

## परमपूज्य काकामहाराज यांच्याशी पुणे येथे झालेली चर्चा

फेब्रुवारी २०१०

फेब्रुवारी २०१०मध्ये, 'सेल्फ अवेकनिंग' या न्यूजलेटरचे संपादक श्री दिलीप कामत यांना फारच चांगला योग लाभला. महायोगाबद्दल चर्चा करण्यासाठी सलगपणे काही दिवस अनेक तास त्यांना प.पू. काकामहाराजांबरोबर बसावयास मिळाले. या चर्चेचा संपादित भाग खालीलप्रमाणे आहे.

प. पू. काकामहाराजांबरोबर झालेली ही चर्चा 'सेल्फ अवेकनिंग' न्यूजलेटरच्या मे २०१०च्या अंकात प्रथम इंग्रजीत प्रकाशित झाली होती.

संपादक - गुरुदेव धन्यवाद! आमच्या सेल्फ अवेकनिंग या तिमाही ई-न्यूजलेटरच्या वाचकांच्या वतीने तुमच्याशी महायोगाबद्दल बोलण्याची ही संधी दिल्याबद्दल धन्यवाद. गेल्यावर्षी आपण अशीच चर्चा केली होती व त्यावेळेल तुम्ही तुमच्या आयुष्यातील काही अनुभवांबद्दल सांगितले होते आणि साधकांना उपदेशही केला होता. साधकांचा जो प्रतिसाद आला त्यावरून आपली ती मुलाखत वाचकांना फार आवडली होती असे दिसते. यावेळी मला महायोग, दीक्षा आणि साधन यावरचे तुमचे विचार ऐकायचे आहेत. आपण सुरुवात करूया?

गुरुदेव - वा! गेल्यावर्षी आपल्यात झालेली चर्चा साधकांना आवडली हे ऐकून आनंद झाला. आता जे आपण बोलणार आहोत, तो संवादसुद्धा वाचकांना आवडेल अशी मला आशा वाटते. चला सुरु करूया.

संपादक - छान. बऱ्याचवेळा आम्ही तुमच्याकडून व आपल्या परंपरेतल्या इतरांकडून ऐकले आहे की महायोग हा योगसाधनेचा सर्वोत्तम मार्ग आहे. हा मार्ग अनुसरणाऱ्या आमच्यापैकी बऱ्याच जणांचा यावर अत्यंत विश्वास आहे, कारण या मार्गात आम्हाला बरेच काही अनुभवास आले आहे. परंतु गोष्ट अशी आहे की, हा महायोगामार्ग ज्यांच्यासाठी नवीन आहे ते बऱ्याच वेळा विचारतात की तुमचा यावर इतका विश्वास का आहे? यावर तुम्ही थोडा प्रकाश टाकला तर बरे होईल.

गुरुदेव - तुम्हाला कल्पना आहेच की अनेक प्रकारचे योगमार्ग उपलब्ध आहेत. त्या सर्वांचे एकच ध्येय आहे की साधकाला आत्मज्ञानाप्रत घेऊन जाणे. हठयोग, लययोग, मंत्रयोग आणि राजयोग हे त्यापैकी काही मार्ग आहेत ज्यांची रचनाच

अशी आहे की कसून प्रयत्न करणारा एकनिष्ठ साधक अंतिमतः आत्मज्ञानाप्रत पोहोचतो. हे सगळे योगाचे प्रकार आहेत त्यात साधकाला एखाद्या सक्षम गुरूच्या मार्गदर्शनाखाली बराच वेळ खर्च करावा लागतो आणि सरतेशेवटी आत्मजागृतीचा अनुभव त्याला येतो. परंतु हे मार्ग अनुसरण्यास बरेच कठीण आहेत. बऱ्याच साधकांना या मार्गामुळे शारीरिक व मानसिक क्षमता प्राप्त करता येते. पण आध्यात्मिक बोधप्राप्ती फारच कष्टप्रद असते. हल्ली हठयोगाची लोकप्रियता पाहता मला एक गोष्ट सांगाविशी वाटते आहे की, “हठयोग प्रदीपिकेतही” सर्व प्रकारची आसने व इतर सरावाची माहिती दिल्यानंतर सर्वात शेवटच्या श्लोकात लेखक स्वात्माराम म्हणतात,

“जोपर्यंत प्राण सुषुम्नेत प्रवेश करित नाही (पाठीच्या मणक्यातील नाडी किंवा सूक्ष्म मार्ग) आणि मस्तकावरील मुकुटापर्यंत (सहस्रदलकमल) पोहोचण्याचे त्याचे ध्येय साध्य होत नाही, जोपर्यंत तो ब्रह्मतत्वाशी एकरूप होत नाही, तोपर्यंत ज्ञान आणि विवेक याबद्दलचे सर्व बोलणे हे कोणा मूर्खाचे निष्फळ वाक्ताडनच ठरते.”

तेव्हा, या ग्रंथात दीर्घकाळ चालणारी व कठीण अशी हठयोग साधना विषद केल्यानंतर, शेवटी जबाबदारी झटकल्यासारखे म्हटले आहे की, “ही साधना केल्याने परिणामतः कुंडलिनी जागृत होईलच असे काही नाही.”

ह्याउलट महायोग साधना हा आत्मजागृतीकडे जाणारा सरळ मार्ग आहे. महायोगामार्ग अनुसरणाऱ्या साधकाला इतर काहीही योगाचा सराव करण्याची जरूरी नाही. वस्तुतः साधना करित असताना हेतुपुरस्सर सराव करण्यापासून साधक जितका दूर राहिल तितकी त्याची प्रगती चांगली होईल. मग साधकाला जर काहीही करायचेच नसेल, तर मग “कर्ता” कोण? “कर्ता” असेल ती प्राणशक्ती (आदिशक्ती किंवा वैश्विक चैतन्यशक्ती). प्राणशक्ती हा उर्जेचा सूक्ष्म अविष्कार आहे व त्याचे व्यक्त स्वरूप आहे आपण जिवंत असेपर्यंत घेत असलेला श्वास आणि उच्छ्वास. एकदा प्राणशक्ती जागृत झाली की (आपल्या सूक्ष्म शरीरात) मुक्तपणे भ्रमण करता यावे म्हणून ती स्वतःच आपल्या सूक्ष्म शरीरातील नाडीमार्गाची शुद्धी करते. साधकाला साधना करताना केवळ तिच्या मार्गातून बाजूस व्हावयाचे आहे. जोपर्यंत प्राणशक्ती सुषुम्नेत प्रवेश करित नाही तोपर्यंत ती थांबणार नाही आणि शेवटी ती साधकाला समाधी अवस्थेप्रत घेऊन जाईलच. त्यामुळे इतर योगमार्गात जसे गुरूच्या मार्गदर्शनाखाली अनेकविध प्रकारचे सराव करावे लागतात, तसे काहीही न करता महायोगाच्या

साधकाला आंतरिक मार्गदर्शनासाठी स्वतःला प्राणशक्तीकडे सोपवून द्यायचे आहे, मग जे होईल ते होवो. प्राणशक्ती एकदा मुक्त झाली की साधकाला आत्मज्ञानाची प्राप्ती होईपर्यंत ती स्वस्थ बसणार नाही.

संपादक - महायोग आणि इतर योगमार्ग यातील महत्वाचे व स्पष्ट फरक सांगितल्याबद्दल धन्यवाद. तुमचे हे विश्लेषण ऐकून साधकांना महायोगाचा विशेष गुणधर्म अंतरंगी उमजेल अशी मला आशा आहे. तो गुणधर्म असा की साधन करताना साधक हा कर्ता नसतो, तर त्याच्या आतील प्राणशक्ती हीच कर्ता व गुरु दोन्ही असते. आता पुढच्या मुद्द्याकडे वळूया. महायोगाचे फायदे काय आहेत असे साधक नेहमीच विचारत असतात. विविध मार्गांनी महायोग त्यांना कसे उपयोगी पडते हे साधकवर्गाला तुमच्या तोंडून ऐकावयास मिळाले तर त्यांना ते फार उपयोगी पडेल.

गुरुदेव - महायोगात असे सामर्थ्य आहे की ज्यामुळे व्यक्तीच्या विशेष गुणांची उन्नती होते. जीवनाचे कल्याण होते. एवढेच नाही तर, भगवद्गीतेत सांगितले आहे त्याप्रमाणे संपूर्ण मानवजातीचे कल्याण करण्याचे सामर्थ्य महायोगामध्ये आहे. खरे म्हणजे माझे असे मत आहे की, गीता हे एक महायोगावर दिलेले प्रवचन आहे कारण भगवान श्रीकृष्णाने गीतेत सांगितलेली योगाची अंगे, म्हणजे महायोगाचीच विविध स्वरूपे आहेत.

मी आधी म्हटल्याप्रमाणे, महायोगमार्गात साधकाने काहीही करण्यात अडकायचे नाही. त्यामुळे तर हे अधिक सोपे झाले आहे; कारण साधन सुरु असताना साधकाने काहीही करण्याची जरूरी नाही. त्याने फक्त जे घडेल ते घडू द्यावे. यात कोणत्याही बाहेरच्या गुरुचा सहभाग नसतो. एकदा प्राणशक्ती क्रियाशील झाली की तीच साधकाची गुरु होते. साधकाने केवळ तिला मार्गदर्शन करण्याची मुभा द्यावी. या लौकिक जगातील गुरु कदाचित काही चुका करू शकेल, एखाद्या साधकाच्या आध्यात्मिक गरजा काय आहेत याचे अनुमान कदाचित त्याला करता येणार नाही. परंतु प्राणशक्ती जी साधकाचा अंतरंगीचा गुरु आहे, ती त्याला आत्म्याने ओळखते, त्याचे या जन्मीचे व पूर्वजन्मीचे सर्व संस्कार (साधकाची पूर्वायुष्यातील कर्मे ज्यांच्यामुळे त्याच्या विचारांची धारणा बनली आहे) कसे आहेत ते तिला माहित असते! त्यामुळे ती साधकाला त्याच्या सूक्ष्म देहातील मार्गावरचे सर्व अडथळे दूर करण्यास (नाडीशुद्धीसाठी) अधिक उत्तम रीतीने मदत करू शकते. ज्यामुळे अखेरीस ती त्याला आत्मप्रबोधन व आत्मज्ञानाप्रत घेऊन जाते. अधिक महत्वाचे काय तर, साधक प्राणशक्तीलाच “कर्ता” म्हणून कार्य करू देतो त्यामुळे त्याचा अहंकार हळूहळू कमी होतो. इतर साधनामार्गात

जो सराव करावयास सांगितलेला असतो तो साधकाला स्वतःच कर्ता म्हणून करावा लागतो. महायोगाच्या साधकाला अशी काहीच अडचण येत नाही, कारण साधनेत समाधी अवस्थेप्रत पोहोचण्यासाठी आपले जे स्वत्व समर्पण करावयास लागते, ते तो महायोगाच्या साधनेत पहिल्यापासूनच करीत असतो.

साधकाच्या सूक्ष्म शरीरातील (नाडी शुद्धीसाठी) प्राणाची गती अवरुद्ध करणारे अडथळे दूर करण्यात अनेक प्रकारचे फायदे आहेत. जणू काही परमेश्वर साधकावर प्रसन्न झाला आहे! परमेश्वर म्हणजे इथे प्राणशक्ती असे मला म्हणायचे आहे. एकदा नाडीशुद्धी सुरू झाली की साधकाची आयुष्याकडे पहायची दृष्टीच बदलते. तो हळूहळू एका उन्नत अवस्थेत पोहोचतो आणि त्याला असे जाणवते की त्याच्या आध्यात्मिक वा ऐहिक जीवनात जे जरूरीचे आहे ते आपोआप घडते आहे. त्याला असे लक्षात येईल की त्याच्या अध्यात्मिक प्रगतीसाठी ज्यांची गरज नाही अशा भोग्य वस्तूंबद्दलची त्याची आसक्ती कमी होते आहे व त्यामुळे या आयुष्यात त्याला स्वतःला फार समाधानी वाटते आहे. साधकाला हेही दिसून येईल की या इंद्रियगम्य जगातील परिस्थिती त्याच्या आध्यात्मिक प्रगतीकरिता अनुकूल होईल अशा तऱ्हेने बदलते आहे. या ऐहिक जगातील अनुभवसुद्धा आपोआपच त्याच्या अध्यात्मिक प्रगतीकरिता अनुकूल असे असतील. त्याच्या अंतरात एक शांतीची जाणीव विकसित होईल, जिच्यामुळे ऐहिक जगात त्याला मदतच होईल. परंतु सर्वात महत्वाचे म्हणजे या वास्तव जगातील प्रगतीसाठी चालू असणारे स्वतःचे मूल्यमापन करणे हळूहळू नाहीसे होईल. कालांतराने एक अलिप्ततेची भावना त्याच्या मनात तयार होईल आणि त्याच्या मनातील तीव्र अभिलाषा, तसेच कशाहीबद्दलचा तिटकारा यथावकाश कमीकमी होत जाईल. तो साधक एका वेगळ्याच दृष्टीकोनातून जीवनाकडे पाहू लागेल. लौकिक गोष्टींपेक्षा अध्यात्मिक वातावरणात त्याला अधिक आनंद वाटू लागेल. खरोखरच तो या पृथ्वीतलावर असूनही स्वर्गाचा अनुभव घेण्यास सुरूवात करेल.

संपादक - निश्चितच पृथ्वीवरील स्वर्ग! पण या अवस्थेप्रत पोहोचण्याकरिता साधकाला महायोगी बनावे लागेल! तेव्हा आता कृपा करून सांगा की साधकाने सुरूवात कशी करावी. अर्थातच जे साधक या मार्गावर जाण्याचा गंभीरपणे विचार करीत आहेत त्यांच्यासाठी दीक्षा घेणे (औपचारिक दीक्षाविधी) ही प्रथम पायरी आहे. परंतु ज्यांना महायोगाची प्राथमिक माहिती घेऊन अंदाज घ्यायचा आहे, त्यांच्यासाठी तुम्ही एक महायोगाच्या पूर्वाभ्यासाचा आराखडा तयार केला आहे. अगदी नजीकच्या काही वर्षात तुम्ही एक नवीन पद्धत सुरू केली आहे, ती म्हणजे काही ठराविक कालावधीनंतर

महायोगाच्या प्रसाराचा वैश्विक प्रयोग करणे. याकरीता पुढील तारीख ठरली आहे, १६ मे, २०१०. आता कृपा करून महायोगमार्गावर चालण्यास सुरुवात करताना साधकासाठी ज्या काही विविध पध्दती आहेत, त्याविषयी आम्हाला काही सांगावे.

गुरुदेव - प्रत्येकाला महायोगाबद्दल प्राथमिक माहिती मिळावी यासाठी आम्ही एक पूर्वाभ्यासाची पध्दत तयार केली आहे. तुम्ही जाणताच की औपचारिक दीक्षा होण्यापूर्वी काही विशिष्ट निर्बंध पाळण्याची साधकाची तयारी हवी. अर्थात साधकाची प्रगती जलद व अव्याहतपणे व्हावी, त्याला काही अडचणींना सामोरे जायला लागू नये, हाच या निर्बंधांचा हेतू आहे. तथापि आम्हाला असे काही लोक भेटतात ज्यांना महायोगामध्ये रुची तर वाटते, पण त्यांना महायोग साधनेचा प्रत्यक्ष अनुभव आलेला नसतो आणि म्हणूनच साहजिकपणे त्यांची आपली राहणी बदलायची बांधिलकी स्वीकारण्याची तयारी नसते. अशा साधकांसाठी पूर्वाभ्यास पध्दत विकसित केली आहे. म्हणजे आपल्या राहणीत काहीही बदल न करता पूर्वाभ्यासाच्या योगाने त्यांना महायोग साधनेतील काही अनुभव मिळण्यास सुरुवात होते. महायोगात एकदम उडी मारण्याऐवजी पूर्वाभ्यासास बसल्याने जिजासू साधकाला मध्ये एक पायरी मिळते. हा पूर्वाभ्यासाचा सराव कालांतराने साधकाच्या मनात महायोगाच्या पूर्ण स्वीकृतीची दृढ इच्छा तयार करतो, ज्याचा लाभ अपरिहार्यपणे साधकालाच मिळतो.

जगात कोठेही जेव्हा आम्ही लोकांशी महायोगाविषयी बोलतो, तेव्हा त्यांना कधीकधी विश्वास ठेवणे कठीण वाटते की, आत्मज्ञान प्राप्त करण्याचा इतका साधा, सोपा व बिनखर्चाचा मार्ग उपलब्ध आहे. मग त्यांना आमच्याकडून त्यापाठ्या सैद्धांतिक (तात्त्विकदृष्ट्या) खुलासा हवा असतो. मग त्यांच्याशी अधिक तपशिलात बोलण्याऐवजी, किंवा प्रवचन देण्याऐवजी आम्ही त्यांना शांतपणे बसायला सांगतो. मग डोळे बंद करून श्वासाकडे लक्ष देण्यास सांगतो, अर्थात त्यांना थेट महायोगाची ओळखच करून देतो. त्यांनी तसे करताक्षणीच, त्यांच्या आत प्राणशक्तीचे उत्थान आपोआप होऊ लागते. ही एक सूक्ष्म प्रक्रिया आहे आणि जेव्हा आम्ही लोकांना तिचे निरीक्षण करण्यास सांगतो तेव्हा त्यांना तिची जाणीव होते. सूक्ष्मदेहात प्राणशक्तीचे उत्थान होऊ लागले की लोक अंतर्मुख होऊ लागतात. त्यांचे डोळे बंद असल्याने दृश्य जगातील व्यत्ययाचा त्रास त्यांना होत नाही. हळूहळू त्यांना आजूबाजूचे आवाज ऐकू येईनासे होतात आणि ते ज्यावर बसले आहेत त्या आसनाची किंवा खुर्चीची जाणिवही नष्ट होऊ लागते. असे नाही की त्यांची ऐकण्या बोलण्याची व इतर इंद्रिये बंद पडतात, परंतु ते बसले आहेत त्या खोलीची वा भोवतालच्या जगाची जाणिव कमी

कमी होत जाते. प्राणशक्ती जी सर्वसाधारणपणे त्यांच्या सूक्ष्म देहात बहिर्मुखी असून अडखळत प्रवास करीत असते ती आता अंतर्मुखी होते.साधकांना आपोआपच निःस्तब्धतेचा व मनःशांतीचा अनुभव येऊ लागतो. मला वाटते की लांबलचक प्रवचन किंवा खुलासा देत बसण्याऐवजी हा प्रत्यक्ष अनुभव त्यांच्याकरीता उपयोगाचा व मौल्यवान आहे. आम्ही जेव्हा कॅलीफोर्निया येथे वैश्विक शांतीच्या एका समारोहात भाग घेतला होता तेव्हा अशाच प्रकारचा अनुभव आम्हाला आला. त्या कार्यक्रमाच्या आयोजकांनी प्रभावित होऊन आम्हाला पत्र लिहिले की, इतर वक्त्यांनी 'शांती'वर दिलेल्या आवेशयुक्त भाषणापेक्षा, थोड्या वेळेच्या साधनेसह करून दिलेला महायोगाचा प्राथमिक परिचय अधिक परिणामकारक होता व त्यामुळे उपस्थितांच्या अंतरात शांतीची भावना तयार होऊ शकली.

पुढे जाऊन जगातील प्रत्येक व्यक्तीला हा महायोगाचा मार्ग सांगायचा माझा हेतू आहे. हे काही थोड्या लोकांच्या फायद्यासाठी लपवून ठेवायचे शास्त्र नाही. पूर्वाभ्यासात सहभागी व्हा किंवा औपचारिक दीक्षा घ्या, यात साधकाला काडीचाही खर्च नाही. तेव्हा महायोगसंबंधात तर पैशाचा प्रश्नच उद्भवत नाही.

तुम्ही म्हटल्याप्रमाणे, आपण गेली काही वर्षे ठराविक कालावधीने शांततेकरीता महायोगाचा वैश्विक प्रयोग करीत आहोत. आपला उद्देश आहे की विश्वाच्या कानाकोपऱ्यापर्यंत महायोगाबद्दलची जाणीव वाढली पाहिजे. तुम्हाला माहित आहेच की संपूर्ण जगातील अनेक लोक या प्रयोगात भाग घेतात.

यावर्षी पुढील वैश्विक प्रयोग होणार आहे तो १६ मे २०१० रोजी. इच्छुकांनी आपापल्या घरीच स्थानिक वेळेनुसार सकाळी ६.०५ ते ६.२६ पर्यंत, २१ मिनिटे साधन करण्याकरिता बसायचे आहे. साधकांना भारतातील किंवा जगातील कुठल्याही वेळेशी जुळवून घेण्याची काही गरज नाही. त्यांनी त्यांच्या देशातील वेळेप्रमाणे वा टाईम झोन (कालविभाग) प्रमाणे जेव्हा घड्याळाचा काटा सकाळी ६.०५ वर येईल तेव्हा बसायचे आहे. त्यांनी सहजपणे बसायचे आहे. डोळे बंद करून आपोआप होणाऱ्या श्वासाचे निरीक्षण करायचे आहे. हे महत्वाचे आहे की त्यांनी श्वासावर नियंत्रण आणण्याचा किंवा इतर काही करण्याचा अजिबात प्रयत्न करायचा नाही, फक्त निरीक्षण करायचे. उदाहरणार्थ जर त्यांना असे दिसले की उच्छ्वास केल्यानंतर श्वासाची क्रिया थांबली आहे, तर त्यांनी असे समजावे की आपोआपच अहेतुकपणे बहिर्मुखी प्राणायाम जमला आहे. बहिर्मुखी साधला गेला आहे तो केलेला नाही! अर्थात त्यांना काही श्वासाव्यतिरिक्त अनुभव येऊ शकतात. साधन करताना अपरिहार्यपणे त्यांना शांतीचा

अनुभव येईल. साधकाने साधन करण्याच्या काळात हेतुपुरस्सर “काहीही करायचे नाही”. त्याच्या शरीरात व मनात ज्या क्रिया घडतील त्या घडू द्याव्यात. यावेळेस प्राणशक्ती “कर्ता” असते व साधकाने फक्त निरीक्षण करायचे आहे.

या वैश्विक प्रयोगामागचा आमचा हेतू असा आहे की शांततेची संकल्पना संपूर्ण जगात प्रसारीत व्हावी आणि विश्वबंधुत्वाच्या वा विश्वभागिनीत्वाच्या भावनेचा सर्वांना स्पष्ट अनुभव यावा. आपण श्वासाने आत ओढून घेतलेली हवा ही आपल्या अंतर्दामी वास करीत असलेल्या सूक्ष्म प्राणशक्तीचे व्यक्त प्रकटीकरण आहे. मागे म्हटल्याप्रमाणे आपण प्राणशक्तीलाच आदिशक्ती म्हणतो, कारण आपली आई जशी आपल्याला कायम आधार देते तशी आदिशक्ती आपल्याला श्वास घेण्यासाठी हवेची व्यवस्था करते. भोवतालच्या हवेशिवाय आपल्यापैकी कोणीही जिवंत राहू शकणार नाही. या जगात हवा, जी राज्य वा देशाच्या सीमारेषांची दखल न घेता सर्वत्र पसरलेली आहे, तिला आपली आईच म्हणायला हवे आणि त्या हवेत श्वास घेणारे आपण सर्व एकमेकांचे भाऊ बहीण आहोत. माझी अशी प्रबळ इच्छा आहे की, या पृथ्वीतलावरील प्रत्येकाला तो कोठेही राहात असला तरी हे विश्वबंधुत्व व विश्वभागिनीत्व प्रत्यक्षात अनुभवायास येऊ दे. त्यांना हेही लक्षात येऊ दे की महायोगाच्या साधनेने ह्या जाणीवेचा प्रत्यक्ष अनुभव येऊ शकतो. म्हणूनच मला जास्तीत जास्त लोकांना या मार्गाची माहिती द्यायची आहे. अर्थात, हा मार्ग चोखंदळायचा व त्यापासून होणारे फायदे घ्यायचे की नाही हे सर्वस्वी त्यांच्यावर अवलंबून आहे. मला मात्र प्रत्येकाला जाणीव करून द्यायची आहे की असा मार्ग उपलब्ध आहे. महायोग ही प्राणशक्तीची आराधना आहे, जी आपल्या सर्वांच्या आत राहते, जी आपल्या जीवनाचा आधार आहे आणि आपली सामाईक माता आहे.

संपादक - पूर्वाभ्यासाची ही ओळख आणि वैश्विक शांततेसाठी चाललेल्या महायोगाच्या प्रयोगाचा खुलासा फार अद्भूत आहे. आता औपचारिक दीक्षा आणि पूर्वाभ्यास यात काय फरक आहे ते आपण सांगाल का?

गुरुदेव - आपल्याला रोजच्या धकाधकीच्या आयुष्यात मनःशांती व उद्वेगरहित अवस्था हवी असते व त्यासाठीच आपण योगासारख्या वेगवेगळ्या साधनामार्गांच्या शोधात असतो. आपल्याला होणारी अशी इच्छा, ही आपण मागच्या जन्मी योग किंवा तत्सम मार्ग अनुसरले असल्याचे लक्षण असणार. तेव्हा जरी आपल्याला ह्या मागील प्रयत्नांची जाणीव नसली तरी, मला खात्री आहे की ज्यांना महायोगाबद्दल आस्था वाटते त्यांच्यावर हे संस्कार नक्की झालेले आहेत. (संस्कार = या जन्मीच्या किंवा

मागील जन्मीच्या कृती). प्राथमिक अभ्यासाला संस्कृतमध्ये 'पूर्वाभ्यास' असे म्हणतात. पूर्वाभ्यास म्हणजे "अगोदरचा अभ्यास". याचा दोन प्रकारे अर्थ सांगता येईल, दीक्षा मिळण्याआधीचा अभ्यास किंवा आताच्या वेळेआधी केलेला अभ्यास. वस्तुतः हे दोन्हीचे परावर्तन आहे. त्यामुळेच जेव्हा पूर्वाभ्यासासाठी लोक बसतात तेव्हा त्यातील बऱ्याच जणांना महायोग साधनेचा प्रत्यक्ष अनुभव येतो. याचे कारण हे असते की त्यांचा पूर्वी कधीतरी योगाशी सम्बन्ध आलेला असणारच, या जन्मी वा पूर्वजन्मी! या पूर्वाभ्यासात सातत्य ठेवल्यास व आपल्या घरी एकांतात साधनेस बसल्यास, या साधनेत इतकी क्षमता आहे की हळूहळू (शनैः शनैः) ती साधकाला आत्मज्ञानाप्रत घेऊन जाईल.

वैश्विक शांततेप्रीत्यर्थ चाललेला प्रयोग हा एक दुसरा मार्ग आहे, ज्यामुळे महायोगाबद्दल जाणीव वृद्धिंगत होईल आणि सर्व जगातील लोकांना त्यांच्या स्थानिक वेळेप्रमाणे मंगल अशा समयास पूर्वाभ्यासाच्या या प्रयोगात सहभागी होता येईल. उदाहरणार्थ, पुढील वैश्विक प्रयोग १६ मे रोजी, अक्षय तृतीयेच्या दिवशी आहे. हा अत्यंत शुभ दिवस आहे. अनेक वर्षांपूर्वी महायोगाच्या शक्तिपात परंपरेतील माहित असलेले सर्वात पहिले गुरु प.पू. स्वामी गंगाधर तीर्थ महाराजांनी प.पू. स्वामी नारायण देव तीर्थ महाराजांना या दिवशीच दीक्षा दिली होती. आणखी एक गोष्ट अशी की या वैश्विक प्रयोगात बहुतांश संख्येने जे लोक सहभागी होतात, त्या सर्वांवर सामाईक विश्वबंधुत्वाच्या भावनेचा जोरदार प्रभाव पडतो.

पूर्वाभ्यास आणि दीक्षा यात थोडाफार फरक आहे. दीक्षा देताना आम्ही आमच्या गुरुदेवांना नम्रपणे विनंती करतो की दीक्षार्थी साधकाच्या सुषुम्नानाडीतून (पाठकण्यातील सूक्ष्ममार्ग) प्राणशक्तीचा संचार होवो. याला शक्तिपात असेही म्हणतात, याचा अर्थ असा की, प्राणशक्तीचा प्रवाह गुरुने साधकाकडे अंतरीत करायचा. दीक्षा होण्यासाठी, साधकाच्या मनात दीक्षा मिळण्याची आर्तता असावी लागते व विशिष्ट प्रकारची जीवनशैली स्वीकारायची तयारी असावी लागते. त्यात कोणत्या प्रकारचे अन्न खावे, तसेच दारू, तंबाखू इत्यादी वस्तू वर्ज्य आहेत असे मानावे लागते. हे निर्बंध साधकाच्या भल्यासाठीच आहेत, ज्यांच्या पाळण्याने एकदा दीक्षा झाली की, महायोगाच्या मार्गावर तो कोणत्याही अडथळ्याशिवाय अविचलपणे प्रगती करू शकेल. एका अर्थी दीक्षा ही साधकासाठी जन्मभराची बांधिलकी आहे. तथापि पूर्वाभ्यासाच्या तुलनेत दीक्षा साधकाला तात्काळ अधिक प्रगत अवस्थेप्रत घेऊन जाते.

एका अर्थाने दीक्षा ही बंधनकारक आहे, कारण, दीक्षेनंतर साधकाला एक विशिष्ट



जीवनशैली अंगिकारावी लागते. पण दुसऱ्या व अधिक महत्वाच्या अर्थानेही दीक्षा बंधनकारक आहे. दीक्षा होताच एरव्ही इतस्ततः भरकटत जाणारी प्राणशक्ती सुषुम्ना नाडीकडे लगेच वळविली जाते व ती ऊर्ध्वगामी होऊन साधकाला तत्काळ आत्मज्ञानाच्या मार्गावर लावते. तेव्हा पूर्वाभ्यास केल्याने साधकाला महायोगाचा अनुभव कसा असेल ह्याची जाण येते, त्यामुळे कदाचित ते पुढे दीक्षा व्हावी म्हणून उत्सुक होतीलच. पण दीक्षा ही साधकाला थेट आत्मज्ञानाप्रत घेऊन जाते.

पूर्वाभ्यास करणाऱ्या साधकांना जरी सुरुवातीला दीक्षेच्या संदर्भातील निर्बंध अवघड वाटले, तरी पूर्वाभ्यास व इतर योगमार्ग करणारे हे निर्बंध हळूहळू आपोआप आणि स्वेच्छेने पाळायला लागतात. दीक्षेच्या पूर्वअटी दीक्षेच्या निमित्ताने आधीपासूनच स्वीकारल्यास साधकाची तयारी वेगाने होते व कोणत्याही अडथळ्याशिवाय त्याची प्रगती होण्यास मदत होते. अशा प्रकारच्या निर्बंधांचा स्वीकार हे, साधकाला दीक्षा घेण्याची किती आस्था आहे आणि आपल्या भविष्यातील प्रगतीकरिता तो किती गंभीर आहे याचे द्योतक आहे.

महायोगाचा पूर्वाभ्यास आणि महायोगाची दीक्षा यात आणखीही एक महत्वाचा फरक आहे. पूर्वाभ्यासाचे हे उद्दिष्ट आहे की, महायोगाची जाणीव सर्वत्र व्हावी. कोणतीही बांधिलकी वा कोणतेही निर्बंध वगैरे न पाळता या पृथ्वीवरील प्रत्येकाने या साधनेचा लाभ घ्यावा असे आम्हास वाटते. त्यासाठीच आम्ही साधकांना प्रोत्साहन देतो की त्यांनी शक्य असेल तितक्या लोकांना महायोगाबद्दल सांगावे. त्यांना पूर्वाभ्यास करण्यास सांगावे करावे आणि महायोगाच्या वैश्विक प्रयोगात सामील होण्यास सांगावे. याविरुद्ध दीक्षा ही एक वेगळीच प्रक्रिया आहे. कोणीही कोणालाही जोर लावून दीक्षा घेण्यास भाग पाडणे आम्हाला नको आहे. दीक्षा घेण्याची इच्छा आतून आली पाहिजे, दीक्षा घ्यावी अशी अंतर्मनातून जोरदार इच्छा झाली पाहिजे, दुसऱ्या कोणाच्या सांगण्याने नव्हे. ज्या व्यक्तीला दीक्षा घ्यायची आहे त्याने/तिने आम्हाला पत्र लिहावे किंवा कोणत्याही मार्गाने आम्हाला लेखी कळवावे की त्याला/ तिला दीक्षा घेण्याची इच्छा आहे. त्यानंतरच आम्ही आमच्या गुरुदेवांची व सर्वव्यापक प्राणशक्तीची प्रार्थना करू की त्या साधकाला दीक्षेचा लाभ होऊ दे.

असे जरी असले तरी, आमच्या असे निदर्शनास आले आहे की, काही साधक ज्यांनी फक्त महायोगाचा पूर्वाभ्यास अनुसरला आहे व औपचारिक दीक्षा मागितली नाही आहे,

त्यांच्यातही सुषुम्ना नाडीकडे वाहणारा प्राणशक्तीचा प्रवाह दिसून येतो आहे. प्राणशक्ती जेव्हा त्यांच्या नाडीतील अडथळे दूर करण्याचे कार्य करित असेत तेव्हा त्यांना काही शारीरिक क्रिया (शरीराच्या अनैच्छिक हालचाली) होऊ लागतात. जणू काही त्यांनी नियमानुसार दीक्षा मागितली नाही तरी त्यांना दीक्षा मिळाली आहे. मला प्रामाणिकपणे असे का घडते हे माहित नाही. परंतु हे असे दर्शविते की त्यांचे पूर्वसंस्कार असे असतील की केवळ पूर्वाभ्यासाचा प्रयोग हा त्यांच्यासाठी दीक्षालाभच ठरतो. याचा अर्थ असा की, महायोगाच्या केवळ पूर्वाभ्यासाचा सराव हा दिक्षेसमान आहे असे म्हणता येईल.

पूर्वाभ्यास म्हणा किंवा दीक्षा म्हणा, महायोग ही आपल्या परंपरेने मानवतेला दिलेली एक विलक्षण भेट आहे. कोणत्याही प्रकारे एकदा का साधकाने महायोग अनुसरण्यास सुरुवात केली की, तो आत्मज्ञानाच्या मार्गावर चालू लागला आहे व तो शेवटी तेथे पोहोचेलच याबद्दल त्याने निश्चित असावे. अशा वेळेस प्राणशक्ती जणूकाही साधकाचा हात धरून चालणारी त्याची आईच होते. साधकाने आईचा हात धरणे यापेक्षा हे फार वेगळे आहे. जर साधकाने त्याच्या आईचा हात धरला, तर त्याचे चित्त दुसरीकडे वळल्यावर तो आईचा हात सोडून देईल आणि स्वतःच्या ध्येयाकडे न जाता इतरत्र धावू लागेल. पण जर आईनेच साधकाचा हात धरला, तर जोपर्यंत तो त्याच्या अंतिम ध्येयाप्रत पोहोचत नाही तोपर्यंत ती त्याला आपला हात सोडू देणार नाही !

संपादक - आता तुम्ही साधकांना महायोगाच्या मार्गावर चालण्याचे वेगवेगळ्या पद्धती तपशीलवार सांगितल्या. पण महायोग साधनेबद्दल तुमचे स्वतःचे विचार ऐकायला फार आवडेल. उदाहरणार्थ, साधकांकडून बऱ्याचदा असे ऐकिवात येते की, त्यांना असे वाटते की त्यांची प्रगती तेव्हाही शीघ्रपणे होत नाही आहे. त्याबाबत काय करावे असे त्यांना जाणून घ्यायचे असते. तुम्ही साधकांना याबद्दल काय सल्ला द्याल?

गुरुदेव - साधकांनी हे समजून घेतले पाहिजे की महायोगाचे साधन हे कोणी करित नसते, ते केवळ घडते. यात साधन आपोआप व्हावे म्हणून साधकाने एखाद्या शांत जागी आरामात बसायचे, डोळे बंद करायचे, शरीर शक्यतो शिथिल ठेवायचे आणि काय घडते आहे ते फक्त पहायचे. **त्याने इतर काहीही करू नये !**

उदाहरण द्यायचे तर, जर तो नेहमीप्रमाणे श्वासोच्छ्वास करित असेल, तर त्याने फक्त त्याचा नियमित आपोआप येणारा श्वास व उच्छ्वास याचे निरीक्षण करावे. जर त्याला सूक्ष्मपणे वाहणाऱ्या प्राणशक्तीचा प्रवाह जाणवला तर त्याने त्याचे फक्त

निरीक्षण करावे. असे करताना जर त्याला असे लक्षात आले की त्याचे श्वासच घेणे बंद झाले आहे किंवा त्याचा घेतलेला श्वास बराच वेळपर्यंत धरून ठेवला जातो आहे, तरी त्याने याचे केवळ निरीक्षणच करावे आणि समजून घ्यावे की कुंभक, एक प्रकारचा प्राणायाम, आपोआप साधला गेला आहे. हे त्याने हेतुपुरस्सर केले नसून आपोआप घडले आहे. दुसऱ्या एखाद्या साधकाला कदाचित जाणवेल की अनिच्छेनेच त्याचे शरीर आपोआप हलते आहे वा त्याच्या शरीराच्या अनेक भागात उबदारपणाची भावना निर्माण झाली आहे. अजून काही जणांना जाणवेल की, कोणताही हेतू मनात नसताना योगासने व मुद्रा केल्या जात आहेत. न ठरविताही काही जणांचे मंत्रोच्चारण होते आहे वा इतर काही आवाज केले जात आहेत.

अशा प्रकारच्या सर्व प्रसंगी काय होत असते की प्राणशक्ती साधकाच्या सूक्ष्म शरीरातील ७२००० नाड्यांचे शुद्धिकरण करते आहे. तिच्या मार्गात आलेले अडथळे ती दूर करित असताना साधकाच्या अशा शारीरिक क्रिया (हालचाली) होतात. म्हणून काय घडते आहे याचे आपण फक्त **निरीक्षण करावे आणि त्यासाठी घाई न करता, काहीही न करता वेळ द्यावा.**

संपादक - गुरुदेव, या क्रियांचे काय महत्व आहे त्याबद्दल जरा काही अधिक सांगावे. खूपशा साधकांना चिंता वाटते की, त्यांना कोणत्याही शारीरिक क्रियांचा अनुभव येत नाही अथवा पूर्वी साधन करताना त्यांना क्रिया होत होत्या पण आताशा होत नाहीत. या साधकांना तुम्ही काय सल्ला द्याल?

गुरुदेव - प्रत्येक साधकाचे आत्ताचे व गतआयुष्याचे संचित संस्कार भिन्नभिन्न असतात, ज्यामुळे प्राणशक्तीच्या मुक्त प्रवाहात अडथळे निर्माण होतात, त्यामुळे प्रत्येकाचे नाडीशुद्धीचे प्रकार वेगळे वेगळे असतात. साधन करताना ज्या शारीरिक क्रिया होतात, तो एकप्रकारे नाडीशुद्धीच्या सूक्ष्म क्रियेचा अविष्कार आहे. त्यांची भीतीही बाळगायला नको वा त्यांची आशाही ठेवायला नको. प्रत्येक साधकासाठी ते निराळेच / वैयक्तिक असतात आणि ते त्याची परिस्थिती व गरजा यावर अवलंबून असतात. जर साधकाच्या गरजेनुसार अमुक प्रकारचा प्राणायाम व्हावा असे असेल, तर प्राणशक्ती तो तसा घडवून आणते. काही विशिष्ट आसने किंवा मुद्रा होणे जरूरीचे वाटत असेल तर साधकाच्या मनात नसतानाही त्याच्याकडून ती आसने व मुद्रा केल्या जातील. तसे नाडीशुद्धीची गरज प्रत्येक साधकासाठी काही काळानंतर बदलत जाते. त्यामुळे पूर्वी अनुभवलेल्या क्रियांची आता गरज राहात नाही, कारण जे शुद्धीकरण व्हायचे होते ते आधीच झालेले आहे आणि अडथळे काढून टाकलेले आहेत. अखेरीस

जेव्हा संपूर्ण नाडीशुद्धी होते तेव्हा शारिरीक क्रिया होणे थांबते. म्हणून माझी साधकांना विनंती आहे की साधन करताना त्यांची वृत्ती केवळ निरीक्षकाची असावी आणि कोणत्याही क्रियांचे बंधन ठेवू नये. जर क्रिया झाल्या, तर झाल्या, जर नाही झाल्या तर उत्तमच !

एका दृष्टीने क्रिया घडणे असे दर्शविते की मार्गात सतत अडथळे येत आहेत, ज्यामुळे प्राणशक्तीच्या मुक्त प्रवाहास बाधा येते. त्यामुळे क्रिया होणे कमी झाले वा पूर्णपणे बंद झाले तरी साधकाने चिंतीत होऊ नये. हे खरे प्रगतीचे द्योतक आहे; खरोखरच उत्तम लक्षण आहे ! शारीरिक क्रिया घडणे ही चांगली गोष्ट आहे ते याच अर्थाने की प्राणशक्ती योग्य मार्ग अनुसरते आहे, याचा तो बाह्य निर्देशक आहे. पण पुन्हा हेच की या क्रिया होत जाणे हे आवश्यक नाही. एक गोव्याचा साधक होता. त्याला दीक्षा घेतल्यानंतर काहीच क्रिया झाल्या नाहीत. तो सरळ शांत अवस्थेत पोहोचला ! त्याच्यासाठी क्रियांची काही गरजच नव्हती, कारण होते त्याचे पूर्वसंस्कार! वस्तुतः क्रियांचे उपशमन होणे व क्रियांचा प्रादुर्भाव न होणे असे दर्शविते की साधकाची शांत अवस्थेकडे जाण्यासाठी प्रगती होते आहे. जेव्हा क्रिया होतात तेव्हा साधकाचे मन क्रियेसंदर्भातील हालचालीकडे केंद्रित होते. त्यामुळे जरी साधक क्रियेकडे नुसते बघत असला तरी, त्याचे मन त्या प्रक्रियेमध्ये सजग राहते आणि मग शांत अवस्थेत पोहोचणे त्याला असंभव होते.

साधकांना माझा असा सल्ला आहे की त्यांनी क्रियांचे घडणे वा थांबणे प्राणशक्तीकडे सोपवून द्यावे. माता प्राणशक्तीला ठरवूदे की कशाची जरूरी आहे. अशी कल्पना करा की जणू तुमची आई तुमचा मळकटलेला शर्ट घासते आहे. जोपर्यंत शर्टला लागलेला मळ निघत नाही, तोपर्यंत ती घासतच राहणार आणि तो स्वच्छ झाल्यावर ती घासणे थांबवेल. दीक्षा हा प्राणशक्तीला दिलेला इशारा आहे की तिने घासणे / मार्जन करणे सुरु करावे. त्या शर्टला जेवण करताना अन्न, मिठाई, गोड पदार्थासारख्या चांगल्या गोष्टींच्या सांडल्याने डाग पडले असतील, किंवा मैदानावर घसरून पडल्यासारख्या वॉईट गोष्टींमुळे डाग पडले असतील, तर सर्व डाग साफ होईपर्यंत घासावेच लागतील.

संपादक - हा फारच उचित सल्ला आहे! मला प्रामाणिकपणे असे वाटते की साधकांनी तुमचा हा उपदेश अंतर्दामी ठेवावा आणि माता प्राणशक्तीला शरण जावे, तिला आपली स्वच्छता करू द्यावी व आपल्याला आत्मज्ञानाप्रत घेऊन जाऊ द्यावे. असे असले तरी साधनेच्या दुसऱ्या अंगाबद्दल अजून साधकांना चिंता सतावते. त्यांच्यापैकी बरेच जण सांगतात की साधन करीत असताना अनेक विचारांनी त्यांचे चित्त विचलित होते.

याबाबत तुम्ही त्यांना काय उपदेश कराल?

गुरुदेव - पुन्हा एकदा तेच, साधकाने केवळ त्याचे विचार पाहायचे आहेत. साधकाने स्वतःच्या मनाला एखद्या खोलीसारखे समजावे. त्या खोलीत इतक्या वर्षात जी धूळ आणि विचारांची जळमटे साठली आहेत ती झाडून स्वच्छ केली पाहिजेत. कदाचित काही चांगले विचार असतील किंवा काही वाईट विचार असतील, परंतु प्राणशक्तीच्या झाडूने तो केर काढून टाकलाच पाहिजे. साधन करताना ठरवून असे साधकाने काही करावयाचे नाही, येणारे चांगले अथवा वाईट विचार काहीही दाबायचा प्रयत्न करायचा नाही. विचार दाबण्याचा प्रयत्न करून ते दाबले जात नाहीत, उलट ते दाबल्याने काही काळानंतर ते पुन्हा येतातच पण अजून जोमाने उफाळून येतात. साधकाने विचार जसे येतात तसे त्यांचे नुसते निरीक्षण करावे आणि ते विरून गेले तर जाऊ द्यावे. जसे विचार आले तसेच नंतर विरून जाऊ दिले, तर त्याचे मन हळूहळू शांत होत जाईल.

आपले मन म्हणजे विचारांची मालिकाच आहे. एक विचार येतो आणि तो संपतो नाही तर दुसरा विचार उगवतो. जागेपणी बहुतेक लोकांच्या मनात एकावर एक येणाऱ्या विचारांचा हा क्रम सतत चालूच राहतो. पण एक विचार आला आणि तो विसर्जित झाला, दुसरा विचार येण्याआधी मध्ये काही काळ गेला तर काय बरे होईल? अनुक्रमे येणाऱ्या दोन विचारांच्या मध्ये जर थोडे अंतर पडले तर त्या मधल्या काळात साधकाला स्वतःची ओळख होऊ लागते. त्या विविक्षित वेळी “तो तिथे असतो, परंतु तिथे नसतोही!” “तो तिथे असतो” अशा अर्थाने की त्याची प्राणशक्ती तिथे असते, पण “तो तिथे नसतो”. अर्थात त्याची मानसिक प्रक्रिया त्या मधल्या काळात थांबलेली असते. साधनेचे उद्दिष्टच हे आहे की दोन विचारामधले अंतर वाढवायचे आहे. बुडबुड्यासारख्या उफाळणाऱ्या स्वतःच्याच विचारांचा निरीक्षक झाल्यामुळे, साधक त्यांच्यापासून वेगळा होतो आणि या प्रक्रियेत ते विचार विरून जाऊ देतो. हे सर्व चालू असताना साधकाला जाणवेल की विचारांचे उफाळून वर येणे थंडावले आहे आणि दोन विचारांमधले अंतर वाढते आहे. त्याला असे दिसून येईल की तो अधिकाधिक निरीक्षकाच्या भूमिकेत (साक्षीत्वाच्या) राहतो आहे. यामुळे अखेरीस त्याला त्याचा अहंकार सुटायला मदत होईल. आत्मज्ञान मिळवण्याकरीता हीच आधारभूत पायरी आहे.

साधन करताना विचारांचा स्रोत जो वाहत राहतो, तो वस्तुतः साधनेचाच एक भाग आहे. मन स्वच्छ झाडून काढण्याची प्रक्रिया चालू व्हावी म्हणून प्राणशक्तीने घडवून आणलेली ती एक प्रकारची क्रियाच आहे. ह्या विचार येण्याचा अर्थ असा मुळीच नाही

की, साधकाची अध्यात्मिक प्रगती होत नाही आहे किंवा साधनेतील ते अडथळे आहेत. प्राणशक्तीच्या झाडूने मनाच्या खोलीतील केर काढून स्वच्छ करायची असेल, तर विचार निरीक्षण हा साधनेतील एक महत्वाचा घटक आहे.

संपादक - साधन करताना विचारांचा जो भाग आहे त्याबद्दल आपण खुलासा केलात यासाठी धन्यवाद! साधनेतील अजून एक भाग आहे ज्याबद्दल साधकांची शंका वा काळजी आम्हाला कधीकधी ऐकीवात येते. ती म्हणजे साधकांच्या मनात कधीकधी भक्ती उचंबळून येते. तुमच्या सूचनेप्रमाणे सर्व काही “करणे” प्राणशक्तीवर सोडून दिले पाहिजे. परंतु भक्ती ही एक अतिशय विलक्षण भावना आहे आणि किती तरी लोकांना इच्छा असूनही तिचा अनुभव येत नाही! तथापि काही साधकांना असे वाटते की भक्ती त्यांना सगुण भावाकडे घेऊन जाते आणि कदाचित त्यामुळे निर्गुणापासून वा ब्रह्मतत्वापासून ते दूर राहतील. या प्रश्नावर तुम्ही थोडा प्रकाश टाकलात तर बरे होईल.

गुरुदेव - साधनेचा हेतूच हा आहे की अखेरीस गुणांच्या पलीकडे जायचे आहे. तुम्हाला हे ठाऊकच आहे की तीन गुण आहेत. सत्वगुण, रजोगुण आणि तमोगुण. ज्यांची दीक्षा घेण्याची इच्छा असते, त्यांना आम्ही विनंती करतो की तुमची जीवनशैली बदला, कारण त्यामुळे सत्वगुणाची वृद्धी होते वा साधकाची प्रवृत्ती उन्नत होते. महायोगाच्या प्राथमिक टप्प्यावर असताना याची फार गरज असते. ज्यामुळे रजोगुण (क्रियाशीलता) किंवा तमोगुण (निष्क्रियता) वाढतील असे अन्न किंवा इतर गोष्टी टाळल्या तर साधकाचे मन शांत होण्यास मदत होईल. परंतु सरतेशेवटी, साधन गुणांपलीकडे जाते, ते गुणातीत होते, म्हणजे गुणांना पार करून जाते.

भक्ती हा एक उत्तम भाव आहे. पण साधनेत जसे इतर भाव निर्माण होतात व जातात तसे ही सुध्दा क्षणिक अवस्था आहे. उदाहरणार्थ, जर साधन करीत असता साधकाला परमेश्वराला प्रकाशमय बघण्याचा किंवा इतर कोणत्याही रूपात बघण्याचा अनुभव आला, तर त्याला ते सुखमय वाटेल. मग त्याला असे वाटेल की हा अनुभव पुन्हा पुन्हा यावा, कारण प्रथम जेव्हा अनुभव आला तेव्हा तो फारच आनंददायी होता. त्या अनुभवाबद्दल प्रेम वाटून त्याची ओढ वाटेल. साधकाची तो अनुभव पुन्हा घेण्याची आसक्ती जशी वाढेल, तसा अनवधानाने तो सापळ्यात अडकेल. क्रिकेट या खेळात जसे म्हणतात तसा तो “क्लीन बॉलड” होईल !

तेव्हा, साधन करताना किंवा कधीही, साधकाने एखाद्या प्रकारच्या अनुभवाची

आसक्ती धरू नये किंवा तशी वृत्ती ठेवू नये. सर्व प्रकारच्या क्रियांप्रती तसेच भावांप्रती त्याने अनासक्त वृत्ती धरावी. हे सर्वकाही त्याने प्राणशक्तीकडे सोपवून द्यावे आणि त्याचे जे करणे जरूरी आहे ते तिला करू द्यावे. भक्तीभाव मनात निर्माण झाला किंवा नाही झाला, तरी त्याने चिंता करू नये. जर साधक नियमितपणे साधनेला बसला आणि प्राणशक्तीला तिचे साफसफाईचे काम करू दिले तर अखेरीस ती त्याला गुणांपलीकडे घेऊन जाईल. मग तो गुणातीत होईल अर्थात गुणांपलीकडे पोहोचेल!

संपादक - गुरुदेव, आपण इतके छान विवरण केलेत आणि उपदेश केलात त्याकरिता धन्यवाद. तुम्ही तुमचा अमूल्य वेळ दिलात आणि उल्हासाने तुम्ही ह्या सगळ्या महत्वाच्या विषयांवर चर्चा केलीत, हा खरोखर माझ्यासाठी एक उन्नतीकडे नेणारा वैयक्तिक अनुभव होता. ही चर्चा वाचनाऱ्यांना सुध्दा तुमचा उत्साह व मनाचा मोठेपणा लक्षात येईल अशी मला आशा आहे.

गुरुदेव - माझा हा संदेश वाचकांपर्यंत पोहोचविल्याबद्दल आभारी आहे.

“मला माझ्या प्रिय गुरुदेवांचे आभार मानायचे आहेत. कारण ही चर्चा चालू असताना मला त्यांच्या प्रेरणादायी उपस्थितीत असण्याची आनंददायक सुसंधी मिळाली. या वाढत्या वयातही त्यांची उर्जा आणि उत्साह, महायोगाचा संदेश प्रसारीत करण्यासाठीची धडपड, आणि जगभरातील सर्व साधक वर्गाच्या अध्यात्मिक प्रगतीसाठी असलेली तीव्र आस्था, याने मी अचंबित झालो. मी आशा करतो की त्यांच्या शब्दांनी साधकांना त्यांच्या साधनेत दक्ष राहण्याची प्रेरणा मिळो व ते चिंतामुक्त होवोत. त्यांनी या जगातील जास्तीत जास्त लोकांना महायोगाची ओळख करून द्यावी. न मागता मिळालेली महायोग ही आश्चर्यकारक भेट आहे! भाषांतरातील किंवा संपादनातील चुकांचे दायित्व माझ्याकडे आहे.”

दिलीप कामत.

मूळ इंग्रजी चर्चेचा मराठी अनुवाद - सौ. सीमा पितळे.