व सर्वज्ञानी आहे, अनुपम व सूक्ष्म आहे आणि तसाच प्रवाही, प्रेममय, निष्कलंक, स्फटिकासारखा शुभ्र आहे; कनवाळू, उदार, बुद्धिमान, सद्‌गुणांचा कैवारी व अभेद्य आहे; त्याच्या आहेपणाला अंत नाही; तो सर्वशक्तीमान व सर्वसाक्षी आहे; सूज्ञता सर्व बुद्धिमान, पवित्र व शुद्ध आत्म्यांबरोबर असते. पवित्र असल्यामुळे ती सर्वव्यापी आहे; परमेश्वराच्या दिव्य तेजामधून

आलेली असल्यामुळे अंशमात्र अपवित्रतेलाही तिच्यामध्ये थारा नसतो. त्या चिरंतन, तेजोमय प्रकाशाची ती प्रभा आहे तसेच परमेश्वराच्या सद्‌गुणांची व शक्तीची ती प्रतिमा आहे; ती एकच आहे पण तिला काहीही अशक्य नाही. स्वत: अचल असूनही सर्व काही चालवणारी आहे. युगानुयुगे ती पवित्र आत्म्यांमधे प्रवेश करते आणि त्यांना परमेश्वराच्या जवळ नेते कारण परमेश्वराला सूज्ञतेने परिपूर्ण असलेले संतच फक्त आवडतात. ती सूर्यापेक्षाही जास्त प्रकाशमान आहे म्हणून तिच्यापुढे कसलेही असत्य टिकाव धरू शकत नाही. तिचा संचार जगभर असतो आणि सर्व काही तिच्यामुळेच सुरळीतपणे चालते.*

मूलाधार चक्र हे पृथ्वीतत्त्वामधून तयार झाले. पृथ्वी तत्त्व सर्व जिवंत कार्य करते, म्हणून मातेसमान आहे व धनधान्य देणारी माता म्हणून हजारो वर्षांपासून तिची पूजा केली जाते. ऑस्ट्रेलियामधील उलुरू या आदिवासी जमातींमध्येही तिला माताच मानतात आणि म्हणतात, ''काळ सुरू झाला तेव्हा पृथ्वीमातेने सर्व काही निर्माण केले. पुरुष आणि प्राणी यांना जन्माला घालणारी आणि पोसणारी ती मूळआदिशक्ती आहे.''

म्हणून आपण सर्वांनी भूमातेचा सन्मान राखला पाहिजे आणि सूज्ञता मिळवून तिने निर्माण केलेले वृक्ष, लता, जमीन, पाणी, हवा आदि संपत्तीचे रक्षण केले पाहिजे. येशू ख्रिस्तांनीही हाच उपदेश केला आहे.

उत्क्रांतीच्या सुरुवातीला अमिबा हा एकपेशीय प्राणी निर्माण झाला. त्याच्या रचनेत प्रगती होत होत बहुपेशीय प्राणी निर्माण झाले. सजीव प्राणी पृथ्वीतत्त्वातून निर्माण झाले. पृथ्वीमातेच्या गुरुत्वामुळे आपल्याला आंतरिक शक्ती मिळते आणि वरच्या चक्रांना आधार मिळतो. भविष्यकालीन मानवजात अबोधितेच्या पायावर उभी राहिली पाहिजे. अबोधिता मनाच्या सरलतेमधून साकार होते. सरळ मनाची माणसे इकडचे

** Old Testament Apocryphal, wisdom of Soloman, ch.5* (सरल अनुवाद)

तिकडे करणारी स्वार्थी नसतात. त्यांचे समाधान निर्मळ, दूरगामी संबंध साधण्यात असते तसेच आनंददायी कौटुंबिक संसारात असते. निरोगी, आनंदी व समाधानी कुटुंबांमधून सुख–शांती असलेला समाज तयार होतो. तात्पुरत्या फायद्यासाठी जोडलेले संबंध, सुरुवातीला आकर्षक वाटले तरी ते चिरस्थायी होऊ शकत नाहीत. त्याच्यामधील परस्पर विश्वासाचा अभाव हितकारक नसतो. अबोधितता नसेल तर माणूस एका पाठोपाठ एक अशा अनेक गोष्टींच्या मागे लागतो. 'मला काहीतरी हवे आहे' ही वृत्ती संपतच नाही. अबोधिततेचा प्रकाश डोळ्यांना दिसेनासा झाला की पुरुषांची स्त्रियांकडे बघण्याची दृष्टी अपवित्र होते. एकविसाव्या शतकामध्ये आध्यात्मिक मूल्यांचे जतन करणाऱ्या लोकांचा समाज होण्यासाठी माणसांचे परस्पर–संबंध निर्मळ प्रेमाचे झाले पाहिजेत. त्यामुळे कौटुंबिक जीवनही निरामय व रोगमुक्त होईल.

माणसाने स्वत:ची ओळख व मानवजन्माचे महत्त्व ओळखून त्या आधारावर ठाम उभे राहिले पाहिजे. हे ही सामूहिक स्तरावर घडून आले पाहिजे. एकटा–दुकटा सुजाण माणूस चांगला समाज बनवू शकणार नाही. पूर्वीच्या काळी थोड्याच साधकांना तपस्वी गुरुंकडून आत्मसाक्षात्कार मिळाला पण समाजामध्ये परिवर्तन झाले नाही. आता श्रीमाताजी निर्मलादेवींच्या अवतरणामुळे हजारो लोकांना एकत्रित साक्षात्कार मिळण्याचा अवसर मिळाला आहे. मानवजातीचा हा सुवर्णकाळ आहे. भारतीय संस्कृतीमध्ये भृगु ऋषींनी दोन हजार वर्षांपूर्वी वर्तवलेली भविष्यवाणी आता खरी ठरणार आहे.

> भृगु ऋषींनी कमलपत्रांवर एक मोठा 'नाडी–ग्रंथ' लिहून ठेवला. त्याला दोन हजार वर्षे होऊन गेली. त्यात त्यांनी भविष्यकाळात पृथ्वीच्या पाठीवर जन्माला येणाऱ्या प्रत्येक बालकाचे ग्रहस्थितीनुसार

भविष्य लिहून ठेवले आहेच पण आणखी विशेष म्हणजे पृथ्वीवर घटित होणाऱ्या आध्यात्मिक पातळीवरील घडामोडींचेही भविष्य लिहिले आहे. भुजंदर नावाच्या पंडिताने तीनशे वर्षांपूर्वी त्यांचे संकलन करून ठेवले आहे. त्यातील उतारा पाहा :

''जेव्हा ज्युपिटर मीन राशीमध्ये येईल त्यावेळेस एक महान योगी पृथ्वीवर अवतरेल. सन १९७० मध्ये अनेक लोकांना नवीन युग सुरू झाल्याचे म्हणजे कलियुग समाप्त होऊन कृतयुग सुरू झाल्याचे समजेल. पृथ्वीचा व्यास कमी होऊन ती परिभ्रमण मार्गामध्ये सूर्याच्या अधिकाधिक जवळ येत जाईल. मानवी जीवनात पूर्ण परिवर्तन होईल आणि एक महान योगी पृथ्वीवर अवतरण घेईल.

आजपर्यंत सत्य शोधणाऱ्या साधकांना मोक्ष मिळविण्यासाठी आणि जीवनाचा अंतिम हेतू जाणण्यासाठी भक्ती व ज्ञानमार्ग पत्करावा लागत होता आणि खडतर तपश्चर्या करून सूक्ष्म चक्रांमधील सुप्त शक्ती जागृत केल्यावर कुंडलिनी जागृती प्राप्त होत असे.

पण या अवतरणाकडून मोक्षाचा आनंद व अनुभूति एका जन्मात मिळणे शक्य होणार आहे. हे मिळविण्यासाठी शरीराला कष्ट देण्याची वा देहत्याग करण्याची जरूर पडणार नाही. ब्रह्मस्वरूपाला पोहोचलेले फार थोडे महापुरुष झाले आणि त्यांनाही ध्यानसमाधीमध्ये जीवितकाल संपवावा लागला, पण

आता सर्वसाधारण माणसालाही जीवितकालामध्येच मोक्षप्राप्ती या नवीन योगपद्धतीमुळे सुलभ होईल.

सुरुवातीला हजारोंत एखाद्यालाच हा योग होण्याचे भाग्य मिळेल पण कालांतराने सर्व मानवजात या नवीन योगपद्धतीमधून मृत्यूवरही मात करणार आहे. माणसाला अन्न, वस्त्र, निवारा इ.काळजी पडणार नाही. सर्वसाधारण संसारी माणसांना हा योग घडून परमात्म्याची भेट होईल. त्यानंतर सर्व लोक निरोगी बनतील आणि हॉस्पिटलची जरूर राहणार नाही.

सुरूवातीला हा महान योगी फक्त आपला हात लावून लोकांचे आजार बरे करू शकेल. शरीर जीर्ण झालेले वृद्ध लोक दिसणार नाहीत कारण सर्वांनाच दिव्य देह मिळेल.

नवीन नवीन संशोधन होऊन विज्ञान व धर्म यांची सांगड घातली जाईल. शास्त्रीय आधारावर परमात्मा आणि आत्मा हेच सत्य असल्याचे सिद्ध होईल. अविद्या व माया यांचा प्रभाव नाहीसा होईल आणि पुरातन काळी कठोर तपश्चर्या व श्रम करून थोड्या फार साधकांना मिळणारा मोक्ष व ब्रह्मानंद सर्व मानवजातीला अगदी सहजमार्गाने प्राप्त करून घेता येईल.''

या भविष्यवाणीमधील अक्षर–न्–अक्षर श्रीमाताजी निर्मलादेवींच्या कार्यामधून सिद्ध झाल्याचे दिसून येते. त्यांचा जन्म मध्य भारतातील छिंदवाडा या ठिकाणी २१ मार्च १९२३ रोजी झाला. ह्या दिवशी सूर्याचे

उत्तरेकडून पुन्हा दक्षिणेकडे परिभ्रमण सुरू होते आणि दिवस व रात्रीचा काळ सारखाच असतो. ५ मे १९७० ला श्रीमाताजींना सहजयोग सांगायला सुरूवात केली. या योगपद्धतीमधून आत्मासाक्षात्कार अगदी सहज पद्धतीने विनासायास, कसलीही तपसाधना, शारीरिक कष्ट, उपास–तापास न करता मिळवणे लोकांना शक्य होऊ लागले. या आत्मज्ञानानंतर आत्मा साक्षीरूपाने प्रगट होतो आणि मानव अनासक्त होऊन सर्व विकारांवर ताबा मिळवतो.

कुंडलिनीचे जागरण व मूलाधारापासून टाळूपर्यंतचे उत्थान हजारोंच्या संख्येने लोकांनी प्रत्यक्ष अनुभवामधून जाणले आहे.

सी.जे.यंग या डॉक्टरने अनेक रोग्यांच्या मानसिक स्थितीचा बारकाईने केलेल्या निरीक्षणावरून व त्यावर सखोल चिंतन करून एक निष्कर्ष काढला, की सर्व मानवजातीला व्यापून राहणारी 'सामूहिक सुप्त चेतना' (Collective Unconscious) असली पाहिजे. त्यातून पुढे त्याने असा निष्कर्ष काढला की, सामूहिक स्तरावर जाणीव उन्नत होण्यासाठी माणसाला उत्क्रांतीच्या मार्गात प्रगल्भ होऊन 'सत्य' जाणले पाहिजे आणि ते जाणण्यासाठी सर्व भ्रामक व काल्पनिक गोष्टी दूर करून सामूहिक स्तरावर सत्य प्रकाशात आले पाहिजे. प्रत्येक समूहाला, समाजाला आणि राष्ट्राला एक सामूहिक मन असते. अर्थातच तशी सामूहिक चेतना (Collective Unconscious) असली पाहिजे. जंगचे मत असे होते, की सामूहिक चेतनेमध्येच सामूहिक सुप्त चेतनाही असते. व्यक्ती समूहाचाच भाग असल्यामुळे सामूहिक प्रवृत्तींचा आपल्यावर परिणाम होत असतो, तसेच काही प्रमाणात आपणही त्यांना वळण देऊ शकतो.

आपल्या चक्रांवर बाहेरून आलेल्या बाधांमुळे त्यात बिघाड झाला असला तरी कुंडलिनीच्या प्रेममय चैतन्यामुळे चक्रे सुधारली जातात. कुंडलिनी ही प्रत्येकाची वैयक्तिक माता आहे आणि ती आदिशक्तीचाच अंश

असल्यामुळे तिची शक्ती अमर्याद आहे म्हणून चक्र कितीही खराब झाले तरी कुंडलिनी ते सुधारणारच. अर्थात चक्र ठीक झाले तर त्याकडून नियंत्रित होणारे अवयव ठीक होऊन आजारही बरे होणार.

प्रत्येक चक्र, आतमध्ये व बाहेरही, एका नैसर्गिक तत्त्वानुसार कार्य करत असते. म्हणून निर्सग-नियमाविरूद्ध असलेल्या कोणत्याही गोष्टीचा चक्रावर परिणाम होतो व तोच आपल्याला हाताच्या बोटावर उष्ण किंवा चरचरण्याच्या संवेदनांमधून जाणवतो. याचाच आणखी एक अर्थ म्हणजे प्रत्येक वस्तुमात्रामागील-साध्या बीजापासून तो आकाशस्थ ताऱ्यांपर्यंत, अणुपासून आकाशगंगेपर्यंत, पिंडापासून ब्रह्मांडापर्यंत-शक्ती आपण जाणू शकतो. या जाणीवेमध्ये एकदा स्थिरता आली की, माणसामध्ये विवेक प्रस्थापित होतो. हा विवेक म्हणजे सामन्यपणे समजला जाणारा काळा-पांढऱ्यातील फरक नव्हे तर जीवनाबद्दलचे गूढ उकलून दाखवणारी गुरुकिल्ली आहे. त्यामुळेच मनुष्य संकुचित वैयक्तिक मानसिक कवचातून बाहेर येऊन वैश्विक स्तरावरून जीवनाचा समग्र अर्थ समजू शकतो.

अध्याय ६
मायाजाल आणि भ्रांती

झेन संस्कृतीमधील पंडित आणि भारतीय ऋषीमुनींनी पृथ्वीवरील जीवनाची क्षणभंगुरता जाणली होती. बदल हा प्रत्येक वस्तुमात्राला लागू पडणारा नियम व तद्नुसार अशाश्वती ह्या प्रकृतीनुसार आपण सर्व मानव या जीवनाचे अविभाज्य घटक असतो. आपले चित्त डाव्या व उजव्या बाजूंमध्ये सतत हेलकावत असल्यामुळे आपले स्वभावधर्म सतत बदलत राहतात. उदा.एखादी व्यक्ती सकाळी अगदी गंभीर व शांत, दुपारी तणावग्रस्त तर संध्याकाळी रागाने अनावर झालेली अशी आढळते. आपल्या उजव्या बाजूला असणारे लिव्हर या सर्व अवस्थांची मापदर्शक यंत्रासारखी नोंद ठेवत असते. सामान्यत: आपले लिव्हर आपल्या मानसिक आणि शारीरिक कार्यामुळे निर्माण होणाऱ्या उष्णतेवर नियंत्रण ठेवत असते, पण माणूस जेव्हा अविश्रांत व अतिरेकी कार्य करत असतो तेव्हा उष्णता प्रमाणाबाहेर वाढून लिव्हर गरम होते. त्याचा परिणाम म्हणून माणूस उतावळा, चिडचिडा व रागीट बनतो. हा अतिरेक आवरला गेला नाही तर माणूस अविवेकी होऊन स्वत:वर नियंत्रण ठेवण्यास असमर्थ होतो.

आपल्यावर उगीचच रागवणाऱ्या व्यक्तीला आपण ‘मला पाहून हा वेडा होतो’ असे म्हणतो. तसे पाहिले तर हे खरेच आहे कारण वेड लागलेल्या व राग उफाळलेल्या माणसांच्या वागण्यामध्ये तसा काहीच फरक नाही. उजव्या बाजूकडे टोकाला गेलेले चित्त कमालीच्या रागीटपणामधून उफाळून परत येते. थोडा वेळ गेल्यावर अशी व्यक्ती शांत होते; पण त्या मधल्या काळात आपण रागाच्या भरात काय नको ते बोललो किंवा हात उगारायला, जीव घ्यायलाही मागे-पुढे पाहिले नाही

अशा काहीच गोष्टी त्याला आठवत नाहीत. रागाचा तो क्षण विस्मृतीमध्ये गाडला जातो किंवा पश्चाताप व अपराधीपणाची भावना निर्माण होते. सहजयोगामध्ये या समस्येवर अनेक उपाय आहेत. आजकाल समाजामध्ये बरेच वेळा दिसून येणाऱ्या या अपप्रवृत्तींवर सहजयोग हाच उत्तम उपाय आहे.

याशिवाय मद्यसेवनासारख्या वाईट सवयींमुळेही आपले लिव्हर गरम होते व चित्त (चेतना) खराब होते. आपले लिव्हर हे चित्ताचे स्थान असल्यामुळे लिव्हर बिघडले की चित्तही बिघडते. दारू पिण्याचा दुष्परिणाम चित्तावर झाल्यामुळे माणूस कधी कधी जनावरापेक्षाही हीन वागू लागतो.

एकविसाव्या शतकाबद्दलची सहजयोगाची दूरदृष्टी मानव जाणीवेच्या एका उच्चस्तरावर उत्क्रांत होण्यावर आधारित आहे व तोच त्याचा पायाभूत आधार आहे. त्याद्वारे मानवाचे चित्त त्याच्या उन्नतीकडे केंद्रित होऊन उत्क्रांतीचा पुढचा टप्पा गाठणार आहे म्हणून चित्त विचलित होणे व बिघडणे हे आपल्या जाणीवेच्या विरोधात आहे. झेन पंडित, सूफी संत आणि इतर अनेक योगीजनांनी सामूहिक चेतनेची उच्चतम स्थिती मिळविण्यासाठी जीवनभर तपस्या व मेहनत करून आपले चित्त शुद्ध व स्थिर केले होते. चित्तावर बाधा आणणाऱ्या व विचलित करणाऱ्या सर्व गोष्टींपासून ते दूर राहिले होते. आपले चित्त लेसर किरणांसारखे कार्य करत असल्यामुळे ते किती तीक्ष्ण, स्थिर आणि एकाग्र आहे यावर त्याची क्षमता अवलंबून असते.

चित्ताची स्थिरता व तीक्ष्णता मिळविण्यासाठी ते कृत्रिम किंवा भ्रामक गोष्टींमध्ये न अडकता सत्याकडे सतत राहिले पाहिजे. भ्रामक गोष्टींच्या मागे लागल्यामुळे ते नेहमी फसते, फजितीच्या अशा अनेक आघातांमुळे ते कमकुवत होते व त्याची धार व प्रखरता नाहीशी होते. चित्त जागरूक व

स्थिर झाल्यावरच मानवाची चेतना तेजस्वी बनते आणि सत्याकडे सतत लागते.

उदाहरण द्यायचे म्हटले तर अमेरिकेतील टेलिव्हिजनचा व्यापार बघू या. त्यांच्याजवळ जगातले कर्तबगार विक्रेते असतात आणि ते लोकांना बुद्धिभ्रष्ट करून त्यांच्या डोक्यात अशा काही कल्पना घुसवतात, की गरज असो वा नसो, ते नवनवीन प्रकार व साधने घेत सुटतात. एका दुसऱ्या अमेरिकन माणसाने तीन कारपेटस विकत घेतली कारण त्याच्यावर बक्षीस म्हणून आणखी तीन कारपेट्स फुकट मिळत होती. त्याच्या घरात एकच कारपेट घालता येईल एवढी जागा होती. म्हणून बाकीची पाच भाड्याच्या स्टोअरमध्ये पडून राहिली! वर नंतरची दहा वर्षे भाड्यापोटी कारपेटच्या किमतीपेक्षाही जास्त पैसे मोजावे लागले.

मॅनहटन शहरामध्ये सोमवारी कोणालाही फोन करायचा नाही अशी विचित्र तऱ्हा आहे कारण विचारल्यावर सांगण्यात आले की शनिवार–रविवार या दर आठवड्याच्या अखेरीला मजा करायला व ताजेतवाने व्हायला म्हणून सहलीला जाण्याची फॅशन (प्रथा) आहे; सहलीच्या ठिकाणापर्यंत जायला अतोनात ट्रॅफिकमुळे सुरुवातीलाच डोके भणभणून येते, गेल्यावर ठरवल्याप्रमाणे इकडेतिकडे हिंडण्यातच वेळ जातो आणि रविवारी घरी परत येतांनाही वाटेवरच्या ट्रॅफिक जाममुळे वैताग येतो! या सर्वांचा परिणाम म्हणून सोमवारी फोनची घंटाही ऐकवत नाही, म्हणून फोन करायचा नाही. स्वत:च्या घरात कुटुंब–मंडळींसोबत सुट्टी घालवण्याचा आनंद त्यांना घ्यावासा का वाटू नये? म्हणून घराबाहेर पडल्यावरच मजा येते हा एक पोकळ भ्रम नव्हे का?

उजव्या बाजूचे कार्य प्रमाणाबाहेर वाढल्यामुळे ह्या भ्रामक कल्पना डोक्यात शिरतात आणि आपल्याला सत्य समजत नाही. त्याचबरोबर अशा उजव्या बाजूचे लोक सत्ताभिलाषी, स्वत:ला फार मोठे समजणारे व

प्रत्येक गोष्ट आपल्याच मर्जीप्रमाणे झाली पाहिजे असा हट्ट बाळगणारे असतात. काही तरी केल्याशिवाय मजा येत नाही असे त्यांना वाटत असते म्हणून असे लोक आनंद मिळवण्यासाठी इतका आटापिटा करतात की त्याचाच त्यांना थकवा येतो आणि आनंद दूरच राहतो. खरे तर सत्तेच्या मागे लागण्याच्या धावपळीमध्ये एक प्रकारचा उन्माद असला तरी उन्माद हा आनंद देत नाही. आनंद मिळत राहिला तर चित्त प्रसन्न राहते. उन्माद क्षणभंगूर तर आनंद चिरस्थायी. सत्यामध्ये आनंद आहे तर भ्रांतीमध्ये उन्माद आहे. त्यामुळे भ्रांतीमध्ये चित्त गुरफटत गेल्यास ते कमजोर होऊ लागते.

भौतिकाची लालसा ही अशीच एक भ्रांती आहे. उदाहरण म्हणजे तयार कपड्याच्या हट्टापायी नुसते ट्रेड–मार्क पाहून वाट्टेल त्या किमतीला तेच कपडे घेणे ही फॅशन म्हणायची की मूर्खपणा? या हव्यासाचा डिझायनर लोक भरपूर फायदा घेतात व लोकांना लुटतात. स्वत:ला काय साजेसे दिसेल इकडे न पाहता कंपन्यांच्या नावाचे लेबल बघून घेणे म्हणजे बुद्धी गहाण ठेऊन स्वत:चीच फसवणूक करून घेणे म्हणून आपल्या अंतरात्म्याकडून जे सांगितले जाते त्याच्यावर भरवसा ठेवण्यातच हित आहे. बायबलमध्ये येशू ख्रिस्त म्हणाले –

''आत्म्याचे सहाय्य नसल्यामुळे आपल्याला जेवढे दिसते त्याचेच ज्ञान बुद्धीकडून मिळते इंद्रियांकडून त्यांच्यासमोर दिसणाऱ्या वस्तूंची फक्त प्रतिमाच मनात निर्माण होते, त्याच्या पलीकडे त्यांचा संबंध नसतो म्हणून सनातन सत्य जाणता येत नाही, पण माणसाला आत्मा ओळखता आला तर सर्व मळभ दूर होऊन सत्य स्वच्छ प्रकाशात येईल यालाच Spirit Consciousness असे आम्ही म्हणतो, तो प्रत्येक माणसामध्ये सुप्त अवस्थेत असतो आणि कुंडलिनी (Holy Breath) जागृत झाल्यावरच त्याला जाणता येते. प्रत्येक माणसामधील कुंडलिनी जागृतीसाठी वाट पहात असते पण त्यासाठी माणसाला तशी शुद्ध इच्छा हवी आणि हृदय

खुले ठेवायला हवे.''

कुंडलिनीच्या जागरणानंतर माणूस विवेक वापरून सत्य व भ्रम यातील फरक समजू शकतो.

आपले चित्त जर भ्रामक गोष्टींमध्येच अडकू लागले तर ते ही अस्थिर बनून स्वत:चीच फसवणूक करू लागते. विनोद वाटावा असे उदाहरण म्हणजे एक डिझाईनर इतका भरकटून गेला की, शेवटी त्याने पुरुषांसाठी मिनी–स्कर्ट्स बनवायला सुरू केले. असे भरकटलेले चित्त सत्यापर्यंत कधीच पोहोचू शकत नाही आणि त्याला स्थिरता येत नाही. अमेरिकन लोकांमध्ये हाच प्रॉब्लेम आहे, कसल्याच गोष्टी त्यांच्यामध्ये रुजू शकत नाहीत आणि गरगरीत धोंड्यासारखे ते घरंगळत राहतात. त्या धोंड्यावर शेवाळं चढत नाही, त्यांना गंतव्य नसते आणि घरंगळणे थांबवण्याची कला त्यांच्याजवळ नसते. शेवटी त्या घसरड्या गतीमध्येच त्यांचा शेवट होतो. वृक्षाची वाढ होण्यासाठी त्याची मुळे आधी जमिनीत खोलवर जातात. मानव हा दगड–धोंडा नाही तर उत्क्रांतीच्या प्रवासात त्याला महत्त्वाची भूमिका पार पाडायची आहे, उन्नत होतहोत त्याला उत्क्रांतीच्या शिखरावर पोहोचायचे आहे. हे पक्के लक्षात ठेऊन इकडेतिकडे भरकटणे सोडून नांगर टाकायचा आहे. पूर्वी त्याने काय केले याला किंमत नाही, पण आता सत्यावर ठामपणे उभे राहून आत्मानंद मिळवणे हेच त्याच्या जीवनाचे ध्येय असले पाहिजे.

अध्याय ७
मानसिक ताणतणाव आणि उपाय

एक माणूस (अ) दुसऱ्या माणसाचे (ब) देणे लागत होता. (ब) ने फारच तगादा लावल्यामुळे दुसऱ्या दिवशी त्याचे दहा हजार रुपये दुपारपर्यंत देण्याचे (अ) ने कबूल केले. पण ते जमत नसल्याने रात्रभर तो बिछान्यावर तळमळत पडला आणि पत्नीने पुन्हा पुन्हा कारण विचारल्यावर त्याने तिला त्याची कल्पना दिली. शेवटी तिनेच धीर करून भल्या पहाटे (ब) ला फोन केला व कबूल केल्याप्रमाणे त्याला पैसे देता येणार नाही असे कळविले. त्यानंतर (अ) ला गाढ झोप लागली, पण तिकडे (ब) ची तडफड सुरू झाली. म्हणजे (अ) ची भुणभुण (ब) च्या मागे लागली!

मानसिक तणावामुळे डाव्या स्वाधिष्ठानचा त्रास होतो व पोट आणि प्लीहाचे कार्य बिघडते. हे स्वाधिष्ठान चक्र क्षीण व कमकुवत असेल तर लहानसहान गोष्टीही मानसिक तणाव उत्पन्न करतात. त्यामुळे पचनक्रियाही नीट होत नाही व पोटाचा त्रास होऊ लागतो. त्याचा परिणाम होऊन आतड्यांमधील ग्रंथींचा स्राव बरोबर होत नाही आणि हे चालूच राहिल्यास अपचन, दुर्बलता, नैराश्य व पुढे पुढे निद्रानाश असे विकार बळावतात. आजकालच्या मॉडर्न म्हणवणाऱ्या समाजामध्ये मानसिक तणाव (टेंशन) ही एक फार मोठी समस्या बनली आहे. कसली ना कसली औषधे घेऊन थोडावेळ आराम पडला तरी मुळातील बिघाड दूर होत नाही आणि स्वाधिष्ठान कमजोर झाल्यामुळे माणसाच्या वागण्या–बोलण्यात चिडचिडेपणाचा प्रादुर्भाव होतो. मग अगदी क्षुल्लक गोष्टीही त्याच्या मनाला सहन होत नाहीत आणि तो स्वत:ला त्रास करून घेतो. उदा.कोणाला येण्यास दहा मिनिटे जरी उशीर झाला तरी त्याचा पारा चढतो. कामाचा

बोजा वाढला, पुरेसा वेळ मिळत नसला किंवा अवाजवी जबाबदाऱ्या अंगावर पडल्या की, काळजीमुळे मनावर दडपण येते. कधी कधी अशा परिस्थितीला तोंड देण्यावाचून गत्यंतर नसते. तरीही उन्नत होऊन आपण जाणिवेच्या उच्च स्तरावर येऊ शकलो की आपण अशा परिस्थितीकडे साक्षी रूपाने पाहण्यास शिकतो आणि त्यानंतर त्या समस्या आपल्याला पूर्वीसारख्या भेडसावत नाही. या साक्षी होणाऱ्या अवस्थेत आपण नाटक पाहणाऱ्या प्रेक्षकांसारखे होतो. त्यातील नाट्यकथेमुळे आपल्या मनावर ताण येत नाही. कुंडलिनी जागृत झाल्यावर आपले चित्त आतमध्ये खेचून घेते आणि माणूस उत्स्फूर्त साक्षीरूप मिळवतो. उंच टेकडीवर गेल्यावर खालचे जग आपण सगळीकडून पाहू शकतो आणि तरीही त्यापासून आपण वेगळे राहतो तशी ही स्थिती असते.

आपल्या शरीरातील प्लीहा आपल्या गतिमानतेचे मोजमापन करणारी यंत्रणा आहे. आपल्या धकाधकीच्या दिनचर्येमुळे आपल्या प्लीहावर ताण पडून ती आपल्याला सैरभैर करून टाकते, मग माणसाचा संयम सुटतो आणि आपल्याकडून चुकाच होत राहतात; अंत:करणाची शांती आणि संतुलन गमावून काळजी करून–करून आतून पोखरले जातो. बहुतेक वेळा सतत व काल्पनिक वा भविष्यकालीन समस्यांमध्ये गुरफटल्यामुळे हा त्रास होतो. शिवाय जो माणूस स्वत:ला आराम देऊ शकत नाही तो दुसऱ्याला स्वस्थ बसू देत नाही. बऱ्याचवेळा इतके होऊनही पदरात हवे ते पडत नाही हा ही अनुभव पुष्कळांना येतो. संयम हाच यावर उपाय आहे. मनासारखे घडले नाही किंवा जमले नाही तर निराशा काळजाला घोर लावते. याबाबतीत हे लक्षात घेतले पाहिजे की मानवी जीवन हे प्रोग्रॅमप्रमाणे बटन दाबून कार्य करणाऱ्या कॉम्प्युटरसारखे नसते. आपला प्राकृतिक स्वभावधर्म व गुणावगुण हे निसर्ग–नियमाप्रमाणे अनेक जन्मापासून आपल्यामध्ये आलेले असतात. अर्थात प्रयत्न करून आपण आपले स्वभावदोष सुधारू शकतो, नवीन सद्‌गुणांचा विकास घडवू शकतो,

चांगल्या गुणांचे संवर्धन करू शकतो, पण या प्रक्रियेला काळाचे बंधन असू शकत नाही कारण काही प्रमाणात प्रकृतीच्या नियमानुसारच हे होणार आहे व त्याचा स्वीकार करण्यावाचून गत्यंतर नसते. हा दैववाद आहे असे समजण्याचा कारण नाही कारण त्यामध्ये नशिबाला असहाय होऊन दिलेली ही शरणागती नसून उलट आपल्या उन्नतीसाठीचा जाणीवपूर्वक प्रयत्न असतो.

डावी बाजू सुस्थितीत असली की, समाधान मिळते. मागील प्रकरणातील विवेचनावरून हे स्पष्ट झाले आहे, की भ्रांतीमुळे जरी माणूस मोहित झाला किंवा भुलला तरी त्यातून आनंद मिळत नाही; कारण आनंद हा नेहमी सद्‌वस्तू प्राप्त झाल्यावरच मिळतो. समाधानही तसे सद्‌वस्तू प्राप्त झाल्यावरच मिळते. आयुष्यभर भ्रांतीच्या लाटांवरच आपण आरूढ होत राहिलो तर आपल्याला समाधान म्हणजे काय हे समजणारच नाही. उदाहरण द्यायचे तर मनासारखे जेवण झालेल्या माणसाचे पोट भरले तरी त्याची नजर जर बुभुक्षितासारखी भटकणारी असेल तर तो कधीच समाधानी होऊ शकणार नाही.

समाधान ही नाभीचक्रापासून मिळणारी शक्ती आहे. एखादा माणूस अगदी सामान्य तुटपुंज्या संसारातही समाधानी असतो; तर दुसरा एखादा चंद्रावर गेल्यावरही असमाधानी असतो. खरेतर जितके जास्त मिळते तितकी माणसाची भूक वाढत जाते. एक मिळाले तर दुसऱ्या वस्तूच्या मागे धावत जाणे ही धाव कधीही न संपणारी असते आणि त्याचाच फायदा दुकानदार व धंदेवाईक घेत असतात. लहान मुलालासुद्धा नवीन खेळणे मिळाले, की नाचावेसे वाटते पण थोड्याच दिवसात दुसऱ्या खेळण्यासाठी तो हट्ट धरून बसतो. पैसा असल्यामुळे समाधान मिळत असते तर श्रीमंत माणूस सर्वात समाधानी दिसला असता; पण प्रत्यक्षात उलटेच दिसून येते. जितकी संपत्ति अधिक तितकीच त्याची काळजीही अधिक. त्यांना

त्या संपत्तीचा आनंद उपभोगण्यासही वेळ मिळत नाही कारण त्यांचे लक्ष आणखी संपत्ती कशी मिळेल यातच गर्क असते. खरे तर पैसा मिळविण्यात काही गैर नाही, पण प्रश्न येतो तो न संपणाऱ्या हव्यासाचा. हा हव्यास कॅन्सरसारखा वाढत जातो आणि डावी बाजू खूप कमजोर करून टाकतो.

आपली दृष्टी उन्नत झाली की, आपण आत्मा आहोत याबद्दल शंका उरत नाही. आत्म्याचे समाधान हेच आपले समाधान अशी वृत्ती होते. त्यातून आपण अंतर्यामी शांत होऊन जातो. म्हणून धर्माचे पालन करण्याला महत्त्व दिले जाते. तसेच दहा धर्माज्ञा, संतपुरुषांची शिकवण, श्रीकृष्ण, येशूख्रिस्त, महंमद पैगंबर, लाओ–त्से, कन्फूशियस, मोझेस, झोरास्टर इत्यादी प्रेषितांच्या शिकवणुकीनुसार वागल्याने आत्मा प्रसन्न होतो. आत्मा प्रसन्न झाला की, आपली सर्व प्रकारची काळजी सहजपणे सांभाळली जाते. अर्थात धर्मवेड्यांसारखे न वागण्याची खबरदारी प्रत्येकाने घेतली पाहिजे. मग कसला त्याग करण्याची, उपासतापास करण्याची व खडतर तपश्चर्या करण्याची जरूरच राहत नाही. लक्षात ठेवण्याची मुख्य गोष्ट म्हणजे आपले विचार, आचार, कार्य इ.सर्व शुद्ध व सत्यावर आधारित असले पाहिजे. आजपर्यंत ज्याचा शोध चालत आला होता ते सत्य प्राप्त करून घेण्याची ही गुरूकिल्ली आहे.

अध्याय ८

माणसांची उथळ वागणूक

अमेरिकेतील सध्याच्या पिढीला गूढ विषयांचे आकर्षण वाटू लागले आहे. भारतीय देवादिकांच्या मूर्ती, आदिवासींचे ताईत, बुद्धधर्मीयांची प्रतीके यामध्ये त्यांना रस वाटतो. रुद्राक्षांच्या–तुळशीच्या माळा, अंगठ्या, कडे वगैरे घालणे व धूप–अगरबत्ती जाळणे यात त्यांना आनंद वाटतो. त्यांची अंतरप्रवृत्ती हळूहळू साधकासारखी होऊ लागली आहे आणि आर्थिक दृष्टीकडून पारमार्थिक दृष्टीकडे ते वळत आहेत. पण सहाव्या शतकांत सुरू झालेल्या हिप्पी प्रकारासारखी ही गोष्ट नाही कारण या नवीन आध्यात्मिक धारणेचा उगम त्यांच्यामधील अंत:स्थ साधक–प्रवृत्तीमधून झाला आहे आणि जाणीवेच्या नवीन स्तरावर येण्याचा त्याचा हेतू आहे. त्यासाठी मदत मिळेल या आशेने ते नवनवीन मार्गांकडे वळत आहेत. ध्यानपद्धतीचा तर्कशुद्ध उपयोग व नियम या लोकांना पटतात. अपरोक्ष मार्गामधील सिद्धी आणि अंतिम सत्य यात बरेच अंतर आहे. म्हणून या मार्गामध्ये आंधळ्याचे बोट धरून आंधळ्याने चालावे असा प्रकार बरेच वेळा होतो आणि सत्यशोधनाच्या मार्गामधील वाट चुकण्याची भीती असते.

आजकाल जादूटोणा, गंडे–दोरे, मंत्र–तंत्र इ.दिशाभूल करणाऱ्या मांत्रिकांचे फार पेव फुटले आहे. साधन सामुग्रीने समृद्ध असलेल्या शहरी राहणीमधून पळवाट शोधण्याच्या नादात सर्कसमध्ये जाण्यासारखा हा प्रकार आहे. त्यातच पैसेवाली उद्योजक मंडळी शरीर व मनाला भुलावणाऱ्या अनेक वस्तू व फॅशनमधून लोकांना आकर्षित करण्याच्या मागे लागले आहेत; टी.व्ही. वर जाहिरात, रंगीबेरंगी, चकचकीत मासिकांतून मोठाल्या जाहिराती, दारोदारी जाऊन केलेला प्रचार या

सर्वांचा भडिमार करून लोकांना आकृष्ट करून माल खपवत आहेत, सिनेमातील फॅशनचेही हुबेहूब अनुकरण चाललेले असते आणि हे सर्व माल खपवण्यासाठी. श्रीमंतांना तर महागड्या दुकानात जाऊन वाट्टेल त्या किमतीला खरेदी करण्यात भूषण वाटते, पण हे सर्व क्षणभंगूर असते कारण त्याला स्थिरता नाही, शाश्वती नाही कारण हे सर्व प्रकार सारखे बदलत असतात. हे सर्व चालवणारे उद्योजक लोकही खूप मोठा आव आणून प्रसिद्धीच्या मागे लागलेले असतात. आपल्याकडे अनेक भगवी वस्त्रे परिधान केलेले 'महाराज' ही असेच अतींद्रिय संवेदन, हवेत तरंगणे, मोहिनी विद्या, संमोहन, विभूती वगैरे वस्तू हवेमधून प्रगट करणे इ. अनेक भुरळ पाडणारे प्रकार करतात. आजकाल लोकांनी काहीतरी नावीन्यपूर्ण पाहिले की, ते प्रभावितही होतात.

खरे तर साधकाने कोणालाही गुरू मानण्याच्या अगोदर त्याच्याबद्दल काही गोष्टी बघून वा पारखून घेतल्या पाहिजेत. सर्व प्रथम म्हणजे तो जे सांगतो ते स्वत: आचरणात आणतो का हे तपासले पाहिजे कारण त्याच्यामध्ये दुटप्पीपणा नसला पाहिजे. जसे एखादे महाशय अपरिग्रह करायला सांगतात पण स्वत: स्विस बँकेत खाते ठेवतात! म्हणून प्रत्येकाने स्वत:ला प्रश्न करावे की, 'मी ह्याच्याकडे का ओढला जात आहे? त्याचा चेहरा-मोहरा, सेक्स अपील, भाषण प्रभुत्व का त्याच्या भोवतालची शिष्यांची गर्दी? तो स्वत: काही सिद्ध पुरूष आहे का कोणाच्या नावाखाली कार्य करतो? मला स्वत:च्या सुरक्षिततेसाठी त्या शिष्यमंडळीत जायचे आहे का? ही पळवाट आहे की भोंदूपणा आहे? मला काय हवे आहे?' इच्छा जर शुद्ध नसेल तर ही स्वत:ची फसवणूकच म्हणावी लागेल.

पैशाच्या, सत्तेच्या किंवा किर्तीच्या मोहापायी हजारो लोकांना दृष्टी, वाचा प्रदान करणे, आजार दूर करणे, मनाला भूल पाडणे, शरीर सोडून दूरच्या माणसाला भेट देणे इ.सिद्धी दाखवून प्रभावित करणारे अगुरू लोक मंत्र-पिशाच्च विद्या करणारे असतात. सहजयोगाद्वारे या शक्ती मृत

व्यक्तीकडून आलेल्या असल्याचे दाखवता येते. हे सर्व प्रकार मादकद्रव्ये घेण्यासारखे आहेत, त्याने साधकावर भुरळ टाकून त्यांच्यावर प्रभाव पाडला जातो आणि हे जेव्हा कळून येते तेव्हा फार उशीर झालेला असतो.

ह्या सर्व शक्त्या मिळवणे शक्य असले तरी ती अविद्या आहे आणि तिच्याकडून सत्य मिळवता येणार नाही. थोडावेळ त्यांचा आपल्यावर प्रभाव पडतो. आपला अहंकार बळावतो, पण कालांतराने ह्या शक्त्या क्षीण होतात आणि आजारपण, नैराश्य, असमाधान असे अनेक गुंतागुंतीचे त्रास होऊ लागतात. कोणाच्या अंगात दुसरी (बाहेरची) भूते घुसडण्याची ही विद्या असते. त्यामुळे आपल्या साधनेत चुकीच्या भ्रामक गोष्टी घुसून आपण गोंधळात पडतो. काही लोक भाबडेपणाने व अज्ञानाने या चुकीच्या मार्गावर वळतात. काही लोक स्वार्थासाठी हा मार्ग पत्करतात. काही लोक आपल्या आत्म्याच्या पाठीमागे लागलेले असतात तर काहींना आपल्याबरोबर आणखी लोकांना नरकात घेऊन जाण्याची हौस असते.

लोकांना बुद्धीभ्रष्ट करून आपल्या योजना त्यांच्या गळी उतरवण्यासाठी माणूस आपली सर्व शक्ती व युक्ती पणाला लावून संपूर्ण जनतेवर कसे प्रभुत्व गाजवतो आणि त्यांचे कसे अपरिमित नुकसान करतो याची उदाहरणे विसाव्या शतकामध्ये इतिहासही दाखवतो. जर्मनीचा हिटलर, रशियाचा स्टॅलिन व चीनचा माओ ही त्याची ठळक उदाहरणे आहेत.

आपल्याला खरे स्वातंत्र्य उपभोगायचे असेल तर त्या स्वातंत्र्यावर घाला घालणाऱ्या नानाविध तंत्रांपासून आपण सावधगिरी पाळणे जरूरीचे आहे. अशीच एक आजकाल बरीच प्रसिद्धीला आलेली प्रवृत्ती म्हणजे मूलतत्त्ववादीपणा. कार्ल मार्क्स पूर्वीच म्हणाला होता की, 'धर्माचे पुढारीपण सत्ताभिलाषी लोकांच्या हातात गेल्यापासून लोकांच्या श्रद्धेच्या गैरवापर केला जात आहे.' गेल्या दोन महायुद्धात झालेल्या

जीवितहानीपेक्षाही जास्त हानी धर्माच्या व देवाच्या नावाखाली होत आहे. परमेश्वर हा प्रेमस्वरूप असताना त्याच्या नावाखाली रक्तपात कसा होऊ शकतो? दुर्दैव असे, की देवाच्या नावाखाली पैसा आणि सत्ता मिळविण्याचे प्रकार वाढले आहेत, पण परमेश्वराबद्दल काही बोलण्याच्या आधी आपण आत्मा जाणला पाहिजे. आत्मा जाणला तरच परमात्म्याला जाणणे शक्य आहे. नाहीतर आपण फक्त धार्मिक बुवांच्या हातातले बाहुले बनणार. ग्रीसमधील एका मंदिरातील वचन असे आहे, 'हे मानवा, प्रथम तू स्वत:ला ओळख म्हणजे नंतर तुला विश्व आणि परमेश्वर आपोआप समजेल.'

अलीकडील जगांतील मोठ्या घटना व बदल–कम्युनिस्ट राजवटीचा शेवट, बर्लिनची भिंत पाडली जाणे, देशा–देशांमधील आणि पुरुष–स्त्रिया यामधील सरहद्दी नष्ट होणे, इंटरनेटसारख्या माध्यमांचा प्रसार पाहिल्यावर वाटते, की येणारे सहस्रक धर्माच्या अवडंबराऐवजी धार्मिकतेला पोषक ठरणार आहे. अतिरेकीपणा, मूलतत्त्ववादीपणा संपुष्टात येऊन सर्व धर्म एकमेकांना सामावून घेणार आहेत, सर्व धर्मांचे सार असणारा विश्वधर्म निर्माण होणार आहे. त्याशिवाय तरणोपाय नाही. श्रीमाताजी निर्मलादेवी हेच कार्य करत आहेत. सर्व धर्मांची तत्त्वे एकत्रित गुंफलेला सहजयोग त्यांनी यासाठीच सुरू केला आहे. भगवान श्रीकृष्ण, येशू ख्रिस्त, भगवान बुद्ध, लाओत्से, कन्फुशियस, सॉक्रेटिस, मोझेस, गुरूनानक, मोहम्मद साहेब, झोरास्टर सर्वांची शिकवणूक या सहजयोगात एकत्रित केली आहे; सर्व अवतरणे, संत, योगी यांचा आदर राखला जातो. अशा तऱ्हेने धर्मा–धर्मातील भेद आणि कृत्रिम विभाजन दूर करून सर्व मानवजात एका छत्राखाली येते. कोणी यालाही पंथ असे म्हणेल पण साखरेची गोडी साखर खाल्ल्यावरच समजते तसा हा सहजयोग प्रत्यक्ष अनुभूतीवर आधारित आहे. सुरुवातीला सहजयोग–प्रणाली गृहीत धरून श्रीमाताजी सर्वांसाठी प्रदान करत असलेल्या आत्मसाक्षात्काराची प्रत्यक्ष अनुभूती घ्यावी व मग स्वत:च्या स्वतंत्रतेमध्ये त्याचा निर्णय घ्यावा. कोणावरही त्यात जबरदस्ती

नाही, आहे ती फक्त ध्यानामधून मिळणारी दिव्य अद्वितीय आत्मानुभूती, साध्या व सोप्या पद्धतीने स्वत:ला आतून स्वच्छ करून जाणीवेच्या उच्च स्तरावर येणे, जे माणसाच्या सीमित मन व बुद्धीच्या पलीकडे आहे ते जाणणे आणि मग बुद्धीमध्ये प्रकाश आल्यामुळे त्यात परिवर्तन होऊन आनंदाने जीवनाला सामोरे जाणे.

खरे पाहिले तर धर्म हे काही साध्य नसते तर आपल्या अंतिम उन्नत स्थितीवर येण्याचा तो एक मार्ग आहे म्हणून त्याच्या पलीकडे जाऊन आत्मसाक्षात्कार व आत्मज्ञान आपल्याला मिळवायचे आहे. हा प्रत्येक मनुष्याचा जन्मसिद्ध अधिकार आहे, फक्त ते मिळविण्याची शुद्ध इच्छा माणसाला हवी. आत्मा भेटल्याचा साक्षात अनुभव मानवाला मिळालाच पाहिजे.

या संदर्भात The Astrologer's Handbook by Francis Saokoian and Louis Acka या ग्रंथातील खालील उतारा अशाच प्रकारची भविष्यवाणी करतो.

''....इ.स.२००० मध्ये प्लुटो धनु राशीत आल्यावर ॲक्वेरियन युगामध्ये जगभर आध्यात्मिक पुनरूज्जीवन होणार आहे. यावेळेस लोकांमध्ये आध्यात्मिक जीवनमूल्यांबद्दल सखोल आणि मूलभूत धारणा जागृत होणार आहे. सध्या दिसत असलेले धर्माचे स्वरूप व जाण पूर्णपणे परिवर्तित होईल आणि मानवामध्ये परमेश्वराची साक्षात अनुभूती मिळविण्याची प्रतिभा जागृत होईल. आध्यात्मिक क्षेत्रामध्ये अनेक प्रतिभावान द्रष्टे प्रसिद्धीला येऊन जगभरातील मानवांना विश्वातील परमेश्वरी साम्राज्याची ओळख करून देतील. या नवीन विश्वधर्मामध्ये आजपर्यंतच्या सर्व धर्मांची मुलभूत व उच्च विचारसरणी सामावलेली असेल आणि त्यामधून लोकांना पृथ्वीच्या पाठीवरील जीवनशक्तीचे सम्यक शास्त्रशुद्ध ज्ञान प्राप्त होईल...''

प.पू.माताजी श्री निर्मला देवींचे हृदय चक्र
वर्ष १९९३ मध्ये गणपतिपुळे येथे काढलेला फोटो

अध्याय ९
निर्व्याज्य प्रेम

देव भेटावा अशी माणसाची स्वाभाविक उर्मी असते, पण भेटल्यावर तो देव म्हणून कसा ओळखायचा? अर्थात देवाचा एक अंश आपल्यामध्ये असतो हे समजले तर त्यावरून देव ओळखता येईल हे उघड आहे. हा अंश म्हणजे निर्व्याज्य प्रेम; परमेश्वर म्हणजे प्रेमाचा व करुणेचा सागर, सबंध विश्व जणू त्याच्या प्रेमाचे वस्त्र. तुम्ही स्वत:वर खरे तर प्रेम करू शकत नाही, पण दुसऱ्यावर प्रेम करायलाच हवे. परमेश्वराने आपले प्रेम सुंदर निसर्ग निर्माण करून प्रगट केले, तसेच माणसाचे हृदय प्रेमाने व्यापून गेले की अंत:स्थ आत्मा प्रसन्न होऊन त्याची अनुभूति देतो. मगच माणसाला कळून चुकते की, या प्रेमभावनेतूनच जगाच्या कानाकोपऱ्यातील सर्व माणसे एकत्र गुण्यागोविंदात राहू शकतील, कारण ही प्रेमशक्तीच विश्वातील ग्रहताऱ्यांसकट सर्व कारभार चालवते. Goethe ने हीच भावना त्याच्या शब्दांतून अशी व्यक्त केली,

"Sanction what in man may move
Feelings tender and austere,
And with glow of tender love
Lifts him to Thy presence near"*

प्रेम ही काही संदिग्ध भावना किंवा मानसिक कल्पना नाही. माणसाचे हृदय जसे ठोके देत असते तितकीच ही प्रत्यक्ष जाणवणारी प्रक्रिया आहे कारण या प्रेमाकडून हृदय चालवले जाते. माणसामधील अनाहत चक्र हे आत्म्याचे स्थान आहे आणि हा आत्मा चैतन्यरूप आहे. या आत्म्याच्या प्रेमाचा अविष्कार कला, संगीत, वास्तुशिल्प अशा अनेक सृजनशीलतेमध्ये व्यक्त होत असतो. म्हणूनच ताजमहालासारखे शिल्प,

**Goethe's 'Faust'; Part II Act 5*

लिओनार्ड दा विन्सी व मायकेल एंजलो यांच्या कलाकृती, विवाल्डी, मोझार्ट वगैरेंचे संगीत इ. कला अजरामर असतात.

प्रेमामध्ये वस्तूमात्राला व्यापून राहण्याची शक्ती असते. याचे उदाहरण म्हणजे प्रेमळ कुटुंबामुळे एखाद्या वास्तूमध्ये जो आपलेपणा व आस्था जाणवते ते भव्य व्यापारी संकुलात जाणवत नाही किंवा एखाद्या लहानशा उपहारगृहाबद्दलची ओढ तेथील स्वयंपाक करणाऱ्या माणसाच्या मनापासून बनवलेल्या पदार्थांमुळे निर्माण होते. खरे तर प्रेमाशिवाय जीवन व्यर्थ आहे. प्रेम नसेल तर ते जीवन शुष्क व अर्थहीनच म्हणून रोजच्या जीवनात आपण जे काही करतो, क्षुल्लक कामही, त्यात थोडेसे तरी हृदय ओतले तर काय हरकत आहे? कधी कधी टेलिफोन ऑपरेटरच्या मामुली बोलण्यातही एक आपलेपणा दिसतो हा तर सामान्य अनुभव आहे.

शहरे वसवताना आपण प्रेमशक्ती वापरली तर त्यामधून कोट्यावधी संख्येने प्रेम–चैतन्य पसरेल आणि लोक सुखी होतील. युरोपियन लोक नेहमी सांगतात, की दक्षिणेकडील लोकांमध्ये आस्थेवाईकपणा जास्त दिसून येतो. त्यांचे प्रेम त्यांच्या वास्तूशिल्पामधून दिसून येते, तसेच त्यांचे नक्षीकाम हृदयापासून बनवलेले असते. म्हणून व्हेनिस आणि फ्लॉरेन्समध्ये आल्यावर स्वप्ननगरीसारखे वाटावे इतके तेथील कलाकृती टवटवीत, प्रफुल्ल आणि प्रेरणादायक आहेत; त्या कलाकारांनी त्यांच्या कलेमध्ये हृदय ओतले असावे असे जाणवते. म्हणून जगभरातून असंख्य लोक आजही त्या कलाकृती पहायला येतात. हा प्रेमशक्तीचाच चमत्कार आहे आणि त्याचा प्रभाव नवीन सहस्रकामध्ये शासकीय धोरण, कार्यालये, उद्योगधंदे व सार्वजनिक संस्था यांच्यावर होणार आहे. आपल्या सर्व योजना लोकांना समाधान व आनंद देत नसतील तर त्या अर्थहीन होतात; म्हणून त्या आखताना थोडीशी आपुलकी आणि विचारांची देवाण–घेवाण ठेवलेली असावी. एरवी उलाढालीचे आकडे व वेळापत्रकांचा एवढा बाऊ करण्याचा फायदा काय?

कोणत्याही योजनेमध्ये हृदयाचा अंतर्भाव नसेल तर ती एकांगी होते, त्याची फळे शुष्क व आनंदविरहित होतात म्हणून पिढ्यान्‌पिढ्या चाललेल्या विकास कार्यातून व त्यांच्या परिपूर्णतेमधून लोक होते तसेच नीरस आणि असमाधानी राहिले. उद्योग, कारखाने, जाहिरातबाजी हे सर्व नफ्यावर लक्ष ठेवून चालले आहेत. त्याचा परिणाम सामाजिक व आर्थिक जीवनातही आढळतो. यश आणि आक्रमकता यांच्या प्रभावापुढे मानवी–मूल्ये दुर्लक्षित राहतात. शिक्षण क्षेत्रातही शिक्षणापेक्षा मुले शिकून नवीन औद्योगिक क्षेत्रांत सक्षम कशी होतील हाच दृष्टिकोन आला आहे. त्यांच्यातूनच उद्योजक, अभियंते, विक्रेते, कारखानदार तयार होत असल्यामुळे चढाओढ, स्पर्धा, गतिमानता हेच यशस्वीततेचे आधार होत चालले आहेत व त्याचाच प्रभाव सर्व क्षेत्रांमध्ये पसरत आहे. प्रत्येकजण शर्यतीतील घोड्याप्रमाणे धावत राहतात पण शर्यत संपतच नसते, मग जिंकणारा कोणीच नाही कारण प्रत्येकजण दुसऱ्याचे नुकसानच करत राहणार असे दिसून आले आहे, की जपानमधील यशस्वी उद्योजकांना तरुणपणातच हृदयविकार होत आहेत आणि इतर पाश्चात्य देशांत आत्महत्येची प्रवृत्ती वाढत आहे. धडपड आणि दगदग यातून उसंत मिळेनाशी झाल्यावर अनेक प्रकारचे मानसिक, भावनिक आणि शारीरिक असंतुलनामुळे होणारे आजार आणि अकार्यक्षमता बळावतात. हार्वर्डसारख्या सुप्रसिद्ध संस्थांमधून यशस्वी होण्यासाठी उत्कृष्ट शिक्षण दिले जाते, पण जीवनात समाधान कसे मिळवायचे याचे शिक्षण तिथे मिळत नाही.

हृदय चक्रातूनच आपल्याला परमानंद मिळतो आणि शुद्ध प्रेमाचा वर्षाव होतो. पती–पत्नीमध्ये एकजण जर प्रभाव गाजवू लागला व हटवादी झाला तर संबंधामधील प्रेम आखडून जाते. आत्म्याच्या प्रेमशक्तीचे चैतन्य सतत प्रवाही झाले पाहिजे. प्रत्येकाने दुसऱ्याचा आदर ठेऊन दुसऱ्याच्या उन्नतीमध्ये अडथळा येईल असा आग्रहीपणा करू नये. स्त्रीला स्वत:चे

अधिकार व स्वातंत्र्य असले पाहिजे; त्याला विरोध झाल्यास तिची कुचंबणा होते. सर्वसाधारणपणे पुरुष घराबाहेरची कामे करतो आणि अर्थोत्पादन करतो, त्यामुळे त्याला कधी कधी आपल्यामुळेच सर्व चालले आहे ही भावना होते. पत्नीला जेव्हा कुटुंबाध्ये मोकळीक किंवा सत्ताभाग मिळत नाही तेव्हा ती निराश होते आणि तिच्या मनाचा कोंडमारा होतो. तो राग मुलाबाळांवर निघतो किंवा अनावर झाल्यास तिला मानसिक त्रास होतात. अशावेळी तिला स्तनाचा कॅन्सर किंवा महिलांची दुखणी येतात.

समाजामध्ये वृद्धांना संरक्षण मिळण्याची व्यवस्था असली तरी वृद्धापकाळी उर्वरित जीवन वृद्धाश्रमात काढावे लागणार ह्या भीतीने ते ग्रस्त होतात. पैसा मोजून भावनिक सुरक्षितता विकत घेता येत नाही. म्हातारपण हे दुसरे बालपण असते आणि त्यावेळी वृद्धांना प्रेम व आस्था यांची गरज असते. शिवाय वृद्धांचे आशीर्वाद हे नेहमी समाधान व आनंददायक असतात. जीवनातील सर्व व्यवहार आत्मकेंद्रित भावनेने करणारा माणूस बऱ्याच वेळा एकलकोंडा बनतो. प्रेम ही एक पुरुष आणि स्त्रीच्या संबंधातीलच भावना असते असे वाटणे ही चुकीची समजूत आहे. एखाद्या वृक्षाच्या मुळांचा रस भेदभाव न करता प्रत्येक फांदीकडे, पाना–फुलांकडे पोचतो त्याप्रमाणे आपले प्रेम स्वत:चे कुटुंब, नाती–गोती, समाज व कार्य अशा सर्वांमध्ये पसरले पाहिजे. हृदयापासून केलेल्या कसल्याही कामाचा आनंद और असतो. जेव्हा बरेच जण एकत्र येऊन एकजुटीने व मनापासून कार्य करतात तेव्हा सर्व लोकांचे हृदय चक्र पल्लवित होत असते. प्रेमशक्तीच सर्व निर्माण–कार्य करते, निर्मिती करते किंबहुना सर्वव्यापी परमेश्वरी शक्ती कार्यरत असते हे एखाद्या कलापूर्ण सुंदर निर्मितीमधूनच समजते.

जिथे प्रेम आहे तिथे आत्मविश्वास येतो. त्यातून स्व–संरक्षणक्षमता आलीच. त्या क्षमतेमधूनच बाहेरील बाधांपासून आपल्याला संरक्षण मिळते. भावनाविवशता व असुरक्षितपणाची भावना यामुळे आपली

प्रतिकारशक्ती क्षीण होते आणि दुसऱ्यांच्या प्रभावामुळे होणाऱ्या आजारांपुढे टिकाव राहत नाही. हे हृदय चक्र बळकट झाले, की त्या व्यक्तीला एक तेज मिळते व प्रगल्भता येते, आयुष्याला योद्धयासारखे सामोरे जाण्याचे बळ मिळते. एरवी हे चक्र कमजोर झाल्यावर पराकाष्ठेची भीती, छातीत धडधड होणे इ.विकार बळावतात. आजकालच्या मानसशास्त्राप्रमाणेही असुरक्षिततेपासूनच बरेच विकार येतात असे मानले जाते, या असुरक्षितपणाचा उगम आपल्या अहंकारात असतो.

ज्यांना लहानपणी आईचे प्रेम लाभलेले नसते त्यांना त्याची भरपाई करणारे संबंध सुखी करू शकतात. आपण हृदयातून जेव्हा एखाद्यावर प्रेम करतो तेव्हा त्याचे दोष आपल्या लक्षात येत नाहीत. माणसाला देवाण–घेवाण करणे सहज जमण्यासारखे असते. आईला जसे हातचे काहीही राखून न ठेवता मुलांना देऊन टाकावेसे वाटते आणि त्याचे तिला काहीही वाटत नाही, तशी ही देवाण–घेवाण करावी. प्रेमामुळे दानत मिळते म्हणून सर्वांना एकत्र आणणे, सर्वांचा सांभाळ करणे, त्यांना सुखी करणे ही शक्ती फक्त प्रेमातूनच मिळते.

सुदृढ हृदय चक्र हे निरोगी प्रकृतीचे गमक आहे. त्याच्यात प्रेमाचा अंतर्भाव असला, की ते नेहमी सुख–समाधान पसरवते. प्रेम करणे ही एक नैसर्गिक प्रक्रिया आहे. बीज जसे धरणीमातेतून पोषक द्रव्ये शोषल्यावर अंकुरते तसे प्रेमाचे कार्य चालते. डॉक्टरजवळ जेव्हा रोग्याबद्दल कळकळ व आस्था असते तेव्हा त्याचे उपचार चांगले उपयोगी ठरतात. कधी कधी तर एखाद्या प्रेमळ व आपुलकी असणाऱ्या व्यक्तीचा सहवासही सुखद होतो. मधमाशी जशी फुलांतील मधाकडे आकृष्ट होते तसे चांगल्या चैतन्यलहरी असणाऱ्या माणसाकडे आजूबाजूचे लोक ओढले जातात. अशा प्रेमातूनच करुणा पाझरू लागते आणि त्या करुणेपोटी आपण मागचा पुढचा विचार न करता इतरेजनांना मदत करण्यासाठी तत्पर होतो. ह्या प्रेरणेमागे कसला मानसिक विचार नसतो, नीतीचे बंधन नसते, असते ती

फक्त प्रेमाची व करुणेची भावना. सर्वांच्या हृदयात एकच आत्मा असल्यामुळे एकाचे दु:ख दुसऱ्याला जाणवते.

प.पू.श्रीमाताजींना त्यांच्या जीवनक्रमामध्ये बऱ्याच वेळा समोर उपस्थित असलेल्या लोकांच्या वेदना स्वत:च्या शरीरात तीव्रतेने जाणवतात. त्या स्वत: करुणेचा महासागर असल्यामुळे त्या लोकांचे त्रास स्वत:च्या शरीरात खेचून घेतात म्हणून असे अनेकवेळा अनुभव येतात, की त्यांच्यासमोर रोगी व्यक्ती नुसती नजरेस आली तरी त्याला बरे वाटू लागते, पण श्रीमाताजींचे शरीर वेदनेने कापू लागते. तरीही त्या म्हणतात, 'असू दे, शेवटी हे माझे शरीरच आहे ना?' आणि रोगी बरा होतो.

स्वत:चे हृदय पूर्ण उघडा, ते बंद ठेवणे फार चुकीचे आहे. कितीही त्रास झाला, हृदय-चक्र कितीही खराब झाले तरी तुमच्यामधील शक्ती-कुंडलिनी तुमच्यावर प्रेमच करत आहे याचा विसर पडू देऊ नका. कुंडलिनी ही तुमची स्वत:ची आई आहे आणि ती सर्वव्यापी प्रेमशक्तीबरोबर जोडलेली आहे. ही प्रेमशक्ती तुम्हाला कधीच सोडणार नाही. तिचे तुमच्यावर निर्व्याज्य प्रेम आहे.

माताजी श्री निर्मला देवी यांचे विशुद्धी चक्र. वर्ष १९९५ मध्ये
घेतल्या गेलेल्या फोटोमध्ये विशुद्धी चक्रामधून येणाऱ्या चैतन्य लहरी

अध्याय १०
मी अपराधी नाही

आत्मसाक्षात्कार मिळाल्यानंतर आपण आदिशक्तीच्या सारे विश्व व्यापून राहिलेल्या शक्तीचा एक अविभाज्य घटक आहोत हे आपल्याला समजते. मानव जेव्हा बुद्धी वापरून कार्य करतो तेव्हा तो आत्मविन्मुख असतो. बुद्धीचे सर्व कार्य आपण 'मी'–पणाच्या भावनेतून करत असतो म्हणून आपण आपल्या 'स्व'–स्वरूपाचे भान विसरतो. सामूहिक जीवनप्रणालीपासून अशातऱ्हेने वेगळे होऊन प्रत्येकजण स्वत:च्या मी पणात अडकून गेल्यामुळे माणसापुढे अनेक प्रश्न निर्माण झाले आहेत म्हणून प्रत्येकजण दुसऱ्यावर प्रभुत्व गाजवू पाहतो आणि आपलेच खरे असे समजू लागतो; इतरांपेक्षा आपण श्रेष्ठ अशी चुकीची धारणा बाळगू लागतो आणि परिणामी सर्वांच्या हृदयात एकच आत्मा आहे या सत्याला दुरावतो. या धडपडीत माणूस स्वत:चाच गौरव व आत्मसन्मान हरवून बसलेला आहे. या गैरसमजुतीमुळे आपल्या पाचव्या (विशुद्धी) चक्राच्या डाव्या बाजूवर मोठी पकड येते.

या चढाओढीच्या जीवनात धडपडताना माणूस दुसऱ्याची कुवत जाणण्याच्या नादात असतो. तसे पाहिले तर आपल्यापेक्षा कोणीतरी वरचढ माणूस असणारच. साध्या शाळेकडे पाहिले तरी आपल्यापेक्षा कोणी खेळामध्ये जास्त पटाईत, कोणी अभ्यासात जास्त हुशार किंवा मुलांचा जास्त लाडका असणारच. ही भावना मूळ धरू लागली की आपण स्वत:ला दुय्यम दर्जाचे समजू लागतो किंवा आपल्या कमतरतेबद्दल स्वत:ला दोषी ठरवत राहतो. कोणीही एक माणूस सतत दुसऱ्याच्या पुढे राहू शकत नाही, पण जो कोणी जास्त कर्तबगार, जास्त कार्यक्षम किंवा जास्त स्मार्ट असेल त्याबद्दल इतरांच्या मनात हेवा निर्माण होतो. कधीकधी जिवलग मित्र

म्हणणाऱ्यांमध्येही ही भावना दिसून येते. शेजारच्या घरात काही नवीन वस्तू आणली तर लगेच आपली श्रीमंती दाखविण्यासाठी आपल्याकडेही तशीच खरेदी करण्याचा हट्ट हा त्यातलाच प्रकार. ‘आहे रे’ व ‘नाही रे’ हा भेदभाव असाच निर्माण झाला. दुसऱ्याची श्रीमंती, नोकरी, अधिकाराची जागा, प्रसिद्धी, नावलौकिक, साधे दिसण्यातले सौंदर्य या सर्वांबद्दल लोकांच्या मनात हेवा असतो. ‘स्व’त:ला न ओळखल्यामुळे आपण या भ्रमात पडतो. हृदयातून दुसऱ्याकडे पाहण्याऐवजी एक प्रकारच्या मानसिक स्पर्धात्मक वृत्तीने बघण्याची माणसाला सवयच लागते. त्यामध्ये आपण स्वत:चेच नुकसान करतो. या भ्रामक वृत्तीमुळे स्वत:चीच फसवणूक करून घेतो.

ह्या विशुद्धी चक्राची स्थापना आत्म्याच्या प्रेमशक्तीचा आविष्कार घडविण्यासाठीच झाली आहे. दुसऱ्याला आपल्या मधुर भाषेमधून आनंद कसा वाटेल, दुसऱ्यावर आपण किती प्रेम करतो, इ.गोष्टी व्यक्त करण्यासाठी हे चक्र निर्माण केले आहे. असा सुसंवाद होण्याऐवजी अपराधीपणाच्या भावनेला आपण चिकटून बसलो तर हे चक्र क्षीण होते आणि उन्नतीमध्ये अडथळा येतो. आपले मूळ स्वरूप आत्मा आहे हे ओळखल्यावर, आत्मा अमर व शुद्ध आहे व तो दोषी असूच शकत नाही हे ही लक्षात येते. ज्यावेळेस अपराध्यासारखे वाटत राहते, त्यावेळेस उजवा हात डाव्या बाजूच्या मान व खांद्याच्या सांध्यावर ठेवावा व ‘मी आत्मा आहे म्हणून मी निर्दोष आहे’ अशी प्रार्थना करावी. सत्य जेव्हा पूर्णपणे समजते तेव्हा ही वाट मोकळी होते.

याच्याबरोबर उलटा प्रकार म्हणजे आक्रमकपणा. याच्यावर सोपा उपाय शोधला गेला (!) म्हणजे ज्याच्यावर प्रभुत्व गाजवायचे असेल, त्याच्याच मनात अपराधीपणाची भावना पेरायची. असे झाले म्हणजे ती दुसरी व्यक्ती आपणहून आपले वर्चस्व मानू लागते. चर्चमधील ‘फादर मंडळी’ याच्यासाठीच ‘कबुली जबाब’ (Confession) चे तंत्र चालवतात.

आपल्या सूक्ष्म शरीरातील कुंडलिनी ही आपली स्वत:ची आई आहे. तिचे आपल्यावर खूप प्रेम असल्यामुळे ती आपल्या दोषांकडे दुर्लक्ष करते. सर्व चक्रे शुद्ध करण्यास ती रात्रंदिवस धडपडत असते. तिच्या चैतन्य लहरींच्या संपर्कात आल्यावर आपणही त्या लहरी आपल्या चक्र शुद्धीसाठी वापरू शकतो. आत्मसाक्षात्कार झाल्यावर आपण परमात्म्याच्या परमचैतन्याचे अविभाज्य घटक आहोत, अर्थात जे आतमधील पिंडात आहे तेच ब्रह्मांडात आहे, हे सत्य जाणतो. आपण सर्वजण एकच आहोत; श्री माताजी नेहमी सांगतात, 'इथे दुसरा कोण आहे? जसा सूर्य आणि सूर्यप्रकाश किंवा चंद्र आणि चंद्रप्रकाश एकच आहेत. तेथे द्वैत कुठले राहिले? जिथे ही एकता भंगते तिथेच फक्त द्वैत असते आणि म्हणूनच आपपर भाव वाटू लागतो. जर सगळीकडे मीच आहे तर तिथे दुसरा कोठून येणार?' मानवी मेंदूमध्ये हा प्रकाश आल्यावर त्याची मर्यादा संपून तो अमर्याद होतो.

म्हणून आपण या अपराधीपणाच्या पकडीतून मुक्त होतो तेव्हाच आपल्या संपर्क-क्रिया सक्षम होतात आणि आपल्या हृदयातील भावना व्यक्त करू लागतात; नुसत्या एकमेकांशी बोलण्यामधूनही त्या व्यक्त होऊ शकतात. आजकाल एकमेकांशी संभाषण करण्याऐवजी टी.व्ही. पाहणे लोक पसंत करतात, पण टी.व्ही. तुम्हाला प्रेम देऊ शकत नाही. प्रेम माणसेच करू शकतात. लोक जेव्हा दिलखुलासपणे एकमेकांबरोबर संबंध ठेवत नाहीत तेव्हा एकलकोंडेपणाची किंवा असुरक्षितपणाची भावना बळावते आणि मनाचा कोंडमारा होतो. या दबलेल्या भावनांना मोकळी वाट देण्यासाठी मनाची देवाण-घेवाण फार उपयोगी असते. त्यातून बरेच प्रश्न सुटतात, पण यात अशीही एक अडचण येते, की काही जणांना प्रश्न सुटावे असे वाटतच नाही. प्रश्नाचा बागुलबुवा करण्यात त्यांना धन्यता वाटते. त्यामुळे ते नुसती बडबड करत राहतात आणि त्यांचे प्रश्न होते तसेच राहतात आणि मग त्याचेच समर्थन करतात किंवा आपल्याबद्दल दुसऱ्याला

सहानुभूती वाटावी असा व्यर्थ प्रयत्न करत राहतात. त्याचा दुसरा एक हास्यास्पद प्रकार म्हणजे काही महाशय तासन्तास पेपरमध्ये डोके खुपसून बसतात. शेजाऱ्याकडे ढुंकूनही बघत नाही आणि बघितले तर तोंडावर हास्याची लकेरही उमटत नाही, पण दारुची नशा चढली, की कोणाबरोबरही अखंड बडबड करत सुटतात.

बऱ्याच माणसांना संभाषण करणे आवडत नाही किंवा जमत नाही. आजूबाजूची माणसे ही या जगातली नसून दुसऱ्याच कुठल्यातरी ग्रहावरून आलेली आहेत इतका परकेपणा त्यांना वाटू लागतो. खरेतर आपण एकाच भूमातेची लेकरे असल्याने एकमेकांबरोबर हसतखेळत बोलण्याचा आनंद प्रत्येकाने मिळविला पाहिजे. डोक्यात काही भन्नाट कल्पना अडकवून बसल्यावर हृदय पूर्णपणे बंद केल्यासारखे संवादाचे मार्गच बंद पडतात. इंटनेटसारख्या आधुनिक साधनांनी माहिती देवाण-घेवाण प्रचंड सोपी होऊन वाढली असली तरी माणसा-माणसांमधील संपर्क अत्यंत कमी होत चालला आहे किंवा पुसट होत आहे. जणू लोकांनीच आपल्या-आपल्यामध्ये कृत्रिम भिंती निर्माण केल्या आहेत आणि संभाषण न करण्याकडेच त्यांचा कल वाढत आहे. असे झाले तर आत्म्याचा आनंद ते कसा वाटणार? म्हणून या सर्व कृत्रिम कल्पना व विचार आपण झटकून टाकले पाहिजेत आणि प्रेम हेच सत्य समजून घेऊन त्याचा आनंद उपभोगला पाहिजे.

खलील जिब्रान म्हणूनच म्हणाला, 'आत्म्याची गहनता नसेल तर मैत्रीलाही काही अर्थ नाही.'

आपण प्रत्येकजण आत्मा आहोत आणि एकमेकांच्या आत्म्यांचे पोषण करण्यासाठी पृथ्वीच्या पाठीवर मानव जन्म घेऊन आलो आहोत.

अध्याय ११
प्रेमामधूनच लोक सुधारतील

आजकाल स्वत:ला फार सुधारलेले समजणाऱ्या लोकांमध्ये 'मला हे मुळीच आवडत नाही' किंवा 'मला अमक्याचा तिटकारा आहे' वगैरे भाषा बऱ्याच वेळा ऐकायला मिळते. याचे कारण म्हणजे माणसाचा अहंकार अति बळावला की, प्रत्येक बाबतीत आपण कोणी विशेष आहोत असा अविर्भाव बाळगण्याची माणसाला सवय लागते. त्यामुळे हा अहंकार आपल्या डोक्याचा पूर्ण ताबा घेतो आणि माणूस त्याच्या आहारी जातो. आपल्याला जे आवडत नाही ते कुचकामी वाटू लागते आणि आपलेच विचार वा कल्पना आपण दुसऱ्यावर लादू पाहतो.

बुद्धीचा हा खेळ सतत उजव्या बाजूला चालत राहिला तर कधी कधी आपण विचित्र कल्पना मांडतो, जणू आपल्या डोक्यावर शिंगे उगवली आहेत! समाज जेव्हा आत्मविन्मुख होतो तेव्हा त्याची घसरण मूर्खपणाकडे होत राहते आणि त्यातून हिटलरसारखे लोक पैदा होतात. अशा समाजाची वाटचाल एकाच दिशेने होत राहते आणि सरतेशेवटी आपल्या मूर्ख कल्पनांना अंत राहत नाही. उदा.नोकरशहांच्या डोक्यातून अशा योजना निघतात, की कालांतराने त्यांचे दुष्परिणामच निर्माण होतात, मग प्रत्यक्ष हातात काय पडले याच्यापेक्षा प्रगती किती झाली याचेच मोजमाप केले जाते. अशा योजनांमध्ये राष्ट्राचा म्हणजे जनतेचा खूप पैसा वाया जातो. आणखी एक उदाहरण पाहिले तर जी राष्ट्रे प्रदूषण नियंत्रणावर अमाप पैसा खर्च करतात तीच राष्ट्रे अण्वस्त्रे बनविण्याच्या मागे आहेत आणि त्यातूनच किरणोत्सर्गी टाकाऊ पण घातक पदार्थ तयार करत आहेत.

प्रेमशक्तीचा शांत प्रवाह लिव्हरमधून वाहू लागला की, अहंकार मंदावतो, पण दोन अहंकारी माणसे भेटली की, त्याच अहंकाराला बळ

येते. म्हणून अहंकाराला वावही द्यायचा नाही किंवा त्याच्याशी भांडायचेही नाही हे लक्षात ठेवणे महत्त्वाचे आहे. त्यावरचा सोपा उपाय म्हणजे स्वत:चा अहंकार, इतर लोक आणि स्वत: अशा सर्वांना क्षमा करून टाकावी. काही लोकांना हे जमणार नाही असे वाटते, पण तोही एक प्रकारचा अहंकारच असतो. जितका अहंकार जास्त तितके क्षमा करणे कठीण. क्षमा करण्याची ज्यांची प्रकृती नसते वा तयारी नसते त्या लोकांना आज्ञा चक्रावर पकड येते. आपण दुसऱ्याला क्षमा केली काय किंवा न केली काय त्याला काहीच फरक पडत नाही, पण क्षमा न केल्याने आपण आपल्या मनात त्या व्यक्तीबद्दल अढी बाळगून बसतो आणि तेच आपल्या उन्नतीमध्ये आडकाठी आणते, शिवाय दुसरी व्यक्ती आहे तशीच राहते. क्षमा न करणे हे अहंकाराला जास्त वाव मिळण्यास कारणीभूत होते. म्हणून ख्रिस्तांनी सांगितल्याप्रमाणे क्षमा करायला आपण शिकले पाहिजे. जे लोक हे करणार नाहीत त्यांना ख्रिस्तांनी सांगितलेल्या परमेश्वरी साम्राज्यात प्रवेश मिळणार नाही. सूफी पंथात असे मानले जाते की, ज्याला परमेश्वराच्या सर्वात्मकतेचे ज्ञान व आत्मसाक्षात्कार झाला आहे त्याच्या हृदयात एका परमेश्वराशिवाय दुसऱ्या कोणत्याही गोष्टीला स्थान उरत नाही आणि तोच परमेश्वराबरोबर एकरूप होऊन जातो.

दुसऱ्याला क्षमा करणे ज्यांना जमत नाही, त्यांनी हे लक्षात घ्यावे, की त्यांचा अहंकार कणखर झाल्यामुळे कुंडलिनी सहस्रारात येऊ शकत नाही. अशा लोकांनी स्वत:च्या अहंकाराची चेष्टा करावी किंवा स्वत:लाच मूर्ख म्हणून हसावे. असे केल्याने अहंकार हळूहळू विरघळायला लागतो आणि त्याचा जोर कमी झाल्यावर त्याचा खेळ त्यांना समजतो. आपण जेव्हा जेव्हा अहंकारात गुरफटले जातो तेव्हा हीच युक्ती वापरावी. नाहीतरी जीवनात आपण जे काही करत असतो ते आपल्या मनाचे खेळच असतात.

माणसाला आपल्या मनातून अस्तित्वात नसलेल्या गोष्टींचीही कल्पना करण्याचा नाद असतो. उदा.चित्रकार आपल्या कल्पनेने

डोळ्यांनी न दिसणाऱ्या वस्तूंना आकार देतो व कॅनव्हासवर त्या रंगवतो. तसेच एखादा वास्तूशिल्पकार आधी मनातून आराखडा तयार करून मगच त्याचे डिझाईन तयार करतो. मनाच्या या कल्पनाशक्तीमधून आपण नानातऱ्हेचे खेळ जमवीत राहतो आणि त्यातील काही संपवून टाकतो. या शक्तीमुळे माणूस कितीही दूर पोहोचू शकतो आणि वेगवेगळ्या प्रकारच्या कल्पना करू शकतो. बऱ्याच वेळा असे दिसून येते की, आपण स्वत:च या खेळामध्ये अडकून जातो आणि त्यातून सुटण्यासाठी धडपड करू लागतो. यालाच माया किंवा अज्ञान म्हणतात.

अज्ञान नेहमी अहंकाराला खिजवत असते आणि तर्क व बुद्धीबरोबर लपंडाव खेळत असते. हे सर्व स्वप्नवत असते. स्वप्नामध्ये आपण जे पाहतो ते स्वप्नामध्ये खरे वाटते, पण जाग आल्यावर ते स्वप्न असल्याचे समजते. मनाचा खेळही असाच चालतो. त्याचाच परिणाम म्हणून, 'मला ते खरेच वाटले, पण ती माझी चुकीची समजूत होती.' अशी भाषा आपण कधी कधी वापरतो म्हणून आपले निष्कर्ष जेव्हा तार्किक अनुमानावर म्हणजे मानसिकतेवर अवलंबून असतात तेव्हा आपली बुद्धीही भ्रमात पडते. अहंकाराच्या पार गेल्यावरच चुका कळून येतात. आत्म्याचे सत्य हे संपूर्ण सत्य असल्यामुळे त्याच्यासमोर सगळे अज्ञान व भ्रम दूर होतात. स्वत:च्या देहात्मक बुद्धीचे व्यापार संपल्यामुळे आपल्यामध्ये साक्षीपणा जागा होतो. जसे कांदा सोलता सोलता अगदी आतला गर आल्यावर पुढे सोलावा लागत नाही तसेच एकदा आतमध्ये आत्मा सापडल्यावर सर्व कल्पना, विचार, बुद्धी बाहेरच्या सालीसारखे टाकले जातात. गुरूंकडून मिळणार असलेले ज्ञानामृत भरून घेण्यासाठी आपला ग्लास रिकामा हवा ना? त्यात जर जागाच ठेवली नाही तर त्यामध्ये गुरू अमृत कसे ओतणार?

सूड उगवण्याची भावना असणे हा बालिशपणा आहे. प्रगल्भ होण्याचा प्रयत्न करत नाही म्हणून आपण चूक करणाऱ्याला शिक्षा करण्याचे लहान

मुलासारखे वेडपट खेळ करत राहतो. ही वृत्ती म्हणजे गुन्हेगार सापडला नाही तर त्याच्या मुलाला शिक्षा करण्यास हरकत नाही असा प्रकार आहे. यातून आपल्या पापाबद्दल शिक्षा करणारा देव अशी प्रतिमा आपणच तयार करतो.

देव शिक्षा करतो ही कल्पनाच मुळात चुकीची आहे. परमेश्वर मातेसमान आहे आणि आपल्या मुलांवर प्रेमच करत असतो. क्षणोक्षणी तो कुंडलिनीकडून माणसाला आत्म्याकडे बोट दाखवत राहतो. कुंडलिनी आपल्या चुकांकडे लक्ष देत नाही. उलट ती आपल्याला प्रेम करण्याची शक्ती देते. ती शक्तीच आपल्याला सुधारण्यासाठी मदत करत असते. आदिशक्तीकडून ही प्रेमशक्ती आपल्या जन्मोजन्मीच्या आई व आजीकडे आलेली आहे आणि त्या प्रेम संगोपनामुळेच त्यांनी सांगितलेले आपण तत्काळ स्वीकारतो. कुमारी मेरीही याच कल्याणकारी, प्रेममय व करुणामय शक्तीचे स्वरूप आहे, असे वर्णन बायबलमध्ये आहे. चीनमध्ये लाओत्से या तत्त्वज्ञानी थोर पुरुषाने तिला 'ताओ' (Tao) असे म्हटले आहे.

वर्ष १९८८ मध्ये इटलीमधे काढलेल्या या फोटोत माताजी श्री निर्मला देवींच्या सहस्रार चक्रावर (सातवे केन्द्र) वर्तुळाकार चैतन्य

अध्याय १२
वैश्विक प्रेमाची अमर्याद व्याप्ती

कुंडलिनी जागृत झाल्यावर टाळूमधील ब्रह्मरंध्रातून बाहेर पडते तेव्हा साधकाला पूर्वी कधीही न अनुभवलेल्या परमेश्वरी कृपेचा आनंद मिळतो, त्या कृपावर्षावामध्ये जणू तो न्हाऊन निघतो. यावेळेस अवर्णनीय अशा समाधान व आनंदाची प्राप्ती झाल्यामुळे तो तृप्त होतो. त्याच्या साऱ्या इच्छा, वासना, प्रश्न सर्व काही संपते. हृदयाच्या प्रत्येक स्पंदनामधून प्रेमाच्याच धारा वाहू लागल्यामुळे ते प्रेमच इतरांना वाटण्याची त्याला स्फूर्ती येते. आपल्या संकुचित व्यक्तिमत्त्वातून बाहेर पडल्यावर त्याला सगळीकडे तोच प्रकाश दिसतो आणि आजूबाजूच्या प्रत्येक गोष्टीबद्दल व लोकांबद्दल त्याला आपुलकी वाटू लागते. आजपर्यंत आपल्याला हे कसे कळले नाही याचीच त्याला गंमत वाटते व खंतही होते. अब्राहम लिंकनच्या भाषेत म्हणायचे तर, 'त्याला फुलांबरोबर हसावे, पक्षांबरोबर बोलावे आणि वाऱ्याबरोबर बागडावे असे वाटू लागते. निसर्गात आणि सृष्टीमध्ये सर्वत्र पसरलेल्या, वृक्षांच्या मुळांपासून फांद्यांमधून पानापानापर्यंत जाणाऱ्या जीवनशक्तीच्या प्रवाहात तो सामावून जातो, त्यातून त्याला आकाशात विहार करणारे पक्षी, रानावनात फुललेली रंगीबेरंगी फुले, डोंगरमाथ्यावरील वृक्षराजी अशा सर्वत्र कार्यरत असलेल्या परमतत्त्वाचा ध्यास लागतो.'*

स्वतःच्या कुंडलिनीकडून आपल्याला दुसऱ्याची कुंडलिनी जाणून घेता येते. आत्मा-आत्म्याच्या मिलनामध्ये कसलाही पडदा नसतो कारण त्यांच्यात फक्त प्रेमाचीच भाषा चालते, त्यामुळे सर्व जग हे एक कुटुंब होते. शरीराने वेगवेगळे असले तरी हृदयांद्वारा माणसे जोडलेलीच असतात, मग

* अब्राहम लिंकनने मुलाच्या शिक्षकाला लिहिलेल्या पत्रामधून (अनुवाद)

सर्व माणसे आपलीच होतात पण आपण स्वत: कशांत गुंतत नाही, कोणत्याही गोष्टीबद्दल आसक्ती वाटत नाही. त्यामुळे काही न करताही आपण सर्व काही करत राहतो. कुठल्याही कायद्याने वा घटनेने न ऐकलेले नवीन 'स्व' तंत्र मिळवतो आणि स्वत:च्या वाट्याला आलेले कर्म–मग सुतार, कोळी, व्यापारी, सैनिक, राजकारणी कोणीही असलो तरी आरामात करत राहतो, त्याची शांती आतूनच अनुभवतो आणि आत–बाहेर निवांत असतो. अशा स्थितीला आल्यावर माणसाचे कर्म–अकर्म होते. राजा जनक राज्यकर्ता होता, महात्मा गांधी नेते होते, संत कबीर विणकर होता, चाणक्य हा राजकारणी होता, पण त्या सर्वांनी ही स्थिती मिळवली होती.

एक प्रकारे अशा माणसाला स्वत:ला काय करायचे नसतेच, त्याच्या हृदयातील करुणा त्याला कार्य करायला लावते. त्याच्या डोक्यात करुणेशिवाय कसला विचारही येत नाही. जिथे जरूर आहे तिथे तो आपोआप पोहोचतो, पण तरीही 'मी काही केले' असे त्याच्या मनातही राहत नाही कारण ज्याच्यासाठी काही करायचे असा 'दुसरा' कोणी त्याच्यासाठी नसतोच. अशा व्यक्तीला फुलासारखा गंध असतो आणि गुच्छामध्ये ठेवले तरी फुलाचा सुगंध लपून राहत नाही.

सामूहिक चेतनेच्या संपर्कात आल्यावर बरेचसे प्रश्न आपोआप सुटतात, खरेतर ज्याला आपण प्रॉब्लेम समजत होतो तो प्रॉब्लेम वाटेनासा होतो आणि दुसऱ्या कोणी एखादी समस्या सांगितली तर प्रकाशित चित्तामुळे तुमचे लक्ष त्या समस्येच्या मुळाकडे खेचले जाते आणि उपाय सुचतो. जणू प्रश्नांतच त्याचे उत्तरही दडले असावे असा प्रकार होतो. शिवाय अशा माणसाला कसलाही स्वार्थ साधायची जरूर नसल्यामुळे त्याचे उत्तर वास्तविक आणि नि:पक्षपाती असते. विवेकशक्ती आतमध्येच जागृत झाल्याने हे घडून येते आणि ही शक्ती परमेश्वराकडे समर्पित असल्याने परमेश्वराच्या इच्छेनुसारच सर्व काही घडते. येशू

ख्रिस्त म्हणाले होते –

‘परमेश्वर त्यांच्यामध्ये वास करेल
आणि त्यांना आपले म्हणेल,
परमेश्वर सदोदित त्यांच्याजवळ
असेल आणि त्यांनाही जाणवेल,
मग परमेश्वर त्यांचे अश्रू पुसेल,
कोणालाही मृत्यू येणार नाही
दु:ख नाही, रडू येणार नाही
कसली वेदनाही उरणार नाही
कारण या सर्व गोष्टी संपून
गेलेल्या असतील.’*

अशा व्यक्तीचे सर्व व्यवहार व निर्णय करुणामय परम चैतन्याचे असतात. त्यावेळी बुद्धीऐवजी हृदयातील आत्मा काम करत असतो. असे निर्णय व्यावहारिक कायदे–कानूनप्रमाणे नव्हे तर एका उच्च न्यायव्यवस्थेकडून येतात. येशू ख्रिस्तांनी एकदा लोक कोणा वेश्येला दगड मारत असल्याचे पाहिले आणि म्हणाले, ‘ज्या कोणी कधीही पाप केले नसेल त्याने हिला प्रथम दगड मारावा!’ सगळे चूप झाल्यावर तिला ते फक्त म्हणाले, ‘मी तुझा धिक्कार करत नाही; जा, आता हा मार्ग सोडून दे.’

साधारण व्यवहारातील अनेक गोष्टी परम चैतन्याकडून घडून येतात हे चिकित्सक मनाला न पटणे शक्य असते, पण लक्षात घ्यायची गोष्ट म्हणजे परम चैतन्याचे कार्य मन, बुद्धी व तर्काच्या पलीकडचे असते. माणसाच्या संकुचित बुद्धीला तिच्या कक्षेत कधीही येऊ न शकणाऱ्या परम शक्तीच्या गोष्टी समजणे अशक्य आहे. म्हणून प्रश्न पडतो, की आत्मसाक्षात्कारी व्यक्ती ओळखायची कशी? एरवी पाहिले तर आत्मसाक्षात्कारी पुरुष

**Essene Gospel of Jesus Christ* (अनुवाद)

सामान्य लोकांसारखाच वागतो, खातो–पितोही त्यांच्यासारखेच, पण चैतन्य लहरींमधून त्याला ओळखता येते. अर्जुनानेही भगवान कृष्णाला हाच प्रश्न केला होता तेव्हा श्रीकृष्ण म्हणाले, 'मन जेव्हा सर्व वासनांपासून मुक्त होते आणि आत्मा जेव्हा आपल्यामध्येच रममाण होतो तेव्हा असा पुरुष साक्षात्कारी असतो.' आतमध्ये जेव्हा पूर्ण समाधान असते तेव्हा बाहेरील सर्व काही विशाल शांत सागरासारखे दिसते. ह्या स्थितीमध्ये मनुष्य जागृत असूनही निर्विचारी असतो. (Thoughtless Awareness) आपले विचार हे सागरात उठणाऱ्या लाटांसारखे असतात, पण हृदय जेव्हा प्रेमाने भरून विशाल होते तेव्हा या लाटा आनंदाच्या लहरी होतात. जाणीव सामूहिक चेतना बनते आणि त्याचा आनंद मिळवते आणि जीवनामध्ये पूर्ण परिवर्तन होऊन सगळीकडे आनंदाचा महासागर उसळतो. त्यानंतर करुणा हा एकच भाव उरतो आणि सर्वांनी सुखी व्हावे, सर्वांचे कल्याण व्हावे अशा विचारांनी माणूस नि:स्वार्थपणे कर्म करत राहतो. मी आत्मा आहे हे सत्य जाणल्यावर मनाचे कार्य थांबते. त्यातून आवडनिवड, राग, हेवा इ. भावना नाहीशा होतात. मनातून प्रतिक्रिया होणेही बंद पडते आणि माणूस सर्वांना सामावून घेण्यास तत्पर, संयमी व सहनशील बनतो.

सहजयोगात स्थिरावल्यावर संवेदना तीव्र होतात आणि चैतन्य लहरी हाताच्या बोटांवर जाणवू लागतात; त्यातून प्रत्येक चक्राची स्थिती त्या त्या बोटांवरील संवेदनांमधून ओळखता येते. साक्षात्कारी व्यक्तीच्या चैतन्य लहरी नेहमी थंड असतात; ख्रिस्तांनी त्याला Cool Breeze of the Holy Ghost असे म्हटले. ह्या थंड लहरी आपल्याला आत्म्याकडे घेऊन जातात आणि आत्म्यापासून निर्माण झालेल्या गोष्टी दाखवतात.

कुंडलिनी सहस्रारामध्ये स्थिर झाली, की आपल्याला ध्यानावस्था मिळते हे आता कळून येईल. सहस्रारामध्येच सर्व चक्रांची पीठे असतात आणि त्यामुळे त्यांची सर्व शक्ती समग्र होऊन आपण जाणीवेच्या उच्च स्तरावर येतो. हा एक जिवंत, सहज पण गहन अनुभव असतो आणि

त्यातून आपली आंतरिक वाढ होत असते. ध्यानाच्या बाबतीत अनेक भोंदू मंडळी कसा बाजार करत असतात ह्याचे मग आपल्याला आश्चर्य वाटू लागते. खरे तर स्व–संमोहन, आरामदायक आसनक्रिया आणि काही प्रमाणात मानसिक तणावापासून सुटका असल्या तऱ्हेचे हे उपाय असतात. कदाचित उद्योजक व अधिकारी मंडळींना रोजच्या व्यवहारातील कटकटींपासून थोडासा विसावा देणारे असल्यामुळे त्याचे आकर्षण वाटते, पण हे सर्व उपाय तात्पुरते असतात, त्यांच्यामधून माणसाचे परिवर्तन होत नाही. आत्मा जाणणे आणि होणे हे आपले ध्येय आहे. दुसरा जन्म म्हणजेच आत्मासाक्षात्कार झाल्यावरच ते शक्य आहे. आत्म्याबरोबर संपर्कात येणे हीच सर्वात महत्त्वाची गोष्ट आहे. आपण शरीर, मन, बुद्धी, अहंकार ह्यापैकी काहीही नसून केवळ आत्मा आहोत हेच परमसत्य आहे आणि तेच आपल्याला मिळवायचे आहे. ध्यानामध्येच आपण आत्म्याच्या प्रकाशात येतो. किंबहुना आपण आत्माच बनतो. त्याचबरोबर आपण परमात्मा बनतो म्हणजे ईश्वरस्वरूप बनतो. त्यालाच परमेश्वर, भगवान, ब्रह्म असेही म्हणतात. हा योग झाल्यावर आपली मानवी जाणीव उच्च स्थितीला येते. असे झाले की, आत्माच आपल्या जीवनाचा एकमेव आधार अर्थात कर्ता बनतो व तोच आपले जीवन चालवतो. मग आपल्या सवयी, नीतीमूल्यांच्या कल्पना, व्यक्तिमत्त्व किंबहुना आपले सर्वस्व अंतर्बाह्य बदलून जाते आणि आपण प्रेमाच्या आनंदाच्या सागरात उतरतो. सहजयोगाच्या सर्व कार्यक्रमात म्हणूनच सगळीकडे आनंदी वातावरण असते व संगीत, नृत्य, नाटक या सर्व कलांना बहर येतो. सी.एस.लेविस या लेखकाने आपल्या 'The Great Divorce' या पुस्तकात या स्थितीचे स्वप्न पाहिले होते. तो म्हणतो –

''जिकडे पहावे तिकडे सगळ्या वृक्षांच्या फांद्या व पाने तालबद्ध होऊन सळसळत होती, जणू ती आनंदाने नाचत होती. पाण्यात पडलेल्या दिव्यांच्या प्रतिबिंबातून जणू प्रकाश वर यावा असे ते सर्व दृश्य भासत

होते... पण नंतर तो खरोखरचा प्रकाश दिसावा असे एक विलोभनीय दृश्य मला दिसू लागले.... कारण ती एक मिरवणूक होती आणि त्यात सहभागी झालेले दिव्य, प्रकाशमान आत्मे होते.... त्यांच्या दोन्ही बाजूंनी मुले व मुली नाचत–गात येत होत्या. त्यांचे नृत्य व गाणे इतके मंजुळ होते, की ते ऐकल्यावर पृथ्वीवरचा कोणताही आजारी माणूस ठणठणीत बरा होईल. त्यांच्याबरोबर वाद्यसंगीत वाजवणारे होते.... आणि या सर्वांच्या शेवटी जिच्या सन्मानाप्रीत्यर्थ हा उत्सव चालला होता ती देवी चालत होती... मी आश्चर्यचकित होऊन माझ्या शिक्षकाकडे पाहिले तेव्हा तो म्हणाला, 'पाण्यात दगड टाकल्यावर उमटणाऱ्या गोलगोल लहरी दूरपर्यंत पसरतात पण त्या कुठे जातात हे कळत नाही. उत्क्रांत होत असलेली मानवजात अजून परिपक्व झालेली नाही, पण त्या देवीच्या नुसत्या एका बोटातून इतके चैतन्य वाहत आहे की विश्वातील सर्व मृत वस्तूंनादेखील चेतना मिळून ते जिवंत होतील.....''

सामूहिक चेतनेबरोबरचा संपर्क एकदा प्रस्थापित झाल्यावर ते परम चैतन्यच तुमची सारी काळजी घेते. तुम्हाला सदैव संरक्षण देते. सर्व काही आपोआप जमून आल्यासारखे घडून येते. याला काहीजण योगायोग म्हणतात पण त्यामागे आणखी बरेच काही असल्याचे, खोलातून विचार केल्यास लक्षात येते. एका पाठोपाठ अशा गोष्टी घडत राहणे हे त्याच्यामागे परमचैतन्याचे आशीर्वाद आहेत ह्याचे स्मरण ठेवण्यासाठी असते. श्रीकृष्णांनी यालाच 'योगक्षेम' म्हणजे 'आधी योग मग क्षेम' असे म्हटले आहे. वरवर जरी आपण योगायोग असे म्हणत असलो तरी ते या विश्वव्यापी चैतन्याचेच कार्य असते. आत्मसाक्षात्कार झाल्यावर अशा घटनांचा अर्थ लावता येतो. थंड चैतन्य जाणवले तर त्यामागे परम चैतन्याचे आशीर्वाद आहेत, असे समजावे; कारण ते आपल्या हिताकडेच लक्ष देऊन असतात. या वैश्विक चैतन्य लहरी म्हणजे शुद्ध जाणीव. त्याच सर्व कार्य घडवून आणतात, त्यांना सर्व माहीत असते. त्यांच्यामध्ये खूप

शक्ती आहेत. पण तितक्याच त्या प्रेममय आहेत. ज्यावेळेस जे घडवून आणणे योग्य असेल तसेच त्या घडवून आणतात. आपल्या शारीरिक, भौतिक, मानसिक, भावनिक आणि आध्यात्मिक अशा जीवनाच्या सर्व अंगांमध्ये त्या कार्य करतात आणि आपले पोषण करतात. त्यांच्याकडे आपल्याला काही मागण्याची जरूर नाही कारण आपल्याला काय जरूरी व हितकारक आहे ते त्या जाणतात आणि त्यासाठी त्या अत्यंत कार्यक्षम असतात.

असा माणूस वरवर पाहिले तर इतरांसारखाच संसारी माणूस दिसतो, पण तो त्या संसाराबद्दल निरासक्त असतो. त्याला काही हवे–नको असे नसते. तो आपली कामे व कर्तव्ये पार पाडत असतो पण अंतरंगातून स्वतंत्र असतो.

इंद्रिये त्यांचे काम करतच राहतात पण त्यांच्यावर आत्म्याचे पूर्ण नियंत्रण असते. आत्मा स्वानंदात रमलेला असतो. तो समाधानरूपच असल्यामुळे त्याला बाहेरून समाधान मिळविण्याची गरज नसते. असा माणूस सृजनशील असतो, त्याचे विचार एकतर्फी नसतात, त्याच्या वागण्यात औपचारिकपणा किंवा दिखाऊपणा नसतो. त्याच्या भावना व जाणीव विशाल झाल्यामुळे वेगवेगळ्या वातावरणात तो सारखाच आनंदी व उत्साही राहतो. त्याची सृजनशीलताही मूलगामी असल्यामुळे त्याची आंतरिक प्रगल्भता व समाधान त्याच्या नवनिर्मितीमधून प्रकट होते व त्याच्यातून दुसरे आत्मेही प्रसन्न होतात. अशा एखाद्या गायकाचे संगीतही ऐकणाऱ्यांची कुंडलिनी जागृत करते, म्हणूनच गुरूनानक म्हणत, ''प्रत्येकाच्या हृदयाच्या स्पंदनाचे दिव्य संगीत ऐकत रहा.''

त्याचबरोबर असा माणूस कालातीत होतो; भूतकाळ व भविष्यकाळ त्याच्यापाशी नसतातच, तो सतत वर्तमानात–इथे आणि आता–राहतो. जीवनातील सर्व काही क्षणभंगूर आहे. बदल हा यच्च्ययावत वस्तूमात्राचा स्थायीभाव आहे, पण आत्मा हा पदार्थ नाही, वस्तू नाही म्हणून अमर

आहे, तो चिरंतन साक्षी आहे. साक्षीरूपात अहंकार व कंडिशनिंग विरून गेलेले असतात. साक्षीभावात राहणारा माणूस सदैव आत्मपरीक्षण करत असतो आणि स्वत:ची चक्र व नाड्या शुद्ध करून आरशासारख्या स्वच्छ ठेवतो, मग तो आरसा सत्य वस्तूचे प्रतिबिंब दाखवतो. त्याची आंतरिक शक्ती कमालीची वाढल्यामुळे कसल्याही परिस्थितीला तो तोंड देऊ शकतो. बाह्य परिस्थितीचा त्याच्यावर काहीही परिणाम होत नाही, कारण ती अळवावरच्या पाण्याप्रमाणे असते.

भगवान श्रीकृष्ण आत्म्याबद्दल म्हणतात :

''नैनं छिन्दन्ति शस्त्राणि
नैनं दहति पावक:।
न चैनं क्लेदयन्त्यापो
न शोषयति मारूत:।।

थोडक्यात सांगायचे तर आत्म्याची शुद्धता कशानेही बिघडत नाही किंवा त्याचे रूप बदलले जात नाही, म्हणून आत्मसाक्षात्कार मिळाल्यावर भावनिक अतिरेकामुळे शरीरावर होणारे दुष्परिणामही दूर होतात कारण कुंडलिनी जागृत झाल्यावर ती सर्व व्यवस्था ठीक करून तिचे पुनरूज्जीवन करत असते. बरेच आजार आणि रोग त्यामुळेच बरे होतात. सामूहिक उत्थानामधूनही हेच कार्य होत असते आणि त्यातून सामाजिक परिवर्तन होऊन नवीन समाज तयार होतो. जसजसे जास्त लोक सहजयोगामधून आत्मसाक्षात्कारी होतील तसतशा सामूहिक स्तरावर चैतन्य लहरी जोमाने कार्यान्वित होतील आणि जगभरातील मानवजातीच्या उद्धारासाठी सध्याची अशांत, अस्थिर, स्पर्धात्मक परिस्थिती बदलून मानव जन्माचे सार्थक कशात आहे हे त्यांना समजेल आणि सर्वत्र गुण्यागोविंदाने राहणाऱ्या माणसांचे एक सुंदर जग निर्माण होईल. विल्यम ब्लेक या साक्षात्कारी कवीच्या शब्दांत सांगायचे तर, 'ईश्वराची लेकरे संत होतील.' करुणा व सूज्ञतेचा आविष्कार सगळीकडे प्रत्ययास येईल. वैश्विक

स्तरावर नजर टाकल्यास एकविसाव्या शतकात घडून येणाऱ्या या परिवर्तनाची नांदी प्लुटोच्या परिक्रमणात होणाऱ्या बदलामध्ये आहे. पुरातन काळापासून अनेक महायोग्यांनी दिव्यदृष्टीतून पाहिलेले सुवर्णकाळाचे स्वप्न विश्वव्यापी परम चैतन्याकडून येत्या सहस्रकांत साकार होण्याची वेळ आता आली आहे.

उपसंहार

नवीन सहस्त्रकामध्ये परस्पर विरोधी घटना बरोबरीनेच घडणार आहेत. एका बाजूने सत्याच्या अहर्निश शोधात असलेल्या अनेक साधकांना त्यांच्या प्रयत्नांत यश मिळवून देणारा तो सुवर्णकाळ असेल तर दुसऱ्या बाजूने त्याच्या विरोधात असणारे लोक बाजूला फेकले जाणार आहेत. यालाच येशू ख्रिस्तांनी 'अंतिम निर्णयाचा समय' म्हटले तर कुराणामध्ये 'पुनरुत्थानाचा दिवस' असे म्हटले. कुराणातील सुरा सांगतात.

''त्या दिवशी त्यांची तोंडे बंद केली जातील, त्यांचे हात बोलू लागतील तर त्यांचे पाय दुष्कृत्यांची कबुली देतील.''

––सुरा ३६:६३

''तुमचा आत्माच त्या दिवशी तुम्हाला जाब विचारणार आहे.''

––सुरा १७:१२

जे प्रकाशाच्या मार्गात राहतील त्यांची उन्नती होणार आहे; तर जे विरोधी कार्यात मग्न राहतील त्यांचा नाश होणार आहे. सत्य हे स्वयंप्रकाशित आहे व तो प्रकाश तेजस्वी असतो, असत्य हे आज ना उद्या उघडकीस येणारच. कालचक्राप्रमाणे हे घडणारच आहे आणि येणारे सहस्त्रक तेच दाखवणार आहे.

सामूहिक स्तरावर भ्रष्टाचार, पिळवणूक, लुटारूपणा व संधिसाधूपणा, धर्मांधता व धर्मवेडेपणा, जाती–वर्ण भेद हे सर्व उघडकीस येईल तर वैश्विक स्तरावर या निर्णायक समयी शेवटचा न्यायनिवाडा घोषित झाल्यावर पंचमहाभूतेच थैमान घालून सत्याच्या विरोधातील सर्व शक्तींचा घास घेतील.

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.

नवीन सहस्रकात
प्राचीन भविष्यवाणी साकारणार

परिस्थितीवश मानवजातीचे विभाजन झाले पण नव्या सहस्रकात सामूहिक प्रेमाचे सामर्थ्य मानवजातीला परत एकदा एकत्रित बांधून ठेवण्यासाठी भाग पाडत आहे. प्राचिन प्रेषितांच्या भविष्यवाणीमध्ये असे सांगितले आहे की साक्षात्कारी आत्म्यांच्या सामूहिक चैतन्य लहरी त्या प्रेमाच्या सामर्थ्याला संवर्धित करण्यासाठी एकाच वस्तुच्या दिशेने अभिमुख होऊन तिथेच एकत्रित होत आहेत. आपल्या अंतर्गत सुप्त सामर्थ्याचा संयोग या परिवर्तनशील घटकाशी होईल आणि आत्मासाक्षात्काराच्या अलौकिक प्रक्रियेने (वैश्विक) संपूर्ण विश्वाचे परिवर्तन होईल. याच पुस्तकात या सुप्त अंतर्गत सामर्थ्य आणि त्यामुळे होणारे परिवर्तन याविषयी चकित करणारी दिव्य स्वप्ने किंवा कल्पना प्रकट केल्या गेल्या आहेत.

पुस्तकाचे लेखक श्री.योगी महाजन यांचा जन्म वर्ष १९५० मध्ये नवी दिल्ली येथे झाला. नवी दिल्ली कायदा शाखेचे (Faculty of Law) पदवीधर श्री.योगी महाजन न्यायधीशांच्या सुप्रसिद्ध परिवाराशी संबधित आहेत.

वर्ष १९७६ मध्ये परम पूज्य माताजी श्री निर्मला देवींशी त्यांची अचानक भेट झाली, ज्यांनी त्यांच्या जीवनाच्या दिशेला एक नवे वळण दिले. तेव्हापासून ते सतत सहजयोग ध्यान धारणेमध्ये आनंदमग्न आहेत. त्यांनी बरीच पुस्तके लिहीली, त्यातील काही खाली दिलेली आहेत :

१. उत्थान

२. Geeta Enlightened

३. परमात्मा का स्वरूप (The Face of God)

visit us at www.sahajayoga.org to know more about Sahaja Yoga.